



Available online at <http://proceedings.sriweb.org>

The 10th International Scientific Conference

Under the Title

“Geophysical, Social, Human and Natural Challenges in a Changing Environment”

المؤتمر العلمي الدولي العاشر

تحت عنوان "التحديات الجيوفيزيائية والاجتماعية والانسانية والطبيعية في بيئة متغيرة"

25 - 26 يوليو - تموز 2019 - اسطنبول - تركيا

<http://kmshare.net/isac2019/>

Positive thinking and its relation to family cohesion among a sample of teachers in Basra governorate

D. Safa Abdel - Zahra Hamid Al - Jamaan

Teaching psychological counseling and guidance

Faculty of Education for Human Sciences / University of Basra - Iraq

Abstract:The present study aimed to identify positive thinking and family cohesion, and to find the relationship between them in a sample of A sample of teachers of Basra Governorate (250) teachers. In order to achieve the goals, the first two measures of positive thinking (Jabr and Munshad) were composed of (62) paragraphs and the other for family cohesion (Al Abboudi) consisting of (46) paragraphs. The results showed that the respondents had positive thinking as they belonged to cohesive families; the results showed a relationship between positive thinking and family cohesion

Keywords: Thinking, Positive, Cohesion, Family, Teachers

التفكير الايجابي وعلاقته بالتماسك الاسري لدى عينة من المعلمات في محافظة البصرة

ا.م.د. صفاء عبدالزهرة حميد الجمعان

تدريسية قسم الارشاد النفسي والتوجيه التربوي

كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة البصرة - العراق

ملخص البحث



هدفت الدراسة الحالية الى معرفة التفكير الايجابي والتماسك الاسري ، وايجاد العلاقة بينهما لدى عينة من معلمات مديرية محافظة البصرة البالغة (250) معلمة. ولتحقيق الاهداف تم استخدام مقياسين الاول للتفكير الايجابي (جبر ومنشد) يتألف من (62) فقرة والاخر للتماسك الاسري (العبودي) ويتألف من (46) فقرة. اظهرت النتائج ان افراد العينة لديهم تفكير ايجابي كما انهم ينتمون الى اسر سودها التماسك ؛ كما اظهرت النتائج وجود علاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري

الكلمات المفتاحية: التفكير، الايجابي، التماسك، الاسري، المعلمات

مشكلة البحث

يؤثر اسلوب تفكير المعلمين على ادائهم وسلوكهم واساليب تعاملهم مع تلامذتهم ، فالتفكير السلبي للمعلم يؤدي الى مشكلات نفسية وتربوية للتلاميذ منها التأخر الدراسي والهروب من المدرسة وانخفاض الدافعية للدراسة ، فانهم يسعون الى تعظيم الامور السلبية وتعقيدها ، اما المعلمين ذوي التفكير الايجابي فعلى العكس يكون تفكيرهم ايجابيا و سلوكهم كذلك، تجدهم يتفاعلون مع الاخرين ويشيرون اجواء التفاؤل والمحبة ، فالاشخاص يسلكون كما يفكرون وهذا ما اكدته وجهة النظر المعرفية .

وقد تؤثر بيئة المعلمين وخاصة البيئة الاسرية ومدى تماسكها على مزاجهم وادائهم ، وخاصة بالنسبة للمعلمات اللواتي تتعدد ادوارهن والتزاماتهن المهنية والاسرية والاجتماعية ويقعن تحت ضغوط مختلفة دون مساندة اسرية تخفف عنهم هذه الاعباء، ومن هنا جاءت مشكلة البحث الحالي التي تتلخص بالاجابة عن السؤال الاتي: ما مدى العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى المعلمات؟

اهمية البحث

التفكير الايجابي يعني تبني مجموعة من الافكار العقلانية وامتداد نشاطات واهداف الفرد نحو اكتساب مهارات تمكنه من الممارسة الايجابية الموجهة نحو العيش بسعادة ورضا (ابراهيم، 2008، ص100) ، ويعد التفكير الايجابي من العوامل الاساسية التي تساعد على توجيه الحياة وتقدمها كما يساعد على حل الكثير من المشكلات. ويؤدي الى بناء مجتمع تسوده السعادة والالفة والمحبة والرحمة والقيم الفاضلة والاخلاق الكريمة. اذ انه يمثل ابرز جوانب الاقنطار الانساني وهو الاداة الاكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها، فالعقبات والمعوقات لا يمكن ان تحل عمليا الا من خلال التفكير الايجابي(حجازي، 2005، ص329)

يعد التفكير الايجابي بصفة عامة أداة لرؤية الجانب الايجابي من الاشياء بدلا من الجانب السلبي، و هو الميل الذي يجعل العقل يتقبل الافكار والصور والكلمات التي تبسط كل ماهو معقد بحيث يتوقع الفرد نتائج ايجابية تؤدي الى النجاح فيما يريد، أو يفكر في الحاضر او المستقبل (عبد الحميد، 6، 2012، ص26).



وقد اشارت الكثير من الدراسات والبحوث فضلا عن ادبيات علم النفس الى المزايا الصحية للتفكير الايجابي ، ومن بين هذه المزايا التمتع بصحة افضل بوجه عام ، وانخفاض ضغط الدم وانخفاض الاحساس بالالم والمزيد من المتابعة عندما تسير الامور بشكل سيء، فاصحاب التفكير الايجابي يميلون الى الاعتناء بانفسهم بشكل افضل وهم لا يقلقون كثيرا بشأن المستقبل، فهم ينظرون الى الجانب المشرق من الحياة (مجلة الابتسامة، 2014، ص20).

ويمكن ادراك اهمية التفكير الايجابي، فالانسان يستطيع ان يقدر طريقة تفكيره ، فاذا اختار ان يفكر بإيجابية يستطيع ان يزيل الكثير من المشاعر غير المرغوب فيها والتي ربما تعيقه عن تحقيق الافضل فالتفكير الايجابي هو مصدر القوة ومصدر الحرية، مصدر القوة لانه سيساعد على التفكير في الحل ومصدر حرية لانه سيحرر الانسان من الالام. (الفقي ، 2009، ص85)

يعد الترابط الاسري ظاهرة سوية للعائلة السعيدة في شتى جوانب الحياة الاجتماعية والنفسية والتربوية والدينية، والتماسك الاسري يتضمن التعاون والتآلف والمودة والرحمة وحرص كل فرد من افراد الاسرة على القيام بواجبه خير قيام، مراعي حقوق بقية اعضاء الاسرة عليه، وحريصا على مصلحتهم ومتعاوننا معهم، مما يظهر الاسرة وكأنها جسد واحد اذا اشتكى منه عضو تداعى له سائر الاعضاء بالسهر والحمى، حيث يعطف كبيرهم على صغيرهم ، ويحترم صغيرهم كبيرهم ، وبالتالي فان الترابط الاسري داخل الاسرة يؤدي الى الاستقرار النفسي والاجتماعي لأفرادها، ويجنب افراده الانحراف، والقلق والاكتئاب، ويجعل هذه الاسرة تتفاعل مع الاسر الاخرى في المجتمع بشكل سوي.

