

القيمة التنبؤية للتفاؤل في التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر): دراسة مقارنة

عاطف الشرييني و أسماء العطية*

تاريخ قبوله 2019/6/23

تاريخ تسلم البحث 2019/3/5

The Predictive Value of Optimism in Psychological Flow: A Comparatives Study Among Faculty Members (Gulf States and Egypt)

Atef Elsherbi, Qatar University, Qatar.
Asma Al Attiyah, Qatar University, Qatar.

Abstract: The study aimed at identifying the relationship between the psychological flow and optimism among faculty members (Gulf States and Egypt), and identifying the predictive value of optimism in psychological flow. The sample of the study consisted of (124) faculty members from different universities in the Gulf and Egypt as follows: (20) Saudis, (19) Omanis, (40) Qataris and (45) Egyptians. The tools of the study included psychological flow scale (prepared by the researchers) and an optimism scale (Abdel-Khalek, 1996). The results of the study showed statistical significant differences in mean scores of faculty members in the Gulf and Egypt on the psychological flow scale, in favor of the Gulf States. The results also show statistical significant differences in mean scores of faculty members in the Gulf and Egypt on the optimism scale, in favor of the Gulf States. Finally, optimism was found to be predictive of psychological flow among faculty members.

(Keywords: Psychological Flow, Optimism, Comparative Study)

كما يرى ميهالي وسالي وجين (Mihaly; Sami & 2005) أن النظريات التي تقدم مبررات لدافعية الفرد إلى سلوك بذاته تشير إلى تفسيرات وأهداف مختلفة؛ فبعض التفسيرات تعتمد على الهدف البيولوجي للسلوك، حيث يرجع ذلك إلى الرغبة في إشباع حاجة من الحاجات الأساسية لتحقيق أهداف الوجودية والاستمرار في الحياة. كما أشار آخرون في تفسير السلوك إلى تحقيق أهداف شخصية "الأنا" من خلال حب السيطرة والنفوذ أو تحقيق أهداف شخصية "الأنا الأعلى"، من خلال سمة الاجتماعية والإبداع. كما أضاف وصفا مختلفا للسلوك يعتمد على التفسير "الفيثونولوجي" الذي يحاول أن يختبر بدقة الجانب المحسوس لدى الفرد،

ملخص: هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر)، كما هدفت معرفة القيمة التنبؤية للتفاؤل في التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس. وتكونت عينة الدراسة من (124) عضو هيئة تدريس من جامعات مختلفة من دول الخليج كالتالي: السعودية (20)، عمان (19)، قطر (40)، ومن مصر (45). واشتملت أدوات الدراسة على مقياس التدفق النفسي إعداد الباحثين، ومقياس التفاؤل (إعداد عبد الخالق 1996). وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التدفق النفسي لصالح أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التفاؤل لصالح أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج. وأخيراً كشفت النتائج إنه يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من التفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس.

(الكلمات المفتاحية: التفاؤل، التدفق النفسي، دراسة مقارنة)

مقدمة: يملك الإنسان قدرات إيجابية عديدة كي يتمتع بالحياة؛ فقد حباه الله بالتفاؤل والأمل، والإبداع، والقدرة على الاستمتاع بالعمل، والاستغراق في المهام والأنشطة المتنوعة في الحياة، كي تستمر الحياة مشرقة؛ فينعم بها ويعمرها أو يكون جديراً بالعيش فيها؛ فيحب نفسه ويقدرها، ويحب غيره ويتعامل معه برفق وإنسانية، ويعبد ربه على الوجه الذي ارتضاه له سبحانه، ولما لا وهو خليفة الله في كونه.

لقد اكتشف ميهالي (Mihaly, 1997) في الربع الأخير من القرن الماضي، من خلال آلاف المقابلات الشخصية، تجربة ذاتية شائعة تشتمل على تركيبات إدراكية وانفعالية مميزة تنساب داخل الأفراد، أطلق عليها حالة التدفق النفسي (Flow State) وهي عبارة عن التسلسل الحسي والانفعالي للفرد بداية من التوازن بين المهارات المدركة والتحديات المدركة مروراً بعملية التركيز الذي يؤدي إلى التحكم والضبط الذاتي، حتى يصل الفرد إلى الاستمتاع والتفوق في النشاط الممارس.

* جامعة قطر، قطر.

© حقوق الطبع محفوظة لجامعة اليرموك، إربد، الأردن.

وقد أظهرت نتائج العديد من الدراسات التي أجريت في السنوات الأخيرة (Delle & Massimini, 2005a; Delle; Bassi, & Massimini, 2008). أن حالة التدفق على وجه الخصوص، من بين مفاهيم علم النفس الإيجابي الأخرى بطبيعة الحال، حالة وجودية متعددة الجوانب، تتضمن مكونات معرفية ودافعية وانفعالية تقتزن معاً لتكون فيما بينها نوعاً من التكامل المتبادل.

ويشار إلى أن الدافعية للتدفق كمرغبة عامة لتحقيق التوازن بين المهارات والتحديات ثابتة نسبياً عبر الزمن، وتمثل نزعة عامة لدى بعض الأفراد. وترتبط سلبياً بمشاعر الضيق، وترتبط إيجابياً بالفعالية الشخصية، لكون الدافع للتدفق يفضي إلى المثابرة والاجتهاد لتحقيق الحاجات الشخصية، بناءً على تعيين الأفعال التي تزيد من احتمالات النجاح في السياقات المختلفة (Baumann & Francis, 2011; Scheffer, 2010).

ولا يمكن للمرء أن يجبر نفسه على الدخول في حالة التدفق؛ فحالة التدفق يتم الدخول فيها أثناء التعامل مع نشاط ما أو أداء مهمة معينة. وهي حالة تتحقق أكثر عندما يندمج الشخص بكامل منظومات شخصيته في أداء مهمة أو نشاط بدافعية داخلية تامة.

ويوجد ثلاثة شروط أساسية ينبغي أن تتوفر للوصول إلى حالة التدفق هي (Abou Halawa, 2013):

- (1) اندماج الشخص في نشاط يتضمن مجموعة واضحة تماماً من الأهداف، مما ينظم ويوجه مسار الأداء ووجهته في إطار مهمة أو نشاط جيد التركيب.
- (2) توافر نوع معقول من التوازن بين التحديات المدركة في بنية المهمة أو النشاط والمهارات التي يمتلكها الشخص، مما يعطيه الثقة في قدرته على أداء المهمة والقيام بالنشاط.
- (3) تضمن المهمة تغذية راجعة واضحة وفورية، مما يساعد الشخص على التعامل النشط والفعال مع أي تغيير في المطالب، وبما يسمح له بتعديل أدائه للاستمرار في حالة التدفق.

وقد صيغت أبعاد حالة التدفق حسب تصورات مارش وجاكسون (Marsh & Jackson, 1999) في دراسة لهم للتحقق من صدق مقياس حالة التدفق لجاكسون The Dispositional Flow Scale: DFS وذلك باستخدام نموذج راش الإحصائي. وبدأت الدراسة بالتأكيد على أن التدفق حالة سيكولوجية مثلى وصفت بالتفصيل في أعمال ميهالي (Mihaly, 1997). وتم تبينها أولاً في مجال الرياضة والأنشطة البدنية من علماء النفس الرياضي، وتم تبني الأبعاد التالية في هذه الدراسة (Korhn, 2007):

عندما يندمج في الأنشطة التي تتضمن السلوك المستقل، حيث يركز هذا النوع من التفسيرات على مواقف تحدث في وعي الفرد، تعرف بخبرة التدفق النفسي، والتي كانت نتيجة لأبحاث عديدة أشارت إلى قيام بعض الأفراد بالأنشطة الصعبة والخطيرة من أجل الوصول فقط إلى متعة الممارسة. وقد عرفوا حالة التدفق بأنها حالة ذاتية للفرد عندما يندمج كلياً في النشاط ويكون الانتباه مركزاً في العمل بكل طاقته.

كما يرى ميهالي وهنتر (Mihaly & Hunter, 2003) أن التدفق يمثل الاندماج الكامل في النشاط الذي يرجع إلى عدة سمات ذاتية وتوجهات بيئية.

وهناك سمات ذاتية وتوجهات بيئية في النشاط تضم مكونات معرفية متعددة تشكل الشعور بحالة التدفق النفسي منها: تحديد الأهداف وإدراك التوازن بين التحديات والمهارات، مع زيادة التركيز الذي يتطلب أن يكون لدى الشخص الرغبة في التدريب والمنافسة من خلال حالة من المشاعر الوجدانية الإيجابية، التي تؤدي إلى ردود فعل إيجابي تجاه النشاط الممارس (Vlachopoulos; Karageorghis & Terry, 2000).

ويعود طرح مفهوم التدفق إلى عالم النفس الأمريكي الجنسية، المجري الأصل، ميهالي (1975)، واعتبره مفهوماً ومكوناً نفسياً مفيداً في وصف وفهم وتفسير المظاهر السلوكية التي تتميز بالتالي أولاً: الاستغراق التام في أداء المهام، وثانياً: الإحساس بالمتعة والنشوة أثناء ذلك الاستغراق. ويؤكد جولمان (Golman, 2006) على هذا المعنى في تعريفه للتدفق، حيث أشار إلى أن الإطار العام للتدفق يمثل حالة الابتهاج التلقائي أثناء أداء مهمة ما أو فعل معين، وثالثاً: فقدان الإحساس بالذات، وأخيراً الإثابة الذاتية، وتتضمن خبرة التدفق توازناً بين مهارات الشخص والتحديات المرتبطة بالمهام التي يؤديها (Abou Halawa, 2013).

