

فاعلية برنامج إرشادي معرفي – سلوكي في تعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري لدى عينة من طالبات كلية التربية بالزلفى

د/ رجوات عبد اللطيف متولي

هذا البحث مدعوم من مركز العلوم الإنسانية والإدارية جامعة المجمعة
للعام الجامعي ١٤٣٦ - ١٤٣٧هـ

• المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري لدى عينة من طالبات كلية التربية بالزلفى تكونت. العينة من ٣٠ طالبة، تراوحت أعمارهم بين (١٩ - ٢٣) والذين لديهم ارتفاع في التفكير السلبي وانخفاض في الأمن الفكري، وذلك بناء على درجاتهم على مقياسي التفكير السلبي والأمن الفكري - حيث اعتبرت درجاتهم اختباراً قليباً - وتم تقسيمهم إلى مجموعتين - مجموعة ضابطة بلغ عددها (١٥=ن) ومجموعة تجريبية بلغ عددها (١٥=ن) طالبة، وتم تطبيق البرنامج الإرشادي عليهم وتكون البرنامج من ١٠ جلسات إرشادية واستغرقت كل جلسة ٤٠ دقيقة ولم تتلق المجموعة الضابطة أي برنامج، واشتملت أدوات الدراسة على مقياسين مقياس الأمن الفكري (من اعداد الباحثة) و مقياس التفكير السلبي (من اعداد الباحثة) والبرنامج القائم على أسس الارشاد المعرفي السلوكي (من اعداد الباحثة)، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة والفروق لصالح المجموعة التجريبية مما يشير إلى فاعلية البرنامج المعرفي السلوكي في تعديل التفكير السلبي وزيادة التفكير الإيجابي والذي بدوره أدى إلى تعزيز الأمن الفكري لدى المجموعة التجريبية وتم تفسير النتائج في ضوء الادبيات النفسية وتم الخروج بعدد من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: الارشاد المعرفي السلوكي، التفكير السلبي، الأمن الفكري.

Effectiveness of Cognitive- Behavioral Counselling Program in Modifying Negative Thinking and Promoting Intellectual Security among a Sample of Female Students in the Faculty of Education in Zulfi

Dr.Ragwat Abdel-Latif

Abstract :

This study aimed to identify the effectiveness of cognitive- behavioral counselling Program in Modifying negative thinking and promoting Intellectual security among a sample of female students in the Faculty of Education in Zulfi. The sample consist of (30) female students in age range between (19-23) who, have high average in negative thinking and low average in intellectual security. Depending on their grades on measures of negative thinking and intellectual security, which considered a prior test. Then they were distributed into two groups experimental group consist of (n=15) female student, and control group consist of (n=15) The Program was applied on the experimental group it contains 10 sessions (each session took 40 minutes). The control group did not receive any training .The study tools included two measures, intellectual security measure, (Prepared by the researcher) and negative thinking measure (Prepared by the researcher).And the program based on Cognitive- behavioral Counselling The results showed a statically significant difference between experimental

group and control group in favor of experimental group which indicated to the effectiveness of cognitive- behavioral Counselling Program in Modifying negative thinking and increasing positive thinking which in turn promoting intellectual security for experimental group . The result was explained in light of psychological literature and a number of recommendation have been steted.

Key words: Counselling Program, Cognitive- Behavioral Therapy- Intellectual Security- Negative Thinking

• مقدمة :

أن أهمية الأمن والحاجة إليه لا تحتاج إلى دليل أو برهان، فمن ينظر إلى التاريخ الماضي والحاضر ويتعرف على واقع الأمم السالفة والمجتمعات الحاضرة فلن يتطرق إليه الشك في وجود حقيقة ثابتة وهي أن الأمن من أهم مقومات أي مجتمع، فبه تطمئن النفوس وتستقر البلاد، فإذا ساد الأمن بين أفراد المجتمع راجت الحركة التجارية والاجتماعية والاقتصادية، وشعر الناس بالرفاهية ذلك أنه لا رفاهية لشعب إلا بالأمن. (سلمان، عسلي، ٢٠١٦: ٣)

وقد اختلف الباحثون حول أنواع الأمن لكنهم اتفقوا جميعا على أهميته ويعد الأمن الفكري أحد فروع الأمن بل يمكن القول أن الأمن الفكري هو الأساس ولب الأمن ومضمونه لسببين رئيسين: أولهما أن تطور الأمم يقاس بتطور عقول أبنائها وأفكارهم، فإذا سلمت تحقق لهم الأمن في أسمى صورته ثانيهما: انه يؤدي إلى استتباب الأمن في الجوانب الأخرى كما انه في ظل الثورة المعلوماتية الكبرى ومع تطور وسائل الاتصال وسهولة انتقال الثقافات، وتأثر بعضها ببعض وما يؤدي إليه ذلك من غزو فكري وثقافي، ومع انتشار الجماعات المنحرفة فكريا وتعددها على مستوى العالم، يكون لزاما على كل ذي لب أن يدرك أهمية الأمن الفكري باعتباره من أهم سبل الوقاية من الانحراف الفكري (محمد، ٢٠١٣: ٨١)

ويتعلق الأمن الفكري بالتعامل مع أنواع المعلومات التي يكتسبها الفرد في الحياة اليومية، من لحظة الاختيار (Select Coding) حتى تناول المعلومة وتنظيمها وتخزينها في الذاكرة وإعادة استخدامها. لذلك قد ينظر إليه البعض على انه يندرج ضمن مجالات علم النفس المعرفي كما أن التطبيقات العملية (Practical Application) للمدرسة المعرفية تضع أسسا علمية هامة لكل الخطط التي تعمل على تطوير أو تغيير أو تعديل العمليات المعرفية، التي تؤثر في التفكير والسلوك. (علي، الخضر، ٢٠١٣: ١٠٤)

فالإنسان كائن عقلائي يتشكل نمط حياته العام تبعاً لنعوية الحركة المعرفية والادراكية التي يتخذها في موقف معين وحسب أساليبه الاستدلالية والمعرفية التي يستخدمها في هذا الموقف. (غانم، ٢٠٠٥: ٨٧)

ويقول بيل (Peale, 1948) غير افكارك وسوف يتغير عالمك (Hertel & McDaniel 2010:1239) وتقول ماري إنجلبريت (2006 Engelbreit & Regan) إذا لم تحب شيء حاول تغييره وإذا لم تستطع تغييره غير طريقة تفكيرك تجاهه . (Bamford & Lagattuta ، 2012 :667)

وقد دعم العديد من الباحثين - سواء من خلال الأبحاث النفسية أو الدليل القولي - anecdotal evidence - أهمية التفكير الإيجابي وإننا يجب أن نفكر بشكل إيجابي - على الرغم من صعوبة ممارسة ذلك في الواقع - وان الشخص يجب ان يغير أفكاره السلبية إلى أفكار إيجابية بناءه. (Marshall & Brown, 2006, Snyder et al., 2005, & Bamford& Lagattuta, 2012)

ويرى سيرت أن اهم ما يميز الانسان نزعته القوية للتفكير الإيجابي وبخاصة الأصحاء منهم، كما أشار إلى ن الناس بطبيعتهم يحبون الشخص الذي يفكر ويتصرف بإيجابية (إبراهيم، ٢٠٠٨: ١٠١)

غير أن ساسون (Sasson,2011) يرى أن التفكير السلبي شائع أكثر من التفكير الإيجابي (أبو حلاوة، الشربيني ، ٢١٠٤:٢١٣)

ومن الطبيعي أن يكون لدى كل انسان أفكار سلبية في بعض الأوقات ولكن إذا استمر التفكير السلبي بشكل متكرر ومنظم فإنه يقود الأفراد للشعور بالإحباط، الحزن، والعجز، بشأن مستقبلهم ويجعلهم يعتقدون بأن حياتهم ليس لها قيمه worthless وفي هذا الوقت يصبحون بحاجة إلى تغيير نمط أفكارهم والذي سوف يتبعه تغيير الكثير من الأخطاء التي يعيشونها وتغيير الواقع المرير إلى واقع سليم، لأن ما يعيشه الافراد من واقع سيء ومتردى ما هو إلا نتاج لعمليات التفكير الخاطئ التي يمارسونها اثناء حياتهم وتراكم هذه الخبرات حتى تصبح بهذا الشكل (غانم ، ٢٠٠٥: ٨٧)

وبالطبع فإن أساليب التفكير السلبية واللاعقلانية لا تخدم توافقنا مع الواقع وتحكم علينا بالسلبية والهزيمة والانسحاب وبالتالي الشعور بالضالة وعدم الفاعلية والاضطراب النفسي. (إبراهيم، ٢٠٠٨: ١٠١)

وتشير الدراسات والبحوث النفسية والتربوية إلى أن الاضطراب النفسي والعقلي ليس ناشئا من المواقف الصعبة التي تحيط بالفرد بقدر ما هو ناجم عن حالة اليأس التي تنتابه تجاه تلك المواقف، والذي يوحى إليه بالعجز وال فشل تجاهها، وهذا ما يعبر عنه بالتفكير السلبي للحياة، والذي يجعل الفرد ينظر إلى حياته وإلى الحياة من حوله بمنظار مظلم قائم، ويجعله أكثر تعاسة وتشاؤما في نهج تفكيره. (غانم، ٢٠٠٥: ٨٧)

ويرى ويتكنز (Watkins,2008) أن التفكير السلبي ربما يعكس عامل الهشاشة المعرفية Cognitive vulnerability factor أثناء النمو والذي يعمل

على استمرارية مختلف الاضطرابات الانفعالية مثل القلق والاكتئاب على حين يرى اخرون أن التفكير السلبي ربما ينظر إليه على انه عامل مسبب etiological factor في كثير من الامراض النفسية كالاكتئاب والعديد من الاضطرابات الأخرى، كالاضطرابات الوجدانية affective disorders الوسواس القهري واضطرابات الطيف spectrum (Kollei & Martin, Ruiz etal,2016, ehring& Watkins, 2008 , 2014)

وقد تبين أن العلاقة بين الأمراض النفسية psychopathology والتفكير السلبي اقوى من العلاقة بين الأمراض النفسية والتفكير الإيجابي. (259: Forsyth et al. , 2010)

فضلاً عن ذلك تشير نتائج البحوث إلى أن التفكير السلبي ربما يسهم في استمرار الاعراض المرضية وذلك من خلال كونه يعمل كأحد اشكال التجنب المعرفي (Ehring & Watkins 2008:193)- cognitive avoidance-

لأن استراتيجيات التجنب المعرفي لها تأثير عكسي متناقض paradoxical فعلى الرغم من كونها تهدف إلى خفض الأفكار السلبية والمزعجة فإن الاهتمام الذي يعطى أو يمنح لكبت هذه الأفكار من الممكن أن يقود إلى زيادة الانتباه لتلك الأفكار وبدون قصد يزيد من احتمالية تكرارها. (Nota&Coles : 254 , 2015)

و يرى ماك ايضوى وزملاؤه (MCEvoy, et al.,2014) أن العلاقة بين التفكير السلبي والأمراض النفسية هي علاقة تبادلية reciprocal فينما يسهم التفكير السلبي في الأمراض النفسية كذلك فإن الاستجابات غير التكيفية للأعراض الحادة تسهم في استمراره وتفاقمه. (MCEvoy et al., 2014:19)

واقترح بيك Beck أن الاحداث الخطيرة major events ربما تنشط المعتقدات المختلة dysfunctional beliefs وهذا من شأنه أن ينمى الأفكار السلبية التلقائية negative automatic Thoughts عند الفرد، وهذه الأفكار من الممكن أن تؤدي بالفرد إلى الاكتئاب والذي بدوره يدعم مره أخرى المزيد من الأفكار السلبية الأتوماتيكية ويمكن القول أن التفكير الإيجابي والسلبي ينظر إليهم كطريفي نقيض على متصل وبالتالي إذا هدف العلاج إلى خفض التفكير السلبي سوف يؤدي في الواقع إلى زيادة التفكير الإيجابي (2 : MacLeod & Moore,2000)

ووفقاً لهولون (Hollon, et al, 2006) يمكن تحسين الطريقة التي يفسر بها الفرد الاحداث السلبية من خلال العلاج المعرفي السلوكي . (Forsyth etal., 2010:258)

والحقيقة أن التفكير السلبي أخطر مما يتصور أي انسان فهو يجعل الحياة سلسلة من المتاعب والأحاسيس والسلوكيات السلبية، فعلى الرغم من أن الفكرة السلبية هي في حد ذاتها مجرد كلمات داخلية يستخدمها الإنسان في حياته ولكن ما يجعلها خطيرة هو تكرارها وتخزينها حتى تصبح عادة يستخدمها الإنسان في حياته فتسبب له متاعب لا نهاية لها. (محمد، ٢٠١٦: ١٦٨)

ومما من شك في أن التهديدات الأمنية بكل صورها انما تنطلق من فكر منحرف، يدفع بعض الجماعات والأفراد إلى تبني رؤى وتصورات ومعتقدات معينة تبرر لهم القيام بأعمال تهدد أمن المجتمع لتحقيق أهدافهم (محمد، ٢٠١٣: ٨١)

وعليه فإن اضطراب الأمن الفكري يقود إلى التطرف الفكري، والانحراف عن بعض المعايير المتفق عليها في السلوك الاجتماعي مما يؤدي إلى سوء التوافق النفسي والاجتماعي. كما يؤدي الاضطراب الفكري داخل المجتمع الواحد، إلى الانهيار الفكري والاجتماعي. ويظهر في اتجاهات عدائية قوية نحو المجتمع. (ابراهيم، ٢٠٠٨)

وقد تبين من دراسة (أبو ذيبه، ٢٠١٣) وجود ارتباط إيجابي دال بين سلوك التذمر والتفكير السلبي.