فاذا ما شعر الفرد بوجوده بين أفراد أسرته الذين يساعده في حل مشكلاته وإشباع حاجاته وتوفير النظام المتكامل من القيم والمعايير والأخلاق، فإنه يشعر بالأمن ويزيد احترامه لنفسه وكذلك فان التماسك بدوره يعمل على زيادة دافعية الأعضاء للعمل (العبودي، 2008، ص4).

يمثل المعلمون شريحة مهمة ولها موقع مؤثر علميا واجتماعيا ونفسيا لما يمتلكون من قدرة في التأثير على تلاميذهم. فبلوغ الاهداف التربوية لا يحدث تلقائيا بل يعتمد بالدرجة الاولى على المعلم الذي يعد حجر الزاوية في المنظومة التعليمية وان نتائج التعلم تعتمد بشكل كبير على شخصيته وادائه، فهو المسؤول عن ادارة العملية التربوية على اسس علمية وفنية اصيلة، لذا فان تفكيره سلبييا كان ام ايجابيا ستعكس اثاره على طلبته عن طريق التعامل معهم من جهة وتأثيره في شخصياتهم من جهة اخرى، لذا بات من الضروري ان يتسم المعلم بصفات يعد التفكير الايجابي من اهمها، وكلما كانت بيئة المعلم الاسرية مستقرة ومتماسكة كان ادائه افضل وتأثيره ايجابيا ومن هنا جاءت اهمية البحث الحالي التي يمكن تلخيصها بالاتي :

1. ان تلاميذ المرحلة الابتدائية يمرون في طور نمو مهم جدا اذ فيه يتم بناء شخصياتهم وتوجيه سلوكهم.
2. ضرورة تمتع معلمي المدرسة الابتدائية بالتفكير الايجابي كونهم سيكونون اداة لنمذجة تلاميذهم .
3. ان اسلوب تفكير المعلم سوف يؤثر في سلوكه وادائه الاكاديمي.
4. تؤثر البيئة الاسرية الامنة المستقرة والتي تتسم بالتماسك الاسري على نفسية افرادها بشكل ايجابي.
5. وضع نتائج الدراسة الحالية وتوصياتها تحت انظار المسؤولين لاقامة الدورات والورش التدريبية في تنمية التفكير الايجابي للمعلمين .



اهداف البحث

لذا يهدف البحث الحالي الى:

1. التعرف على مستوى التفكير الايجابي لدى معلمات المدارس الابتدائية في محافظة البصرة
2. التعرف على مستوى التماسك الاسري لدى معلمات المدارس الابتدائية في محافظة البصرة
3. التعرف على العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى عينة من معلمات المدارس الابتدائية في محافظة البصرة.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بمعلمات المدارس الابتدائية في للمدارس الحكومية في مركز محافظة البصرة واقتضيتها للعام الدراسي 2018-2019

تحديد المصطلحات:

سيتم تحديد المصطلحات التي وردت في البحث وكالاتي:

1. التفكير الايجابي: Positive Thinking

- تعريف سيلجمان Seligman&pawelski,2003: هو استعمال او تركيز النتائج الايجابية لعقل الفرد على ما هو بناء وجيد من اجل التخلص من الافكار الهدامة او السلبية واحلال المشاعر والافكار الايجابية محلها (Seligman&pawelski,2003, p:160)
- تعريف ابراهيم (2005) هو قدرة الفرد الارادية على تقويم افكاره ومعتقداته والتحكم فيها وتوجيهها تجاه تحقيق ماتوقعه من النتائج الناجحة وتدعيم حل المشكلات من خلال تكوين انظمة وانساق عقلية منطقية ذات طابع تفاؤلي يسعى لحل المشكلة (علة وبوزارد، 2016، ص 124).
- تعريف بكار (2013): هو حالة مزاجية ايجابية ينقلها الفرد عن نفسه للأخرين من حوله بتصرفاته اتجاه الاشخاص والاحداث ونظراته الحسنة للأمور وتفسيرها بطريقة يغلب عليها الجانب الجيد واغفال الجانب السيئ أي انه التفاؤل بكل ما تحمله الكلمة من معنى والنظر الى الجميل في كل شيء و البحث عن الجانب المثير في الحياة وان كان ومضة ضوء (بكار، 2013، ص 45)

2. التماسك الاسري:

- تعريف بلوم (Bloom,1983) : بانه الانساق أو الاتصال العاطفي بين أفراد الأسرة بعضهم مع البعض الآخر". (Simola & Sharma,2007, P.6).
- تعريف افير (Avear,1997): قوة مصداقية وإخلاص وتضامن أفراد الأسرة في كثير من النواحي كالسكن وتبادل الخدمات، والدعم المادي، والمعنوي. (Simola&Sharma,2007, P.5)



-تعريف دايموند (Daimond,2007): هو مؤشر ايجابي يؤدي دوراً فعالاً في الأسرة من خلال نتائجها في تربية الأطفال والتجارب التي تؤثر على شخصية الراشد الذي يواجه بها جميع الضغوط والاضطرابات العصبية والنفسية والجسمية". (Daimond,2007, P.155)

الفصل الثاني

الاطار النظري ودراسات سابقة

التفكير الايجابي Positive Thinking

ان التفكير الايجابي يعني المعتقدات والاراء والاساليب المتبعة في كل امور الحياة والتي من شأنها حل المشكلات التي يواجهها الفرد بصورة متفائلة ايجابية ناجحة (العبيدي،2013،ص129). أي توقع النجاح في القدرة على معالجة المشكلات بتوجيه من قناعات عميقة بناءة، وباستخدام استراتيجيات القيادة الانية والتي تزيد من إمداد الفرد بثقه في ادائه وسيطرته وادارته لعمليات التفكير (ابراهيم 2006) ، فالتفكير الايجابي هو نمط من انماط التفكير يرتقي بالفرد ويساعده على استثمار عقله ومشاعره وسلوكه اكتشاف قواه الكامنة وتغيير حياته نحو الافضل باستخدام أنشطة واساليب ايجابية وذلك من خلال التحكم والسيطرة على طريقة التفكير والافكار وجعلها تسير في الاتجاه الايجابي ، كما انه يشمل قدرة الفرد على التعلم في المواقف الضاغطة ، أي انه تفكير بنائي يشمل قدرة الفرد على التركيز والانتباه الى القوة في المشكلة واستخدام خطوات ابداعية من اجل الوصول الى خطوات مرضية.(السيد،2016،ص781).