وتسهم دراسة التدفق في إثراء ميدان علم النفس الإيجابي من ثلاثة أوجه: الأول:لقاء الضوء على ظاهرة الخبرة المثالية أو القصوى (Optimal Experience). والثاني: توسيع وإثراء الفهم للتداعيات طويلة الأجل للخبرة القصوى أو المثالية وعلاقتها بالسعادة العامة أو طيب الحياة، والثالث: تفضي إلى فهم أفضل للعوامل الميسرة أو المعوقة للخبرة المثالية أو القصوى (2002 Nakamura & Mihaly). ويقصد بالخبرة القصوى أو المثالية وفقاً (Delle, 2009) الخبرة النفسية الكلية التي يشعر بها البشر حال اندماجهم التام في الخبرات والأنشطة والمهام التي يتعاملون معها.

وبمراجعة أدبيات مجال علم النفس الإيجابي يلاحظ الباحثان تنوع الآراء حول مفاهيم مثل: التنعم، والتدفق أو الخبرة القصوى؛ فمن الباحثين من اعتبرها انفعالا، ومنهم من اعتبرها تكويناً معرفياً بحثاً، في حين ذهب نفر ثالث إلى اعتبارها مكوناً من مكونات نظام الدافعية في الشخصية.

وهناك من ينظر إليه (Carver; Sheier; Miller & Fulford, 2009) على أنه توقع أشياء جيدة في الحياة. ويرتبط هذا التوقع الإيجابي بالوجود الشخصي الأفضل للفرد، حتى في الظروف الضاغطة والصعبة.

وتتلخص أسباب التفاؤل في أولاً: الحلم، ويقصد به أن الإنسان يحلم أثناء النوم بشيء معين في إلحاق خير به، فإذا وجده في صحوه تفاعل به، وانعكس على سلوكه.

ثانياً: تقليد الآباء، حيث يعلمون الأبناء أن شيئاً معيناً هو مصدر الخير، ومن ثم يرسخ في ذهن الأبناء ذلك الشيء.

ثالثاً: الحب، إن الإنسان إذا أحب شيئاً معيناً، فإذا حدث خير له نسبة لهذا الشيء (Marbah & Bilal, 2017).

ويرى السلوكيون أن التفاؤل - كغيره من السلوك - يمكن تعلمه من خلال الاقتران، أو على أساس الفعل المنعكس الشرطي. ويمكن اعتبار التفاؤل من الاستجابات المكتسبة الشرطية؛ فتكرار ظهور مثير ما بشيء، سار يترتب على هذا المثير التفاؤل عند شخص آخر (Abdul Karim, 2013).

ويرى باندورا صاحب نظرية التعلم الاجتماعي أن التفاؤل يمكن أن يكتسبه الفرد من خلال التقليد والمحاكاة لسلوك الآخرين متى توفر الدافع (Salim, 2006).

ويعتبر أصحاب الاتجاه المعرفي أن اللغة والتفكير تكون إيجابية بشكل انتقائي لدى المتفائلين، إذ يستخدم الأفراد المتفائلون نسبة أعلى من الكلمات الدالة على الإيجابية، مقارنة بالكلمات السلبية، سواء أكانت في الكتابة أو الكلام أو التذكر الحر، فهم يتذكرون الأحداث الإيجابية قبل السلبية (Al-Yahfoufi, 2002).

وللتفاؤل نوعان: الأول التفاؤل الديناميكي وهو اتجاه عقلائي إيجابي نحو إمكانياتنا الفردية أو الجماعية. وكذلك ينظر إلى أن التفاؤل الديناميكي على أنه يهيئ الظروف للنجاح من خلال التركيز على القدرات والفرص (Salim, 2006). والثاني هو التفاؤل غير الواقعي وهو تفاؤل لا يبرره منطق أو خبرة سابقة. ومن الممكن أن يعمي صاحبه عن رؤية المخاطر المحتملة، ويؤدي به إلى تجاهل المشاكل الصحية التي يمكن أن يمر بها تفاؤلاً منه بمستقبل أفضل، مما قد يستعصي بعدها علاجه من بعض الأمراض إلى علاج مبكر (Al-Khader, 1999).

وهناك عديد من العوامل التي تؤثر في التفاؤل لدى الأفراد ومنها: العوامل البيولوجية وتشمل المحددات الوراثية والاستعدادات الموروثة، والعوامل البيئية، حيث يلعب الوسط الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد دوراً في التفاؤل (Plomin; Scherier & Bergman, 2006)، ومنها المواقف الاجتماعية المفاجئة؛ فالتعرض للضغوط والمواقف الصادمة والأمراض الجسمية قد يكون له أثر بالغ على حالة الفرد النفسية

(أ) التوازن بين التحدي - المهارة (Challenge-Skill Balance): ففي حالة التدفق، يتوافر لدى الفرد شعوراً بأن قدراته تتسق مع المطالب التي تقتضيها المهام التي يقوم بها.

(ب) دمج الوعي بالفعل (Action-Awareness Merging): ويتحقق فيه اندماج عميق جداً في المهام. وبالتالي صدور أفعال تلقائية من الفرد، غالباً ما تكون ذات طابع سلسل، تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية.

(ج) أهداف واضحة (Clear Goals): ويقترن بذلك إحساس بالثقة والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به الفرد.

(د) تغذية راجعة مفهومة (Unambiguous Feedback): ففي حالة التدفق، يتلقى الفرد تغذية راجعة فورية وواضحة، ويصاحب ذلك ثقة من أن كل شيء يسير وفق خطة شديدة الوضوح.

(هـ) تركيز في المهمة (Concentration on Task at Hand): وهو ما يعرف بأسر المهمة للفرد.

(و) الإحساس بالضبط (Sense of Control): فما يميز هذا الإحساس أن حالة التدفق تحدث بدون مجهود شعوري.

(ز) غياب الشعور بالذات (Loss of Self-Consciousness): فالاهتمام بالذات يتناقص إذ يصبح الفرد متوحداً مع المهمة وجزءاً منها.

(ح) تبدل إيقاع الزمن (Transformation of Time): فإما أن يتملك الفرد إحساساً بأن الزمن يمر بسرعة شديدة أو ببطء شديد.

(ط) الاستمتاع الذاتي (Autotelic Experiences): وهي غاية كون الفرد في حالة تدفق. وتمثل إحساساً يمتلك الفرد بالقيام بالعمل كغاية في حد ذاته، دون انتظار لإثابة أو فائدة في المستقبل.

كما احتلت دراسات التفاؤل اهتماماً كبيراً من الباحثين نظراً لارتباطها بالصحة النفسية والجسمية للفرد، حيث أكدت مختلف النظريات على ارتباط التفاؤل بالسعادة والإنجاز والنظرة الإيجابية للحياة (Abdul Karim, 2013).

وأرجع فرويد منشأ التفاؤل للمرحلة الفمية. وذكر أن هناك سمات وأنماط شخصية فمية مرتبطة بتلك المرحلة ناتجة عن عملية التثبيت. ويرجع ذلك إلى التبدل والإفراط في الإشباع أو إلى الإحباط والعدوان (Abdul Rahman, 1998).

ويعرّف عبد الكريم (Abdul Karim, 2013) التفاؤل بأنه توقع الفرد للأحداث التي ستحصل له في المستقبل بأنها ستكون بشكل أفضل وستجلب الخير والسعادة له.

فيما يرى آخرون (Aspinwall & Tedeschi, 2010) أنه سمة تعكس توقعات الفرد الإيجابية للأحداث وتنبئ بكيفية مواجهته لأحداث الحياة الضاغطة.

ذلك بصورة إيجابية في السلوك والتفاعل بين الآخرين، مما يعزز حالة التدفق النفسي. ثانياً: نتائج دراسات التفاؤل: أكدت نتائج دراسة قدومي (Kaddoumi, 2018) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التفاؤل وجودة الحياة والسعادة. وأشارت نتائج دراسة ديكوش (Dikuchi, 2017) إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التفاؤل والرضا عن الحياة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التفاؤل لصالح الإناث. كما أسفرت نتائج دراسة عبد الخالق وليستر (Abdel-Khalek & Lester, 2010) عن وجود علاقة ارتباط دالة بين السعادة والتفاؤل والأمل والصحة النفسية والصحة الجسمية والانفعال الإيجابي والرضا عن الحياة، كما تبين أن التفاؤل يعد متنبأ بالسعادة. ثالثاً: نتائج دراسات جمعت بين التدفق النفسي والتفاؤل: وجد الباحثان ندرة في الدراسات التي جمعت بين متغيري البحث، حيث أظهرت نتائج دراسة جاكمان (Jackman, 2016) وجود علاقة بين الصلابة الذهنية والتدفق لدى الرياضيين. كما أظهرت النتائج العديد من المتغيرات النفسية المرتبطة بالتدفق منها: الثقة بالنفس، والكمالية، وتوجه الهدف، والتفاؤل. وأشارت نتائج دراسة فيلي وبيرت (Vealey & Perritt, 2015) إلى أن المستويات العليا من الصلابة والتفاؤل كانت تنبئ بالتدفق لدى الرياضيين. كما أشارت نتائج دراسة ناصيف (Nassif, 2015) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية وفق متغير النوع (ذكور، إناث) في كل من: التفاؤل المتعلم، والإبداع الانفعالي، والتدفق النفسي. كما كشفت النتائج علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين كل من: التفاؤل المتعلم والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا؛ الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا. كما أظهرت النتائج إسهام متغيري التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي في التدفق النفسي.

