

التفاؤل لغة: هو قول أو فعل يستبشر به ، وتفاعل بالشيء تيمن به ، والتشاؤم: من باب شأم، وشأم الرجل قومه أي جر عليهم الشؤم، فهو شائم، وتشأم بالأمر تطير به وعده شؤماً، وترقب الشر.(ابن منظور، د.ت).

وهناك تعريفات كثيرة للتفاؤل والتشاؤم ذكرت في عشرات المصادر والدراسات تناولته تبعا لتباين العلماء واختلاف توجهاتهم النظرية المتعددة ، وسنعرض بعض التعريفات الخاصة بالتفاؤل والتشاؤم وهي (1):-

- ديمبر (1989): التفاؤل بأنه استعداد شخصي لدى الفرد، يجعله يدرك الأشياء من حوله بطريقة ايجابية، ومن ثم يكون توجهه ايجابيا نحو ذاته، وحاضره ، ومستقبله.

- مراد واحمد(2001): التفاؤل بأنه حالة وجدانية لدى الفرد في توقعه للخير والأمل لمجريات الأحداث الحالية والمستقبلية ، وهذه الحالة وقتية أو مستديمة اعتمادا على الأحداث الحالية وخبرات الفرد السابقة .

- ولمان (1973): بأنه اتجاه أوسمة شخصية تصف ، أو تشخص من خلال الحزن والميل إلى الخوف من المستقبل والميل إلى فهم أو إدراك اغلب المواقف والأشياء على انها غير جيدة

- الحفني (1978): بأنه اتجاه إزاء الحياة وأحداثها تجعل الفرد لا يرى سوى الجانب المظلم منها.

ويرى الطبيب الإغريقي (هيبوقراط 370-460 Hippcrate ق. م) في تصنيفه ، أن اختلاف الأمزجة يعزى الى اختلافات عضوية كيميائية في الجسم. وهي تقابل الأمزجة الأربعة ، اذ يشير الى ان صاحب المزاج السوداوي متشائم وان صاحب المزاج الدموي متفائل. فهو يشير الى ان صاحب المزاج الدموي متفائل ومرح ونشط وممتلئ الجسم وسهل الاستشارة وسريع الاستجابة ، ولا يهتم الا باللحظة الحاضرة ولا يأخذ الأمور بجد ، فهو هوائي ، اما صاحب المزاج السوداوي فمتأمل وبطيء التفكير وثابت الاستجابة ويعلق أهمية بالغه على كل ما يتصل به ويجد صعوبة التعامل مع الناس، واهم ما يميزه الوجود والانطواء . اذ يعتقد (هيبوقراط) ان الناس ينتمون الى احد الأنماط المزاجية الأربعة وهي (المتشاؤم المتفاؤل والخامل والمبتهج) (2).

<http://www.alnoor.se/default.asp> (1)

(2) محمد نعمة حسن : محمد نعمة حسن :التفاؤل والتشاؤم الرياضي وعلاقته بتحقيق الأهداف والهوية الرياضية والانجاز لدى لاعبي العاب القوى، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2008، ص22.