ومن هنا فإن الأمن الفكري والحفاظ عليه لم يعد مسئولية الجهات الأمنية الرسمية فقط، بل أصبح وظيفة تشاركية وتكامليه بين كافة النظم المجتمعية الرسمية وغير الرسمية، وواجب من الواجبات وضرورة من الضرورات للمحافظة على مجتمع يتمتع بأمن وطمأنينة دائمين. (هوارى، عدون، ٢٠١١: ٦)

وتعد الجامعات من أهم المؤسسات التربوية المعنية بالوقاية من الانحراف الفكري وتحقيق الأمن الفكري كما يعد تعزيز الأمن الفكري أحد مسئوليتها حيث لم يعد على هامش الواجبات والاختصاصات الوظيفية ولعلنا لا نبالغ إذا قولنا انه اضحى من أهم وظائفها على الاطلاق. لأن استثمار عقول الشباب واجب يشترك فيه جميع الأفراد والمؤسسات والهيئات في المجتمع،

وهذا لن يتحقق إلا بالوقوف على سلوكيات الطلاب وافكارهم ومعتقداتهم وتصيرهم بصحيح الفكر وأبعادهم عن مصادر القلق والخوف والضياع ويتم ذلك من خلال إداراتها واساتذتها ومراكز البحوث والدراسات فيها ومن خلال تضمين المناهج التعليمية للقيم الروحية والأخلاقية والتربوية التي يكتسب الفرد من خلالها العادات والقيم والمعايير وغير ذلك من أنواع السلوك التي تريد الدولة توصيلها للأفراد فالتعليم قادر علي بناء الشخصيات وصلها بما يتوافق والقيم الاجتماعية المدنية أن يشكل سدا منيعا ضد الانحراف وداعما رئيسيا للأمن والأمان في المجتمع . (عبد العليم، ٢٠١٦: ١٠٤، محمد، ٢٠١٣: ٨٧)

فالشباب الجامعي يجب ان يكون على درجة كبيرة من الوعي بمتغيرات العصر والذي يتسم بتعدد الهويات الثقافية المتسارعة، مما شكل إحساسا شديدا بالتخوف من أن نفقد هويتنا وأن نفقد شبابنا وطلابنا في ظل الثقافات المستوردة وتيارات الانحراف الفكري الجارفة. (البربري، ١٤٣٠: ٢)

وقد أشار ساسون (Sasson,2011) إلى أن المفارقة الجديرة بالاهتمام تتمثل في أن أساليب التفكير السلبي اكثر شيوعا بين طلاب الجامعة مقارنة بأساليب التفكير الإيجابي من خلال: (أبو حلاوة، الشرييني، ٢١٠٤: ٢١٣)

واظهرت دراسة (غانم، ٢٠٠٥) أن ٤٠,٥ % من الطلاب يظهرون نمطاً من التفكير الإيجابي في حين أن ٥٩,٥% يظهرون تفكيراً سلبياً كما أوضحت النتائج أن الذكور أكثر ميلاً من الاناث للاستنتاجات السلبية والقبول والرضا المطلق من الجميع والتأويل الشخصي للأموور والذهنية على حين يملن الاناث إلى الاعتمادية والكمالية. (غانم، ٢٠٠٥: ٨٥)

على حين أشار ماوريزو (Maurizio,2003) من دراسته إلى عدم وجود أثر لمتغير الجنس والتخصص في مستوى التفكير السلبي (جمعة، ٢٠١٦: ١٨٠)

• مشكلة البحث :

لما كانت الجامعات من بين المؤسسات التربوية والتعليمية المنوط بها إعداد الشباب وصياغة شخصيته، برزت الحاجة الماسة إلى دراسة المشكلات والتحديات الفكرية التي تواجه هؤلاء الشباب حتى يحسن اعدادهم بما يكفل قيامهم بدورهم والتسلح بالمهارات اللازمة لاقتحام سوق العمل ومتطلباته (هوارى وعدون، ٢٠١١: ٢)

وحتى يتسنى تحقيق هذا الأمن الفكري يجب أن تعطى الجامعات أهمية للجانب النفسي والمعرفي باعتبارهم من أهم الأسباب التي تسهم بشكل مباشر في تحقيق الأمن الفكري لذا جاءت مشكلة البحث الحالي والتي تتمثل في معرفة اثر برنامج معرفي سلوكي في تعديل الافكار السلبية وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات ويمكن تحديد مشكلة البحث في التساؤلات الاتية :

• السؤال الأول:

« ما اثر البرنامج المعرفي السلوكي في تعديل الأفكار السلبية لدى طالبات كلية التربية بالزلفى؟

« هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفكير السلبي؟

• السؤال الثاني:

« ما اثر البرنامج المعرفي السلوكي في تعزيز الأمن الفكري لدى طالبات كلية التربية بالزلفى؟

« هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأمن الفكري؟

• أهداف البحث :

في ضوء ما تقدم هناك عدد من الأهداف يسعى إليها البحث الحالي هي كما يلي:

« بناء برنامج إرشادي قائم على أسس العلاج المعرفي السلوكي.

« تعديل الأفكار السلبية وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات .

• أهمية البحث :

• أولاً: الأهمية النظرية :

« تنبع أهمية البحث الحالي من كونه يركز على موضوع بحثي شديد الأهمية حيث أن تعزيز وتحقيق الأمن الفكري يأتي في قائمة الأولويات لدى الجامعات باعتباره محققاً لأمن واستقرار المجتمع بأكمله، لذلك أصبحت دراسة الأمن الفكري ضرورة ملحة ومطلب حيوي في ظل الظروف الراهنة.

« يهتم البحث بتعديل الأفكار السلبية وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات من خلال برنامج إرشادي معرفي - سلوكي ولا يوجد في حدود علم الباحثة - دراسات ركزت اهتمامها على هذه النقطة حيث ركزت اغلب الدراسات السابقة على دور الجامعة ومفهوم الأمن الفكري مثل دراسة هوارى (٢٠١١) ودراسة الخارجي (٢٠١٠) .

« تتمثل أهمية البحث أيضاً في التصدي للأفكار السلبية وتعزيز الأفكار الايجابية .

« ابراز الدور الرئيس للجامعة في حماية الطلاب من الغزو الفكري فالجامعة من خلال إرشادات الأساتذة ومراقبة سلوك الطلاب وتصرفاتهم، وملاحظة ما يطرأ عليهم من تغيرات عقلية او نفسية يمكن ان تعدل أي خلل في السلوك مما يؤمن مجتمعا امانا متماسكا كما انها تساهم في تحصينهم من الغزو الفكري القادِم بتقوية أمنهم الفكري من خلال تدعيم شخصيتهم بشكل متكامل علميا، و تقنيا، و فكريا و ثقافيا، وتنمية ثقتهم بأنفسهم بتزويدهم بالمعلومات الصحيحة و السليمة التي تزرع في نفوسهم الوعي الثقافي والأمني واستغلال أوقات فراغهم الاستغلال الأمثل، مع الحفاظ على الهوية الثقافية و اللغة القومية للحيلولة دون الوقوع في مخاطر الغزو الفكري.(محمد ١٩٧:٢٠١٢)

• ثانياً الأهمية التطبيقية:

« تعد الدراسة الراهنة محاولة لتطبيق وتوظيف أسس ومبادئ العلاج المعرفي السلوكي لخدمة المجتمع حيث تزيد من مجال تطبيقه ليشمل شريحة مهمه في المجتمع وهي الشباب كما انها تعد بمثابة خطوة نحو مزيد من

البرامج التي تهدف إلى تعديل التفكير السلبي وتنمية التفكير الإيجابي لدى الشباب.

◀ تسهم هذه الدراسة في ربط الجهود التربوية والتعليمية التي تقدمها الجامعات من خلال دعمها البرامج الإرشادية بالجهود المجتمعية من أجل إيجاد جيل متوازن وسوي محاط بسياج من القيم الدينية والأخلاقية مما يؤدي إلى اتساقه مع المحيط الذي يعيش فيه ويجعله عنصراً مشاركاً وعضواً فعالاً.

◀ نشر الوعي بأهمية مفهوم الأمن الفكري بين الطالبات.

◀ اكتشاف أعراض الانحراف الفكري مبكراً لدى الطالبات من أجل معالجتها في بدايتها ودراسة المشكلات التي قد تواجههم، ورصد الظواهر السلوكية الغريبة.

◀ امداد التراث النفسي بمقاييس التفكير السلبي والأمن الفكري مما يسهم في اجراء مزيد من البحوث المستقبلية.

• مصطلحات البحث :

• الأمن الفكري:

كما يدل عليه لفظه ويرمى إليه معناه هو تحصين للأفكار وتأمين لها من الهجمات الدخيلة والحملات المسعورة التي تسمم العقول وتفسد السلوك وتسيء إلى الدين وتقضى على الاصاله وتشكك في الولاء وصدق الانتماء (مجلة الإصلاح، ٢٠١٣).

ويعرفه (العاصم ٢٠٠٥) بأنه التحصين الفكري اللازم ضد إيه تيارات فكرية منحرفة أو اتجاهات منحرفة أو مضاهيم مغلوطه والتي قد تؤدي إلى الفرقة والتنازع والتشتت . (منصور، ٢٠١٠:٤)

ويرى الهماش (١٤٣٠) أن الأمن الفكري هو شعور الدولة والمواطنين باستقرار القيم والمعارف والمصالح محل الحماية بالمجتمع ووحدة السلوك الفردي والجماعي في تطبيقها والتصدي لكل من يعبث بها. (الهماش ١٤٣٠: ٤)

أما المالكي (٢٠٠٦) فيعرفه بأنه الاطمئنان إلى سلامة الفكر من الانحراف الذي يشكل تهديداً للأمن الوطني او أحد مقوماته الفكرية والعقدية والثقافية والأخلاقية والأمنية. (المرجع السابق:٢٦)

وتعرف الباحثة الأمن الفكري بأنه سلامة الفكر من الانحراف وحصينه ضد اي تيارات تقوده إلى الغلو وتبعده عن الوسطية والاعتدال ويشعر فيه الافراد بأنهم امنون على مكونات اصالتهم ومنظومتهم الفكرية وثقافتهم النوعية.

واجرائياً: يعرف الأمن الفكري بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الأمن الفكري المستخدم في هذه الدراسة.

• التفكير السلبي: Negative thinking :

باطلاع الباحثة على ما كتب عن التفكير السلبي أمكن الوصول إلى التعريفات التالية للتفكير السلبي:

التفكير السلبي هو تلك العملية التي تتضمن النظرة السطحية للأشياء وتعتبر أساس قاصر للتفكير وهو خطأ في الإدراك أو الفهم ويقوم على أساس تقويم الكل على أساس الجزء الذي أدركه أو فكر فيه من الموقف الكلي.

ويعرفه الفقى (٢٠٠٩) بأنه البحث والتفكير في السلبيات التي حدثت في الماضي والقلق والخوف من المستقبل، وعيش الحاضر بأحاسيس واعتقادات سلبية تجعل الحياة سلسلة من التحديات والمشاكل والشخص الذي يفكر بطريقة سلبية لديه القدرة على العثور على السلبيات في أي شيء. (الفقى، ٢٠٠٩: ١٣)

ويعرف اهرينج وزملاؤه (Ehring et al., 2011) التفكير السلبي بأنه نمط من التفكير تجاه مشكلات الفرد (الماضي، الحاضر، المستقبل) والتفكير في التجارب السلبية -الماضية، والمتوقعة - past or anticipated (2011:226) (Ehring et al.

واعتبر سترويب وزملاؤه (Stroebe et al., 2007) أن التفكير السلبي يعد بمثابة استراتيجية تجنب تكيفية (Stroebe et al.) avoidant coping strategy (2007:462)

وعرفه سليمان (٢٠١١) على انه التشاؤم في رؤية الأشياء، والمبالغة في تقييم الظروف والمواقف، فالتفكير السلبي يبحث ويفكر في السلبيات التي حدثت في الماضي ويتضمن القلق والخوف من المستقبل ويعيش الفرد بأحاسيس واعتقادات سلبية تجعل حياته سلسلة من التحديات والمشاكل. (جمعه، ٢٠١٦: ١٧٩)

قد تبين أن التفكير السلبي المرتبط بالمشكلات الانفعالية يتضمن التفكير في مشكلات الفرد (الماضية، الحالية، والمستقبلية) أو الخبرات السلبية الماضية والمتوقعة وأن الأفكار السلبية غالباً ما تقع في ثلاث فئات هي:

◀ التفكير السلبي تجاه الذات.

◀ التفكير السلبي تجاه العالم.

◀ التفكير السلبي في مستقبل الفرد. (Mydin et al.,2016:128)

وتعرف الباحثة التفكير السلبي بأنه تلك التصورات السلبية واللامنطقية التي يعتقد الفرد في صحتها وتؤدي به إلى النظر للأحداث - سواء الحالية أو المتوقعة - والأشخاص من حوله نظره تشاؤمية تعوق تطوره الذاتي وقد تقود الفرد ان لم تعدل إلى الاضطراب النفسي.

واجرائياً : يعرف التفكير السلبي بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس التفكير السلبي المستخدم في الدراسة الحالية.

• البرنامج الإرشادي:

يعرف البرنامج الإرشادي بأنه برنامج مخطط ومنظم في ضوء أسس علمية لتقديم الخدمات الارشادية المباشرة وغير المباشرة فردياً وجماعياً لجميع من تضمهم المؤسسة بهدف مساعدتهم في تحقيق النمو السوي ولتحقيق التوافق النفسي داخل الجماعة وخارجها. (زهران، ١٩٩٨)

وفي الدراسة الحالية هو برنامج يتكون من مجموعة من الإجراءات والفتيات السلوكية التي تهدف التي تعديل التفكير السلبي وتغيير الأفكار والمعتقدات الخاطئة إلى أفكار ومعتقدات صحيحة إيجابية تعزز الأمن الفكري لدى الطالبات ويستند على أسس ومبادئ الارشاد المعرفي السلوكي.

واجرائياً : هو البرنامج الإرشادي المستخدم في هذا البحث والذي يتكون من جلسات ارشادية تستند إلى الارشاد المعرفي السلوكي.

• الإطار النظري :

• التفكير السلبي :

يعتبر التفكير أمراً مألوفاً لدى الناس، حيث يمارسه كثير منهم والتفكير في معناه العام سلسلة من النشاطات العقلية أو الأفعال التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرض لمثير ما من واحده من الحواس أو أكثر بغرض البحث عن معنى لهذا الموقف أو الإجابة عن السؤال. (فتح الله ، ٢٠٩، ٢٢)

والتفكير عملية داخلية يتم من خلالها تحويل المعلومات، وقد يكون التفكير موجها ومرشدا ودليلا في حل المشكلات وينتج عنه في المستوى البنائي تكوين تمثيلات عقلية جديدة (سوسلو، ٢٠٠٠: ٦٤٤)

ويرى جونز (Jones,2000) ان معارف الأفراد ومناظيرهم الإدراكية عادة ما تنمو عبر خمس فئات هي: (الاستدعاء، التحليل، المقارنة، الاستدلال، التقييم) وفي اثناء عملية التفكير فإن الأفراد ربما يختارون وبشكل لاشعوري النموذج المفضل لديهم من استراتيجيات التفكير لكي يفسروا المعلومات أو الاحداث ومن ثم يقترحوا أساليب وطرق التعامل، وتدرجياً فإن أساليب التفكير تؤثر على مفهوم الذات لدى الافراد self-concept وأدوارهم الاجتماعية social roles تجاه الآخرين ومناظيرهم في التفاعل مع العالم. (Wu et al.,2013: 2061)

وقد كتب كثيراً حول أساليب التفكير وأنماطه ومميزات هذه الأساليب وخصائصها الإيجابية التي تنعكس على سلوك الأفراد وقدراتهم وإبداعاتهم المختلفة، إلا أن قلة من الباحثين من اهتم بتوضيح ماهية التفكير الإيجابي

والتفكير السلبي، وتأثير كل منهما على حياة الفرد. (خليل ، الشريف، ٢٠١٤: ٣١١)

فالكثير من الاضطرابات النفسية التي يعيشها الأفراد تعتمد بشكل أساسي على أسلوب التفكير الذي يستخدمه هؤلاء الافراد، فالواقع المتردي والسيء هو نتاج عملية التفكير الخاطئ الذي يمارسونه اثناء حياتهم. ويرى ألبرت الس أن أنماط التفكير الخاطئة تسبب السلوك المضطرب ويهدف العلاج العقلاني الانفعالي إلى تعديل الاعتقادات غير العقلانية وغير الواقعية وتعليم الفرد أساليب تفكير أخرى أكثر عقلانية وأكثر ايجابية عن طريق الحوار والطرق الإقناعية . (خليل ، الشريف ، ٢٠١٤: ٣١٤)

وقدم وايتكنز وزملاؤه (Watkins et al.,2008) تصوراً للتفكير السلبي من خصائصه وأهم ما يميزه هو المحتوى السلبي - أفكار عن الاكتئاب أو المزاج القلق negative intrapersonal - والسياق السلبي بين الأشخاص - context ويشمل المزاج السلبي، والاعتقادات السلبية نحو الذات ووفقاً لنظرية Construal Level Theory وهي نظرية في علم النفس الاجتماعي تصف العلاقة بين المسافة النفسية Psychological distance التي يضعها الأفراد وبين درجة تفكيرهم (في الاحداث والموضوعات) هل هي مجردة ام عيانية؟ وتشمل التفكير في المعاني وما تتضمنه. تقترح النظرية أن نفس الحدث أو الموضوع من الممكن ان يتم تمثله وفقاً لمستويات متعددة من التجريد المستويات العليا تتضمن التجريد من السياق decontextualized والبعد عنه والمستويات المنخفضة وعلى النقيض من ذلك، تتكون من المعلومات الثانوية والسياقية، ممثلة بشكل ملموس وبالتفصيل (Gong&Medin,2012:629)

أن التفكير السلبي من العقبات التي تعيق الانسان عن البناء والتقدم وهو نوع من الإيحاء الذاتي يقوم به الإنسان حيال نفسه حيث يهمس لنفسه ويؤكد انه عاجز أو فاشل أو غير محبوب وغيرها من القائمة التي لا تنتهي من الأفكار والمشاعر السلبية (جمعه، ٢٠١٦: ١٦٦)

وتعتبر الأفكار والاتجاهات منبئ جيد عن السلوك فالشخص الذي لديه اتجاهات ايجابية نحو الآخرين والرغبة في مساعدتهم والميل إلى العمل التطوعي سوف يسلك سلوكاً ايجابياً

إذا توافرت لديه الظروف المناسبة لهذا الموقف وبالمقابل فالشخص الذي يحمل أفكاراً سلبية عن الآخرين أو اتجاهات عدائية نحوهم، فإنه قد يسلك سلوكاً مؤذياً نحوهم اضافة إلى ان الأفكار تتنبأ بالسلوك فأنها تدفع السلوك وتوجهه نحو غايات مشروعة أو ممنوعة .