ومن خلال استعراض الدراسات السابقة يظهر ارتباط متغير التدفق النفسي بعدد من المتغيرات الإيجابية كالطموح (Mahmoud, 2018)، (Shatab, & Almuswi, 2016)، (Benhan, 2016) والتفكير الإيجابي، وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى (Abdo & Khalaf, 2016)، والدوافع والميول (Ayşe et al., 2015)، وفهم التدفق لدى الأكاديميين (Avin et al., 2015). كما ظهر ارتباط متغير التفاؤل بعدد من المتغيرات الإيجابية كالسعادة وجودة الحياة (Kaddoumi, 2018)، والرضا عن الحياة (Dikuchi, 2017)، (Marbah & Bilal, 2017)، وأساليب التفكير (Hamouda & Zaki, 2015)، والعلاقات الأخوية (Aljawarinat, 2014)، والسعادة (Abdel, Khalek & Lester, 2010)، ووجد الباحثان ندرة في الدراسات التي تجمع بين متغيرات البحث وتركزت أغلبها على عينة من الرياضيين مثل: دراسة جاكمان (Jackman, 2016) وهدفت الكشف عن العلاقة بين الصلابة الذهنية والتدفق لدى الرياضيين والمتغيرات النفسية المرتبطة بهما، ودراسة فيلي وبيرت (Vealey & Perritt, 2015) التي اهتمت بالكشف عن الصلابة والتفاؤل

وتوقعاته ونظرتة للمستقبل (Abdel-Khalek, & Laster, 2006). كذلك مستوى التدين من العوامل المؤثرة في مستوى التفاؤل كما أظهرت دراسة بيلى (Bailey, 2005).

وبيئت أدبيات البحث العلاقة بين متغيري التدفق النفسي والتفاؤل؛ وأن هناك عوامل عديدة من شأنها التأثير في التدفق النفسي. ويتفق تعريف قاموس الجمعية الأمريكية لعلم النفس الإيجابي مع تعريف كل من بارك وسليجمان وميهالي (Park, 2000, Seligman & Mihaly, 2003) بأن: مجال علم النفس الإيجابي على المستوى الذاتي أو الشخصي هو علم يهتم بدراسة وتحليل الخبرات الشخصية الذاتية المقدر، أو ذات القيمة مثل: الرفاهية الشخصية أو جودة الوجود الذاتي الشخصي، القناعة، والرضا (في الماضي)، الأمل والتفاؤل (في المستقبل)، التدفق والسعادة (في الحاضر).

ويعتمد العلاج النفسي الإيجابي وعلى رأسها التدفق النفسي مجموعة من الاستراتيجيات باعتباره إحساساً يشعر به الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل. كما جعل من التفاؤل أحد هذه الاستراتيجيات؛ فالمتفائل ينظر إلى الأحداث السيئة بأنها تحدث بسبب عوامل خارجية غير مستقرة، بينما الأحداث الجيدة تحدث بسبب العوامل الداخلية (Ghonaim; Wahiba & Adawi, 2017).

ولا تتعد علاقة التفاؤل إذ يرتبط التدفق النفسي معه بصورة واضحة من خلال الدراسات ذات الصلة: من خلال فحص أدبيات علم النفس ذات الصلة بمتغيرات البحث، يمكن عرض بعض نتائج الدراسات ذات الصلة على ثلاثة محاور أولاً: نتائج دراسات التدفق النفسي: حيث أشارت نتائج دراسة محمود (Mahmoud, 2018) إلى وجود علاقة بين التدفق النفسي والطموح. وأكدت دراسة شاتاب والموسوي (Shatab & Almuswi, 2016) على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص، ولصالح التخصص العلمي. كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التفكير الإيجابي (عالي ومنخفض) لدى طلبة الجامعة، لصالح التفكير الإيجابي العالي، وأوضحت نتائج دراسة آيس وإفرين وويجر (Ayşe; Evren & Uğur, 2015) أن هناك علاقة ارتباطية بين كل من معايير السن والتعليم وأبعاد المقاييس المستخدمة في الدراسة. كما أشارت النتائج إلى أنه في حال عدم وجود الحافز لدى الرياضيين، انخفض الأداء الأمثل لهم، مع زيادة الرغبة في التعزيز واحترام القيم مع تقدم العمر. وأشارت النتائج إلى انخفاض الحالة المزاجية لحالة التدفق مع التقدم في السن، كما توصلت نتائج دراسة أفينا وآخرون (Avin; Mendonca; Mishra & Sanket, 2015) أن الحاجات النفسية المختلفة تزيد من حالة التدفق النفسي، كما أشارت النتائج على وجود علاقة بين التدفق وأبعاد سمات الشخصية (الانفتاح على الخبرة، والضمير) وانعكاس

المراهقون وتفاؤلهم وتشاؤمهم. وأشارت دراسة أيوب وعبد الخالق (Ayoub & Abdul Khaliq, 2012) إلى أن متوسطات الإناث أعلى جوهرياً من متوسطات الذكور في مقياسي الدعم الاجتماعي، والتفاؤل. وكشفت دراسة صادق ومحمد (Sadiq & Mohamed, 2012) أن متغيري الأمل والتفاؤل أسهما في تفسير تباين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة، وكذلك دراسة جودة وأبو جراد (Jouda & Abu Jarad, 2011) التي كشفت أن الأمل والتفاؤل منبئات بالسعادة، وتوصلت دراسة بخيت (Bakhit, 2011) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين السعادة وكل من التفاؤل لدى معلمات رياض الأطفال، كما يمكن التنبؤ بالسعادة من خلال معلومية درجات مقياسي التفاؤل وقلق المستقبل. وخلصت دراسة إسماعيل وشحاته (Ismail & Shehata, 2010) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أبعاد معنى الحياة والتفاؤل والتشاؤم لدى عينة الدراسة، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي معنى الحياة في التشاؤم والتفاؤل.

وقد سادت الأفكار السلبية نتيجة الواقع المؤلم، مما جعل من الأفكار السالبة مسيطرة على الأفكار الموجبة. ومما لا شك أن تراكم هذه الأفكار يؤدي إلى الأعراض النفسية الجسمية المصاحبة لحالات الغيظ والمرارة، مما ينتج عنها عديد من الأمراض؛ ذلك أن الأفكار تسيطر على العواطف، وتؤثر في النهاية في تشكيل سلوك الفرد، وأن المتشاؤم يتوقع الشر وينظر للحياة نظرة سلبية، تؤثر بالسلب على حالة التدفق النفسي لديه (Shatab & Almuswi, 2016).

وقد لاحظ سليجمان (Seligman, 2002) ارتباط التفاؤل بالأسلوب التفسيري، وهي الطريقة التي يفسر بها الأشخاص كيفية وسبب الأحداث بالطريقة التي يريدونها. ففي هذا النموذج التفسيري تؤثر التفسيرات السلبية للأشخاص المتعلقة بأحداث الماضي على توقعاتهم الخاصة في السيطرة على الأحداث المستقبلية، وبالتالي تؤثر التفسيرات على المشاعر والسلوك؛ فعندما يمر الإنسان بموقف مزعج، يميل في معظم الأحيان إلى تبني تصور معين لسبب حدوث هذا الموقف المزعج، فكلما كانت الأسباب المدركة للموقف قريبة من قدرة الفرد على الضبط والتحكم والمرونة زاد احتمال مواجهته للموقف بطريقة فعالة، وهذا هو بالضبط التفكير التفاؤلي (Al-Barzanji, 2010).

كما أشارت دراسة مصطفى وزغلول (Mustafa & Zaghoul, 2016) إلى وجود فروق دالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى إلى الجنس، ولصالح الذكور في جميع المحاور (توازن التحدي مع المهارة، تغذية عكسية واضحة، التركيز في الأداء، الإحساس بالتحكم، الخبرة الذاتية الإيجابية، الاندماج في الأداء، فقد الوعي الذاتي، تحول الوقت). كما دعم ذلك يوسف (Youssef, 2014) معتمداً على الاختلافات الفسيولوجية والبيولوجية بين الجنسين، وما يعكس ذلك من عوامل نفسية تتأثر بتلك المتغيرات وما تشكله البيئة من فروق في العوامل الثقافية بين الجنسين.

كمنبئين للتدفق لدى الرياضيين، وأخيراً دراسة ناصيف (Nassif, 2015) جمعت بين التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، كما لم يجد الباحثان في الدراسات المختلفة دراسة التدفق النفسي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس.

مشكلة الدراسة

يعد التدفق النفسي واحداً من استراتيجيات الإرشاد النفسي الإيجابي، حيث إن الإرشاد والعلاج النفسي الإيجابي يعتمد على مجموعة من الاستراتيجيات الجديدة، ومن أهمها: غرس الأمل، وبناء القوة الحازمة التي تعمل كحائط صد ضد تعرض الفرد للإصابة بالاضطرابات النفسية المختلفة. ومن هذه القوى المستعملة في العلاج النفسي الإيجابي: الشجاعة، والاستبصار، والتفاؤل، وتحديد الهدف، والقدرة على السعادة الواقعية، والتدفق، والكفاءة الذاتية (Attallah & Abdel-Salam, 2013).

وقد ارتبط التدفق النفسي بعديد من المتغيرات النفسية الإيجابية منها: دراسة بنهان (Benhan, 2016) التي بحثت العلاقة بين التدفق النفسي والتفكير الإبداعي من خلال فعالية برنامج الإرشاد بالمعنى، ودراسة عبده وخلف (Abdo & Khalaf, 2016) التي كشفت العلاقة بين التدفق وعوامل الشخصية الخمسة الكبرى، ودراسة شيخ (Sheikh, 2015) التي أشارت إلى عدم وجود علاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى معلمي التعليم الثانوي، ودراسة أحمد وزكي (Ahmed & Zaki, 2013) التي أشارت في نتائجها إلى الكشف عن إسهام درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي لدى عينة الدراسة في التنبؤ بدرجاتهم في التدفق النفسي، كما أكدت دراسة باهاس (Bahas, 2010) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التدفق النفسي والقلق الاجتماعي. كما أشارت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى المراهقين مستخدمي الإنترنت.

