

العنوان:	التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبهات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسياً من الطلاب الجامعيين
المصدر:	المجلة المصرية للدراسات النفسية
الناشر:	الجمعية المصرية للدراسات النفسية
المؤلف الرئيسي:	احمد، أسماء فتحي
مؤلفين آخرين:	عبدالجود، ميرفت عزمي زكي(م، مشارك)
المجلد/العدد:	مج 22, ع 78
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2013
الشهر:	يناير
الصفحات:	57 - 97
رقم MD:	1011815
نوع المحتوى:	بحوث ومقالات
اللغة:	Arabic
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	التفكير الإيجابي ، السلوك التوكيدى، التدفق النفسي، الذكاء اللغظى، طلبة الجامعة
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/1011815

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة

من المتفوقيين دراسياً من الطلاب الجامعيين

د/ ميرفت عزمى زكي عبد الجواد^١

د/ أسماء فتحى احمد^١

ملخص البحث

هدفت للدراسة إلى التعرف على إسهام كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى في التعبُّر بالتدفق النفسي لدى عينة من المتفوقيين دراسياً من الطلاب الجامعيين. ولقد استخدمت للباحثين المنهج الوصفي التحليلي ل المناسبة لطبيعة هذه الدراسة ، وقد تكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٣٠) من طلبة وطالبات كلية للتربية بجامعة المنيا من المتفوقيين دراسياً من جميع الأقسام العلمية والأكاديمية وقد استخدمت الباحثين مقاييس التدفق النفسي من إعداد (أمال عبد السميم باطشه، ٢٠٠٩) بأبعاده الشمائية (الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بإيجابية، مستوى الشغف والعمل المرتفع، وضوح الهدف وقابليته للتحقيق، الاندماج الكامل في العمل أو النشاط، ترکيز الانتباه وموجهة التحديات، الشعور بالمتاعة والدافعة لثناء الأداء، نسيان الوعي الذاتي، الأداء بتفانيه)، ومقاييس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثين (٢٠١٢) ومقاييس سلوك التوكيدى من إعداد الباحثين (٢٠١٢)، ولختبار لذكاء النكاء للفظي للمرحلة الثانوية وللجامعية إعداد (جابر عبد الحميد، محمود لحمد عمر، ١٩٩٣) وقد توصلت الدراسة الحالية إلى عدد من النتائج يمكن تلخيصها بالنقاط التالية:

- ١- عدم جود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في التدفق النفسي ولبعاده.
- ٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في التفكير الإيجابي ولبعاده.
- ٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في السلوك التوكيدى ولبعاده.
- ٤- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقاييس التدفق النفسي ودرجاتهم على مقاييس التفكير الإيجابي ومقاييس سلوك التوكيدى ، حيث ارتبط التدفق النفسي ليجيئاً بكل من السلوك التوكيدى والتفكير الإيجابي.
- ٥- أسلبت درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى لدى عينة الدراسة في التعبُّر بدرجاتهم في التدفق النفسي.

^١ مدرس الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة المنيا

^٢ مدرس الصحة النفسية ووزمیر مركز الارشاد النفسي - كلية التربية - جمعية المنيا

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبهات بالتدفق النفسي لدى عينة
من المتفوقيين دراسياً من الطلاب الجامعيين

إعداد

د/ ميرفت عزمي زكي عبد الجواد^١

د/ أسماء فتحى أحمد^٢

مقدمة ومشكلة الدراسة

أصبح علم النفس بعد الحرب العالمية الثانية علمًا غارقاً بصورة تامة في علاج مختلف الضرر النفسي والسلوكي باستخدام نموذج المرض للأداء النفسي الوظيفي للإنسان، وقد تجاهل هذا الاهتمام بالمرض فكرة الفرد قادر على الإنجاز وتحقيق الذات وفكرة أن بناء القوة وتمكين الفرد سلاح أكثر قوة وفعالية في أدوات العلاج النفسي. لذا فقد هدف علم النفس الإيجابي إلى تغيير وبلورة علم النفس من العلاج والإصلاح إلى التمكين والتأسيس لأفضل الخصائص الإنسانية، وبهذا فإن حركة علم النفس الإيجابي (Positive Psychology) بدأ حركة تطورت من التفكير الإيجابي إلى علم نفس إيجابي على يد مارتن سيلغمان Martin Seligman، رئيس جمعية أطباء النفس الأمريكيين، وبهذا أصبح تركيز الدراسات النفسية على مكامن القوة في نفسية الإنسان كالسعادة والطمأنينة والأمل والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والقناعة بهدف التغلب على الضغوط التي تؤدي بالإنسان إلى اضطرابات بالصحة النفسية خاصة أنها تقع على الطرف الآخر لأكثر الأضطرابات النفسية شيوعاً كالقلق والاكتئاب واليأس وعدم تغيير الذات (Martin, E., 2002, 4)

إن عملية التفكير عملية إنسانية تتطلب مجهودات من أطراف عديدة خلال مراحل النمو وتؤثريها كثير من العوامل الوراثية والبيئة الثقافية ويولد الإنسان وهو مزود بآلية التفكير وهي العقل وهذا العقل يعطي أوامرها إلى الأحاسيس ، للبقاء على الخبرات السارة والتخلص عن الخبرات السيئة ، وكلما كان التفكير إيجابياً كلما أدى إلى حل فاعل وناجح وكلما كان التفكير سلبياً كلما زاد من صعوبة المشكلة واستخدام استراتيجيات غير مناسبة في حلها وهذا ما يعليه التفكير السلبي الذي يجعل الفرد ينظر إلى حياته برؤيه قائمه و يجعله أكثر تعاسة . (زياد بركات، ٢٠٠٥ : ٦)

^١ مدرس الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة المنيا

^٢ مدرس الصحة النفسية ووزميير مركز الارشاد النفسي - كلية التربية - جامعة المنيا

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبهات بالتدفق النفسي لدى عينة من المتفوقيين دراسياً من الطلاب الجامعيين

أعداد

د/ ميرفت عزمي زكي عبد الجواد^{*}

د/ أسماء فتحي احمد

مقدمة ومشكلة الدراسة

أصبح علم النفس بعد الحرب العالمية الثانية علماً غارقاً بصورة تامة في علاج مختلف الضرر النفسي والسلوكي باستخدام نموذج المرض للأداء النفسي الوظيفي للإنسان، وقد تجاهل هذا الاهتمام بالمرض فكرة الفرد القادر على الإنجاز وتحقيق الذات وفكرة أن بناء القوة وتمكين الفرد سلاح أكثر قوة وفعالية في أدوات العلاج النفسي. لذا فقد هدف علم النفس الإيجابي إلى تغيير وبلورة علم النفس من العلاج والإصلاح إلى التمكين والتآسيس لأفضل الخصائص الإنسانية، وبهذا فإن حركة علم النفس الإيجابي (Positive Psychology) بدأ كحركة تطورت من التفكير الإيجابي إلى علم نفس إيجابي على يد مارتن سيلغمان Martin Seligman، رئيس جمعية أطباء النفس الأمريكيين، وبهذا أصبح تركيز الدراسات النفسية على مكامن القوة في نفسية الإنسان كالسعادة والطمأنينة والأمل والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والقناعة بهدف التغلب على الضغوط التي تؤدي بالإنسان إلى اضطرابات بالصحة النفسية خاصة أنها تقع على الطرف الآخر لأكثر الاضطرابات النفسية شيوعاً كالقلق والاكتئاب واليأس وعدم تقدير الذات (Martin,E (Seligman,2002,4

إن عملية التفكير عملية إنسانية تتطلب مجهودات من أطراف عديدة خلال مراحل النمو وتؤثر فيها كثير من العوامل الوراثية والبيئية الثقافية وbiology الإنسان وهو مزود باللة التفكير وهي العقل وهذا العقل يعطي أوامره إلى الأحاسيس ، للبقاء على الخبرات السارة والتخلص من الخبرات السيئة ، وكلما كان التفكير ي JACKPOTياً كلما أدى إلى حل فاعل وناجح وكلما كان التفكير سلبياً كلما زاد من صعوبة المشكلة واستخدام استراتيجيات غير مناسبة في حلها وهذا ما يعني التفكير السلبي الذي يجعل الفرد ينظر إلى حياته بروؤية قائمة و يجعله أكثر تعasse . (زياد بركات ، ٢٠٠٥ : ٦)

مدرس الصحة النفسية - كلية التربية - جامعة المنيا

² مدرمن الصحة النفسية ووزمدير مركز الارشاد النفسي - كلية التربية - جمعة المنيا

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبئات بالتدفق النفسي

- ١- هل توجد اختلافات بين الذكور والإناث من المتفوقيين دراسياً في التدفق النفسي وأبعاده ؟
- ٢- هل توجد اختلافات بين الذكور والإناث من المتفوقيين دراسياً في التفكير الإيجابي وأبعاده ؟
- ٣- هل توجد اختلافات بين الذكور والإناث من المتفوقيين دراسياً في السلوك التوكيدى وأبعاده ؟
- ٤- هل توجد علاقة بين التدفق النفسي وأبعاده وكل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى بأبعادهما لدى عينة الدراسة ؟
- ٥- ما مدى إسهام التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى في التتبُّع بالتدفق النفسي لدى المتفوقيين دراسياً من طلاب الجامعة ؟

أولاً : أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى تقصي العلاقة بين التدفق النفسي وأبعاده وكل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى بأبعادهما لدى عينة من المتفوقيين دراسياً من طلبة وظالبات الجامعة، ومعرفة تأثير متغيرات الدراسة بمتغير الجنس، ومدى إمكانية التتبُّع بالتدفق النفسي في ضوء كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى .

ثانياً: أهمية الدراسة

الأهمية النظرية:

- ١- قلة الدراسات العربية التي تناولت مفهوم التدفق عند طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات الإيجابية في الشخصية ومن ثم يقم هذا البحث محاولة لمعرفة مفهومه ومكوناته ومظاهره وأبعاده الأساسية وتأثيراته في البيئات المختلفة التعليمية وبيئة العمل.
- ٢- دراسة مدى أهمية هذه الجوانب الإيجابية في الشخصية على التفوق الدراسي ومدى ارتباطها به.
- ٣- قلة الدراسات التي تناولت الجوانب الإيجابية في السلوك حيث إن أغلب الدراسات الحالية في علم النفس تركز اهتمامتها على الجانب المرضي وتحاول علاجه.

بـ- الأهمية التطبيقية:

- ١- يمكن أن تفيد الدراسة القائمين على العملية التعليمية في وضع الخطط المناسبة للتعامل مع

الطالب المتفوقين دراسياً بالجامعة.

- ٢- يمكن أن تؤيد نتائج الدراسة في إعداد دورات تدريبية تهدف إلى تتميم بعض المتغيرات النفسية الإيجابية لدى الفرد والتي تساعد الفرد في تعامله مع الآخرين
- ٣- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في إعداد برامج ودورات تدريبية للطلبة موضع الدراسة لتوصيلهم بمكامن القوة في الشخصية وتتميم هذه الجوانب الإيجابية في الشخصية.
- ٤- من الممكن أن تسهم هذه الدراسة في توجيه نظر المسؤولين في مجال الإرشاد النفسي إلى أهمية التتفق النفسي والتفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى في حياة الفرد.

ثالثاً- مصطلحات الدراسة:

أ- التفكير الإيجابي **Positive Thinking**

يعرف التفكير الإيجابي في هذه الدراسة إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقاييس التفكير الإيجابي والتي تعبّر عن كل من التفاؤل، الضبط الانفعالي والتحكم في انفعالاته، وشعوره بالرضا عن الحياة، تحمل المسؤولية، وحب المخاطرة وتقبل كل ما هو جيد.

ب- السلوك التوكيدي **Assertive behavior**

يعرف السلوك التوكيدي في الدراسة الحالية إجرائياً بأنه مجموعة من المهارات السلوكية اللغوية وغير اللغوية التي يستخدمها الفرد في المواقف الاجتماعية المختلفة ليعبر بها عن مشاعره الإيجابية والسلبية تجاه الموقف والأفراد بصورة ملائمة وتتضمن المبادأة بالتفاعل، التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية، الدفاع عن الحقوق العامة والخاصة، وقبول وتوجيه النقد، ورفض المطالب غير المعقولة.

ج- التدفق النفسي **Psychological Flow**: يمكن تحديدها إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقاييس التدفق النفسي والمتمثلة أبعاده في الاستغراف الشام أو الانشغال بالأداء، سرعة الأداء، الوصول إلى مستوى عالي من الأداء، الشعور بالسعادة، انخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء ، نسيان احتياجات الذات، الاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء.

د- المتفوقون دراسياً Scholastically High Achieving.

