

مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية

العدد: ١٨ - السنة العاشرة : ٢٠١٦



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الكوفة

كلية التربية للبنات

رقم التصنيف الدولي : ٥٢٤٢ - ١٦٦٣ ISSN

مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية

مجلة علمية نصف سنوية محكمة

تصدر عن كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة

النجف الأشرف - العراق

العدد: ١٨ - السنة العاشرة : ٢٠١٦

نقال رئيس التحرير

٠٧٨٠٤٧٢٩٠٠٥

هوية المجلة

الاسم:مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية

العدد الثامن عشر

جهة الاصدار:كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة

سنة الطبع : ١٤٣٧ هـ - ٢٠١٦ م

الطبعة : الأولى

التصميم والإخراج الفني

مكتب / محمد الخرزجي

٠٧٨٠١٨٠٤٥٠ - ٠٧٨٠١٨١٦٨٤٨

العراق - النجف الأشرف



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الكوفة

كلية التربية للبيئات

رقم التصنيف الدولي : ٥٢٤٢ - ١٦٦٣ ISSN

مجلة كلية التربية للبيئات للعلوم الإنسانية

مجلة علمية محكمة نصف سنوية تصدرها كلية التربية للبيئات بجامعة الكوفة

رئيس التحرير

الأستاذ الدكتور الهام محمود كاظم

التاريخ الحديث - العلاقات الدولية

مدير التحرير

الأستاذ المساعد الدكتور محمد جواد نور الدين

التاريخ الإسلامي - فكر إسلامي

المراسلات : جمهورية العراق / النجف الاشرف / ص ب : ١٦٦

E-mail: m{history@ yahoo.com

العدد: ١٨ - السنة العاشرة : ٢٠١٦

نقال رئيس التحرير ٠٧٨٠٤٧٢٩٠٠٥

نقال مدير التحرير ٠٧٨٠١٢٧٣٤٦٦

E-mail: Muhmmad-Jawad@ yahoo.com

رقم التصنيف الدولي : ٥٢٤٢ - ١٦٦٣ ISSN

مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية

مجلة علمية محكمة نصف سنوية تصدرها كلية التربية للبنات بجامعة الكوفة

أعضاء هيئة التحرير

- ١- الأستاذ الدكتور منصف مهدي الموسوي / كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة
..... اللغة العربية ... اللغة
- ٢- الأستاذ الدكتور مثنى شحات بشير الخزالي / كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة
..... السيرة النبوية والاستشراق
- ٣- الأستاذ الدكتورة أميرة جابر هاشم / كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة
..... التربية وعلم النفس علم النفس
- ٤- الأستاذ المساعد الدكتور هادي عبد النبي التميمي / كلية الآداب - جامعة الكوفة
..... تاريخ اسلامي مناهج مؤرخين
- ٥- الأستاذ المساعد الدكتور عبسدة الرسول غفار / كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة
..... اللغة العربية

سكرتير التحرير

المدرس المساعد إسراء كريم محمد

الأستاذ المساعد الدكتورة

علاوة حسين جبر

خبير اللغة العربية

الأستاذ المساعد الدكتور

عباس حسن جاسم

خبير اللغة الإنجليزية

رقم التصنيف الدولي : ٥٢٤٢ – ١٦٦٣ ISSN

مجلة كلية التربية للبنات العلوم الإنسانية

مجلة علمية محكمة نصف سنوية تصدرها كلية التربية للبنات بجامعة الكوفة

أعضاء الهيئة الاستشارية

- ١- الأستاذ الدكتور فكتور الكيكة / الجامعة اللبنانية - مدير دراسات الشرق الأوسط
مجلة الدراسات الأدبية
- ٢- الأستاذ الدكتور حاكم حبيب عسز الكريطي / كلية الآداب - جامعة الكوفة
اللغة العربية ... أدب قديم
- ٣- الأستاذ الدكتور طاهر يوسف الوائلي / عميد كلية الآثار والتراث - جامعة الكوفة
التاريخ الحديث ... تاريخ الدولة العثمانية
- ٤- الأستاذ الدكتور عبد الحسين جليل الخالبي / كلية الإدارة والاقتصاد - جامعة الكوفة
الإدارة والاقتصاد
- ٥- الأستاذ الدكتور محمد ناجي شمسو / كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة
التربية الرياضية - علم التدريب الرياضي
- ٦- الأستاذ الدكتور وهيب فهد اليونسري / كلية الآداب - جامعة الكوفة
تخطيط مدن واستيطان ريفي
- ٧- الأستاذ المساعد الدكتور صباح العريضي / عميد كلية العلوم السياسية - جامعة الكوفة
علاقات دولية
- ٨- الأستاذ المساعد الدكتور رسول جعفریان / جامعة طهران
التاريخ الحديث والمعاصر

شروط النشر

- ١- تنشر المجلة البحوث الرصينة التي لم يسبق نشرها في مجال العلوم الإنسانية.
- ٢- تعتمد المجلة نشر البحوث باللغتين العربية والانكليزية ، او البحوث المترجمة عن اللغات الأجنبية .
- ٣- على الباحث تقديم ثلاث نسخ من بحثه إلى سكرتارية تحرير المجلة على أن لا تتجاوز صفحات البحث عشرين صفحة، وما تجاوز ذلك تستوفى عنه أجور أخرى.
- ٤- تستوفى شروط البحث العلمي في البحث المقدم للنشر من حيث هيكلية البحث عموماً أو على شكل أجزاء لكل جزء عنوانه. ويطبغ على شكل عمودين في الصفحة الواحدة. أما هوامش البحث فيتم ترتيبها بإتباع أسلوب الترقيم المتسلسل في نهاية البحث، وبحسب النسق الطباعي الأول فضلاً عن كتابة مصادر البحث كاملة، على ورق ابيض قياس A٤
- ٥- يشار إلى عناوين وأرقام الجداول والرسوم التوضيحية بشكل واضح. أما الصور الفوتوغرافية فتكون بحجم (post card) بحيث لا يؤثر تصغيرها على دقتها أو المعلومات الواردة فيها.
- ٦- يقدم الباحث ملخصاً لبحثه وباللغتين العربية والانكليزية بحدود (١٥٠-٢٠٠) مع ذكر اسم البحث واسم الباحث ومكان عمله. وبشكل ملفين منفصلين عن البحث .
- ٧- يخضع البحث المقدم للنشر للتقويم العلمي من قبل خبراء اختصاصيين مشهود لهم بالكفاءة في مجال اختصاصهم.
- ٨- يعاد البحث إلى صاحبه لغرض إجراء التصحيحات أن وجدت. ثم إعادته إلى المجلة مع قرص مدمج (CD) مع نسخة مصححة ، في موعداً قصاه ٥ أيام . وتكون التصحيحات ملزمة للباحث.
- ٩- يزود الباحث بنسخة واحدة مستقلة من بحثه ،. أما المجلة فتكون مقابل السعر الرسمي المعتمد.
- ١٠- تستوفى أجور النشر ومقدارها (٥٠ ألف دينار) للبحث الواحد.
- ١١- لا تعاد البحوث إلى أصحابها سواء قبلت للنشر أو رفضت.
- ١٢- الأبحاث والآراء الواردة في المجلة تمثل وجهة نظر كاتبها ، وهيأة التحرير غير مسؤولة عن الآراء الواردة في البحوث المنشورة.

محتويات العدد

رقم الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث
١٥	الأستاذ الدكتور هاني اليأس خضر جامعة بغداد - كلية العلوم السياسية المدرس الدكتور سلمان علي حسين محمد جامعة بغداد - كلية العلوم السياسية	التنافس الدولي في منطقة آسيا الوسطى (دراسة في المقاصد والنتائج))
٤٩	الأستاذ الدكتور عبدالعزيز حيدر الموسوي جامعة القادسية - كلية التربية قسم العلوم التربوية والنفسية	التدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة
٩٣	الأستاذ الدكتور فؤاد عبدالله محمد جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات قسم الجغرافيا المدرس المساعد رشا جبار محمدرضا جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات قسم الجغرافيا	التراتب الحجمي لمدن النظام الحضري في محافظة بابل للمدة ١٩٩٧ - ٢٠١٥
١١٣	الاستاذ المساعد الدكتور عبد الرسول الغفاري جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات قسم اللغة العربية	ابن الرومي وصورته الحقيقية من خلال شعره دراسة موضوعية وتحليل لما كتبه المؤرخون في حق ابن الرومي (٢٢١هـ - ٢٨٣هـ)
١٤٩	الأستاذ المساعد الدكتور نعيم جاسم محمد جامعة بابل - كلية التربية للعلوم الانسانية قسم التاريخ	أوضاع المدارس الإيرانية في العراق ١٩٦٣- ١٩٧٩ في ضوء الوثائق العراقية
١٩٩	المدرس الدكتور حسن تقي طه جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات قسم العلوم التربوية والنفسية	جودة النص الكيميائي في كتاب (مبادئ الكيمياء) للمصنف الأول المتوسط
٢٣١	الدكتور فكري جواد جامعة الكوفة - مركز دراسات الكوفة	ملاحح عقيدة الانتظار في الديانة اليهودية

محتويات العدد

رقم الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث
٢٦١	المدرس الدكتور محمد جواد جاسم الجزائري جامعة الكوفة - كلية الآداب قسم التاريخ	السيد أبو القاسم الخوني (١٨٩٩ - ١٩٩٢) دراسة في نماذج من رواه ومواقفه السياسية
٣٠٩	المدرس الدكتورة نبأ عبد الرؤوف عمار سميسم كلية التربية للبنات - جامعة الكوفة قسم العلوم التربوية والنفسية	التنور الصحي لدى طالبات كلية التربية للبنات جامعة الكوفة
٣٤٥	المدرس الدكتور أحمد عويّز قسم اللغة العربيّة كلية الآداب- جامعة الكوفة	تأويل دلالات النار عند غاستون باشلار
٣٦٥	المدرس الدكتور خالد توفيق مزعل جامعة الكوفة- كلية الآداب قسم اللغة العربية	مصطلحا (البنية الكبرى والبنية العليا) عند فان دايك مقاربة في المفهوم، والمعيّار، والوظيفة
٤٠١	المدرس الدكتور سيف نجاح ابو صبيح جامعة الكوفة - كلية الآداب قسم التاريخ	الصحافة اللبنانية في مرحلة الريادة والتأسيس دراسة في ارشيف مؤسسة المحفوظات الوطنية اللبنانية الصحافي ١٨٥٨-١٩١٤
٤٤٩	المدرس الدكتورة حمديّة كاظم روضان جامعة بابل - كلية الفنون الجميلة قسم التربية الفنية	جدلية الموت والحياة في فنون الحضارات القديمة
٤٩١	المدرس الدكتور عباس جواد الركابي (طرائق تدريس الفيزياء) مديرية تربية القادسية المدرس المساعد رشوان جليل المشكور (طرائق تدريس الكيمياء) جامعة القادسية- قسم العلوم التربوية والنفسية	تحليل محتوى كتابي الكيمياء والفيزياء للصف الثاني المتوسط في ضوء متطلبات الختبار (Timss)

محتويات العدد

رقم الصفحة	اسم الباحث	عنوان البحث
٥٢١	المدرس عبد الامير عيسى الاعرجي الكلية الاسلامية الجامعة - النجف الاشرف	مدرسة الشيخ المفيد الكلامية واثارها العلمية
٥٦١	المدرس المساعد ليث شاكر ابو طيبخ جامعة الكوفة - كلية الادارة والاقتصاد	دور عوامل البنى التحتية التكنولوجية في تحسين جودة الخدمات السياحية دراسة ميدانية في عدد من المؤسسات السياحية في محافظة النجف الاشرف

بسم الله الرحمن الرحيم

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على رسوله الكريم وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين.

وبعد:

فان الباحث المتخصص يجد اليوم من خلال تتبعه لقنوات البحث العلمي المتعددة والمتنوعة زخماً كبيراً في الساحة العلمية وعلى المستويين الوطني والعالمي ، ولعل ذلك الزخم انما يؤشر حالة الجهد العلمي المبذول من اجل تحقيق نتاج علمي في مختلف تخصصات المعرفة وهو ما يوجب علينا نحن العاملين في الحقل المعرفي-الاكاديمي واجباً يتمثل بمواكبة ذلك النتاج المعبر عن تطور علمي لاجل التواصل مع مختلف الاراء والافكار التي وبمرور الوقت ستتحول الى نظريات علمية سرعان ماتجد طريقها للتطبيق العملي في مختلف الحقول سواء التطبيقية الصرفة او الاجتماعية والتي يبرز تأثيرها واضحاً وخطيراً بسبب النتائج التي تنعكس منها على عموم مجتمعاتنا التي هي في الاغلب غير قادرة لان تتماشى او تواجه مثل تلك الافكار والنظريات مما يسبب حالة من الارباك والمواقف الموزعة مابين رد الفعل السلبي والممانعة او الانسياق الكامل معها والانجرار ورائها وهما في كلتا الحالتين انما يعبران عن ضعف في المواجهة وعدم القدرة على اخذ زمام المبادرة مما يربك الحالة المجتمعية التي تعيشها مجتمعاتنا.

