

Theories explaining the concepts of optimism and pessimism

ينظر علماء نفس الشخصية إلى التفاؤل والتشاؤم بوصفهما خلفية عامة تحيط بالحالة النفسية العامة للفرد، وتؤثر هذه الحالة أيما تأثير على سلوك الفرد وتوقعاته بالنسبة للحاضر والمستقبل فهو أميل إلى التفاؤل أو يغلب عليه التشاؤم مع درجات بينية كثيرة بينهما بطبيعة الحال، وتعتمد وجهة النظر هذه على أن التفاؤل والتشاؤم سمتان ثابتتان ثباتاً نسبياً في شخصية الفرد ولهذا المنحى أهمية و وزنه في دراسة التفاؤل والتشاؤم، ولذلك برزت العديد من الآراء النظرية التي سعت إلى تفسير هذا التأثير وهذا الارتباط ومن بينها نذكر:

١ - نظرية التحليل النفسي:

يرى Freud أن التفاؤل هو القاعدة العامة للحياة وأن التشاؤم لا يقع في حياة الفرد إلا إذا تكونت لديه عقدة نفسية، ويعتبر الفرد متفائلاً إذا لم يقع في حياته حادث يجعل نشوة العقدة النفسية لديه أمراً ممكناً ولو حدث العكس لتحول إلى شخصية متشائمة، ومعنى ذلك أن الفرد قد يكون متفائلاً جداً إزاء أحد الموضوعات أو المواقف فتقع حادثة مفاجئة له تجعله متشائماً جداً من هذا الموضوع ذاته، ويقصد بذلك الحالات التي تثير التفاؤل والتشاؤم والتي تكون مؤقتة وسريعة الزوال غالباً.

كما اعتبر Freud أن منشأ التفاؤل والتشاؤم من المرحلة الفمية، وذكر أن هناك سمات وأنماط شخصية فمية مرتبطة بتلك المرحلة ناتجة عن عملية التثبيت عند هذه المرحلة والتي ترجع إلى التدليل أو الإفراط في الإشباع أو إلى الإحباط والحرمان.

ويتفق Erikson مع Freud في أن المرحلة الفمية الحسية قد تشكل لدى الرضيع الإحساس بالثقة الأساسية أو الإحساس بعدم الثقة والذي بدوره سيظل

المصدر الذاتي لكل من الأمل والتفاؤل، أو اليأس والتشاؤم خلال بقية الحياة فعندما تستجيب الأم لجوع الطفل بالتغذية المناسبة والعطف يتعلم بعض الارتباطات بين حاجته والعالم الخارجي وهذا الشعور الأولي بالثقة، أما إذا ما أهملت الأم احتياجات ولديها فإنه يتولد لديه ما سماه Erikson بالشك، وإذا ما كان المعدل السيكولوجي بين هذين المتغيرين (الثقة وعدم الثقة) كبيرا لصالح الشك فمعنى هذا؛ أن الأنا في خطر، وقد يؤدي بالطفل إلى عدم التكيف فيما بعد والاتصاف بالتشاؤم، بينما يتحقق العكس إذا كانت درجة الثقة أقوى فإن الطفل يتعلم رؤية العالم بتفاؤل وأمل، وتمتع الأنا بهذه الإيجابية وتكيفها يساعد على النمو خلال بقية حياته. (عبد الله، ٢٠٠٨، ص ٥٢)

٢- النظرية المعرفية:

شكلت نظرة (Greenwald 1980) للتفاؤل نقطة تحول لدى الباحثين، فقد شبه الطبيعة الإنسانية بنظام كلي يتمثل بالنظر إلى الذات كتنظيم معرفي يتعلق بتاريخ الفرد وهويته.

أما Snyder فيرى أن التفاؤل يحتوي على عنصر يسمى التخطيط والذي يقوم على حقائق منطقية مجردة والتي تتضمن نوعا من النشاط المعرفي، في حين يرى Andreu ٢٠٠٣ أن المتفائلين يميلون للتركيز على المعلومات ذات العلاقة القوية بالشخصية فيكونون أكثر إقتناعا بالرسائل الإيجابية المتعلقة بالشخصية وأقل إقتناعا بالمعلومات السلبية، ولعل أهم الدراسات التي تؤكد علاقة التفاؤل بالجانب المعرفي دراسة Stang et Multin التي أشار فيها إلى إرتباط اللغة والذاكرة والتفكير بالتفاؤل، إذ يستخدم المتفائلين نسبة أعلى من الكلمات الإيجابية مقارنة بالكلمات السلبية سواء كانت في الكتابة أو في الكلام أو التذكر الحر فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية. (مشاشو قرمية، ٢٠١١، ص ٤٨)

أما لازاروس "Lazarus" تحدث عن التقييم المعرفي ودوره في تشكيل استجابات مستقبلية تجاه مواقف متعددة من الحياة تساعد على ظهور سمات معينة في

شخصية الفرد، وتأثير هذه التقييمات على سمات دون أخرى، أي أن يكون الفرد متفائل في مواقع من حياته ومتشائماً في مواقع أخرى في جوانب معينة في حياته، وقد تحدث "ماكليود Macleod" من خلال تعرضه لمفهوم التشاؤم والتفاؤل من خلال دراسة العمليات المعرفية في أحكام الاحتمالات الذاتية حول الأحداث الشخصية، ويستخدم الأفراد عملية التحري الموجودة للحكم على الأحداث المستقبلية المتفائلة أو المتشائمة باعتبارها سهلة الحضور كعمليات عقلية لتصبح راسخة في الأذهان. (شويل، ٢٠١٥، ص ٥٦)

يشير كارفر (Carver 1985): أن التفاؤل سمة من السمات الشخصية و حالة تتصف بالثبات خلال مواجهة المواقف، ويعد التفاؤل هو المحرك الأساسي للحياة، فالشخص يكون متفائلاً إذا لم يتعرض لحادثة ما تجعل نشوء العقد النفسية لديه أمراً ممكناً، ولو حدث العكس لأصبح الشخص متشائماً، ومعنى ذلك أنه قد يكون الفرد متفائلاً نحو أي موقف فتقع حادثة مفاجئة تجعل منه شخصاً متشائماً نحو هذا الموقف. (منار ثامر، ٢٠١٤، ص ٤٣٤)

وأكدت دراسة شايروكارفر (١٩٨٧)، وجود ارتباط موجب بين التفاؤل والصحة النفسية والجسمية وارتباط سالب دال بين التفاؤل واليأس. (Sgeier é Carrver, 1987, p210)

حيث ركزت نظرية "كارفر" على التنظيم السلوكي للذات، حيث أن الأفراد الذين يمتلكون توقعات إيجابية تجاه قدرتهم على مواجهة الأحداث الضاغطة بنجاح – المتفائلون- يميلون عادة إلى الاستمرار في بذل الجهد في سبيل تحقيق أهدافهم والتكيف الفعال مع المشكلات التي تواجههم، في حين يميل الأفراد المعتقدين باستحالة تحقيق أهدافهم –المتشائمون- إلى الاستسلام والانسحاب عند مواجهتهم للصعوبات. (سوزان، ٢٠١١، ص ٧٥)