جرى تحديد عينة المتفوقين وفقاً للشروط التالية:

- ١- أن يكون من المنتظمين في الحضور في الفرقة الرابعة بكلية التربية في وقت إجراء الدراسة.
- ٢- ألا يكون قد رسب في السنوات الدراسية الثلاث الأولى من دراسته الجامعية.
- ٣- أن يحصل الطالب على معدل دراسي في مستوى (جيد جداً أو مستوى %٨٠ فأكثر).
- ٤- أن يجتاز الطالب اختبار الذكاء وذلك شرط لاختياره ضمن عينة الدراسة الأساسية بجانب تقوفة الدراسي (سوف يوضح ذلك في شرح أدوات القراءة).

رابعاً - الإطار النظري :

التفكير الإيجابي Positive Thinking

يعرف عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨: ٢٠١) الإيجابيون من الناس بأنهم من يتصفون بالسعادة لما يتبينون من تلك الأفكار العقلانية التي تهيئهم في توجهاتهم الشخصية والسلوكية والاجتماعية مثل بعض المعتقدات الفكرية والسلوكيات مثل : على الفرد مواجهة الصعاب وليس الهروب ، الحل السهل السريع قد يؤدي على المدى الطويل إلى آثار سيئة وسعادة الإنسان ترتبط بقدراته على الفعل والنشاط ومجاهدة النفس والنجاح في جياتنا مررهن بوجود ما لدينا من مهارات ونشاط وطرق كل الأبواب المתחدة.

أما سعيد صالح بن عبد الرقيب (٢٠٠٨) فقد عرف التفكير الإيجابي على النحو التالي "هو أن تستخدم قدرة عقلك الباطن (عقلك اللاوعي) للتأثير على حياتك العامة بطريقه تساعدك على بلوغ أمالك ، وتحقيق أحلامك "أو" هو قدرتنا الفطرية للوصول إلى نتائج أفضل عبر أفكار إيجابية وفي مقابل الأفكار السابقة التي تحقق لأصحابها النجاح والرضا من المنطقى أن توجد أيضاً أساليب ومعتقدات واتجاهات ذهنية مناقضة للتفكير الإيجابي ومن ثم تسهم بعكس التفكير الإيجابي في إثارة الفرضي والاضطراب النفسي وسوء التوافق أي أن التعامل مع المفاهيم والاستجابة لمختلف المواقف التي تواجهنا يمكن معالجتها والتفكير فيها إما بطرق سلبية تزيد من صعوبتها وتضفي على الفرد الشعور بالتعاسة أو في مقابل سيد الفرد البذائل الإيجابية التي تساعده في القيام بالسلوكيات السوية. (عبد الستار إبراهيم ، ٢٠٠٨: ١١٦) حيث تنمو السعادة بممارسة الأفكار السعيدة والمسارة وإن سبب الشعور بالتعاسة والحزن هو ما يصنعه الفرد بنفسه بأن يترك الأفكار السلبية تتسلل إلى العقول وأيضاً إلى طريقة التفكير تجاه المواقف وتجاه الآخرين ، وبذلك يصبح الفرد مجالاً خصباً للقلق والخوف. (نورمان فنسن بيل، ٢٠٠١: ٧٨)

ومن فوائد استخدام التفكير الإيجابي ما يلي في النقاط:

- ١- يعتبر التفكير الإيجابي السر للأداء المتميز سواء في الدراسة أو بيئة العمل .
 - ٢- التفكير الإيجابي يتيح لك الاختيار الناجح للأهداف .
 - ٣- تأكيد أن التغيير الإيجابي البناء الذي تجربه داخل نفسك سوف يكون له الأثر النافع في شخصيتك وفي كافة نشاطاتك .
 - ٤- التفكير الإيجابي يجعل الحياة ممتعة و مليئة بالسعادة مع وجود القلق ولكن بشكل أقل.
 - ٥- إن العقل يمتلك فكرة واحدة في أي وقت فإذا أدخلنا في عقولنا فكرة إيجابية أخرجت الفكرة السلبية التي تقابلها ، إن العقل لا يتقبل الفراغ فإذا لم يملأ بالأفكار الإيجابية فسوف تملأ الأفكار السلبية "مخازن"
 - ٦- إن هذه الإيجابيات في عقولنا ومشاعرنا تصنع في حياتنا : الإيجابية ، والتفاؤل والطاقة ، والقدرة على الدفاع عن النفس.
 - ٧- عندما نفكر بطريقة إيجابية تجذب إلينا المواقف الإيجابية، والعكس يحدث عندما نفكر بطريقة سلبية فإننا نجذب إلينا الموقف السلبية.
 - ٨- إن الشخص الذي يفكر إيجابياً ويعتمد على نفسه ، وينظر نظرة متفائلة يستطيع أن يستهوي ما حوله فعلاً ، ويطلق القدرات التي تحقق الهدف.
- "ويتبين عدم الإفراط في أن التفكير الإيجابي بمفرده يكفي لتغيير الحياة إلى الأفضل فإنه من الضروري أن يكون لدى الإنسان بعض الاستراتيجيات ، وبعض الخطط التدريجية لتغيير الطريقة التي يفكر بها ، والتي يشعر بها ، وأيضاً للتغيير ما يفعله في كل يوم يمر عليه ، فالتفكير الإيجابي هو عملية وإجراء وليس غاية في حد ذاته. (سعيد بن صالح الرقيب، ٢٠٠٨ : ٩-١٠)"

١) التدفق النفسي (حالة التدفق) Psychological Flow

باطلاع الباحثين على ما كتب عن التدفق النفسي فإنه يمكن تعريفه على النحو التالي :

حالة التدفق طبقاً لميهالي (Csikszentmihalyi) حالة يشغل فيها الفرد في نشاط ما بحيث لا يبدو أن هناك شيء آخر مهم في تلك الوقت وتكون هذه التجربة ممتعة جداً، ويقوم فيها الفرد بعمل ذلك مهماً كلفه الأمر لتحقيق هذا الشيء ولكن يصل الفرد لهذه الحالة لابد أن يمر ببعض الخطوات (Eisenberg, et al., 2005)

وأيضاً يرى دانييل جولمان (٢٠٠٠: ١٣٥ - ١٣٦) أن التدفق هو حالة من نسيان الذات عكس التأمل والاجترار والقلق فإذا وصل الإنسان إلى حالة التدفق يستغرق تماماً في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تماماً وبهذا الإحساس تكون لحظات التدفق لحظات غياب الذات ، وبالرغم من وصول الأفراد إلى أقصى درجات الانغماض في الأداء إلا أنهم لا يدركون كيفية القيام بذلك لأن الشعور بالسرور هو الدافع والمحفز لهم ومن فوائد التدفق النفسي أنه يسهم في التخفيف من الأضطرابات الانفعالية من قلق واكتئاب، حيث إن التدفق يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم.

وقد عرفته آمال عبد السميع باطنه (٢٠٠٩: ٣) بأنه يمكن تحديده في : الاستغراق الشامل أو الانشغال بالأداء ، سرعة الأداء ، الوصول إلى مستوى عالي من الأداء ، الشعور بالسعادة ، انخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء ، نسيان احتياجات الذات ، الاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء.

كما أن هناك من يرى التدفق على أنه حالة من حالات الذكاء الوجداني حيث قد يمثل التدفق الغاية القصوى في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم أما في حالة شعورنا بالملل تكون حالة التدفق أقل ما يمكن أو ربما تختفي ، وتعد خبرة التدفق حالة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر حيث تعتبر التدفق شعور راقي ولعله المميزة له هو الشعور بالسرور التلقائي والانغماض في النشاط إلى حد نسيان الذات. (محمد السيد صديق، ٢٠٠٩: ٣١٥)

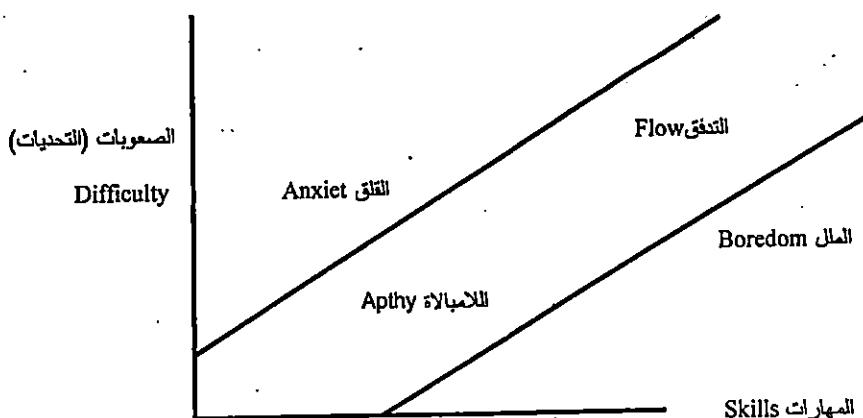
بعد هذا العرض يمكن تحديد تعريف التدفق النفسي كما يلي في النقاط التالية :

- ١- حالة التدفق هي حالة عقلية يكون فيها الفرد مغموراً بشعور من التركيز والانهماك الكامل في النشاط مع الاهتمام بالنجاح في هذا النشاط.
- ٢- التركيز مع نقص الشعور بالذات أي دمج العمل بالوعي وعدم الفصل بين الذات والنشاط يؤدي إلى دمج الذات والنشاط وقد الوعي الذاتي وقدراته بالزمان والمكان.
- ٣- أن تكون الأهداف واضحة سهلة المثال بشكل يتلائم مع مهارات الفرد وقدراته بالإضافة إلى ارتفاع مستوى التحدي والمهارة.
- ٤- تجربة التدفق تعتبر مكافأة حقيقة أو تعزيز حقيقي للفرد لأنها تجعل الفرد ينهمك في المهمة أو النشاط ويوسع من مهاراته وقدراته للحد الأقصى فيجد سهولة في الأداء.
- ٥- الشعور بالكافأة الإدراكية والدافعة والسعادة بشكل متعاقب.

ويترتب على الشعور بالتدفق النفسي آثار إيجابية منها خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة ، تقوية الثقة بالنفس والاستقلالية ، ينمى التخيل العقلي ، ينمى التفكير الإبداعي ، ينمي مستوى الطموح ودافع الإنجاز ، ينمى القدرة على مواجهة التحديات في الأداء، ينمى الفاعلية الذاتية وتحمل المسؤولية. (آمال عبد السميع باطة، ٢٠٠٩: ٣) وأيضاً يمكن للتدفق أن يصبح فعالاً في العملية التعليمية من خلال التركيز على الأنشطة التي تحضر هذه الحالة ويمكن للأسرة في مراحلها المبكرة مع الأطفال أن تعلمهم كيفية الوصول إلى هذه الحالة وهذا ما ذكره ميهالي Mihaley في دراسته عن التتفق وعلاقته بالابتكار والاداء المبدع والموهوب (Wahlen, Samuel, P, 1999)

أما عن التفسيرات المتعلقة بحالة التتفق النفسي فإنه لا توجد نظريات مصاغة في هذا الموضوع نظراً لحداثته إلا أن ميهالي Mihaley ذكر أن هناك عدة وسائل للوصول إلى التتفق ، وهي تركيز الانتباه الحاد على العمل الجاري والمحدد لأن التركيز العالي هو جوهر عملية التتفق أي بمعنى آخر هو وضوح الرؤية والأهداف ولكي يحدث التركيز لابد من الوصول إلى حالة من الهدوء النفسي ، ويجب أيضاً أن يكون للعمل أو المهمة التي يؤديها الفرد تغذية راجعة مما يساعد على التغلب على أي متطلبات للعمل حتى يستمر في حالة التتفق . (دانيل جولمان، ٢٠٠٠: ١٣٦)

وهناك ثمة تفسير للتدفق المرتبط بالتحديات والمهارات حيث يرى أنه يقع عند وجود توازن بين التحدي والنشاط وبين مهارات الفرد وقدراته. (كما هو موضح بالشكل التالي)



اما النموذج المعدل يرى أنه يحدث **التدفق** عندما تكون المهارات المناسبة للعمل أو الشاطئ أعلى من متوسط التحدي ويتطابق مهارات فوق المتوسط ، أما القلق يحدث عندما تكون التحديات عالية و المهارات منخفضة ، وكذلك يحدث الملل عندما يكون العكس حيث تزيد المهارات وينخفض التحدي أي تكون المهمة أقل بكثير من قدرات وإمكانيات الفرد ، وأخيراً تحدث اللامبالاة عندما تكون المهمة أو التحدي منخفضاً وأيضاً المهارات منخفضة.

ج- السلوك التوكيدى

تعرف علينا (Elaina, 1983: 12) السلوك التوكيدى بأنه مجموعة من المهارات التي تمكن الفرد من التعبير بإيجابية عما يريد ويدافع ويعتقد ويرفض المطالب غير المقبولة وبعد هذا التعريف من التعريفات المبكرة والأساسية للتوكيد .

ويرى كل من جلين ونيرلا (glenn&nerella, 1985:244) السلوك التوكيدى بأنه سلوك مقبول اجتماعياً ويعكس قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي ويرتبط بزيادة مشاعر الكفاءة النفسية .