ولذلك فان الواجب الاخلاقي ومانؤمن به من قيم ومعتقدات توجب علينا السعي الى خدمة مجتمعاتنا وبذل مانستطيع بذله من الجهد لاجل الدفع بحالة الارتقاء بتلك المجتمعات نحو الامام من خلال تعزيز النتاج المعرفي والجهد الفكري الذي يمثل الارض الصلبة التي يقوم عليها كل البناء الاخلاقي والعلمي للمجتمع ، وياتي هذا العدد من المجلة ليكون مساهمة فاعلة في نتاجنا العلمي – الاكاديمي الذي نعتقد انه جزء من ذلك البناء .

عضو الهيئة الاستشارية في المجلة

الاستاذ المساعد الدكتور

صباح العريض

التدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة

الأستاذ الدكتور

عبدالعزیز حیدر الموسوی

جامعة القادسية - كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

المدرس المساعد

انس اسود شطب

مديرية تربية القادسية

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة

الأستاذ الدكتور
عبدالعزیز حيدر الموسوي
جامعة القادسية - كلية التربية
قسم العلوم التربوية والنفسية

المدرس المساعد
انس اسود شطب
مديرية تربية القادسية

ملخص البحث

الاطلاع على الدراسات المشابهة والادب النظري
متكونه من (٢٠) فقرة موزعه على اربعة
مجالات رئيسة هي: (الاهداف الواضحة،
الاندماج والتركيز، فقدان الشعور بالوقت والوعي
بالذات، تغذية راجعة وفورية).

وتم استخراج الخصائص السيكومترية لها من
صدق وثبات، في ما تبني الباحثان مقياس
(منشء، ٢٠١٣) المستند الى نظرية سيلجمان
(Seligman، ١٩٩٨) ويعد اخضاعه للتليل
الاحصائي واستخراج الخصائص السيكومترية له
تكون بصيغته النهائية من (٤٦) فقرة وبعد ان
تم تطبيق الاداتين على عينة البحث اتضح
هناك تدفق نفسي وتفكير ايجابي لدى طلبة
الجامعة، كما ظهرت فروقا ذات دلالة احصائية
في التدفق النفسي عند مستوى (٠،٠٥) تبعا
لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي،
واتضح وجود فروق ذات دلالة احصائية في

استهدف البحث الحالي التعرف الى مستوى

• التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة .

• التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .

• الفروق في التدفق النفسي تبعا لمتغيرات
الجنس والتخصص لدى طلبة الجامعة .

• الفروق في التدفق النفسي لدى طلبة
الجامعة تبعا لمتغيرات التفكير الايجابي
والجنس والتخصص .

وتحقيقا لهذه الاهداف تم اختيار عينة من طلبة
جامعة القادسية بلغت (٤٠٠) طالبا وطالبة
موزعين على (١٥) كلية للتخصصات العلمية
والانسانية للعام الدراسي ٢٠١٤ - ٢٠١٥
اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية وبالاسلوب
المتناسب كما تم بناء مقياس التدفق النفسي بعد

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

جدا بالنسبة للدماغ البشري ان يكون سلبياً (بمعنى انه يستنزف حالة تدفق في معالجة الاحداث السلبية التي تتضمن المخاطر او احتمالات التهديد وبالتالي يكون التركيز على الانفعالات والمشاعر (السلبية) وفوضوياً. وعادة تترد هذه السلبية على الطلبة من خلال فرض اهداف محددة عليهم، ونتيجة الانتباه التام لحالتهم الشعورية السلبية، وفقد الاحساس بالذات، فالتدفق لا يسمح لهم بإرجاء او تأجيل انشغالاتهم الزائدة بالمشاعر السلبية ومصادرة التهديد او بالعكس قد يواجة بعض الافراد صعوبات في توجيه أنفسهم نحو أنشطة تجلب لهم الرضا والسعادة، ويفضلون على ذلك الجلوس والخمول والبلادة (Csikszentmihalyi, 1990: 234).

في الوقت الذي تعتمد فيه المنظورات المستقبلية للعملية التربوية والتعليمية على التعبئة الفكرية والاجتماعية التي يقوم بها النظام التربوي التعليمي. في ظل واقع يشير الى سيطرت الأفكار التشاؤمية السلبية على الأفكار الايجابية خاصة وان التفكير السلبي يعبئ الجسد للمواقف العدائية، ومن المعروف أن التعبئة السلبية إذا لم تفرغ في مواجهه عنيفة للواقع أو السلوك الأخر، فإنها ستتراكم وتؤدي إلى الاعراض النفسية الجسمية المصاحبة لحالات الغيظ والمرارة، وما ينجم عنها من أمراض وذلك لان الأفكار تسيطر

التدفق النفسي تبعا لمتغير التفكير الايجابي (عالي، واطى) لدى طلبة الجامعة وباتجاه التفكير الايجابي العالي، وبناءً على هذه النتائج خرج البحث بجملة من التوصيات والمقترحات.

مشكلة البحث:

بدأ علماء النفس برصد ارهاصات مبكرة للتنبؤ على ضرورة التحليل الدقيق للجوانب الايجابية في الشخصية، وقد ادى هذه التوجه الى الكشف عن الكثير من الافكار الايجابية بعدما كانت هناك سيطر للأفكار السلبية ومنها الحالة النفسية الداخلية التي تجعل المتعلم يشعر بالتوحد والتركيز التام مع ما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع احساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة وهذا ما يسمى بالتدفق النفسي. وقد ترتبط هذه الحالة بحالة التعلم المثلى (Optimal Learning) التي وصفها ميهالي شكزنتهيمالي بأنها "حالة من التركيز ترقى الى مستوى الاستغراق المطلق" الامر الذي يؤدي الى استغراق المتعلم بكامل منظومات شخصيته في مهمة تدوب فيها الشخصية دون افتقاد للوجهة والمسار مع أسقاط للوقت او للزمن من الحسابات، بمعنى ان تظل فعاليات من يتعايش مع هذه الحالة سارية وممتدة الى ان يتم انجاز المهمة مهما طاللت المدة الزمنية، وهنا يعتقد ميهالي شكزنتهيمالي (Csikszentmihalyi, 1990) انه من السهل

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

وبناء حياة اجتماعية سليمة، إذ إن الهدف الأساس من العملية التربوية هو تكوين جيل قادر على رسم أهدافه التي يطمح المجتمع الى تحقيقها من خلال إحداث تغييرات مرغوبة في السلوك، كما إن المرحلة الجامعية من ادق مراحل التعليم؛ كونها تشكل ركناً مهماً من أركان المجتمع، تقوم عليها سياسة تنفيذ الخطط التنموية بأشكالها المختلفة (أبو عطية، ١٩٩٨:٤٠٥)، وإن طلبة الجامعة يمثلون عماد الأمة ونهضتها والأداة الفاعلة في عمليات التغيير الاجتماعي والاقتصادي والثقافي، وتزداد أهمية هذا القطاع لأنه يمثل أحد شرائح المجتمع التي تتصف بالحيوية والنشاط وتقع على عاتقها مسؤولية القيام بالمهام الخاصة لتحديث المجتمع.

وتشكل دراسة شخصية الطالب الجامعي بجوانبها المتعددة أهمية بالغة في ميدان علم النفس والتوافق الأكاديمي خاصة وان التدفق النفسي يشكل في ابعاده قطاعاً واسعاً من شخصية الطالب فهي تتأثر وتؤثر في مدركاته و سلوكه، حيث يعد التدفق (Flow) مفهوم نفسي يرتبط بصورة واضحة بالتفاؤل والتوقع بالنواتج الايجابية والاستبشار بالمستقبل اضافة الى اقترانه بالإحساس بالقدرة والفعالية الشخصية في مقابل اليأس والعجز الذي هو قرين التبدل النفسي والسلوكي.

على العواطف، فالفكرة السلبية تولد مشاعر وانفعالات سلبية تؤدي إلى سلوكيات أو مواقف سلبية أي انها تؤثر في تشكيل سلوك الطالب، وعلاقته الاجتماعية وصحته النفسية والجسمية؛ كما وان المتشاؤم يتوقع الشر واليأس والفشل وينظر للحياة نظرة سلبية (حجازي ، ٢٠١٢ : ٨٣ - ٨٥) خاصة وان ما مر به بلدنا من تغيرات وأحداث وضغوط و انعدام للأمن قد يعود إلى احتمال حدوث آثار سيئة في شريحة الشباب الجامعي هذا ما دفع الباحثان للتساؤل الآتي:

ماهي حالة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً للتفكير الإيجابي ؟

اهمية البحث

تعد المؤسسات التربوية والتعليمية من المؤسسات التي يتفاعل معها الإنسان في مراحل الدراسية خاصة - من هنا يكون تأثيرها فاعلاً وكبيراً في عملية بناء الشخصية ونموها، ويقدر سلامة البيئة التعليمية وطبيعة ومضمون الخبرات التي يكتسبها الطالب منهما تنمو لديه الشخصية ذات الخصائص الإيجابية والطابع الإنجازي، ذلك إن من أهداف العملية التربوية تحقيق الفعالية لدى الفرد وترسيخ دوره في عملية التنمية والبناء الحضاري، إذ يتفق المعنيون في ميدان التربية وعلم النفس على أن تنمية قدرات الإنسان وتطويرها لم تعد حاجة ملحة للفرد نفسه فحسب وإنما ضرورة تفرضها مطالب المجتمع في التقدم

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

الإيجابي الذي وحده يوفر المخارج ، ويستكشف إمكانات الحلول . فهو ليس مجرد مقارنة منهجية بل هو توجه يعبئ الطاقات ويستخرج الظاهر منها كما الكامنة من أجل حل المشكلات . كما أنه يشكل العلاج الناجح للحفاظ على المعنويات وحسن الحال النفسي . ولا يعني التفكير الإيجابي أن نتغاضى عن سلبيات الحياة الفعلية ، فذلك ليس من الإيجابيات في شيء ، فالتفكير الإيجابي هو على العكس من ذلك ، ينظر بشكل جدلي إلى سلبيات وضعية ما وإيجابياتها في الآن عينه ويوازن بينها، وينظر كيف يمكن العمل على تعظيم الإيجابيات في هذه الوضعية ، وكيف يمكن الحد من سلبياتها . وهناك ثابت أساسي في التفكير الإيجابي يتعلق بالموقف من الذات ، إذ يتعين على الشخص رغم عثراته وخيباته وحالات فشله أن يظل إيجابياً في نظره إلى ذاته وقدراته وإمكاناته وفرصه وممارساته ، وأن لا يدع اليأس يتسرب إلى ذاته والشطط في الحكم عليها وجلدها . إذ في مقابل الخيبات هناك العديد من الإنجازات والنجاحات، وفي مقابل أوجه القصور هناك قدرات وإمكانات ، وفي مقابل العثرات هناك فرص ممكنة . كل هذه الإيجابيات يتعين البناء عليها لتجاوز العثرات والإخفاقات (حجازي ، ٢٠١٢ : ٣٨) . ورغم كل الظروف التي يمر بها بلدنا من ظروف سياسية واقتصادية وتكنولوجية ومعرفية هائلة الا

وتمثل حالة التدفق العامل الحاسم في تكوين المعنى والهدف من الحياة واضفاء المغزى والقيمة عليها وبالتالي تدفع من يتعايش معها الى الابداع بل الى اعلى تجليات الابداع الانساني، وتمنح الفرد فرصة لضبط وتنظيم أو السيطرة على وعيه وشعوره ، كما وتسمح حالة التدفق لفرد ببناء نفسي رصين حيث يكون الطالب مندمجاً او مستغرقاً بصورة تامة في نشاط ما من اجل ذلك النشاط في ذاته، اذ تحدث الية تدفق تلقائي لكل فعل وكل تفكير تقع في وحدة مسار واحدة. الامر الذي يولد احساساً قوياً بالرضا مما يسهم في تعظيم احساس الطالب بالسعادة وبجودة حياته النفسية داخل الجامعة لا سيما وان الانشطة التي تدفع الطالب باتجاه التدفق والحيوية متنوعة وكثيرة. فقد تكون قراءة او كتابة، او ممارسة الالعاب الرياضية، او أنشطة اجتماعية كالحديث مع الزملاء (Csikszentmihalyi, ١٩٩٠ : ٢٣).

وبعد التدفق النفسي كخيرة من المتغيرات التي تخضع الى التفكير حيث يدخل في جوهر الصلة بين السلوك والتدفق النفسي. ولعل التفكير الإيجابي الأبرز بينها اذ يمثل جوانب الاقتدار الإنساني . إذ أنه بلا شك الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة وتحدياتها . فالعقبات والصعوبات والمعوقات والسلبيات على اختلافها لا تحل عملياً إلا من خلال التفكير

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

- دلالة الفروق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الجنس، والتخصص.
- دلالة الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات التفكير الإيجابي (عالي، واطئ) والجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني).

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على دراسة التدفق النفسي لدى طلبة جامعة القادسية في الدراسة الصباحية لمرحلة الثالثة من التخصص العلمي والانساني ومن كلا الجنسين وللعام الدراسي (٢٠١٤-٢٠١٥).

تحديد المصطلحات:

عرف التدفق النفسي (Psychological Flow) كل من:

١- ميهالي تشكزينتهيمالي (Csikszentmihalyi, ١٩٥٧): هو شعور الافراد عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل او المهمة التي يقومون بها.