اهمية التفكير الايجابي

للتفكير الايجابي اهمية كبيرة يمكن تلخيصها بالنقاط الآتية:

- التفكير الايجابي يزيد من قدرة الانسان
- يجعل الشخص واثقا من نفسه ، محبا للتغيير وخوض المخاطر في سبيل النجاح
- يجلب السعادة: اذ اثبتت الدراسات ومنها دراسة بارك وبيترسون وسيلجمان (Park, et al., 2004) ان هناك ارتباطا ايجابيا بين جوانب التفكير الايجابي والشعور بالارتياح في الحياة، كما اشارت دراسة قاسم 2009 ودراسة Khramtsovy,2008 الى وجود ارتباط بين التفكير الايجابي والشعور بالسعادة. (السيد،2016،ص782)

خصائص المفكرين ايجابيا:

1. يبحثون عن الافكار قبل حصول الاحداث.
2. يقدرن الحياة ويرفضون الهزيمة.



3. يبحثون عن التغيير من حالة التفكير من حالة التفكير السلبي الى الاداء الكامل بطريقة التفكير الايجابي.
4. لديهم رغبة جادة في التغيير.
5. يركزون على نجاحاتهم ويستخدمون جملا لفظية تدعم هذا النجاح .
6. لديهم الميل والقوة الدافعة لتحقيق ذواتهم وتحسين صورهم
7. يستخدمون استراتيجية التحدث الذاتي لزيادة مراقبة وتقييم الافكار الداخلية والقناعات الموجهة لتوقعاتهم للنجاح في حل المشكلات.
8. ينشغلون بمحاورات داخلية تساعد في توجيه مشاعرهم واتجاهاتهم والتي غالبا ما يكون مضمونها ايجابيا ودافعا نحو النجاح. (العززي ، ص7)

النظريات التي فسرت التفكير الايجابي

1. نظرية اساليب التفكير

ظهرت هذه النظرية باسم نظرية التحكم العقلي الذاتي عام (1988) وفي عام (1990) غير (ستيرنبرج Sternberg) تسميتها الى نظرية اساليب التفكير الايجابي والتي ترى ان اشكال الحكم التي يراها الناس ليست متطابقة وانما تمثل الطرق البديلة لتنظيم الافكار لذا فهم يستطيعون التحكم بعقولهم وتكون لديهم حاجة ملحة لذلك فهم جزء من المجتمع الذي هو بحاجة لان يحكم نفسه بنفسه كي يتمكن من تحقيق اهدافه وتجاوز العقبات التي تحول دون ذلك.

2. نظرية سليجمان واخرون



3. يرى اصحاب هذه النظرية ان كل من التفاؤل والتشاؤم هما اسلوبان للتفكير في تفسير الواقع والاحداث، ومن الممكن تعلم التفاؤل والتشاؤم بناء على الخبرة وتمط التنشئة بما يتصف به من حب ورعاية وتشجيع وتعزيز ومكانة او احاطة وزجر واهمال وحط من القدر حيث ان الاسلوب التفاؤلي او التشاؤمي في تفكير متعلم فانه يمكن اعادة تعلمه من خلال اساليب تدريبية وعلاجية. (حجازي، 2012، ص120) وافترض ان الانسان اذا كان يفكر بافكار ايجابية فان الحياة تصبح ايجابية اليا، معنى ذلك ان الانسان اذا اراد الفوز فما عليه الا ان يتصرف كالفائز، ولهذا يمكن القول ان النظرية تقوم على الايجاء الذاتي، اذ ان الانسان اذا اراد شيئا يجب عليه ان يعتقد داخليا بانه يمكن ان يحصل عليه. (الموسوي، 2016، ص60)

4. نظرية اليس

يشير اليس ان الانسان كائن عاقل متفرد في كونه ايجابيا وغير سلبي وهو حين يفكر ويتصرف بطريقة ايجابية وعقلانية يصبح ذا فاعلية ويشعر بالسعادة والكفاءة، لذا ينبغي عليه ان يهاجم الافكار والانفعالات السلبية والمهددة للذات عن طريق اعادة تنظيم الادوار والتفكير بدرجة يصبح بها ايجابيا ومنطقيا (عبدالله، 2012، ص165) وقد صاغ مثلا نظريا للشخصية الايجابية ينطوي على عدة مفاهيم منها:

1. الاستعدادات البيولوجية: يولد الانسان ولديه استعدادا ليكون منطقيا ممثلا لذاته ومحققا لها (الزويد، 2008، ص249).

2. التأثير الحضاري: اذ يميل الناس فطريا لان يخضعوا للتأثير وخاصة تأثير البيئية الثقافية للفرد ومحيطه الاجتماعي.

3. قوة تأثير التفكير الايجابي: ان التغيير الجوهرى في الجوانب المعرفية هو الاساس في احداث التغييرات المهمة في الجوانب الانفعالية و سلوك الاشخاص، والعكس ليس صحيحا، ومن هنا يستخدم الانسان التفكير الايجابي لتغيير الافكار السلبية حتى يتم احداث التغيير العميق في شخصية الفرد (عبدالله، 2012، ص166)

التماسك الاسري

تعد الاسرة البيئة الاجتماعية الاولى التي تستقبل الانسان منذ ولادته وتستمر معه مدة طويلة من حياته وتشكل قدراته المختلفة واستعداداته المتباينة وتعاصر انتقاله من مرحلة اخرى وفيها يمارس الفرد اولى علاقاته الانسانية فهي بذلك المجتمع الانساني الاول (حسن، 1970، ص140) كما انها تعتبر من اهم النظم الاجتماعية التي انشأها الانسان لتنظيم حياته في الجماعة باعتباره المؤسسة التي ينتمي اليها الفرد فتصنع الجذور الاولى لشخصيته وخبراته التي تستمر طوال حياته، واي تغيير في النظام الاسري ينعكس على النظم الاجتماعية الاخرى، كما تستجيب الاسرة للتغيرات التي تحدث في المجتمع وبالتالي تتأثر الاسرة بتلك النظم السائدة في المجتمع وتأثر فيها. (الجميلى واخرون، 1997، ص5) ويمكن القول ان العلاقة بين الاسرة والمجتمع هي علاقة تكاملية تبادلية (تأثير وتأثر) وتماسكها يؤدي الى تماسك المجتمع الذي ينتمي اليه، فالتماسك الاسري له اهمية كبيرة في بناء المجتمعات والحضارات الانسانية كما له اثر واضح في تشكيل السلوك الانساني.



