

## تأثير استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي

\* د/ مريم حنا تادرس بطرس

### ملخص البحث:

تهدف الدراسة إلي التعرف على تأثير استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي فقد قامت الباحثة بتصميم مقياس التفكير الإيجابي وإستخدام الباحثة المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث ولتحقيق أهدافه وإشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الصف الرابع الابتدائي للفصل الدراسي الاول للعام ٢٠٢٢/٢٠٢٣، وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقد بلغ حجم العينة المختارة (٣٥) تلميذ وتلميذة، بغرض التعرف على تأثير استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي، وتم إختيار (٧٠) طالبة من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية طبق عليها الدراسة الإستطلاعية لتقنين أدوات البحث وقامت الباحثة بتصميم أدوات البحث (مقياس التفكير الإيجابي - البرنامج المقترح استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة) وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي لصالح القياس البعدي وتراوحت نسبة التحسن في المقياس (12.33% : 65.23%) لصالح القياس البعدي ويدل ذلك ايضا على فاعلية البرنامج المقترح (إستخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة).

\* مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية -كلية التربية الرياضية للبنات - جامعة الإسكندرية.

### Abstract

The study aims to identify the effect of using Tokkatsu activities through small games on positive thinking for fourth-grade primary school students. The researcher designed a positive thinking scale and used the experimental method due to its suitability to the nature of the research and to achieve its goals. The research community included fourth-grade primary school students for the first semester of the year 2022/2023. The research sample was selected intentionally. The size of the selected sample was (35) male and female students, in order to identify the effect of using Tokkatsu activities through small games on positive thinking for fourth-grade primary school students. (70) female students were selected from within the research community and outside the basic research sample. The exploratory study was applied to them to standardize the research tools. The researcher designed the research tools (positive thinking scale - the proposed program to use Tokkatsu activities through small games). The results of the study showed improvement rates between the pre- and post-measurements of the experimental group in the positive thinking scale in favor of the post-measurement. The improvement rate in the scale ranged from (12.33%: 65.23%) in favor of the dimensional measurement, which also indicates the effectiveness of the proposed program (using Tokkatsu activities through small games).

**المقدمة ومشكلة البحث:**

تزايد الأهتمام في السنوات الأخيرة ببعض الخبرات الذاتية الإيجابية، وبخاصة ضمن اتجاه يعرف بعلم النفس الإيجابي ظهر في أواخر التسعينات على يد مارتن سليجمان يهتم بالجوانب الإيجابية في الشخصية من تفكير وسلوك.

(Seligman&csikzentmihalyi,m,2000,55)

يرى مارتن سليجمان أن الجوانب الإيجابية بالشخصية السوية تعد مصدر للسعادة الحقيقية فهذه الجوانب تساعد الطفل السوي على التفاعل الإيجابي مع الآخرين وتمكنه من أن يحدد لنفسه أهداف لتعينة على مواجهه الصعاب، فهي وسيلة الأتسان في الصمود والمقاومة (مارتن سليجمان ترجمة صفاء الاعصر وآخرون، ٢٠٠٥ : ٢).

ويشير فران تريجيلو (Trujillo,2005,291) إلى أن الطفل الذي يرى الحياه بنوع من الإيجابية يفكر في الاحتمالات وعادة ما يواجه المزيد من التحديات ويناضل من أجل التحسن والتعلم لتحقيق المزيد من النجاح، وقد أكدت دراسة كل من (winsler,2007)، (park&Peterson,2009)، (phillipsen,2010) على أن مهارات التفكير الإيجابي هي بمثابة امداد الطفل بالأدوات التي يحتاجها في عصر مليء بالتغيرات السريعة والمتلاحقة مما يمكنه من التعامل بفاعلية مع اى نوع من المتغيرات في المستقبل، ومن معالجة المعلومات التي يحصل عليها معالجة صحيحة.

يعد التفكير الإيجابي مصطلحا جديدا نسبيا يتداول في المحافل التربوية والتعليمية، حيث تشير الدراسات مثل دراسة (أحلام عبدالستار، ٢٠١١) إلى أهمية مهارات التفكير فى مساعدة الطفل على أن يكتسب الثقة بالنفس والأعتماذ على الذات والعديد من الصفات اللازمة والضرورية للتعامل مع تحديات المستقبل (سيد محمد، الفرغانى السيد، ٢٠٠٨ : ٢٢).

وقد أكدت الدراسات مثل دراسة أدمر كار (carr,a,2004) ودراسة (أمانى سعيدة، ٢٠٠٥) ودراسة بارك وبترسون (park,n., & prterson,c,2009) ودراسة وليسيل فيليبسن (phillipsen, 2010) ودراسة (يوسف محيلان، ٢٠١٣) على فاعلية التدريب على التفكير الإيجابي من خلال التدريب على مهارات حديث الذات، التخيل، التوقع الإيجابي وغيرها من المهارات والتي اسهمت بشكل ملحوظ فى تشكيل بعض من السمات والخصائص النفسية الإيجابية لدى الطفل.

وفى هذا السياق تؤكد دراسة (شيماء على السيد، ٢٠١٥) أن عملية التفكير عملية إنسانية معرفية، وتتطلب عملية تنميتها وتعلمها جهداً متميزاً من أطراف عديدة فى المراحل

العمرية المختلفة، وهى ذات صلة بالعوامل الوراثية والبيئية من حيث المجالات المختلفة الجسمية، والإجتماعية، والأنفاعلية، والثقافية، والحضارية.

ويشير نيومان جوديث (newman,j,2000,17) إلى أن التفكير الإيجابي يمنح الطفل حالة من السعادة الداخلية من خلال إتاحة الفرصة للتعامل مع المشكلات التى تواجهه بطريقة غير نمطية.

ويشير (إبراهيم الفقى، ٢٠٠٧: ٢٢) أن التفكير الإيجابي عادة عقلية يمارسها الطفل بصورة لاشعورية تقوم على استغلال الطاقات والإمكانات الكامنة لديه، فان التفكير الإيجابي يساعد الطفل على بناء وتنظيم افكاره ومعارفه وخبراته، والاختيار من بينها بما يتلائم مع الموقف الحالى.

وتعد التجربة اليابانية فى التعليم إحدى أهم التجارب المتميزة فى العالم، حيث نجحت اليابان فى الخروج من أزمتها الأقتصادية والأجتماعية بعد الحرب العالمية الثانية عبر جسر التعليم، والذى مكنها من اختراق الحصار السياسى والأقتصادى وفتح اليابان على العالم محصنه بالتعليم والعلم القيود التى فرضتها أمريكا والغرب عليها لتتحول من دولة خاضعة تابعة إلى دولة فاعلة بقوة العلم الذى انعكس على كافة مناحى الحياة الأجتماعية والأقتصادية والثقافية ولتصبح منافسا أقتصاديا منتجا بدلا من تابع وسوق للدول الكبرى.

ظهر فى اليابان العديد من طرق التدريس والمدارس المختلفة التى أهتمت بالطفل وتنشئته من خلال الأنشطة الخاصة (توكاتسو) والتى تهتم بتحسين الممارسات المتعلقة بالقيم الأخلاقية وتعميق سلوك كل طفل تجاة الحياة وتنمية قدراته الفنية على بذل أقصى جهد.

فأنشطة التوكاتسو هى نوع من الأنشطة التربوية تقوم على تنمية الشعور بالجماعة، والمسئولية لدى التلاميذ اتجاه المجتمع والبيئة المدرسية المحيطة وتحقيق التنمية المتوازية بين الجوانب الأجتماعية والعاطفية للطفل والجوانب الأكاديمية، بالأضافة إلى تنمية روح التعاون، ومهارات التعامل مع الآخرين من أجل إعداد شخصية إنسانية متزنة ومتكاملة.