(Csikszentmihalyi, ١٩٥٧: ٣٦)

٢- ابو حلاوة (٢٠١٣): يعني حالة فناء الفرد في المهام والاعمال التي يقوم بها فناءً تاماً ينسى به ذاته والزمن والآخرين، ليتجه باتجاه المثابرة ليصل في نهاية الامر الى ابداع انساني من نوع فريد. (ابو حلاوة، ٢٠١٣: ٨)

ان دراسة منشد (٢٠١٣) التي اجرها على فئة الشباب الجامعي اكدت ان طلبة الجامعة لديهم تفكير ايجابي (منشد، ٢٠١٣ : ١٧٦)

ومن هنا تأتي اهمية مفهوم التدفق النفسي والتفكير الايجابي وتحديد أبعادهما الاساسية وطرق قياسها لاهميتها الكبيرة من الناحيتين النظرية والتطبيقية كونهما:

• يختص بدراسة شريحة طلبة الجامعة، إذ تقع عليهم مسؤولية قادة المستقبل، لقيادة الاجيال القادمة في المجتمع ، كما أن تقدم المجتمعات الإنسانية رهين بتقدم شبابها.

• يوفر هذا البحث معلومات مهمة لدى المعنيين والمسؤولين في الجامعات العراقية والمجال التربوي على توجيه الطلبة من خلال البرامج ارشادية وتوجيهية، من اجل الاهتمام بالتدفق النفسي، والارتقاء بهم الى مستوى عال من التفاؤل (التفكير الايجابي) مما يؤدي الى نمو شخصياتهم من مختلف الجوانب.

• تعد هذه الدراسة اضافة معرفية مهمة للمكتبة العربية والمكتبة العراقية بشكل خاص، لتسهم بشكل كبير برفد الباحثين بمعلومات حول مجال البحث.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف الى مستوى

- التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.
- التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة.

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

وتحدد مقياس التفكير الإيجابي اجرائياً بمقدار الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته على مقياس التفكير الإيجابي المعتمد في البحث الحالي .

اطار نظري:

أولاً: التدفق النفسي Psychological
(Flow).

يعد مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم السايكولوجية ذات المضامين الايجابية، اذ تمثل حالة التدفق بالمعنى الذي توصف به في ادبيات علم النفس الايجابي الخبرة الانسانية المثلى (Optimal Human Experience) المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة بصفة عامة؛ لكونها حالة تعني فناء الفرد في المهام والاعمال التي يقوم بها فناءً تاماً ينسى به ذاته والوسط الاجتماعي والزمن كأني به في حالة من غياب للوعي بكل شيء اخر عدا هذه المهام او الاعمال على ان يكون كل ذلك مقترناً بحالة من النشوة والابتهاج والصفاء الذهني والدافع له باتجاه المداومة والمثابرة ليصل في نهاية الامر الى ابداع انساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحباً بها دون انتظار لأي تعزيز من أي نوع، اذ هنا تكون هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويكمن في معاناتها سر الرفاهية والسعادة الشخصية والاحساس العام بجودة

وقد أعتمد الباحثان تعريف (Csikszentmihalyi, 1997) تعريفاً نظرياً لـ "تدفق النفسي".

التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس المعد في البحث الحالي.

ثانياً: التفكير الايجابي (Positive Thinking).

عرف التفكير الايجابي Positive Thinking ((كل من:

• بايلس وسيلجمان (2009) : " هو التفاؤل بكل ما تحمله هذه الكلمة من معنى والنظر إلى الجميل في كل شيء والبحث عن الجانب المثير في الحياة وأن كانت ومضة ضوء " (السلطاني ، 2010 : 100).

• حجازي (2012): " هو نواة الاقتدار المعرفي في التعامل الفاعل مع قضايا الحياة ومشكلاتها ، والتغلب على محنها وشدائدها (حجازي ، 2012 : 84).

• منشد (2013) : " قدرة الفرد الواعية باستعمال العقل بطريقة إيجابية فعالة ذات طابع تفاؤلي في معالجة المشكلات الحياتية والتغلب عليها بطريقة تشعر الفرد بالرضا والتقبل الايجابي للذات" (منشد، 2013 : 14).

وقد تبنى الباحثان تعريف منشد (2013) تعريفاً نظرياً لـ " التفكير الايجابي"

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

واليابان وتايلاند، أستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث اشركهم في مجموعة من الأنشطة ولم يجد ميهالي وصفاً أقرب للتعبير عن ما عبر عنه هؤلاء الناس الى تشبيهه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره. وعلى هذا الاساس اطلق عليه تشكز ينتمي ميهالي (Csikszentmihaly) بالتدفق النفسي وقد استخلص ميهالي من اجابة الاشخاص الذي قابلهم تسعة تصورات او ابعاد رئيسة هي:

- الاهداف الواضحة.
- الاندماج والتركيز.
- فقدان الاحساس بالوعي بالذات، اندماج الفعل في الوعي.
- نشوة الاحساس بالوقت.
- تغذية راجعة مباشرة وفورية.
- التوازن بين القدرة والتحدي او الصعوبة.
- احساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف او النشاط.
- الاتابة الداخلية للنشاط.
- الاستمتاع الذاتي Autotelic experiences)) والذي يشير الى ان خبرات اثابة داخلية يشعر بها الفرد عند القيام بعمل او اداء نشاط وانجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته دون انتظار الاثابة من الخارج.
- لكن يبقى السؤال الأساسي الذي أثاره ميهالي الذي انبثقت منه النظرية لماذا يواجه معظم

الحياة، لكونها تضيف المعنى والقيمة على هذه الحياة (ابو حلاوة ، ٢٠١٣ : ٨).

وقد صيغ هذه المفهوم لأول مرة عام (١٩٥٧) من قبل العالم (Csikszentmihaly، ١٩٥٧) وقد عرفه باعتباره "احساس كلي يشعر به الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل او المهمة التي يقومون بها" وفي حالة التدفق يكون المرء مندمجاً او مستغرقاً بصورة تامة في نشاط ما من اجل ذلك النشاط في ذاته، وهي حالة ينسى فيها المرء ذاته ومن دون ان يكون هناك شعور بالوقت ، بحيث يكون تدفق تلقائي لكل فعل وكل حركة وكل تفكير في وحدة مسار كأن المرء يعزف مقطوعة موسيقية، وبالتالي هي حالة تستولي على المرء بكافة منظومات شخصيته، وتدفعه الى ان يوظف كل قدراته ومهاراته الى اقصى حد ممكن، وهي بهذا اعلى تجليات الظاهر الابداعية (Csikszentmihaly، ١٩٦٥ : ٥). ويمكن ان نقف بشكل اوسع على تفاصيل حالة التدفق من خلال نظرية المنظر وهي:

نظرية تشكز نتي ميهالي (Csikszentmihaly، ١٩٥٧)

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الاصل تشكز نتي ميهالي (Csikszentmihaly) عام (١٩٥٧) اثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الاشخاص من الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

سلجمان بقضية المعنى "Meaningness" اذا اشار سلجمان في كتابه: السعادة الحقيقية الى ثلاث مستويات للسعادة:

• الحياة السارة التي تتضمن خبرات تجلب السرور والانشراح، كما وتتضمن انفعالات ايجابية كبيرة.

• الانغماس او الاندماج في الحياة التي تستغرق طاقات ونشاطات الانسان.

• الحياة ذات المعنى او الدلالة والقيمة.

ويعد مفهوم سلجمان ((Seligman عن

الاندماج في الحياة مماثل تماما لمفهوم التدفق

والخبرة المثالية (Optimal Experience)

لدى تشكز ينتميهالي. ويعتقد

سلجمان أنه نمط أقل أهمية للسعادة مقارنة

بالسعادة التي يحصل عليها الانسان من

الانشطة الهادفة ذات المعنى(ابو حلاوة، ٢٠١٣

: ١٨).

ولا يختلف ميهالي تشكزينتميهالي كثيراً عن

تصور سلجمان في هذه النقطة فقد اشار

تشكزينتميهالي الى ان التدفق مفهوماً خالياً او

مجرداً من القيمة (Value-free). فقد يكون

الانسان في حالة من التدفق اثناء ارتكاب عملاً

سلبياً (كالتخريب او القتل) لا يسهم بالضرورة

في خدمة الصالح العام. وهنا يفيد تشكز

ينتميهالي ان الحياة ذات المعنى والدلالة هي

تلك الحياة التي تتضمن النقاط التالية:

الناس صعوبات في توجيه أنفسهم نحو انشطة تجلب لهم الرضا والسعادة ويفضلون الجلوس والخمول والبلادة ؟ على هذا الاساس حرك

فعاليات بحوثة اعتقاده بأن البشر لا يعرفون كيفية الاستفادة من او توظيف اوقات الفراغ.

ووجد هناك قيود او عقبات تحول دون استمتاع

البشر بالحياة بشكل عام والانشطة بشكل خاص

ومن اهمهما الانشغال التام بالخوف من تقييمات

واحكام الاخرين، لهذا يرى ميهالي ان للتنشئة

الاجتماعية دور كبير في ذلك ولهذا ركز وبشكل

كبير على دور الاسرة . وأشار ميهالي ان

الاحساس بالنشوة والابتهاج ((Ecstasy يتضمن

تجاوز ضوابط او قيود الانا اي التحرر النسبي

من قيود انا الانسان، اضافة الى تجاوز روتين

الحياة اليومية العادية مما يتطلب ولوج طرق

حياة متنوعة وانشطة حياة ثرية، تثير حالة

التدفق لدى الفرد ((Csikszentmihaly، ١٩٩٠

: ٤.

ويرى ((Csikszentmihaly)) هناك مصاحبات

نفسية تنتاب المرء عندما يتعايش مع حالة

التدفق، وغالباً ما تكون هذه المصاحبات متبلورة

حول الشعور بالنشوة والابتهاج والسعادة التامة

والاحساس بالجدارة والقيمة الشخصية والاثابات

الداخلية وقد اطلق عليها خبرة التدفق ((Flow

Experience. الا انه اوضح المصاحبات

النفسية لحالة التدفق تدور حول ما سماه مارتن

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

ويصبح احساسه بالوقت مشوش ومضطرب نتيجة الاندماج التام في المهام ((Csikszentmihaly, 1997, : 34).

ويرى ميهالي هناك علاقة وثيقة بين حالة التدفق ودافعية التعلم على وجه التحديد نجد ان المتعلمين يكونون عادة امام ثلاث احتمالات بناء على مضامين مفهوم التدفق النفسي:

أولاً: ما يعرف بحالة القلق والخوف من الفشل وتحقق لدى المتعلم عندما تكون مستوى قدراته ومهارته منخفضة.

ثانياً: حالة الملل وما يرتبط بها من فتور ولا مبالاة وتقريط في الاداء التعليمي وتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المتعلم مرتفعة ويواجه بمهام او تحديات تعلم منخفضة.

ثالثاً: حالة التدفق وما يرتبط بها من نشوة وابتهاج واندفاع باتجاه التجويد والابداع وتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المتعلم مرتفعة وايضاً تكون المهام والتحديات التي يواجهها مرتفعة ((Csikszentmihaly, 1990, : 7).

ثانياً: التفكير الايجابي.

نشأ علم النفس الإيجابي كي يوازن النزعة المرضية المهيمنة (للمنظور السلبي) من خلال الاهتمام بأوجه الصحة وحسن الحال وأوجه الاقتدار والتمكن لدى الفرد والجماعة. وقد

• بدلاً من ان يكون التدفق ناتجاً عن سلسلة من الاهداف غير المترابطة، لا بد ان يندفع الانسان في تحركاته من مجموعة عامة من التحديات او المصاعب التي تخلع او تسقط معنى وغرضاً وقيمة على اي شيء يفعله.

• التصميم والاصرار على حل او التغلب على هذه التحديات بالتصرف الهادف لتحقيق اغراض ايجابية.

• تستغرق الانشطة الهادفة ذات المعنى في حياة الانسان لتصبح تصرفاته وافعاله متطابقة بتناغم مع اغراضه او اهدافه.

وبهذا المعنى فإن حالة التدفق (Flow) كخبرة سيكولوجية ممتعة تتحقق عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام ذات طبيعة متحدية تتطلب تركيزاً ومثابرة والتزاماً او تعهداً شخصياً بانجازها بمستوى مرتفع الجودة والتميز. وتحدث حالة التدفق هذه حسبما يرى ميهالي تشكز ينتميهالي ((Csikszentmihaly, 1996) عندما يكون هناك نوع من التوازن بين مستوى المهارة ومستوى التحدي الذي تفرضه المهمة خاصة المهام ذات الاهداف الواضحة والتي يتحصل له بموجب التفاعل معها تغذية راجعة فورية. ومع توافر هذا الاحساس يفضي الى حالة من التركيز التام في واقع الامر على مواجهة التحدي بما لا يترك مجال للتفكير في اي شيء اخر او للقلق من اي مشاكل، وهنا يختفي انشغال المرء بذاته،

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

تلك المتوفرة منها والقابلة للاستثمار في مسعى فاعل ، وكذلك يشكل الأمل (Hope) القاسم المشترك ونقطة العبور ما بين التفكير الإيجابي والعواطف الإيجابية وحسن الحال، وهو الوليد المباشر للتفاؤل (حجازي ، ٢٠١٢ : ٣٩) ويمكن توضيح هذا المفهوم أكثر من خلال نظرية سلجمان.