وقد ارتبط متغير التفاؤل بعديد من المتغيرات النفسية الإيجابية وأسهم في التنبؤ ببعضها في العديد من الدراسات منها: دراسة مرباح وبلال (Marbah & Bilal, 2017) والتي بحثت عن وجود علاقة ارتباطية بين التفاؤل والتشاؤم والرضا عن الحياة، ودراسة حمودة وزكي (Hamouda & Zaki, 2015) التي لم تكشف علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أي من أساليب التفكير الخمس (المثالي، والتحليلي، والتركيبي، والعملي، والواقعي) والتفاؤل والتشاؤم. كما أشارت نتائج دراسة الجوارنة (Aljawarinat, 2014) إلى وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث على مقياس التفاؤل لصالح الإناث، ودراسة بحري ويزيد (Bahri & Yazid, 2014) التي أشارت إلى وجود علاقة دالة وموجبة بين التفاؤل وأساليب التعامل مع الضغوط النفسية المركزة على المشكل ببعديه (حل المشكل، والبحث عن الدعم الاجتماعي). كما أكدت دراسة عبد الكريم (Abdul Karim, 2013) وجود علاقة بين أنماط المعاملة الوالدية كما يدركها

هذه الأهمية في طرح فكرة إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال شخصية عضو هيئة التدريس وتفاوله.

أما الأهمية التطبيقية: انبثقت من أهمية التدفق النفسي والتفاؤل في فهم وتفسير مواقف التعلم وأدائه التدريسي، وتقييم أدائه الأكاديمي وغير الأكاديمي في الجامعة. لهذا يمكن الإشارة إلى أن أهمية البحث الحالي التطبيقية تتعلق بإعداد أدوات يمكن للباحثين الاستعانة بها في قياس المتغيرات السابقة. كما يمكن للتربويين والمعنيين توظيف نتائج الدراسة في تحسين أساليب تدريس عضو هيئة التدريس، وتقديم برامج وأنشطة مدرسية قائمة على فهم عميق لخصائص أعضاء هيئة التدريس الشخصية تسهم في تنمية التدفق النفسي لديهم سواء أكان سلوكياً أم انفعالياً أم معرفياً، بما يمكنهم من الإقبال على المشاركة في المهام الجامعية والأكاديمية والتفاعل مع الآخرين، وتنمية اتجاهاتهم الإيجابية نحو العمل في الجامعة.

محددات الدراسة

تحددت حدود البحث من خلال أعضاء هيئة التدريس الذين وافقوا على المشاركة في البحث من كليات مختلفة من جامعات مختلفة من دول الخليج كالتالي: (السعودية، جامعة جازان20)، (عمان، جامعة قابوس 19)، (قطر، جامعة قطر 40)، ومن (مصر، جامعة عين شمس 45) باجمالي (124) عضو من أعضاء هيئة التدريس، خلال الفصل الدراسي الثاني 2018.

مصطلحات الدراسة

تحددت مصطلحات الدراسة في المفاهيم التالية:

التدفق النفسي

حالة انفعالية آنية عندما يكون عضو هيئة التدريس مندمجا تماما في الأداء في موقف تكون فيها المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات هذا التحدي. وفيها يعيش الشخص حالة تغير للوعي في الأداء وانغماس في النشاط دون الشعور بالزمن. ويُعرّف إجرائياً بالدرجة الكلية التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس على مقياس التدفق النفسي إعداد الباحثين.

التفاؤل

نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الخير ويرنو إلى النجاح ويستبعد ما خلا ذلك (Abdul Khaliq, 2000). ويُعرّف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس في مقياس التفاؤل.

ويرى شاتاب والموسوي (Shatab & Almuswi, 2016) أن الإنسان المتفائل تتميز نظرتة للأمر بصورة إيجابية، ويفسر العثرة بوجود عوامل خارجية غير مؤاتية، لا تؤذي صورة الذات أو الحكم على قيمتها، كما يرد أسباب النجاح إلى قواه الذاتية.

ومن خصائص المتفائلين كما ذكر ساباتي (Sabati, 2017) الثقة بالنفس، والاتصاف بالمرونة من أجل الوصول إلى أهدافهم، وتقسيم المهام الضخمة لمهام صغيرة لتحقيقها.

ويرى الباحثان، من خلال عملهما في عدة جامعات عربية، تأثير التفاؤل في أداء عضو هيئة التدريس وقدرته على إنجاز المهام الموكلة بها، سلبا وإيجابا تبعاً لنظرتة الإيجابية أو السلبية للأحداث المحيطة به وتأثير ذلك عليه بحثاً وتدريساً وعطاءً.

وتقود النتائج السابقة التي كشفت عنها أدبيات علم النفس في التدفق النفسي والتفاؤل البحث الحالي إلى محاولة الكشف عن العلاقات البيئية للمتغيرات السابقة، ومدى إمكانية التنبؤ بالتدفق لأعضاء هيئة التدريس من خلال التفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس. ونتيجة لتباين نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بالفروق في التدفق النفسي بين الأفراد وفقاً لبعض المتغيرات؛ فإنه يسعى كذلك لتبيان تلك الفروق في التدفق النفسي فيما بينهم، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- هل توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر)؟

- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التدفق النفسي؟

- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التفاؤل؟

- هل يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من التفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر)؟

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية إلى معرفة الفروق في التدفق النفسي بين بعض المتغيرات المرتبطة بأعضاء هيئة التدريس في الجامعة، ثم التعرف إلى وجود علاقة بين التدفق النفسي والتفاؤل. كما يهدف لبيان إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال التفاؤل وتعرف مقدار إسهامها في التدفق النفسي لدى عضو هيئة التدريس بالجامعة.

أهمية الدراسة

تحددت أهمية الدراسة في الأهمية النظرية التي تناولت العلاقة بين متغيري: التدفق النفسي والتفاؤل، والتي لم تتناولها الدراسات السابقة ومن خلال تقديم إطار نظري حول المتغيرات السابقة يُمكن الباحثين من تناولها بالبحث والدراسة في المستقبل. كما انعكست

الطريقة

منهج الدراسة

هدفت الدراسة إلى محاولة التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال التفاؤل وتوجهات الهدف، لهذا فإن المنهج الوصفي هو الأكثر ملاءمة لتحقيق هذا الهدف؛ فالبحوث الوصفية تدرس العلاقات الارتباطية بين المتغيرات، كما تنتبأ بحدوث تغير في متغيرات ما نتيجة التغير في متغيرات أخرى مستخدمة أساليب إحصائية متقدمة، مثل: تحليل الانحدار وتحليل المسار والتحليل العملي وغيرها.

عينة الدراسة

تم تطبيق المقياس في صورته الأولى على العينة الاستطلاعية، وقد بلغ عدد أفرادها (35) عضواً من أعضاء هيئة التدريس يمثلون نفس أفراد المجتمع الأصلي لعينة الدراسة؛ وذلك للتأكد من صدق وثبات المقياس، ثم اختيرت عينة البحث بطريقة غير عشوائية من بين أعضاء هيئة التدريس الذين وافقوا على المشاركة في البحث من جامعات مختلفة من دول الخليج كالتالي: (السعودية، عمان، قطر)، ومن (مصر) بإجمالي 124 عضواً من أعضاء هيئة التدريس، واستخدمت درجاتهم في التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

أدوات الدراسة

مقياس التدفق النفسي (إعداد الباحثين)

هدف المقياس التعرف على درجة التدفق النفسي بأبعاده لدى أعضاء هيئة التدريس. وقد مرّ هذا المقياس بعدة خطوات حتى وصل إلى صورته النهائية وهي على النحو التالي: أولاً: تم الاطلاع على بعض الدراسات والأبحاث السابقة المتعلقة بالتدفق النفسي، مثل دراسات: مقياس التدفق النفسي (Khuzam; Shawki & Farid, 2016)، مقياس التدفق النفسي (Jackson & Marsh, 1996)، مقياس التدفق النفسي (Bahas, 2010)، ومقياس

التدفق (Sadiq, 2009). وتكون المقياس في صورته المبدئية من (40) فقرة يُجاب عنها بمقياس تدرجي من (1-5)، بطريقة ليكرت كالتالي: (موافق بشدة 5)، (موافق 4)، (محايد 3)، (معارض 2)، (معارض بشدة 1).

وتقيس (تسعة) أبعاد فرعية، لكل بعد أربع فقرات هي كالتالي: التوازن بين التحدي - المهارة، دمج الوعي بالفعل، أهداف شديدة الوضوح، تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة، تركيز تام في المهمة، الإحساس بالضبط والسيطرة، غياب الشعور بالذات، تبدل إيقاع الزمن أو الوقت، الاستمتاع الذاتي. ثانياً: تم عرض المقياس على مجموعة من السادة الأساتذة المتخصصين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس. ثالثاً وأخيراً: تم تطبيق المقياس في صورته الأولى على العينة الاستطلاعية والتي بلغ عدد أفرادها (35) عضواً من هيئة التدريس يمثلون نفس أفراد المجتمع الأصلي لعينة الدراسة؛ وذلك للتأكد من صدق وثبات المقياس.