ويمكن تعرفها أيضا بأنها أنشطة تتيح للتلاميذ ممارسة العمل الجماعى وتحديد الأدوار وتنفيذ الدور المكلف به كل تلميذ فى الفريق والتعاون مع زملائه للوصول إلى الأهداف المراد تحقيقها، وتهدف إلى بناء الشخصية، ومهارات العمل الجماعى والأنتماء، وقيم النظافة، على الطريقة اليابانية حيث تتبنى وزارة والأعتزاز بالذات، وتحمل المسئولية والتفكير. (أنشطة التوكاتسو : دليل المعلم ٢٠١٨-٢٠١٩).

وترى الباحثة أن الغرض من رؤية مصر ٢٠٣٠ هي إعداد الأناسان للحياه وليس كما يظن البعض أنها مجرد اكساب الناشئ كما معرفيا، وأما هي المساهمة في بناء الشخصية المتكاملة واطلاق إمكاناتها إلى أقصى مدى لتحقيق مواطن معتز بذاته ومبدع ومسئول وقادر على التعامل تنافسيا مع الكيانات الإقليمية والعالمية، وقد اتجهت مصر مؤخرا لتطوير التعليم التربية والتعليم في مصر نظام التعليم (2.0) وذلك من خلال تطبيق النموذج الياباني الذي يهتم ببناء وتنمية الشخصية للمتعلم وذلك من خلال أنشطة التوكاتسو والقائمة على تنمية المهارات عن طريق الإنجاز الأكاديمي والتطور الفكري.

أن من الممكن تنمية التفكير الإيجابي من خلال الألعاب الصغيرة، فاللعب أداة تربوية تساعد على إحداث تفاعل الطفل مع عناصر البيئة المختلفة وذلك بهدف التعلم وإنماء الشخصية حيث تنمية التفكير الإيجابي فاللعب وسيلة تعليمية توضح المفاهيم وتساعد على ادراك معانى الأشياء.

فمن خلال اللعب يحقق الطفل ذاته عبر التنافس وتنمية روح الجماعة، ويتعلم التعاون والالتزام بالقواعد والقوانين واكتساب الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية والاعتماد على الذات، وهذا ما أكدت عليه بعض الدراسات مثل دراسة (Linaza,m,2013) ودراسة (Kovacevie:t,&poic,s,&karlovac,t,2013) ودراسة (صفاء خضير، ٢٠١٥).

وتهدف أنشطة التوكاتسو إلى خلق مناخ مرغوب فيه بين التلاميذ من أجل المشاركة وخلق حياة أفضل داخل الفصل والمدرسة، والعمل على تطوير التفكير الإيجابي من جانب التلاميذ للتعامل مع مختلف القضايا في الفصل والمدرسة، وكذلك خلق موقف إيجابي تجاه الحياة بصفة عامة.

فأنشطة التوكاتسو تعتمد على تعزيز قيم مثل التعاون، الانضباط، والاحترام المتبادل، وهي قيم تدعم التفكير الإيجابي وتوفر مواقف عملية تُشجع الطلاب على التفكير الإبداعي والبحث عن حلول، مما يعزز الثقة بالنفس من خلال العمل الجماعي والأنشطة الاجتماعية، يتعلم الطلاب كيفية التواصل مع الآخرين بإيجابية، مما يحفز على التفكير الإيجابي تجاه الذات والآخرين المشاركة في أنشطة توكاتسو، مثل الأنشطة القيادية والمناقشات، تشجع الطلاب على التعبير عن أفكارهم، مما يعزز من شعورهم بالكفاءة.

وعلى الرغم من تلك المزايا والقيمة التربوية لأنشطة التوكاتسو اليابانية، إلا أنها لم تلق الأهتمام البحثي الكافي، فلم تجد الباحثة سوى دراسة (Komoto, A, 2015)، (Takahashi, F,2016)، (هبة هاشم، ٢٠١٧)، (السيد محمد، ٢٠١٨)، (فاطمة البهنساوى،

(٢٠١٨)، (Kusanagi, K, 2019)، (شيماء بخيت، ٢٠١٩)، (فاطمة عبدالسلام، ٢٠٢٠) بتوظيف أنشطة التوكاتسو في المناهج المختلفة، ولقد اثبتت فاعليتها في ذلك أما في المجال الرياضي دراسة (رندة فاروق، ٢٠٢١) التي أكدت على فاعلية أنشطة التوكاتسو باستخدام الالعاب الشعبية في تنمية المهارات الحياتية، ويتضح من ذلك أن الهدف الأساسي من أنشطة التوكاتسو هو مساعدة المتعلم على التفاعل مع بيئته ومجتمعه فمن هنا جاء فكرة البحث: "تأثير استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي".

**مصطلحات البحث:**

**انشطة التوكاتسو:**

هي مجموعة أنشطة تتيح للمتعلم ممارسة العمل الجماعي وتنفيذ المهام في اطار الفريق، والتعاون، للوصول إلى تحقيق الأهداف المرجوه، والعمل على الارتقاء بشخصية التلميذ ومستوى ادائه في الحياة بوجه عام كما تعمق تلك الأنشطة لدى التلميذ الشعور بالولاء والانتماء للمدرسة والبيئة والوطن والعالم، وبذلك تستهدف تطوير قدرات التلاميذ المعرفية وغير المعرفية (الشخصية) والبدنية من خلال الحياة الصفية والحياة المدرسية خارج نطاق الحصص المدرسية التقليدية (أنشطة التوكاتسو: دليل المعلم ٢٠١٨-٢٠١٩).

**التفكير الإيجابي:**

هو الطريقة الذي يفكر بها الطفل وينعكس إيجابيا على تصرفاته تجاه الأشخاص والأحداث، ويرتقى به ويساعده على استثمار عقلة ومشاعره وسلوكه واكتشاف قواه الكامنة، ويساعدة على تغيير حياته للأفضل (تعريف اجرائي).

**هدف البحث:**

يهدف البحث إلى التعرف على تأثير استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي من خلال:

- ١- التعرف على مستوى التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- ٢- أثر استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على تنمية التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

**تساؤلات البحث:**

- ١- ما هي مستوى التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- ٢- ما هو أثر استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على تنمية التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

**الإجراءات المنهجية للبحث:****منهج البحث:**

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث ولتحقيق أهدافه.

**مجالات البحث: تشتمل المجالات على:**

- المجال المكاني: مدرسة الجزائر الابتدائية محافظة الإسكندرية.
  - المجال الزمني: الفصل الدراسي الأول من العام الجامعي (٢٠٢٢-٢٠٢٣).
  - المجال البشري : لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- الدراسة الاستطلاعية:**

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ١٨ / ١٠ / ٢٠٢٢م إلى ٢١ / ١٠ / ٢٠٢٢م بهدف إيجاد المعاملات العلمية لمقياس التفكير الإيجابي، حيث تم إختيار العينة الاستطلاعية بالطريقة العشوائية، وقد بلغ قوامها (٧٠) تلميذ وتلميذة والعينة من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية.

**الدراسة الأساسية:**

تم تطبيق برنامج مرفق (٦) ومقياس التفكير الإيجابي مرفق (٥) بعد إعدادهم بصورة نهائية وتم تطبيقهم على أفراد العينة الأساسية والتي يبلغ قوامها (٣٥) تلميذ وتلميذة في فترة من (٢٤ / ١٠ / ٢٠٢٢م) إلى (٢٦ / ١٢ / ٢٠٢٢م).

