التفكير المستقبلي وعلاقته بالتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة

م.د. هديل علي جبر

Hadelali789@gmail.com

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية

الملخص

ان البحث الحالي يهدف الى التعرف على التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة، والفروق في التفكير المستقبلي تبعا لمتغير النوع، والتعرف على التدفق النفسي لدى الطلبة، والفروق في التدفق النفسي تبعا لمتغير النوع، واخيرا تعرف العلاقة الارتباطية بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي.

ولغرض التحقق من اهداف البحث فقد اعدت الباحثة مقياس التفكير المستقبلي تكون من (٢٧) فقرة، واعدت ايضا مقياس التدفق النفسي وتكون من (٣٣) فقرة، وطبقت المقياسين على عينة البحث البالغة (٢٧١) طالبا وطالبة تم اختيارهم وفق معادلة ستيفن ثامبسون من جامعة بغداد/ كلية الهندسة الخوارزمي.

وبعد معالجة البيانات احصائيا كانت النتائج ان طلبة الجامعة يتمتعون بالتفكير المستقبلي، وعدم وجود فروق حسب النوع ، ولديهم تدفق نفسي، ولا توجد فروق حسب النوع ، واظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي.

الكلمات المفتاحية: التفكير المستقبلي ، التدفق النفسي ، طلبة الجامعة.

Future thinking and its relationship to psychological flow among university students

PH.D. Hadeel Ali Jabr

Ministry of Higher Education and Scientific Research\Psychological Research Center

Abstract

The current research aims to identify the future thinking of university students, the differences in future thinking according to the gender variable, identify the psychological flow among students, and the differences in psychological flow according to the gender variable, and finally identify the correlation between future thinking and psychological flow.

For the purpose of verifying the research objectives, the researcher prepared a future thinking scale consisting of (27) items. She also prepared a psychological flow scale consisting of (33) items. She applied the two scales to the research sample of (271) male and female students who were selected according to the equation of Stephen Thompson from the University of Baghdad. / Al-Khwarizmi College of Engineering.

After processing the data statistically, the results were that university students have future thinking, and there are no differences according to type, and they have psychological flow, and there are no differences according to type, and the results showed that there is a statistically significant correlation between future thinking and psychological flow.

Keywords: future thinking, psychological flow, university students.

الفصل الاول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

تعد ظاهرة التفكير في المستقبل، ظاهرة ملازمة لحياة المجتمعات والأفراد وتشكل جانباً من التهديدات التي يواجهها الأفراد (Armstrorong & Crombie, 2000:87) مما يتطلب تنشيط قدرات الطلبة التصورية والإبداعية لمواجهة التحديات التي تواجه مجتمعاتهم في المستقبل، وذلك لان تفكير الطلبة بالمستقبل وخاصة الطلبة المعاقين حركياً له علاقة كبيرة في دافعيتهم للتحصيل الدراسي، ونظرتهم للحياة وقدرتهم على التفاؤل والتوجه نحو الإنجاز، وبما إن التوقعات المستقبلية تصورات ذاتيه تتحدد بقدرات التفكير المستقبلي الا انها تتأثر بفعل البيئة الاجتماعية أيضا فهي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالمستوى التعليمي والعائلي والاجتماعي، فضلاً عن إن ضعف التفكير المستقبلي يؤدي الى الاحباط والعجز والتشاؤم وعدم الانفتاح على الخبرات، كما يسيطر على الأفراد عدم الاستقرار ويدركون إن نهاية الحياة باتت قريبة (mathew,2013:637)

ولكن الفرد الايجابي هو شخص سعيد يتصف بالرؤيا المشرقة و القدرة على التحمل وأدارة الازمات بصورة أيجابية متفائلة، والشخص الايجابي يتسم بالتفاؤل والرضا كما يتسم بتعدد استراتيجيات المواجهة الايجابية والضبط الشخصي للمشاعر والأفكار السلبية عند مواجهة التوترات والمحن وضغوط الحياة (حجازي، ٢٠١٢: ١٩).

وأن التدفق النفسي هو احد مكونات علم النفس الايجابي الذي يمثل الخبرة المثلى للفرد (Optimal Human Experience) المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة بصفة عامة لكونها حالة تعني فناء الفرد في المهام والاعمال التي يقوم بها فناءاً تاماً فينسى به ذاته والوسط والزمن كأنه في حالة من غياب للوعي بكل شيء اخر عدا هذه المهام او الاعمال على ان يكون ذلك مقترن بحالة من النشوة والأبتهاج والصفاء الذهني الدافع له باتجاه المداومة والمثابرة ليصل في نهاية الامر الى ابداع انساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحباً بها دون انتظار لأي تعزيز من اي نوع اذ تكون هنا هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويكمن فيها ما تتضمنه من معاناة سر الرفاهية والسعادة الشخصية والاحساس بجودة الحياة لأنها تضفي المعنى والقيمة على هذه الحياة (ابو حلاوة ،٢٠١٣: ٨).

ولتميز حياة الانسان بكثرة التغيرات والتحولات في كافة المجالات الاسرية والاجتماعية والاقتصادية التي تشكل ضغطاً على الانسان الذي يلجأ الى التأقلم والتكيف معها وان تطور القدرات العقلية للأنسان ضرورة تفرضها الحياة الأجتماعية وذلك لبناء حياة اجتماعية سوية مما يستلزم امتلاك كم كبير من المعارف والمعلومات لمواجهة التحديات والمشاكل التي تواجه الفرد في الحياة الاجتماعية بصورة مستمرة (السيد، ٢٠١٨: ٢٨). ومن هنا تبرز مشكلة البحث في الإجابة على السؤال الآتي: (هل توجد علاقة بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة ؟)

أهمية البحث:

أن الجامعة تؤدي دوراً بارزاً في حياة المجتمعات فضلاً عن مسؤوليتها في قيادة النهضة العلمية وإن الاهتمام بالتعليم الجامعي يساعد في بناء وصقل شخصية الطالب كونه عنصراً فاعلاً في مجتمعه لما يحمله من خبرات اكاديمية تمكنه من استخدامها في شتى مجالات الحياة، وعليه فأن دراسة الشخصية تمثل المصدر الرئيس لمعرفة مظاهر السلوك البشري، كما انها تمثل تألقاً ونظاماً لجميع الاشكال المختلفة من السلوك الذي يمارسه الفرد (الجوراني، ٢٠١٠: ٥)

والعالم الان يهتم اهتماماً ملحوظاً بالمستقبل وما يتصل به من دراسات تربوية واقتصادية وسياسية وثقافية وتقنية وحضارية، كما يشهد العالم كماً هائلاً من التحديات والصعوبات في ظل التطور السريع والمستمر والتي يجب على الافراد مواكبتها ليسيروا نحو مستقبل أفضل (أبو صفية، ٢٠١٠:١٢)

والتفكير المستقبلي يساهم في شعور الشخص بذاته وهويته. ويسمح له إن يشكل الأحداث بما يتناسب مع امكانياته، ويعد محور الدراسات التربوية في العصر الحاضر حيث يركز على طبيعة التغيرات الخاصة بالفرد أو الجماعة وذلك لوضع أهداف مستقبلية انطلاقاً من فهم تلك المتغيرات ،فالتفكير المستقبلي فهم مبني على رؤية مستقبلية تتضمن توقعات يحتمل حدوثها

وبدائل وخيارات يجري التطلع لتحقيقها فهو مهتم بالبعد الزمني فيتضمن نواتج معرفية كالمخطوطات والتنبؤات والابتكارات (عيسوي، ٢٠٠٣: ٩٥)، ويؤكد (فيكتور هيجو) إنه ليس هناك ما يعادل حلم الإنسان ليصنع المستقبل والمستقبل حتما سيأتي فإما إن نصنعه بأنفسنا ونذهب إليه وإما إن يصنعه لنا الآخرون ويأتينا جاهزاً خارجاً عن إرادتنا (الدرابكة، ٢٠١٨ :٨٥)

يرى بياجيه (piage,1993) إن الاهتمام بتنمية التفكير المستقبلي يتطلب التأكيد على تنميه مهارات الطلاب لضبط وتوجيه مستقبلهم، وتشجيعهم على عدم الخوف من التغير والاحساس بالقدرة على صياغة الأحداث والتأثير فيها بصورة مباشرة، فمثل هذا النوع من التفكير يشجع الفرد على التعايش مع التغير بدلاً من المعاناة منه، ويدعم روابط الأفراد مع العالم الخارجي (عياد، ٢٠١١ :٧٣)

اظهرت دراسة (stachowski,2011) بأن الطلبة الذين احرزوا درجات عالية على مقياس التفكير المستقبلي اظهروا احتراماً لقيمة الزمن ومرونة عالية في إدارة وقتهم واستثماره بشكل جيد في أداء واجباتهم الدراسية، في حين أظهر أصحاب التفكير في الماضي نشاطاً متدنياً وتسويفاً عالياً بما يكلفون به من واجبات علمية وبما إن الشباب في المجتمع هو الرصيد الحقيقي لكل أمة ومخزونها الثمين من القوة البشرية (stachowski,2011:26)، وهم العنصر الأكثر أهمية وحيوية في عملية التخطيط لمستقبل أي أمة تطمح في الرقي والتطور فإذا استطاع المجتمع توظيف هذه القوة بشكل فعال ازداد التفاؤل لديهم فالأفراد يندفعون نحو الانشغال بالسلوك الذي يحفزهم نحو تحقيق ما يتمنون الى ذاتهم والى مجتمعهم (Gabriel,2002:199)