ويشير طريف شوقي (١٩٩٨ : ٥٩) أن السلوك التوكيدى عبارة عن مهارات سلوكية ، لفظية وغير لفظية ، نوعية موقعة متعلقة ، ذات فعالية نسبية ، تتضمن تعبير الفرد عن مشاعره الإيجابية (تقدير - ثناء) والسلبية (غضب - احتجاج) بصورة ملائمة ، ومقاومة الضغوط التي يمارسها الآخرون عليه لإجباره على إثبات ما لا يرغب ، أو الكف عما يرغبه والمبادرة بالبدء والاستمرار في إنهاء التفاعلات الاجتماعية والدفاع عن الحقوق ضد من يحاول انتهاكها شريطة عدم انتهاك الآخرين

ويعرفه محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨ : ١٥٤) بأنه مجموعة الأنماط السلوكية اللفظية وغير اللفظية السالبة والموجبة التي يستجيب بها الفرد للأشخاص الآخرين في تفاعلاتهم الاجتماعية .

ويعرف عزت عبد الله ومحمد يوسف (٢٠٠٠: ٣١٥) توكيد الذات بأنه كل التعبيرات المتفق عليها اجتماعياً والتي تمكن الفرد من أن يدافع عن حقوقه ومصالحه بدون قلق وأن، يعبر بحرية عن مشاعره السلبية ويرفض الطلبات غير المعقولة في علاقاته الاجتماعية ، مع التزامه بالسلوكيات المناسبة في موقف التفاعل الاجتماعي .

ويرى عبد الستار إبراهيم (٤٨: ٢٠٠١) أن السلوك التوكيدى أحد جوانب الشخصية التي تبين ارتباطها بالنجاح أو الفشل في العلاقات الاجتماعية وتتضمن التعبير عن النفس والدفاع عن

الحقوق الشخصية عندما تختلف.

ويعرف كامل كثلو (١٤٠٩ : ٢٠٠٩) أن السلوك التوكيدية هو الفاعلية والنجاح في التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين في السياقات الاجتماعية المختلفة في الأسرة والمدرسة والعمل ومختلف مجالات الحياة وهي طريقة الشخص في الحصول على حقوقه بطريقة سليمة لا يكون فيها إساءة أو عداوة أو أذى نحو الآخرين كما تتضمن التعبير الصريح للجرى عن الأحساس والمشاعر والانفعالات الشخصية.

من العرض السابق تتعدد تعريفات السلوك التوكيدية إلا أنها تتفق فيما بينها في أن السلوك التوكيدية مجموعة من السلوكيات اللغوية وغير اللغوية والتي تعبّر عن استجابات الفرد في المواقف المختلفة ، وأن السلوك التوكيدية سلوك متعدد الأبعاد وأنه لا يوجد تباين بين مفاهيم التوكيد لدى الباحثين بقدر ما هو متكامل للوصول إلى تعريف شامل وعام للسلوك التوكيدية وبناء على ما سبق من تعريفات يعرّف السلوك التوكيدية في الدراسة الحالية إجرائياً بناءً مجموعة من المهارات السلوكيّة اللغوية وغير اللغوية التي يستخدمها لفرد في المواقف الاجتماعية المختلفة ليعبر بها عن مشاعره الإيجابية والسلبية تجاه المواقف والأفراد بصورة ملائمة وتتضمن المبادأة بالتفاعل ، التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية ، الدفاع عن الحقوق العامة والخاصة – وتقديم توجيه النقد – ورفض المطالب غير المعقولة .

السمات المميزة للسلوك التوكيدية:

يتصف السلوك التوكيدية بصفات نوعية يوجزها جميل الطهراوي (٢٠٠٧ : ٣٣ - ٣٥) في الآتي:

١- نوعية : أي أنها تتضمن العديد من المهارات النوعية مثل القدرة على التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية ، والدفاع عن الحقوق الخاصة والإصرار عليها ، المبادأة بالتفاعل الاجتماعي ورفض المطالب غير المعقولة.

٢- لا تنتهي على انتهاء حقوق الآخرين: حيث حرص الباحثون على وضع البعد الاجتماعي في الحسبان عند تحديد طبيعة السلوك التوكيدية ورأوا أنه يجب ألا ينطوي على ما من شأنه انتهك حقوق الآخرين .

٣- الفاعلية النسبية : أي أن التوكيدية ليست فعالة دائمًا ويتوقف مدى فاعلية السلوك التوكيدية على عدد من المتغيرات مثل : المعيار المستخدم في تحديد الفاعلية هل هو الشخص نفسه أم الآخرون أم الأهداف الموضوعية للسلوك ؟

٤- الموقفية : تتبع التوكيدية بدرجة ما نتيجة للتأثير بالموقف بدرجات مختلفة ، حيث يتأثر بخصائص الطرف الآخر في موقف التفاعل ، خصائص الموقف بما يحويه من أشخاص آخرين ، كذلك الخصائص الفيزيقية للموقف ، وخصائص السياق الثقافي المحيط ومدى حثها أو كفها للتوكيدية

٥- قابلة للتعلم : فالسلوك التوكيدية مكتسب قابل للتعلم سواء بطريقة نظامية كالاشتراك في برامج التدريب التوكيدية أو بطريقة ذاتية حيث يرتفع الفرد من خلال الخبرة الاجتماعية التي يكتسبها أثناء حياته .

٦- تظهر بطرق لفظية وغير لفظية .

قد يظهر السلوك التوكيدية في صورة استجابات لفظية أو غير لفظية وأحياناً يكون السلوك التوكيدية محصلة لكلا النوعين من الاستجابات .

* خصائص الشخص المؤكّد لذاته هي:

يتقدّم حسام عبد العزيز (٢٠٠١: ٥٢) وطريف شوقي فرج (١٩٩٨: ٨٣) في أن خصائص الشخص المؤكّد لذاته هي :

١- يمكنه الاتصال مع الآخرين في كل المستويات وهذا الاتصال دائمًا ما يكون صحيحاً حيث يسهل عليه التحدث أمام الآخرين

٢- يكون له توجّه نشط في الحياة فهو يمضي وراء ما يريد ويتمسّك برأيه الصائب .

٣- يتصرّف بطريقة يحترمها شخصياً فهو يعترف بخطئه دون انخفاض احترامه لذاته .

٤- يسهل عليه توجيه النقد للآخرين كما أنه يتقبل النقد .

٥- يعتذر علينا عن أخطائه والتحدث بصوت واضح .

٦- يعبر عن غضبه بطريقة لاذقة كما أنه يطلب من الآخرين تغيير سلوكهم .

٧- يصعب عليه انتهاك حقوق الآخرين ويرفض مالا يقتضي به .

وتنكر دورثي (Dorothy , 1990: 227) أن المؤكّد لذاته يدافع عن حقوقه ويُعبر عن معتقداته ومشاعره وحاجاته بإيجابية ويكون مباشراً وأميناً ويستخدم الطرق الملائمة التي تحترم حقوق الآخرين .

خامساً - أنماط التوكيد :

اتفق الباحثون بشكل عام ، على وجود عدة أنماط للتوكيد ، وتمثل أبرز تلك الأنماط في :

(ا) التوكيد الأولي (المركز) "Basic assertion"

حيث يعبر الفرد بشكل مباشر عن مشاعره وآرائه ، ويدفع عن حقوقه على نحو لا يتضمن استخدام مهارات اجتماعية أخرى مصاحبة للتوكيد ، كالتعاطف ، والإقناع . وجدير بالذكر أن هذا النمط من التوكيد أقلها فاعلية نظراً لخلوه النسبي من اللياقة على نحو يتسبب معه في إثارة قدر من المشكلات أكبر مما يهدف إلى مواجهتها .

(ب) التوكيد التعاطفي (المخفف) "Empathic assertion"

وفيه يسبق العبارة التوكيدية عبارات مخففة تعبّر عن تقدير وجهة نظر الآخر التي لا يتفق معها ، وإظهار الامتنان له حتى يتضاعل رد فعله السلبي . حيل ما سيقر له الفرد من عبارات توكيد به ، إن هذا النمط من التوكيد يتضمن إضافة عنصر ملطف للتوكيد الأولي بما يجعله مستساغاً مما يقلل من آثاره السلبية . وهو نمط مطلوب في العلاقات التفاعلية لأنه يساعد الفرد المؤكّد على أن يصبح أكثر قبولاً من الآخرين .

(ج) التوكيد التصاعدي "Escalating assertion"

حين يواجه الفرد موقفاً يتطلب التصرف على نحو مؤكّد ، فإنه يقوم أولاً بإصدار استجابة مؤكّدة بسيطة تكفي لتحقيق هدفه بأنني أفعال ممكن ، وأقل قدر من العواقب السلبية أيضاً ، من عليه في حالة عدم استجاب الآخر له أن يصعد من تلك الاستجابة ويصبح أكثر حرزاً .

(د) التوكيد التصادمي "Confrontative assertion"

يتوجّب صدور هذا النمط من التوكيد عندما تتعارض كلمات الطرف الآخر مع أفعاله أو مع حاجات الفرد حتى يشعر بأنه تصرف بطريقة غير مناسبة . (طريف شوقي فرج، ١٩٩٨: ٨٠-٨١)

* مكونات السلوك التوكيدي :

(ا) المكونات غير اللغوية للتوكيد "Nonverbal components"

تعتبر الجانب غير اللغوية من العناصر الأساسية للسلوك التوكيدي ، فضلاً عن أن قدرة الفرد على استخدامها تزيد من مهاراته التوكيدية . وأن استخدام الجانب غير اللغوي سيقوّي تأثير الفرد

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ٧٨- المجلد الثالث و العشرون يناير ٢٠١٣ (٦٩)

— التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمتباينات بالتدفق النفسي
على الطرف الآخر وسيجعل رسالته أكثر تقبلاً ، وإن عجز الفرد عن استخدامها سيقلل من تأثير
هذا السلوك .

(ب) المكونات النظانية للتوكيد " verbal components "

اعتمد الباحثون على المقاييس النفسية لقياس المكونات النظانية للتوكيدية، وقد استخدم الباحثون التحليل العاملى ؛ للتوصيل في الفئات الأعم تنظيمياً لتلك السلوكيات .

ويوضح الشكل التالي المكونات النظانية وغير النظانية للسلوك التوكيدى



- | | |
|---|----------------------|
| → الدفاع عن الحقوق الخاصة | → التقاء العيون |
| → الدفاع عن الحقوق العامة | → الابتسام |
| → توجيه النقد والتلوم | → مدة الاستجابة |
| → الاختلاف مع الآخر | → كمون الاستجابة |
| → التعبير عن الاحتجاج | → الشدة الصوت |
| → الاعتذار العلني | → ارتكاك الكلام |
| → الاعتراف بحدود الذات | → الصمت |
| → الاستغلال بـــاري | → التوقف |
| → طلب تفسيرات | → الوضع الجسم |
| → المـــوح | → التأثيرات الوجهية |
| → رفض المطالب غير المعقولة | → المعدل سرعة الكلام |
| → المبادرة بالتفاعل | |
| → مواجهة الآخرين | |
| → التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية | |

سادساً: الدراسات السابقة وفرض الدراسة

أـ دراسات تناولت التفكير الإيجابي لدى الطلاب الجامعيين

دراسة (إيرس، ١٩٨٨)(Ayers, Joe, 1988) كشفت نتائج دراستين عن العلاقة بين فلق الاتصال (ال الحديث) والأفكار الإيجابية عن وجود ارتباط دال بين فلق الحديث واستخدام الأفكار

الإيجابية والسلبية، كما أن الأفكار الإيجابية خفضت من التصور الذاتي عن قلق الحوار.

دراسة (لينسي، ١٩٩٤) (Lightsey,Owen Richard,Jr, 1994) ناقشت هذه الدراسة تساؤل هل الأفكار الأوتوماتيكية الإيجابية (PATs) واتصالها بالأحداث السلبية تبني باحتمالية حدوث إما الاكتتاب أو الشعور بالسعادة؟، وتم تجميع البيانات من التطبيق على (١٥٢ طالباً وأظهرت النتائج أن الأفكار الإيجابية منبئة بالشعور بالسعادة والأفكار الإيجابية المتعلقة باستحقاق وجدرة الذات ارتبطت بالأحداث السلبية للتباً بالاكتتاب وأن المستويات المرتفعة من الأفكار الإيجابية ارتبطت بأقل نسب من الاكتتاب.

هدفت دراسة (أوروان، ١٩٩٧) (Orwan,1997) وأخرون التي تناولت الأفكار الإيجابية في الشخصية إلى تنفيذ توكييد الذات باستخدام برنامج التوجهات الإيجابية لدى مجموعة من الطلاب الجامعيين وتراوحت أعمارهم من ٢٤-١٨ عام ولديهم مشكلة القلق وزيادة الضبط الذاتي وتكونت أدوات الدراسة من مقاييس القلق والضبط الذاتي والتوكيدية والبرنامج الإرشادي وتم تطبيق البرنامج في حوالي ٣٨ ساعة وبعد انتهاء البرنامج توصلت الدراسة إلى زيادة قبول الذات وإنخفاض معدل العدوان وجود ارتباط سلبي بين توكييد الذات والقلق والعدوانية.