عوامل تحقق التماسك الاسري

1. العامل الديني: يعتبر الدين من اهم الركائز الاساسية للاسرة، ويعد من اهم مصادر تكوين الشخصية المتوازنة التي يفيض سلوكها الجاد خيرا ونماء على محيطها الاسري
2. العامل الاجتماعي: توجد مجموعة من العوامل تؤثر في التماسك الاسري منها:
أ. ان يعرف كل فرد ينتمي الى اسرة حقيقة واجباته فمعرفة الفرد بمسؤولياته وماله وما عليه يجعله يقوم بدوره ووظيفته حسب المركز الذي يحتله دون ان يحمل كل عضو اعباء فوق طاقته مما يزيد تماسك الاسرة واستقرارها. ((خواج، 2001، ص 159-160)
- ب. التزام: التزام الاسرة بتأدية وظائفها يؤدي بحق الى ان يحقق تماسكها وتجنب الآفات الاجتماعية التي تهدد التماسك الاسري من ادمان على المخدرات وشرب الخمر ... الخ.
3. العامل النفسي: لا بد من توفر الحب والاحترام والاهتمام والشعور بالامن والطمأنينة والثقة بالآخر كلها عوامل تزيد من التماسك الاسري

النظريات التي فسرت التماسك الاسري

1. الترابط الاجتماعي: يعد كل من (هارولد كيلبي) و(جون ثيبو) هما أول من طرحا نظرية الترابط الاجتماعي عام 1959 في كتابهما علم النفس الاجتماعي لمجموعات الأفراد،(Thibaut, 1959, p45) من عوامل هذه النظرية:
أ. المكاسب والخسائر: تشترط نظرية الترابط الاجتماعي تميز العلاقة المتألية بمستويات عالية من المكاسب ومنخفضة من الخسائر. والمكاسب هي "موارد متبادلة تبعث على السرور والمتعة"، بينما تشير الخسائر إلى "موارد متبادلة تنتج عن خسارة أو عقوبة"(Sprecher, 1998, p32-43) وتناقش هذه النظرية أنواعاً مختلفة من المكاسب والخسائر، حيث تفرق بين أربعة أنواع مختلفة منها. وهذه الأنواع هي كما يلي:
ب. انفعالي: تتمثل المكاسب والخسائر الانفعالية في المشاعر الإيجابية والسلبية، على التوالي، التي يختبرها المرء في العلاقات. وتعلق هذه الأنواع من المكاسب والخسائر بالعلاقات الحميمة بشكل خاص.
ج. اجتماعي: تتمثل المكاسب والخسائر الاجتماعية في تلك المتعلقة بالمظهر الاجتماعي للمرء وقدرته على التفاعل في البيئات الاجتماعية. تعني المكاسب الاجتماعية بالجانب الإيجابي للمظهر الاجتماعي للمرء والمواقف الاجتماعية الممتعة التي يشترك فيها. وعلى الصعيد الآخر، تتمثل الخسائر الاجتماعية في تلك المتعلقة بالجانب السلبي للمظهر الاجتماعي للمرء والمواقف الاجتماعية الرتيبة التي يتوجب عليه خوضها.
د. عملي: تتعلق المكاسب والخسائر العملية بالأنشطة والمهام المتواجدة في العلاقات. فالمكاسب العملية هي تلك التي يحصل عليها المرء عندما يكون شريكه يتقن عمل بعض المهام، على سبيل المثال القيام بغسيل الملابس. أما الخسائر العملية فهي عكس ذلك تماماً حيث إنهما تحدث عندما يكون شريك المرء في العلاقة يتسبب في المزيد من العمل غير



الضروري أو يعوق من أداء الطرف الثاني لمهمته، على سبيل المثال إذا كان أحد طرفي العلاقة لا يقوم بأي من الأعمال المنزلية.

هـ. الفرص: ترتبط المكاسب والخسائر المتعلقة بالفرص بتلك الفرص التي تنشأ في العلاقات. فالمكاسب المتعلقة بالفرص هي تلك التي يستطيع المرء التمتع بها في العلاقة والتي لا يمكنه الحصول عليها بمفرده. وتحدث الخسائر المتعلقة بالفرص عندما يتوجب على المرء التضحية بشيء من أجل العلاقة والذي في الوضع الطبيعي لن يضحوا به. و. النتائج: هناك نتيجة لكل علاقة. وتتحدد هذه النتائج عن طريق مقارنة نسبة المكاسب الموجودة في العلاقة في مقابل نسبة الخسائر. وفقاً لنظرية الترابط الاجتماعي، يرصد الأفراد ذهنياً المكاسب والخسائر ليتمكنوا من تقييم نتيجة العلاقة بوصفها إيجابية أو سلبية. وتتحدد العلاقة بأنها علاقة إيجابية عندما تفوق المكاسب الخسائر الموجودة في العلاقة. وعلى النقيض، تكون النتيجة سلبية عندما تزيد الخسائر عن المكاسب. (Guerrero&Anderson,2007,p44)

2. نظرية التبادل الاجتماعي: من رواد هذه النظرية (جورج هومنز) و (بيتر بلاو) و (ريتشارد اميرسون) وترى هذه النظرية ان التبادل هو اساس التفاعلات والعلاقات بين الناس في التبادل العاطفي (الدوسري' 2015) وتقوم هذه النظرية على ثلاثة اسس وهي:

- أ. التحفيز : ويكون فيه التبادل العاطفي غير دائم اي يزول بزوال المنافع او ارتفاع الثمن.
- ب. المنافع الهامشية: ان وجود علاقات بين الافراد مشروط لاشباع رغبات او الوصول الى اهداف او مكتسبات، تدوم بدوامها وتزول بزوالها.
- ج. المبادرات: وهو من العوامل المهمة في نظرية التبادل وترى هذه النظرية ان الافراد اذا اعتمدوا على موارد وحيدة فانها ستنتهي وتصبح العلاقة روتينية ومملة لان الفرد اذا امضى الوقت كله مع نفس افراد العائلة الواحدة فلن يكون هناك وقت لتحقيق علاقات مع اخرين، فالمبادرة الى الغير تفتح الافاق على علاقات اخرى وتعطي تعددا للفرص في كل شيء. (Aide, 2012,p95)