**مجتمع وعينة البحث:**

**مجتمع البحث :**

إشتمل مجتمع البحث على تلاميذ الصف الرابع الابتدائي للفصل الدراسي الأول للعام (٢٠٢٢/٢٠٢٣م) البالغ عددهم (١٠٥) تلميذ وتلميذة.

**عينة البحث :**

وقد تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية فبلغت حجم العينة الأساسية (٣٥) تلميذ وتلميذة ( ١١ تلميذ - ٢٤ تلميذة ) بغرض التعرف على تأثير البرنامج المقترح (باستخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة) على التفكير الإيجابي، وتم إختيار (٧٠) تلميذ وتلميذة بالطريقة العشوائية من داخل مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية طبق عليها الدراسة الاستطلاعية لتقنين أدوات البحث.

أدوات ووسائل جمع البيانات:

١- مقياس التفكير الإيجابي (إعداد الباحثة) ملحق (٥):

- خطوات بناء مقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي:

\* تحديد الهدف من المقياس:

يهدف هذا المقياس إلى تصميم أداة عملية دقيقة وموضوعية لتقييم مستوى التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

\* إعداد المقياس في صورته الأولية وفقاً للخطوات التالية:

- تحديد محاور المقياس: استناداً إلى ما تم الوصول إليه عن طريق الأطلاع على بعض

الدراسات السابقة مثل دراسه (زياد غانم، ٢٠٠٥)، بترسون وآخرون Peterson, (c,u,n,m, 2007)، (قاسم عبدالمرید، ٢٠٠٩)، (عظيمة عباس، ٢٠١٠)، كوارى

وموتوكو (kaori&motoko,2015)، (رباب عبدالله، ٢٠١٧)، أونسال واوزان

(unsal&ozan,2018)، (مدحت محمود، ٢٠٢١) أمكن حصر مجموعة من المحاور

الخاصة بالتفكير الإيجابي ملحق (٢) وهى:

١- تحمل المسؤولية. ٢- الميل إلى القيادة.

٣- الضبط الإنفعالى. ٤- فعالية الذات.

٥- المرونة. ٦- الثقة بالنفس.

٧- التخيل. ٨- التفاؤل.

قامت الباحثة بعرض محاور المقياس بصورته المبدئية ملحق (٢) على عدد (٨) من من أساتذة علم النفس الرياضي في بعض كليات التربية الرياضية ملحق (١) وجدول (١) يوضح رأى السادة الخبراء فى المحاور المقترحة.

جدول (١)

نسبة آراء الخبراء فى المحاور المقترحة (ن=١٤ خبراء)

م	المحور	النسبة المئوية
١	تحمل المسؤولية	٩٢.٨٥%
٢	الميل الى القيادة	٨٥.٧١%
٣	الضبط الانفعالى	١٠٠%
٤	فعالية الذات	٧١.٤٢%
٥	المرونة	١٠٠%
٦	الثقة بالنفس	١٠٠%
٧	التخيل	٤٠%
٨	التفاؤل	٤٩%



وفى ضوء الآراء والملاحظات التي أبدتها المحكمين قامت الباحثة بحذف المحاور التي تقل نسبتها عن ٥٠% بناءً على الاسترشاد بالمراجع العلمية والمقاييس السابقة حتى أصبح عدد المحاور (٦) ملحق (٣) وهم:

١- تحمل المسؤولية.

٢- الميل الى القيادة.

٣- الضبط الانفعالي

٤- فعالية الذات

٥- المرونة

٦- الثقة بالنفس

- صياغة عبارات المقياس في صورتها الأولية: تم صياغة عبارات المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري والخاص بكل محور بما تتناسب مع طبيعة البحث والذي اشتمل على مجموعة من العبارات بلغت (٣٠) عبارة موزعة على محاور المقياس طبقاً للمفهوم الخاص بالمحور ملحق (٤).

وقد حرصت الباحثة في صياغتها للعبارات على النحو الآتي:

١- سهولة صياغة العبارات.

٢- عدم تكرار العبارات.

٣- أن لكل عبارة إستجابة واحدة فقط.

تم عرض العبارات على عدد (٨) من علم النفس الرياضي في بعض كليات التربية الرياضية ملحق (٤) لتحديد مدى مناسبة العبارات في قياس المحور الذي تدرج تحته وتم تحديد النسبة المئوية لآراء المحكمين كما يوضحها جدول (٢).

#### جدول (٢)

آراء السادة الخبراء في عبارات المقياس (ن=٨ خبراء)

ملاحظات	معامل لوش لصدق المحتوى	الخبراء الموافقون		رقم العبارة	المحور	م
		%	عدد			
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	١	اولاً: محور تحمل المسؤولية	١
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٢		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٣		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٤		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٥		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٦		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	١	ثانياً: محور الميل الى القيادة	٢
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٢		

تابع جدول (٢)  
آراء السادة الخبراء في عبارات المقياس (ن=٨ خبراء)

ملاحظات	معامل لوش لصدق المحتوى	الخبراء الموافقون		رقم العبارة	المحور	م
		%	عدد			
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٣		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٤		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٥		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٦		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	١		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٢		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٣	ثالثاً: محور الضبط الانفعالي	٣
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٤		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٥		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٦		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	١		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٢	رابعاً: محور فعالية الذات	٤
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٣		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٤		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٥		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٦		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	١		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٢		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٣	خامساً: محور المرونة	٥
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٤		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٥		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٦		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	١		
	*٠.٨	%٨٧.٥٠	٧	٢		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٣	سادساً: محور الثقة بالنفس	٦
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٤		
	٠.٥	%٧٥.٠٠	٦	٥		
	*١.٠٠	%١٠٠.٠٠	٨	٦		

الحد الأدنى لمعامل لوش عند (ن=٨ خبراء) = ٠,٧٥٠.

يتضح من جدول (٢) التكرارات والنسب المئوية لعبارات اختبارات المقياس وقد إرتضت الباحثة بنسبة ٧٥% بناء علي الحد الأدنى لمعامل لوش.  
- المعاملات العلمية لمقياس التفكير الإيجابي :

أولاً : صدق المقياس:

تم حساب صدق المقياس من خلال عينة الدراسة الإستطلاعية وبلغ عددهم (٧٠) تلميذ وتلميذة من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية بإستخدام صدق السادة الخبراء وصدق الإتساق الداخلي بين العبارة والمجموع الكلي للمحور وصدق الإتساق الداخلي بين مجموع المحاور والمقياس ككل.

## أ- صدق المحكمين:

بعد أن قامت الباحثة بتصميم مقياس التفكير الإيجابي في صورته النهائية وعمل التعديلات التي أبدتها السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي كان لابد من التأكد من صلاحية المقياس لذا قامت الباحثة بعرضه مرة أخرى على السادة الخبراء بهدف التأكد من مدى صحة المقياس للأهداف المحددة له وموافقة السادة الخبراء بالإجماع على صلاحية المقياس في صورته النهائية مرفق (٥).