وكان لزاماً عند عرض مفهوم التفكير السلبي ان نلقى الضوء على مفهوم التفكير الإيجابي للارتباط الوثيق بين المفهومين ونعرض له على النحو التالي:

يعرف التفكير الإيجابي بأنه امتلاك الفرد لعدد من التوقعات الإيجابية المتفائلة تجاه المستقبل واقتناعه بقدرته على النجاح. (سالم، ٢٠٠٦: ١٠٧)

كذلك يعرف بأنه عادة عقلية يمارسها الفرد بصورة لا شعورية تقوم على استغلال الطاقات والإمكانات الكامنة لدى الفرد، ويتوقف على قدرة الفرد على بناء وتنظيم أفكاره ومعارفه وخبراته والاختيار من بينها بما يلائم الموقف الحالي وتركيز شعوره وتوجيه سلوكياته نحو تحقيق أهدافه التي يسعى إلى تحقيقها والتخطيط الجيد للمستقبل (السلاموني، ٢٠١٤: ٢٥٢)

• الأمن الفكري:

يعد الأمن الفكري حاجة ضرورية لانتظام العيش والحياة. والشعوب لا يمكن أن تستقر وتتقدم بدون الأمن وازدادت أهمية الأمن الفكري وبرزت كنتيجة للأحداث المرعبة التي يشهدها العالم والتي هددت المجتمعات من الجانبين العقلي والأمني (falah et al., 2016: 107)

ولا شك ان المتغيرات الهيكلية والجذرية السريعة التي يشهدها عالمنا المعاصر تفرض علينا أن يكون لدينا من الفكر الواعي ما يساعدنا على مواكبة التطور والتقدم انطلاقاً من فلسفة ورؤية كلية ترتبط وتنبثق من فلسفة المجتمع وتعكس مصالحه العليا، وتستجيب لاحتياجاته وتطلعاته في غد أفضل أكثر تطوراً وتقدماً، ومن ثم فإن عدم توظيف القدرات العقلية لتنهل من المفاهيم والأفكار والأطروحات السائدة والمعلومات المتوافرة والتفاعل معها بهدف العمل في إطارها سيؤدي بالضرورة إلى تخلف في الفكرينعكس سلباً على الأمن الفكري. مما يفرض، مناهضة سيطرة الأفكار والمفاهيم الخاطئة، وصولاً إلى إعمال العقل وتهيئة المناخ الملائم له للبحث عن الحقيقة في إطار قواعد التفكير الصحيح. (الهماش، ١٤٣٠: ١١)

ولعل من أهم الأسباب الفكرية التي أدت إلى الغلو والتطرف، ضآلة الاهتمام بالتفكير الناقد والحوار البناء من قبل المؤسسات التربوية، فمن المتعارف عليه أن تفعيل الدور الأمني للمؤسسات التربوية في مقاومة السلوك المتطرف، يجب أن يقوم على أساس تعويد الطلاب على التعليم الحوارى القائم على التفكير والإبداع الذي يسمح لعقل الطالب بتأمل الأمور ورؤية الحقيقة من أكثر من زاوية بما يمكنه من الابتعاد عن أن يصبح فريسة سهلة للأفكار المتطرفة والداعية للعنف والتخريب. إذ بقدر ما تغرس المؤسسة القيم الأخلاقية النبيلة في نفوس الطلبة بقدر ما يسود المجتمع الأمن والاطمئنان والاستقرار (حمدان عبد الله، ١٤٣٠: ١٣)

ان التعليم من خلال مناهجه وأنشطته يمكن أن يقوم بدور فعال في تحقيق الأمن الفكري إذا أحسن اختيار محتواه وتم تدريسه بطرق حديثة ان غرس

مفاهيم الأمن الفكري، تعد مسئولية المؤسسات التربوية عبر مناهجها التعليمية في مختلف المراحل الدراسية وهو ما يساعد على تنمية الوعي الأمني لدى الطلاب من خلال غرس ودعم روح الوطنية والقومية وتعليمهم كيف يفكرون ويتعاملون بفكر واع مع قضايا العصر الحالي والقدرة على المشاركة الفعالة والقدرة على التكيف مع الواقع الحالي بكل ما يعترضه من تغيرات وتوجهات. (راضي، ٢٠١٣: ٨٣)

وتعد الأسرة المؤسسة الاجتماعية الأولى التي تعنى بتنشئة الطفل وتكوين مفاهيمه وتشكيل الإطار المرجعي له وهويته عبر مصطلحات (المجتمع الشخصية الدين، والمواطنة والبلد) كما تؤدي الأسرة دورا مهما وذو دلالة في تأصيل مفهوم الأمن الفكري بين الأبناء وذلك من أجل حمايتهم من الغزو الفكري الموجود الآن مؤمنين بأن الأمن الفكري يجب أن يكون موجودا داخل كل بيت ومن ثم تصبح الأسرة قادرة على إنتاج جيل قادر على مواجهة الغزو الفكري (falsh et al ., 2016:106) intellectual - Deviation و تحقيق الأمن الفكري

ولعل من أهم الوظائف التربوية التي تحققها الأسرة ما يلي:

- « أنها أداة النقل الثقافية والإطار الثقافي للطفل، فعن طريقها يعرف الطفل ثقافة عصره وبيئته على السواء، ويعرف الأنماط الهامة السائدة في الثقافة كأنواع الاتصال، والإرشادات، واللغة، وطرق تحقيق الرعاية الجسمانية ووسائل وأساليب الانتقال، وتبادل السلع والخدمات، ونوع الملكية ومعناها ووظيفتها، والأنماط الأسرية؛ من زواج وطلاق، وقوانين وقيم اجتماعية.
- « أنها تختار من البيئة والثقافة ما تراه هام، وتقوم بتفسيره وتقويمه وإصدار الأحكام عليه، مما يؤثر على اتجاهات الطفل لعدد كبير من السنوات ومعنى ذلك أن الطفل ينظر إلى الميراث الثقافي من وجهة نظر أسرته وطبيعتها الاجتماعية، فيتعلم منها الرموز، واللغة الشائعة، ويشارك فيها المشاعر العامة. كما أن اختياره وتقويمه للأشياء يتأثر بنوع اختيار أسرته وتقويمها لها. (حمدان، عبد الله، ١٤٣٠: ١٠)

ويرى العتيبي (Alotbi,2009) أن المبادئ والأسس المهمة التي يبني عليها الأمن الفكري هي كما يلي:

- « الالتزام بالقران الكريم والسنة النبوية الشريفة على أساس انها الحصن الامن الذي يحقق الحماية.
- « تشجيع الأفراد على الانفتاح العقلي على أساس أن هذا يقودهم إلى التفكير الناقد بصفة عامة.
- « التمسك بالقيم الأخلاقية على أساس انها تعد بمثابة جذور داخل الشخصية .
- « فالإطار القيمي والأخلاقي يجعل الفرد يسلك بشكل سوى في القول والفعال وهذا الثبات للإطار الأخلاقي يعني انها ليست موضوع للتغيير أو الاستبدال

◀ تفعيل دور كل المؤسسات المعنية بالتنشئة مثل الأسرة، المسجد، وسائل الاعلام المؤسسات التربوية والمناهج من أجل حث الأمن الفكري (106): falah (etal., 2016)

• الدراسات السابقة :

• المحور الأول: دراسات اهتمت بتعزيز الامن الفكرى :

أجرى (عطا، ٢٠١٧) بعنوان أثر برنامج تعليمي قائم على استراتيجيات الحوار والمناقشة في مبحث التربية الإسلامية في تنمية مفاهيم الأمن الفكري. قامت الباحثة ببناء برنامج تعليمي في محتوى الوحدة الخامسة والسادسة في مبحث التربية الإسلامية للصف العاشر في الفصل الدراسي الثاني (٢٠١٤ – ٢٠١٥) والذي استند على استراتيجيات الحوار والمناقشة وتم تدريسه بواقع ١٢ حصة صفية، وفي مدة زمنية بلغت ستة أسابيع وواقع حصتين أسبوعياً وتكونت عينة الدراسة من ١٨٠ طالبة من طالبات الصف العاشر في مدارس عمان وتم قياس اثر البرنامج في تنمية مفاهيم الأمن الفكري في التربية الإسلامية من خلال استبيان مفاهيم الأمن الفكري أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير البرنامج التعليمي القائم على استراتيجيات الحوار والمناقشة.

كما أجرى شلدن (٢٠١٣) دراسة هدفت إلى مناقشة دور كليات التربية في تعزيز الأمن الفكري لدى طلبة الجامعات واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي تكونت عينة الدراسة من ٣٩٥ طالبا وطالبة وتكونت أداة الدراسة من استبانة مكونة من (٤٢) فقره موزعة على مجالات ثلاث هي، عضو هيئة التدريس، والمناهج الدراسية وأنشطة الطلبة وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير الجنس (لصالح الطلبة الذكور) ووجود فروق تعزى لمتغير السنة الدراسية، كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير معدل الطلبة التراكمي.

وهدفت دراسة (السليمان، ٢٠٠٦) إلى تحديد دور الإدارات المدرسية في تعزيز الأمن الفكري بين طلاب التعليم العام بمدينة الرياض وبلغ حجم عينة الدراسة (٤٠٠) مديرا من مديري المدارس الحكومية والأهلية في المراحل الثلاث للبنين بمدينة الرياض، وخلصت الدراسة إلى العديد من النتائج كان من أهمها:

◀ إدراك (٥٨ %) من أفراد عينة الدراسة لأهمية تعزيز الأمن الفكري لدى الطلاب في المراحل الثلاث، – إمام (٨٢ %) من أفراد العينة بالأساليب والإجراءات المتبعة في تعزيز الأمن الفكري بدرجة تتراوح ما بين متوسطة وكبيرة جدا

◀ تطبيق (٤٩ %) من أفراد العينة الإجراءات المتبعة في تعزيز الأمن الفكري في المدارس.

أما دراسة (البيقي ٢٠٠٨) فقد هدفت إلى التعرف على درجة إسهام مديري المدارس الثانوية في تعزيز الأمن الفكري بمنطقة الرياض التعليمية، واختيرت عينة الدراسة من طلاب مدارس البنات من طلاب الصف الثالث الثانوي في منطقة الرياض التعليمية البالغ عددهم ١٧٥٣ طالباً للعام الدراسي (٢٠٠٧ - ٢٠٠٨) وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان أبرزها ما يلي:

« أن درجة إسهام مديري المدارس الثانوية في تعزيز الأمن الفكري جاءت متوسطة.

- « وجود أثر ذي دلالة إحصائية يعزى لمتغير النوع الاجتماعي، والتخصص الدراسي، والبيئة الجغرافية.
- « وجود أثر ذي دلالة إحصائية يعزى للتفاعل بين متغيري النوع الاجتماعي والبيئة الجغرافية.
- « وجود أثر ذي دلالة إحصائية يعزى للتفاعل بين متغيري البيئة الجغرافية والتخصص الدراسي.

وقام الربيعي بدراسة (٢٠٠٩) بعنوان " دور المناهج الدراسية في تعزيز مفاهيم الأمن الفكري لدى طلاب الجامعات في المملكة السعودية "هدفت إلي بيان الدور الحالي الذي تؤديه المناهج الدراسية في سبيل تعزيز وتصويب مفاهيم الأمن الفكري لدى طلاب الجامعة واقتراح الأدوار التي يمكن أن تقدمها المناهج الدراسية لتعزيز الأمن الفكري لدى الطلاب مستقبلاً. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي وأسلوب تحليل المحتوى لما تتضمنه المناهج الجامعية من مفاهيم وقيم للأمن الفكري واشتملت عينة الدراسة على طلاب الجامعات في المملكة العربية السعودية بلغ عددهم ٤٥٠ طالباً من الكليات النظرية والعملية. وتوصلت الدراسة إلى أن مناهج التربية الإسلامية واللغة العربية فقط لها دور في مواجهة الانحراف الفكري ولذلك أوصت بضرورة تضمين المناهج مفاهيم الأمن الفكري وبيان خطورة الغزو الثقافي على القيم والعادات وأوضحت قصور وعي الطلاب بأهمية المنهج في تحقيق الأمن الفكري، وأرجعت ذلك لتركيز أعضاء هيئة التدريس على العلاقة الأكاديمية بالطلاب والمنحصر في الجانب المعرفي ولذلك أوصت بتفعيل الساعات المكتبية، وتفعيل دور الأنشطة الطلابية وورش العمل فيما يتعلق بالأمن الفكري

أما دراسة (العنزي، ٢٠١٤) بعنوان «تصور استراتيجي لتعزيز الأمن الفكري من خلال مناهج التعليم الثانوي السعودي مقررات العلوم الشرعية أنموذجاً»، فقد عنت بالإشارة إلى أن هذا العصر عصر مضطرب وإعالم الثالث مهدد في أمنه عامة وأمنه الفكري خاصة، وقدمت الدراسة تصوراً استراتيجياً لتعزيز الأمن الفكري في المناهج الدراسية كما دعت إلى توفير مناهج تربوية تعليمية متكاملة ومتوازنة مرنة ومتطورة، تلبي حاجات الطلاب ومتطلبات خطط التنمية

الوطنية واحتياجات سوق العمل الحالية والمستقبلية، واستخلص الباحث من هذه الدراسة مجموعة من النتائج، لعل أهمها التأكيد على أن مخرجات التعليم لا تزال تحتاج إلى إعادة صياغة المناهج، حيث لا تتلاءم مخرجات التعليم مع احتياجات سوق العمل، وما تحتاج إليه التنمية الشاملة، اقتصادياً واجتماعياً، من كوادرو وطنية تحل محل الكوادرو الوافدة، وهذا الخلل أدى إلى رفع معدلات البطالة بين الشباب السعودي، ولا سيما أن البطالة والفقر من العوامل التي تهيئ بيئة خصبة يستغلها الفكر المنحرف والإرهاب.