نظرية سيلجمان واخرون (Seligman,et al. ١٩٩٨).

يرجع مفهوم التفكير الايجابي Positive Thinking لعالم سلجيمان

(Seligman, ١٩٩٨)، حيث ركز من خلال هذا المفهوم على تعديل الأفكار المغلوطة واستبدال الأفكار السلبية التشاؤمية الانهزامية بالأفكار الواقعية والايجابية. منطلقاً من فكرة رئيسية مفادها "إن المنحى المفرط نحو المرض قد تجاهل فكرة الإنسان المتفتح الإمكانيات، كما تجاهل أن السلاح الفعال هو بناء الاقتدار الإنساني.

وقد اشار ان كلاً من التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان في التفكير لتفسير الوقائع والأحداث، وطريقة تفسيرنا للوقائع لا تقتصر على مجابهة حالة خاصة من نجاح أو فشل، بل هي تتوقف على الفكرة التي تكونها عن القيمة العامة التي نعطيها لأنفسنا وإمكاناتنا وفرصنا و لمكانتنا في الحياة . ويمكن أن نتعلم التفاؤل أو التشاؤم بناءً

انطلقت هذه النشأة بذوره الأولى من التفكير الإيجابي أو الواقعي تحديداً ، ضمن حركة العلاج المعرفي و علم النفس المعرفي ، اللذين يحتلا حالياً مركز الصدارة في توجهات علم النفس المعاصر. وبهذا المعنى ، يقضي المعالج الإيجابي جزءاً طويلاً من وقته يعرف ويعلم الآخرين بأن السبل الإيجابية من السلوك والتفكير لا تكون إلا من خلال بعض الأفكار والمعتقدات والتوجهات الشخصية ، التي تتسم بالعقلانية - الإيجابية (إبراهيم ، ٢٠١١ : ٣٨٤).

وبما ان التفكير هو أحد القوانين الرئيسة في توجيه حياة الإنسان سلبياً أو إيجابياً ، إن ما نفكر فيه تفكيراً مركزاً في عقلنا الواعي ينغرس ويندمج في خبرتنا ، وأياً كان ما تعتقده فسيتحول إلى حقيقة عندما تمنحه مشاعرك ، وكلما اشتدت قوة اعتقادك ، وارتفعت العاطفة التي تضيفها إليه تعاضم بذلك تأثير اعتقادك على سلوكك وعلى كل شيء يحدث لك ، يظل الأشخاص الناجحون والسعداء محتفظين على الدوام باتجاه نفسي من التوقع الذاتي الإيجابي (الرقيب ، ٢٠٠٨ : ١٧) .

يشكل أسلوب التفسير المتفائل أحد أبعاد التفكير الإيجابي المهمة . الأول يدفع إلى العمل وإلى الثقة بالذات وبالفرص ، والثاني يدفع إلى القعود المتشائم ولوم الذات والحط من إمكانياتها ، حتى

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

الوضعية الأصلية على مختلف وضعيات الحياة، ويطلق أحكاماً عامة وقطعية على العالم والناس، ويكمل جلد الذات بحيث يعتبر الشخص ذاته أنه هو المسؤول ، وأن العلة فيه هو ، وهي علة أو قصور لا يرى لنفسه خلاصاً منها (لا جدوى، سيرافقتي الفشل أينما حللت). وفي المقابل فإن أسلوب التفسير المتفائل يجعل الشخص يدرك الخسارة أو الشدة ، على أنها محدودة ضمن حيز ما، وأن هناك مجالات أخرى لا زالت متوفرة ويمكن أن تكون مجزية ، وتشكل بدائل أو تعويضات معقولة أو حتى ملائمة (إذا فشلت محاولة في مجال، يمكن أن تتجح أخرى في مجال غيره). كما يدرك الأسلوب التفسيري المتفائل المحنة أو الخسارة على أنها انتكاسة مؤقتة ، وبالتالي فإن إمكانات الانطلاق من جديد متاحة، بتوسل الوسائل الملائمة . وعلى المستوى الذاتي يحافظ أسلوب التفسير المتفائل على إيجابية النظرة إلى الذات وقدرتها وإمكاناتها وتقديرها، مما يُبقي الطاقات متوفرة لحوالات جديدة (حجازي، ٢٠٠٥ : ٣٣٦-٣٣٧)

أما ثالثهما فهو الموقع : يضع المتشائم اللوم على ذاته (هو الفاشل، أو المقصر ، أو الخائب)، بأعتباره المتسبب بالأزمة . أما المتفائل فإنه على العكس من ذلك يحمي ذاته ويرى في العثرة نتيجة تدخّل عوامل خارجية غير

على خبراتنا ونمط تنشئتنا، بما يتصف به من رعاية وحب وتشجيع وتعزيز ومكانة، أو إحاطة وزجر وإهمال، وحط من القدر. وحيث إن هذا الأسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في تفكير المتعلم، فإنه يمكن إعادة تعلمه، واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية. بمعنى آخر ان للتنشئة الاجتماعية والخبرة المهنية والاجتماعية والمستوى التعليمي ذو اثر كبير على تنمية التفكير الايجابي والسلبي. (إبراهيم ، ٢٠١١ : ٣٨٧).

ويستند (Seligman, ١٩٩٨) في نظريته هذه إلى ثلاثيته الشهيرة التي يتناقض في مقدمتها ، موقف كل من المتفائل والمتشائم، في تفسير الوقائع وأسبابها . أولها الديمومة :التي يكونها الشخص معرفياً عن الأشياء والأحداث والوضعيات والمحن ، وعن نفسه ذاتها فإزاء أي عثرة أو محنة يرى المتشائم بأنها ستدوم ولا مجال للخروج منها، وأنها قدرٌ مفروض لا فكاك منه (لا فائدة تُرجى من الجهد ولن يكون هناك من مخارج ممكنة)، وأن الفشل هو قدر المتشائم. أما المتفائل فيرى على العكس أن العثرة أو الخيبة هي أمر عابر (أزمة وتمر)، رهن بظرف مؤقت، وبالتالي فالأمل متوقّر للعمل والخروج منها مستقبلاً (حجازي، ٢٠١٢ : ١٢٤). ثانيها هو التعميم: حين يكون الأسلوب التفسيري متشائماً يميل الشخص إلى تعميم المحنة من

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

والسعادة وتحمل الصعاب، وتحرر الفرد من قسوة الماضي . (Seligman, ٢٠٠٢:٨) وقد أشار (pawelski,٢٠٠٣&Seligman) إلى أبعاد التفكير الإيجابي التي تتضمن التوقعات الايجابية نحو المستقبل ، تلك التوقعات البناءة التي تهدف إلى تحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص ، الصحية ، والاجتماعية والمهنية في المستقبل والمشاعر الإيجابية من حيث تمتع الشخص بالانفعالات التي تتمحور حول التعاطف والسعادة والطمأنينة في العلاقات الشخصية والاجتماعية مع الآخرين ومفهوم الذات الإيجابي ، نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات وقدرات متنوعة . والرضا عن الحياة أي تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن الفرد ظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقد . والمرونة الإيجابية، قدرة الفرد الذهنية الإيجابية على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف وخصائصه وضغوطه ليكون قادر على مواجهته:١٦٢) .

(pawelski,٢٠٠٣&Seligman)

لذا فقد لاحظ سيلجمان ارتباط التفاؤل بالأسلوب التفسيري وهي الطريقة التي يفسر بها الأشخاص كيفية وسبب الأحداث بالطريقة التي يريدونها، ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات

مؤاتيه، لا تؤدي صورة الذات أو الحكم على قيمتها . ويختلف كلاهما على صعيد الموقع ، في أن المتشائم يرد أسباب النجاح الذي يلقاه إلى عوامل خارجية (نجاح بالصدفة) ، أما المتفائل فإنه يرد أسباب النجاح إلى قواه الذاتية (هو صانع نجاحه) (حجازي ، ٢٠١٢ :١٢٥).

لذا فقد أشار كل من سليجمان وآخرون (Seligman et, al.١٩٩٨) الى أن التفاؤل يعد بعداً رئيسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية ، إذ يرتبط التفكير الايجابي بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم .وتبعاً لذلك فقد وضع (سيلجمان وآخرون من تلاميذه وزملائه) قائمة تضم أربعة وعشرين عنصراً موزعة على ست فئات ، تشكل استراتيجيات التفكير الإيجابي في الشخصية ، هي : الحكمة والمعرفة ، والشجاعة، والنزعة الإنسانية، والاعتدال المزاجي، والعدالة، والسمو. وان توظيف الإنسان لهذه الصفات يجعله يحقق السعادة الحقيقية .

لهذا يرى سيلجمان (Seligman,٢٠٠٢) أن تنمية الخصال الإيجابية في الشخصية أمر ضروري للإنسان، فهي تعد حصناً قوياً وقائياً ضد الضغوط ونواتجها السلبية . كما أن لهذه الخصال الإيجابية دوراً في استثارة السعادة الحقيقية فهي من أفضل السبل للوصول للهناء

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

يقصد بالمجتمع (Population) المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحثان إلى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة ويتكون مجتمع البحث من طلبة الصفوف الثالثة (لان هذه المرحلة اكثر استقرار من غيرها) لجميع كليات جامعة القادسية والبالغة (١٣) كلية وعددهم (٣٩٥٩) طالباً وطالبة ، بواقع (٢٠١٧) طالباً وطالبة للتخصص العلمي بنسبة (٥١%) من المجموع الكلي لطلبة جامعة القادسية و (١٩٤٢) طالباً وطالبة للتخصصات الإنسانية يمثلون نسبة (٤٩%) من مجتمع البحث، ونظراً لعدم تجانس وحدات مجتمع البحث الحالي، وتكونه من فئات مختلفة قد يكون لاختلافها أثر على النتائج لجأ الباحث الى اختيار عينة عشوائية طبقية وبالاسلوب المتناسب ولكي تكون ممثلة للطبقات المختلفة في المجتمع الاصلي ، ووفقا لذلك اشتملت عينة البحث على (٤٠٠) طالبا وطالبة يشكلون نسبة (١٠%) تقريبا وجدول (٢) يوضح مجتمع وعينة البحث موزعين حسب التخصص والجنس.

السلبية للأشخاص المتعلقة بإحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الأحداث المستقبلية وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك ، فعندما يمر الإنسان بموقف مزعج فهو يميل في معظم الأحيان الى تبني تصور معين لسبب حدوث هذا الموقف المزعج فكلما كانت الأسباب المدركة للموقف قريبة من قدرة الفرد على الضبط والتحكم والمرونة أزداد احتمال مواجهته للموقف بطريقة فعالة وهذا هو بالضبط التفكير التفاضلي (البرزنجي ، ٢٠١٠: ٤٥).

منهج البحث وإجراءاته :

يستهدف البحث الحالي وصفاً لتدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة ، لذا فقد اعتمد الباحثان المنهج الوصفي الذي يسعى الى دراسة الظاهرة على ما هي عليه في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً " . لا سيما وان دراسة أية ظاهرة أو مشكلة تتطلب أولاً وقبل كل شيء وصفاً لهذه الظاهرة وتحديداً كمياً أو كيفياً. (ملحم ، ٢٠٠٠: ٣٢٤).

مجتمع البحث وعينته :

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

جدول (١)

مجتمع وعينة البحث الأساسية موزعه بحسب التخصص والكلية والجنس.

التخصص	ت	الكلية	مجتمع البحث			عينة البحث		
			النوع			النوع		
			المجموع	إناث	ذكور	المجموع	إناث	ذكور
العلمي	١	علوم الحاسبات والرياضيات	٨٧	٥٢	٣٥	٩	٥	٤
	٢	الهندسة	١٨٢	١٠٩	٧٣	١٨	١١	٧
	٣	الطبية	١٥٥	٨١	٧٤	١٥	٨	٧
	٤	الصيدلة	٦٩	٤٠	٢٩	٨	٥	٣
	□	الطب البيطري	٥٨	١٧	٤١	٦	٢	٤
	□	التربية /العلمي	٣٦٦	١٦٣	٢٠٣	٣٦	١٦	٢٠
	٧	العلوم	١٦٧	٨٢	٨٥	١٧	٨	٩
	□	الإدارة والاقتصاد	٧٣٤	٢٤٩	٤٨٥	٧٤	٢٥	٤٩
	٩	الزراعة	١٩٩	٨١	١١٨	٢٠	٨	١٢
			المجموع	٢٠١٧	٨٧٤	١١٤٣	٢٠٣	٨٨
الانساني	١٠	القانون	٣٦٠	١٢٦	٢٣٤	٣٧	١٣	٢٤
	□□	التربية / الانساني	٦٩١	٤٣٣	٢٥٨	٧٠	٤٤	٢٦
	١٢	الآداب	٧٣٤	٣٩٧	٣٣٧	٧٤	٤٠	٣٤
	□□	التربية الرياضية	١٥٧	١٠	١٤٧	١٦	١	١٥
		المجموع	١٩٤٢	٩٦٦	٩٧٦	١٩٧	٩٨	٩٩
			١٨٤٠	٢١١٩	٤٠٠	١٨٦	٢١٤	٣٩٥٩
		المجموع الكلي						

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

اداء البحث:

٢ ، ١) لل فقرات الايجابية وبالعكس لل فقرات السلبية.