## ب- صدق الإتساق الداخلي:

قامت الباحثة بالتحقق من صدق مقياس التفكير الإيجابي من خلال صدق الإتساق الداخلي بين العبارات والمجموع الكلي للمحور ومجموع المقياس ككل و جدول (٣) يوضح قيم معامل الإتساق الداخلي للعبارات والإتساق الداخلي للمقياس ككل

## جدول (٣)

معامل الإتساق الداخلي بين العبارات والمجموع الكلي لمقياس التفكير الإيجابي (ن = ٧٠)

رقم العبارة	المحور الأول تحمل المسؤولية			رقم العبارة	المحور الثاني الميل إلى القيادة			رقم العبارة	المحور الثالث الضبط الإنفعالي		
	س-	ع±	ر		س-	ع±	ر		س-	ع±	ر
١	1.74	0.97	**٠,٣١٩	٦	1.99	0.50	**٠,٧٥٥	١١	2.01	0.43	*٠,٢٦٢-
٢	2.26	0.81	**٠,٧٨٨	٧	2.09	0.58	**٠,٣٢٨	١٢	2.07	0.52	**٠,٧٨٨
٣	2.13	0.59	*٠,٢٤٩*	٨	2.00	0.68	*٠,٢٨١	١٣	1.96	0.40	٠,٢٤٩*
٤	2.11	0.69	**٠,٢٥٦	٩	2.17	0.59	*٠,٢٦٨	١٤	2.18	0.39	**٠,٦٤٨
٥	2.09	0.63	**٠,٦٥٨	١٠	2.07	0.35	*٠,٢٧٥-	١٥	2.13	0.34	-٠,٥٨٠**
المجموع	10.33	1.43	-	المجموع	10.31	1.54	-	المجموع	10.10	0.66	-
١٦	2.27	0.45	**٠,٤٥٤	٢١	2.27	0.78	**٠,٩٢٢	٢٦	2.01	0.71	**٠,٤٦٥
١٧	2.14	0.52	**٠,٥٠١	٢٢	2.17	0.74	**٠,٣١٣	٢٧	1.66	0.76	*٠,٣٠٤-
١٨	2.39	0.62	**٠,٧٤٥	٢٣	2.26	0.56	**٠,٤٨٠	٢٨	1.87	0.76	**٠,٣٧٠
١٩	2.43	0.67	**٠,٦٦٤	٢٤	2.00	0.54	**٠,٣٢٧	٢٩	1.70	0.84	**٠,٥٥٦
٢٠	2.44	0.67	**٠,٦٤٩	٢٥	1.76	0.49	*٠,٣١٨	٣٠	1.57	0.71	**٠,٩٥١
المجموع	11.67	2.06	-	المجموع	10.46	1.73	-	المجموع	8.81	2.06	-

قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٠,٢٣٤

\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠,٠١) = ٠,٣٥٨

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور عالية ومعظمها دالة معنويًا، وبالتالي تكون العبارات ومحاور مقياس التفكير الإيجابي علي درجة عالية من الصدق

## جدول (٤)

الإتساق الداخلي بين محاور مقياس التفكير الإيجابي والمقياس ككل (ن = ٧٠)

م	س	محاور مقياس التفكير الإيجابي
١.٤٣	١٠.٣٣	تحمل المسؤولية
١.٥٤	١٠.٣٠	الميل إلى القيادة
٠.٦٦	١٠.١٠	الضبط الإنفعالي
٢.٠٦	١١.٦٧	فاعلية الذات
١.٧٣	١٠.٤٦	المرونة
٢.٠٦	٨.٨١	الثقة بالنفس
٣.٣٠	٦١.٦٩	المجموع الكلي لمقياس

يتضح من جدول (٤) أنه بلغ الوسط الحسابي لمحور تحمل المسؤولية (10.33) بإنحراف معياري (1.43)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الميل إلى القيادة (10.31) بإنحراف معياري (1.54)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الضبط الإنفعالي (10.10) بإنحراف معياري (0.66)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور فاعلية الذات (11.67) بإنحراف معياري (2.06)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور المرونة (10.46) بإنحراف معياري (1.73)، وبلغ الوسط الحسابي لمحور الثقة بالنفس (8.81) بإنحراف معياري (2.06) وبلغ الوسط الحسابي للمجموع الكلي لمقياس التفكير الإيجابي (61.69) بإنحراف معياري (3.30).

## جدول (٥)

مصفوفة الارتباط بين محاور مقياس التفكير الإيجابي والمجموع الكلي لمقياس (ن = ٧٠)

المجموع الكلي للمقياس	الثقة بالنفس	المرونة	فاعلية الذات	الضبط الإنفعالي	الميل إلى القيادة	تحمل المسؤولية	مقياس التفكير الإيجابي
						١	تحمل المسؤولية
					١	- ٠,٦٤٠**	الميل إلى القيادة
				١	٠,١٣١-	٠,٢٠٣-	الضبط الإنفعالي
			١	٠,٢٠٧	*٠,٢٥٦	*٠,٢٥١-	فاعلية الذات
		١	**٠,٣٩٣-	0.205-	**٠,٥٣٦	*٠,٢٧٩	المرونة
	١	**٠,٣٦٥-	*٠,٢٥٥	**٠,٥٩٨	*٠,٣٠٦-	٠,١٧٨	الثقة بالنفس
١	**٠,٦٥٥	**٠,٤٥٨	**٠,٥٢٦	*٠,٣١٣	*٠,٢٧٧	٠,٠٨٠	المجموع الكلي للمقياس

\*قيمة (ر) الجدولية عن مستوي دلالة ٠,٠٥ = (٠,٢٣٤)

\*\*قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠,٠١) = (٠,٣٥٨)

يتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط بين معظم محاور مقياس التفكير الإيجابي معنوية عند مستوي (٠,٠١)، وأكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوي (٠,٠١)، وأنها معاملات ارتباط عالية وطرديّة قوية بين محاور المقياس والمجموع الكلي للمقياس. ثانياً: ثبات المقياس:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على العينة الإستطلاعية والتي قوامها (٧٠) طالبة من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية لحساب ثبات المقياس.

### جدول (٦)

نتائج ثبات مقياس التفكير الإيجابي للمجموعة التجريبية (ن = ٧٠)

القيم	المعامل الإحصائي
*٠,٨٥١	للجزء الأول (ألفا كرونباخ) Cronbach's Alpha
*٠,٨٩٠	للنصف الثاني (ألفا كرونباخ) Cronbach's Alpha
*٠,٩٤٠	معامل الارتباط بين النصفين (Correlation Between Forms)
*٠,٩٦٨	معامل سبيرمان - براون (Spearman-Brown Coefficient)
*٠,٨٣٦	معامل جيتمان (Guttman Split-Half Coefficient)

يتضح من جدول (٦) أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية إنحصرت بين (\*٠,٨٣٦ : \*٠,٩٦٨) وجميعها معاملات ثبات عالية، وبالتالي يكون مقياس التفكير الإيجابي علي درجة عالية من الثبات، وأنه إذا أعيد تطبيقه علي نفس الأفراد وفي نفس الظروف يعطي نفس النتائج، وعليه يكون نتائج المقياس علي درجة من الصدق والثبات التي تؤكد الثقة في النتائج التي يمكن الحصول عليها عند تطبيقه علي عينة الدراسة الأساسية. \* تحديد زمن المقياس :

من خلال تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية تم حساب متوسط زمن الإجابة على المقياس والذي استغرق من ١٥ : ٢٠ دقيقة.

\* تعليمات المقياس في صورته النهائية:

١- اقرأ كل عبارة جيدا وجاوب عنها.

٢- عدم ترك اي عبارة بدون الإجابة عليها.

\* إعداد مفتاح تصحيح المقياس في صورته النهائية:

يحتوي المقياس على ست محاور تضم مجموعة من العبارات في اتجاه المحور وإستخدام مفتاح التصحيح الثلاثي (نعم- لحد ما- لا) تم توزيع الدرجة كما هو موضح في جدول (٧).

## جدول (٧)

درجات عبارات المقياس على ميزان التقدير الثلاثي في صورته النهائية

العبارات	نعم	لحد ما	لا
في اتجاه المحور	٣	٢	١

حيث تدل درجة (نعم) على ارتفاع درجة التفكير الإيجابي و(لحد ما) على التفكير الإيجابي بدرجة متوسطة إما (لا) فهي تدل على إنخفاض درجة التفكير الإيجابي وجميع عبارات المقياس في اتجاه المحور.