وفي محاضرة (لميهالي كيسكيزنتميهالي) صاحب الكتاب الاكثر مبيعا في اميركا عن التدفق النفسي يتساءل في أي جزء من اجزاء حياتنا اليومية بالتحديد تحدث السعادة؟ ولماذا العلماء والمبدعين وما شابه يشعرون انه يتوجب عليهم ان يقضوا حياتهم في العمل ولا ينتظروا شهرة او ثروة؟ يجيب عن ذلك بأن التدفق في العمل هو سر السعادة، لكنه لا يأتي صدفة بل هناك عاملان مؤثران عليه وهما: مستوى كفاءة الفرد ودرجة صعوبة المهمة التي يؤديها أي التحدي، وعلى الشخص ن يهتم بتنمية مهاراته حتى لا تكون اقل من المستوى المطلوب للتحدي، وكلما اردت الدخول للتدفق مجددا عليك بزيادة التحديات، وعندما لا تستخدم مهاراتك ولا يكون لديك تحدي فهنا تقع اللامبالاة (ابو حية، ٢٠١٩: ٣)

فالتدفق هو الحالة التي يخبرها الافراد عندما يندمجون في شيء لدرجة انهم ينسون الوقت وينسون كل شيء فيما عدا المهمة التي يقومون بها، بحيث يكون انتباه الفرد في العمل الذي يقوم به وبكل ما يملكه من قدرات وامكانيات، ويمكن ان يحدث ذلك للافراد في الانشطة اليومية (السيد، ٢٠١٨: ٢)، إذ يرى (جولمان) ان التدفق هو استغراق الفرد في مهمة ما حتى يبلغ ذروتها ويستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود مثل الشلال المتدفق، فإذا استطاع الفرد ان

يصل الى حالة التدفق فأن ذلك يمثل اقصى درجة للاداء الايجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد من الاصابة بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق (جولمان، ٢٠٠٠: ١٣٤)، وقد اشارت دراسة (العبيدي، ٢٠١٦) الى اهميه توفير العوامل في البيئة التعليمة التي تعمل على زيادة التدفق النفسي في المجال التربوي والتعليمي (الموسوي وشطب، ٢٠١٦: ٢٨٦)

وبينت دراسة الموسوي (٢٠١٦) ان التدفق النفسي شعور بالسيطرة الكاملة للفرد على ما يحيط به وهناك شرطان لحدوث التدفق النفسي الاول هوه التركيز الشامل على النشاط والاستمتاع بأدارته، اما الشرط الثاني الذي يبق عملية التدفق هو الاعتقاد بالتوازن بين تحديات الموقف والمهارات الشخصية (محمد والعتابي،٢٠١٩ :٣٩٨)

ومما تقدم تتجلى اهمية البحث الحالي بما يأتي:

- معرفة الاسباب التي تؤدي الى تنمية وتطوير مفهوم التدفق النفسي لدى الافراد.
- مدى تأثير هذه الانماط السلوكية في تكوين قيم واتجاهات ايجابية اتجاه الاخرين والحياة.
- قدم مقاييس يمكن الاستفادة منهُ في الدراسات لاحقاً.
- تسليط الضوء على أهمية التفكير في المستقبل وبناء الخطط له.

اهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي العرف الى:

١- التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة.

٢- الفروق في التفكير المستقبلي حسب النوع.

٣- التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.

٤- الفروق في التدفق النفسي حسب النوع.

٥- العلاقة الارتباطية بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة الثالثة من كلية الهندسة الخوارزمي/ جامعة بغداد من الذكور والاناث في الدراسة الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢٣- ٢٠٢٤)

تحديد المصطلحات:

اولا: التفكير المستقبلي (Future Thinking) عرفه:

- تعريف (Macleod, 2005)

هو قدرة الفرد على التفكير حول الذات والأحداث المستقبلية من خلال تخيل الفرد لذاته في المستقبل، والتخطيط، وبناء التمثيلات العقلية ازاء المستقبل ومعالجة توقعاته المستقبلية (Macleod,2005,357)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (Macleod, 2005) تعريفا نظرياً للبحث المستقبلي لكونها اعتمدت على نظريته في بناء المقياس.

التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب من خلال اجابته على فقرات مقياس التفكير المستقبلي.

ثانيا: التدفق النفسي The psychological flow عرفه **(1996, Csiksentmihaly):**

هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزا شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل الجهد، وهذا الحالة المثلى تتحقق ايضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي او الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهمات ذات الأهداف المحددة التي تقدم تتغذي راجعه فورية. (Csiksentmihaly,1996: 46)

التعريف النظري:

اعتمدت الباحثة تعريف (Csiksentmihaly,1996) بوصفه تعريفا نظريا للتدفق النفسي.

التعريف الاجرائي:

الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة على مقياس التدفق النفسي في البحث الحالي.

الفصل الثاني: الاطار النظري والدراسات السابقة

اولا: التفكير المستقبلي Future Thinking

ظهر مفهوم التفكير المستقبلي مع بداية الوجود في محاولة الإنسان لتجنب مخاطر الكون الطبيعية من الزلازل والسيول والبراكين، ثم بعد استقراره في الحياة الاجتماعية وزيادة نشاطه الزراعي والصناعي بدأ التفكير في المستقبل والتخطيط بشكل أفضل وايجابي من أجل أحداث تنمية اقتصادية وبشرية، وكانت بدايات التفكير المستقبلي عند أفلاطون في كتابه (الجمهورية) عندما تناول طبيعة المجتمع، وظهرت كتابات (توماس مور) عن (اليوتوبيا) المدنية الفاضلة بالعصر الحديث وتصور مستقبل المجتمع (برقي،٢٠٠٥: ٢٩)

ويعد التفكير المستقبلي من انواع مهارات التفكير الضرورية لمناهجنا في الوقت الحالي لانه يستهدف استشراق المستقبل وقضاياه وتقديم انسب الحلول، وإنه يحقق أهدافاً مرجوه من خلال الأحداث المستقبلية، فالمستقبل لا يأتي بمحض الصدفة، فعندما تحدث الأزمات والمشكلات بسبب عجز الإنسان عن الاستعداد لها واستباقها بتفكيره (السعدي،٢٠٠٨:٨٧).

إن الاهتمام بالمستقبل من الأمور الضرورية بحياة الإنسان، ومنذ الأزل والتفكير سمة يتميز بها الإنسان عن سائر المخلوقات ولا ينصب تفكيره على الأمور المباشرة التي يستطيع أن يتعامل معها في حاضرة وإنما امتد التفكير بالمستقبل إلى تنظيم وإعادة ترتيب لما يمتلكه الإنسان

من قدرات تؤهله لمواجهة الكثير من المخاطر وتحقيق ما يرجوه من أهداف (ابو جادو، ٢٠١٢:٣٧)

والتفكير المستقبلي عملية إنتاجية إبداعية يتم فيها تحرير الشخص من قيود الحاضر والنظرة المحدودة القاصرة التي تركز في المصالح الضيقة حيث تشكل عقبة في طريق إنتاج شيء إيجابي جديد وإمكانية تحويل المنتج الجديد إلى مستقبل ومن الممكن الاستفادة منه وتوجيه الشخص للأهداف الطويلة الامد (أحمد، ٢٠٠٣ : ٩١)

وهناك أربعة مراحل للتفكير المستقبلي وهي:

١- التخطيط: ويتم فيها عمل تخطيط استراتيجي من أجل التغير والعمل على تخطي الفجوة ببن الواقع والمستقبل في محاولة لرسم صورة المستقبل الممكن والمحتمل.

٢- الاستطلاع: ويتم في هذه المرحلة تحديد وفهم قوى التغيير المؤثرة في موضوع الدراسة أو البحث أو المشكلة.

٣- التطلع للأمام: ويتم فيها توضيح العامل والمؤثرات التي قد تسهم في تشكيل المستقبل، وذلك من أجل تقديم وصف الرؤى المستقبلية الممكنة.