وبعد ان تم صياغة الفقرات وتنظيم الاستبانة بصورتها الاولية من (٢٠) فقرة ملحق (١)، عرضت على (١٠) محكما من المختصين في العلوم التربوية والنفسية لغرض فحص الفقرات منطقيا وتقدير صلاحيتها في قياس ماعدت لقياسة كما تبدو ظاهريا من حيث ملائمتها ومناسبتها لعينة البحث، وهل صياغتها مناسبة ام تحتاج الى تعديل. واعتمد الباحث نسبة اتفاق (٨٥%) فاكثر بين المحكمين للبقاء على الفقرة او حذفها او تعديلها وهي تقابل قيمة دالة باعتماد مربع كاي بين الموافقين وغير الموافقين على الفقرات ولصالح الموافقين وكما مبين في جدول (٢) وفي ضوء ارائهم وملاحظاتهم تم قبول جميع الفقرات .

لاجل تحقيق اهداف البحث الحالي اقتضى بناء اداة لتعرف على التدفق النفسي وعتمااد اداة اخرى للتفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة.

اولاً: مقياس التدفق النفسي: بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات ذات الصلة، والإطار النظري لتدفق النفسي تبنى الباحثان تعريف ميهالي

تشكزينتهيمالي (Csikszentmihalyi, ١٩٥٧) الذي يتكون من اربع مجالات وبعد تحديد تعريفاتهما؛ تم اعداد (٥) فقرات ممثلة لكل مجال ووضعت له بدائل (تنطبق علي تماماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي أبداً) تعطى الاوزان (٥، ٤، ٣،

الجدول (٢)

قيم كا^٢ المحسوبة والنسب المئوية لآراء المحكمين على استبانته التدفق النفسي

عدد الفقرات	تسلسل الفقرات		غير الموافقين	النسبة المئوية	قيمة كا ^٢	
	الموافقون	الموافقون			المحسوبة	الجدولية
٢٠	١٠	١٠	-	%١٠٠	١٠	١٩،١٨،١٥،١٢،١١،٩،٧،٤،٢،١
	٩	١	١	%٩٠	٦،٤	١٧،٢٠،١٦،١٤،١٣،١٠،٨،٦،٥،٣

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

التحليل الإحصائي الفقرات :

التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياسان وتعتبر القيمة المستخرجة مؤشراً لتمييز الفقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٤٨) واتضح من خلال نتيجة التحليل الإحصائي ان جميع فقرات المقاييس مميزة وجدول (٣) يوضح ذلك.

تم اعتماد اسلوب العينتين المتطرفتين بسحب ٢٧% من الاجابات التي تمثل الدرجات العليا (٦٨) استمارة ، و ٢٧% من الاجابات التي تمثل الدرجات الدنيا (٦٨) استمارة ، لتمثيل المجموعتين المتطرفتين من حجم عينة التمييز البالغة (٢٥٠) طالباً وطالبة، وتم حساب المتوسط والانحراف المعياري وتطبيق الاختبار

جدول (٣)

معاملات تمييز فقرات استبانة التدفق النفسي بأسلوب العينتين المتطرفتين

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة t المحسوبة	المجموعه الدنيا		المجموعه العليا		الفقرات
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
دالة	٤,٦٥٦	٠,٩٠٤	١,٩٥٥	١,٠١٢	٢,٧٥	١
دالة	٤,٥١٨	١,١١٨	٢,٠٥٨	١,٣٥٩	٣,٠٥٨	٢
دالة	٢,٩٧٩	١,١٤٤	١,٩٤١	١,٢١٢	٢,٥٨٨	٣
دالة	٤,٦٨٩	١,١٨٩	٢,٢٥	١,٣١٦	٣,٢٩٤	٤
دالة	٢,٨٠٣	١,٣٥٨	٢,٢٧٩	١,٣٥٤	٢,٩٨٥	٥
دالة	٣,٢٧٣	١,٠٦٣	٢,١٣٢	١,١٠٤	٢,٧٧٩	٦
دالة	٤,٣٢٩	٠,٩٨٤	٢,٥٢٩	١,٠٧١	٣,٣٢٣	٧
دالة	٥,٨٨٧	٠,٩٥٠	١,٨٥٢	١,١٩٦	٢,٩٧٠	٨
دالة	٣,٥٥٩	١,٢٠٠	٢,١٤٧	١,٣٣٠	٢,٩٢٦	٩
دالة	٢,٦٥١	٠,٩٧٥	١,٩٤١	١,٣٦٥	٢,٥٢٩	١٠
دالة	٢,٣٤٦	١,٤٧٧	٣,١٠٢	١,٢٧٩	٣,٧٢٠	١١
دالة	٢,٦٦٦	١,٠٩٠	٢,٢٢٠	١,٠٩٤	٢,٧٦٤	١٢
دالة	٤,٣٢٢	١,٠٥٠	٢	١,٣٠١	٢,٩١١	١٣
دالة	٤,٠٨١	١,٢٥١	٢,٤٥٥	١,٢٤٤	٣,٣٦٧	١٤
دالة	٥,٧٦١	١,٢٩٦	١,٩٨٥	١,٣٩٠	٣,٣٥٢	١٥
دالة	٢,٦٢٤	١,٢٩٤	١,٨٩٧	١,٣٩٧	٢,٥٥٨	١٦

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

دالة	٢,٥٦١	١,٤٤٨	٢,٨٠٨	١,٢٩٨	٣,٤٧٠	١٧
دالة	٢,٧٩٤	١,٢٦٥	٢,٢٦٤	١,٥٥٤	٣	١٨
دالة	٢,٠٤٢	١,٤٠٨	٣,٠٤٤	١,٣١٨	٣,٥٨٨	١٩
دالة	٢,٥١٦	١,٢٣١	٢,٢٧٩	١,١٨٧	٢,٨٥٢	٢٠

مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٨) كون القيم المحسوبة لمعامل الارتباط اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,١٢) وكما مبين في جدول (٤).

كما استخرج الاتساق الداخلي Internal Consistency للمقياس وذلك بحساب معامل ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه باعتماد معامل ارتباط بيرسون حيث تبين ان جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند

(٤)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه لمقياس التدفق النفسي

مستوى الدلالة ٠,٠٥	معامل الارتباط	ت	مستوى الدلالة ٠,٠٥	معامل الارتباط	ت
معنوية	٠,٥١٢	١١	معنوية	٠,٤٥٤	١
معنوية	٠,٣٦٧	١٢	معنوية	٠,٥٤٤	٢
معنوية	٠,٣٨٧	١٣	معنوية	٠,٧٦٧	٣
معنوية	٠,٤٨٠	١٤	معنوية	٠,٤٤٣	٤
معنوية	٠,٤٢٤	١٥	معنوية	٠,٢٩٨	٥
معنوية	٠,٣٨٦	١٦	معنوية	٠,٣٥٥	٦
معنوية	٠,٥٦٧	١٧	معنوية	٠,٤٥٥	٧
معنوية	٠,٤٥٧	١٨	معنوية	٠,٤٠٢	٨
معنوية	٠,٦٠٧	١٩	معنوية	٠,٣٢٤	٩
معنوية	٠,٥٢٣	٢٠	معنوية	٠,٣٤٥	١٠

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

الخصائص السايكومترية للاستبانة

• الصدق :

يشير ايبيل (Ebel ، ١٩٧٢) إلى أن المقياس يعد صادقا ظاهريا إذا ما ظهر ان عباراته تقيس المعرفة او القدرة التي وضع المقياس من اجل قياسها (Ebel، ١٩٧٢ : ٥٥٥). ووفقا لذلك تحقق الباحثان من صدق الاستبانة ظاهريا بعرضها على مجموعه من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية عددهم (١٠) محكما وكما تم توضيحه في صلاحية فقرات الاستبانة، كما تحقق الصدق منطقيا بتعريف كل مجال من مجالات الاستبانة الممثلة لمجالات التدفق النفسي ومدى تمثيل الفقرات للمحور الذي تنتمي

إليه وقد حظيت جميع الفقرات بموافقة المحكمين.

• الثبات :

للتحقق من الثبات تم اعتماد طريقة تحليل التباين باستعمال معادلة الفا - كرونباخ (Cronbach - Alpha) وهي من أكثر المعادلات شيوعا في حساب الثبات بهذه الطريقة اذ تمتاز بنتاسقها وإمكانية الوثوق بنتائجها، وقد عمد الباحثان الى إخضاع جميع استمارات عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٢٥٠) استمارة للتحليل، وقد كانت قيم معامل الثبات كما مبين في الجدول (٥).

جدول (٥)

معامل الثبات باستعمال معادلة الفا - كرونباخ لمكونات استبانته التدفق النفسي

المجال	الاهداف الواضحة	الاندماج والتركيز	فقدان الشعور بالوقت والوعي بالذات	تغذية راجعة وفورية
معامل الثبات	٠،٨٩	٠،٨٠	٠،٩٢	٠،٨٠

وصف مقياس التدفق النفسي بصيغته النهائية :

يتكون المقياس بصيغته النهائية من (٢٠) فقرة توزعت على أربعة مجالات متساوية في عدد فقراتها وهي (الاهداف الواضحة، والاندماج والتركيز، فقدان الشعور بالوقت والوعي

بالذات، تغذية راجعة وفورية) ولكل منها خمسة بدائل هي تنطبق علي تماما، غالبا، أحيانا، نادرا، ولا تنطبق علي أبدا (تعطى الأوزان ٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية، وبذلك فان أعلى درجة كلية للمقياس هي (١٠٠) درجة وأدنى

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

الذي صمم من أجله والإمكانات المفروض توافرها من أجل التطبيق والتصحيح.

ولغرض الإبقاء على فقرات المقياس ومجالاته أستعمل الباحثان اختبار مربع كاي لاختبار دلالة الفروق بين الموافقين وغير الموافقين على صلاحية الفقرات إذ اتضح ان جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١) باستثناء الفقرات (٢ ، ٩ ، ١١) من البعد الاول و(١٠ ، ١١) من البعد الثاني و(٣ ، ٤) من البعد الثالث كون قيمها المحسوبة اقل من قيمة كا^٢ البالغة (٣,٨٤)، وبناءً على ذلك فقد استبعدت (٧) فقرات ، وبهذا أصبح المقياس يتألف من (٤٨) فقرة. وكما موضح في جدول (٦).

درجة هي (٢٠) والمتوسط النظري للمقياس هو (٦٠) درجة .

ثانياً . مقياس التفكير الإيجابي :

تبنى الباحثان مقياس منشد (٢٠١٣) دون اجراء أي تعديل عليه لأنه يتناسب مع مجتمع البحث الحالي حيث عُرضَ المقياس بصورته الأولى (٥٥) فقرة وبخمس بدائل هي (تنطبق علي تماماً، غالباً، أحياناً، نادراً ، ولاتنطبق علي أبداً) على (١٠) محكماً من المختصين بالعلوم التربوية والنفسية ويعدّ هذا الإجراء نوعاً من أنواع صدق المحتوى إذ تمثل ظاهرياً بالحكم على مدى ملائمة الاختبار لما يقيس ولمن يطبق عليهم كما تمثل منطقياً بوضوح الفقرات ومدى علاقتها بالقدرة أو السمة أو البعد الذي يقيسه المقياس، كما ينظر بتعليماته والزمن المحدد ومدى اتفاهه مع إطار مجتمع الأفراد

جدول (٦)

قيم كا^٢ المحسوبة والنسب المئوية لآراء المحكمين على استبانته التفكير الإيجابي

الابعاد	الفقرات	عدد الخبراء	اراء الاخبراء		قيمة كا ^٢	النسبة المئوية
			موافق	غير موافق		
الاول	١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣	١٠	١٠	صفر	١٠	١٠٠
	٢ ، ٩ ، ١١	١٠	٧	٣	١,٦	٧٠
	١ ، ٢ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢	١٠	٩	١	٦,٤	٩٠
الثاني	١١ ، ١٠	١٠	٦	٤	٠,٦	٦٠
الثالث	١ ، ٢ ، ٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ، ١١ ، ١٢	١٠	١٠	صفر	١٠	١٠٠
	٣ ، ٤	١٠	٥	٥	صفر	٥٠

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة

٩٠	٦,٤	١	٩	١٠	٨,٧,٦,٥,٤,٣,٢,١	الرابع
١٠٠	١٠	صفر	١٠	١٠	١٠,٩,٨,٧,٦,٥,٤,٣,٢,١	الخامس

من خلاله اتضح جميع الفقرات مميزة عند مستوى (٠,٠٥) عدا الفقرة (١٠) من البعد الاول والفقرة (١٠) من البعد الثاني لان القيمة التائية المحسوبة اقل من الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٨) وجدول (٧) يوضح ذلك.

• التحليل الاحصائي.