دراسة (جينيل وثيري، ٢٠٠٢) (Jenelle Gilbert& Terry Orlick,2002) هدفت هذه الدراسة اختبار ما إذا كان أطفال المدرسة يمكنهم تعلم بعض المؤشرات الإيجابية في الحياة مثل استخدام استراتيجيات إدارة الضغوط وتهيئة أنفسهم والشعور بالسعادة وجود هدف ومعنى للحياة وتم تطبيق برنامج لتنمية المهارات الإيجابية Orlick Positive Skills Program وأشارت النتائج بعد التطبيق إلى أن المعلمين استطاعوا تعليم الأطفال كيفية الاسترخاء وضبط النفس والتهئة وإدارة الضغوط و التفكير بيجابية.

أجرى (زياد بربرات غائم، ٢٠٠٥) دراسة بهدف التعرف على مستوى التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) طالب وطالبة في جامعة القدس المفتوحة ، وتكونت الأدوات من مقاييس التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة وقد أظهرت النتائج أن حوالي ٤٥٪ من أفراد الدراسة قد أظهروا نمطاً من التفكير الإيجابي منهم (٤٠٪) من الذكور و(٥٩٪) من الإناث مع فروق دالة بين الطالب في التفكير الإيجابي ترجع إلى بعض المتغيرات مثل التحصيل الدراسي والمستوى الاجتماعي الاقتصادي.

دراسة (عبد المرید قاسم، ٢٠٠٩) هدفت الدراسة إلى التعرف على أبعاد التفكير الإيجابي لدى

المصريين من خلال التعرف على البنية المعرفية لمقياس التفكير الإيجابي لعبد الستار إبراهيم ، تكونت العينة من ١٥١ مفحوص من المجتمع المصري من الجنسين من أعمار (١٧-٥٠) عام ، واستخدم الباحث مقياس التفكير الإيجابي العربي لعبد الستار إبراهيم ٢٠٠٨ والذي يقيس عشرة أبعاد وأسفرت النتائج عن توافق شروط سيكومترية مقبولة بالنسبة لهذا المقياس.

دراسة (وانج شايه، ٢٠١٢) (Wong, Shyh Shin, 2012) اختبرت الدراسة العلاقة بين التفكير الإيجابي مقابل التفكير السلبي مع كل من السعادة وعدم التوافق النفسي وطبقت الدراسة على عينة تكونت من (٣٩٨) طالباً جامعياً من سننجابور وأشارت النتائج إلى أن التفكير الإيجابي يرتبط سلبياً مع المؤشرات لعلم النفس المرضي (الضفوط، القلق، الاكتئاب، الغضب) وعلى العكس في المقابل ارتبط التفكير السلبي سلبياً مع مؤشرات التوافق النفسي، السعادة، الرضا عن الحياة وموجباً مع المؤشرات المرضية (الضفوط، القلق، الاكتئاب، الغضب) ولإضاًة لا توجد فروق دالة بين الجنسين في الاكتئاب، الغضب، الرضا عن الحياة، السعادة في حين وجدت فروق كانت فيها الإناث أكثر من الذكور على متغيرات القلق ، الضفوط ، وأخيراً متغير العمر لم يكن دالاً في التباين بأي من متغيرات الدراسة.

ب- دراسات تناولت التدفق النفسي لدى المراهقين

دراسة (جول وميهالي، ١٩٩٦) (Hekneter, Joel, M&Csikszentimahalyi, 1996) اختبرت هذه الدراسة مدى تطور خبرة التدفق النفسي أو ما تسمى بالخبرة الإيجابية البنتلي خلال مرحلة المراهقة وهي دراسة طولية استكشافية وتحدد حالة التدفق عندما يكافأ الأفراد داخلياً عند وصولهم لأعلى مستويات المهارة والتحدي والتساؤل الرئيس في هذه الدراسة هو هل الزيادة في معدل التدفق يرتبط إيجابياً بالتغييرات المعرفية والانفعالية التي يكتسبها المراهق داخل المدرسة أو عن طريق ممارسة الأنشطة الخارجية؟، وتكونت عينة الدراسة من ٢٨١ مراهق خلال الصنوف السادس ، الثامن ، الثاني عشر أي من ١٢-١٦ عام وذلك بتطبيق بعض الأنشطة التي تصل بالفرد إلى حالة التدفق وتم متابعة هؤلاء الأفراد خلال هذه السنوات من خلال تجميع وتحليل ٣٢ تقريراً ذاتي لكل فرد وأظهرت النتائج أن التدفق النفسي يزداد معه تقدير الذات والدافعية والقدرة على وضوح الأهداف.

دراسة (ولان صمويل، ١٩٩٧) (Whalen, Samuel P., 1997) حاولت هذه الورقة تحديد بعض الموضوعات الدقيقة المتضمنة في مفهوم التدفق وكذلك تلخيص الخصائص السيكومترية للأداة المستخدمة لقياس التدفق من خلال اختيار بعض الأنشطة التي يجعل الفرد يمر بخبرة التدفق

وتكونت العينة من ٢٥١ طالباً موهوباً ومتقدماً أكاديمياً وتم تطبيق هذا المقاييس المتضمن الأنشطة في فصل الصيف في مركز لتنمية الموهوبين في جامعة اليونز و تكونت الأداة الاستطلاعية من مقاييس الأنشطة التدفقية وأسفرت النتائج عن مدى صدق هذه الأداة في قياس خبرة التدفق من خلال الأنشطة التي تم تحديدها ولها تأثير في حدوث ذلك.

دراسة (سوزيك وكاهي، ١٩٩٩)(Sosik, John & Kahai, Surinder, 1999) طبقت هذه الدراسة على (١٥٩) طالباً جامعياً التي هدفت إلى قياس التدفق (وهو حالة نفسية تتسم بالترميز والمعنى والدافعية الذاتية) كمنبع للأسلوب القبادي والابتكارية في نظام الدعم للقرار الجماعي ووجدت النتائج أن حالة التدفق لها دور في رفع مستوى الابتكارية في الأسلوب القبادي.

دراسة (إيزنبرغ، إلخ، ٢٠٠٥)(Eisenberg, et al., 2005) قامت هذه الدراسة بتطبيق نظرية التدفق على بيئة العمل حيث بحثت العلاقة بين إدراك الموظفين للمهارة والتحدي في العمل والجاجة للإنجاز مع حالتهم المزاجية الإيجابية والاهتمام بالمهام المكلفين بها بالإضافة إلى قيامهم بمهام إضافية، وارتبط المستوى المرتفع للمهارة والتحدي بحالة مزاجية أفضل بالإضافة إلى ذلك أصبحت حالة التدفق (الحالة المزاجية الإيجابية) وسيط بين التحدي/المهارة والجاجة للإنجاز.

دراسة (كيلي، ٢٠٠٥)(Kili, K, 2005) اختبرت هذه الدراسة الخبرات التعليمية التي يكتسبها طلاب الجامعة من خلال الألعاب التعليمية على الانترنت، تكونت عينة الدراسة من ١٨ طالباً وطالبة وتم استخدام بعض الألعاب التعليمية المحددة التي صممت بطريقة تقيس حالة التدفق بالإضافة إلى استخدام بعض من المقاييس والمقابلات، وأشارت النتائج أن خبرة التدفق لها تأثير إيجابي على عملية التعلم باستخدام الألعاب التعليمية عن طريق الانترنت.

دراسة (وان وشيو، ٢٠٠٦)(Wan & Chiou, 2006) قامت هذه الدراسة ببحث التدفق ونظرية الحاجات الإنسانية والم الواقع النفسي للمرأهقين التایوان المدمنين لألعاب الانترنت وهدفت الدراسة الأولى إلى فحص العلاقة بين حالة التدفق للاعبين وإيمانهم لألعاب الانترنت و تكونت العينة من (١٩٩) طالباً من المدارس الثانوية وطلاب الجامعة التي تراوحت أعمارهم ما بين (١٦-٢٢) عاماً مع استخدام مقاييس حالة التدفق ومقاييس إيمان لاعب الانترنت MMORPG وأشارت النتائج إلى الارتباط السلبي بين حالة التدفق والميل الإدماني لألعاب الانترنت ولا تعتبر منبئاً له. أما نتائج الدراسة الثانية فقد أشارت إلى أن الحاجات النفسية للاعبين لألعاب الانترنت كانت قريبة لنظرية العاملين التي تصف لبعد الرضا والاستثناء فقدان لعب ألعاب الانترنت يكون أكثر احتمالاً لتوليد الإحساس بالاستثناء حيث إن الاستخدام القهري لألعاب الانترنت يتبع من تخفيف الاستثناء وليس

= التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدية كمبنئات بالتدفق النفسي =
الشعور بالرضا.

دراسة (ستيفان ورلينبرج، ٢٠٠٨) قامت هذه الدراسة بمناقشة مفهوم التدفق وذلك لقياس وتحديد مكوناته وتكونت هذه الدراسة من جزأين في الدراسة الأولى تكونت العينة من ٢٧٣ طالباً في جامعة بوتسدام ببرلين وكان متوسط أعمارهم ٢٢ عام وأربعة أشهر وتم استخدام الطريقة الطولية التباعية بداية من الفصل الدراسي حتى نهاية من خلال اختيار الأنشطة وتحليلها وأظهرت النتائج أن التدفق يعتمد على المهارة وعلى الصعوبة وليس التفاعل أو الارتباط بين التحديات أو الصعوبات والمهارات ويصبح التدفق أقل ما يمكن عندما تصل الصعوبة إلى أقصى درجة.

دراسة محمد السيد صديق (٢٠٠٩) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل الاعتماد على النفس والمثابرة والرضا عن الذات ومستوى الطموح وتحمل المسؤولية والدافع للإنجاز والثقة بالنفس واللائق والاكتتاب والإيجاب واليأس والسلام والملل واللامبالاة وتكونت عينة الدراسة من (٦٦) طالباً بمتوسط عمرى ٢٢ عاماً واحتوت الأدوات على استماره المستوى الاجتماعي والاقتصادي ، مقاييس التدفق ، مقاييس العوامل النفسية وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية: لا توجد علاقة بين التدفق وبعض المتغيرات الديموغرافية مثل النوع ونوع الدراسة والمستوى الاقتصادي الاجتماعي حالة التدفق ، توجد علاقة إيجابية بين التدفق وبعض العوامل الشخصية مثل الاعتماد على النفس -المثابرة-فعالية الذات-مستوى الطموح- تحمل المسؤولية- الدافع للإنجاز-الثقة بالنفس وعلاقة سلبية مع الرضا عن الذات، كما توجد علاقة سلبية بين التدفق والعوامل النفسية مثل اللائق والاكتتاب والإيجاب واليأس والسلام والملل واللامبالاة.

دراسة (سيد أحمد أحمد البهاص، ٢٠١٠) هدفت هذه الدراسة إلى تقصي العلاقة بين التتفق كحالة إيجابية والقلق الاجتماعي كحالة سلبية لدى مستخدمي الانترنت من المراهقين والمراهقات ومدى تأثير هذه العلاقة بمتغيرات الجنس ودرجة الاستخدام ومدى إمكانية التقبو بالتفق النفسي والقلق الاجتماعي، تكونت العينة من ٢٥٦ طالباً وطالبة من الصف الأول الثانوي، وتكونت العينة الكlinيكية من حاليين من مفرط استخدام الانترنت والحاصلين على درجة مرتفعة في كل من التتفق النفسي والقلق الاجتماعي وتكونت أدوات الدراسة من مقاييس التتفق النفسي من إعداد الباحث، ومقاييس مواقف القلق الاجتماعي ، ومقاييس إيمان الانترنت من إعداد حسام الدين عزب، واستمارة المقابلة klinicka ، واختبار تكملة الجمل لل الحاجات النفسية، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب بين أبعاد التتفق النفسي وبين أبعاد القلق الاجتماعي.

دراسة (باربرا كلارين وروسين ٢٠١٠،) Klein, Barbara D, Rossin, Don, Guo, () دراسة (ياربرا كلاين وروسين ٢٠١٠،) أراد الباحثون اختبار تأثير التدفق على مخرجات التعلم في أحد المقررات لدى طلاب الجامعة تم حساب الدرجة الكلية للتدفق من خلال تقسيمه إلى أربعة أبعاد وثلاثة أنشطة لسمات التدفق وذلك باستخدام اختبار الاختيار من متعدد ، مقاييس الرضا الطلابي ، نمو المهارات المدرك، وأشارت النتائج إلى أن التدفق أثر على إدراك الطلاب لموضوع التعلم كما زاد من الرضا الطلابي لعملية التعلم لهذا المقرر.

دراسة (جراس بascal و كوهين ٢٠١١،) Graces – Bascal, Rhoda Myra & Cohen, Libby & Tan Liang See (2011) هذه الدراسة من نوع دراسة الحالة حيث طبقت على (١٤) طالباً من المتفوقين دراسياً والموهوبين فنياً في المدارس الثانوية ومن خلال التحليل الكيفي للمقابلات من الطلاب تم تحديد مكونات خبرة التدفق.