٤- التنفيذ: ويتم فيها تطبيق الاستراتيجيات المتوقعة مع متابعة نواتج تطبيقها، من أجل تحقيق المستقبل الممكن (كورنيش،٢٠٠٧ :٣٥٧)

- (نظرية Macleod) للتفكير المستقبلي

يعد ماكلويد (Andrew Macleod) من العلماء الذين يهتمون بأفكار الناس بالمستقبل، فهو يرى إن التفكير المستقبلي قدرة ينظر فيها الأفراد إلى نتائج بعيدة يمكن تحقيقها في ضوء سلوكهم الحاضر، عن طريق معرفة الفرد بذاته والتخطيط وتوقع الاحداث الممكنة التي تحدث له (السيد ،٢٠١٨ :٢٥)، إذ يكون لدى الأفراد رغبة وميل حتى يحققوا اهدافهم في المستقبل لراحتهم النفسية، حيث ارتبط مفهوم الرفاهية المستقبلية بالتفكير المستقبلي، فتمثل قدرة التفكير المستقبلي على توعية الفرد بانفعالاته، وتسمح بظهور الشعور بالرفاه النفسي القائم على توقع الأفراد للنتائج الإيجابية المحتمل حدوثها مستقبلاً، وهذا ما أكده (Macleod & Clare ,2007: 29)

وكان يعتقد (Macleod) ان دور التفكير المستقبلي في التحصيل الأكاديمي كبيراً ، فالأفراد عندما يكون لديهم تفكير مستقبلي سلبي سوف يعانون من إرتفاع الفشل وينخفض لديهم التحصيل الاكاديمي، وهذا ما اكدته نتائج دراسة هيفرن (Havern,2004) بأن المجموعة التي انخفض تحصيلها الدراسي كان تفكيرها سلبياً بالمستقبل (Haveren,2004:62).

قدم (Macleod, 2005) ثلاث مجالات (مهارات) للتفكير المستقبلي وهي:

اولا: التخطيط للمستقبل: هو قدرة الفرد العقلية على تحديد اهدافه واختيار افضل الحلول من خلال الخطط التي وضعها لتحقيق اهدافه.

من خلال التخطيط يرى الفرد أنه له القدرة على تطوير خطط منظمة للمستقبل بشكل عام سواء كانت تلك الخطط خاصة بمستقبله أو بالأهداف التي يرمي لتحقيقها، أو كانت خطط عامة تخص عمل دائرة أو مؤسسة ما أو تخص قضية مجتمعية أو عالمية (إبراهيم،٢٠٠٩ :٥٧)

وان الهدف من محاولة استشراف المستقبل هو الحصول على المعطيات الضرورية التي تساعد الفرد على وضع الخطط الممتدة بين الحاضر والمستقبل لاستكشاف العلاقات المستقبلية وبناء السياسات المناسبة مع ضبط عمليات التغيير والتسيير، ويرى (Macleod) ان التخطيط للمستقبل يهدف الى:

•رفع نسبة المعرفة والاهتمام بالمستقبل، والتخطيط له.

•تعلم استخدام مهارة حل المشكلات.

•تعزيز وتنمية مهارات العمل الجماعي

•تنمية التفكير النقدي والتحليلي والابداعي للطالب. (الشيخ، ٢٠١٤: ٦)

ثانيا: التوقعات المستقبلية: هي انتاج صور ذهنية من خلال التفكير خارج اطار الزمن الحالي وتجاوزه الى الزمن القادم لانتاج تنبؤات وتوقعات مستقبلية.

ويقصد قدرة الفرد على تطور توقعات ومعارف فيما كان متوقع حدوثه في المستقبل، على إن تتميز المنتجات الفكرية باختلافها بخصائصها الإبداعيه كـ(الطلاقه)، أي بمعنى تنتج تنبؤات متعددة ومتشعبة بفكرة أو حدث ما متوقع، و(الاصالة) تعني الاتيان بتنبؤات جديدة، و(المرونة) والتي تعني التنوع بالإضافة إلى ذلك إن يستخدم الفرد على تنبؤاته معالجات واستراتيجيات فكرية راقية كالعصف الذهني واختيار تلك الاستراتيجيات الذهنية في معالجة الاحتمالات المستقبلية وتفضيلها، فيتوقع الخطوة التالية لحدث ثاني بسهولة (إبراهيم،٢٠٠٩ :٥٨)

ثالثا: بناء التمثيلات العقلية: هي الطريقة التي يرى ويدرك بها الفرد ذاته والاحداث، والتي تظهر قدرته على التفكير بالمشاهد غير الموجودة حاليا في عالمه الخارجي.

تساعد التمثيلات العقلية او (الصور الذهنية) من تمثيل الاشياء التي لم يسبق للفرد اختبارها عن طريق الحواس وكذلك الاشياء غير الموجودة في الواقع، مثال ذلك يتخيل انه يسافر الى مكان لم يزره احد من قبل او ان لديه ذراعا اضافيا، هذه الاشياء لم تحدث قط او هي مستحيلة الحدوث لكن عقله وصوره الذهنية تسمح له بتخيلها، على الرغم من انه يرجح ان تكون هذه العملية هي عملية استدعاء وتكوين صور ذهنية مرئية، فأن الصور الذهنية تتضمن تمثيلات لأي خبرة من الخبرات الحسية مثل السمع او الرائحة او التذوق للمساعدة في وضع الحلول للمشكلات وبناء الخطط للمستقبل (ابو صفية، ٢٠١٠ :٤٣)

الدراسات السابقة:

- دراسة الحويطي (٢٠١٨): (درجة امتلاك طلاب كلية التربية والادب بجامعة تبوك لمهارات التفكير المستقبلي)

هدفت الدراسة معرفة درجة امتلاك درجة امتلاك طلاب كلية التربية والادب بجامعة تبوك لمهارات التفكير المستقبلي، حيث قام الباحث ببناء مقياس التفكير المستقبلي وطبقه على (١٩٣) طالبا وطالبة من كلية التربية والادب في جامعة تبوك، وبعد معالجة البيانات احصائيا توصل الى ان طلاب كلية التربية والادب يمتلكون مهارات التفكير المستقبلي وبدرجات متفاوتة (الحويطي، ٢٠١٨)

- دراسة عزيز (٢٠١٨): (توجهات الهدف وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة التعرف علة التوجهات الهدفية وعلاقتها بمهارات التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة ، ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس التفكير المستقبلي وفق نظرية (Tulving,1983)، وبينت النتائج ان طلبة الجامعة تتمتع بالتفكير المستقبلي، بالاضافة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة في مهارات التفكير المستقبلي الخمسة وفق نظرية (Tulving,1983)، وكانت هناك فروق بين عينة البحث لصالح الذكور. (عزيز، ٢٠١٨)

- دراسة عبد الحسين والعلي (٢٠٢٠): (علاقة مهارات التفكير المستقبلي بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة التعرف الى مهارات التفكير المستقبلي وعلاقتها بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة الجامعة المستنصرية، وقام الباحثان ببناء مقياس التفكير المستقبلي وفق نظرية (تورانس ٢٠٠٣) وبعد تطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبا وطالبة، توصل الباحثان الى ان الطلبة تتمتع بمهارات التفكير المستقبلي، ووجود علاقة دالة احصائيا بين التفكير المستقبلي والانفتاح على الخبرة (عبد الحسين والعلي، ٢٠٢٠)

ثانيا: التدفق النفسي The psychological flow

إن التدفق النفسي ليس حديثا وانما ظهر في منتصف القرن الماضي وقد لاقى اهتماماً من الباحثين في مجال علم النفس الإيجابي، وهذا لما له من فائدة كبيرة في اغتنام وتحرير الطاقات الداخلية الكامنة وتكريسها لخدمه الفرد والمجتمع (بلبقره، ٢٠١٨ :١)

و(التعريف اللغوي) للتدفق هو حاله السيولة والاندفاع بقوة فيقال دفق اي بشدة وقوة، اما (التعريف الاصطلاحي) للتدفق النفسي فعرفه (جاكسون ومارس) بأنه حالة انفعالية انية تحدث فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات التحدي وفيها يعيش الفرد حالة تغير للوعي في الاداء وانغماس في النشاط (بن الشيخ ،٢٠١٥:٣٩)

ويعد مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم التي طرحها عالم النفس الامريكي (Mihaly Csikszentmihalyi) وهو احد الاباء المؤسسين لعلم النفس الايجابي ليصبح احد المفاهيم الرائجة في المجال، حيث اوضح ميهالي ان التدفق يعبر عن الحالة النفسية الداخلية التي يشعر الفرد من خلالها بالتوحد والتركيز التام مع ما يقوم به، وهو بذلك يرتبط بحالة التعلم الامثل (Optimal Learning) التي وصفها ايضاً بانها حالة من التركيز وترقى الى مستوى الاستغراق المطلق (ابو حية ،٢٠١٩: ١٣)

وقام (Csiksentmihaly) في عام (١٩٩٧) من خلال الكثير من المقابلات الشخصية بتجربة حالة ذاتية شائعة تشتمل على تركيبات ادراكية وانفعالية مميزة تنساب داخل الأفراد، إذ أطلق عليها حالة التدفق النفسي "Psychological Flow state" وكانت متمثله بتسلسل حسي وانفعالي للافراد بدايه من التوازن بين المهارات والتحديات التي تم ادراكها حتى وصلوا لعملية التركيز التي تؤدي الى الضبط الذاتي والتحكم لكي يستمتع ويتفوق الفرد في النشاط الي يمارسه (Csiksentmihaly,1996 :221)