الخصائص السيكومترية للمقياس: تحقق الباحثان من كفاءة المقياس السيكومترية من خلال ما يلي:

صدق المحكمين

قام الباحثان بعرض المقياس في صورته المبدئية على مجموعة من أساتذة علم النفس، وأسفرت مقترحاتهم عن تعديل صياغة بعض الفقرات وحذف بعضها، ليصل إجمالي عدد الفقرات المقياس في صورته النهائية بعد التحكيم إلى (36) فقرة.

صدق المفردات

ظهر ذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين فقرات كل عامل والدرجة الكلية للعامل الذي ينتمي إليه، ويوضح الجدول (1) معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية على البعد الذي تنتمي إليه.

جدول (1): يوضح قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية على البعد الذي تنتمي إليه

معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	البعد
.701**	S25	.919**	S13	.915**	S1			الأول
.913**	S26	.930**	S14	.684**	S2			
.901**	S27	.918**	S15	.933**	S3	الرابع		
.922**	S28	.816**	S16	.911**	S4			
.791**	S29	.899**	S17	.923**	S5			الثاني
.960**	S30	.950**	S18	.965**	S6			
.922**	S31	.939**	S19	.775**	S7	الخامس		
.949**	S32	.902**	S20	.914**	S8			

المعامل الارتباط	الفقرات	البعد	المعامل الارتباط	الفقرات	البعد	المعامل الارتباط	الفقرات	البعد
.847**	S33		.926**	S21		.948**	S9	
.708**	S34	التاسع	.943**	S22	السادس	.966**	S10	الثالث
.788**	S35		.956**	S23		.890**	S11	
.806**	S36		.840**	S24		.936**	S12	

بالذات بين (0.701) و(0.922)، وفي بعد تبدل إيقاع الزمن بين(0.791) و(0.960)، وفي بعد الاستمتاع الذاتي بين (0.708) و(0.847). وجميعها تشير إلى صدق مقياس التدفق النفسي.

الثبات

تم حساب الثبات باستخدام معامل كرونباخ ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للتدفق النفسي، وجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2): معاملات ثبات كرونباخ ألفا لأبعاد المقياس والمقياس ككل

المقياس ككل	9	8	7	6	5	4	3	2	1	البعد
.986	.816	.950	.886	.945	.952	.935	.951	.917	.870	معامل ألفا

الدرجة على كل فقرة من (5-1). وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (15-75) درجة. وقام عبد الخالق بالتحقق من صدق وثبات المقياس في البيئة العربية على عينات مختلفة، وكان صدق المحك للمقياس مرتفعاً ما بين (0.69-0.78) وقيم ثبات ألفا بين (-0.86-0.89).

وفي الدراسة الحالية، قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه. ويوضح الجدول (3) قيم معاملات الارتباط:

جدول (3): يوضح قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية على المقياس

الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة على المقياس	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة على المقياس	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة على المقياس	الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة على المقياس
T1	.953**	T11	.924**	T6	.956**	T1	.956**
T2	.949**	T12	.942**	T7	.957**	T2	.957**
T3	.947**	T13	.934**	T8	.956**	T3	.956**
T4	.946**	T14	.962**	T9	.977**	T4	.977**
T5	.958**	T15	.967**	T10	.961**	T5	.961**

يتضح من الجدول السابق ارتفاع قيم معاملات الارتباط المصححة بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس. ولقد تراوحت قيم صدق الفقرات من خلال معاملات الارتباط بين (0.924) و (0.977). كما كان ثبات كرونباخ ألفا لمقياس التفاؤل (0.994). وتشير إلى معامل ثبات جيد لمقياس التفاؤل.

النتائج ومناقشتها

للتحقق من صحة هذا الفرض، تم حساب معامل الارتباط بين أبعاد التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج ومصر، ويظهر ذلك في الجدول (4).

أولاً: نتائج الفرض الأول " توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر).

جدول (4): معامل الارتباط بين أبعاد التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج ومصر

أبعاد التدفق	قطر	مصر	عمان	السعودية
التوازن بين التحدي والمهارة	.171	.250	.393	.255
دمج الوعي بالفعل	.520**	.225	.620**	.295
أهداف شديدة الوضوح	.547**	.208	.684**	.822**
تغذية راجعة مفهومة	.340*	.000	.186	.738**
تركيز تام في المهمة	.482**	.390**	.531*	.502*
الإحساس بالضبط	.614**	.499**	.484*	.744**
غياب الشعور بالذات	.604**	.404**	.617**	.323
تبدل إيقاع الزمن	.443**	.060	.349	.654**
الاستمتاع الذاتي	.437**	.184	.693**	.049
المجموع	.635**	.289	.688**	.632**

سلوكياته المستقبلية وفي تعامله مع طلابه وزملائه، كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة غانم (Ghanem, 2017)، ودراسة صادق (Sadiq, 2009) اللتين أشارتا إلى وجود علاقة سالبة بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل: (الإحباط- واليأس- السأم والملل واللامبالاة)، ومع نتائج دراسة جاكمان (Jackman, 2016)، التي كشفت العلاقة بين الصلابة الذهنية والتدفق لدى الرياضيين والمتغيرات النفسية المرتبطة بهما مثل الثقة بالنفس والتفاؤل.

ثانياً: نتائج الفرض الثاني وتفسيرها: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التدفق النفسي.

للتحقق من صحة هذا الفرض، استخدم الباحثان أسلوب تحليل التباين المتعدد المتغيرات (One-way MANOVA) لدراسة الفروق بين متوسطات الدول الأربعة في أبعاد التدفق، في حين استخدم تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات الدول الأربعة على مستوى الدرجة الكلية للتدفق، وفي الجدول (5) نتائج اختبار تحليل التباين المتعدد.

يظهر من خلال الجدول (4) وجود علاقة ارتباط بين أبعاد التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج بصفة عامة في جميع الأبعاد، ماعدا بعد التوازن بين التحدي والمهارة في دولة قطر. كما يظهر وجود علاقة ارتباط بين التدفق والتفاؤل في جميع الأبعاد ماعدا بعد التوازن بين التحدي والمهارة، وبعد التغذية الراجعة، وبعد تبدل إيقاع الزمن في دولة عمان. كما يظهر وجود علاقة ارتباط بين التدفق والتفاؤل في جميع الأبعاد ماعدا بعد التوازن بين التحدي والمهارة، وبعد اندماج الفعل في الوعي، وبعد غياب الشعور بالذات، وبعد الاستمتاع الذاتي في دولة المملكة العربية السعودية، وعدم وجود علاقة ارتباط بين أبعاد التدفق النفسي والتفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس في مصر ماعدا ثلاثة أبعاد هي: تركيز تام في المهمة، والإحساس بالضبط، وبعد غياب الشعور بالذات. وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة ناصيف (Nassif, 2015) التي كشفت وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين كل من: التفاؤل والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا (ماجستير-ودكتوراه) ومما هو معلوم أن طلبة الدراسات العليا هم النواة المستقبلية لعضو هيئة التدريس في الجامعة بعد ذلك، ويرى الباحثان أن تكوين النظرة التفاؤلية في شخصية عضو هيئة التدريس تؤدي دوراً إيجابياً في حياته المهنية والنفسية وجميع

جدول (5): نتائج تحليل التباين المتعدد المتغيرات لأثر المتغير المستقل (الدولة) على المتغيرات التابعة (أبعاد التدفق النفسي)

مربع إيتا	الدالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المتغير التابع	مصدر التباين
.357	أقل من 0.01	22.209	193.026	3	579.079	البعد الأول	الدولة
.403	أقل من 0.01	26.978	247.810	3	743.431	البعد الثاني	
.588	أقل من 0.01	56.999	441.962	3	1325.885	البعد الثالث	ويلكس لمبدا =
.672	أقل من 0.01	81.885	453.632	3	1360.895	البعد الرابع	0.199 دالة
.486	أقل من 0.01	37.840	363.814	3	1091.443	البعد الخامس	إحصائياً عند مستوى أقل من
.427	أقل من 0.01	29.802	234.463	3	703.388	البعد السادس	0.001 ، بنسبة تباين
.311	أقل من 0.01	18.026	171.378	3	514.135	البعد السابع	مفسر في المتغيرات
.526	أقل من 0.01	44.361	317.250	3	951.751	البعد الثامن	التابعة 41.6%
.379	أقل من 0.01	24.420	184.313	3	552.938	البعد التاسع	
			8.691	120	1042.945	البعد الأول	
			9.186	120	1102.279	البعد الأول	
			7.754	120	930.462	البعد الأول	
			5.540	120	664.782	البعد الأول	
			9.615	120	1153.751	البعد الأول	الخطأ
			7.867	120	944.096	البعد الأول	
			9.507	120	1140.857	البعد الأول	
			7.152	120	858.184	البعد الأول	
			7.548	120	905.731	البعد الأول	

مفسر تتراوح بين (31.1% و 67.2%) في كل البعدين السابع والرابع على الترتيب.

ولمعرفة دلالة الفروق بين متوسطات الدول الأربعة على مستوى الدرجة الكلية للتدفق النفسي، استخدم الباحثان اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه، كما في الجدول التالي:

تشير نتائج اختبار ويلكس لمبدا الذي كانت قيمته (0.199)، وهي دالة إحصائياً عند مستوى أقل من 0.01 أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الأربعة في المتغيرات التابعة (أبعاد التدفق النفسي) بشكل عام. وللتعرف على أي المتغيرات التابعة هي التي ظهرت فيها فروق ذات دلالة تعزى إلى المتغير المستقل، يمكن النظر إلى قيم "ف" الخاصة بكل متغير تابع في الجدول السابق، والتي جاءت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى 0.01، بنسبة تباين

جدول (6): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات الدول الأربعة في التدفق (على مستوى الدرجة الكلية)

مربع إيتا	الدلالة الإحصائية	قيمة ف	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0.550	أقل من 0.01	48.926	22541.797	3	67625.391	بين المجموعات
			460.737	120	55288.383	داخل المجموعات
				123	122913.774	الكلية

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أفراد العينة عند مستوى 0.01، تُعزى إلى متغير التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج عنها في مصر. ولمعرفة اتجاه هذه الفروق، تم عمل مقارنات باستخدام اختبار شيفيه.