التعقب على المحورين التفكير الإيجابي والتدفق النفسي

توجد فروق بين الجنسين على التفكير الإيجابي لصالح الإناث كما في دراسة (زياد بركات غانم ٢٠٠٥) ارتبط التفكير الإيجابي بالشعور بالسعادة والرضا عن الحياة كما في دراسة (وانج شايه، ٢٠١٢، Wong, Shyh Shin,2012) ودراسة (إيتسي، ١٩٩٤) (Lightsey,Owen ١٩٩٤) وارتبط سلبياً بالاكتئاب والقلق والشعور بالضغط وكذلك دراسة (إيرس، ١٩٨٨) التي ارتبط فيها التفكير الإيجابي بانخفاض مستوى قلق الحوار.

هناك بعض الدراسات التي صممت برامج لتنمية التفكير الإيجابي كما في دراسة (أوروان، Jenelle Gilbert& Terry Orlick, 1997) ودراسة (جيئيل وترلي، ٢٠٠٢، Orwan,1997) (١٩٩٧) (٢٠٠٢) والتي ساهمت إلى حد كبير في تنمية التوكيدية واستخدام استراتيجيات إدارة الضغوط التوافقية وتحسين بعض المؤشرات الإيجابية للحياة مثل الشعور بالسعادة وجود هدف ومعنى الحياة.

اجتمعت أغلب الدراسات على الآثار الإيجابية لعملية التدفق حيث يزداد تقدير الذات والداعية ووضوح الأهداف ، ومستوى الابتكارية في العملية القيادية وأيضاً لها تأثير إيجابي على عملية التعلم وذلك كما في دراسة (جول وميهالي ، ١٩٩٦، Heknter, Joel, M & Csiksyen ١٩٩٦) (timahlyi,1996

هناك بعض الدراسات التي ركزت على التفوق والابتكار وحالة التدفق المصاحبة له كما في

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمتغيرات بالتدفق النفسي
دارسة (والن صمويل، ١٩٩٧) (Whalen, Samuel P., 1997) (سوزيك وكاهي، ١٩٩٩)
(Sosik, John & Kahai, Surinder, 1999)

توجد دراسات ناقشت الفروق بين الجنسين في التدفق النفسي كما في دراسة (محمد السيد صديق، ٢٠٠٩).

جــ دراسات تناولت السلوك التوكيدى لدى الطلاب الجامعيين

دراسة (بويرازيل، ٢٠٠٢) (Poyrazli , S et al,2002) هدت الدراسة إلى فحص العلاقة بين السلوك التوكيدى والكفاءة الذاتية الأكademie والتوازن النفسي الاجتماعي لدى عينة من طلاب الجامعة عددهم (١٠٢) من الطلاب الجامعيين ، طبق عليهم مقياس رايس Rathus للسلوك التوكيدى ومقاييس الكفاءة الذاتية الأكademie وقائمة التوازن النفسي للطلاب ، وأوضحت الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة بين السلوك التوكيدى والكفاءة الذاتية الأكademie لدى عينة البحث، وأن كل من السلوك التوكيدى والكفاءة الذاتية الأكademie يسهم بشكل دال في مستوى التوازن العام لدى الطلاب الجامعيين .

دراسة (فانج لان يانج، ٢٠١٠) (Fung Ian young, 2010) هدت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التوكيدية والتفسيف الأكاديمى لدى عينة من طلاب الجامعة بلغ عددهم (٤٠٧) طلاب من الجنسين طبق عليهم مقياس رايس Rathus للسلوك التوكيدى ومقاييس التفسيف الأكاديمى . وأوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة بين التفسيف الأكاديمى والسلوك التوكيدى لدى عينة البحث ، كذلك وجدت فروق دالة إحصائياً في السلوك التوكيدى لصالح الذكور حيث كان الذكور أكثر توكيدية من الإناث ، كذلك وجدت فروق دالة إحصائياً في السلوك التوكيدى لصالح الطلاب الأكبر سنًا حيث وجد أن صغار السن أقل توكيدية من كبار السن .

دراسة (باهراء شابجارد، ٢٠١١) (Bahareh Shabgard et al, 2011) وكان الغرض من الدراسة هو إمكانية التتبؤ بمهارات توكييد الذات من خلال الذكاء الانفعالي للوالدين ، وتكون مجتمع الدراسة من طلاب الجامعة بلغ عددهم (٤٠٠) طلاب (٢٦٠ من الإناث ، ٤٠ من الذكور) طبق عليهم مقياس السلوك التوكيدى وقائمة بار - أون للذكاء الانفعالي . وتوصلت الدراسة إلى إمكانية التتبؤ بالسلوك التوكيدى للأبناء من خلال الذكاء الانفعالي للوالدين ، وأظهرت الدراسة أن الذكاء الانفعالي للأم يسهم بالتصنيف الأكبر في التتبؤ بمهارات توكييد الذات للأبناء .

دراسة كريمة محمود خطاب (٢٠١١) هدت الدراسة إلى الكشف عن تأثير كل من الذكاء

دراسة كريمة محمود خطاب (٢٠١١) هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير كل من الذكاء الوجdاني وتوكيد الذات على الشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة، وذلك على عينة من (٢٠٠) طالب من طلاب الجامعة بمتوسط عمر (١٩,١٣) سنة وانحراف معياري (١,٠٦) طبق عليهم قائمة نسبة الذكاء الوجdاني ومقاييس توکيد الذات ، وقائمة أكسفورد للسعادة ، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية دالة بين الشعور بالسعادة وكل من أبعاد الذكاء الوجdاني وتوکيد الذات لدى طلاب الجامعة . وظهرت فروق بين الجنسين في مستوى التوکيديه لصالح الذكور ، وكشف كل من أبعاد الذكاء الوجdاني وتوکيد الذات عن قدرتهم على النتبؤ بالسعادة بمستويات عالية الدلالة .

تعقب على محور السلوك التوکيدي:

- اظهرت الدراسات السابقة وجود فروق بين الجنسين في السلوك التوکيدي لصالح الذكور كما في دراسة كل من (Fung Ian young, 2010) ودراسة كريمة محمود خطاب (٢٠١١).
- ارتبط توکيد الذات إيجابيا بالجوانب الإيجابية للشخصية مثل والكفاءة الذاتية الأكاديمية والتوازن النفسي الاجتماعي، الشعور بالسعادة في حين ارتبط توکيد الذات سلبيا بالجوانب السلبية للشخصية مثل التسوييف الأكاديمي.
- قامت الدراسات السابقة على عينة من الطلاب الجامعيين من العاديين وهو ما يختلف عن الدراسة الحالية في تناولها لفئة المتفوقين دراسيا من الطلبة الجامعيين .

سابعاً - فروض الدراسة :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإثاث في التتفق النفسي وأبعاده .
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإثاث في التفكير الإيجابي وأبعاده.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإثاث في السلوك التوکيدي وأبعاده.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقاييس التتفق النفسي ودرجاتهم على كل من مقاييس التفكير الإيجابي و مقاييس السلوك التوکيدي.
- تسهم درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوکيدي لدى عينة الدراسة في التنبؤ بدرجاتهم في

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمبنيات بالتدفق النفسي
التدفق النفسي.

ثامناً- منهج الدراسة : اتبعت الباحثان المنهج الوصفي التحليلي في هذه الدراسة؛ حيث إنه هو المنهج الملائم لطبيعة الدراسة الحالية، والذي يتم من خلاله جمع المعلومات عن الظاهرة موضوع الدراسة ، ومن ثم توصيفها وتحليلها.

تاسعاً - عينة الدراسة :

أ-عينة الدراسة الاستطلاعية :

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (٤٠) طالباً وطالبة من الطلبة المتفرقين دراسياً بالفرقة الرابعة جميع الشعب العلمية والأبية بكلية التربية بجامعة المنيا بمتوسط عمري (٢٠,٥٢) وانحراف معياري (٠,٥٩) ومتوسط نسبة الذكاء (٦٤,٥٢) وانحراف معياري (٠٦,٨٩) وذلك للتأكد من صدق وثبات أدوات الدراسة الحالية حتى يمكن تطبيقها في الدراسة الأساسية.

ب-عينة الدراسة الأساسية :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٣٠) طالباً وطالبة من الطلبة المتفرقين دراسياً من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة المنيا بمتوسط عمري (٢٠,٠١) وانحراف معياري (٠,٧٥٤) ومتوسط نسبة الذكاء (٦٤,٥٢) وانحراف معياري (٠٦,٨٩) .

عاشرًا- أدوات الدراسة :

١-مقياس التفكير الإيجابي (عدد الباحثين ٢٠١٢) :

(أ) صدق المقياس:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة، والرجوع إلى الأدبيات السابقة وقراءة ما كتب حول التفكير الإيجابي، قامت الباحثان بتصميم مقياس التفكير الإيجابي للمتفرقين دراسياً من طلاب الجامعة كأداة لتحقيق أهداف هذه الدراسة، وقد تكونت هذه الأداة من خمسة أبعاد تعكس درجة التفكير الإيجابي لدى الأفراد والأبعاد في صورتها الأولية قبل التحكيم هي كالتالي : البعاد الأول للتفاؤل ويشمل (٨) عبارات، البعاد الثاني للضبط الانفعالي ويحتوي على (١١) عبارة، البعاد الثالث الرضا عن الحياة ويشمل (١٠) عبارات، البعاد الرابع وهو تحمل المسئولية ويشمل (٨) عبارات، أما البعاد الخامس وهو حب المخاطرة ويشمل (٩) عبارات.

٢-صدق المحكمين :

لضمان صدق أداة الدراسة وصلاحيتها لقياس ما وضعت لقياسه ، قامت الباحثان بعرضها

على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (٥) من أساتذة الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنيا وتم الابقاء على العبارات التي بلغت نسبة الاتفاق (٦٨٠٪) وفي ضوء الاقتراحات والتوجيهات التي قدمت من السادة المحكمين قامت الباحثة بإجراء التعديلات على المقياس .

٢-الاتساق الداخلي قامت الباحثتان بحساب الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتهي إليه ، كذلك تم حساب معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح ذلك في جدول (١)،جدول (٢)

جدول (١)

معاملات الاتساق الداخلي لمقياس التفكير الإيجابي (ن=٤٠)

معامل الارتباط	أرقام المفردات	البعد	معامل الارتباط	أرقام المفردات	البعد	معامل الارتباط	أرقام المفردات	البعد
٠٠٠,٤٤٩	١	٣	٠٠٠,٤٢٤	١	٣	٠٠٠,٤٦٦	١	٣
	٢		٠٠٠,٤٦٥	٢		٠٠٠,٤٩٦	٢	
	٣		٠٠٠,٤٥١	٣		٠٠٠,٤٩٦	٣	
	٤		٠٠٠,٤٤٣	٤		٠٠٠,٤٨٨	٤	
	٥		٠٠٠,٤٤١	٥		٠٠٠,٤٩٦	٥	
	٦		٠٠٠,٤٧٥	٦		٠٠٠,٤٧٨	٦	
	٧		٠٠٠,٤٢١	٧		٠٠٠,٤٥٦	٧	
	٨		٠٠٠,٤٧٢	٨		٠٠٠,٤٧١	٨	
	٩		٠٠٠,٤٥٤	٩		٠٠٠,٤٢٠	٩	
			٠٠٠,٥٠٣	١٠		٠٠٠,٧١٧	١٠	
٠٠٠,٥٩٤	١	٤	٠٠٠,٥٤٤	١	٤	٠٠٠,٥٨١	١	٤
	٢		٠٠٠,٥٥١	٢		٠٠٠,٤٧٧	٢	
	٣		٠٠٠,٥٨١	٣		٠٠٠,٤٧٩	٣	
	٤		٠٠٠,٥٤١	٤		٠٠٠,٤٩٢	٤	
	٥		٠٠٠,٥٤١	٥		٠٠٠,٤٦٠	٥	
	٦		٠٠٠,٥٨٧	٦		٠٠٠,٤٦٨	٦	
	٧		٠٠٠,٥٩٦	٧		٠٠٠,٤٤٠	٧	
	٨		٠٠٠,٤٩٥	٨		٠٠٠,٤٩٦	٨	
٠٠٠,٥٩٦		٥			٥	٠٠٠,٤٠٣		٥

* دالة عند مستوى (٠,٠١)*

* دالة عند مستوى (٠,٠٥)*

جدول (٢)

معاملات الانساق الداخلي بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس ($n=40$)

مستوى البعد	معامل الارتباط	عدد المفردات	المعنى
٠,٠١	٠,٧٤٠	٦	التلاؤ
٠,٠١	٠,٨٦٣	١١	الضبط الانفعالي
٠,٠١	٠,٨٤٩	١٠	الرضا عن الحياة
٠,٠١	٠,٧٧٩	٨	تحمل المسئولية
٠,٠١	٠,٨٣٩	٧	حب المخاطرة

من جدول (٢، ١) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠٥) وز(٠,٠١) ما عدا المفردة رقم (٢، ٥) في بعد التلاؤ ، والمفردة (٥، ٦) في بعد حب المخاطرة فكانت غير دالة إحصائياً وتم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس ؛ وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس في الصورة النهائية (٤٢) عبارة.