الدراسات السابقة

دراسات حول التفكير الايجابي

دراسة العبيدي (2013) التفكير (الايجابي - السلبي) وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة وقد اتبعت الباحثات المنهج الوصفي



وتكونت عينة الدراسة من (100) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية ، واعتمدت مقياس (حسام مُجد منشد (2013)) اوضحت نتائج الدراسة ان افراد العينة يتميزون بمستوى عالي من التفكير الايجابي، كما اوضحت عدم وجود فروق دالة احصائيا بين الاناث والذكور في مستوى التفكير الايجابي في حين اظهرت وجود فروق بين طلبة المرحلة الثانية والرابعة في مستوى التفكير الايجابي .(العبيدي، 2016)

دراسة جبر ومنشد (2013) التفكير الايجابي وعلاقته باساليب التعامل مع الضغوط لدى المعلمين

استهدفت الدراسة تعرف مستوى التفكير الايجابي لدى المعلمين، واساليب التعامل مع الضغوط النفسية، والعلاقة بين التفكير الايجابي واساليب التعامل مع الضغوط النفسية، ولتحقيق اهداف البحث سعى الباحثان لبناء مقياس التفكير الايجابي اعتمادا على نظرية (سيلجمان واخرون، 1988) في حين تبني مقياس اساليب التعامل مع الضغوط النفسية لـ (الدراجي، 2007) وقد توفر للمقياسين الخصائص السيكومترية من صدق وثبات وقدرة تمييزية ، وطبقت الاداة على عينة مؤلفة من (400) معلما ومعلمة من المدارس الابتدائية التابعة للمديرية العامة لتربية محافظة الديوانية ، وقد اظهرت النتائج ان المعلمين يتمتعون بدرجة عالية من التفكير الايجابي، اما عن اساليب التعامل مع الضغوط فجاءت كالآتي: اسلوب مواجهة الضغوط بالدرجة الاولى يليه الاسلوب الديني والروحي ، اما الاساليب الاخرى فكانت تمارس بدرجة واطئة. كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة معنوية بين التفكير الايجابي واسلوبي المواجهة و الاسناد الديني والروحي(جبر ومنشد، 2013).

دراسة القريشي (2012): التفكير الايجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة :
استهدف البحث الحالي اعداد صورة مختصرة لمقياس ابراهيم (2011) وكذلك الاجابة عن السؤال الآتي:(مامستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة وما علاقته بالمتغيرات الديموغرافية المتمثلة بالعمر وتحصيل الأب وتحصيل الأم والدخل الشهري والتخصص والمرحلة وتم اختيار (120) طالبا وطالبة وبالطريقة الطبقيّة العشوائية، وتم استخراج الصدق الظاهري وصدق البناء باستخدام التحليل العاملي والثبات بطريقتي التجزئة النصفية ومعامل الفا، وتم التوصل الى عدد من النتائج منها : تم التوصل الى الصورة المختصرة لمقياس ابراهيم (2011)، كما تم التوصل الى أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتفكير الايجابي، وان هناك فروقا في التفكير الايجابي في متغير التخصص ولصالح طلبة الاقسام الانسانية، وان لاعلاقة بين التفكير الايجابي والمتغيرات الديموغرافية. (القريشي، 2012)

دراسة بركات (2006) التفكير الايجابي والسليبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات



هدفت هذه الى التعرف على مستوى التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية والتربوية ، ولهذا الغرض اختار الباحث عينة مكونة من (200) طالباً وطالبة ملتحقين في جامعة القدس المفتوحة - منطقة طولكرم التعليمية ، موزعين تبعاً لمتغيرات الدراسة موضع البحث ، كما استخدم مقياس التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة تم اعداده لهذا الغرض . ولقد تكشفت نتائج هذه الدراسة عن. 1 : أن ما نسبته (5 , 40) % من أفراد الدراسة قد أظهروا نمطاً من التفكير الايجابي منهم ما نسبته (% 40) من الذكور و (5 , 16) % من الاناث. 2 . وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الايجابي والسلبي تعزى لمتغيرات : الجنس وعمل الام ، وذلك لمصلحة الطالبات الاناث والطلاب أبناء الامهات غير العاملات. 3 . عدم وجود فروق جوهرية بين درجات الطلاب على اختبار التفكير الايجابي والسلبي تعزى لمتغيرات : التحصيل الاكاديمي ، و مكان السكن ، وعمل الاب ، ومستوى تعليم الاب والام. (بركات ،2006،ص85)

الفصل الثالث

منهجية البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعد مناسباً لطبيعة الدراسة الحالية لانه يدرس العلاقة بين المتغيرات ويصفها وصفاً كمياً وذلك باستخدام مقياس كمية (ابو علام، 1998،ص235)

مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث الحالي بمعلمات تربية محافظة البصرة في المدارس الحكومية للعام الدراسي 2018-2019 النهارية

عينة البحث

بلغت عينة البحث الحالي (250) معلمة من مديرية تربية محافظة البصرة للعام الدراسي 2018-2019 في المدارس النهارية في مركز المحافظة واقضيها

اداءات البحث

لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي تم استخدام مقياسين الاول مقياس التفكير الايجابي والاخر مقياس المساندة الاجتماعية فيما يلي وصف المقياسين



1. مقياس التفكير الايجابي

تم استخدام مقياس التفكير الايجابي الذي اعده (جبر ومنشد) الذي يتألف من (62) فقرة امام كل فقرة خمس بدائل هي (تنطبق عليّ دائماً، وتنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّالى حد ما، لا تنطبق عليّ) يقابلها سلم درجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي وبهذا تكون اعلى درجة (310) واقل درجة (62) ويبلغ الوسط الفرضي (186)

2. مقياس التماسك الاسري

تم استخدام مقياس العبودي (2008) لقياس التماسك الاسري، يتألف من (5) مجالات هي: مجال المرونة الأسرية (8) فقرات ، مجال الأمن النفسي (10) فقرات ، مجال المساعدة (9) فقرات ، مجال التشابه (9) فقرة ، مجال التعاطف (10) فقرات وبهذا يكون المقياس مكون من (46) فقرة لكل فقرة خمسة بدائل (تنطبق عليّ تماماً ، تنطبق عليّ كثيراً ، تنطبق عليّ إلى حد ما ، لا تنطبق عليّ الى حد ما ، لا تنطبق عليّ كثيراً ، لا تنطبق عليّ تماماً) يقابلها الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) وبهذا تكون والعليا (230) والدرجة الدنيا (46) أما المتوسط الفرضي فهو (138) درجة

الصدق

يرى (اوبنهايم Oppenheim 1973) ان صدق المقياس يدل على قياس الفقرات لما يفترض ان يقيسه (Oppenheim, 1973, p69-70) تم ايجاد الصدق الظاهري كمؤشر لصدق الاداة وذلك من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس والارشاد النفسي تم الابقاء على جميع الفقرات، وقد اعتمدت نسبة اتفاق 80% من الخبراء كمعيار لقبول الفقرة .