وللتحقق من صحة الفرض الثاني تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لدرجات أعضاء هيئة التدريس عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وباستخدام طريقة شيفيه لمعرفة دلالة الفروق تم التوصل إلى النتائج الموضحة بجدول (7).

جدول (7): نتائج اختبار شيفيه

البعده	الدولة	ن	م	ع	دلالة الفروق بين المتوسطات بطريقة شيفيه		
					قطر	مصر	عمان
الأول	قطر	40	17.70	1.84	0.00	4.46	0.44
	مصر	45	13.24	4.22	0.00	0.00	-4.02
	عمان	19	17.26	1.88	0.00	0.00	0.00
الثاني	السعودية	20	18.15	1.81	0.00	4.99	-0.04
	قطر	40	17.70	2.14	0.00	0.00	-5.03
	مصر	45	12.71	4.24	0.00	0.00	0.00
الثالث	عمان	19	17.74	2.21	0.00	6.93	0.05
	السعودية	20	18.05	1.57	0.00	0.00	-6.87
	قطر	40	18.53	1.91	0.00	0.00	0.00
الرابع	مصر	45	11.60	3.80	0.00	6.71	-0.08
	عمان	19	18.47	2.01	0.00	0.00	-6.79
	السعودية	20	18.05	2.06	0.00	0.00	0.00
الخامس	قطر	40	18.25	2.52	0.00	6.09	0.14
	مصر	45	12.16	4.07	0.00	0.00	-5.95
	عمان	19	18.11	2.62	0.00	0.00	0.00
السادس	السعودية	20	18.65	1.69	0.00	4.86	-0.07
	قطر	40	17.78	2.12	0.00	0.00	-4.93
	مصر	45	12.91	3.75	0.00	0.00	0.00
السابع	عمان	19	17.84	2.29	0.00	0.00	0.00
	السعودية	20	18.05	1.70	0.00	4.08	0.56
	قطر	40	16.93	2.12	0.00	0.00	-3.52
	مصر	45	12.84	4.26	0.00	0.00	0.00
	عمان	19	16.37	2.31	0.00	0.00	0.00
	السعودية	20	17.75	1.92	0.00	0.00	0.00

دلالة الفروق بين المتوسطات بطريقة شيفية				ع	م	ن	الدولة	البعد
السعودية	عمان	مصر	قطر					
-0.57	0.50	5.70	0.00	1.83	17.93	40	قطر	الثامن
-6.28	-5.20	0.00		3.67	12.22	45	مصر	
-1.1	0.00			2.01	17.42	19	عمان	
0.00				1.82	18.50	20	السعودية	
1.15	0.03	4.61	0.00	1.89	17.50	40	قطر	التاسع
-3.46	-4.58	0.00		3.62	12.89	45	مصر	
1.1	0.00			1.87	17.47	19	عمان	
0.00				2.58	16.35	20	السعودية	
-1.85	1.53	48.43	0.00	13.43	159.85	40	قطر	الدرجة الكلية
-50.28	-46.89	0.00		30.65	111.42	45	مصر	
-3.4	0.00			14.21	158.32	19	عمان	
0.00				13.17	161.70	20	السعودية	

إلى وجود علاقة بين التدفق وأبعاد سمات الشخصية وانعكاس ذلك بصورة إيجابية في السلوك والتفاعل مع الآخرين، مما يعزز حالة التدفق النفسي. كما يرى الباحثان أن الحافز المادي الموجود لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج مرتفع، مما يعمل على ارتفاع الأداء لديهم. كما توجد عوامل أخرى لا تقل أهمية عن الحافز المادي مثل: فرص أعضاء هيئة التدريس بدول الخليج للسفر إلى دول أجنبية للاطلاع على تجاربهم على نفقة الجامعة التي يعملون فيها، إضافة إلى توفر كل الوسائل الحديثة التي يمكن استخدامها في التدريس، وكذلك المكانة الاجتماعية.

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث وتفسيرها: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر) على مقياس التفاؤل

للتحقق من صحة الفرض الثالث تم حساب نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات الدول الأربعة في التفاؤل كما يتضح في جدول (8)

يتضح من الجدول السابق أن فروق الدلالة الإحصائية جاءت لصالح مجموعة (أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج) مقارنة بمجموعة (أعضاء هيئة التدريس في مصر) في مقياس التدفق النفسي، ولعل ذلك راجع إلى شعور أعضاء هيئة التدريس بأهمية العمل الذي يقومون به والأنشطة التي يمارسونها، أو أن لديهم رضا وظيفياً، ومن ثم كانوا أكثر من غيرهم تأهيلاً وشعوراً بإدراك أهمية وقيمة عملهم الذي يوفر لهم الدخل المناسب الذي يغطي تكاليف المعيشة لديهم؛ ما يجعلهم يبدعون في التدريس والبحث العلمي، وهو ما يشير إليه الصافي (Al-Safi, 2000) من أن التزام الفرد في عمله في تخصصه ينعكس على درجة رضاه، ويؤدي إلى الشعور بالارتياح عن العمل الذي يتناسب مع تخصصه وميوله، وخاصة إذا وفر هذا العمل المعيشة الكريمة له. وتتفق هذه النتيجة بشكل عام مع نتائج دراسة محمود (Mahmoud, 2018)، ودراسة أيسي وزملانه (Ayşe et al., 2015)، ودراسة أفينا وآخرين (Avin et al., 2015) التي تشير إلى أنه في حال عدم وجود الحافز لدى الأفراد، ينخفض الأداء الأمثل لهم، مع زيادة الرغبة في التعزيز واحترام القيم مع تقدم العمر، وأن الحاجات النفسية المختلفة تزيد من حالة التدفق النفسي. كما أشارت النتائج

جدول (8): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي للفروق بين متوسطات الدول الأربعة في التفاؤل

الدالة	F	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
دالة عن مستوى 0.01	59.549	10309.752	3	30929.257	بين المجموعات
		173.129	120	20775.518	داخل المجموعات
			123	51704.774	الكلية

الدراسة على مقياس التفاؤل وباستخدام طريقة شيفية لمعرفة دلالة الفروق تم التوصل إلى النتائج الموضحة بجدول (9).

يتضح من الجدول السابق أن فروق الدلالة الإحصائية جاءت لصالح مجموعة (أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج) مقارنة بمجموعة (أعضاء هيئة التدريس في مصر) عند 0.01 في مقياس التفاؤل.

وللتحقق من صحة الفرض الثالث، تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أعضاء هيئة التدريس عينة

جدول (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس التفاؤل

البعده	الدولة	ن	م	ع	دلالة الفروق بين المتوسطات بطريقة شيفية			
					1	2	3	4
التفاؤل	قطر	40	64.33	8.06	0.00	33.08	-0.25	1.23
	مصر	45	31.24	18.43	0.00	-33.33	-31.86	
	عمان	19	64.58	6.69	0.00	0.00	1.5	
	السعودية	20	63.10	11.44	0.00			0.00

ودراسة المحيسن (Almahasin, 2013) حيث أشارا إلى أن من أكبر المعوقات التي تواجه عضو هيئة التدريس وتتعوق إبداعه وتفاؤله وعطاءه العلمي وتمنعه من القيام بأدائه العلمي على خير وجه ضعف راتبه والحوافز المالية المقدمة له. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة قدومي (Kaddoumi, 2018)، ودراسة السطوحي وعزب وعثمان (Al-Satouhi; Azab & Othman, 2014) التي بينت أن من يعملون تحت ظروف طيبة تكون مشاعرهم الإيجابية والسارة حول الحياة أفضل، وأقروا بأنهم أكثر تفاؤلاً، وأكثر تفاعلاً بشكل إيجابي مع الآخرين.

رابعاً: نتائج الفرض الرابع ومناقشتها: يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من التفاؤل لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر).

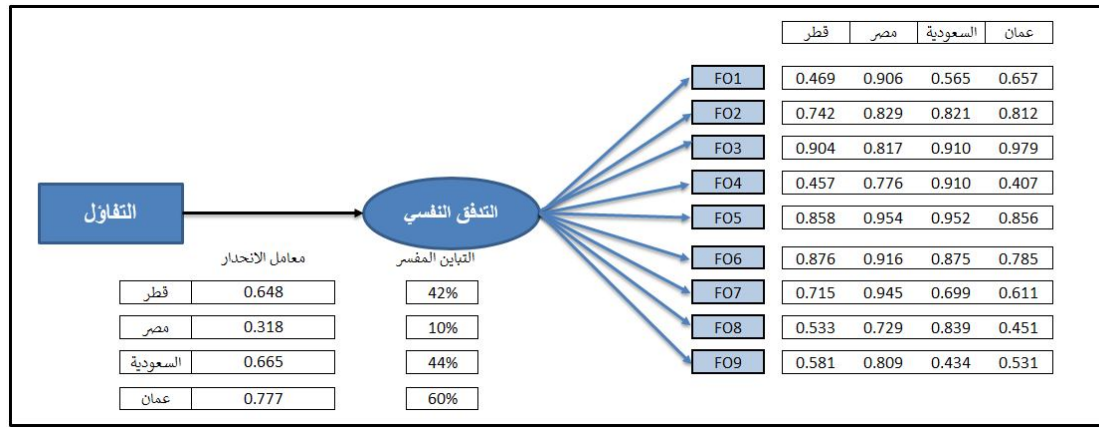
لاختبار هذا الفرض، تم استخدام تحليل المسار بواسطة برنامج Amos 22 والذي يسمح بإدراج متغير التدفق النفسي في التحليل كمتغير كامن يتشعب عليه أبعاده التسعة، كما هو موضح في الجدولين (10، 11).