وجاءت دراسة (الصقبي، ١٤٣٠) بعنوان "أبعاد تربوية وتعليمية في تعزيز الأمن الفكري" هدفت الدراسة إلى تفعيل دور المؤسسات التربوية والتعليمية في تعزيز الأمن الفكري، والمساهمة في تحسين دور العاملين في المؤسسات التعليمية والتربوية والرفع من قدراتهم في الميدان ليكونوا فاعلين في تحقيق الأمن الفكري.

واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي. وأوصت الدراسة أن تضع المؤسسات التربوية والتعليمية خططا مكتوبة ومحكمة يمكن قياسها وتقويمها لزيادة تأهيل العاملين ولبيان دورهم في تعزيز الأمن الفكري كما أوصت بإنشاء لجان للأمن الفكري داخل كل مؤسسة تربوية يكون دورها رسم الخطط المشتركة والأهداف وقياسها وتقويمها في سبيل تعزيز الأمن الفكري.

اما دراسة (السليمان ٢٠٠٦) فقد كانت بعنوان " دور الإدارات المدرسية في تعزيز الأمن الفكري للطلاب دراسة ميدانية على طلاب التعليم العام بمدينة الرياض وهدفت الدراسة إلى التعرف على أهم الأدوار التي تقوم بها الإدارة المدرسية في تعزيز الأمن الفكري للطلاب، وبيان علاقة أنماط الإدارة المدرسية سواء – الديمقراطية أو الاستبدادية أو الفوضوية – وأثرها في غرس القيم والاتجاهات التي تعزز الأمن الفكري. واتبعت الدراسة المنهج الوصفي للتعرف على الأدوار التي تقوم بها الإدارات المدرسية في تعزيز الأمن الفكري. وطبق استبيان لمعرفة الأدوار من خلال الممارسات الفعلية للإدارات المدرسية. وبلغت العينة (٣٥٠) من المديرين والموجهين والمعلمين وأشارت النتائج إلى أن هناك صعوبات تقوض الإدارة المدرسية عن أداء دورها تجاه تعزيز الأمن الفكري لطلابها وأكثر هذه المعوقات الإمكانيات المادية وضعف البرامج والأنشطة الداعمة لتعزيز الأمن الفكري.

وجاءت دراسة (ألهماش، ١٤٣٠) بعنوان " استراتيجيات تعزيز الأمن الفكري" هدفت الدراسة إلى تحديد الخصائص الذاتية للأمن الفكري ومقوماته، وتحديد دور الوسائط التربوية، والعمل المؤسسي في تعزيز الأمن الفكري وبيان آثار ومخاطر الغزو الثقافي علي الأمن الفكري، وبناء استراتيجيات تعزز الأمن الفكري تستند إلى الواقع وتستشرف المستقبل. واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي

وتوصلت إلى وضع استراتيجية مقترحة تحدد الرؤية المستقبلية لإجراءات ووسائل استقرار الأمن الفكري في مواجهة التحديات المعاصرة. وأوصت بإعادة النظر في قواعد اختيار المعلمين، وبرامج تدريبهم ومتابعة سلوكهم، وأدائهم في تنفيذ البرامج التعليمية والتربوية والقيم الأخلاقية ويؤصل الوسطية والتسامح باعتباره من مقومات الأمن الفكري

أما دراسة (الخارجي ٢٠١٠) فقد اهتمت بمعرفة دور المرشد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية، أجريت الدراسة على مدراء ومرشدين المدارس الثانوية في المدارس الحكومية في الرياض واستخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي التحليلي للإجابة عن تساؤلات الدراسة وجاءت أهم النتائج أن المرشدين الطلابيين ومدراء المدارس موافقون بشده على فاعلية المرشد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية بمتوسط (٤.٥٣ - ٤.٢٢) وجاء أيضا أن المرشدين الطلابيين موافقون بشده على الوسائل والأساليب التي يمكن أن تساعد المرشد الطلابي في تعزيز الامن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية بمتوسط ٤.٤٢.

وجاءت دراسة (المحامدى ٢٠١٢) بعنوان "معرفة دور التوجيه والإرشاد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية في مكة المكرمة"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على درجة أهمية التوجيه والإرشاد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي وأجريت على عينة قوامها ١٥٣ مديرا ومرشدا طلابيا في مدارس المرحلة الثانوية الحكومية بمدينة مكة المكرمة بواقع ٥٦ مديرا أو ٩٧ مرشدا طلابيا وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

« أن أهمية التوجيه والإرشاد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية كانت بدرجة (مهم جدا) وبمتوسط حسابي (٥٨.٤) من

وجهة نظر المديرين والمرشد الطلابيين في المرحلة الثانوي

« أن درجة ممارسة التوجيه والإرشاد الطلابي لدوره في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية كانت بدرجة (متوسطة) وبمتوسط حسابي (٣٨.٣) من وجهة نظر المديرين والمرشد الطلابيين في المرحلة الثانوية.

« لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهة نظر مديري المدارس والمرشدين الطلابيين حول الأهمية والممارسة والمعوقات لدور التوجيه والإرشاد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعا لمتغيرات العمل الحالي، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، نوع الإعداد، عدد الدورات في مجال التوجيه والإرشاد الطلابي.

اما دراسة (صابر ٢٠٠٩) بعنوان: الأفكار اللاعقلانية كإحدى إشكالات الأمن الفكري المؤثرة باضطراب الشخصية فقد أجريت على عينة من طلاب الجامعة قوامها ٢١٤ بالتساوي بين الطلاب والطالبات وطبقت الاختبارات التي

تقيس هذه المتغيرات وتم التحقق من صلاحية الأدوات المستخدمة من الناحية السيكومترية من حيث (ثباتها . صدقها) وأوضحت الدراسة أن هناك فروقا دالة إحصائيا بين الجنسين في بعض الأفكار اللاعقلانية حيث أوضحت النتائج أن الذكور أكثر ميلا للاستنتاجات السلبية والقبول والرضا المطلق من الجميع والتأويل، الشخصي للأموال الذهنية عن الإناث اللاتي يملن إلى الاعتمادية والكمالية المطلقة والتهويل والمبالغة في الأمور والتشويه في إدراك وفهم الناس والشعور بالوحدة كما ارتبطت بعض أبعاد الأفكار اللاعقلانية بمستويات كل من الذهانية والشعور بالوحدة (المرتفعة والمنخفضة والمتوسطة) مما يدل على أن بعض الأفكار اللاعقلانية وهي الاستنتاجات السلبية والتعميمات الخاطئة والقبول والرضا المطلق من الجميع والتشويه في الإدراك أو الفهم للناس والقلق الناتج عن التهويل والمبالغة في الأمور تعد مؤشرات هامة لاضطراب الشخصية لدى كل من الجنسين وكشفت هذه الخطوة التحليلية عن نتائج ذات مغزى كبير وتمت في نهاية البحث مناقشة هذه النتائج وتفسيرها في ضوء التراث النظري المتاح وفي إطار طبيعة المفاهيم موضع البحث.

خلص الباحث بخمس توصيات تتمثل فيما يلي:

- ◀ يؤيد الباحث ويؤكد على حرص وعناية المملكة العربية السعودية بتحقيق الأمن الفكري وتنمية التفكير العقلاني لدى الشباب من خلال المناهج الدراسية والأنشطة التي تشجع التفكير العقلاني.
- ◀ إنشاء مراكز للإرشاد النفسي والتربوي والديني في الجامعات لتطوير التفكير العقلاني وتعديل أو الوقاية من التفكير اللاعقلاني.
- ◀ إمكانية الاستفادة من الأفكار اللاعقلانية كمؤشرات فارقة للكشف عن الاضطرابات السلوكية وإيجاد استراتيجيات وقائية علاجية لتطوير الأساليب الفكرية السلمية.
- ◀ ضرورة إعطاء الشباب وخاصة من هم في المرحلة الجامعية الفرصة للتعبير عن أفكارهم بصورة نقدية بناء وتنمية القدرة على حل المشاكل بدلا من الهروب منها.
- ◀ يوصي البحث بضرورة مساعدة القائمين على رعاية الشباب للقيام بأدوارهم من خلال توعيتهم بالأفكار اللاعقلانية التي تسود لدى الشباب والتي تعمل على كف الإمكانيات الابتكارية وذلك في إطار برنامج متكامل تشرف عليه جهة متخصصة تكون مسئولة عن تنفيذه وفقا لخطة متكاملة

• المحور الثاني: التفكير السلبي:

هدفت دراسة (غانم، ٢٠٠٥) إلى التعرف على مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية تكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب وطالبة بالجامعة وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة (٤٠.٥ %) من افراد الدراسة أظهروا نمطا من التفكير الإيجابي كما

أظهرت الدراسة وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي تعزى لمتغيرات الجنس وعمل الام وذلك لصالح الطالبات والطلاب أبناء الأمهات غير العاملات وعدم وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الإيجابي والسلبي تعزى لمتغيرات التحصيل الاكاديمي، ومكان السكن ومستوى تعليم الاب والام .

كما هدفت دراسة (أبو حلاوه والشرييني، ٢٠١٤) إلى التعرف على الانتماء الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين تبعاً لاختلاف مستويات بعض المتغيرات الوجدانية والمعرفية : الشعور بالاضطهاد النفسي، والتفكير السلبي، والاستبصار الاجتماعي، كما هدفت إلى الكشف عن القيمة التنبؤية لهذه المتغيرات في الانتماء الاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة من الطلاب المتحقيين بالدبلوم العام في التربية، بكلية التربية جامعة جازان، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الانتماء الاجتماعي (إعداد: سهيلة عسكر ٢٠٠٨)، ومقياس الشعور بالاضطهاد النفسي (إعداد: الباحثان) ، ومقياس التفكير السلبي إعداد: (Nicholson, 2006) تعريب وتقنين الباحثان، ومقياس الاستبصار الاجتماعي (إعداد: الباحثان)، وأشارت النتائج إلى وجود تباين في درجات الطلاب المعلمين في الانتماء الاجتماعي تبعاً لاختلاف مستويات الشعور بالاضطهاد النفسي والتفكير السلبي، والاستبصار الاجتماعي، كما أسفرت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالانتماء الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين بمعلومية درجاتهم على مقياس الدراسة، في حين لم تسفر نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة في الانتماء الاجتماعي بين الطلاب المعلمين تبعاً للنوع (ذكر - أنثى).

وهدف دراسة (أبو عيطة والخزاعلة، ٢٠١٢) إلى استقصاء أثر برنامج إرشادي نفسي جمعي في تعديل الأفكار السلبية لدى عينة من الشباب الذكور المتأخرين عن سن الزواج في محافظة جرش ممن تجاوزت أعمارهم الثلاثين عاماً تم تقسيمهم إلى مجموعتين مجموعة تجريبية وعدد أفرادها ١٠ حيث تلقى أفرادها برنامج الإرشاد الجمعي المستند إلى نظرية العلاج المعرفي المكون من ١٣ جلسة إرشادية والمجموعة الضابطة وعدد أفرادها ١٠ لم تتلق أي برنامج إرشادي أعد الباحثان مقياس الأفكار السلبية عن الزواج وتم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبارات لعينتين مستقلتين واختبارات للعينتين المترابطتين وأسلوب تحليل التباين المشترك (ANOVA) وأشارت النتائج إلى وجود أثر دال عند مستوى ٠,٠٥، لبرنامج الإرشاد الجمعي القائم على الاتجاه المعرفي في تعديل الأفكار السلبية لدى أفراد المجموعة التجريبية الذين تعرضوا لبرنامج الإرشاد الجمعي مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة الذين لم يتلقوا أي برنامج إرشادي في القياس البعدي وفي قياس المتابعة.

أما دراسة (العبيدي، ٢٠١٣) فقد أجريت الدراسة بهدف التعرف على طبيعة التفكير (السلبي - والإيجابي) لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالتوافق الدراسي

فضلاً على التعرف على الفروق في التفكير (الإيجابي - السلبي) والتوافق الدراسي لدى الطلبة وفق متغير (الجنس والتخصص الدراسي، والمرحلة الدراسية) تألفت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب وطالبة تم اختيارهم عشوائياً وتم تطبيق مقياس الدراسة مقياس التفكير الإيجابي - التفكير السلبي ومقياس التوافق الدراسي وهما من اعداد الباحثة وأشارت النتائج ان الطلبة يتمتعون بنمط تفكير إيجابي ومستوى مرتفع من التوافق الدراسي - عدم وجود فروق في نمط التفكير (السلبي - الإيجابي) تعزى لمتغير الجنس - التخصص الدراسي - المرحلة الدراسية - عدم وجود فروق في التوافق الدراسي تعزى لمتغير الجنس - التخصص الدراسي - المرحلة الدراسية - وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين التفكير الإيجابي والتوافق الدراسي.

وجاءت دراسة (سالم، ٢٠٠٦) بعنوان : فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغوط النفسية هدفت الدراسة إلى التدريب على ميكانيزمات التفكير الإيجابي مثل القيادة الذاتية للتفكير، وتعديل الأفكار والتعرف على اثر التدريب على تحمل الضغوط النفسية اشتملت الدراسة على مقياس الضغوط النفسية، واختبار التفكير الإيجابي والبرنامج التدريبي من اعداد الباحثة وتكونت عينة الدراسة من ٦٠ طالبة من المصنفات بارتفاع الضغوط الحياتية تم تقسيمهم الى مجموعتين ضابطه عددها ٣٠ طالبة وتجريبية ٣٠ واطهرت الدراسة فاعلية البرنامج وان التدريب على التفكير الإيجابي يساعد في التقليل من حدة الضغوط.

واجرى (العبيدي، ٢٠١٣) دراسة بعنوان " اثر برنامج تربوي في خفض التفكير السلبي لدى طلبة المرحلة الإعدادية " وهدف من دارسته إلى بناء برنامج تربوي لخفض التفكير السلبي لدى طلبة المرحلة الإعدادية وقياس اثر البرنامج التربوي في خفض التفكير السلبي لدى افراد المجموعة التجريبية ذكور واناث بلغت عينة الدراسة ٤٠ طالبا وطالبة (٢٠) يمثلوا المجموعة التجريبية ذكور و٢٠ يمثلن المجموعة التجريبية اناث تم اختيارهم بطريقة قصدية بعد تطبيق المقياس وممن حصلوا على درجات على مقياس التفكير السلبي واستخدم الباحث مقياس التفكير السلبي والإيجابي الذي اعده الجبوري (٢٠١١) وتم التحقق من صدقة وثباته واختار الباحث التصميم التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة واستغرق تطبيق البرنامج ستة أسابيع وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبار القبلي ومتوسط درجات الاختبار البعدي لدى المجموعة التجريبية ذكور ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاختبار القبلي ومتوسط درجات الاختبار البعدي لدى المجموعة التجريبية اناث.

أما دراسة جمعة (٢٠١٦) فقد هدفت إلى "التحقق من فاعلية برنامج قائم على القراءة في الحد من التفكير السلبي لدى عينة من طلبة الجامعة"، تكونت

عينة الدراسة من (١٥) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة بكلية الآداب جامعة القاهرة الذين حصلن على درجات مرتفعة على مقياس التفكير السلبي واستخدمت الباحثة مقياس التفكير السلبي (من اعداد الباحثة) وبرنامج العلاج بالقراءة (من اعداد الباحثة) وأسفرت النتائج عن فعالية البرنامج القرائي المستخدم في الدراسة في الحد من التفكير السلبي لدى عينة من طلبة الجامعة.