٣- صدق المحك قامت الباحثتان بحساب معامل الارتباط بين مقياس التفكير الإيجابي في الدراسة الحالية وقائمة بيك للكثتب (Beck) وتوصل إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة قدرها (-٠,٤٠٩) وهي دالة عند مستوى (٠,٠١) وهذا يدل على صدق المقياس.

(ب) ثبات المقياس

للتأكد من ثبات المقياس، قامت الباحثتان باستخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب معامل الثبات للمقياس، ويوضح جدول (٣) ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ .

جدول (٣) معامل ألفا كرونباخ لمقياس التفكير الإيجابي ($n=40$)

معامل ألفا كرونباخ	معامل الارتباط	المعنى
٠,٦٧	٦	التلاؤ
٠,٧٤	١١	الضبط الانفعالي
٠,٧٥	١٠	الرضا عن الحياة
٠,٦٥	٨	تحمل المسئولية
٠,٧٠	٧	حب المخاطرة
٠,٩٠	٤٢	المقياس ككل

يلاحظ ارتفاع قيم معامل ألفا للمقياس ومكوناته وهي دالة عند مستوى (٠٠١) ، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بقدر كبير من الثبات يمكنه من الاستخدام في الدراسة الحالية .

٤-مقياس السلوك التوكيدى (إعداد الباحثين ٢٠١٢)

(أ) صدق المقياس: بعد الاطلاع على الدراسات السابقة ، والرجوع إلى الأدبيات السابقة وقراءة ما كتب حول السلوك التوكيدى وتوكيد الذات، قامت الباحثتان بتصميم مقياس السلوك التوكيدى للمتوفقين دراسياً من طلاب الجامعة كأداة لتحقيق أهداف هذه الدراسة، وقد تكونت هذه الأداة من خمسة أبعاد هي: المبادأة بالتفاعل، التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية، الدفاع عن الحقوق العامة والخاصة، تقبل وتجهيز النقد، رفض المطالب غير المعقولة وقد تم بناء المقياس في صورة موافق تعبر عن السلوك التوكيدى .

١-صدق المحكمين : لضمان صدق أداة الدراسة وصلاحيتها لقياس ما وضعت لقياسه ، قامت الباحثتان بعرضها على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (٥) من أساتذة الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنيا وتم الإبقاء على العبارات التي بلغت نسبة الانتفاق (٦٨٠٪) وفي ضوءاقتراحات والتوجيهات التي قدمت من السادة المحكمين قامت الباحثة بإجراء التعديلات على المقياس .

٢-الاتساق الداخلى: قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلى عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتهي إليه ، كذلك تم حساب معامل الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس، ويوضح ذلك في جدول (٤) .

جدول (٤)

معاملات الاتساق الداخلى لمقياس السلوك التوكيدى (ن=٤٠)

معامل الارتباط	رقم المفردات	الأبعاد	معامل الارتباط	رقم المفردات	الأبعاد	معامل الارتباط	رقم المفردات	الأبعاد
٠٠٠,٦٩١	١	رخص المطلب غير المعقولة	٠٠٠,٦٧٩	١	البعد الثالث للذانع عن حقوق العلمة والخاصة	٠٠٠,٥٩٧	١	البعد الرابع للذانع عن حقوق العلمة والخاصة
٠٠٠,٦٣٥	٢		٠٠٠,٦٩٨	٢		٠٠٠,٥٩٩	٢	
٠٠٠,٦٠١	٣		٠٠٠,٦٦٦	٣		٠٠٠,٥٩٣	٣	
٠٠٠,٥٩٣	٤		٠٠٠,٦٤٩	٤		٠٠٠,٥٩٢	٤	
٠٠٠,٤٥٠	٥		٠٠٠,٦٦٧	٥		٠٠٠,٦٧٧	٥	
٠٠٠,٤٨٧	٦		٠٠٠,٦٩٦	٦		٠٠٠,٦١٨	٦	
٠٠٠,٣٠٦	٧		٠٠٠,٦٣٢	٧		٠٠٠,٦٤٤	٧	
٠٠٠,٢٢٩	٨		٠٠٠,٦٦١	٨		٠٠٠,٦١٨	٨	
			٠٠٠,٦٢٨	٩		٠٠٠,٥٨٢	٩	
		البعد الرابع للذانع عن حقوق العلمة والخاصة	٠٠٠,٥٥٣	١	البعد الرابع للذانع عن حقوق العلمة والخاصة	٠٠٠,٦٨١	١	البعد الرابع للذانع عن حقوق العلمة والخاصة
			٠٠٠,٤٧٨	٢		٠٠٠,٦٩٥	٢	
			٠٠٠,٦٤٥	٣		٠٠٠,٦٢٧	٣	
			٠٠٠,٥٧٤	٤		٠٠٠,٦٣٨	٤	
			٠٠٠,٥٥٠	٥		٠٠٠,٦٦٢	٥	
			٠٠٠,٥٩٨	٦		٠٠٠,٧٨٤	٦	
			٠٠٠,٥٥٨	٧		٠٠٠,٥٦٨	٧	
			٠٠٠,٥٩٦	٨		٠٠٠,٦٩٩	٨	
						٠٠٠,٦٧٥	٩	

* دالة عند مستوى (٠,٠٥) ** دالة عند مستوى (٠,٠١)

جدول (٥) معاملات الاتساق الداخلى بين درجة البعد والدرجة الكلية لمقياس (ن=٤٠)

البعد	معامل الارتباط	رقم المفردات	معامل الارتباط	رقم المفردات	البعد
المبدأة بالتفاعل					٠,٠١
التغير عن المشاعر الإيجابية والسلبية					٠,٠٥
الذانع عن الحقوق العلمة والخاصة					٠,٠١
تقبل وتجهه للتقد					٠,٠٥
رخص المطلب غير المعقولة					٠,٠١

من جدول (٤،٥) يتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠٠٠٥) و(٠٠١) ما عدا المفردة رقم (٢) في بعد المبادأة بالتفاعل، والمفردة (٧،٨) في بعد رفض المطالب غير المعقولة فكانت غير دالة إحصائياً وتم استبعادهم من الصورة النهائية للمقياس؛ وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس في الصورة النهائية (٤٠) عبارة.

٣- صدق المحك: قامت الباحثتان بحساب معامل الارتباط بين مقياس السلوك التوكيدى فى الدراسة الحالية واختبار تأكيد الذات إعداد محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠٠١) وكان معامل الارتباط (٠٠٤١٨) وهو دال عند مستوى (٠٠٠١) وهو ما يدل على صدق المقياس الحالى.

(ب) ثبات المقياس

للتأكد من ثبات المقياس، قامت الباحثتان باستخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب معامل الثبات للمقياس، ويوضح جدول (٦) ثبات مقياس السلوك التوكيدى .

جدول (٦) معامل ألفا كرونباخ لمقياس السلوك التوكيدى (ن=٤٠)

المعامل المأكيد	عدد العبارات	الإعالة
المبادأة بالتفاعل	٨	٠,٥٣
التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية	٩	٠,٦٧
الدفاع عن الحقوق العامة والخاصة	٩	٠,٧٤
تقدير وتوجيه النقد	٨	٠,٥٩
رفض المطالب غير المعقولة	٦	٠,٦٦
المقياس ككل	٤٠	٠,٨٧

جميع هذه المعاملات دالة عند مستوى (٠٠٠١) وبذلك هي تتمتع بدرجة مناسبة من الثبات ومناسبة لاستخدام المقياس لأغراض هذه الدراسة .

٣- مقياس التدفق النفسي (إعداد: آمال عبد السميم بازه، ٢٠٠٩)

يتكون الإختبار من ٥٦ بندًا موزعة على ثمانية أبعاد وهي

١- الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بياجانية .

٢- مستوى النشاط والعمل المرتفع مع الشعور بالمسؤولية .

٣- وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط وقابليته للتحقيق .

٤- الاندماج الكامل في العمل أو النشاط .

- التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمبنئات بالتدفق النفسي
- تركيز الانتهاء ومواجهة التحديات .
 - الشعور بالملائمة والدافعية أثناء الأداء .
 - تنسیان الذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل .
 - الأداء بتفانيه والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات.
- تقع الإجابة في خمسة مستويات وتتراوح الدرجة بين (صغر - ٤)

(أ) صدق المقياس: قد تحقق موالفة المقياس من الصدق بعرض المقياس على (١٠) عشرة من أسانذة الصحة النفسية وتم استبعاد البنود التي لم تلقي نسبة اتفاق ٩٥% وتم استبعاد ستة بنود من (١٢) وتبقى (٥٦) بنداً وهي الصورة النهائية للمقياس.

٢- الاتساق الداخلي للمقياس: تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد التدفق النفسي والدرجة الكلية لينية الدراسة وكلها معاملات ارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١).

صدق المقياس في الدراسة الحالية

قامت الباحثتان باختبار صدق المقياس في الدراسة الحالية من خلال صدق الاتساق الداخلي بحساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، والجدول (٧) يوضح ذلك .

جدول (٧)

معاملات الاتساق الداخلي بين أبعاد التدفق النفسي والدرجة الكلية (ن=٤٠)

مستوى الدالة	معامل الارتباط	عدد المترات	الاتساق الداخلي
٠,٠١	٠,٨٤٤	٧	الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بفعالية
٠,٠١	٠,٩٠٣	٧	مستوى النشاط والعمل المرتبط مع الشعور بالملائمة
٠,٠١	٠,٨٠٩	٧	وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط وقليلاته للتحقيق
٠,٠١	٠,٨٣١	٧	الانسجام الكلمي في العمل أو للنشاط
٠,٠١	٠,٤٤٠	٧	تركيز الانتهاء ومواجهة التحديات
٠,٠١	٠,٧٥٦	٧	الشعور بالملائمة والدافعية أثناء الأداء
٠,٠١	٠,٧٣٨	٧	تسويف للذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل
٠,٠١	٠,٨٦٤	٧	الأداء بتفانيه والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات

(ب) ثبات المقياس :

قامت معدة المقياس بالتحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة التطبيق على (٥٣) طالباً،

(٤٤) طالبة بالفرقة الرابعة ووصل معامل الارتباط بين التطبيقين إلى (٠,٨٣). وهي قيم ثبات دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) وهي قيم تعطي الثقة لاستخدام المقياس في قياس التدفق النفسي لدى أفراد العينة.

ثبات المقياس في الدراسة الحالية:

للتأكد من ثبات المقياس، قامت الباحثتان باستخدام معادلة ألفا كرونباخ لحساب معامل الثبات للمقياس وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية من المتوفقين دراسياً من الطلاب الجامعيين . ويوضح جدول (٨) ذلك.

جدول (٨)

معامل ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي (n = ٤٠)

مستوى الدالة	معامل ألفا كرونباخ	الأمثلية
٠,٠١	٠,٧٤	الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بإيجابية
٠,٠١	٠,٧٥	مستوى النشاط والعمل المرتفع مع الشعور بالمسؤولية
٠,٠١	٠,٧٣	وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط وقابلته للتحقيق
٠,٠١	٠,٧١	الانسجام الكامل في العمل أو النشاط
٠,٠١	٠,٥٨	تركيز الانتباه ومواجهة التحديات
٠,٠١	٠,٨٤	الشعور بالملونة والدافعية لشأن الأداء
٠,٠١	٠,٧٥	نسوان الذات والزمان والمكان لشأن الاشتغال بالعمل
٠,٠١	٠,٧٣	الأداء بتنافسية والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات
٠,٠١	٠,٩٤	المقياس ككل

من الجدول السابق جميع قيم ألفا للمقياس وأبعاده مرتفعة و دالة عند مستوى (٠,٠١) ، وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بقدر كبير من الثبات يمكنه من الاستخدام في الدراسة الحالية.

٤- اختبار الذكاء النظري للمرحلة الثانوية والجامعة.(إعداد: جابر عبد الحميد جابر، محمود أحمد عمر، ١٩٩٣)

وصف الاختبار: يتكون الاختبار من خمسة أقسام بكل منها ستة عشر بندًا، وتقيس بنود كل قسم قدرة عقلية متمايزة ، تعبر عن عملية معرفية معينة بالإضافة إلى أنه يتم تطبيقه في مدة زمنية محددة لكل قسم، حيث يقيس القسم الأول القراءة على فهم المعاني اللغوية (٨ دقائق)، والقسم الثاني

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبثات بالتدفق النفسي

يقس القدرة على التصنيف اللغطي (٦ دقائق)، والقسم الثالث يقيس الاستدلال اللغوي (٦ دقائق)، والقسم الرابع يقيس القدرة على الاستدلال العددى (١٤ دقيقة)، أما القسم الخامس والأخير يقيس القدرة على الاستدلال بالتماثل اللغوي (٦ دقائق) أي أن الاختبار كله زمنه (٤٠ دقيقة). الدرجة المباشرة التي يحصل عليها المفحوص في الاختبار هي الدرجة الخام، وحتى تكتسب هذه الدرجة دلالة تم استخدام نوعين من المعايير لتتحول لهما الدرجة الخام ومنها الرتب المئوية حيث قسمت إلى أربعة مستويات يمثل الأول المجموعة المتفوقة والتي تقابل درجة الذكاء الخام (٥١) للذكور من طلبة الجامعة ، (٥٠) للإناث من طالبات الجامعة.