يتضح من الجدول السابق أن فروق الدلالة الإحصائية جاءت لصالح مجموعة (أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج) مقارنة بمجموعة (أعضاء هيئة التدريس في مصر) في مقياس التفاؤل. وتتفق هذه النتيجة بشكل عام مع نتائج دراسة ناصيف (Nassif, 2015) التي أظهرت ارتفاع مستوى التفاؤل المتعلم لدى طلبة الدراسات العليا وهم نواة المستقبل بالنسبة لأعضاء هيئة التدريس. أما بالنسبة للفروق فقد جاءت لصالح مجموعة (أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج) مقارنة بمجموعة (أعضاء هيئة التدريس في مصر) في مقياس التفاؤل. ويرى الباحثان أن عامل الدخل له دور مهم في نظرة التفاؤل، حيث يلعب دوراً رئيساً في الاستقرار الوظيفي والنفسي والأسري لدى عضو هيئة التدريس. فبنظرة سريعة إلى مصدر الدخل، نجد أن ما يتقاضاه عضو هيئة التدريس في قطر وعمان تقريباً 15 ضعفاً عنه في مصر، كما يتقاضى عضو هيئة التدريس في السعودية ما يقارب 10 أضعاف عنه في مصر، مما ينعكس إيجاباً على أداء عضو هيئة التدريس، أضف إلى ذلك فرص أعضاء هيئة التدريس بدول الخليج للسفر إلى دول أجنبية للاطلاع على تجاربهم على حساب الجامعة التي يعملون فيها، إضافة إلى توفر كل الوسائل الحديثة التي يمكن استخدامها في التدريس، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة غانم (Ghanem, 2017)،

جدول (10): يوضح نسب التباين في التدفق النفسي والذي يفسره التباين في مستوى التفاؤل ومعاملات الانحدار المعيارية في الدول الأربعة

الدولة	معامل التحديد "ر ² "	نسبة التباين المفسر	معامل الانحدار المعياري	قسمة "ت"	الخطأ المعياري	ثابت الانحدار	مستوى الدلالة للمعاملات الانحدارية
قطر	0.420	%42	0.648	2.719	0.026	64.33	دال عند مستوى 0.01
مصر	0.101	%10.1	0.318	2.158	0.031	31.24	دال عند مستوى 0.05
عمان	0.604	%60.4	0.777	3.050	0.047	64.58	دال عند مستوى 0.01
السعودية	0.444	%44.4	0.665	2.441	0.06	63.10	دال عند مستوى 0.05

جدول (11): يوضح النموذج الذي تم اختياره ومعاملات الانحدار المعيارية ونسب التباين المفسر بالانحدار، بالإضافة إلى قيم تشبعات أبعاد التدفق التسعة على التدفق النفسي بشكل عام.



عن التفاؤل يمكنها التنبؤ بمستوى التدفق النفسي في البيئة المصرية.

ولعل ذلك يرجع كما يشير الشمري (Shammari, 2017) إلى أن الفرد عندما تلبى جميع حاجاته، يشعر بالتفاؤل وبأنه يستطيع أن يحقق أهدافه مما يشعره بالسعادة والارتياح. وبالتالي يحفز على أن يقبل على الحياة بهمة ورغبة، ويجعله قادراً على إنجاز المهام الموكلة إليه بنشاط. وهذا ما أكد عليه بيترسون (Peterson, 2003) من أن التفاؤل له القدرة على جلب السعادة، وجودة الحياة، ووضوح الأهداف، والاستغراق والاستمتاع بالعمل ومعظم هذه الأبعاد يشملها التدفق. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة العديد من الدراسات مثل: دراسة جاكمان (Jackman, 2016)، ودراسة فيلي وبيريت (Vealey & Perritt, 2015)، التي أكدت دور الصلابة والتفاؤل كمنبئين للتدفق لدى الرياضيين، ودراسة ناصيف (Nassif, 2015)، التي أشارت إلى دور التفاؤل والإبداع الانفعالي كمنبئين للتدفق النفسي. كما يرى الباحثان أن التفاؤل يجعل الفرد يتوقع الأفضل ويجعله مقبلاً باستبشار نحو المستقبل، ونفسه والآخرين، ويتفانى في عمله، مما يجعله لا يشعر بالزمان ولا المكان في إنجازه لأعماله، وهي من أبعاد التدفق النفسي.

أكدت مؤشرات المطابقة للنموذج الذي يفترض إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من التفاؤل على مستوى جيد من الملاءمة للبيانات في الدول الأربعة. فبالرغم من أن قيمة مربع كاي (288.096) بدرجات حرية (104) تعتبر دالة إحصائياً عند مستوى أقل من (0.01)، إلا أن النسبة بينهما كانت (2,77) وهي أقل من (3). كما كانت قيمة المؤشر CFI (0.921)، والمؤشر TLI (0.901)، في المدى المقبول لها (الاقتراب من 1 يشير إلى زيادة الملاءمة). وتشير هذه النتائج إلى تحقق مستوى مقبول من المطابقة والملاءمة بين النموذج والبيانات، وتؤكد قيم الإسهام النسبي في نتائج تحليل المسار، إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي بشكل عام من خلال مستوى التفاؤل في الدول الأربعة، حيث تراوحت القيم المعيارية للإسهام النسبي بين (0.318 - 0.777)، وهي بشكل عام تشير إلى أن النسبة الأقل من الإسهام كانت في العينة المصرية، بينما ارتفعت بشكل واضح نسب الإسهام في الدول الثلاثة الأخرى. كما أن نسبة التباين الذي يفسره نموذج الانحدار كان أقل ما يمكن في العينة المصرية، حيث كانت قيمته 10% بينما زادت نسب التباين المفسر في التدفق النفسي من خلال مستوى التفاؤل عن 40%. وقد يعود ذلك إلى وجود عوامل أخرى مختلفة

Abdul Karim, M. (2013). Parental treatment styles as perceived by adolescents and its relationship to optimism and pessimism. *Journal of Psychological Counseling*, (37), 77-127.

Abdul Rahman, M. (1998). *Personality theories*. Cairo: Dar Qubaa.

Abou Halawa, M.(2013). *Psychological flow status (Concept, dimensions and assessment)*. Arab Psychological Science Network. N.29. http://www.arabpsyfound.com/index.php?id_product=223&controller=product&id_lang=3

Ahmed, A .& Zaki, M. (2013). Positive thinking and assertive behavior as predictors of psychological flow dimensions in a sample of academically talented undergraduates. *The Egyptian Journal of Psychological Studies*. 22, (87), 58-97.

Al-Barzanji, Z. (2010). *Optimism/pessimism and their relationship to self-concept and locus of control*. Oman: Dar Al Safaa for Publishing and Distribution.

Aljawarinat, A. (2014). Fraternal relationships as predictors of optimism and pessimism in a sample of secondary stage students in Jordan. *Al Najah University Research Journal*. 28, (1), 157-186.

Al-Khader, O. (1999). Optimism, pessimism and functional performance. *The Arabic Journal of Humanistic Science*. (67), 214-242.

Almahasin, M. (2013). A proposal for activating citizenship values among students teachers in the College of Education, Qaseem University in terms of contemporary challenges. *Qaseem University Journal*. 7, (1), 67-207.

Al-Safi, A. (2000). Specialty satisfaction among teachers and students: Analytical study. *Journal of Education, College of Education*, (92), 79-121.

Al-Satouhi, H.; Azab, H. & Othman, M. (2014). Positive psychology strategies and their role in creating positive school environment among intellectual education schools teachers. *Journal of Reading and Knowledge*.(158), 169-204.

التوصيات

بناء على ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج يوصي الباحثان بما يلي:

- تصحيح تصورات ومعتقدات أعضاء هيئة التدريس عن أنفسهم وعن مهنتهم مما ينعكس إيجابا على طلابهم.

- الاهتمام ببرامج تنمية (التفاوض، والتدفق النفسي) لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج بصفة عامة، ومصر بصفة خاصة.

- توفير فرص لأعضاء هيئة التدريس للسفر إلى دول أجنبية للاطلاع على تجاربهم على حساب الجامعة التي يعملون فيها.

- توفير كل الوسائل الحديثة التي يمكن استخدامها في الارتقاء بالتدريس مما ينعكس إيجابا على أعضاء هيئة التدريس والطلبة.

الدراسات المقترحة

1. القيمة التنبؤية لتوجهات الهدف والتفاوض في التدفق النفسي لأعضاء هيئة التدريس.

2. العلاقة بين توجهات الهدف والتدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس.

3. النمذجة البنائية للتدفق النفسي والتوجهات الروحية والتفاوض لدى أعضاء هيئة التدريس.

فعالية العلاج الجشتطالتي المرتكز على فنية التشبع بالرضا في تنمية التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس.

References

Abdel-Khalek, A. (1996). *Guide to the Arab list of optimism and pessimism*. Alexandria: Dar Al Maarefa.

Abdel-Khalek, A. & Lester, D. (2006). Optimism and pessimism in Kuwaiti and American college students. *International Journal of Social Psychiatry*.52 (2)110-126.

Abdel- Khalek, A. & Lester, D. (2010). Personal and psychological correlates of happiness among a sample of Kuwaiti Muslim students. *Journal of Muslim Mental Health*. 5(2),194-209.