الثبات

استخدمت الباحثة طريقة اعادة الاختبار كمؤشر لثبات المقياس وذلك من خلال اعادة الاختبار على عينة مؤلفة من (20) معلمة بعد مرور اسبوعين على التطبيق الاول فكان معامل ثبات مقياس التفكير الايجابي (0.88) بينما بلغ معامل ثبات مقياس المساندة الاجتماعية (0.81) وهو معامل ثبات جيد ويمكن الركون اليه

الوسائل الاحصائية



استخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الاتية:

1. الاختبار التائي لعينة ومجتمع. T-Test

2. معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient

الفصل الرابع

الهدف الاول: التعرف على التفكير الايجابي لدى المعلمات

للتحقق من هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي، اظهرت نتائج ان هناك فروق ذات دلالة احصائية اذ بلغ المتوسط الحسابي للدرجات الكلية على مقياس التفكير الايجابي لافراد عينة البحث (195.17) بانحراف معياري قدره (23.765) وبلغت القيمة التائية (4.7268) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (186) عند مستوى دلالة (1.96) ودرجة حرية (248) جدول (1)

جدول (1) دلالة الفرق بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لدرجات افراد العينة على مقياس التفكير الايجابي

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرض	الانحراف المعياري	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مسنوى الد
250	195.17	186	23.765	4.7268	1.96	0.05

يظهر من الجدول السابق ان افراد العينة يتمتعون بان تفكيرهم ايجابي ويمكن تفسير هذه النتيجة بان الخبرة والمستوى التعليمي والدور الوظيفي للمعلمات الذي يفرض عليهن التعامل مع التلاميذ بشكل ايجابي له دور في تنمية التفكير الايجابي لديهن، كما ان التنشئة الاجتماعية للمعلمة لها دور في طبيعة التفكير سواء كان ايجابي او لا، (تفاؤلي او تشاؤمي). وتتفق هذه الدراسة مع دراسة القرشي

الهدف الثاني: التعرف على التماسك الاسري لدى المعلمات

اظهرت نتائج الاختبار التائي للدرجات الكلية على مقياس التماسك الاسري ان هناك فروق ذات دلالة احصائية اذ بلغ المتوسط الحسابي (144.55) بانحراف معياري قدره (17.898) اما الوسط الفرضي فبلغ (138) وبلغت نتيجة الاختبار التائي (4.4807) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (248) جدول (2)

جدول (2) دلالة الفرق بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لدرجات افراد العينة على مقياس التماسك الاسري

العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرض	الانحراف المعياري	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مسنوى الد
250	144.55	138	17.898	4.4807	1.96	0.05



دال احصائيا	1.96	4.48	17.898	138	144.55	250
-------------	------	------	--------	-----	--------	-----

ترى الباحثة ان هذا مؤشرا على التماسك الاسري لدى افراد عينة البحث، وهذا يعني وجود الالفه والمحبة بين افراد الاسرة، كما ان هناك نوع من الامن والاستقرار مما يزيد التماسك بين افراد الاسرة الواحدة ويدل على التناغم بين المصالح الذاتية والمصالح الاسرية، والتعاون والمشاركة في تقسيم الاعمال واتخاذ القرارات.

الهدف الثالث

التعرف على العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى عينة من معلمات محافظة البصرة

للتحقق من هذا الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لافراد عينة البحث ، اتضح ان هناك علاقة ارتباطية موجبة اذ بلغ معامل ارتباط بيرسون (0.87) ويعني هذا انه كلما زاد التماسك الاسري اصبح التفكير ايجابيا لدى المعلمات، وذلك لوجود جو نفسي يدعم افراد الاسرة وبالتالي يكون هناك افراد يتمتعون بالصحة النفسية وبشخصيات ناضجة ومنتزعة لها القدرة على حل المشكلات ومواجهة المصاعب وتحدي الصعاب وان التفكير الايجابي يلعب دورا كبيرا في التماسك الاسري.

الاستنتاجات

1. يتمتع افراد العينة بالتفكير الايجابي.
2. ان افراد العينة يتمتعون بتماسك اسري جيد
3. توجد علاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى عينة البحث من المعلمات

التوصيات

1. لاهمية التفكير الايجابي في التعامل مع الاخرين وبناء علاقات جيدة لابد من التأكيد على اهمية التفكير الايجابي.
2. ضرورة تفعيل دور الارشاد التربوي في المدارس للمعلمين اضافة الى الطلبة
3. رفع مستوى التماسك الاسري من خلال المحاضرات والندوات .

المقترحات

1. اجراء دراسة مماثلة لمعرفة العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى المعلمات وفق متغير الجنس (ذكور، اناث).