وهدفت دراسة الوقاد (٢٠١٣) إلى التنبؤ بالتفكير الإيجابي - السلبي لدى عينه من الطلاب بلغ عددهم ٤٠٠ طالب وطالبة بالجامعة من خلال فعالية ذواتهم وأشارت النتائج إلى وجود علاقة بين المعتقدات المعرفية لطلاب الجامعة وفعالية ذواتهم في قدرتهم على التفكير بصورة ايجابية

كما هدفت دراسة ميدين وزملاؤه (Mydin et al. , 2016) إلى الكشف عن فعالية التكنيكيات العلاجية السلوكية والمعرفية في خفض التفكير السلبي واستخدم في الجانب السلوكي فنية كتابة الأفكار السلبية في ورقة ثم تقطيعها والقائها بعيدا اما التكنيك المعرفي فهو تخيل ان هذه الأفكار تم ازالتها من الذهن اثناء رمى الفرد لها أجريت الدراسة على عشرة طلاب طبق عليهم اختبار (PTQ Questionnaire Perseverative Thinking) وتم تطبيق المقياس قبل وبعد التدخل واطهرت النتائج أن التكنيكيات العلاجية كانت فعالة في خفض التفكير السلبي وطريقة سريعة لإزالته.

أما دراسة بابدرو وزملاؤه (Bad par et al.,2017) فقد هدفت إلى خفض الصراع الناتج عن الأفكار السلبية وزيادة التفكير الإيجابي والسعادة وفعالية الذات أجريت الدراسة على عينة من ٦٠ مريض تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة وأشارت النتائج إلى أن التدريب على التفكير الإيجابي ساهم في خفض الصراع وزيادة الشعور بالسعادة لدى افراد العينة.

وهدفت دراسة اتوم وحداد (Atoum & Hadad, 2015) إلى معرفة اثر البرامج التدريبية المبنية على التفكير الإيجابي في خفض قلق الاختبار بين طلاب الصف العاشر لتحقيق هذا الهدف اعد الباحثون برنامج تدريبي مبنى على استراتيجيات التفكير الإيجابي ومقياس لقياس قلق الاختبار، تكونت العينة من ٦٠ طالبة من طالبات الصف العاشر اختيروا بالطريقة العشوائية ووزعوا على المجموعة التجريبية والضابطة وأشارت النتائج إلى وجود فروقا ايجابية دالة على القياس البعدي لاختبار القلق لصالح المجموعة التجريبية.

على حين هدفت دراسة ونج (wong2012) إلى التعرف على العلاقة بين التفكير الإيجابي مقابل التفكير السلبي وسوء التوافق والاضطراب النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة بسنغافورة وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط إيجابي دال

بين التفكير الإيجابي والتوافق والشعور بجودة الحياة والسعادة والرضا وارتباط سالب بينه وبين القلق والاكتئاب وسوء التوافق والغضب والشعور السريع بالإجهاد والاضطراب النفسي، وعلى النقيض ارتبط التفكير السلبي إيجابياً بالقلق والاكتئاب وسوء التوافق والغضب والشعور السريع بالإجهاد والاضطراب النفسي، وارتبط سلبياً بالتوافق والشعور بجودة الحياة والسعادة والرضا (من خلال: الخولي، ٢٠١٤: ١٧)

• تعقيب على الدراسات السابقة :

يظهر استعراضنا للدراسات السابقة التي تناولت البرامج العلاجية والارشادية والإرشاد العلاجي المعرفي السلوكي - بوجه خاص - مثل دراسة ميدلين وزملائه (Mydin et al., 2016)

أن البرامج الارشادية والعلاجية كانت ذات فعالية في علاج التفكير السلبي وتنمية التفكير الإيجابي حيث كانت الفروق بين المجموعات التجريبية والضابطة ترجع إلى فعالية البرامج الارشادية المستخدمة في تلك الدراسات (Badpar et al., 2017)، جمعة (٢٠١٦) ويظهر تناولنا لهذه الدراسات وجود ندره في الدراسات التي تناولت المتغيرات موضع الاهتمام في الدراسة الراهنة وأن الحاجة لاتزال ملحة لمثل هذه البرامج الارشادية

• فروض البحث :

في ضوء الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض البحث على النحو التالي:

« توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفكير السلبي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية.

« توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأمن الفكري بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية.

• إجراءات البحث :

• أولاً منهج البحث وإجراءاته:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج التجريبي حيث هدفت إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي معرفي - سلوكي (متغير مستقل) في تعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري (متغيرات تابعة) لدى عينة من الطالبات.

• ثانياً مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث من جميع الطالبات المنتظمات في الدراسة بكلية التربية بالزلفى بالمملكة العربية السعودية وذلك للعام الجامعي ١٤٣٧ - ١٤٣٨.

• حدود البحث :

يلتزم البحث الحالي بالحدود التالية:

- ◀ الحدود البشرية: طالبات كلية التربية بالزلفى بالمملكة العربية السعودية.
- ◀ الحدود الزمانية: ترتبط الحدود الزمانية بفترة تطبيق هذا البحث في العام الجامعي ١٤٣٧ - ١٤٣٨ .
- ◀ الحدود المكانية: تم تطبيق هذا البحث في كلية التربية بالزلفى بمحافظة الزلفى بالمملكة العربية السعودية.

• ثالثاً العينة :

اشتمل البحث الحالي على عينة أساسية وأخرى استطلاعية نعرض لهما بالتفصيل على النحو التالي:

• العينة الاستطلاعية :

أجريت الدراسة على العينة الاستطلاعية للتحقق من الخصائص السيكومترية ومدى صلاحية الأدوات للتطبيق على العينة الأساسية - حيث قامت الباحثة بتطبيق أدوات الدراسة الحالية على عينه قوامها (٣٠ طالبة) من خارج عينة الدراسة من طالبات كلية التربية بالزلفى.

• العينة :

تكونت عينة البحث من (٣٠) طالبة من طالبات كلية التربية بالزلفى تتراوح أعمارهن بين ١٩ - ٢٣ عاماً .

وهن من طالبات تخصصات (الدراسات الإسلامية - اللغة العربية - اللغة الإنجليزية) الذين حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس التفكير السلبي ومنخفضين على مقياس الأمن الفكري - حيث اعتبرت درجاتهن اختباراً قبلياً وتم تقسيم العينة عشوائياً بعد تطبيق الاختبار القبلي إلى مجموعتين مجموعة تجريبية تلقى أفرادها برنامجاً إرشادياً لتعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري وفقاً لأسس العلاج المعرفي السلوكي وبلغ عدد أفرادها (١٥) طالبة وأخرى ضابطة لم يطبق عليهن أي برنامج وبلغ عدد المشاركين فيها (١٥) طالبة واقتصرت العينة على الإناث فقط لصعوبة التطبيق على الذكور.

• أدوات البحث :

- ◀ استمارة البيانات الشخصية
- ◀ استخدمت الباحثة في الدراسة مقياس التفكير السلبي (من اعداد الباحثة)
- ◀ مقياس الأمن الفكري (من اعداد الباحثة)
- ◀ البرنامج الإرشادي القائم على أسس العلاج المعرفي السلوكي (اعداد الباحثة)

وفيما يلي عرض تفصيلي لهذه الأدوات:

• **أولا مقياس التفكير السلبي:**

يعد هذا المقياس أداة للتقرير الذاتي ويهدف إلى إعطاء تقديراً كمياً لأسلوب التفكير (سلبي – إيجابي) لدى الطالبات وذلك عند مواجهتهن للمشكلات المختلفة وقد مر أعداده بمجموعة من الخطوات جاءت كما يلي:

« الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت مفهوم التفكير السلبي .

« حصر معظم المقاييس العربية والأجنبية التي هدفت لقياس التفكير السلبي منها على سبيل المثال مقياس التفكير السلبي (لأبو ذبيبة، ٢٠١٣) مقياس التنبؤ بالتفكير الإيجابي والسلبي (الوقاد، ٢٠١٣) (غانم، ٢٠٠٥) مقياس التفكير الإيجابي والسلبي (العبيدي، ٢٠١٣) مقياس التفكير الإيجابي السلبي من اعداد دينر وزملاؤه (Diener et al., 2009).

« ويتكون المقياس من (٣٢) بند موزعة على أربعة أبعاد فرعية كالتالي:

✓ **البعد الأول:** المقارنة السلبية مع الآخرين ويتكون هذا البعد من (٩ بنود) وهو يدور حول قيام الفرد بمقارنة نفسه بالآخرين بشكل سلبي يدفعه إلى رؤية الآخرين باستمرار على انهم أفضل منه وأكثر حظاً ونجاحاً منه.

✓ **البعد الثاني:** التوقع السلبي والتشاؤم: يتكون هذا البعد من (٧ عبارات) وهو يدور حول ميل الفرد للنظر إلى الجانب السلبي للأحداث التي يمر بها والنظر إلى الأمور من الوجهة السيئة، والاعتقاد أن كل شيء يسير على غير ما يرام.

✓ **البعد الثالث:** التمسك بالرأي: ويتكون هذا البعد من (٧ عبارات) تدور حول التمسك السلبي بالرأي ورفض الفرد تغيير آرائه التي يكونها تجاه القضايا والموضوعات.

✓ **البعد الرابع:** المبالغة والتهويل في الأمور: يتكون هذا البعد من (٩ عبارات) تدور حول قيام الفرد بتضخيم السلبيات والتقليل من الإيجابيات التي يمر بها وتوقع سيناريوهات غير حقيقية وأحياناً كارثية

• **الدرجة على المقياس:**

تتراوح الدرجة على المقياس بين (٥) درجات في حالة انطباق العبارة على المستجيب دائماً والدرجة (١) في حالة عدم انطباقها. وقد تم صياغة بعض العبارات بطريقة عكسية بغرض تفادي وجود نمط ثابت من الاستجابات على ابعاد المقياس وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع التفكير السلبي وتشير الدرجة المنخفضة إلى التفكير الإيجابي.

• **الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :**

• **أولا مقياس التفكير السلبي :**

• **الثبات Reliability:**

حسب معامل الثبات للمقياس على النحو التالي: تم حساب ثبات المقياس بطريقتي التجزئة النصفية والفا كرونباخ وذلك بعد تطبيقه على عينة

استطلاعية بلغ عدد افرادها ٣٠ طالبة ممثلة لعينة المجتمع الأصلي والجدول (١) يوضح معاملات الثبات بطريقتي التجزئة النصفية والفا كرونباخ.

جدول (١) معاملات الثبات لأبعاد مقياس التفكير السلبي والدرجة الكلية له (ن = ٣٠)

الفا كرونباخ	التجزئة النصفية	الأبعاد
٠.٦٨	٠.٧٩	البعد الأول
٠.٦٦	٠.٧٨	البعد الثاني
٠.٦٠	٠.٦٠	البعد الثالث
٠.٦٠	٠.٦٥	البعد الرابع
٠.٧٢	٠.٨٠	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول (١) ان معاملات الثبات تراوحت بين (٠.٦٠ - ٠.٧٩) بطريقة التجزئة النصفية لأبعاد المقياس وبلغت (٠.٨٠) للدرجة الكلية، كما يتضح ان معاملات الثبات لمقياس التفكير السلبي بطريقة الفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠.٦٠ - ٠.٦٨) والدرجة الكلية (٠.٧٢) مما يعنى ان المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

• الصدق

• الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس في صورته الأولية (٣٢ مفردة) على مجموعة من المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس (ن = ١٠) وذلك بهدف ابداء الرأي في ابعاد المقياس والمفردات داخل كل بعد وذلك بعد تعريف الأبعاد ودرجة ارتباط كل مفردة بالبعد الذي تنتمي إليه وأسفر هذا الاجراء عن تعديل صياغة بعض العبارات وتراوحت النسب المئوية للاتفاق بين المحكمين على البنود (٩٠%) وتعتبر هذه النسبة مؤشراً جيداً لصدق المقياس.

• الصدق التمييزي المقارنة الطرفية :

تم استخدام أسلوب المجموعات الطرفية: ويقوم على حساب دلالة الفروق بين متوسطات درجات مجموعتين طرفيتين، إحداهما حصلت على تقدير مرتفع على مقاييس الدراسة، والأخرى على تقدير منخفض وقامت الباحثة بترتيب الدرجات الكلية لأفراد العينة السيكومترية على المقياس ترتيباً تنازلياً وتم تقسيم الدرجات إلى طرفين علوي وسفلي، وتم أخذ أعلى (٢٦%) من الدرجات وأقل (٢٦%) من درجات الأفراد على المقياس، وتم حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية للدرجات وحساب قيمة (ي) واختبار مستوى الدلالة والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢) دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين على مقياس التفكير السلبي باستخدام مان ويتني

المجموعة	العدد	الوسط	الانحراف الربيعي	مان ويتني	مستوى الدلالة
المرتفعين في الدرجة الكلية	٦	١٢	٢.١٨	٦	دالة
المنخفضين في الدرجة الكلية	١٠	١٦	٢.١٦		

يتضح من جدول (٢) إلى وجود فروق ذات دلالة بين المرتفعين والمنخفضين على الدرجة الكلية للمقياس مما يدل على أن المقياس يتسم بالقدرة على التمييز بين المستويين القوي والضعيف، ويعنى أن المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الصدق.

• ثانياً مقياس الأمن الفكرى

هدفت الباحثة من اعداد مقياس الأمن الفكرى إلى الحصول على تقدير كمي لدرجة شعور الفرد بالأمن الفكرى وتكون المقياس في صورته المبدئية من (٣٠) عباره وقد قامت الباحثة بالخطوات التالية لأعداد المقياس:

« الاطلاع على الأدبيات والدراسات التي تناولت مفهوم الأمن الفكرى .

« الاطلاع على المقاييس التي اهتمت بقياس الأمن الفكرى منها على - سبيل المثال لا الحصر - استبيان الأمن الفكرى (السليمان، ٢٠٠٦) استبيان دور المعلم في تعزيز الأمن الفكرى (طاشكندى، ١٤٣٧) استبيان دور المدرسة في تعزيز الأمن الفكرى (منصور، ٢٠١٠) استبانة الأمن الفكرى (راضى، ٢٠١٣)

• الخصائص السكومترية لمقياس الأمن الفكرى :

• الثبات :

للتحقق من ثبات مقياس الأمن الفكرى تم حساب معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية (سبيرمان - بروان) وجتمان على عينة استطلاعية بلغ عددها (٥٠) طالبة والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣) معاملات ثبات مقياس الأمن الفكرى بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

التجزئة النصفية		معاملات الارتباط بين الجزئين	معامل ألفا كرونباخ	المقياس
معامل الثبات جتمان	معامل الثبات براون			
٠.٨٨٠	٠.٨٨٣	٠.٧٩١	٠.٨٣٩	الأمن الفكرى

يتضح من جدول (٣) ان معامل ثبات ألفا كرونباخ بلغ (٠.٨٣٩) كما بلغ معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية ٠.٧٩١ وبعد تصحيح الطول بمعادلة سبيرمان براون ٠.٨٨٣ وبلغ جتمان ٠.٨٨٠ وهي معاملات ثبات مرتفعة .

• الصدق (الاتساق الداخلي للفقرات) :

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون (Pearson) بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٤) يوضح ذلك .