- وضع معايير للمقياس:

وباستخدام تحليل المئينات الإحصائي قسمت الباحثة الدرجات المعيارية إلى مستويات معيارية كما يتضح من الجدول التالي:

## جدول (٨)

الترتيب المئيني لمقياس التفكير الإيجابي

مستويات مقياس التفكير الإيجابي	محور تحمل المسؤولية	محور الميل إلى القيادة	محور الضبط الانفعالي	محور فاعلية الذات	محور المرونة	محور الثقة بالنفس	المجموع الكلي
ضعيف	٢٥	١٢.٠٠	١٢.٠٠	١٥.٠٠	١٢.٠٠	١٥.٠٠	٧٧.٠٠
متوسط	٥٠	١٢.٠٠	١٣.٠٠	١٥.٠٠	١٤.٠٠	١٥.٠٠	٨٠.٠٠
عالي	٧٥	١٣.٠٠	١٤.٠٠	١٥.٠٠	١٣.٠٠	١٤.٠٠	٨٤.٠٠

يتضح من جدول (٨) الترتيب المئيني لمقياس التفكير الإيجابي من خلال الثلاث مستويات (ضعيف، متوسط، عالي) لطالبات كلية التربية الرياضية.

## جدول (٩)

المستويات المعيارية لمقياس التفكير الإيجابي

م	المحور	درجات معيارية		
		مستوى منخفض	مستوى متوسط	مستوى عالي
١	أولاً محور تحمل المسؤولية	١٢-١١	١٣-١٢	١٤-١٣
٢	ثانياً محور الميل إلى القيادة	١٣-١٢	١٤-١٢	١٥-١٤
٣	ثالثاً محور الضبط الانفعالي	١٥-١١	١٥-١٤	١٦-١٥
٤	رابعاً محور فاعلية الذات	١٢-١١	١٣-١٢	١٤-١٣
٥	خامساً محور المرونة	١٠-٩	١٤-١٢	١٥-١٤
٦	سادساً محور الثقة بالنفس	١٤-١١	١٥-١٤	١٦-١٥
	إجمالي المقياس	٧٧-٦٦	٨٣-٧٨	٨٤-٨٣

**البرنامج المقترح:****الهدف العام من البرنامج :**

يهدف هذا البرنامج تنمية التفكير الإيجابي من خلال توظيف أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

**الأسس العامة لوضع البرنامج:**

- أن يخضع البرنامج للهدف العام للمرحلة الابتدائية.
- أن يراعى الفروق الفردية لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- أن يراعى الخصائص البدنية والمهارية والعقلية لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- أن يتحدى محتوى البرنامج قدرات التلاميذ.

**محتوى البرنامج :**

قامت الباحثة بالرجوع إلى الدراسات السابقة الخاصة بالألعاب الصغيرة مثل دراسة (Linaza,m,2013)،(Kovacevie:t,&poic,s,&karlovac,t ,2013)، (صفاء خضير، ٢٠١٥) وأنشطة التوكاتسو مثل دراسة (Komoto, A,2015) ، (Takahashi, F,2016)، (هبة هاشم ٢٠١٧)، (السيد محمد ابراهيم شعلان، ٢٠١٨)، (فاطمة البهنساوى، ٢٠١٨)، (Kusanagi, K,2019)، (شيماء بخيت، ٢٠١٩)، (فاطمة عبدالسلام، ٢٠٢٠)، (رندة فاروق عسكر، ٢٠٢١) وذلك بهدف تحديد واختيار محتوى البرنامج المقترح والذي أشتمل محاور البرنامج على (الألعاب الصغيرة - أنشطة التوكاتسو) وهذا ما يوضحه مرفق رقم (٧).

**المهارات التي تنميها أنشطة التوكاتسو:**

(المرونة- التواصل- المحاسبية- ضبط النفس- المشاركة- التعاطف- إحترام التنوع- التعاون- التفاوض- الإنتاجية- إتخاذ القرار- التفكير الناقد- الأبداع- حل المشكلات).

**إجراءات تنفيذ أنشطة التوكاتسو من خلال:**

الشهر	الأسبوع	نشاط التوكاتسو
-	-	المناقشات التوجيهية
هيا نلعب في فناء المدرسة معا (التنفيذ)		
الأعداد (دور المعلم)	إعداد مكان النشاط مع التلاميذ المسؤولين (المعلم)	
	إعداد المواد اللازمة (التلاميذ في مجموعات)	
	توجيهات للتلاميذ المسؤولين (المعلم)	
تقديم التنفيذ		

م	البند
١	كلمة أفتتاحية
٢	تأكيد ما نقوم به
٣	نقاط يجب مراعاتها في التنفيذ
٤	التنفيذ (دعونا نلعب في فناء المدرسة معا)
٥	كلمة المعلم
٦	كلمة خاتمة
الأنطباع	
	تيسير المعلم.
	نشاط التلميذ.
	اسأل التلاميذ كيف استمتعوا وهل أنسجموا مع بعضهم البعض.
	ينظرون مرة أخرى في أنشطتهم ويبدون الرأي حولها.
	أمدح جهود التلميذ.
	يستمتع إلى المعلم والأصدقاء ويكون موقف ذهني إيجابي.

### الأجراءات التنفيذية للبرنامج:

#### القياس القبلي:

تم تطبيق مقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي (أعداد الباحثة) في الفترة من ١٨ / ١٠ / ٢٠٢٢ م إلى ٢١ / ١٠ / ٢٠٢٢ م.

#### تطبيق البرنامج المقترح:

استغرق تنفيذ البرنامج (١٠) اسابيع تم تنفيذها من خلال حصص التربية الرياضية بجمالى (١٠) حصص، بواقع حصة فى الاسبوع فى الفترة من (٢٤ / ١٠ / ٢٠٢٢) إلى (٢٦ / ١٢ / ٢٠٢٢).

#### القياس البعدى:

تم تطبيق مقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي (أعداد الباحثة) من ٢٧ / ١٢ / ٢٠٢٢ م إلى ٣٠ / ١٢ / ٢٠٢٢ م.

#### - عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها: View, discuss and interpret results

سوف تقوم الباحثة بعرض النتائج ومناقشتها من خلال الإجابة على تساؤلات البحث:

للإجابة على التساؤل الأول والذي ينص على :

"ما هى مستوى التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي؟" والجدول رقم (١٠) يوضح ذلك.



جدول (١٠)  
مستويات مقياس التفكير الإيجابي

المجموع الكلي	محور الثقة بالنفس	محور المرونة	محور فاعلية الذات	محور الضبط الانفعالي	محور الميل إلى القيادة	محور تحمل المسؤولية	مستويات مقياس التفكير الإيجابي	
٧٧.٠٠	١٥.٠٠	١٠.٠٠	١٢.٠٠	١٥.٠٠	١٢.٠٠	١٢.٠٠	٢٥	ضعيف
٨٠.٠٠	١٥.٠٠	١٤.٠٠	١٣.٠٠	١٥.٠٠	١٣.٠٠	١٢.٠٠	٥٠	متوسط
٨٤.٠	١٥.٠٠	١٤.٠٠	١٣.٠٠	١٥.٠٠	١٤.٠٠	١٣.٠٠	٧٥	عالي

يتضح من جدول (١٠) مستوي مقياس التفكير الإيجابي من خلال الثلاث مستويات (ضعيف، متوسط، عالي) للتلاميذ حيث كان عدد التلاميذ أكبر في المستوى العالي ويشير (عبدالستار إبراهيم، ٢٠٠٨: ١٠١) إلى إن الأفراد الذين يتصفون بالتفكير الإيجابي يتميزون بعدد من الخصائص على المستوى العقلي والنفسي والاجتماعي مما يجعلهم أكثر تكيفاً مع أنفسهم وأفكارهم ومشاعرهم، فهم يبحثون عن الأفكار قبل أن يحصلوا على الأحداث ويبحثون عن التغيير من حالة التفكير السلبي إلى الأداء الكامل بطريقة التفكير الإيجابي ولديهم رغبة جادة في التغيير.