Abdo, I. & Khalaf, M. (2016). Psychological flow and its relationship to Big Five Personality factors. *International Journal of Educational & Psychological Science*. (1), 223-227.

- Al-Yahfoufi, N. (2002). Optimism and pessimism and their relationship to some demographic social variables among university students. *Journal of Psychology*. (62), 132-150.
- Aspinwall, I. & Tedeschi, R. (2010). The Value of positive psychology for health psychology: Progress and pitfalls in examining the relation of positive phenomena to health. *Annals of Behavioral Medicine*. 39, 4-15.
- Attallah, M. & Abdel-Salam, F. (2013). Positive psychology and its role in psychological practices and services "futuristic perspective on its role in psychotherapeutic interventions". *Journal of Research in Education & Psychology*. 1, (26), 339-357.
- Avina, J.; Mendonca; Nidhi, Mishra & Sanket, S. Dash (2015). Understanding flow among academicians. In Charmine E. J. Hartel, Wilfred J. Zerbe, NEAL M. Ashkanasy (Eds.) *New ways of studying emotions in organizations*, United Kingdom, Emerald group Publishing Limited.
- Ayoub, H. & Abdul Khaliq, A. (2012). Optimism, love of life and social support and their relationship to psychological and physical health among the elderly. *Psychological Studies Journal*. 22, (3), 423-438.
- Ayşe, T.; Evren E. & Uğur, Ü (2015). Relationship between motivation and dispositional flow state on football players participating in the U13-U16 Football Leagues. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 185, 301 – 306.
- Bahas, S. (2010). Psychological flow and social anxiety in a sample of internet adolescents users (psychometric clinical study). *15th Annual Conference, Centre for Psychological Counseling*, Ain Shams University. 117-169.
- Bahri, N. & Yazid, S. (2014). The relationship between optimism, pessimism, locus of control and psychological stress treatment styles in university students. *Humanistic and Social Science Generation Journal*. (2), 145-161.
- Bailey, A. (2005). Strategic optimism versus defensive pessimism: Religion as a factor. 1-19. <http://ablongman.com/media/objects>.
- Bakhit, M. (2011). Happiness and its relationship to optimism and future anxiety among kindergarten female teachers. *Journal of Childhood and Education*. 6, (2), 17-85.
- Baumann, N. & Scheffer, D. (2010). Seeking flow in the achievement domain: The achievement flow motive behind flow experience. *Motivation and Emotion*. 34, 2-19.
- Benhan, B. (2016). Efficacy of meaning therapy in developing psychological flow and creative thinking skills among secondary stage students. *College of Education Journal*. 5(26), 313-408.
- Carver, C.; Scheier, C.; Miller, M. & Fulford, D. (2009). Optimism. In Snyder, C. & Lopez, S. (Eds.) *Oxford handbook of positive psychology*. New York, Oxford University Press.
- Cousins, C. & Scheier, A. (2003). Optimism In S. J. Lopez and C. R. Snyder (Eds.), *Handbook of positive psychology assessment: A handbook of models and measures*, Washington DC: American Psychological Association. 75-89.
- Delle Fave, A., & Massimini, F. (2005). The investigation of optimal experience and apathy: Developmental and psychosocial implications. *European Psychologist*. 10, 264-274.
- Delle Fave, A.; Bassi, M., & Massimini, F. (2008). Optimal experience and psychological selection. In C. Vasquez & G. Hervas (Eds.), *Positive psychology: Scientific bases of well-being and resilience*. New York: Springer.
- Delle Fave, A., (2009). Optimal experience and meaning: Which relationship? *Psychological Topics*. 18,(2), 285-302.
- Dikuchi, H. (2017). Optimism and pessimism and their relationship to satisfaction in life in a sample of Al Mokhtar Al Biadaa university students. *Journal of Humanistic Studies Science*. 36, 1-16.
- Francis, H. (2011). Characteristics and problems of the gifted: Neural propagation depth and flow motivation as a model of intelligence and creativity. <http://pespmc1.vub.ac.be/HEYL.html>.

- Ghanem, A. (2017). *Level of academic department heads application of administrative transparency in private community colleges in Amman Governorate and its relationship to academic optimism from the perspective of faculty members*. MA Thesis, Middle East University, Jordan.
- Ghonaim, M.; Wahiba, H. & Adawi, T. (2017). A positive psychotherapy program to develop a sense of life in a sample of adolescents with visual disabilities. *Journal of Psychological Counseling*. (50), 653-599.
- Hamouda, M. & Zaki, W. (2015). Dominant thinking styles and their relationship to optimism and pessimism among Qaseem College of Education female students. *Journal of Arabic Studies in Education & Psychology*. (61), 359-384.
- Ismail, H. & Shehata, S. (2010). Meaning of life and its relationship to optimism and pessimism in a sample of gravediggers. *Psychological Studies Journal*. 20, (3), 397-436.
- Jackman, C.; Swann, C. & Crust, L. (2016). Exploring athletes' perceptions of the relationship between mental toughness and dispositional flow in sport. *Psychology of Sport & Exercise*. 27, 56-65.
- Jackson, S. & Marsh, H. (1996) Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 18,17-35.
- Jouda, A. & Abu Jarad, H. (2011). Predicting happiness from hope and pessimism in a sample of Jerusalem Open University students. *Jerusalem Open University Journal for Researches & Studies*. 24, (2), 129-162.
- Kaddoumi, A. (2018). Optimism, quality of life and happiness among students of police, military and security sciences: A field study in positive psychology on students of Istiqlal University, Palestine. *Arab Journal of Security Studies*. Naif Arab University for Security Sciences. 33, (71), 191-223.
- Khuzam, N.; Shawki, T.& Farid, Z. (2016). Assessing the psychometric properties of flow test among a sample of university students. *Psychological Counseling Journal*. (48), 309-340.
- Korhn S. (2007). *Propensity and attainment of flow state*, Ph.D.Dissertation, Victoria University.
- Mahmoud, H. (2018). Psychological flow and its relationship to ambition levels among a sample of College of Education students. *Journal of College of Education in Psychological Sciences*. 42, (1), 104-227.
- Marbah, T. & Bilal, N. (2017). Trait optimism /pessimism and their relationship to life satisfaction among a sample of university female students: Field study on University of Mouloud Mammeri Tizi Ouzou. *Universte Amar Telidji- Laghouat Studies Journal*. (51), 35-48.
- Mihaly, C. (1997). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper.
- Mihaly, C. & Hunter, J. (2003). Happiness in everyday life: The uses of experience sampling. *Journal of Happiness Studies*. 4, 185 – 199.
- Mihaly, C., Sami, A. & Jeanne N. (2005). *Flow a general context for a concept of Mastery motivation*, *Handbook of competence and motivation*. New York: Guilford Press.
- Mohsen, A. (2013). The academic profession among faculty at Saudi universities. *European Scientific Journal*, 4, 227-240.
- Mustafa, A. & Zaghloul, M. (2016). Sport confidence and its relationship to psychological flow state among students of college of sports education. *Assuit Journal of Physical Education Sciences & Arts*. 43, (2), 393-425.
- Nakamura, J. & Mihaly C. (2002). *The concept of flow*. In C. R. Snyder & S. J.Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.
- Nassif, E. (2015). *Learned optimism and emotional creativity and their relationship to psychological flow*. Ph.D Dissertation, Baghdad University.
- Park, C. (2003). The psychology of religion and positive psychology. *Psychology of Religion Newsletter*. 36, 28 (4), 1-20.
- Peterson, C. (2003). The future of optimism. *American Psychologist*. 55 (1). 44-55.

- Plomin, R.; Scherier, M. & Bergman, N. (2006). Optimism, pessimism and mental health: A twin/ adoption analysis, *Personality and Individual Differences*. 13(8)921-930.
- Sabati, I. (2017). Locus of control and its relationship to optimism and pessimism in a sample of Tobruk. *International Libyan Journal*. (21), 1-16.
- Sadiq, M. (2009). Flow and its relationship to some psychological factors among university students. *Psychological Studies Journal*. 19, (2), 313-354.
- Sadiq, R. & Mohamed, I. (2012). Efficacy of learned optimism-based preventive program in protecting at-risk Kindergarten kids after parents' divorce. *Journal of Childhood & Education*. 12, (2), 7-17.
- Salim, A. (2006). *Optimism and pessimism and their relationship to Big Five Personality Traits in a sample of King Saud University female students*. MA Thesis, King Saud University.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Riyadh: Jarir Library.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M.(2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 55(1), 5-14.
- Shammari, S. (2017). Optimism and pessimism among retired faculty in Imam Mohammed Bin Saud Islamic University. *Journal of Educational Science*, 44, 105-116.
- Shatab, A. & Almuswi, A. (2016). Psychological flow according to positive thinking among university students. *Journal of Female College of Education for Humanistic Science*, (18), 51-99.
- Sheikh, R. (2015). *The relationship between emotional stability and psychological counseling*. MA Thesis, Université Kasdi Merbah Ouargla.
- VandenBos, G. (2007). *APA dictionary of psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Vealey, R. & Perritt, N. (2015). Hardiness and optimism as predictors of the frequency of flow in collegiate athletes. *Journal of Sport Behavior*. 38(3), 321-338.
- Vlachopoulos, S.; Karageorghis, C. & Terry, P. (2000). Hierarchical confirmatory factor analysis of the flow state scale in an exercise. *Creativity Research Journal*. 18(10), 815-823.
- Youssef, M. (2014). A comparative study of sports confidence sources among professional players and Juniors from both genders in some selected sports activities. *Male College of Physical Education*. Alexandria University.