ويتضح من جدول (٤) أن أغلب قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)، بينما كانت الفقرات (٨، ١١، ١٧، ١٩، ٢٠، ٢٨) دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥)، وقد تم حذف الفقرتين (٩، ٣٠) لعدم ارتباطهما بالدرجة الكلية وبشكل دال إحصائياً، وتراوحت قيم معاملات الارتباط الدالة إحصائياً بين

(٠.٢٨٨ - ٠.٦٨٤)، مما يدل على الاتساق الداخلي لها كما يشير إلى اتساق هذه البنود مع المقياس ككل و بهذا أصبح المقياس يتكون من ٢٨ بنداً

جدول (٤) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس (ن=٥٠)

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٦٨٤	١٥	٠.٤٥١
٢	٠.٥٤٢	١٦	٠.٣٧٨
٣	٠.٦٤٦	١٧	٠.٢٨٨
٤	٠.٥٥٣	١٨	٠.٤٢٥
٥	٠.٥١٤	١٩	٠.٣٣٩
٦	٠.٥١٢	٢٠	٠.٢٩٣
٧	٠.٤٦١	٢١	٠.٤٢٨
٨	٠.٢٩٨	٢٢	٠.٤٢٢
٩	٠.٣٧١	٢٣	٠.٤١٣
١٠	٠.٣٩١	٢٤	٠.٣٧٢
١١	٠.٣٢٩	٢٥	٠.٤٥٣
١٢	٠.٣٩٨	٢٦	٠.٤٤١
١٣	٠.٤١٣	٢٧	٠.٥٨٠
١٤	٠.٤١١	٢٨	٠.٢٩٦

❖ تشير إلى أن القيمة دالة عند المستوى (٠.٠١)، ❖ تشير إلى أن القيمة دالة عند المستوى (٠.٠٥).

• ثالثاً البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي:

قامت الباحثة لأغراض الدراسة الحالية بتصميم برنامج لتعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات قائم على أسس الارشاد المعرفي السلوكي وفقاً للنظرية المعرفية السلوكية حيث تم وضع البرنامج بعد مراجعة الإطار النظري المتعلق بالنظرية المعرفية السلوكية وبناء على ذلك تم بناء برنامجاً إرشادياً مكون من ١٠ جلسات إرشادية مدة كل جلسة (٤٠) دقيقة وتم تطبيق البرنامج بصورة جماعية للاستفادة من طبيعة العمل الجماعي وما يحققه من تفاعل ومشاركة بين الطالبات.

• الهدف العام من البرنامج:

يهدف البرنامج إلى تعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات وذلك عن طريق رفع وعي الطالبات بخطورة التفكير السلبي وتعريفهن بالآثار السلبية المترتبة عليه من خلال تدريبات داخل الجلسة الإرشادية وواجبات منزلية حيث يتم تدريبهن على مهارات معرفية سلوكية تساعدن على تعديل التفكير السلبي والبعد عن الغلو والتطرف في التفكير مما يمثل وقاية لهن من عوامل الانحراف الفكري.

• الفنيات المستخدمة في البرنامج :

استندت الباحثة في بناء البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي على استخدام مهارات الارشاد النفسي وفنيات العلاج المعرفي السلوكي استخدم البرنامج عدد من الفنيات من بينها ما يلي :

• أولاً : الفنيات المعرفية Cognitive Techniques :

وتشمل ما يلي :

• المحاضرة :

يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تقديم معلومات عن التفكير السلبي ومعرفة الافكار الخاطئة وإمكانية تعديلها .

• المناقشة الجماعية:

يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تبادل الراي حول موضوع المحاضرة بين الباحثة والطالبات وبين الطالبات وبعضهن البعض وبهذا فإن المادة العلمية للمحاضرة تصبح موضوع نقاش وحوار. والهدف من استخدام هذه الفنية هو إعادة البناء المعرفي للطالبات وتعديل الأفكار الخاطئة والتي تتسبب في حدوث التفكير السلبي والخلو

• إعادة البناء المعرفي:

تهدف هذه الفنية إلى توعية الطالبات بأسباب المشكلة، والتعرف على افكارهن السلبيه ومقارنتها مع الأفكار الايجابية البديلة لها .

• ثانياً: الفنيات السلوكية Behavior Techniques :

وتشمل سبيل المثال لا الحصر :

• الواجب المنزلي:

تهدف هذه الفنية إلى تطبيق فنيات البرنامج في العالم الواقعي ويتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في تكليف الطالبات ببعض الواجبات في نهاية كل جلسة .

• أداء الدور :

يتمثل المضمون التطبيقي لهذه الفنية في جعل الشخص يتبنى منظور الطرف الاخر فمثلا يطلب من العالج أن يقوم بدور المريض ويقوم المريض بدور المعالج

• صدق البرنامج الإرشادي:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق البرنامج وذلك بعرضه على عدد من أعضاء هيئة التدريس وأشار المحكمون إلى ملائمة البرنامج الإرشادي للهدف الرئيس للدراسة وهو تعديل التفكير السلبي وتعزيز الامن الفكري حيث أشار المحكمين إلى مناسبة التدريبات التي تم وضعها لتحقيق هدف البرنامج .

ويوضح جدول رقم(٥) البرنامج الإرشادي المعرفي -السلوكي والفنيات المستخدمة فيه

جدول (٥) البرنامج الإرشادي وهدف كل جلسة وفتياتها

الجلسة	موضوعها	الفتيات المستخدمة	اهداف الجلسة
الأولى	التهييد وبناء العلاقة الارشادية والاعداد للبرنامج	المناقشة الجماعية حول البرنامج المحاضرة	التعريف بالبرنامج التعرف المتبادل بين الباحثة والطالبات توضيح اهداف البرنامج ومناقشتها توقعات الطالبات المرتقبة من البرنامج وتصحيحها والفائدة التي تعود عليهن من تطبيق البرنامج الاتفاق على مواعيد الجلسات وعددها وضوابطها وحثهن على أهمية الحضور تقسيم استجابات الطالبات ودافعتيهن للمشاركة في البرنامج.
الثانية والثالثة	مفهوم التفكير السلبي والمفاهيم المرتبطة به والاثار المترتبة عليه	الضحد إعادة ترتيب البنية المعرفية	التعرف على ما تعرفه الطالبات عن مفهوم التفكير السلبي اعطاء تصور واضح وشامل عن مفهوم التفكير السلبي ومفهوم أحادية الرؤية الحديث عن التفكير السلبي والوقوف على الآثار السلبية الناتجة عنه. الاستبصار بطبيعة الأفكار السلبية وتأثيرها على الفرد. إدراك الطالبات لخطورة التفكير السلبي.
الرابعة	العلاقة بين التفكير والسلوك	المراقبة الذاتية للأفكار والتخيلات السلبية الواجب المنزلي	الكشف عن العلاقة بين الأفكار والمشاعر والسلوك باعتبارها علاقة تفاعلية تغيير الأفكار يؤدي إلى تغيير الانفعالات - تدريب الطالبات على تصحيح ما لديهن من أفكار سلبية أو تشوهات فكرية استبدال الأفكار السلبية بأفكار عقلانية ايجابية
الخامسة	تنمية الوازع الديني للتحصين من الأفكار السلبية	المحاضرة المناقشة الجماعية	ابراز أهمية قواعد الععيدة الإسلامية واهدافها النبيلة في تحقيق الأمن الفكري للفرد والجماعة. تنمية الوازع الديني لما له من فوائد عظيمة في تنمية التفكير الإيجابي والبعد عن الظن السيء أو متاهات التوقع السلبي للآمور. حسن الظن واستخدام التوقع الإيجابي للمستقبل.
السادسة	تفعيل قيم الوسطية والاعتدال	المحاضرة المناقشة الجماعية	تعزيز معاني الوسطية والاعتدال وإزالة الأفكار السلبية التي تؤدي إلى الغلو وتحصين الفكر بالأفكار السليمة التي ينبثق منها السلوك الإيجابي الانتقال من التركيز على الأفكار السلبية الى الأفكار الإيجابية عن طريق ادراك أهمية قيمة التسامح كقيمة فكرية وموقف عملي كأحدى القيم الضرورية ومعنى التسامح ونبتد التعصب للرأى واتخاذ منظور الطرف الآخر
السابعة	التفاؤل والتركيز على احتمالات النجاح	المحاضرة والمناقشة الجماعية	التفاؤل والإقدام والإيجابية التركيز على احتمالات النجاح والتقليل من احتمالات الفشل. إيضاح نقاط القوة في الافكار والتركيز على الإيجابية. وعدم تضخيم الفشل الاهتمام بالفرص المتاحة والحرص على استغلالها. توقع النجاح والتشجيع على الإقدام
الثامنة	المرونة والحوار الفعال	الحوار الذاتي	القدرة على توليد الأفكار المتوقعة وتوجيهه او تحويل مسار التفكير مع تغيير المثير البعد عن الجمود الذهني او التصلب والذي يعنى تبني أنماط ذهنية محددة وغير قابلة للتغيير التدريب استخدام الحوار مدعما بالحجج والبراهين والادلة الحقبقة مما يعكس الأمن الفكري
العاشرة	التفكير الإيجابي	الحوار الذاتي المحاضرة	الحديث الإيجابي إلى الذات التواصل مع الافراد الايجابين النظر إلى الأشياء بصورة إيجابية النظرة الإيجابية للآخرين.

« المعالجة الإحصائية للبيانات.

« مُعامل الارتباط (بيرسون. Person)

« معادلة ألفا كرونباخ.

« اختبار مان ويتنى .

• عرض النتائج ومناقشتها :

• نتائج الفرض الأول :

ينص الفرض الأول على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس التفكير السلبي في القياس البعدي لصالح افراد المجموعة التجريبية ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب قيمة (Z) ودلالاتها لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي والجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦) نتائج اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في مقياس التفكير السلبي وابعاده في القياس البعدي

المتغيرات	المجموعة	ن=٣٠	متوسط الترتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
البعدي الأول	التجريبية	١٥	٩.٨٠	١٤٧	-٣.٥٦١	٠.٠٠١
	الضابطة	١٥	٢١.٢٠	٣١٨		
البعدي الثاني	التجريبية	١٥	٩.٥٣	١٤٣	-٣.٧٢٨	٠.٠٠١
	الضابطة	١٥	٢١.٤٧	٣٢٢		
البعدي الثالث	التجريبية	١٥	٨.٦٣	١٢٩.٥٠	-٤.٢٩١	٠.٠٠١
	الضابطة	١٥	٢٢.٣٧	٣٣٥.٥٠		
البعدي الرابع	التجريبية	١٥	٩.٧٥	١٤٣.٥٠	-٣.٧١٧	٠.٠٠١
	الضابطة	١٥	٢١.٣٤	٣٢١.٥٠		
الدرجة الكلية	التجريبية	١٥	٨	١٢٠	-٤.٦٧٠	٠.٠٠١
	الضابطة	١٥	٢٣	٣٤٥		

ويتبين من جدول (٦) ان قيمة (Z) للفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات التفكير السلبي للقياس البعدي داله عند ٠.٠٠١ لصالح متوسطات المجموعة التجريبية مما يؤكد صحة الفرض الأول، وهذا يدل على فاعلية الفنيات التي استخدمتها الباحثة لخفض التفكير السلبي لدى العينة التجريبية.

• نتائج الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات افراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأمن الفكري في القياس البعدي لصالح افراد المجموعة التجريبية ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب قيمة (Z) ودلالاتها لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي والجدول (٧) يوضح صحة الفرض .

جدول (٧) نتائج اختبار مان ويتنى لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الأمن الفكري في القياس البعدي

المتغير	مجموعتا المقارنة	العدد	متوسط الترتب	مجموع الترتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الأمن الفكري	التجريبية	١٥	٢٣	٣٤٥	-	٠.٠٠١	المجموعة التجريبية
	الضابطة	١٥	٨	١٢٠			

يتضح من جدول (٧) قيمة (Z) للفرق للمجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الأمن الفكري وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح متوسطات المجموعة التجريبية مما يؤكد صحة الفرض الثاني حيث ازداد الشعور بالأمن الفكري لدى أفراد المجموعة التجريبية

• مناقشة النتائج :

• أولاً مناقشة نتائج الفرض الأول

أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح المجموعة التجريبية، ويبدل هذا على فاعلية الفنيات التي استخدمتها الباحثة لخفض التفكير السلبي لدى العينة التجريبية والمبنية على الإرشاد المعرفي السلوكي مثل فنية المراقبة الذاتية التي أدت إلى انخفاض معدل تكرار السلوكيات غير المرغوب فيها وقدمت أدلة تخفض من ميل الطالبات إلى تذكر الفشل بدلاً من النجاح حيث أدت إلى المرونة في التفكير وتعدد الرؤى والبعد عن السلبية والشعور بفاعلية الذات وهو ما أشار إليه بانديورا ١٩٨٩ من أن الأفراد الذين لديهم شعور مرتفع بفاعلية ذاتهم لديهم قدرة على التفكير بصورة إيجابية حيث أنهم يتصورون سيناريو النجاح دائماً وأن الفشل هو أولى خطوات النجاح كما أنهم يتعاملون مع المشكلات المختلفة بصورة أكثر عمقا وكفاءة ويرسمون لأنفسهم خططا ناجحة توضح الخطوط الإيجابية المؤدية للنجاح مقارنة بالمنخفضين.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة بدبار وزملاؤه (Badpar,etal 2017) والتي انتهت إلى وجود فروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية حيث تبين أن التدريب على التفكير الإيجابي وخفض الصراع كان فعال لدى المجموعة التجريبية حيث كان أفرادها أكثر خفصاً للصراع وأكثر شعوراً بالسعادة من أفراد المجموعة الضابطة.

كما تتفق مع دراسة كل من (أبو عيطة والخزاعلة، ٢٠١٢) والتي أشارت إلى أن الإرشاد الجمعي القائم على الاتجاه المعرفي كان له دور في تعديل الأفكار السلبية لدى المجموعة التجريبية وتتفق كذلك مع نتائج دراسة (العبيدي ٢٠١٣) من أن البرنامج التربوي كان له أثر في خفض التفكير السلبي لدى أفراد المجموعة التجريبية .

كما تتفق مع دراسة (سالم، ٢٠٠٦) والتي انتهت إلى فاعلية البرنامج المستخدم لتنمية التفكير الإيجابي والتخفيف من حدة الضغوط لدى الطالبات كذلك تتفق مع ما انتهت إليه دراسة ميدن (Mydin, 2016) من التكنيكيات العلاجية المستندة إلى العلاج المعرفي السلوكي كانت فعالة في خفض التفكير السلبي .

وتتفق أيضا مع ما أشار إليه ماكليود ومور (MacLeod & Moore, 2000) من أن التفكير الإيجابي والسلبي ينظر إليهم كطرفين نقيضين على متصل وبالتالي إذا هدف العلاج إلى خفض التفكير السلبي سوف يؤدي في الواقع إلى زيادة التفكير الإيجابي .

وتتفق أيضا مع ما كشفت عنه العديد من الدراسات عن فعالية أساليب العلاج المعرفي بصفة عامة في التخفيف من حدة الاضطرابات النفسية لدى الأفراد سواء استخدمت بمفردها أو مع فنيات أخرى، حيث يذكر كل من ميرتش (Merch, 1991) وتوادل سكوت (Twaddle & Scott, 1991) أن فنية تغيير أو تعديل البنية المعرفية هي جوهر الأساليب العلاجية المعرفية بصفة عامة (شاهين، حمدي، ٢٠٠٨، ١٧) .