وتأكد الباحثة هنا على فاعلية البرنامج المقترح القائم على توظيف أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة والتي من أهم اهدافها تحقيق النمو الشامل للتلاميذ، ومساعدته على بناء علاقات انسانية جيدة وتتيح للتلاميذ ممارسة العمل الجماعي وتحديد الأدوار وتنفيذ الدور المكلف به كل تلميذ في الفريق والتعاون مع زملائه للوصول إلى الأهداف المراد تحقيقها، ومهارات العمل الجماعي والانتماء، وقيم النظافة، والاعتزاز بالذات، تحمل المسؤولية والتفكير.

للإجابة على التساؤل الثاني والذي ينص على :

"ما هو أثر استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على تنمية التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي؟" و جدول (١١) يوضح ذلك.

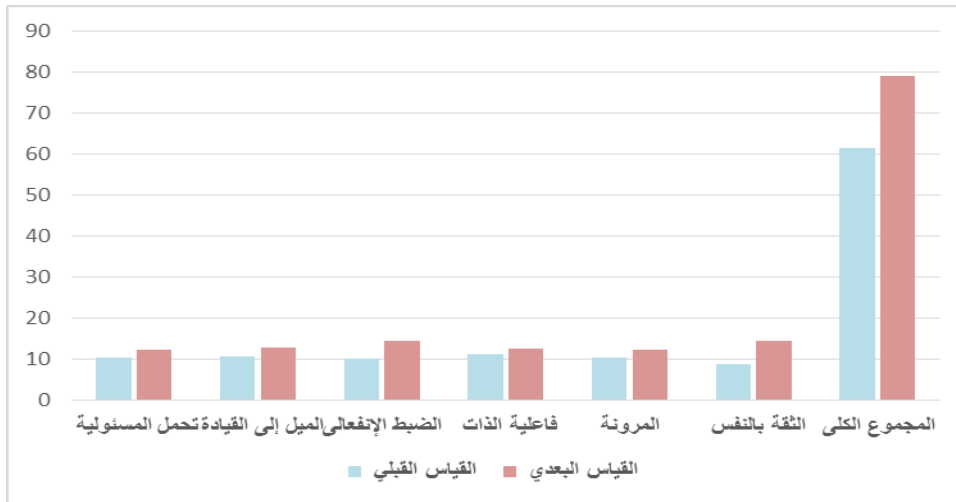
## جدول (١١)

الدلالات الإحصائية ودلالة الفروق بين متوسطي القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لمقياس التفكير الإيجابي (ن = ٣٥)

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين		القياس البعدي		القياس القبلي		الدلالات الإحصائية		المتغيرات
	ع±	س	ع±	س	ع±	س	ع±	س	
*٦.٩٠	١.٥٩	١.٨٦	٠.٧٩	١٢.١٧	١.٢٨	١٠.٣١	درجة	تحمّل المسؤولية	مقياس التفكير الإيجابي
*٧.٨٥	١.٦٤	٢.١٧	٠.٩٥	١٢.٩١	١.٢٢	١٠.٧٤	درجة	الميل إلى القيادة	
*١٦.٧٢	١.٦٠	٤.٥١	١.٢٩	١٤.٥٤	٠.٦٦	١٠.٠٣	درجة	الضبط الإنفعالي	
*٣.١٩	٢.٥٤	١.٣٧	٠.٦١	١٢.٤٩	٢.٤٥	١١.١١	درجة	فاعلية الذات	
*٤.٠٣	٢.٩٠	١.٩٧	١.٩٠	١٢.٤٠	١.٩٠	١٠.٤٣	درجة	المرونة	
*١٤.٥٨	٢.٣٣	٥.٧٤	١.٢٩	١٤.٥٤	٢.١٣	٨.٨٠	درجة	الثقة بالنفس	
*١٧.٠٠	٦.١٤	١٧.٦٣	٥.٣٤	٧٩.٠٦	٣.٦٠	٦١.٤٣	درجة	المجموع الكلي	

\*\*قيمة (ت) الجدولية عن مستوي دلالة  $(٢,٠٣) = ٠.٠٥$

يتضح من جدول (١١) والشكل البياني (١) التالي وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي  $(٠.٠٥)$  في قيمة (ت) للفروق بين متوسطي القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة لمقياس التفكير الإيجابي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي  $(٠,٠٥)$ ، ومتوسط الفروق لصالح القياس البعدي.



شكل (١)

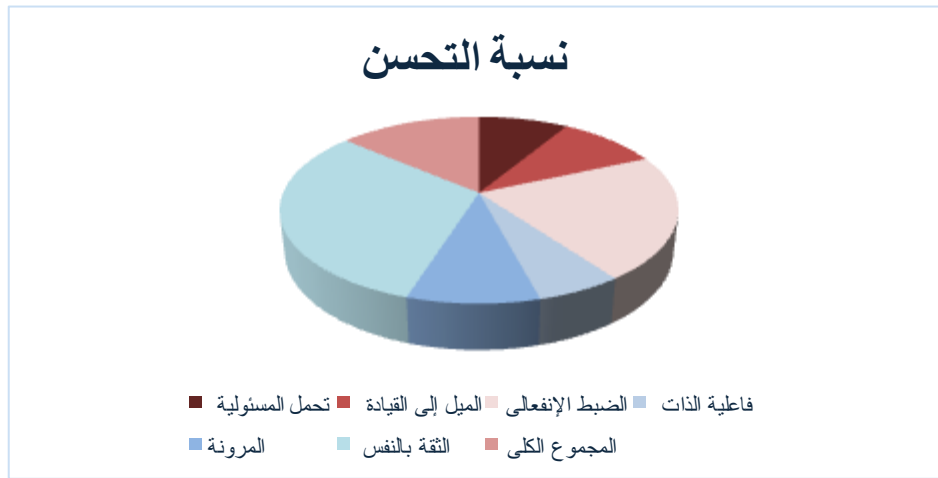
دلالة الفروق في نسب التحسن بين القياسات القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمقياس التفكير الإيجابي

## جدول (١٢)

الدلالات الإحصائية لنسب التحسن بين القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي (ن = ٣٥)

م	المتغيرات	الدلالات الإحصائية	نسبة التحسن
١	تحمل المسؤولية		١٨.٠٤%
٢	الميل إلى القيادة		٢٠.٢٠%
٣	الضبط الإنفعالي		٤٤.٩٧%
٤	فاعلية الذات		١٢.٣٣%
٥	المرونة		١٨.٨٩%
٦	الثقة بالنفس		٦٥.٢٣%
٧	المجموع الكلي		٢٨.٧٠%

يتضح من جدول (١٢) والشكل البياني (١) نسب التحسن بين القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي، وتراوحت نسبة التحسن في المقياس (%12.33 : %65.23) لصالح القياس البعدي.



## شكل (٢)

ويتضح من جدول (١١) والشكل البياني (١) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠.٠٥) في قيمة (ت) للفروق بين متوسطي القياسات القبليّة و البعدية للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي حيث كانت قيمة (ت) المحسوبة لمقياس التفكير الإيجابي أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي (٠,٠٥)، ومتوسط الفروق لصالح القياس البعدي.