2. اجراء دراسة مماثلة لمعرفة العلاقة بين التفكير الايجابي والتماسك الاسري لدى عينات اخرى (طلبة الجامعة، الموظفين، المرشدين التربويين)

المصادر

1. المصادر العربية

- ابراهيم، عبدالستار. (2008). *عين العقل دليل المعالج النفسي للعلاج المعرفي الايجابي*. دار الكتاب . القاهرة.
- ابو علام، رجاء. (1998). *مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية*. دار النشر للجامعات . القاهرة
- بركات ، زياد امين (2006) *التفكير الايجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة: دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات*، مجلة دراسات عربية في علم النفس ،جامعة القدس المفتوحة ، المجلد (4)، العدد (3) ص85-138
- بكار ، سارة (2013). *أنماط التفكير لدى طلبة الجامعة وقلق المستقبل المهني*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة أبي بكر بالقائد. تلمسان.
- جبر، عدنان مارو ومنشد، حسام مُجّد. (2013). *التفكير الايجابي وعلاقته باساليب التعامل مع الضغوط لدى المعلمين*، مجلة الباحث العربي ، العدد (8) ص (434-478) جامعة كربلاء
- حجازي، مصطفى . (2012). *اطلاق طاقات الحياة (قراءات في علم النفس الايجابي)*. التنوير للطباعة والنشر. بيروت. لبنان.
- حجازي، مصطفى. (2005): *الانسان المهدور*، ط1، المركز الثقافي العربي، بيروت-لبنان
- خواج، كميلية. (2001). *التطرف الديني واثره على التماسك الاسري*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الياس خضر.
- الدوسري، مبارك. (2015). ملخص مادة النظريات الاجتماعية. Fr.scribd.com/doc/2901670/scrib.
- سعادة، يوسف جعفر (1986). *تطوير برنامج الاعداد المهني لمعلم المواد الاجتماعية* . وكالة المطبوعات. الكويت.
- سو هالدفيدل (2014). *التفكير الايجابي الرائع*، مجلة الابتسامة ، ط1، ترجمة مكتبة جرير.
- السيد، شيماء مُجّد كمال (2016) *التفكير الايجابي وعلاقته بدافعية الانجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية الفنية التجارية*، مجلة كلية التربية، بورسعيد، العدد (20). العنزي، يوسف محيلان سلطان: اثر التدريب على التفكير الايجابي واستراتيجيات التعلم في علاج التاخر الدراسي لدى تلاميذ الصف الرابع الابتدائي في دولة الكويت.
- العبيدي، عفراء خليل (2013). *التفكير الايجابي السليبي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد*، المجلة العربية لتطوير التفوق، جامعة الاردن، المجلد (4) العدد (7)، ص123-252
- علة ، عيشة وبوزارد، نعيمة(2016). *التفكير الايجابي لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية بالاغواط*، مجلة العلوم النفسية والتربوية، 3(2) ص124-149



- الفقي، ابراهيم (2009). التفكير السلبي والتفكير الايجابي دراسة تحليلية . سلسلة قوة التفكير (188)
- قاسم، عبدالسلام (2009). ابعاد التفكير الايجابي في مصر ،دراسة عملية، مجلة دراسات نفسية، المجلد (19) العدد(4) ص 691-723
- القرشي، علي تركي نافل (2012). التفكير الإيجابي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، مجلة القادسية للعلوم الانسانية، العدد(15) ص 249-291
- مطرش، منتهى ودريد، سوزان. (2014). التفكير الايجابي وعلاقته بالدافعية الاكاديمية الذاتية والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى طلبة كليات التربية بجامعة بغداد والمستنصرية . مجلة البحوث التربوية والنفسية. (41)

2. المصادر الاجنبية

- Aida, W.K.(2012)The Relationship Between Family and Intimacy in Dating Relation Discovery.Student E- journal.vol.1
- Bandura,A. (1994). Self-EFFCACY.In V.S.Ramachaudran,Encyclopedia of Human Behavior,Vol.4. New York, Academic perss. /EDUCATI ON/ mfp/BanEncy.
- Daimond, A. (2007) Interrelation and Interdependent, Developmental Science , 10, P.152-158.
- Guerrero, L.K., Anderson, P.A & ,Afifi, W.A. (2007). Close encounters: Communication in relationships
- Khramtsovy I.,2008 Character Strengths in college: outcomes of a positive psychology project: journal of character.3,1-14.
- Oppenheim,A.N. 1973. Questionnaire Design and Atitude Measument. London . Hieneman Press.
- Park,N.Peterson,C, Seligman, M(2004) bieng , journal of social and clinical psychology ,23, 5, 603-619
- Seligman, M. & Pawelski, J.O.(20 03).Positive Psychology: FAQs. Psychological Inquiry. 14, 159-163
- Simola , Sheldene & Sharman , pramodita (2007) , the Role of Absorptive capacity and capitanal on family firm performance , university of Guelph Canada.



- Sprecher, S., (1998). Social exchange theories and sexuality. Journal of Sex Research, 35(1), 32-43
- Strengths OF Character and well
- Thibaut, J.W.&Kelley,H.H.(1959) The Social Psychology of Groups. New York:Wiley. University of California

الملاحق

ملحق (1) مقياس التفكير الايجابي

ت	الفقرة	تنطبق دائما	تنطبق غالبا	تنطبق على حد ما	تنطبق علي	لا تنطبق ابدا
1.	اسعى الى جعل حياتي مشوقة					
2.	اعتقد ان الغد افضل من اليوم					
3.	املي كبير في المستقبل					
4.	اذا فشلت مرة فسأناجح في المرة القادمة					
5.	مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل					
6.	الامل يملؤني في ما خفي عني من الامور					
7.	اتوقع الاحسن عادة حتى في الظروف الصعبة					
8.	اؤمن بالفكرة القائلة " بعد العسر يسرا"					
9.	انا اميل الى التفكير " ساكون افضل حالا في السنوات القادمة"					
10.	اتوقع تزايد الشعور بالامن والطمأنينة في المستقبل					
11.	اسعى الى توسيع العلاقات الاجتماعية في المستقبل					
12.	اعتقد انني ساكون ذو شأن مستقبلا					
13.	اتوقع ان مهنتي في التعليم لها مستقبل زاهر					
14.	اتصرف بمشاعر المودة مع زملائي					
15.	بامكاني ان اتحكم في غضبي بسهولة					
16.	ليس من عادتي ان انفعل حتى وان اراد احد اثارتي					
17.	اتسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقي					
18.	الخوف لا يضيع اهدافي					