أحد عشر - إجراءات تطبيق الدراسة :

بعد التحقق من صدق وثبات مقياس التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى ومقياس التدفق النفسي وإعدادهم في صورتهم النهائية ، قامت الباحثتان بتوزيعهما على أفراد العينة الأساسية من الطلاب المتفوقين دراسياً بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة المنيا والذي بلغ عددهم (١٣٠) طالباً وطالبةً وتم تطبيق المقاييس بطريقة جماعية. وقد تم استبعاد الاستبيانات غير الصالحة أو غير مكتملة البيانات من التحليل الإحصائي.

اثنا عشر - المعالجات الإحصائية :

تم استخدام الجزء الإحصائى للعلوم الاجتماعية SPSS للقيام بالتحليل الإحصائى حيث تم استخدام اختبار "ت" t-test لاختبار الفروق بين المجموعات المستقلة، ومعامل الارتباط لبيرسون ، وتحليل الانحدار البسيط .

ثلاثة عشر - نتائج الدراسة :

نتائج الفرض الأول ونصله " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في التدفق النفسي وأبعاده " وللحذر من هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام اختبار t: test والجدول التالي يوضح ذلك .

**جدول (٩) المتوسطات الحسابية والاحترافات المعيارية وقيمة (ت) ودلالتها للفروق
بين الذكور والإناث في التدفق النفسي وأبعاده (ن=١٣٠)**

الدالة	قيمة (ت)	الإحراز المعياري	المتوسط	العدد	الجنس	المجالات
غير دالة	٠,٩١	٢,٤٦	٣٠,٦٨	٦٧	إناث	الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت ببراعة
		٣,٦٤	٣٠,١٩	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٢٤	٢,٢١	٣٠,٨٥	٦٧	إناث	مستوى النشاط والعمل بالمرتكب مع الشعور بالمسئولية
		٢,٩٢	٣٠,٢٨	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٦٠	٢,٥٦	٣١,١١	٦٧	إناث	وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط وللباهته للتحقق
		٢,٨١	٣٠,٣٦	٦٣	ذكور	
غير دالة	٠,٨٤	٢,٨٧	٢٨,٩٥	٦٧	إناث	الاتساع الكامل في العمل أو النشاط
		٣,٢٦	٢٨,٥٠	٦٣	ذكور	
غير دالة	٠,٥١-	٣,٢٢	٢٧,٧٣	٦٧	إناث	تركيز الانتهاء ومواجهة التحديات
		٣,٠٢	٢٨,٠١	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٩٠	٢,٩٣	٢٩,٧٠	٦٧	إناث	الشعور بالسعادة والدالجية لشاء الأداء
		٣,١٦	٢٨,٦٨	٦٣	ذكور	
غير دالة	٠,٩٥	٢,١٥	٢٩,٠٤	٦٧	إناث	تبليغ الذات والارتمان والمعنى لشاء الأداء بالعمل
		٣,٠٨	٢٨,٥٢	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٣٧	٣,٠٨	٣٠,١١	٦٧	إناث	الأداء بمتقلبة والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التحولات
		٣,٤٤	٢٩,٣٣	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٤٢	١٦,٣٦	٢٢٨,٢٠	٦٧	إناث	الدرجة الكلية
		١٨,١٥	٢٤٣,٩٠	٦٣	ذكور	

$$\text{ت الجدولية} = ١,٩٨ \text{ عند مستوى } (٠,٠٥) \text{ ت الجدولية} = ٢,٦١ \text{ عند مستوى } (٠,٠١)$$

يتضح من الجدول السابق ان هذا الفرض قد تحقق وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية
بين متواسطي درجات الذكور والإناث في التدفق النفسي وأبعاده
نتائج الفرض الثاني ونصله " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متواسطي درجات
الذكور والإناث في التفكير الإيجابي وأبعاده " وللتتحقق من هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبهات بالتدفق النفسي

اختبار t.test والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (١٠)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ودلالتها للفروق
بين الذكور والإناث في التفكير الإيجابي وأبعاده (ن=١٣٠)

الدالة	قيمة (t)	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	الجنس	البيان
غير دالة	٠,٦٧	٠,٩٠	١٢,٤٠	٦٧	إناث	الظائف
		٠,٧٩	١٢,٣٦	٦٣	ذكور	
غير دالة	٠,٦٦	١,٤٧	١٩,٠	٦٧	إناث	الضبط الافتراضي
		١,٨١	١٨,٧٧	٦٣	ذكور	
غير دالة	٠,٤٤	١,٤٥	١٨,٤٢	٦٧	إناث	الرضا عن الحياة
		١,١٩	١٨,٣٨	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,٣٧	١,٠٩	١٥,١٧	٦٧	إناث	تحمل المسؤولية
		١,١٧	١٤,٩٠	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,١١	٠,٧٨	١١,٨٠	٦٧	إناث	حب المخاطرة
		٠,٨٠	١١,٦٥	٦٣	ذكور	
غير دالة	١,١٢	٠,٦٨	٧٧,٨٢	٦٧	إناث	الدرجة الكلية
		٣,٧٦	٧٧,٠١	٦٣	ذكور	

يتضح من جدول (١٠) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

نتائج الفرض الثالث ونصه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الذكور والإناث في السلوك التوكيدى وأبعاده " وللحقيقة من هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام اختبار T.test والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول (١١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (t) ودلائلها المفروق
بين الذكور والإناث في السلوك التوكيدي وأبعاده (ن=١٣٠)

الجذور	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (t)	الدالة
المبادأة بالتفاعل	إناث	٦٧	١٢,٣٤	١,٢٣	١,١٨	غير دالة
	ذكور	٦٣	١٢,٠٧	١,٣١	١,٣١	غير دالة
التغيير عن المشاعر الإيجابية والسلبية	إناث	٦٧	١٥,٦١	١,٣٢	١,٢٢-	غير دالة
	ذكور	٦٣	١٥,٩٠	١,٣٩	١,٣٩	غير دالة
الدفاع عن الحقوق العامة والخائفة	إناث	٦٧	١٥,٣١	١,٥١	٠,٦٥	غير دالة
	ذكور	٦٣	١٥,١٢	١,٧١	١,٧١	غير دالة
تقدير وتوجيه النقد أرجح إيجاباً	إناث	٦٧	١٤,٨٨	١,١٦	٠,٤٥-	غير دالة
	ذكور	٦٣	١٤,٩٦	١,٠١	١,٠١	غير دالة
رفض المطلب غير المعقولة	إناث	٦٧	١١,٨٧	٠,٧٤	٠,٢٥-	غير دالة
	ذكور	٦٣	١١,٥٠	٠,٦١	٠,٦١	غير دالة
الدرجة الكلية	إناث	٦٧	٧٠,٦٢	٢,٨٢	٠,٠٥	غير دالة
	ذكور	٦٣	٧٠,٥٨	٢,٨٠	٢,٨٠	غير دالة

يتضح من جدول (١١) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في السلوك التوكيدي تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

نتائج الفرض الرابع ونصله " لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقاييس التدفق النفسي ودرجاتهم على كل من مقاييس التفكير الإيجابي و مقاييس السلوك التوكيدي". وللحاق من صحة هذا الفرض قامت الباحثتان باستخدام معامل ارتباط بيرسون والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (١٢)

معامل ارتباط بيرسون للتدفق النفسي بكل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي

الارتباط	التدفق النفسي	المعامل	مستوى الدالة
التفكير الإيجابي	٠,٢٥٦	٠,٠١	معامل الارتباط
السلوك التوكيدي	٠,٢٢٨	٠,٠١	مستوى الدالة

من هذا الجدول يتضح عدم تحقق الفرض وأنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمتغيرات بالتدفق النفسي
عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهم على كل من مقياس التفكير الإيجابي و
مقياس السلوك التوكيدى

**نتائج الفرض الخامس ونصل أنه " تsem درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى
لدى عينة الدراسة في التبؤ بدرجاتهم في التدفق النفسي ". وللحجج من صحة هذا الفرض قام
الباحثان بإجراء تحليل الانحدار البسيط (رجاء محمود أبو عالم ٢٠٠٦، ٣٢١: ٢٠٠٦) ويوضح الجدول
التالي نتائج تحليل الانحدار الخاص بهذا الفرض.**

جدول (١٣)

تحليل الانحدار البسيط للتدفق النفسي من خلال درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى

الثابت	معامل الانحدار	قيمة التباين	قيمة المعيار	المعيار	معامل الانحدار	متغير التابع	التدفق النفسي	الافتراض
١٥٢,٤٨	١,٠٨	*٨,٩٦	*٥,٤٥	*٠,٦٥	-٠,٢٥٦	التدفق النفسي	التفكير الإيجابي	الافتراض
١٥٥,٥٨	١,١٤	*٨,٥٥	*٥,٦٤	*٠,٦٣	-٠,٢٥٠	التدفق النفسي	السلوك التوكيدى	الافتراض

• دالة عند مستوى (٠,٠١)

كشف نتائج تحليل الانحدار عن تحقيق الفرض الخامس ، حيث تشير تلك النتائج إلى :

١- أن درجات التفكير الإيجابي (المتغير المستقل) تsem في تباين المتغير التابع (التدفق النفسي)
حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (-٠,٢٥٦)، وقد أحدث متغير التفكير الإيجابي تباين قدره
(٠,٠٦٥) وذلك بنسبة (٦,٥٪) من تباين المتغير التابع، وهذا يدل على أن ٦,٥٪ من التباين
في درجات التدفق النفسي ترجع إلى التباين في درجات التفكير الإيجابي، وهذا يدل على
وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التفكير الإيجابي والتدفق النفسي، وقد بلغت قيمة النسبة
الفائية لهذا الارتباط (٨,٩٦) وهي دالة عند مستوى ٠,٠١، وهذا يدل على أنه يمكن لدرجات
التفكير الإيجابي في التبؤ بدرجات الطلاب في التدفق النفسي وتكون طبيعة المعاملة
الانحدارية الدالة على التبؤ كالآتي :

$$\text{المتغير التابع} = \text{قيمة الثابت} + \text{معامل الانحدار} \times \text{المتغير المستقل}$$

$$\text{التدفق النفسي} = ١٥٢,٤٨ + ١,٠٨ \times \text{التفكير الإيجابي}$$

وتدل النتيجة السابقة على أن الزيادة في التفكير الإيجابي تؤدي إلى الزيادة في التدفق النفسي،

وباستخدام الدرجات المعيارية تعنى التباين من خلال القيم المعيارية للتفكير الإيجابي بالقيم المعيارية التتفق النفسي (رجاء محمود أبو علام، ٢٠٠٦، ٣٣٠) والمعادلة كما يلى :

القيمة المعيارية للتفق النفسي $= ٥٢٠ \times \text{القيمة المعيارية للتفكير الإيجابي}$

٢- أن درجات السلوك التوكيدى (المتغير المستقل) تسهم فى تباين المتغير التابع (التفق النفسي) حيث بلغ معامل الارتباط بينهما (٠,٢٥)، وقد أحدث متغير السلوك التوكيدى تباين قدرة (٠,٠٦٣) وذلك بنسبة (٦٦,٣٪) من تباين المتغير التابع ، وهذا يدل على أن ٦٦,٣٪ من التباين فى درجات التتفق النفسي ترجع إلى التباين فى درجات السلوك التوكيدى ، وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين السلوك التوكيدى والتتفق النفسي ، وقد بلغت قيمة النسبة الفائقة لهذا الارتباط (٨,٥٥) وهي دالة عند مستوى ١١٠، وهذا يدل على أنه يمكن لدرجات السلوك التوكيدى فى التباين بدرجات الطلاب فى التتفق النفسي و تكون طبيعة المعادلة الانحدارية الدالة على التباين كالتالى:

$$\text{المتغير التابع} = \text{قيمة الثابت} + \text{معامل الانحدار} \times \text{المتغير المستقل}$$

$$\text{التفق النفسي} = ١٥٥,٥٨ + ١,١٤ \times \text{السلوك التوكيدى}$$

وتدل النتيجة السابقة على أن الزيادة فى السلوك التوكيدى تؤدى إلى الزيادة فى التتفق النفسي، وباستخدام الدرجات المعيارية تعنى التباين من خلال القيم المعيارية للسلوك التوكيدى بالقيم المعيارية التتفق النفسي (رجاء محمود أبو علام، ٢٠٠٦، ٣٣٠) والمعادلة كما يلى :

القيمة المعيارية للتفق النفسي $= ٥٢٠ \times \text{القيمة المعيارية للسلوك التوكيدى}$

أربعة عشر: تفسير نتائج الدراسة

بالنسبة لنتيجة الفرض الأول نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التتفق النفسي وأبعاده تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث) مما يدل على أن الطلاب والطالبات من المتفوقيين دراسيًا لديهم درجات متساوية في جميع أبعاد التتفق النفسي، وهذا يدل على أنهم يتمتعون بقدرات متساوية يساعدهم على إدارة انفعالاتهم ويشجعهم على النجاح والاستمرار في الحياة بشكل إيجابي وسليم، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة (محمد السيد صديق، ٢٠٠٩) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في التتفق النفسي بالإضافة إلى أن غالب الدراسات لم تدرس الفروق بين الجنسين.