يتضح من جدول (١٢) والشكل البياني (٢) نسب التحسن بين القياسات القبلية والبعديّة للمجموعة التجريبية في مقياس التفكير الإيجابي، وتراوحت نسبة التحسن في المقياس (12.33% : 65.23%) لصالح القياس البعدي.

ترى الباحثة أن البرنامج المقترح القائم على توظيف أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة أحدث تأثيراً على تنمية التفكير الإيجابي حيث تراوحت نسبة التحسن في المقياس (12.33% : 65.23%) لصالح القياس البعدي وهذا ما يؤكد فاعلية البرنامج حيث جاءت أعلى نسبة تحسن في محور الثقة بالنفس حيث بلغ نسبة التحسن 65.23% ويشير (اسامة راتب، ٢٠٠٠) أن الثقة تحقق فوائد متعددة وتثير الأنفعالات الإيجابية وتساعد على التركي، وتؤثر في الأهداف، تزيد الجهد، وتوثر في تدعيم الطاقة النفسية فالثقة بالنفس هي عملية التوافق والأنسجام بين أبعاد الشخصية والأنسان وهي رؤية الشخص لنفسه ورؤية الآخرين له وكما هو حقيقته فالثقة أحد مظاهر الصحة النفسية والتي يجب غرسها في الطفل وترتيبه عليها منذ الصغر عبر تفاعل العوامل الوراثية والبيئية، تجعل منه شخصية قوية الارادة، مستقلة التفكير (برايان تريسي، ٢٠١٠ : ٣).

الضبط الإنفعالي حيث بلغ نسبة التحسن 44.97% فتري الباحثة أن الطفل الذي يتميز بالضبط الأنفعالي لديه القدرة على التصرف في المواقف المختلفة بهدوء والتخلص من الأفكار السلبية ويتفق ذلك مع ما توصله الية دراسة (عظيمة عباس، ٢٠١٠) أن التفكير الإيجابي يحدد للطفل أفكاره ويلعب دوراً حاسماً في تشكيل أستجاباته الأنفعالية والسلوكية في المواقف المختلفة ويؤكد (قاسم عبدالمرید، ٢٠٠٩) أن عدم الضبط الأنفعالي هو العدو للذكور للتفكير الإيجابي، وذلك لأن الشخص الأنفعالي يركز تفكيره في فكرة واحدة وهي الأنفعال، ولا يتيح له الهدوء والتأمل للتفكير الإيجابي.

الميل إلى القيادة حيث بلغ نسبة التحسن 20.20% المرونة حيث بلغ نسبة التحسن 18.89% تحمل المسؤولية حيث بلغ نسبة التحسن 18.04% ويشير (مصطفى باهى وآخرون، ٢٠٠٢) إلى أن تحمل المسؤولية يقصد بها تعاون الرياضى مع أفراد فريقة والتشاورر معهم في حل أو مناقشة ما يواجههم من مشكلات وهذا ما تؤكد عليه أنشطة التوكاتسو وتسعى إلى تحقيقه وتشير دويك وليجيت (Dweek & Leggett, 2011) إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالتفكير الإيجابي يستجيبون للفشل بشكل أكثر مرونة وعلى انه حافز نحو تعلم مهارات جديدة، وأنهم أكثر ثقة في أنفسهم وبقدراتهم على اتخاذ القرار مع تحمل مسؤولية التي تترتب عليها ويستطعون مواجهه الصعاب.

فاعلية الذات حيث بلغ نسبة التحسن %12.33 وترى الباحثة أن هوية الذات هي الصورة الذهنية التي يحملها الطفل عن نفسه، واحساسه بذاته حيث أن الحوار الداخلي الذي يجريه التلميذ مع نفسه له أهمية كبيرة في تعديل سلوكه وتوجه ذاته نحو حل المشكلات، فأغلب التلاميذ يكون لديهم أحاديث موجهة لذواتهم، فإذا كانت كل الأحاديث إيجابية فهي تولد له القدرة على تدعيم الأفكار الإيجابية وتكون كأداة للتحفيز الذاتي، كما تشير (وفاء محمد، ٢٠٠٣) إلى أن تحقيق النجاح والسعادة والاستمتاع بحياة متوازنة، يتطلب التغيير في طريقة تفكير الطفل واسلوب حياته ونظرة اتجاه نفسه.

ومن هنا ترى الباحثة أن نسبة التحسن التي وتراوحت بين (١٢.٣٣% : ٦٥.٢٣%) لصالح القياس البعدي ترجع إلى فاعلية البرنامج المقترح القائم على توظيف أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة على تنمية التفكير الإيجابي لدى التلاميذ وهذا ما أكدت عليه الدراسات مثل دراسة (Kovacevic,t,&poic,s,&karlovac,t,2013)، Linaza, m, (2013)، (صفاء خضير، ٢٠١٥)

فمن خلال اللعب يحقق الطفل ذاته عبر التنافس وتنمية روح الجماعة، ويتعلم التعاون والالتزام بالقواعد والقوانين واكتساب الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية والاعتماد على الذات، وايضاً فاعلية وتوظيف أنشطة التوكاتسو من خلال هذه الألعاب وهذا ما أكدت عليه دراسة (رندة فاروق، ٢٠٢١) "فاعلية أنشطة التوكاتسو باستخدام الألعاب الشعبية في تنمية المهارات الحياتية"، ودراسة (Komoto, A,2015)، (Takahashi, F,2016)، (هبة هاشم، ٢٠١٧)، (السيد محمد، ٢٠١٨)، (فاطمة البهنساوى، ٢٠١٨)، (Kusanagi,K,2019)، (شيماء بخيت، ٢٠١٩)، (فاطمة عبدالسلام، ٢٠٢٠)، التي أكدوا على فاعلية أنشطة التوكاتسو في المناهج المختلفة، ويتضح من ذلك أن الهدف الأساسي من أنشطة التوكاتسو هو مساعدة المتعلم على التفاعل مع بيئته ومجتمعه.

#### المعالجات الإحصائية المستخدمة.

استعانت الباحثة بالبرنامج الإحصائي spss v26 لإستخراج المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابى.
- الانحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل التقلطح.
- معامل ارتباط سبيرمان.
- معامل ألفا كرونباخ للثبات.
- معامل جيتمان.
- معامل سبيرمان - براون.
- نسبة التحسن. %

- إختبار (ت) الفروق للقياسات القبلية البعدية. T test

**الإستخلاصات:**

**في ضوء نتائج البحث وأهدافه والتساؤلات، وفي حدود عينة البحث أستخلص**

**الباحثان مايلي:**

- ١- بناء مقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي حيث يتضمن ست محاور وهم (التفكير الإيجابي- الميل إلى القيادة- الضبط الإنفعالي- فاعلية الذات- المرونة- الثقة بالنفس).
- ٢- يتسم مقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي حيث يتضمن ست محاور وهي (التفكير الإيجابي- الميل إلى القيادة- الضبط الإنفعالي- فاعلية الذات- المرونة - الثقة بالنفس) بمعاملات علمية مقبولة.
- ٣- وجود مستويات معيارية لمقياس التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- ٤- وجود نسب التحسن بين القياسات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية التفكير الإيجابي لصالح القياس البعدي.
١. فاعلية البرنامج المقترح (استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة) على التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.