وتتفق أيضا مع ما أشار إليه (اليس، ١٩٧٥) من أن أفضل أسلوب للتخلص من الأفكار اللاعقلانية يكمن في تعديل تلك العمليات العقلية أو المعرفية نفسه حيث اشارت العديد من الدراسات التجريبية أن الأفراد المضطربين نفسيا لديهم أفكار للاعقلانية أكثر من غير المضطربين، وأن الاضطراب الانفعالي يرتبط أساسا باعتناق الفرد بعض الأفكار التي تخلو من المنطق والعقلانية، ويستمر هذا الاضطراب مع استمرار تبني الفرد لهذه الأفكار. وبما أن العديد من الاضطرابات النفسية هي نتيجة للعمليات العقلية اللاعقلانية واللاتكيفية، ولذلك أفضل أسلوب للتخلص من تلك الاضطرابات يكمن في تعديل تلك العمليات العقلية أو المعرفية نفسها (شاهين، حمدي، ٢٠١١، ٤)

ولا شك ان تغيير التفكير السلبي إلى إيجابي يأتي بتغيير الأفكار التي يضعها الشخص في ذهنه فإن كانت هذه الأفكار سلبية كانت النتائج سلبية وإذا وضع الشخص في ذهنه أفكارا إيجابية مثل الحب والتسامح فسيجد أن الأفكار الموجودة في ذهنه ستتحول إلى تركيز ثم إحساس ثم سلوك ثم في النهاية نتائج من نفس النوع وسوف يستمر في الحصول على نفس النتائج لذلك لن يحدث التغيير إلا لو قرر الأفراد قرراً قاطعاً بتغيير الجذور التي بدأها وهي الأفكار (عبد الخالق ٢٠٠٨)

حيث يحول التفكير السلبي دون قدرة الشخص على التقويم الإيجابي للأحداث والوقائع الحياتية ويؤدي إلى الشعور بالإحباط والحزن واليأس وتبني النزعة التشاؤمية في المستقبل كما يجعل الشخص يعتقد افتقاده للجدارة والافتقار الشخصي (أبو حلاوة، والشربيني، ٢٠١٤) :

ويؤيد ذلك نتائج الدراسات التي اشارت إلى ارتباط مستويات القلق والاكئاب بالتفكير السلبي (Fresco, et al, 2002; Segerstrom et al., 2000; Siegle, Moore, & Thase, 2004)

ويرى فريمان وديفنبيك (Freeman & Diefenbeck 2005) أن العلاج المعرفي السلوكي يفحص ويعالج manipulates الاعراض السلوكية والمعرفية ويساعد الفرد على تقييم وتعديل الأفكار المشوهة والسلوكيات المختلفة، عن طريق التآلف والاتحاد بين التكنيكات السلوكية والمعرفية لمساعدة الشخص ان يواجه ويتألف COPE With مع الاعراض ويجد طريقة أفضل ليتعامل مع مشكلات الحياة ويساعده على تغيير نمط تفكيره معتقداته (Forsyt, etal,2010,: 262)

وبذلك يكون العلاج المعرفي السلوكي علاجاً نشطاً، تعاونياً، توجيهاً، تعليمياً، قصير الأمد، أهدافه واضحة ويتفق البرنامج المستند الى الإرشاد المعرفي السلوكي مع ما اقترحه تومسن و كرونباخ (Thomassian & comacho 2011)، بشأن الطرق التي تساعد الافراد على تغيير التفكير السلبي إلى تفكير إيجابي من بينها التركيز على جودة الأفكار، تأكيد الذات الإيجابي positive self-assertiveness والتحكم في الأفكار والشعور بالمسؤولية الذاتية عن الأفكار ثم التركيز على الحاضر بدلاً من الماضي أو المستقبل، استخدام لغة إيجابية والبعد عن الافراد السلبيين (Autom&Hadad,2015:277)

كما أن الارشاد المعرفي السلوكي يجعل الافراد اكثر وعيا بالتفكير السلبي ويمدهم بطرق أخرى للتعامل مع هذه السلبية (Forsyt, etal,2010 : 263)

ويتوقع أن تدريب الطالبات على التفكير الإيجابي قد أدى إلى تنمية مهاراتهم على اتخاذ القرار وحسن من مستوى طموحهن الأكاديمي فالتفكير الإيجابي يجعل المرء أكثر استبصار بذاته وقدراته وذلك بسبب ادراكه الموضوعي لذاته وللعالم الخارجي مما يساعده على اتخاذ قرارات بناءه ويعينه على وضع مستوى طموح أكاديمي (الخولى، ٢٠١٤: ١٨٩)

كما ان التفكير الإيجابي يؤدي الى الشعور بالسعادة ،وكل انسان يخلق سعادته وفق طريقته في التفكير ونظرته للأمور والاحداث فاذا أراد الفرد ان يكون سعيدا فعليه ان يفكر بطريقة إيجابية فيها تفاعل وليس تشاؤم فيها رضا وليس سخط فيها توقع للنجاح وليس فيها جزع فالسعيد ينظر الى الجانب المشرق في الحياة ويتذكر الخبرات السعيدة ويتعامل مع احداث الحياة على انها جالبة للفرح والسرور كما تتفق فيرافيرا على أهمية أن يفكر ويتحدث الفرد بطريقة إيجابية حيث ان الأفكار الإيجابية تتذبذب بداخل الفرد بتردد معين يؤدي الى تنشيط مشاعر السعادة بداخله وتحقق له الصحة الجسمية والسعادة الوجدانية(عبد الوهاب،٢٠٠٦: ٢٦٠)

ويؤكد ذلك (مارتن سيليجمان) حيث أشار إلى أن الإيجابية في التفكير والسلوك تعد مصدرا للسعادة الحقيقية فهي تساعد الفرد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين وتمكنه من أن يحدد لنفسه هدف وتعيّنه على مواجهة الصعاب في وسيلة الإنسان إلى شحذ قوته والصمود والمقاومة. (النجار،الاطلاع ، ٢٠١٥ : ٢٢٧)

• **ثانياً مناقشة نتائج الفرض الثاني :**

ينص الفرض الثاني على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الأمن الفكري ولتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب الفروق بين متوسطات رتب درجات المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للأمن الفكري باستخدام اختبار مان-ويتني

جدول (٨) نتائج اختبار مان ويتني لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للأمن الفكري

المتغير	المجموعة	ن=٣٠	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الأمن الفكري	التجريبية	١٥	٢٣	٣٤٥	-٤.٦٧١	٠.٠٠١	المجموعة التجريبية
	الضابطة	١٥	٨	١٢٠			

يتضح من جدول (٨) أن قيمة (Z) للفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في درجات الأمن الفكري دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح متوسطات المجموعة التجريبية في القياس البعدي للأمن الفكري.

• **مناقشة نتائج الفرض الثاني:**

وتعنى هذه النتيجة التي جاءت في الاتجاه المتوقع انه حدث زيادة في الأمن الفكري لدى أفراد المجموعة التجريبية، كما تؤكد فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي في تعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات ولا شك أن تحقق الأمن الفكري يعكس تحقق معنى الوعي الأمني الإيجابي الذي يعنى ادراك الفرد لذاته وادراكه للظروف الأمنية المحيطة به، وتكوين اتجاه عقلي إيجابي نحو الموضوعات الأمنية العامة (الحوشان، ١٤٢٥هـ، :١٩)

ومن المتفق عليه ان سلامة العقل والفكر من الضرورات الخمس التي أكد الإسلام على رعايتها

وحفظها والتي تتضمن (الدين، والنفس، والعقل، والمال والعرض) حيث يؤدي الأمن الفكري إلى امداد الفرد بالمناخ والظروف التي يشعر فيها انه آمن على مبادئه ومعتقداته التي يؤمن بها (Falah,etal, 2016)

كما تشير نتائج الدراسة أيضا إلى انه إذا كانت طريقة التفكير عقلية ومنطقية فإن الفرد سوف يسلك بطريقة ملائمة مناسبة وسوف يؤدي ذلك إلى السلوك الوسطى السوي اما اذا كانت طريقة التفكير لا عقلية ولا منطقية فإن السلوك والانفعال سيكونان على درجة مرتفعة من الاضطراب (إبراهيم، ٢٠٠٨ :٩٧)

ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضا بأن البرنامج الإرشادي والفتيات المستخدمة كانت ذات معنى مع هؤلاء الطالبات مما جعلهن أكثر مرونة في تفسير المواقف

واكسب افراد المجموعة التجريبية البعد عن الغلو والتطرف ولا شك أن الغلو والتطرف في التفكير سبب للانحراف عن السواء ويدفع هذا الغلو في التفكير وعدم الوسطية إلى مسالك متعددة منها سوء الظن بالآخرين والحكم السلبي المسبق والحاد على ما يحملونه من أفكار من الآخرين (الدغيم ٢٠٠٥):

ويرى البعض ان الأمن الفكري يبدأ بالتفكير الناقد واعمال العقل ويمتد لإتاحة فرص الاندماج المجتمعي وذلك بهدف القضاء على ذرائع الاستقطاب مع اعلاء قيمة العمل والمشاركة المجتمعية (النملة، ٢٠١٥: ٤٠)

ولذلك تقع على الجامعة مسؤولية كبرى في حماية الطلاب من تأثيرات الغزو الفكري، وحماية المجتمع من كل فكر ضال أو منحرف وذلك من خلال صنع سياج أمني يحصن الشباب من كل فكر دخيل، ويعزز انتمائهم لدينهم وأمتهم ووطنهم ويجعلهم أكثر قدره على الحفاظ على هوية الامة وثقافتها وقيمها ومثلها وأكثر وعياً بأخطار ولن يتأتى هذا من خلال إكسابهم المعايير والقيم والمثل الخلقية، والقذوة الحسنة، (طاش، ١٤١٣، ٤٢٠، الحازمي، ١٤٢٦ : ٥)

• الخاتمة والتوصيات :

نستنتج من خلال تأمل نتائج الدراسة الراهنة أهمية البرامج الارشادية التي تستند الى أسس ومبادئ العلاج المعرفي السلوكي في تعديل التفكير السلبي وتعزيز الأمن الفكري لدى الطالبات ولا شك اننا لمسنا من خلال عرضنا للإطار النظري والدراسات السابقة أن الأمن الفكري مسئولية جميع مؤسسات الدولة الرسمية وغير الرسمية ويمكن في ضوء ذلك استخلاص بعض التوصيات نوجزها فيما يلي:

◀ ضرورة إجراء مزيد من البرامج الارشادية التي تهدف إلى تبصير الشباب بقيم الوسطية والبعد عن الغلو والتطرف في التفكير.

◀ دراسة أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تسهم في اكتساب الأبناء للمفاهيم المتطرفة والتفكير السلبي .

◀ لقاء الضوء بشكل أكبر على دور الجامعات في تعزيز قيم الانتماء وتعميق الشعور به لدى الطلاب من خلال دورها في تشكيل سلوك الفرد حتى يشعر الطلاب بالأمن النفسي ومن ثم بالأمن الفكري وتنمية مفهوم "النحن" لدى الطلاب والبعد عن الفردية "الانا" وهذا يجعلهم يحبون لوطنهم ما يحبون لأنفسهم ويكرهون له ما يكرهون لأنفسهم.

• المراجع :

- إبراهيم، عبد الستار (٢٠٠٨). عين العقل؟ دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الإيجابي. القاهرة: دار الكاتب للطباعة والنشر والتوزيع.

- أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد، الشريبي، عاطف مسعد الحسيني (٢٠١٤). الانتماء الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين على ضوء الشعور بالاضطهاد النفسي والتفكير السلبي والاستبصار الاجتماعي مجله دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٣(٤٥) ٢١١ - ٢٧٧
- أبو ذبية، على ياسر (٢٠١٣). مستوى سلوك التذمر لدى الطلبة وعلاقته بالتفكير السلبي لديهم، رسالة ماجستير كلية العلوم التربوية والنفسية جامعة عمان الأردن.
- أبو عيطة، سهام درويش، الخزاعلة، زياد منصور (٢٠١٢). اثر برنامج إرشادي نفسي في تعديل الأفكار السلبية لدى الشباب المتأخرين عن سن الزواج مجلة الدراسات التربوية والنفسية جامعة السلطان قابوس، ٦(٢) ١ - ٣٠.
- البربري، محمد ابن احمد عوض(١٤٣٠). دور الجامعات العربية في تحقيق الأمن الفكري وتعزيز الهوية الثقافية لدى طلابها دراسة مقارنة مع الجامعات الصينية بحث مقدم للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري « المفاهيم والتحديات » كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز لدراسات الأمن الفكري بجامعة الملك سعود ١٠ - ٥٢.
- البقمي، سعود بن سعد محمد (٢٠٠٨). درجة اسهام مديري المدارس الثانوية في تعزيز الأمن الفكري من وجهة نظر طلاب الصف الثالث الثانوي بمنطقة الرياض رسالة ماجستير، جامعة مؤتة.
- جمعة، أمل أحمد (٢٠١٦) برنامج قائم على القراءة للحد من التفكير السلبي لدى طلبة الجامعة. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية، ٤ (٢) ١٦٤، -١٩٨.
- الحازمي، حجاب بن يحيى (٢٠٠٥) الدور الأمني للمؤسسات التربوية والثقافية المجلة العربية ع(١٠٤) الرياض.
- الحسناوي، موفق عبد العزيز (٢٠١٠) دور الجامعة في بناء شخصية الطالب، موقع منتديات نور الإسلام .
- حمدان، سعيد بن سعيد ناصر، عبد الله، سيد جاب الله السيد(١٤٣٠) دور المؤسسات الاجتماعية في تحقيق الأمن الفكري رؤية نظرية ودراسة تحليلية بحث مقدم للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري « المفاهيم والتحديات » في الفترة من ٢٢ -٢٥ جماد الأول كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز لدراسات الأمن الفكري بجامعة الملك سعود ١ - ٢٦
- الحوشان، بركة ابن زامل(٢٠٠٤) أهمية المؤسسات التعليمية في تنمية الوعي الأمني ندوة المجتمع والأمن ادورة الثالثة المنعقدة خلال الفترة من ١١ -١٤ ج الرياض كلية الملك فهد الأمنية، مركز البحوث والدراسات.
- الخارجي، عبد الواحد عبد العزيز (٢٠١٠). فاعلية المرشد الطلابي في تعزيز الامن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية رسالة ماجستير، قسم العلوم الاجتماعية جامعة نايف للعلوم الأمنية كلية الدراسات العليا.
- خضير. مرفت إبراهيم براهيم(٢٠١٣) فاعلية برنامج إرشادي تكاملي لتنمية التفكير الإيجابي في التخفيف من حدة الضغوط النفسية لدى أمهات الأطفال المصابين بسرطان الدم مجلة كلية التربية، جامعة الازهر، ٦(١٥٦) ٧٢١ - ٧٧٩
- خليل، نسرین يعقوب محمد، الشريف، الاء حسين (٢٠١٤) القيم وعلاقتها بمهارات التفكير الإيجابي لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز مجلة كلية التربية، (جامعة بنها)، ٢٥(٩٩) ٣٠٩ - ٣٤٢.