اما (أباظة، ٢٠١١) كان يرى التدفق النفسي بأنه خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة من خلال الانغماس في اداء النشاط لدرجة نسيان الذات، ولذلك يعد مفهوم التدفق من المفاهيم الحديثة الايجابية التي تؤدي الى اعلى درجة بتوظيف الطاقة لدى الفرد ليصل في نهاية الامر إلى إبداع إنساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحباً بها من دون انتظار لأي تعزيز من أي نوع، ويكون مصحوبا معها حالة من السعادة والرضا مع حالة تاجيل الاحتياجات الشخصيه والرغبات الاخرى (أباظة، ٢٠٢٢: ٣٧)

- نظرية (Mihaly Csiksentmihaly) للتدفق النفسي:

أن التدفق النفسي يعد من الاستراتيجيات الحديثة في علم النفس الايجابي، اذ انه يسير وفقاً لمبدأ غرس الكفاءة الذاتية والامل والتفاؤل، ويتم استعمال هذه الفنيات لخفض القلق وان قوة الشخصية يتم تنميتها من ضمن هذه الجوانب (حسين، ٢٠٠٧: ١٤٥)

يرى كسيكزينتميهالي من خلال نظريته ان الاعمال والانشطه تصبح اكثر متعة عندما يكون هناك تحدي يتناسب مع مستوى مهاره الفرد، فاذا كان العمل صعبا سيكون القلق هو نتيجته، ولكن حينما يندمج الفرد باي نشاط ويتطلب منه تركيز شديد وتكون تلك المهارات المطلوبه لإداء المهمة متساويه معها تماماً تكون النتيجة خبره ممتعة متدفقة (مؤمن، ٢٠٠٤: ٤٣٠)

وان عملية الدخول في حاله التدفق تسوف تتطلب تركيز الانتباه للنشاط او العمل الذي سيقوم به الفرد، فعندما يبدأ الفرد بالتركيز فإن عملية التدفق تسير في مسارين الاول سوف يتكفل بالحفظ من الاضطرابات الانفعاليه او تقديم الراحة، اما المسار الثاني فيقدم التسهيلات للقيام بالعمل من دون جهد كبير، ويمكن الدخول في حالة او عملية التدفق عندما تكون

النشاطات او الاعمال المقامة من قبل الفرد تتناسب مع حجم قدراته (زكي والنواب،٢٠١٨:٩٨٨)

وفي هذا الصدد يرى (كسكزنتيميهالي، ١٩٩٠) أن الاندماج كلياً في النشاط للوصول الى حالة التدفق النفسي تكون مسؤوله عنها (٣) سمات ذاتيه هي: إندماج الوعي في الاداء، تحول الوقت،الانضباط والاحساس في التحكم، حيث ان الوصول الى حالة التدفق مرتبطة بثلاث شروط لتتحقق حالة التدفق النفسي:

١. يجب أن ينخرط الشخص في الفعالية بأهداف واضحة ويضيف هذا اتجاهاً وبنية للمهمة.
٢. يجب أن يمتلك الفرد توازناً جيداً بين التحديات المدركة للمهمة التي بين يديه ومتطلباته مما يتيح له تكييف أدائه للمحافظة على حالة التدفق.
٣. المهمة التي بين يدي الفرد يجب أن تحتوي على تغذية راجعة واضحة ومباشرة وذلك يساعد الفرد على التعامل مع أي من المتطلبات المتغيرة وتسمح له على تكييف أدائه للمحافظة على حالة التدفق النفسي (Csikszentmihaly ,1990: 598)

وقد حدد (Csikszentmihaly,1990) تسع مجالات للتدفق النفسي وهي :

١- التوازن بين التحدي والمهارة (Challenge–Skill balance) : هو ان يكون هناك حالة توازن بين التحديات و المهمة التي يقوم بها الفرد، فالتدفق يحدث عندما تكون التحديات عالية والمهارات عالية بالوقت نفسه.

٢- اندماج الوعي بالفعل (Action Awareness): هو اندماج الفرد في القيام بالحركات المطلوبة في المهمة بشكل عميق حتى يصبح وكأنه يؤدي بطريقة عفوية.

٣- اهداف واضحة (Clear goals) : يعني أن تكون الاهداف واضحة ومحددة في ذهن الفرد سواء حددها الفرد مسبقاً او قام بتحديدها أثناء أداء المهمة، وهنا يدرك الفرد ان الاهداف التي حددها قابلة للتحقق لان النشاط لا يحتاج الى أن يكون موجهاً نحو تحقيق هدف معين غير قابل للتحقيق، غير أنه يتعين وضع الأهداف الواضحة والقيام بالتحدي باستمرار حتى النهاية، أي لابد ان تكون الاهداف ممكنة التحقيق غير أن هذا لا يعني أن تكون سهلة للغاية بل ان توضع بحيث لا تتعارض مع بعضها الآخر (في حالة اذا كان هناك سلسلة من الاهداف الفرعية ضمن الهدف الرئيسي المحدد).

٤- تغذية راجعة غير غامضة (Unambiguous feedback) :هو ان يقوم الفرد اثناء اداء المهمة بتلقي تغذية الراجعة فورية وواضحة من المهمة نفسها، بحيث تسمح للفرد أن يعرف بأنه سينجح في تحقيق الهدف المطلوب، ويعني ان يكون الفرد قادراً على تقويم اداءه بدقة في الوقت الذي يعرف فيه كل خطوة دقيقة في اي نشاط يقوم به، لكن في حال غياب التغذية الراجعة أو

عدم وضوحها، أو تأجيلها لا يتمكن الفرد من تقويم التأثير الذي تحدثه افعاله وما الذي ينبغي القيام به لتحسين الاداء وما الذي ينبغي تحاشيه.

٥- تركيز على المهمة: هو ان يكونتركيز انتباه الفرد على المهمه الموكلة اليه بعيدا عن اي مشتتات في البيئة الخارجية والا سوف يكون من الصعوبه عليه الانغماس في المهمه، ففي هذه الحالة لا يفكر الفرد بما يحيط به من أمور الحياة كالمكاسب المادية مثلاً، بل أن يصب تفكيره على المهمة التي في متناول يده ويصبح النشاط الذي يؤديه هو كل ما يهمه، وهذا ما يلاحظه عليه الآخرين بسهولة.

٦- احساس بالضبط او السيطرة (Sense of control) : أن يكون الفرد اثناء أداء المهمة يحس بالسيطرة التامة على الموقف والثقة والهدوء التام والأفكار الايجابية وكل ذلك ناتج من اعتقاده بمهارته العالية وبتخلصه من القلق اثناء الأداء، ففي هذه الحالة يشعر الفرد بالمسؤولية والسيطرة الذاتية على المهام والتحديات.

٧- غياب الوعي بالذات (Loss of self-consciousness) :هو تركيز الفرد على اداء المهمة ولا يفكر بالطريقة التي يراها به الاخرين او الافكار التي يفكرون بها عنه بل تكون المهمة هي الموضوع الاكثر اهمية بالنسبة له، عندما ينهمك الافراد في العمل أو النشاط فأنهم ينسون جميع العوامل والقوى التي تقف عائق امامهم للوصول الى اهدافهم، وهي كما وصفها (Csikszentmihalyi) إذ يقول: في حالة التدفق النفسي فأن الشعور بالجسم يختفي ويختفي وعي الفرد بهويته الذاتية.

٨- الاحساس بمرور الوقت (Time transformation) :هو ادراك الفرد للوقت بطريقة مختلفة اثناء اداء المهمة مقارنة بالحالة العادية فقد يحس بأنه يمر سريعاً جداً او يحس بأنه بطيء جداً، ففي حالة التدفق النفسي يفقد الفرد احساسه بالزمن، اذ تمر الساعات وكأنها ثواني عند أداءه للمهمة وعلى الأرجح أن فقدان الاحساس بالزمن يعود الى الاستغراق الكامل بالمهمة أو النشاط.

٩- الاستمتاع الذاتي (Autotelic experience) : ان يكون الفرد مستمتعا بالعمل والتجربة التي يخوضها وهي تشكل اثابة جوهرية بالنسبة له فيقوم بأداء العمل لنفسه ودون أن يكون هناك منافع خارجية ينتظرها وتعني الشعور بالمتعة والدافعية اثناء تأدية النشاط وهو بمثابة محصلة الاداء (Csikszentmihalyi, 1990:10) (Tenenbaum.et al,1999: 23)

الدراسات السابقة:

- دراسة العبيدي (٢٠١٦): (التدفق النفسي لدى طلبه الجامعه في ضوء متغير الجنس والتخصص)

حيث هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة فضلا عن التعرف على التدفق النفسي لدى الطلبة وفق متغير الجنس ومتغير التخصص الدراسي، وقد قامت الباحثة ببناء مقياس التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، و بعد أن تحققت من خصائص المقياس طبقت على عينة بلغت (٢٠٠) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج أن العينة لديها تدفق نفسي، كما بينت النتائج وجود فروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث، وأظهرت النتائج ان هنالك فروق حسب التخصص في التدفق النفسي ولصالح التخصص العلمي (العبيدي، ٢٠١٦) دراسة (العبيدي،٢٠١٦) ودراسة (زكي والنواب، ٢٠١٨)

- دراسة زكي والنواب (٢٠١٨): (التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة)