وبالنسبة لنتيجة الفرض الثاني نرى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التفكير الإيجابي وأبعاده تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث) وهذا لا يتفق مع نتيجة بعض الدراسات التي ترتبط

التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمنبهات بالتدفق النفسي

بالتفكير الإيجابي مثل دراسة (زياد بركات غام، ٢٠٠٥) التي وجدت فروق لصالح الإناث وهذا ربما يرجع إلى نوعية العينة المطبق عليها الدراسة حيث إن الطلاب والطالبات من المتوفقين بعض السمات المشتركة بين الجنسين وخاصة فيما يرتبط بطبيعة التفكير حيث إن فئة المتوفقين لديهم قدرة عالية على التعامل مع الأفكار الجديدة والافتتاح على الخبرات الجديدة ولم تشير الدراسات التي اختصت بذلك الفئة إلى وجود فروق بين الجنسين، أما نتيجة الفرض الثالث نجد أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السلوك التوكيدى وأبعاده بين الذكور والإثاث وهذا يتعارض مع نتائج بعض الدراسات كما في دراسة كل من (Fung Ian young, 2010) ودراسة كريمة محمود خطاب (٢٠١١) التي وجدت فروقاً في السلوك التوكيدى لصالح الذكور، وهذا قد يرجع كما سبق وأن ذكرنا إلى اختلاف العينة في الدراسة الحالية بالإضافة إلى أن طبيعة الذكور والإثاث في مجتمعنا الحالى قد تغيرت وأصبحت الفتاة لها القدرة على الحديث بجرأة دون خوف و تستطيع المطالبة بالحقوق ورفض ما لا يناسبها بدون تردد أو خوف مثلها مثل الذكر في القوة والجرأة .

أما بالنسبة لنتيجة الفرض الرابع وهي أنه توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتفكير الإيجابي، وبين التدفق النفسي والسلوك التوكيدى وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج الدراسات مثل دراسة (وانج شايه، ٢٠١٢، Wong, Shyh Shin, 2012) التي وجدت أن التفكير الإيجابي يرتبط بالمؤشرات الإيجابية مثل الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة وأيضاً ارتبط السلوك التوكيدى بالشعور بالسعادة كما في دراسة كريمة محمود خطاب (٢٠١١) وهذه المؤشرات مهمة جداً في وصول الفرد إلى حالة التدفق النفسي .

وأخيراً بالنسبة لتحقيق الفرض الخامس نجد من خلال التحليل الإحصائي نجد أنه يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي لدى المتوفقين دراسياً من خلال درجاتهم على كل من مقياس التفكير الإيجابي ومقاييس السلوك التوكيدى وهذا يؤكد مدى الارتباط بين هذه المتغيرات كما في نتيجة الفرض الرابع، وهذا تؤيده الكثير من الدراسات التي ترى أن التدفق النفسي يرتبط بالمؤشرات الإيجابية حيث إن التدفق النفسي حالة يصل فيها الفرد إلى أقصى درجات التركيز على المهمة مع شعوره بالسعادة، ولكي يصل إليها لابد أن يتمتع بتفكير إيجابي لأنه يعتبر السر للأداء المتميز سواء في الدراسة أو العمل كما أن الفرد المؤكد لذاته يكون له توجه نشط في الحياة فهو يمضي وراء ما يريده ويتمسك برأيه الصائب أي يتميز بقدر عالٍ من المثابرة وهذا بدوره يؤثر في وصول الفرد إلى حالة التدفق النفسي.

خمسة عشر - توصيات الدراسة :

من خلال ما توصلت إليه الدراسة من نتائج ، توصي الباحثان بما يلى :

١- الاستفادة من اللغة التي تتمتع بمستوى مرتفع من التدفق النفسي والتفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى في كافة مؤسسات المجتمع .

إعادة إجراء مثل هذه الدراسة في مختلف المراحل العمرية ، ومع مختلف الفئات وخاصة فئة الموهوبين.

محاولة إعداد برامج تتمي التفكير الإيجابي للطلاب في الجامعة لأنه بالتالي سوف يزيد من دافعيتهم ويسعى لهم بالرضا والسعادة التي تعتبر من بدائيات الوصول إلى حالة التدفق النفسي.

محاولة إجراء العديد من الدراسات التي تهتم بعلم النفس الإيجابي الذي يتناول الإيجابيات وينميها وبخاصة دراسة حالة التدفق النفسي عند الموهوبين فنياً ورياضياً.

محاولة إعداد مقررات تعد بطريقة تساعد على تهيئة الطالب لحالة التدفق النفسي كما ذكرت بعض الدراسات في هذه الدراسة من خلال إعداد المقررات بطريقة الألعاب التعليمية.

المراجع العربية والأجنبية

- ١- آمال عبد السميع بازلة (٢٠٠٩) : مقياس التدفق النفسي، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٢- جابر عبد الحميد، محمود أحمد عمر (١٩٩٣) : اختبار النكاء النفسي للمرحلة الثانوية والجامعية، القاهرة، دار النهضة العربية.
- ٣- جميل الطهراوي (٢٠٠٧) : "اللوكيدية" ، مجلة ثقافتنا التربوية، كلية التربية الجامعية الإسلامية بغزة - ع ١، ٤١-٤٢.
- ٤- حسام عبد العزيز عبد المعطي (٢٠٠١) : "الاتجاهات الوالدية في التنشئة كما يدركها الأبناء وعلاقتها بتأكيد الذات دراسة مقارنة بين الطفل الكفيف والطفل العادي" ، رسالة ماجستير، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس
- ٥- دانييل جولمان (٢٠٠٠) : الذكاء العاطفي، ترجمة ليلي الجبالي، مراجعة محمد يونس، الكويت ، سلسلة عالم المعرفة، ع ٢٦٢.
- ٦- رجاء محمود أبو علام (٢٠٠١) : التحليلات الإحصائية للبيانات باستخدام برنامج SPSS ، ط٢، القاهرة، دار النشر الجامعات.

- التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدى كمبنثات بالتدفق النفسي
- ٦- زياد غانم بركات (٢٠٠٥) : " التفكير الإيجابي والسلبي لدى طلبة الجامعة : دراسة مقارنة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية " ، مجلة دراسات عربية في علم النفس ، ع٣، مج٨٥ ، ١٣٨-٤ .
- ٧- سعيد بن صالح الرقيب (٢٠٠٨) : "أسس التفكير الإيجابي وتطبيقاته تجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية" ، منشورات المؤتمر الدولي عن تنمية المجتمع : تحديات وأفاق في الجامعة الإسلامية بماليزيا .
- ٨- سيد أحمد لحمد البهاص (٢٠١٠) : "التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الانترنت (دراسة سيكومترية-اكابيكية)" ، المؤتمر السنوي الخامس عشر ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس ، ١١٨-١٦٩ .
- ٩- طريف شوقي فرج (١٩٩٨) : توکید الذات مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع .
- ١٠- عبد الستار إبراهيم (٢٠٠١) : الضغوط اللاحقة للخدمات النفسية والانفعالية: منهج سلوكي متعدد المحاور لفهمها وعلاجها ، كتاب المؤتمر الدولي الثالث للخدمات النفسية والاجتماعية في مجتمع متغير ، مكتب الإنماء الاجتماعي ، الكويت ، ٥٥-١٩ .
- ١١- عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨) : عين العقل دليل المعالج المعرفي لتنمية التفكير العقلاني الإيجابي ، القاهرة ، دار الكاتب .
- ١٢- عبد المربي قاسم (٢٠٠٩) : "أبعاد التفكير الإيجابي في مصر دراسة عاملية" ، دراسات نفسية ، مج١٩، ع٤ ، ٦٩١-٧٢٣ .
- ١٣- عزت عبد الله سليمان ، محمد يوسف محمد محمود (٢٠٠٢) : السلوك التوكيدى وعلاقته بالقبول/رفض الوالدى ، مجلة كلية التربية ، جامعة الأزهر ، ع١٩ ،
- ١٤- كامل كتلوا (٢٠٠٩) : توکید الذات والتکيف الاجتماعي وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية والتربوية لدى طلبة جامعة الخليل ، دراسات عربية في علم النفس ، ع٢(٤) ، ١٢٥ - ٢٢٠ .
- ١٥- كريمة محمود خطاب (٢٠١١) : تأثير كل من أبعاد الذكاء الوجداني وتوکید الذات على الشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، ع٧١ ، مج٢١ ، ٣٤٦ - ٣٧٨ .

- ١٦- محمد السيد صديق (٢٠٠٩): "التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة"، دراسات نفسية ، ع١٩، مج٢، ٣١٣-٣٥٧.
- ١٧- محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٨): دراسات في الصحة النفسية، الجزء الثاني، دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٨- نورمان فنست بيل (٢٠٠١): قوة التفكير الإيجابي، ترجمة: يوسف لسكندر، القاهرة، دار الثقافة.
- 19- Ayers, Joe (1988): "Coping with speech anxiety: The power of positive thinking", *Communication Education*, v37n4, p.289-296.
- 20- Baharah, S., et al., (2011):" Predicting children s self assertiveness skills based on parents emotional intelligence" ,*Australian Journal of Basic and Applied Science*, v5n12, 999-1004.
- 21- Dorothy, H. G. (1990): *Stress management an integrated Approach to therapy*, Brinner Abel publishers, New York .
- 22- Elaina, Z. (1983):" Mastering Assertiveness skills , power and positive influence at work", Amacom, American, Management Association .
- 23- Fung Lan Young (2010).A study on the assertiveness and academic procrastinationof english and communication students at a private university, *American Journal of Scientific Research*, Issue 9, 62-72.
- 24- Glenn, j., Nerella, y. (1985):" convergent and Discriminant validity of selected assertiveness measures", *Journal of personality and social psychology* ,v49n1, p.243 – 249 .
- 25- Graces-Bascal, Rhoda Myra & Cohen, Libby & Tan Liang See (2011); "Soul beind the skill, heart behind the technique: Experiences of flow among artistically talented students in Singapore", *Gifted child quarterly*, v55 n3, p.194-207.
- 26- Heknter, Joel, M. & Csiksyentim ahlyi, Mihaly (1996): "A longitudinal exploration of flow and intrinsic motivation in adolescents", *Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association*, New York.
- 27- Kiili, k. (2005): "Content creation challenges and flow experience in educational games the IT-Emperor", *Internet and higher education*, v8, n3, p.183-198.
- 28- Klein, Barbara D, Rossin, Don, Guo, YiMaggie, Ro, Young, K. (2010): "An examination of the effects of flow on learning in a graduate-level introductory operations management course", *Journal of education for business*, v85 n5, p.292-

Positive thinking and assertive behavior as predictors of psychological flow dimension for Scholastically High Achieving university students

Dr.Mervat Azmy Zaki

Lecturer of Mental Health&

director of psychological counseling center

Faculty of Education

Minia University

Dr.Aasmaa Fathi Ahmed

Lecturer of Mental Health

Faculty of Education

Minia University

This research aimed at knowing the contribution of positive thinking and assertive behavior in predicting Psychological flow of a sample of university higher achievers. Analytical descriptive method was used as it is suitable for the nature of the research. The sample consisted of (130) high achiever students joining scientific and literary divisions at college of education, Minia university. The psychological adjustment scale prepared by (Amal A. Baza: 2009) was used in this study. The sub, scales of that scale were: positive time management aptitude, High level of work and activity, clarity and accessibility of goal, full engagement in task, keeping attention and facing challenge, enjoyment and motivation in performance, self awareness neglect ion, spontaneous performance. Positive thinking scale. And assertive behavior scale prepared by the two researchers (2012), and Verbal Intelligence scale prepared by Gaber A. Gaber & Mahmoud A. Omar (1993) were used in this study. Results indicated that:

- 1- No statistically significant differences between males and females in psychological flow and its dimensions.
- 2- No statistically significant differences between males and females in positive thinking and its dimensions.
- 3- No statistically significant differences between males and females in assertive behavior and its dimensions.
- 4- Statistically significant positive correlation relationship was found between students scores means of positive thinking, assertive behavior and psychological flow.
- 5- Positive thinking and assertive behavior predicted the psychological flow of the subjects.