**التوصيات:**

**في ضوء نتائج هذا البحث وما توصلت إليه من استخلاصات، توصي الباحثة بما يلي:**

- ١- استخدام المقياس في التعرف على مستوى التفكير الإيجابي.
- ٢- الاعتماد على المقياس في إيجاد العلاقة بين التفكير الإيجابي ومتغيرات أخرى.
- ٣- إعداد البرامج لتنمية التفكير الإيجابي لتلاميذ الصف الرابع الابتدائي.
- ٤- الاهتمام بأنشطة التوكاتسو وتطبيقها في المدارس الحكومية والخاصة.
- ٥- تطبيق البرنامج المقترح (استخدام أنشطة التوكاتسو من خلال الألعاب الصغيرة) على فئات عمرية مختلفة.
- ٦- تدريب المعلمين على كيفية تطبيق أنشطة توكاتسو لتعزيز الإيجابية لدى الطلاب.
- ٧- دراسة أثر هذه الأنشطة على المدى الطويل لتحديد تأثيرها على نمو الطلاب النفسي والاجتماعي.



- ١٢- شيماء بخيت هاشم (٢٠١٩): بعض أنشطة المدارس المصرية اليابانية ودورها فى تنمية شخصية الطفل المصرى وفق رؤية التعليم ٢٠٣٠، مجلة كلية رياض الاطفال، جامعة أسيوط.
- ١٣- شيماء على السيد (٢٠١٥): التفكير الإيجابى وعلاقته بدافعية الأنجاز لدى طلبة المرحلة الثانوية، دراسة ارتباطية تنبؤية، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد.
- ١٤- صفاء خضير خضير (٢٠١٥): فاعلية اللعب الموجه فى برنامج خدمة الجماعة وتنمية القيم الأخلاقية لاطفال ما قبل المدرسة، مجلة دراسات فى الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، العدد ٤٩.
- ١٥- عبدالستار ابراهيم (٢٠٠٨): دليل المعالج المعرفى لتنمية التفكير العقلانى الإيجابى، دار الكتب، القاهرة.
- ١٦- عزيمة عباس السلطانى (٢٠١٠): تأثير منهج أرشادى لتنمية التفكير الإيجابى على التصور ذهنى للاعبين الشباب بكرة السلة، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد (٣) العراق.
- ١٧- فاطمة عبد السلام (٢٠٢٠): وحدة مقترحة فى القياس قائمة على أنشطة التوكاتسو اليابانية لتنمية بعض المهارات الحياتية لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية، مجلة تربويات الرياضة، مجلد ٢٣.
- ١٨- فاطمة محمد البهنساوى (٢٠١٨): الاستفادة من نموذج بناء الشخصية المتكاملة "توكاتسو" فى التعليم اليابانى وتطبيقاته فى أنشطة التربية الموسيقية، مجلة اميسيا، جمعية اميسيا التربوية عن طريق الفن عدد ١٤.
- ١٩- قاسم عبد المرید (٢٠٠٩): أبعاد التفكير الإيجابى فى مصر دراسة عاملية، مجلة الدراسات النفسية، العدد (٤).
- ٢٠- مارتن سليجمان: ترجمة صفاء الأعصر، علاء كفافى، عزيزة السيد، فيصل يونس، فادية علوان، سهير غباشى (٢٠٠٥): السعادة الحقيقية استخدام الحديث فى علم النفس الايجابى لتبين ما لديك لحياة أكثر إنجازاً، دار العين، القاهرة.
- ٢١- مدحت محمود محمد إبراهيم (٢٠٢١): بناء مقياس التفكير الإيجابى فى المجال الرياضى، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلون.



٢٢- مصطفى حسين باهى، هناء عبد الوهاب حسن، حسين احمد حشمت (٢٠٠٢):  
الصحة النفسية فى المجال الرياضى نظريات وتطبيقات، مكتبة الانجلو  
المصرية، القاهرة.

٢٣- هبة هاشم محمد (٢٠١٧): تصور مقترح لمنهج الدراسات الاجتماعية لتلاميذ الصفوف  
الثلاثة الاولى من المرحلة الابتدائية قائم على أنشطة التوكاتسو اليابانية  
وتأثيره على تنمية القيم الأخلاقية لديهم، مجلة الجمعية التربوية للدراسات  
الاجتماعية، العدد ٩٢.

٢٤- وفاء محمد مصطفى (٢٠٠٣): حقق أحلامك بقوة تفكيرك الإيجابي، دار ابن حزم  
للنشر والتوزيع، بيروت.

٢٥- يوسف محيلان العنزى، سلامة عجاج العنزى (٢٠١٣): فعالية برنامج التدريب على  
التفكير الايجابي واستراتيجية التعلم التعاونى فى علاج بعض صعوبات  
التعلم لدى تلاميذ الصف الخامس الابتدائى بدولة الكويت، مجلة عالم  
التربية، العدد الثالث والاربعون، ج١، القاهرة.

### ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية

26- Carr, A (2004): positive psychology the science strengths. Hove and  
New York: Brunner - Rutledge.

27-Dweck; Cand Leggett; E (2011): Asocial, 1988Cognitive Approach  
to otivation and Personality, Journal of Psychological  
Review.

28-Kaori Tsutsui, Motoko fujiwara (2015): The Relationship between  
ositive thinking and individual characteristics,  
development of soccer positive thinking scale, faculty of  
human life and environment, Nara women's university,  
Osaka, Japan.

29- Komoto, A(2015): Collaborative Efforts to Build Interpersonal Skills  
and Emotional Maturity Across School Levels Through  
Tokkatsu: The Case of Kuwabara Junior High School and  
Elementary School, Center for Excellence in School

- Education, Graduate School of Education, The University of Tokyo, Working Paper Series in the 21st Century International Educational Models Project, No. 5. October.
- 30-Kovacevic,t,&poic,s,&karlovac,t (2013):** Contribution of Traditional Games to the Quality of Students Relation& Frequency of Students Socialization in Primary Edu- cation. Vol 16 sp, Ed.No.1/2014. Croatian Journal of Education.
- 31-Kusanagi, K(2019):** Character Education in Indonesia and Growing Interest in Tokkatsu (Doctoral dissertation, The University of Tokyo).
- 32-Linaza, M. Moran, K. O, Connor, Noel.(2013):** Traditional Sports & Games: Anew -oppor lunity for personalized access to cultural heritage. Ceur-ws.org/vol- 997 1/patch2013. paper\_2.pdf).
- 33-Newman, J (2000):** "C'mon Get Happy ", Health, VOI 14, issue 7.
- 34-Park N.& Peterson,C. (2009):** Character Strengths:Reseach And Practice. Journal of Colledge& Character,4.
- 35-Peterson, C. Ruch, W. Bcermann, U.Park, N & Seligman, M (2007):** Strengths of character, orientation to happiness and life satisfaction. Journal of Positive Psychology 2(3), 149-156.
- 36-Phillipsen,L (2010):** Expecting The Best The Relation Between Peer-Optimism And Social Competence, Journal Of Positives Psychology, VOi, Issue 3 Jul.
- 37-Seligman, M. & csikzentmihalyi, M (2000):** positive psychology An introduction American psychologist(Ss).
- 38- Takahashi (2016):** School Cleaning Japanese Style. Center for Excellence in School Education, Graduate School of

Education, The University of Tokyo Working Paper Series in the 21<sup>st</sup>.

**39-Trujillo, f (2005):** positive thinking for children –an art and a science independent school,vol.(65).

**40-Unsal Tazegual, Ozan Esmer (2018): The Determination of the Relationship between Sportsperson ship Orientations and Positive Thinking Levels of the Athletes Engaged in Different Sports Branches, Universal Journal of Educational Research 6(8): 1755.**

**41-Winsler, A (2007):** Should I Letthem Talk? Private Speech And Task Performance Among Preschool Children With And Without Behavior Problem.Early Childhood Dresearch.