استهدفت هذه الدراسة التعرف الى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، حيث قام الباحثان بترجمة مقياس (Jackson& Marsh, 1996) للتدفق النفسي، وتم تطبيقه على عينة بلغت (٤٠٠) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية من طلبة جامعة بغداد بمختلف الكليات العلمية والانسانية من المرحلة الثالثة، وبعد معالجة البيانات احصائيا بينت النتائج تمتع الطلبة بالتدفق النفسي (زكي والنواب، ٢٠١٨)

- دراسة محمد والعتابي (٢٠١٩): (معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة)

هدفت الدراسة التعرف الى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة مستوى الفروق في التدفق النفسي وفقا لمتغيرات (النوع، التخصص، المرحلة الدراسية)، حيث قام الباحثان ببناء المقياس وتم تطبيقه على (٣٧٥) طالبا وطالبة من كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة واسط، وبعد معالجة البيانات احصائيا اظهرت النتائج تمتع الطلبة بالتدفق النفسي، ولا توجد فروق في التدفق النفسي وفق متغيري (النوع، التخصص)، بينما توجد فروق وفق متغير المرحلة الدراسية لصالح طلبة المرحلة الاولى (محمد والعتابي، ٢٠١٩)

الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته

اعتمدت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي ،كونه اكثر المناهج ملاءمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات من اجل وصف الظاهرة المدروسة. وفيما يأتي عرض الاجراءات:

اولا: مجتمع البحث

يتكون مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة بغداد/ كلية الهندسة الخوارزمي للعام الدراسي (٢٠٢٣- ٢٠٢٤) البالغ عددهم (٩٢٣) طالباً وطالبة موزعين على (٥) اقسام، وجدول (١) يوضح ذلك.

جدول (١) مجتمع البحث

ت	اقسام الكلية	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	اناث	
١	قسم هندسة الطب الحياتي	٩٤	٨٥	١٧٩
٢	قسم هندسة الكيميائية الحياتية	١٠٢	٨٢	١٨٤
٣	قسم هندسة الميكاترونكس	٩٥	٩٠	١٨٥
٤	قسم هندسة التصنيع المؤتمت	٩٣	٩٨	١٩١
٥	قسم هندسة المعلومات والاتصالات	١١٠	٧٤	١٨٤
	المجموع	**٤٩٤**	**٤٢٩**	**٩٢٣**

ثانيا: عينة البحث

تكونت عينة البحث الحالي من طلبة المرحلة الثالثة في كلية الخوارزمي/ جامعة بغداد موزعين على (٥) اقسام وتم اختيارهم حسب معادلة ستيفن ثامبسون، حيث بلغ عدد العينة (٢٧١) بواقع (١٤٩) طالبا و(١٢٢) طالبة. جدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) توزيع عينة البحث

ت	اقسام الكلية	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	اناث	
١	قسم هندسة الطب الحياتي	٣٠	٢٢	٥٢
٢	قسم هندسة الكيميائية الحياتية	٣٢	٢٤	٥٦
٣	قسم هندسة الميكاترونكس	٢٥	٢٣	٤٨
٤	قسم هندسة التصنيع المؤتمت	٢٧	٢٨	٥٥
٥	قسم هندسة المعلومات والاتصالات	٣٥	٢٥	٦٠
	المجموع	**١٤٩**	**١٢٢**	**٢٧١**

ثالثا: اداة البحث

اولا: مقياس التفكير المستقبلي

لغرض اعداد مقياس التفكير المستقبلي هناك خطوات لاعداده وهي:

– أطلعت الباحثة على عدد من المقاييس والدراسات حول مفهوم التفكير المستقبلي ومنها دراسة عزيز (٢٠١٨) ودراسة عبد الحسين والعلي (٢٠٢٠)، حيث استندت الباحثة الى تعريف (Macleod, 2005) للتفكير المستقبلي كأطار نظري لاعداد المقياس.

– تحديد مفهوم التفكير المستقبلي وفقاً لتعريف (Macleod, 2005) حيث عرفه بأنه: (هو قدرة الفرد على التفكير حول الذات والأحداث المستقبلية من خلال تخيل الفرد لذاته في المستقبل، والتخطيط، وبناء التمثيلات العقلية ازاء المستقبل ومعالجة توقعاته المستقبلية) (Macleod,2005,357)

– تحديد ثلاث مجالات للتفكير المستقبلي وفق نظرية (Macleod, 2005) وهي:

- **اولا:** التخطيط للمستقبل: هو قدرة الفرد العقلية على تحديد اهدافه واختيار افضل الحلول من خلال الخطط التي وضعها لتحقيق اهدافه.
- **ثانيا:** التوقعات المستقبلية: هي انتاج صور ذهنية من خلال التفكير خارج اطار الزمن الحالي وتجاوزه الى الزمن القادم لانتاج تنبؤات وتوقعات مستقبلية.
- **ثالثا:** بناء التمثيلات العقلية: هي الطريقة التي يرى ويدرك بها الفرد ذاته والاحداث، والتي تظهر قدرته على التفكير بالمشاهد غير الموجودة حاليا في عالمه الخارجي.

– صياغة عدد من الفقرات لكل مجال من المجالات الثلاثة من خلال الاطلاع على النظرية المتبناة والادبيات السابقة حول التفكير المستقبلي.

وبذلك صاغت الباحثة ( ) فقرة بصيغتها الاولية موزعة على ثلاث مجالات، مستخدمة سلم البدائل الرباعي (تنطبق عليَ دائما – تنطبق عليَ احيانا – تنطبق عليَ نادرا – لا تنطبق عليَ ابدا) ملحق (٢)

الصدق

الصدق الظاهري: ولتحقيق الصدق الظاهري، قامت الباحثة بعرض فقرات المقياس على عدد من الخبراء في مجال العلوم التربوية والنفسية بلغ عددهم (٦) محكما ملحق (١) لاصدار الحكم حول صلاحية فقرات المقياس والبدائل وطريقة التصحيح، إذ بلغت فقرات المقياس (٢٩) فقرة موزعة على (٣) مجالات (التخطيط للمستقبل – التوقعات المستقبلية – بناء التمثيلات العقلية)، وبعد الاخذ باراء الخبراء كانت جميع الفقرات صالحة باستثناء الفقرة (٥) من مجال التخطيط العقلي وفقرة (٨) من مجال التوقعات المستقبلية تم حذفها، ملحق (٤)، والفقرات (٣ ،٦) من مجال التخطيط للمستقبل وفقرة (٤) من مجال بناء التمثيلات العقلية تحتاج الى تعديل ملحق(٣).

التحليل الاحصائي للمقياس

اولا: القوه التمييزية (المجموعتان المتطرفتان): بعد تطبيق المقياس وتصحيح استجابات الطلاب وترتيب كل الدرجات الكلية من الدرجة الاعلى الى الدرجة الاقل وتم إختيار (٢٧%) من مجموع الاستمارات الحاصله على اعلى الدرجات و(٢٧%) من مجموع الاستمارات الحاصله على ادنى الدرجات، حيث كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل الاحصائي (٢٧١) استماره فإن نسبه ٢٧% هي (٧٣) أستماره، وعليه كان عدد استمارات المجموعتين (١٤٦) استماره وبعدها تم استخراج الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لكل فقره في المجموعتين العليا والدنيا، وتم استعمال الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين لمعرفة دلاله الفروق بين متوسطي المجموعتين الدنيا والعليا، حيث اظهرت النتائج ان جميع الفقرات دالة احصائيا وذلك لان القيمه التائيه المحسوبه اعلى من القيمه الجدوليه عند مستوى الدلاله (٠.٠٥) ودرجة الحريه (١٤٤) جدول (٣) يبين ذلك. وبذلك بقي المقياس يتكون من (٢٧) فقرة بصورته النهائية ملحق (٥).

جدول (٣) القوه التمييزية لفقرات المقياس

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة
١	٣,٠٤٦	١,٤٢٣	٢,٠٤٦	٩٤٠	٥,٦٩٧
٢	٣,٦١١	١,٣٩٣	٢,٤٢٥	١,٠٧٨	٦,٩٩٢
٣	٤,٠٠٩	١,٣٩٠	٢,٤٣٥	١,٢١٧	٨,٨٥٠
٤	٣,١١١	١,٥٦٠	٢,٢٢٢	١,٥١٧	٤,٩٥٩
٥	٢,٨٩٨	١,٥٠٩	٢,٢٥٩	١,١٧٩	٣,٤٦٦
٦	٤,٩٤٤	١,٠٠٣	٣,٣١٤	١,٣٩٨	٩,٨٤٠
٧	٤,٢٩٦	١,١٨٦	٣,١٧٥	١,٣٥٢	٦,٤٧٣
٨	٤,٤٧٢	١,٤٣٠	٣,١١١	١,٣٤١	٧,٢١٢
٩	٤,٦٧٥	١,٣٥٢	٣,٤٥٣	١,٢٦٣	٦,٨٦٤
١٠	٣,٥٠٩	١,٥٩١	٢,٣١٤	١,١٧٣	٦,٢٧٨
١١	٥,٣٢٤	٨٥١	٤,٠٠٩	١,٣٣٦	٨,٦٢٣
١٢	٣,٤٧٢	١,٦٦٠	٢,٧٠٣	١,٣٢٧	٣,٧٥٧
١٣	٥,٠٩٢	١,٠٠٩	٣,٧٨٧	١,١٧٦	٨,٧٥٢
١٤	٥,٢٦٨	٦٦٤	٤,١٠١	١,١٥١	٩,١٢٠
١٥	٥,١٨٥	٧٨٧	٣,٩٢٥	٩٨٣	١٠,٣٩١
١٦	٥,٣٢٤	٧٤٦	٤,١٧٥	١,٠٢١	٩,٤٣٠
١٧	٥,٢٨٧	٧٦١	٣,٩٥٣	١,١٥٥	١٠,٠١٤
١٨	٥,٣٦١	٧٩١	٤,٣٣٣	١,٠٨٥	٧,٩٥٥
١٩	٥,٢٢٢	٩٤٠	٤,٣١٤	١,١٠٧	٦,٤٨٩