- خليل، ولاء حسين حسن (٢٠١٢) الخصائص النفسية والعرفية الفارقة للطلاب المراهقين ذوي التفكير الإيجابي والتفكير السلبي رسالة ماجستير غير منشورة معهد الدراسات والبحوث التربوية جامعة القاهرة.
- الخولي، منال على محمد (٢٠١٤) أثر برنامج تدريبي قائم على تحسين التفكير الإيجابي في مهارات اتخاذ القرار ومستوى الطموح الأكاديمي لدى طالبات الجامعة المتأخرات دراسيا مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (٢) ١٩٦ - ٢٤٢.
- الدحادحة، باسم (٢٠٠٤). أثر التدريب على تنفيذ الأفكار اللاعقلانية وتأکید الذات في خفض مستوى الاكتئاب، وتحسين مفهوم الذات لدى الطلبة المكتئبين. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا: عمان، الأردن.
- الدغيم، محمد دغيم (٢٠٠٥) الانحراف الفكري وأثره على الأمن الوطني في دول مجلس التعاون لدول الخليج العربية، جائزة مجلس التعاون لدول الخليج العربي للبحوث الأمنية.
- راضي، محمد عبد الناصر (٢٠١٣) دور الجامعة في تفعيل الامن الفكري التربوي لطلابها دراسة ميدانية، المجلة التربوية مصر، ٣٣، ٧٩، ١٤٠.
- الربيعي، محمد (٢٠٠٩) "دور المناهج الدراسية في تعزيز مفاهيم الامن الفكري لدي طلاب الجامعات في المملكة العربية السعودية، المؤتمر الوطني الاول "مفاهيم وتحديات" جامعة الملك سعود.
- زهران، حامد (١٩٩٨) التوجيه والإرشاد النفسي (ط٣) القاهرة عالم الكتب .
- سالم، أماني سعيدة سيد ابراهيم (٢٠٠٦): فاعلية برنامج لتنمية التفكير الإيجابي لدى الطالبات المعرضات للضغط النفسي في ضوء النموذج المعرفي، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، (٤)، ١٠٥ - ١٦٩.
- سلمان، محمد إبراهيم، و عسليبة محمد إبراهيم (٢٠١٦) دور الجامعات الفلسطينية بمحافظات غزة في تنمية وعي الطلاب بالثقافة الأمنية لمواجهة المخاطر الأمنية مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية) المجلد العشرون، تحت الطباعة، ص ١ - ٤٥.
- السليمان، إبراهيم سليمان (٢٠٠٦): دور الادارات المدرسية في تعزيز الأمن الفكري للطلاب دراسة ميدانية على مدارس التعليم العام بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، غير منشوره، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية.
- سولسو، روبرت (٢٠٠٠) علم النفس المعرفي، ترجمة: محمد نجيب الصبوة ومصطفى كامل ومحمد الحسانين الدق، القاهرة: الانجلو المصرية.
- شاهين، محمد احمد، حمدي، محمد نزيه (٢٠٠٨) العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة فلسطين وفاعلية برنامج إرشادي عقلاني في خفضها. مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، فلسطين، (١٤) ١١ - ٦٢.
- شاهين، محمد احمد، حمدي، محمد نزيه (٢٠١١) درجة تقدير الذات لدى عينة من طلبة الجامعة في فلسطين في علاقتها بالتفكير اللاعقلاني وفاعلية برنامج إرشادي في تحسينها مجلة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات فلسطين.
- شلدن، فايز (٢٠١٣) دور كليات التربية بالجامعات الفلسطينية في تعزيز الأمن الفكري لدى طلبتها وسبل تفعيله مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية ٢١، (١) ٣٣، ٧٣.
- صابر. ممدوح (٢٠٠٩) الأفكار اللاعقلانية كإحدى إشكالات الأمن الفكري المؤشرة باضطراب الشخصية دراسة مقدمة للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري تحت شعار

- (المفاهيم والتحديات) جامعة الملك سعود ممثلة في كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز لدراسات الأمن الفكري في الفترة ٢٥.٢٢ جماد الأول لعام ١٤٣٠هـ.
- الصعقبي، مروان (١٤٣٠) أبعاد تربوية وتعليمية في تعزيز الأمن الفكري: دراسة مقدمة للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري تحت شعار (المفاهيم والتحديات) بجامعة الملك سعود ممثلة في كرسي الأمير نايف بن عبدالعزيز لدراسات الأمن الفكري في الفترة ٢٥.٢٢ جماد الأول
- طاش، عبد القادر(١٤١٣) وباء المخدرات و دور وسائل الإعلام في التوعية بمخاطره،سلسلة محاضرات الموسم الثقافي الرابع، المركز العربي للدراسات الامنية و التدريب، الرياض.
- طاشكندي، لىلى بنت عبد المعى عبد الشكور(١٤٣٧) دور المعلم في تعزيز الأمن الفكري في نفوس الطلاب بحث مقدم إلى جامعة أم القرى متطلب للمشاركة ف المؤتمر الخامس بعنوان(إعداد المعلم وتدريبه فى ضوء مطالب التنمية ومستجدات العصر)
- عبد الحفيظ عبد الله(٢٠٠٦) نحو بناء الاستراتيجية وطنية لتحقيق الامن الفكري في مواجهة الإرهاب رسالة دكتوراه، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- عبد العليم، فاطمة محمود (٢٠١٦). رؤية مستقبلية لتفعيل دور المرشد الأكاديمي في تدعيم الأمن الفكري للشباب الجامعي من وجهة نظر الخدمة الاجتماعية. مجلة الخدمة الاجتماعية (٥٥) (رابطة الاخصائيين الاجتماعيين)، ١٠١ - ١٦٩ .
- عبد الوهاب ، أمانى مقصود(٢٠٠٦)السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين مجلة البحوث النفسية والتربوية كلية التربية جامعة المنوفية ٢١(٢١):٢٥٥ -٣٠٨.
- لعبیدی. طه عبد الحميد محمود (٢٠١٣) أثر برنامج تربوي في خفض التفكير السلبي لدى طلبة المرحلة الإعدادية كلية التربية جامعة تكريت رسالة ماجستير غير منشورة.
- العبيدى، عفرأ إبراهيم خليل (٢٠١٣) التفكير الإيجابي - السلبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد المجلة العربية للتفوق، ٤، (٧) ١٢٣- ١٥٢ .
- عطا، سهاد عبد الله. (٢٠١٧) أثر برنامج تعليمي قائم على استراتيجيات الحوار والمناقشة في تنمية مفاهيم الامن الفكري مجلة الدراسات الاجتماعية، ٢٣، (١) ٥٤- ٦٩
- علي، أماني عبد الله، والخضر، إبراهيم. (٢٠١٣) دور الأمن الفكري في تحقيق الأمن والاستقرار في الحياة الاجتماعية مجلة دراسات نفسية الجمعية النفسية السودانية (١٢) ١٠١-١٣٣.
- العنزي، عبد العزيز(٢٠١٤) تصور استراتيجي لتعزيز الامن الفكري من خلال مناهج التعليم الثانوي السعودي: مقررات العلوم الشرعية انموذجا ، رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- غانم، زياد بركات (٢٠٠٥). التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتربوية مجلة دراسات عربية في علم النفس، ٤، (٣) ٨٥ -١٣٨.
- فتح الله، مندور عبد السلام محمد (٢٠٠٩) تنمية مهارات التفكير الإطار النظري والتطبيق العملي. الرياض دار النشر الدولي.
- الفقى، إبراهيم محمد (٢٠٠٩) قوة التفكير وتأثيره على احساسيك وسلوكك ونتائج وواقع حياتك دمشق: دار التوفيق

- المالكي، عبد الحفيظ بن عبد الله (٢٠٠٩) الأمن الفكري مفهومه، وأهميته ومتطلبات تحقيقه مجلة البحوث الأمنية السعودية، ١٨ (٤٣)، ١٦- ٧٤.
- محفوظ، نجلاء (٢٠٠٥) أسرار النجاح والسعادة دليلك الى فنون الحياة. دار العلم والثقافة، القاهرة الندوة الفكرية، العرب والعولمة تحرير أسامة أمين الخولي مركز دراسات الوحدة العربية.
- المحمادي، طلال بن غازي حميد (٢٠١٢). دور التوجيه والإرشاد الطلابي في تعزيز الأمن الفكري لدى طلاب المرحلة الثانوية في مدينة مكة المكرمة دراسة مقدمة إلى قسم علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى متطلب تكميلي للحصول على درجة الماجستير في علم النفس.
- محمد، عبد الناصر راضي (٢٠١٣) دور الجامعة في تفعيل الأمن الفكري التربوي لطلابها دراسة ميدانية، المجلة التربوية مصر ج٣٣. كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي ٨٠ - ١٣٣
- محمد، علاء محمد عبد الوهاب (٢٠١٢) دور ممارسة الأنشطة الثقافية في تحقيق الأمن الفكري لدى الطلاب دراسة ميدانية، رسالة ماجستير 'كلية التربية بالعريش، جامعة قناة السويس مجلة القراءة والمعرفة (١٤٢) ١٩٦ - ١٧٣.
- منصور محمد عصام (٢٠١٠) دور المدرسة في تعزيز الأمن الفكري: دراسة ميدانية على طلبة المرحلة الأساسية العليا في مديرية تربية عمان الأولى من وجهة نظر المدرء والمعلمين والطلاب عالم التربية مصر ١١ (٣١) ٥ - ١٦.
- النجار، يحيى، الطلاع، عبد الرؤف (٢٠١٥) التفكير الإيجابي وعلاقته بجودة الحياة لدي العاملين بالمؤسسات الأهلية بمحافظة غزة . مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية) ، ٢٩، (٢)
- النملة، عبد الرحمن بن سليمان (٢٠١٥) الأمن الفكري: مستويات التفكير واتجاهات التطبيق مجلة فكر - مركز العبيكان للأبحاث والنشر - السعودية، (١١) ٤٠ - ٤١
- الهماش، متعب ابن شديد (١٤٣٠). إستراتيجية تعزيز الأمن الفكري دراسة مقممة للمؤتمر الوطني الأول للأمن الفكري تحت شعار (المفاهيم والتحديات) بجامعة الملك سعود ممثلة في كرسي الأمير نايف بن عبد العزيز لدراسات الأمن الفكري في الفترة ٢٥.٢٢ جماد الأول، ١- ٣٩.
- هواري، معراج عبد القادر، عدون ناصر دادي (٢٠١١) دور الجامعات في تعزيز مبدأ الوسطية والأمن الفكري للطلاب دراسة ميدانية على جامعة الأغواط بالجزائر أبحاث مؤتمر دور الجامعات العربية في تعزيز مبدأ الوسطية بين الشباب العرب، ٢- ٢٦.
- الوقاد، مهاب محمد جمال الدين (٢٠١٣) التنبؤ بالتفكير الإيجابي /السلبى لدى عينة من طلبة الجامعة من خلال معتقداتهم المعرفية وفعالية الذات لديهم مجلة كلية التربية بينها ٢٣ (٩٢) ٢١٧ - ٢٤٦ .
- Atoum,A.y.&Hadad, A.H. (2015)The effect of a training Program based on positive thinking in reducing test anxiety among tenth grade Jordanian student Indian journal of positive psychology 6,(3), 276-278.
- Badpar, F., Amini, N., & Rishehri, A .P. (2017). Effectiveness of positive thinking on reducing conflict and increasing happiness and

- sense of self-efficacy in high school students Choram Indian Journal of Positive Psychology, 8(3), 356-359.
- Bamford, C. & Lagattuta, K, H. (2012). Looking on the Bright Side: Children's Knowledge about the benefits of positive versus negative Thinking. Child Development, 83, (2), 667-682.
 - Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing, positive, and negative feelings. Social Indicators Research Series 39,(1)
 - Ehring, T. & Watkins, E, R. (2008). Repetitive Negative Thinking, as a Trans diagnostic Process. International Journal of Cognitive Therapy, 1, (3), 192-205.
 - Ehring, T., Zetsche, U., Weidacker, K., Wahl, K, Schoenfeld, S., & Ehlers, A. (2011). The Perseverative Thinking Questionnaire (PTQ) Validation of a content-independent measure of repetitive negative thinking. Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 42, 2, 225-22.
 - Falah, K., Rahamneh, A, Amin, M. & Al-oudah, H. (2016). A proposed educational vision for activating the role of the Jordanian universities student's families in enhancing student's intellectual security from the student's perspective. European Scientific Journal, 12, 105-122.
 - Forsyth, D, M. Poppe, K. Nash, V., Alarcon & Kung, S. (2010) Measuring Changes in Negative and Positive Thinking in Patients with Depression. Perspectives in Psychiatric Care, 46, (4), 257-265.
 - Fresco, D.M., Frankel, A.N., Mennin, D.S., Turk, C L., & Heimberg, R. G. (2002). Distinct and overlapping features of rumination and worry the relationship of cognitive production to negative affective states. Cognitive Therapy and Research, 26, 179-188.
 - Gong, H. & Medin, D. I (2012). Construal levels and moral judgment: Some complications. Judgment and Decision Making, 7, (5), 628-638.
 - Hertel, P. & McDaniel, L. (2010) the suppressive power of positive thinking: Aiding suppression-induced forgetting in repressive coping. Cognition and emotion. 24, (7), 1239-1249.

- Hollon, S. D., Stewart, M. O., & Strunk, D. (2006). Enduring effects for cognitive behavior therapy in the treatment of depression and anxiety. *Annual Review of Psychology*, 57, 285-315.
- Kollei, I., & Martin, A. (2014). Body-related cognitions, affect, and post-event processing in body dysmorphic disorder. *Journal of Behavior Therapy & Experimental Psychiatry*, 45, 144–151.
- MacLeod, A.K. & Moore, R. (2000). Positive Thinking Revisited Positive Cognitions, Well-being and Mental Health. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7, 1-10
- Marshall, M. A., & Brown, J. D. (2006). Emotional reactions to achievement outcomes: Is it really best to expect the worst? *Cognition & Emotion*, 20, 43–63
- McEvoy, M.P., Moulds, M.L. & Mahoney, A.E.J. (2014) Repetitive Negative thinking in anticipation of a Stressor Behavior Change ,31 , 1). 18–33.
- Mydin, Y, O., Al-Mashoor, S.H.A. & Razali, Z.A. (2016) Experiencing Negative thoughts? WRITE It on paper, crumple it and discard it *ASEAN Journal of Psychiatry*, 17 (1), 128-131.
- Nota, J, A, Coles M, E. (2015) Duration and Timing of Sleep are Associated with Repetitive Negative Thinking Cognition Therapy Research, (39), 253-261.
- Peter, M. McEvoye, M L. Moulds. & Alison E.J. M. (2014) Behavior Change, 31, (1). 18–33.
- Ruiz,F,J., Hernández,D.R., Falcón,J.C.,& Luciano,C.(2016) Effect of a One-Session ACT Protocol in Disrupting Repetitive Negative thinking: A Randomized Multiple-Baseline Design *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 16, (3), 213-233.
- Segerstrom, S. C., Tsao, J. C. I., Alden, L. E., & Craske, M. G. (2000) .Worry and rumination Repetitive thought as a concomitant and predictor of negative mood. *Cognitive Therapy Research*, 24, 671–688.
- Siegle, G. J., Moore, P. M., & Thase, M. E (2004) Rumination: One construct, many features in healthy individuals, depressed individuals, and individuals with lupus. *Cognitive Therapy and Research*, 28, 645–668.

- Snyder, C. R., Cheavens, J. S., & Michael, S. T. (Eds.) (2005) 23- Hope theory: History and elaborated model. Hauppauge NY: Nova Science.
- Stroebe, M., Boelen, P. A., van den Hout, MStroebe, W., Salemink, E., & van den Bout, J. (2007). Ruminative coping as avoidance. European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience, 257(8), 462–472.
- Watkins, E. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. Psychological Bulletin, 134(2), 163–206.
- WU, M., HO, S., LIN, S., Chang, W., & Chen, L. (2013) How do Thinking Styles Influence Collaborative Dispositions? A Study on the Relationships between Thinking Styles and Collaborative Dispositions for Youngsters in Taiwan Educational Sciences: Theory & Practice - 13(4) 2059-2070.