بهدف الكشف عما إذا كانت الفقرات قادرة على التمييز بين الأفراد أم غير قادرة ، تم تطبيق المقياس على عينة من مجتمع البحث، والتي بلغت (٢٥٠) طالبا وطالبة ، وتم تحليل البيانات على وفق اسلوب المجموعتين المتطرفتين تم تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، والذي

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه لمقياس التفكير الإيجابي

مستوى الدلالة ٠,٠٥	قيمة المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرات	الابعاد
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
دالة	٢,٨٥٥	١,٤٦٨	٢,١٤٧	١,٥٣٤	٢,٩٤١	١	التوقعات الإيجابية نحو المستقبل
دالة	٢,٤٩٨	١,٤٩٥	٢,٠٥٨	١,٥٦٣	٢,٧٧٩	٢	
دالة	٢,٨٩٨	١,٣٨٦	١,٧٥	١,٥٢٠	٢,٥٢٩	٣	
دالة	٣,٨٥٣	١,٥٢٧	١,٨٩٧	١,٥٣٠	٢,٩٥٥	٤	
دالة	٣,٩٥٨	١,٤٠٩	١,٧٩٤	١,٤٤٨	٢,٨٠٨	٥	
دالة	٤,١٦٦	١,٥٤٦	١,٨٩٧	١,٥٧٢	٣,٠٥٨	٦	
دالة	٢,٧٩٤	١,٤٧٨	١,٨٠٨	١,٤٦٩	٢,٥٧٣	٧	
دالة	٣,٧٦٣	١,٣٩٧	٢,٠٤٤	١,٥٤٩	٣,٠٤٤	٨	
دالة	٥,٥٧٥	١,٢٤٤	١,٧٧٩	١,٥٨٢	٣,١٧٦	٩	
غير دالة	١,٣٦٣	١,٣٥٦	٢,١٦١	١,٥٢٨	٢,٥٨٨	١٠	
دالة	٢,٥٠٦	١,٤٥٥	٢	١,٥٩١	٢,٧٢٠	١	المشاعر الإيجابية
دالة	٥,٦٣٧	١,٢٢٠	١,٦٣٢	١,٥٧٣	٣,٠٢٩	٢	
دالة	٤,١٠٣	١,٢٧٠	١,٧٠٥	١,٥٢٢	٢,٧٣٥	٣	

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة

دالة	٧,٤٥٦	١,١٨٨	١,٥٧٣	١,٤٤٦	٣,٢٩٤	٤	(السعادة)
دالة	٣,٠٢٤	١,٣٠٥	١,٧٠٥	١,٤٩١	٢,٤٨٥	٥	
دالة	٣,٦٣٠	١,٥٣١	٢,٢٠٥	١,٥٦٣	٣,٢٢٠	٦	
دالة	٢,٤٩٦	١,٥٠٨	٢,١٩١	١,٥٥٢	٢,٩١١	٧	
دالة	٢,٧٧١	١,٥٠١	٢,١١٧	١,٢٨٨	٢,٨٣٨	٨	
دالة	٣,٤٠٥	١,٤١١	١,٩١١	١,٤٤٠	٢,٧٩٤	٩	
غير دالة	٠,٤٤٥	١,٧١٥	٣,١٦١	١,٤١٧	٣,٤٢٦	١٠	
دالة	٢,٩٤٢	١,١٦١	٢,١١٠	١,٢٤١	٢,٧٢٣	١	مفهوم الذات الإيجابي
دالة	٤,٩٤٥	١,٥٢٤	٢,٠٥٨	١,٤٦٥	٣,٣٦٧	٢	
دالة	٤,٩٣١	١,٢٦٢	١,٧٥	١,٤٢٨	٢,٩٢٦	٣	
دالة	٣,٢٢٩	١,٥٥٧	٢,٤١١	١,٣٨٠	٣,٢٧٩	٤	
دالة	٣,٢٤١	١,١٥٣	١,٧٩٤	١,٤١٨	٢,٥٥٨	٥	
دالة	١٠,٤٢٦	٠,٦٧٠	١,٢٩٤	١,٤٦٣	٣,٣٥٢	٦	
دالة	٦,٠٢٥	١,٢٩٩	١,٦٦١	١,٤٧٥	٣,١٣٢	٧	
دالة	٥,١١١	١,٤٢٠	١,٧٩٤	١,٤٧٧	٣,١٠٢	٨	
دالة	١,٥٤١	١,٤٥٤	١,٩٤١	١,٢٨١	٢,٣٨٢	٩	
دالة	٥,٠١٤	١,٣٩٩	١,٨٣٨	١,٦١٠	٣,١٧٦	١٠	
دالة	٣,٠٦٧	١,٢٦٥	١,٦٦١	١,٣٩٥	٢,٤١١	١	الرضا عن الحياة
دالة	٤,٢٩٥	١,٤٦١	١,٨٨٢	١,٤٥٥	٣	٢	
دالة	٢,٠١٦	١,٥٩١	٢,٢٧٩	١,٥٣٧	٢,٨٩٧	٣	
دالة	٤,١٠٩	١,٤٥٩	٢,٢٥	١,٤٦٠	٣,٣٢٣	٤	
دالة	٤,٣١٠	١,٢٢٨	٢,١١٧	١,٤٧٢	٣,١٦١	٥	
دالة	٤,٨٧٧	١,٣٣٣	٢,١٦١	١,٤٢٢	٣,٣٥٢	٦	
دالة	٣,١١٠	١,٣٠٣	٢,١٣٢	١,٥٢٤	٢,٩٤١	٧	
دالة	٢,٨٧٧	١,٣٥٧	٢,٠٨٨	١,٤٩٢	٢,٨٣٨	٨	
دالة	٥,٧٢٨	١,٠١١	١,٦٩١	١,٥٨٣	٣,٠٢٩	١	المرونة الإيجابية
دالة	٣,٥٦٣	١,٣٨٦	٢,٣٢٣	١,٥٧٢	٣,٢٧٩	٢	
دالة	٥,٥٠٠	١,٠٣١	١,٨٣٨	١,٤٧٩	٣,٠٧٣	٣	
دالة	٤,٧١٨	١,٢٨٦	١,٩٥٥	١,٥١٥	٣,١٣٢	٤	
دالة	٧,٤٢١	٠,٨١٩	١,٥	١,٤٥٥	٣,٠٢٩	٥	
دالة	٢,٧٤٥	١,٤٣٩	٢,٢٥	١,٤٩٦	٣	٦	
دالة	٢,٠٩٩	١,٣٦١	٢,١٠٢	١,٥١٨	٢,٦٩١	٧	
دالة	٣,٠٢٥	١,١٠٠	١,٧٩٤	١,٥١٠	٢,٥٢٩	٨	
دالة	٤,١٥٠	٠,٨٣١	١,٣٩٧	١,٣٩٧	٢,٢٥	٩	
دالة	٥,٢٩٣	١,٢١٨	١,٦٤٧	١,٥٣٤	٢,٩٤١	١٠	

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

ان جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٤٨) كون القيم المحسوبة لمعامل الارتباط اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,١٢٤) وكما مبين في جدول (٨).

و لمعرفة فيما إذا كانت الفقرات تسير في الاتجاه ذاته الذي يسير فيه المقياس كله، استخرج الاتساق الداخلي Internal Consistency للمقياس وذلك بحساب معامل ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه باعتماد معامل ارتباط بيرسون حيث تبين

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه لاستبانة التفكير الإيجابي

المرونة الإيجابية		الرضا عن الحياة		الذات الإيجابي		المشاعر الإيجابية		التوقعات الإيجابية نحو المستقبل	
معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط	ت
٠,٤٦	١	٠,٣٤	١	٠,٣٤	١	٠,٥١	١	٠,٣٣	١
٠,٣٦	٢	٠,٤٣	٢	٠,٤٥	٢	٠,٦٥	٢	٠,٥٥	٢
٠,٣٢	٣	٠,٤٣	٣	٠,٣٣	٣	٠,٥٦	٣	٠,٢٤	٣
٠,٤١	٤	٠,٤٤	٤	٠,٥١	٤	٠,٣١	٤	٠,٤٦	٤
٠,٣٤	٥	٠,٣٤	٥	٠,٣٤	٥	٠,٣٤	٥	٠,٣٤	٥
٠,٥٤	٦	٠,٣٣	٦	٠,٤٣	٦	٠,٣٩	٦	٠,٣٧	٦
٠,٤٣	٧	٠,٥٥	٧	٠,٣٣	٧	٠,٣٤	٧	٠,٤٥	٧
٠,٥٤	٨	٠,٢٤	٨	٠,٣٧	٨	٠,٤٤	٨	٠,٣٤	٨
٠,٣٢	٩	-	-	٠,٤٥	٩	٠,٥٤	٩	٠,٤٥	٩
٠,٤١	١٠	-	-	-	-	٠,٣٧	١٠	-	-

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

الثبات :

أحيانا، نادرا، ولا تنطبق علي أبدا (تعطى الأوزان (٥ - ٤ - ٣ - ٢ - ١) للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية، وبذلك فان أعلى درجة كلية للمقياس هي (٢٣٠) درجة وأدنى درجة هي (٤٦) والمتوسط النظري للمقياس هو (١٣٨) درجة .

تم استخراج الثبات لمقياس لمقياس التفكير الايجابي باستعمال معادلة الفا - كرونباخ اذ خضعت درجات استمارات العينة (٢٥٠) استمارة للتحليل الإحصائي وقد بلغ معامل الثبات لبعث التوقعات الايجابية (٠،٨١) والمشاعر الايجابية (٠،٨١) ومفهوم الذات الايجابية (٠،٨٢) والرضا عن الحياة (٠،٨٥) والمرونة الايجابية (٠،٨٢) في حين بلغ معامل الثبات للمقياس الكلي (٠،٨٣) وبذلك يعد المقياس متسق داخليا ويتمتع بثبات جيد يمكن الركون اليه .

عرض نتائج البحث وتفسيرها

الهدف الأول : التعرف الى مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة .

وصف مقياس التفكير الايجابي بصيغته النهائية :

لتحقيق هذا الهدف طبقت استبانته التدفق النفسي بمجالاتها الأربعة على عينة مكونة من (٤٠٠) طالبا وطالبة ومن خلال مقارنة المتوسط المحسوب مع المتوسط الفرضي باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) اذ كانت القيم التائية المحسوبة (١١،٠٨) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١،٩٦) وباتجاه المتوسط المحسوب وكما مبين في جدول (٩) .

يتكون المقياس بصيغته النهائية من (٤٦) فقرة توزعت على خمسة ابعاد هي { التوقعات الإيجابية نحو المستقبل (٩) فقرة و المشاعر الإيجابية (السعادة) (١٠) فقرة ومفهوم الذات الإيجابي (٩) فقرات و الرضا عن الحياة (٨) فقرات والمرونة الإيجابية (١٠) فقرات } ولكل منها خمسة بدائل هي تنطبق علي تماما، غالبا،

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

جدول (٩)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لاستبانة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة

المتغير	عدد العينة	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة t المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	٤٠٠	٦٠	٦٩,٠٧	١٦,٤١	٣٩٩	١١,٠٨	١,٩٦	دالة

هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المتعلم مرتفعة وايضاً تكون المهام والتحديات التي يواجهها مرتفعة (Csikszentmihaly, ١٩٩٠ : ٧).

الهدف الثاني: التعرف الى مستوى التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف تم حساب القيمة التائية باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة واتضح أن القيمة التائية المحسوبة (٤,٣٩) اكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) ودلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩) وكما مبين في جدول (١٠).

وهذه النتيجة تنطبق مع الاطار النظري لنظرية ميهالي حيث ويرى هناك علاقة وثيقة بين حالة التدفق والتعليم الجامعي على وجه التحديد نجد ان المتعلمين يكونون عادة امام ثلاث احتمالات بناء على مضامين مفهوم التدفق النفسي:

اولاً: ما يعرف بحالة القلق والخوف من الفشل وتتحقق لدى المتعلم عندما تكون مستوى قدراته ومهارته منخفضة.

ثانياً: حالة الملل وما يرتبط بها من فتور ولا مبالاة وتفریط في الاداء التعليمي وتتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المتعلم مرتفعة ويواجه بمهام او تحديات تعلم منخفضة.

ثالثاً: حالة التدفق وما يرتبط بها من نشوة وابتهاج واندفاع باتجاه التجويد والابداع وتتحقق

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

جدول (١٠)

القيم التائية لدلالة الفروق بين المتوسط المحسوب والمتوسط النظري لمقياس التفكير الإيجابي.

المتغير	عدد العينة	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
التفكير الإيجابي	٤٠٠	١٣٨	١٤٤,٨٦	٣٠,٧٤	٣٩٩	٤,٣٩	١,٩٦	٠,٠٥

التفكير الإيجابي (إبراهيم ، ٢٠١١ : ٣٨٧). وهذه النتيجة تنطبق مع النتيجة التي توصلت إليها دراسة منشد (٢٠١٣)

ثالثاً : التعرف الى مستوى الفروق في التدفق النفسي تبعا لمتغيرات الجنس- والتخصص لدى طلبة الجامعة.

لأجل تحقيق هذا الهدف استعمل تحليل التباين الثنائي للكشف عن الفروق بين المتغيرات المشار إليها وتفاعلاتها مع بعضها البعض وكما مبين في جدول (١١) .