٢٠	٥,٢٧٧	٨١٨	٤,٠٩٢	١,١٢٣	٨,٨٦١
٢١	٥,٠٦٤	٨٥٦	٣,٨٢٤	١,١٩٨	٨,٧٥٣
٢٢	٥,٣١٤	٩٥٣	٣,٩٤٤	١,٢٤٤	٩,٠٨٤
٢٣	٥,٢٤٠	٨٣٠	٤,٢٨٧	١,٢٣٨	٦,٦٤٨
٢٤	٥,٦٧٥	٥٧٧	٤,٣٩٨	١,٤٠٧	٨,٧٣٠
٢٥	٥,٤٤٤	٦٥٤	٤,٤٦٢	١,٤٩٩	٧,٩٠٧
٢٦	٥,٩٠١	٦٨٠	٤,٦٤٥	١,٠٩٨	٧,٢٧٠
٢٧	٥,٠٧٣	٦٠١	٤,٢٥٤	١,٩١٢	٧,٣٩٦

الثبات:

– طريقة الاتساق الداخلي (معامل إلفا كرونباخ Alfa Coefficint): وتعتمد هذه الطريقة على اتساق أداء الفرد من فقرة إلى أخرى، حيث يمثل معامل إلفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى أجزاء بطرق مختلفة، ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة اعتمد الباحث تطبيق معادلة إلفا، فقد بلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٦) مما يشير إلى انسجام الفقرات فيما بينها.

ثانيا: مقياس التدفق النفسي

لغرض اعداد مقياس التدفق النفسي هناك خطوات لاعداده وهي:

– أطلعت الباحثة على عدد من المقاييس والدراسات حول مفهوم التدفق النفسي ومنها دراسة العبيدي (٢٠١٦) ودراسة زكي والنواب (٢٠١٨) ودراسة محمد والعتابي (٢٠١٩)، حيث استندت الباحثة الى تعريف (Csiksentmihaly ,1996): للتدفق النفسي كأطار نظري لاعداد المقياس.

– تحديد مفهوم التدفق النفسي حيث عرفه (Csiksentmihaly ,1996): هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزا شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل الجهد، وهذا الحالة المثلى تتحقق ايضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي او الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهمات ذات الأهداف المحددة التي تقدم تتغذي راجعه فورية. (Csiksentmihaly,1996: 46)

– تحديد مجالات التدفق النفسي وفق نظرية (Csiksentmihaly ,1996) وهي:

١– التوازن بين التحدي والمهارة (Challenge–Skill balance)

٢– اندماج الوعي بالفعل (Action Awareness)

٣– اهداف واضحة (Clear goals)

٤– تغذية راجعة غير غامضة (Unambiguous feedback)

٥– تركيز في المهمة (العمل، النشاط ،الدراسة) (Concentration)

٦- احساس بالضبط او السيطرة (Sense of control)

٧- غياب الوعي بالذات (Loss of self-consciousness)

٨- الاحساس بمرور الوقت (Time transformation)

٩- الاستمتاع الذاتي (Autotelic experience)

- صياغة عدد من الفقرات لكل مجال من المجالات التسعة من خلال الاطلاع على الادبيات السابقة والنظرية المتبناة حول التدفق النفسي.

وبذلك صاغت الباحثة (٣٣) فقرة بصيغتها الاولية موزعة على تسع مجالات، مستخدمة سلم البدائل الرباعي (تنطبق عليَ دائما - تنطبق عليَ احيانا - تنطبق عليَ نادرا - لا تنطبق عليَ ابدا) ملحق (٦)

الصدق:

الصدق الظاهري: للتحقق من صلاحيه فقرات المقياس فقد تم عرضها بصيغتها الاولية المكونة من (٣٣) فقرة موزعة على التسع مجالات ملحق (٦) على مجموعة من المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية ملحق (١) لتحديد الفقرات التي تحتاج الى تعديل او حذفها، فقد تم الاعتماد على نسبة (٨٠%) فأكثر من الاتفاق بين المحكمين للابقاء على الفقرة، وكانت جميع الفقرات صالحة بأستثناء الفقرة (٣) من مجال (التوازن بين التحدي والمهاره) والفقرة (٥) من المجال الثالث (اهداف واضحة) والفقرة (١-٢) من المجال السابع (غياب الوعي بالذات) ملحق(٧).

التحليل الاحصائي للمقياس

- **القوه التمييزية (المجموعتان المتطرفتان):)**: بعد تطبيق المقياس وتصحيح استجابات الطلاب وترتيب كل الدرجات الكلية من الدرجة الاعلى الى الدرجة الاقل وتم إختيار (٢٧%) من مجموع الاستمارات الحاصله على اعلى الدرجات و(٢٧%) من مجموع الاستمارات الحاصله على ادنى الدرجات، حيث كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل الاحصائي (٢٧١) استماره فإن نسبه ٢٧% هي (٧٣) أستماره، وعليه كان عدد استمارات المجموعتين (١٤٦) استماره وبعدها تم استخراج الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لكل فقره في المجموعتين العليا والدنيا، وتم استعمال الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين لمعرفة دلاله الفروق بين متوسطي المجموعتين الدنيا والعليا، حيث اظهرت النتائج ان جميع الفقرات دالة احصائيا وذلك لان القيمه التائيه المحسوبه اعلى من القيمه الجدوليه عند مستوى الدلاله (٠.٠٥) ودرجة الحريه (١٤٤) جدول (٤) يبين ذلك. وبذلك بقي المقياس يتكون من (٣٣) فقرة بصورته النهائية ملحق (٨).

جدول (٤)القوة التمييزية لفقرات المقياس

تسلسل الفقرة	المجموعه العليا		المجموعه الدنيا		القيمة التائيه المحسوبه
	المتوسط الحسابي	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	
١	٤,٤١٤	١,٠٦٥	٢,٣٧٥	١,٣٣٧	١٥,٨٢١
٢	٤,١٧٦	٠,٩٧٨	٣,٥٧٣	١,٠٦١	٥,٥٣٦
٣	٣,٨٠٦	١,٣٥٩	١,٧١٠	٠,٩٩٢	١٦,٥٢٧
٤	٣,٨٥٨	١,١٦٤	١,٧٢١	١,٠٦١	١٧,٩٨١
٥	٣,٨٧٥	١,٢٥٨	٢,١٥٩	١,١٠٩	١٣,٥٦٦
٦	٤,٠٩٦	١,٠٨٣	٣,٠٦٢	١,٣١٨	٨,٠٣٩
٧	٤,٤٨٣	١,٣٠٩	٢,٠٦٢	١,١٦٦	١٠,٧٤٥
٨	٣,٦٢٥	١,٣٧١	٣,١٠٢	١,١٦١	٣,٨٥٨
٩	٤,٥٥١	٠,٩٦٦	٣,١١٣	١,٢٦٤	١١,٩٨٣
١٠	٣,٨٠١	١,٢٥١	٢,٢٥٥	١,١٨٤	١١,٨٩٩
١١	٣,٩٢٦	١,٢٥١	٢,٣٩٧	١,٣١٨	١١,١٥٥
١٢	٣,٨٢٣	١,٢١٣	٣,٥٤٥	١,١٩٤	٢,١٧٠
١٣	٣,٦٨١	١,٣٨٦	٢,٠٨٥	١,١٦٠	١١,٧١٧
١٤	٣,٦١٩	١,٣٢٩	٢,٧٣٣	١,٢٥٦	٦,٤٢٦
١٥	٤,١٠٨	١,١٥٨	٢,٢٢١	١,١١١	١٥,٥٨٣
١٦	٣,٩٤٨	١,٢٥٧	٢,٩٦٠	١,٢٤٣	٧,٤١٧
١٧	٣,٦٤٧	١,٣٠٥	٢,٤٤٨	١,٣٢٥	٨,٥٤٩
١٨	٣,٦٧٠	١,٣٢٨	٣,٥٨٥	١,٢٥٧	٠,٦١٨
١٩	٤,١٠٨	١,٢٤٨	٢,٨٥٢	١,٣٢٦	٩,١٤٢
٢٠	٣,٨٢٣	١,٢١٣	٢,٤٠٩	١,١٢٥	١١,٢١٦
٢١	٣,٨٩٧	١,١٤٦	٣,١٤٢	١,٠٩٤	٦,٣٢٥
٢٢	٤,٢٤٤	١,٠٠٤	٣,٥٦٨	١,١٤٩	٥,٨٧٧
٢٣	٣,٨٢٣	١,١٩٤	٣,٧٢٧	١,٣١٥	٠,٧٢١
٢٤	٣,٩٠٣	١,١٣٩	٢,٤٦٥	١,٣٣٩	١٠,٨٤٥
٢٥	٣,٧٥٥	١,٣٤٩	٢,١٧٦	١,٢١٧	١١,٥٣٠
٢٦	٣,٦٩٠	١,٢٩٩	٢,٨٠٦	١,٢٢٦	٦,٥٨٠
٢٧	٤,٢٦٧	١,١٦٢	٢,١٧٦	١,٢٦٨	١٦,١٢٣
٢٨	٤,٠٩٦	١,٢٦٧	٣,٠١٧	١,٣٢٠	٧,٨٢٤
٢٩	٣,٩٥٤	١,٢٣٢	٣,٤٢٦	١,٢٩٨	٣,٩١٦
٣٠	٣,٩٥٤	١,٢٠٨	٢,٥٥٦	١,٢٤٩	١٠,٦٦٥
٣١	٣,٨٥٨	١,٢١٢	٢,٦٨٧	١,٤٣٣	٨,٢٦٨
٣٢	٤,٠١١	١,١٨٠	٣,٢٦١	١,٢٣٤	٥,٨١٧
٣٣	٤,١٠٨	١,٠٥٠	٣,٥٨٥	١,٢٤٨	٤,٢٥١