					19. لن اسمح لاختطائي ان تثبط عزيمتي
					20. مزاجي طيب بغض النظر عن اي ظروف خارجية
					21. استمتع بحياتي رغم قلة المادة والثروة
					22. ابدي حيي بسهولة للاخرين بدون حرج
					23. اشعر بالراحة عندما يبدي احدهم مشاعر الحب نحوني واباه الحب بالحب
					24. اعتقد انه لا يوجد انسان شرير من الولادة
					25. اشارك الاخرين افراحهم واحزانهم
					26. اشعر بانني قريب من زملائي
					27. اشعر بالسعادة في تحمل مسؤوليات مهنة التدريس
					28. اعتقد انني صبور
					29. اتقبل ذاتي من دون شكوى
					30. اتقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الاخرين
					31. انا متسامح مع نفسي ولا الومها كثيراً
					32. اعتقد انني قادر على تحقيق طموحاتي
					33. اعتقد بانني موفق فيما اقوم به من عمل
					34. اعتقد انني محبوب من الاخرين
					35. استطيع حل مشاكلي الشخصية بالاعتماد على قدراتي الخاصة
					36. اشعر ان قدراتي كافية في مواجهة الاحباطات
					37. اعتقد ان علاقتي الشخصية تنال تقدير الاخرين
					38. لن انزعج اذا اكتشف احد ان بعلمي شيئاً من الخطأ
					39. انا راضٍ تماماً عما لدي من اشياء وممتلكات
					40. احترم المواعيد مهما كانت درجة اهميتها والتزم بها
					41. ارى ان حياتي سعيدة وراضية
					42. اشعر بالرضا لان الامور تسير في صالحني
					43. اشعر بأن مهنة التعليم تحقق طموحاتي
					44. استمتع بأداء عملي لانه يتناسب مع طموحاتي
					45. اعتقد ان حياتي تسير على مايرام



					46. اشعر بالطمأنينة لانني حققت معظم اهدافي في الحياة
					47. اعيش حياة افضل من غيري
					48. اعتقد انني موفق في حياتي اليومية
					49. اشعر بالمتعة عند ادائي عملي التربوي
					50. يتناسب راتي كمعلم مع مؤهلي العلمي
					51. العمل داخل المدرسة عمل ممتع وجيد
					52. استطيع بسهولة ان اغير افكاري بحسب متطلبات الموقف
					53. من الافضل الثاني في مواجهة المشكلات من اجل حلها
					54. يجب على الانسان ان يستوعب مصاعبه كي يتمكن من مواجهة
					55. انا دائم البحث عن البدائل الجديدة لحل مشكلاتي
					56. استطيع ان انجح بما فشلت به سابقاً
					57. بمقدوري التعرف على نقاط ضعفي وتغييرها الى نقاط قوة
					58. الماضي الذي عشته امر قد انقضى ولا اشعر انه يقيدني
					59. من السهل علي ان اتفهم المشكلات بين الاشخاص والخلافات بينهم
					60. توجد لدي اكثر من طريقة لانجاز الامور
					61. بيدي ان اجعل حياتي مشوقة ومبهجة
					62. اتعاون واتبادل الاراء والمشورة مع الادارة والزملاء

ملحق (2) مقياس التماسك الاسري

الرقم	الفقرة	تنطبق بدرجة جدا	تنطبق على كبيرة	تنطبق على متوسطة	تنطبق على قليلة	لا تنطبق اطلاقاً
1.	الجا إلى التسامح في حال حدوث مشكلة داخل أسرتي					
2.	أجد سهولة في التفاعل مع أفراد أسرتي					
3.	أسعى إلى توفير الاحتياجات لأفراد أسرتي					
4.	تجمعي مع أسرتي اهتمامات كثيرة					
5.	أشارك أسرتي وجدانيا حينما تواجههم مشكلة					



					6. أتقبل النصيحة التي تصدر من أفراد أسرتي
					7. أجد نفسي حراً في الإفصاح عن رأيي بين أفراد أسرتي
					8. أسهم في معالجة سوء التفاهم الذي قد يحصل بين أفراد أسرتي
					9. أجد أن اتجاهات أفراد أسرتي متشابهة مع الاتجاهات التي أحياها في موضوعات كثيرة
					10. أتألم حينما أجد أفراد أسرتي ييكون أمامي
					11. أسارع إلى إيجاد الحلول للمشكلات التي تحدث بين أفراد أسرتي
					12. أخشى على أفراد أسرتي من أن يصيبهم مكروه
					13. أقدم المشورة والنصيحة لأفراد أسرتي حينما تواجههم مشكلة
					14. أنا وأفراد أسرتي نحمل قيم أخلاقية مشتركة
					15. أشعر بالحزن حينما اضطر لنقل خبر محزن لأحد أفراد أسرتي
					16. أقيم علاقات اجتماعية مع أفراد أسرتي
					17. أشعر بأن أفراد أسرتي مخلصون إلي
					18. أشجع أفراد أسرتي على بلوغ النتائج الجيدة في الإنجاز
					19. أتجنب جرح شعور احد أفراد أسرتي
					20. أسعى لأجنب أسرتي الإخطار المحتملة
					21. أشعر بإنني موضع ثقة أسرتي
					22. أحث أفراد أسرتي على أداء أعمال مميزة ومفيدة
					23. أجد نفسي قريباً من أفراد أسرتي الذين يجمعني بهم أفكار مشتركة
					24. اتصل هاتفياً بأفراد أسرتي لسماع أخبارهم وتفقد أحوالهم
					25. أميل إلى التفاهم مع أفراد أسرتي بعيداً عن التعصب
					26. أشعر بالأمن والطمأنينة داخل أسرتي
					27. أخصص جزءاً من وقتي في إيجاد الحلول للمشكلات التي تواجه أسرتي
					28. أنا وأفراد أسرتي نتشابه في المستوى الاقتصادي
					29. أتألم حينما يصاب أحد أفراد أسرتي بمرض ما.
					30. أفضل العمل بمشاركة أسرتي عن العمل لوحدني
					31. يقلقني عدم حصول أسرتي على الغذاء المناسب .
					32. أشجع أفراد أسرتي على مساعدة الآخرين لإنجاز أعمالهم
					33. أجد نفسي متطابقاً مع أفراد أسرتي في القيم التي يحملونها
					34. أتألم لمشاهدة احد أفراد أسرتي يعامل معاملة سيئة



					35. يعدني أفراد أسرتي مستودعاً أمناً لحفظ أسرارهم
					36. أشعر بالاحترام المتبادل بين أفراد أسرتي
					37. أشارك أسرتي في تحمل المسؤوليات الملقاة على عاتقهم
					38. أجد إن اتجاهاتي مع أفراد أسرتي في المواضيع الدينية متشابهة
					39. اشعر بالضيق عندما يكون أفراد أسرتي متوترين
					40. أحشى فقدان أحد أفراد أسرتي
					41. أنا أثق بأسرتي وهم يتقون بي
					42. أسهم بمالي لسد احتياجات أسرتي
					43. أجد إن أفراد أسرتي يفضلون قضاء وقت الفراغ معاً
					44. أنا فخور بأسرتي
					45. احقق أهدائي بمشاركة أسرتي
					46. اشعر بدفء التعامل مع أفراد أسرتي