تشير النتيجة في الجدول اعلاه الى وجود تفكير ايجابي لدى الطلبة وهذه النتيجة تنطبق مع ما اشارة الية نظرية سلجمان حيث اكدت ان كل من التفاؤل والتشاؤم هما أسلوبان في التفكير، لتفسير الوقائع والأحداث ، وحيث اشار سليجمان إن هذا الأسلوب التفاؤلي أو التشاؤمي في تفكير المتعلم، فإنه يمكن إعادة تعلمه، واستبداله من خلال أساليب تدريبية علاجية. بمعنى اخر ان للتنشئة الاجتماعية والخبرة المهنية والاجتماعية والمستوى التعليمي الذي وصل الية الطلبة ذو اثر كبير على تنمية

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة

جدول (١١)

نتائج تحليل التباين الثنائي للفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات الجنس، والتخصص.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة f المحسوبة	قيمة T الجدولية	الدلالة
الجنس	٥٥٨,٠٦٥	١	٥٥٨,٠٦٥	٢,٩٣٨	٣,٨٤	غير دالة
التخصص	١٨٥٦,٢٢١	١	١٨٥٦,٢٢١	٩,٧٧٣		دالة
التخصص * الجنس	٧٢,٣٦٨	١	٧٢,٣٦٨	٠,٣٨١		غير دالة
الخطأ	٧٥٢١٣,١٩٠	٣٩٦	١٨٩,٩٣٢			
الكلية	١٦٢٠,٢٨٩,٠٠٠	٤٠٠				

ومن خلال الجدول اعلاه اتضح عدم وجود فروقا دالة احصائياً بين متوسط درجات أفراد العينة في التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٢,٩٣٨) درجة، وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجتي حرية (٣٩٢,١)، ويمكن ان تعزى النتيجة الى المرحلة الدراسية التي وصل اليها كلا الجنسين.

كما ظهرت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في التدفق النفسي وفقاً لمتغير التخصص (علمي، إنساني)، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٩,٧٧٣)، وهي اكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وباتجاه التخصص العلمي. إذ بلغ الوسط الحسابي (٦٤,٤١) واكبر من الوسط الحسابي للتخصص الانساني

ورابعا: التعرف الى مستوى الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات التفكير الإيجابي (عالي، واطئ) والجنس لدى طلبة الجامعة :

ولمعرفة دلالة الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات التفكير الإيجابي والجنس والتخصص، استخدم الباحث تحليل التباين الثلاثي وكما موضح في جدول (١٢).

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

جدول (١٢)

القيم التائية المحسوبة والجدولية لمحددات للتدفق النفسي على وفق متغيرات الجنس (ذكور، اناث) والتخصص (علمي، انساني) والتفكير الايجابي (عالي، واطئ).

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
الجنس	١٥٣١,١١٨	١	١٥٣١,١١٨	٦,٨٣٣	٣,٨٤	دالة
التخصص	٣٦٧٩,٨١٣	١	٣٦٧٩,٨١٣	١٦,٤٢٢		دالة
التفكير الايجابي	٢٧٠٠,٨٤٨	١	٢٧٠٠,٨٤٨	١٢,٠٥٣		دالة
التخصص × الجنس	١٠٤٨,٦١٨	١	١٠٤٨,٦١٨	٤,٦٨٠		دالة
الجنس * التفكير الايجابي	٧٨٨,٠٥٣	١	٧٨٨,٠٥٣	٣,٥١٧		غير دالة
التخصص * التفكير الايجابي	٦٢٠,٩٧٧	١	٦٢٠,٩٧٧	٢,٧٧١		غير دالة
الجنس * التخصص * التفكير الايجابي	٠٠٠٠	٠	٠	٠	غير دالة	
Error	٤٦٨٣٢,٤١٢	٢٠٩	٢٢٤,٠٧٩			
Total	٩٢٨٨٧٨,٠٠	٢١٦				
Corrected Total	٥٤٦٠٦,٨٧٠	٢١٥				

يعود إلى أساليب التنشئة الاجتماعية والدور الاجتماعي للفرد خاصة وان عطاء الفرد (الذكر) الاستقلالية الذاتية وشعوره بها يُزد من ثقته بنفسه واعتماده على ذاته وهو ما أدى إلى زيادة قدرته على التعامل مع البيئة المحيطة به بفاعلية ايجابية.

كما وإشارة النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة وفقاً لمتغير التخصص (علمي، إنساني)، إذ بلغت

ومن ملاحظة جدول (١٢) يتبين هناك فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات أفراد العينة في وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٦,٨٣٣) درجة، وهي أعلى من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٤) درجة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح الذكور؛ إذ كان الوسط الحسابي لدرجاتهم (٦٣,٩٧٧)، وهو اكبر من الوسط الحسابي لدرجات الإناث البالغ (٦٠,٣٤٦)، وهذا ربما

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

والتميز. اي عندما يكون هناك نوع من التوازن بين مستوى المهارة ومستوى التحدي الذي تفرضه المهمة خاصة المهام ذات الاهداف الواضحة والتي يتحصل له بموجب التفاعل معها تغذية راجعة فورية. ومع توافر هذا الاحساس يفضي الى حالة من التركيز التام في واقع الامر على مواجهة التحدي بما لا يترك مجال للتفكير في اي شيء اخر (Csikszentmihaly, 1997, : 34. في ما اشارة أشار كل من سليجمان وآخرون (Seligman et, al. 1998) الى أن التفاؤل يعد بعداً رئيسياً في الشخصية التي تفكر بإيجابية ، اذ يرتبط التفكير الايجابي بالتوقعات الإيجابية التي لا تتعلق بموقف معين فهو يحدد للناس الطريق لتحقيق أهدافهم : 162)

. (Seligman & Pawelski, 2003).

وكشفت النتائج أيضاً عن جود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لتفاعل الجنس (ذكور، إناث) مع التخصص الدراسي (علمي، إنساني)، إذ بلغت القيمة الفئوية المحسوبة للتفاعل (4,280)، درجة وهي اكبر من القيمة الفئوية الجدولية البالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (392,1)، ولمتابعة الفرق استعمل الباحث اختبار (LSD) لأقل فرق معنوي لمعرفة دلالة الفروق في التدفق النفسي داخل التفاعل. وكما مبين في جدول (13)

القيمة الفئوية المحسوبة (16,422)، وهي اكبر من القيمة الفئوية الجدولية البالغة (3,84) وباتجاه التخصص العلمي، إذ بلغ الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة التخصص العلمي (67,822)، فيما بلغ الوسط الحسابي لدرجات التخصص الإنساني (57,462)، ويعني ذلك ان طلبة الأقسام العلمية لديهم تدفق نفسي ايجابي أكثر من الأقسام الإنسانية، وهذا يرجع الى أنهم يتعاملون اكثر مع العمليات المعرفية التي تتطلب تركيزاً واندماجاً عالياً من الطلبة ذوي الأقسام الإنسانية، وذلك لأختلاف المناهج الدراسية، وطرائق تدريسها. كذلك اتضحت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير التفكير الايجابي (عالي، واطئ) حيث بلغت القيمة الفئوية المحسوبة (12,053)، وهي اكبر من القيمة الجدولية (3,84) وباتجاه من يملكون تفكير ايجابي عالي، اذ بلغ الوسط الحسابي لدرجات التفكير الايجابي العالي (63,816)، وهو اكبر من التفكير الايجابي الواطئ (60,467). وهذه النتيجة تشير ان الذين لديهم حالة من التدفق يكون لديهم تفكير ايجابي عالي وهذه النتيجة تنطبق مع الاطار النظري لنظريتان حيث يرى تشكر ينتميها ان حالة التدفق تتحقق عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام ذات طبيعة متحدية تتطلب تركيزاً ومثابرة والتزاماً او تعهداً شخصياً بانجازها بمستوى مرتفع الجودة

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

مستوى الدلالة	قيمة [شيد فية الجدولية	إناث	ذكور	إناث	ذكور علمي	الأوساط الحاسوبية	الفئات
		أنساني	أنساني	علمي	علمي		
		٥٤,٥٩٧	٦٦,٠٩٥	٦٠,٣٢٦	٦٠,٣٢٦		
٠,٠٥	٤,٤٨٧	١٦,٦٨١	٥,١٨٣	١٠,٩٥٢	-	٧١,٢٧٨	ذكور علمي
		٥,٧٢٩	٥,٧٦٩	-	-	٦٠,٣٢٦	إناث علمي
		١١,٤٩٨	-	-	-	٦٦,٠٩٥	ذكور أنساني
		-	-	-	-	٥٤,٥٩٧	إناث أنساني

التوصيات : وفقا لنتائج البحث يضع

الباحثان التوصيات الآتية :

- ان تتبنى الجامعات اقامة الدورات والبرامج لتنمية التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة .
- الاستفادة من المقاييس التي تم اعتمادها في هذ البحث بهدف تشخيص مكونات التدفق النفسي وكذلك التفكير الايجابي للاسهام في تنشيط او اعادة نظر لما هو ضعيف منها .
- كما يمكن وضع مجموعة من المقترحات تتمثل - اجراء دراسة ارتباطية عن العلاقة بين التدفق النفسي والدافعية العقلية لدى طلبة الجامعة .
- والكشف عن العلاقة بين التفكير الايجابي ومستوى الطموح لدى طلبة الجامعة .
- اجراء دراسة المتغيرين على شريحة اجتماعية اخرى.

ومن خلال الجدول اعلاه يلاحظ وبشكل عام هناك فروق معنوية في التدفق النفسي بين ذكور علمي والاناث العلمي والانساني والذكور الانساني ولصالح الذكور العلمي، وتعزى هذه النتيجة الى سببين اولهما يتعلق بالمناهج الدراسية وطرائق التدريس وثانياً: يرجع الى خبرات الفرد ونمط تنشئته الاجتماعية والثقافية خاصة وان المجتمع العراقي ذات طابع ذكوري. وبالعودة الى جدول (١٢) أشارت النتائج النهائية لتفاعل الثنائي (الجنس والتفكير الايجابي) والتفاعل الثنائي (التخصص والتفكير الايجابي) والتفاعل الثلاثي بين الجنس والتخصص والتفكير الايجابي؛ عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وذلك لان القيمة الفائية المحسوبة اقل من القيمة التائية الجدولية بالتفاعلات الثلاثة الاخيرة.

المصادر:

- اتجاه الذات والمجتمع في ضوء السنة النبوية، كلية التربية جامعة البارحة.
- السلطاني، عزيمة عباس (٢٠١٠): تأثير منهج ارشادي لتنمية التفكير الايجابي على التصور الذهني للاعبى الشباب بكرة السلة، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد (٣) المجلد الثالث.
- ملح، سامي محمد (٢٠٠٠) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط١، دار المسيرة للنشر ، عمان .
- منشد، حسام محمد (٢٠١٣): التفكير الإيجابي وعلاقته بأساليب التعامل مع الضغوط النفسية لدى المعلمين، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية_ جامعة كربلاء.
- Eble ،R. L. (١٩٧٢) : *Essentials of Education Measurement* ، New Jersey, ٢nd , prentice-Hall.
- Csikszentmihalyi, M. (١٩٥٧): *the psychology of optimal experience*. New York. : Harper & Row
- ابراهيم، عبد الستار (٢٠١١) : (العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث) اساليب وميادين تطبيقه، الهيئة المصرية العامة للكتب، القاهرة.
- ابو حلاوة، محمد السعيد (٢٠١٣): حالة التدفق (المفهوم والابعاد والقياس)، اصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، العدد ٢٩.
- أبو عطية، سهام درويش (١٩٩٨): مبادئ الإرشاد النفسي، دار القلم، بيروت.
- البرزنجي، زكريات (٢٠١٠): التفاؤل والتشاؤم وعلاقته بمفهوم الذات وموقع الضبط، ط١، دار الصفاء للنشر والتوزيع، عمان- الاردن.
- حجازي ، مصطفى (٢٠٠٥): الانسان المهدور، ط١، المركز الثقافي العربي، بيروت.
- حجازي، مصطفى (٢٠١٢): أطلاق طاقات الحياة: قراءة في علم النفس الايجابي، التنوير، بيروت.
- الرقيب، سعيد بن صالح (٢٠٠٨): أسس التفكير الايجابي وتطبيقاته

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

- ———, (١٩٩٠): *Flow: The psychology of optimal experience*. New York; Harper & Row.
- ———, (١٩٩٦): *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper Collins.
- ———, (١٩٩٧): *Finding Flow: The psychology of optimal experience engagement with everyday life*. New York; Basic Books
- Seligman, M. (٢٠٠٢): positive psychology, positive prevention and positive therapy, In C.R. Snyder & S.J. Lopez(Eds). *The Handbook of psychology* (pp: ٣-٩). New York: Oxford University press.
- ———, & Pawelski, j. o. (٢٠٠٣): Positive psychology : FAQs. *Psychological inquiry*. ١٤, ١٥٩-١٦٣.