الثبات :

استخدمت الباحثة معامل الفا كرونباخ (Alfa–Cronbach) لحساب معامل الثبات، وقد أشار ثورندايك وهيجن (Thorandike & Hegen) إلى أن استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس، ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة تم أعتماد استمارات من عينة البحث عددها (١٠٠) استمارة ثم استعملت معادلة ألفا كرونباخ ، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠.٨٠)، وهو معامل ثبات جيد.

الفصل الرابع: تفسير النتائج

الهدف الاول: تعرف مستوى التفكير المستقبلي لدى طلبة الجامعة

لتحقيق الهدف طبقت الباحثة مقياس التفكير المستقبلي على العينة البالغة (٢٧١) وبعد تصحيح الاجابات كان المتوسط الحسابي للعينة (١٢٤.٥٠٩) وبانحراف معياري (١٤.٥٦٠)، ولمعرفة دلالة الفروق عند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (٦٧.٥)، وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، اظهرت النتائج ان هناك فرقا ذا دلالة احصائية حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٩.٤٥١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) وبدرجة حرية (٢٧٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥) جدول (٥).

جدول (٥) العينة ومتوسطها الحسابي والفرضي مع الانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس التفكير المستقبلي

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
٢٧١	١٢٤.٥٠٩	١٤.٥٦٠	٦٧.٥	٢٩.٤٥١	١.٩٦	٢٧٠	دالة

وتفسير ذلك يعود الى ان طبيعة الكلية وزيادة الاهتمام بنوع الخدمات التي تقدمها هذه الكلية في ظل التطور الحديث رسخت لديهم ضرورة الاهتمام بالمستقبل والتخطيط له، ليتمكنوا من مواجهة المجتمع ونتيجة الاحداث المقبلة، وادراك المشكلات، والتعامل مع الصعوبات وتأثيرها على كل جوانب حياتهم وطريقة اختيارهم للدراسة المناسبة والعمل، وحتى تمتد الى علاقاتهم الاجتماعية بالاخرين، وعليه كل هذه الامور أثرت بطريقة معينة على وجود مستوى جيد من مهارات التفكير للمستقبل لديهم، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الحويطي،٢٠١٨)

وتتفق هذه النتيجة مع نظرية (Macleod, 2005) والتي أكد فيها على دور الظروف البيئية والعوامل المحيطة بالفرد تكون ذات تأثير كبير على رفع مستوى التفكير المستقبلي لديه. (Macleod, 2005: 213)

الهدف الثاني: تعرف الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التفكير المستقبلي تبعا لمتغير النوع

وتحقيقا للهدف تم ايجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل مجموعة ضمن المتغير الواحد، إذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور (١٣٩.١٢٠) وبانحراف معياري (١٣.٣٠٩) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاناث (١٤٠.٠٨٧) وبانحراف معياري (١٤.٨٣٢) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٦٩) جدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بحسب النوع للتفكير المستقبلي

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد افراد العينة	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
ذكور	١٣٩.١٢٠	١٣.٣٠٩	١٤٩	١.٤٥٦	١.٩٦
اناث	١٤٠.٠٨٧	١٣.٣٠٩	١٢٢		

وتشير نتائج الهدف الثاني إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير النوع، ويعود ذلك الى ان جميع افراد العينة من ذكور واناث تتعرض الى نفس المتغيرات، ويدرسون بنفس المناهج التعليمة والمحاضرات النظرية والعملية بالاضافة الى انهم يتلقون الاهتمام بدون تميز وبالتالي لا يمكن ان تظهر فروق او اختلاف بينهم بمستوى التفكير المستقبلي، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (عزيز،٢٠١٨).

الهدف الثالث: تعرف مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة

لتحقيق الهدف طبقت الباحثة مقياس التدفق النفسي على العينة البالغة (٢٧١) وبعد تصحيح الاجابات كان المتوسط الحسابي للعينة (١٢٨.٣١٩) وبانحراف معياري (١٦.٥١٠)، ولمعرفة دلالة الفروق عند مقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي البالغ (٨٢.٥)، وعند استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، اظهرت النتائج ان هناك فرقا ذا دلالة احصائية حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٣٢.١٥١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) وبدرجة حرية (٢٧٠) ومستوى دلالة (٠.٠٥) جدول (٧).

جدول (٧) العينة ومتوسطها الحسابي والفرضي مع الانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس التدفق النفسي

عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
٢٧١	١٢٨.٣١٩	١٦.٥١٠	٨٢.٥	٣٢.١٥١	١.٩٦	٢٧٠	دالة

وتفسر هذه النتيجة وفقاً للاطار النظري المعتمد لكسكزنتيميهالاي بأن الطلبة يتصفون بوضوح الاهداف في دراستهم كما أنهم يمتلكون توازناً جيداً بين القدرات والتحديات المدركة في دراستهم الامر الذي انعكس إيجاباً على مهماتهم الدراسية مما اضفى عليهم تغذية راجعة واضحة الامر الذي ساعدهم على التعامل مع المتطلبات الدراسية وسمح لهم بتكييف أدائهم الدراسي مع

واقع التحديات الدراسية، وخاصة الاحداث الاخيرة والتطورات المستمرة في مجال التكنولوجيا اصبح ضروري التعامل معها وتوظيفها بما يتلائم وطبيعة النظام الدراسي الأمر الذي أدى بهم إلى التدفق النفسي، بالاضافة الى زيادة الوعي الثقافي والعلمي والفكري وانفتاح الشباب على الثقافات الاخرى ومعرفة الجوانب السلبية والايجابية لكل ثقافة والاستمتاع بها رسخت هذه الحالة لديهم اي حالة (التدفق النفسي). واتفقت هذه النتيجة مع دراسة (العبيدي،٢٠١٦) ودراسة (زكي والنواب، ٢٠١٨).

الهدف الرابع: تعرف الفروق ذات الدلالة الاحصائية في التدفق النفسي تبعا لمتغير النوع

وتحقيقا للهدف تم ايجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل مجموعة ضمن المتغير الواحد، إذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور (١٣٩.١٢٠) وبانحراف معياري (١٣.٣٠٩) في حين بلغ المتوسط الحسابي للاناث (١٤٠.٠٨٧) وبانحراف معياري (١٤.٨٣٢) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٦٩) جدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري بحسب النوع للتدفق النفسي

النوع	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد افراد العينة	القيمة التائية	
				المحسوبة	الجدولية
ذكور	١٣٩.١٢٠	١٣.٣٠٩	١٤٩	١.١٨٣	١.٩٦
اناث	١٤٠.٠٨٧	١٤.٨٣٢	١٢٢		

ويعود سبب هذه النتيجة الى ان التدفق النفسي لا يتعلق بجنس ونوع معين وانما هو حالة تسمح للافراد بالتطور والتعلم والوصول الى الخبرة المثالية بدون اي معوقات، وجاءت هذه النتيجة متطابقة مع دراسة (محمد والعتابي، ٢٠١٩) ودراسة (زكي والنواب، ٢٠١٨).

الهدف الخامس: تعرف طبيعة العلاقة بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي

للتعرف على طبيعة العلاقة بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، قامت الباحثة بأستخراج معاملات ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٦٩) جدول (٧) يوضح ذلك.