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

ملحق (١)

مقياس التدفق النفسي المعروض على الخبراء

جامعة القادسية/ كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الأستاذ الفاضل.....المحترم

يروم الباحثان بناء مقياس التدفق النفسي (Flow State) وذلك ضمن إجراءات دراستهما الموسومة بـ(التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة)، ولتحقيق أهداف البحث تبنى الباحثان تعريف ميهالي تشكزينتهيمالي (Csikszentmihalyi, 1957) "هو شعور الأفراد عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل او المهمة التي يقومون بها" (Csikszentmihalyi, 1957:36). وبناءً على ما تضمنه التعريف، حددت مجالات المقياس كالآتي:

- الاهداف الواضحة .
- الاندماج والتركيز.
- فقدان الشعور بالوقت والوعي بالذات.
- تغذية راجعة وفورية.

بالنظر لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال البحث العلمي، فإن الباحثان يرجوان منكم ابداء آرائكم حول صلاحية الفقرات منعدمها لقياس ما وضعت لقياسه مع اجراء التعديل الذي ترونه مناسباً او اضافة اية فقرات اخرى ترتوئها. فضلاً عن أن بدائل المقياس اخذ تدرجا خماسياً هي: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، ابدأ)، وتأخذ الأوزان التالية: (١، ٢، ٣، ٤، ٥) للفقرات الايجابية وبعكسه يكون للفقرات السلبية.

مع أصدق الاحترام.

الباحث

م. م. انس اسود شطب

أ. د. عبد العزيز حيدر

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

□□□ الأهداف الواضحة □: أهداف واضحة قابلة للإنجاز في ضوء قدرات ومهارات الفرد.			
ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة
•	اشعر ان الخطوات لإنجاز اي مهمة تعطى لي واضحة.		
•	ارى ان النشاط الي اكلف به ليس فيه تفاصيل واضحة.		
•	لدي القدرة على انجاز الوجببات التي اكلف بها بإتقان.		
•	احاول اقتراح بعض الحلول التي تساعد الاخرين على انجاز عمالهم.		
•	اشعر بالارتياح عندما يكلفني الاخرون لإنجاز عمل ما.		

□□□ الاندماج والتركيز : اندماج الشخص وتركيزه في نشاط معين وانغماسه التام فيه.			
ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة
•	اندماج بالمهمة المكلف بها وأكاد لا ارى سواها.		
•	اركز على تفاصيل النشاط الذي انا فيه.		
•	ارتب خطوات انجاز العمل حسب أهميته .		
•	المهمة التي اقوم بها تبعدني عن سلوك الاخرين من حولي		
•	اجد نفسي منسجما بإنجاز المهمة المكلف بها.		

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

فقدان الشعور بالوقت والوعي بالذات الإحساس بسرعة الوقت وعدم الانتباه الى المتطلبات الذاتية.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
•	اشعر ان الوقت يمضي سريعا وانا انجز المهمة التي اكلف بها.			
• •	لا انتبه الى اشباع حاجاتي الشخصية عندما اكون منهمكا في انجاز نشاط ما. الوقت ممتع اثناء اداء المهمة المكلف لها.			
• •	اكاد انسى نفسي اثناء قيامي بعمل ما. اشعر بالملل عند اداء مهمة اكلف بها			

تغذية راجعة وفورية وضوح النجاح والفشل وتعديل الفرد لأفعاله تبعا لذلك.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
•	لدي القدرة لتعديل خطواتي لتحقيق اهداف المهمة.			
• • • •	الفشل يراودني قبل القيام بأي مهمة أكلف بها. اشعر بالارتياح عندما ارى نفسي اسير بالاتجاه الصحيح في انجاز اي نشاط ما. انتقاد الاخرين لعملي يربك انجازي للمهمة. احساسي بنجاح الخطوة الاولى لإنجاز المهمة تحفزني الى خطوات اخرى أكثر ايجابية.			

ملحق (٢)

جامعة القادسية / كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

استبانة آراء المحكمين على مقياس التفكير الإيجابي

الأستاذ الفاضل الدكتور المحترم

تحية طيبة :

يروم الباحثان إجراء دراسة تحت عنوان (التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث تبني الباحث مقياس التفكير الإيجابي (Positive Thinking) المعد من قبل منشد (٢٠١٣) والذي عرف التفكير الإيجابي بأنه " قدرة الفرد الواعية باستعمال العقل بطريقة إيجابية فعالة ذات طابع تفاؤلي في معالجة المشكلات الحياتية والتغلب عليها بطريقة تشعر الفرد بالرضا والتقبل الإيجابي للذات". (منشد، ٢٠١٣ : ١٢)

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية عالية في هذا المجال ، يتوجه الباحثان إليكم للاستعانة بآرائكم ومقترحاتكم السديدة إذ يضع بين أيديكم مجالات المقياس التي حددت في ضوء التعريف أعلاه راجياً الحكم على مدى صلاحيتها من عدمها وتعديل ما ترونه مناسباً .

علماً أن بدائل المقياس هي (تنطبق عليّ دائماً ، تنطبق عليّ غالباً، تنطبق عليّ الى حد ما ، لا تنطبق عليّ ، لا تنطبق عليّ ابدأً)

ولكم اصدق الاحترام.

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

البعد الأول : التوقعات الإيجابية نحو المستقبل: ويعني هذا البعد التوقعات الإيجابية بتحقيق مكاسب في مختلف جوانب حياة الشخص، الصحية، والاجتماعية والمهنية.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١-	بيدي أن اجعل حياتي مشوقة			
٢-	أعتقد أن حياتي ستكون دائماً سعيدة وراضية.	استبعدت		
٣-	أعتقد أن الغد أفضل من اليوم.			
٤-	ألمي كبير في المستقبل.			
٥-	إذا فشلت مرة فسأنجح في المرة القادمة.			
٦-	أشعر بالطمأنينة عندما أتصور ما ستكون عليه حياتي بعد ١٠ أعوام.			
٧-	مصائب اليوم تكون لها فوائد في المستقبل.			
٨-	أعمل والأمل يملؤني في ما خفي من الأمور.			
٩-	أتوقع الأحسن عادة حتى في الظروف الصعبة.	تم استبعادهما		
١٠-	أؤمن بالفكرة القائلة : بعد العسر يسرا.			
١١-	أنا أميل إلى التفكير سأكون أفضل حالاً في السنوات القادمة.			
١٢-	أتوقع تزايد الشعور بالأمن والطمأنينة في المستقبل.			
١٣-	سوف أشغل منصباً مرموقاً في الأعوام القادمة.			

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

البعد الثاني: المشاعر الإيجابية (السعادة)- ويعني التفاعل والانفتاح على البيئة ومستجداتها وإقامة العلاقات والروابط سواء العاطفية منها أو علاقات التعاون والعطاء.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١-	أتصرف بمشاعر المودة (الحب) مع زملائي.			
٢-	بإمكاني أن أتحكم في غضبي بسهولة.			
٣-	ليس من عادتي أن أفعل حتى وإن أراد أحد إثارتي.			
٤-	أتسامح بسرعة حتى مع من يخطئون في حقي.			
٥-	لا أسمح للخوف أن يضيع أهدافي.			
٦-	ليس بالضرورة أن أنجح في كل ما أفعله.			
٧-	لا أسمح لأخطائي أن تحبط عزيمتي.			
٨-	مزاجي طيب بغض النظر عن أي ظروف خارجية.			
٩-	لا تعوقني المادة وقلّة الثروة عن الاستمتاع بحياتي.			
١٠-	أبدي حبي بسهولة للآخرين بدون حرج.			تم استبعادهما
١١-	أشعر بالراحة عندما يبدي أحدهم مشاعر الحب نحوّي وأبادلهم الحب بالحب.			
١٢-	لا يوجد إنسان شرير تماماً.			

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

البعد الثالث: مفهوم الذات الإيجابي: نظرة الفرد الإيجابية نحو ما يمتلكه من أفكار وقوى ومعتقدات

وقدرات متنوعة (جسمية وعقلية واجتماعية).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١-	تصرفاتي مع زملائي تتسم بالحكمة والتفاهم.			
٢-	يحمل الآخرون عني أفكار طيبة .			
٣-	أعتقد أنني صبور.			تم استبعادهما
٤-	يمكنني أن أتحكم في غضبي.			
٥-	أقبل ذاتي من دون شكوى.			
٦-	أقبل نفسي حتى لو تعرضت لنقد الآخرين.			
٧-	أنا متسامح مع نفسي ولا ألومها كثيراً.			
٨-	أعتقد أنني قادر على تحقيق طموحاتي.			
٩-	أعتقد بأنني موفق فيما أقوم به من عمل.			
١٠	أعتقد أنني محبوب من الآخرين.			استبعدت
-				
١١	استطيع حل مشاكلي الشخصية بالاعتماد على قدراتي الخاصة.			
-				
١٢	أشعر أن قدراتي كافية في مواجهة الإحباطات.			
-				

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

البعد الرابع: الرضا عن الحياة: تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقيمه والتي من خلالها يقارن الفرد لظروف حياته بالمستوى الأمثل الذي يعتقدُهُ .

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١-	أرى أنني شخص ذو أهمية في المجتمع .			
٢-	أشعر بالرضا لان الأمور تسير دائماً في صالحتي .			
٣-	أشعر بالرضا عن حياتي .			
٤-	أنا راض تماماً عما لدي من أشياء وممتلكات.			
٥-	استمتع بالعمل الذي أقوم به لأنه يتناسب مع طموحاتي.			
٦-	أنا راض تماماً عما لدي من مهارات وإمكانيات.			
٧-	أشعر بالطمأنينة لأنني حققت معظم أهدافي في الحياة.			
٨-	أعتقد أن حياتي تسير على ما يرام.			

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

البعد الخامس: المرونة الإيجابية: قدرة الفرد الإيجابية على تغيير أفكاره ومعتقداته بما يناسب الموقف

وخصائصه ليكون قادر على مواجهة المشكلات التي يتعرض لها.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
١-	أستطيع بسهولة أن أغير أفكاري نحو ما يواجهني من ضغوط.			
٢-	من الأفضل التآني في مواجهة المشكلات من أجل حلها.			
٣-	يجب على الإنسان أن يستوعب مصاعبه كي يتمكن من مواجهتها.			
٤-	أنا دائم البحث عن البدائل الجديدة لحل مشاكلي.			
٥-	أستطيع أن أنجح بما فشلت به سابقاً.			
٦-	بمقدوري التعرف على نقاط ضعفي وتغييرها الى نقاط قوة.			
٧-	الماضي الذي عشته أمر مضي وأنقضى ولا أشعر أنه يقيدني.			
٨-	من السهل علي أن أتفهم المشكلات بين الأشخاص وأحل الخلافات بينهم.			
٩-	توجد لدي أكثر من طريقة لإنجاز الأمور.			
١٠-	بيدي أن أجعل حياتي مشوقة ومبتهجة.			

التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة.....

ملحق (٤)

يوضح اسماء السادة الخبراء ودرجاتهم العلمية ومكان عملهم لمقياس التدفق النفسي والتفكير الايجابي

ت	الاسم	الدرجة العلمية	مكان العمل
١	د.علي عودة محمد	استاذ	جامعة المستنصرية / كلية الاداب
٢	د.سعد عزيز جوده	استاذ مساعد	جامعة المثنى/كلية التربية
٣	د.سلام هاشم حافظ	استاذ مساعد	جامعة القادسية / كلية الاداب
٤	د. عماد حسين المرشدي	استاذ مساعد	جامعة بابل/كلية التربية الاساسية
٥	د.عباس رمضان رمح	استاذ مساعد	جامعة القادسية/كلية التربية
٦	د.علي شاكر الفتلاوي	استاذ مساعد	جامعة القادسية/ كلية الاداب
٧	د.علي صكر جابر	استاذ مساعد	جامعة القادسية /كلية التربية
٨	د.ناجح حمزة المعموري	استاذ مساعد	جامعة بابل/ كلية الفنون الجميلة
٩	د.علي حسين عايد	مدرس	جامعة القادسية/كلية الاداب
١٠	د.مصطفى نعيم عبد الله	مدرس	جامعة القادسية/كلية التربية

Abstract

Psychological Flow according to Positive Thinking in University Students
The paper aims sat finding out the following :

- Psychological Flow in university students.
- Positive thinking in university students.
- Differentiations in flow state according to gender and specialization in university students.

- Differentiations in flow state in university students according to positive thinking, gender and specialization. To achieve these aims, a sample of ٤٠٠ university students from the University of Al-Qadisiya is chosen. The students are distributed on ١٥ colleges from scientific and humanitarian specializations of the academic year ٢٠١٤-٢٠١٥. The sample is chosen arbitrarily, classically and comparatively. The yardstick of state flow is built upon the reading of similar studies and theories consisted of ٢٠ items distributed on four main

domains, which are clear aims, fusing and focusing, losing awareness of time and consciousness, and immediate feedback.

The psychometric properties are extracted with honesty and fortitude when the researcher adopts the yardstick of Menshad, ٢٠١٣, which is based upon the theory of Seligman, ١٩٩٨. After analyzing it statistically and extracting its psychometric properties, the yardstick of Menshad comes to consist of ٤٦ items. And, after applying the two tools in question on the sample of the study, it turns out that there is state flow and positive thinking in university students. Statically-oriented differences become obvious on the level ٠,٠٥ according to specialization and in favor of scientific specialization. Statically-oriented differences are spotted in state flow according to positive thinking (high or low) in university students and in the direction of the high positive thinking. Basing on these results, the paper deduces some suggestions and recommendations.