جدول (٧) معامل الارتباط بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي

العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
٢٧١	٠.٦٤٢	٠.١٢٣	دالة

واتضح ان هناك علاقة ارتباطية بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي، فطلبة الجامعة يمتلكون القدرات العقلية والمهارات الاكاديمية التي تساعدهم على مواجهة العقبات والصعوبات الدراسية والتغلب عليها فضلاً عن قدرتهم على إنجاز ما يسند إليهم من واجبات وبالتالي سوف تزيد لديهم من رغبة التفكير والتخطيط للمستقبل، خصوصا ان طبيعة دراستهم تسمح لهم بتوسع الافق

وزيادة المعلومات التي تواكب متطلبات العصر الحديث لضمان جودة انتاجيتهم لكي تعود عليهم بالفائدة العلمية والمادية والاجتماعية والاقتصادية.

الاستنتاجات:

في ضوء النتائج فكانت الاستنتاجات هي:

١- أن طلبة الجامعه يمتلكون تفكير مستقبلي.

٢- لاتوجد فروق بين الذكور والاناث في التفكير المستقبلي.

٣- ان طلبة الجامعة يتمتعون بالتدفق النفسي.

٤- لاتوجد فروق تذكر بين الذكور والاناث في التدفق النفسي.

٥- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التفكير المستقبلي والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.

التوصيات:

من خلال النتائج توصلت الباحثة الى عدد من التوصيات :

١- تطوير مهارات الطلبة وخبراتهم لزيادة الرغبة في التخطيط للمستقبل.

٢- الاهتمام بنوع المعلومات المقدمة للطلبة لانها ستصبح جزءً من خزينهم المعرفي الذي سيساعدهم على التعلم.

المقترحات:

واستكمالا لمتطلبات البحث تقترح الباحثة الاتي:

١- اجراء دراسة مماثلة على طلبة مدارس المتميزين او الموهوبين.

٢- اجراء دراسة مماثلة لتعرف العلاقة بين التفكير المستقبلي ومتغيرات اخرى (الاستقرار المعرفي، الانحياز الانفعالي).

المصادر:

- اباظة، امال (٢٠١١): مقياس التدفق النفسي، مطبعة الانجلو المصرية، القاهرة.
- بلبقرة، احمد (٢٠١٨): التدفق النفسي وعلاقته بالاداء الوظيفي، رساله ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعه قاصد مرباح- ورقلة.
- بن الشيخ، ربيعة (٢٠١٥): علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي ،رسالة ماجستير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصد مرباح-ورقلة.
- ابراهيم، عماد حسين حافظ (٢٠٠٩): أثر التفاعل بين أساليب عرض المحتوى ونمط الذكاء في تدريس للدراسات الاجتماعية على تنمية مهارات التفكير المستقبلي لدى تلاميذ المرحلة الثانية من التعليم الأساسي، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، مصر.

- أحمد محمد نجيب اليد (٢٠٠٣): فاعلية برنامج مقترح قائم على أدوات الجيل الثالث للتعلم الإلكتروني في تدريس الدراسات الاجتماعية على التحصيل المعرفي وتنمية الوعي لمواجهة الكوارث البشرية والتفكير المستقبلي لدى تلاميذ الحلقة الإعدادية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة سوهاج.
- ابو جادو، صالح محمد علي (٢٠١٢): علم النفس التربوية، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، الطبعة العاشرة، الأردن.
- ابو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد (٢٠١٣): حالة التدفق النفسي المفهوم والأبعاد والقياس، اصدارات شبكة النفسية العربية، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية.
- ابو حية، سمية زكي (٢٠١٩): التدفق النفسي والرضا عن العمل وعلاقتهما بالانسجام الاسري لدى مبرمجي الكمبيوتر بالمؤسسات الحكومية بمحافظات غزة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الاقصى- غزة.
- ابو صفية، لينا علي (٢٠١٠): فاعلية برنامج تدريبي مستند إلى حل المشكلات المستقبلية لدى عينة طالبات الصف العاشر في الزرقاء، أطروحة دكتوراه، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.
- برقي، ناصر علي (٢٠٠٥): تطوير منهج التاريخ للمرحلة الثانوية في ضوء بعض المشكلات المستقبلية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين الشمس.
- الحويطي، عواد بن حماد (٢٠١٨): درجة امتلاك طلاب كلية التربية والادب بجامعة تبوك لمهارات التفكير المستقبلي، مجلة البحث العلمي في التربية، العدد التاسع عشر.
- الجوراني، عمر محمد علوان (٢٠١٠)، التفكير الجانبي وعلاقته بسمات الشخصية على وفق انموذج قائمة العوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المستنصرية.
- جولمان، دانيل (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، ترجمة صفاء الاعسر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والادب الكويت.
- حافظ، عماد حسين (٢٠١٥): التفكير المستقبلي، الطبعة الأولى، دار العلوم للنشر والتوزيع، مصر.
- حجازي، مصطفى (٢٠١٢): اطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الايجابي، مؤسسة ديمو برس للطباعة، بيروت.
- حسين، محمد عبد الهادي (٢٠٠٧) :الذكاء العاطفي وديناميات قوة التعلم الاجتماعي، دار الكتاب الجامعي ،العين.

- الدرابكه، محمد مفضي الخلف (٢٠١٨): مهارات التفكير المستقبلي لدى الطلبة الموهوبين وغير الموهوبين (دراسة مقارنة)، مجلة القدس المقترحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، المجلد الثامن، العدد ٢٣
- زكي، الق ثائر والنواب، ناجي محمود (٢٠١٨): التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، مركز البحوث النفسية، العدد٢٨، الجزء الثاني.
- السعدي، جميل (٢٠٠٨): فعالية أستخدام بعض الأنشطة الاثرائية القائمة على اساليب استشراق المستقبل في تدريس مادة التاريخ بالتعليم العام بسلطنة عمان في تنمية مهارات التفكير المستقبلي، اطروحة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر.
- السيد، علياء رجب (٢٠١٨): نمذجة لبعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بحالة التدفق لدى عينة من طلاب كليات التربية بالسادات، اطروحة دكتوراه، كلية التربية، جامعة مدينة السادات.
- عبد الحسين، سرمد ابراهيم والعلي، ماجدة هليل (٢٠٢٠): علاقة مهارات التفكير المستقبلي بالانفتاح على الخبرة لدى طلبة الجامعة، مجلة جامعة جنوب الوادي الدولية للعلوم التربوية، الاصدار الخامس.
- العبيدي، عفراء ابراهيم (٢٠١٦): التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي، مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع.
- عياد، وائل محمود (٢٠١١): الميول المهنية والقيم وعلاقتها بتصورات المستقبل لدى طلبة كلية مجتمع غزة بوكالة الفوث الدولية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر.
- عيسوي، إبراهيم (٢٠٠٣): الدراسات المستقبلية في خطر مجلة الهلال، العدد ١١١، القاهرة.
- كورنيش، إدوارد (٢٠٠٧): الاستشراق، مناهج استكشاف المستقبل، ترجمة حسن الشريف، الدار العربية للعلوم، لبنان.
- محمد، زينب ماجد والعتابي، عبدالله مجيد (٢٠١٩): معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية ، جامعة واسط ، العدد ٣٧ ،الجزء الثالث.
- موسى، هناء محمود (٢٠١٢) التوافق النفسي والاجتماعي والمدرسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من الاطفال المعوقين سمعيا بمدينة بنغازي، كلية الاداب، جامعة بنغازي.
- الموسوي، عبد العزيز حيدر وشطب، انس محمود (٢٠١٦): التدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية، جامعة الكوفة، العدد (١٨).

- مؤمن، داليا محمد (٢٠٠٤): العلاقة بين السعادة وكل من الافكار اللاعقلانية واحداث الحياة السارة والضاغطة ،المؤتمر السنوي الحادي عشر ،مركز الارشاد النفسي ،جامعة عين الشمس.
- Armstrong.p. & Crombie,G. (2000): Compromise sinadolscents' occupational aspirations and expectations from grades 8 to 10. Journal of rotational Behavior.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). **The Psychology of Flow: Optimal Experience**. Harper and Row. New York
- _____ (1996).Creativity: flow and the psychology of discovery and inention.New York, Harper perennial; 4 tradition.
- _____ (2012): **flow(psychology)** 19 Wikipedia Articles, www.mark faster.net\ struc\mihaly_Csikzentmihalyi-wiki.pdf.
- Gabriel,Oettingen(2002):the Motivating Function of thinking About the Future Expectations versus Fanta Sies Journal of Personalitg and Socal PSY chaology copyright by the American Psychological Association, Inc,2002. Vol.83, no.5,1198_1212
- Havereren,V.R (2004): levels career decidedness and negative proquest_Dissertation. Abstracts no.AA.status, gender and academic class,proquest_ Disser tation_Abstra casino.AA
- Macleod, Conway, (2005): being and the anticipation of Future positive experiences: the role of income,Social network, and planning ability.Cognitive and Emotion,19(3),357_374
- _____ (2007): well-being and positive Future thinking for the self_versus others, cognition and emotion,21(5),1114,1124.
- Mathew Bettes (2013): Future Time Perspective: Examination of multiple Conceptualization and work_ related correlates, In partial Fal filament of the requirements for the degree master of Science IN psychology, Georjalnstitate of Technology.
- Stachowski, Alicia Ann (2011): A model of titmouse at work, Individual differences, Time-sensitive,and Performance, GEORGE, MASON University.