



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
<https://mkmgt.journals.ekb.eg>
المجلد (٩١) يناير ٢٠٢٥ م



الدور الوسيط للتدفق النفسي والحيوية الذاتية في العلاقة بين الازدهار النفسي
والابداع الانفعالي لدى طالبات جامعة الملك خالد

إعداد

أ/ مها محمد علي آل محلوي
باحثة دكتوراه – كلية التربية
جامعة الملك خالد

د وسام حمدي القصبي
أستاذ علم النفس التربوي المشارك
جامعة الملك خالد
أستاذ علم النفس التربوي المساعد جامعة طنطا

المجلد (٩١) العدد يناير (ج) ٢٠٢٥ م

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على الدور الوسيط للتدفق النفسي والحيوية الذاتية في العلاقة بين الازدهار النفسي والابداع الانفعالي لدى طالبات جامعة الملك خالد، لدى عينة البحث، وتكونت العينة من (٣٢٢) طالبة من طالبات جامعة الملك خالد تم اختيارهن بطريقة عشوائية بمتوسط عمري (٢١.٦٩) وانحراف معياري (١.٩١) واستخدمت الباحثة الأدوات التالية: الازدهار النفسي ومقياس الحيوية الذاتية ومقياس الإبداع الانفعالي ومقياس التدفق النفسي وأظهرت النتائج تحقق مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح مع بيانات العينة ووقوعها في المدى المثالي واظهر النموذج وجود تأثيرات غير المباشرة بين الازدهار النفسي و الحيوية الذاتية عبر التدفق النفس كمتغير وسيط، - وكذلك وجود مسار تأثير غير مباشر من الازدهار النفسي على الابداع الانفعالي عبر التدفق النفسي كمتغير وسيط. -وجود مسار تأثير غير مباشر من التدفق النفسي على الابداع الانفعالي عبر الحيوية الذاتية كمتغير وسيط.

الكلمات المفتاحية: الازدهار النفسي، الحيوية الذاتية، الابداع الانفعالي، التدفق النفسي، جامعة الملك خالد.



Abstract

The current research aimed to identify the best causal model that explains the direct and indirect effects of self-vitality, emotional creativity, and psychological flow on psychological flourishing among female students at King Khalid University. The sample consisted of 322 female students from King Khalid University, selected randomly, with an average age of 21.69 years and a standard deviation of 1.91 years. The researcher utilized the following tools: the Psychological Flourishing Scale, the Self-Vitality Scale, the Emotional Creativity Scale, and the Psychological Flow Scale .The results revealed the goodness-of-fit indicators for the proposed model with the sample data were within the ideal range, demonstrating a strong alignment. The model, showed An indirect effect of psychological flourishing on self-vitality through psychological flow as a mediating variable. And An indirect effect of psychological flourishing on emotional creativity through psychological flow as a mediating variable. And An indirect effect of psychological flow on emotional creativity through self-vitality as a mediating variable.

Key Words:. *Psychological Flourishing, Self-Vitality, Emotional Creativity, Psychological Flow, King Khalid University*

المقدمة

يهتم علم النفس الايجابي بنقاط القوة في الشخصية، ويركز على أوجه القوة بدلاً من أوجه القصور وعلى تعزيز الامكانيات بدلاً من التوقف عند العوائق، فهو يهدف إلى فهم وتفسير مشاعر السعادة والتنبؤ بالعوامل المؤثرة فيها مما يعزز من جودة الحياة. (أبو حلاوة، الحديبي، مصطفى، ٢٠٢٢)

ويعتبر الازدهار النفسي من المتغيرات الأساسية في علم النفس الإيجابي، وهو من أهم مقومات الصحة النفسية التي تعطي لحياة الفرد معنى وهدفاً وهو يمثل أساس الرفاهية النفسية والعاطفية، ويشير إلى الحالة الأكثر تحقيقاً للسعادة وجودة الحياة والاستمتاع بكل جوانبها، دون تجاهل التحديات والصعوبات الحياتية . ويشكل الازدهار مزيجاً متكاملًا من المشاعر الإيجابية والأداء النفسي والأداء الاجتماعي للفرد (عبدالعزیز واخرون، ٢٠٢٢). وأكدت نتائج دراسة (الكريديس ، ٢٠٢٢) على ان للازدهار النفسي أهمية كبيرة لدى طلاب الجامعات في خفض عديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية مثل: القلق والإجهاد والاكنتاب .

وتعد الحيوية الذاتية من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان باتجاه تحقيق الذات، وبالتالي التقدير الايجابي لها، وتقلل في نفس الوقت من احتمال المعاناة من القلق والضغط، وتزيد من القدرة على تحمل الألم والمعاناة واعتبارها جزء أصيلاً في الحياة يمكن تجاوزه بطرق المواجهة الايجابية (أبو بشارة، جمال سعيد محمد، ٢٠٢٢).

وتلعب الحيوية الذاتية دوراً محورياً في شعور الفرد بالفاعلية الذاتية والطاقة الإيجابية وقدرته على ضبط وتنظيم انفعالاته وسلوكه وخفض مشاعر التوتر والقلق لديه. فالانفعالات المختلفة التي يمر بها الفرد ذات تأثير على العديد من جوانب الشخصية الانسانية بما فيها الدافعية الإبداعية، اذ يؤدي الأفراد سلوكا ابداعيا أفضل عندما تكون اهتماماتهم الشخصية والشعور بالتحدي والمتعة والرضا الشخصي المحرك لإدائهم الإبداعي (أكبر، فاتن علي، والشوملي، نانسي بسام محمود، ٢٠٢١)

ويعد الإبداع الانفعالي من أهم المفاهيم التي اهتم بها الباحثون، حيث يشكل مجالاً في دراسة الشخصية، والقدرة على ضبط الانفعالات والسيطرة على السلوك وتعامل الأفراد

بنجاح مع الآخرين من خلال التأثير فيهم ومشاركتهم انفعالاتهم متقبلين لها ومنفعلين بها (حمدان، عادل سمير محمد، ٢٠٢٢) ..

فالإبداع الانفعالي ركن مهم في خبرة التدفق الإيجابية إضافة إلى أنه عملية اندماج تام في الحياة وبنظام محدد ومنسق من التفكير والفعل والانفعال، حيث أن الدافع الداخلي والرغبة الذاتية والاستقلالية لدعم النجاح الأكاديمي للطلاب في المرحلة الجامعية وشعورهم بالسعادة والاستمتاع ببهجة الأنشطة الإبداعية ذات قيمة عالية، ودخولهم في حالة استغراق وبذلك يتحكمون في انفعالاتهم ويخلق أجواء التحدي لمهاراتهم ويزيد من دافعيتهم للإتقان الممزوجة بمشاعر الحماس، وبذلك يساعد التدفق النفسي في بناء حياة إبداعية مثالية مدفوعة بالانفعال والإتقان الدوسري (منيرة عنان، و عبداللا، محمد الصافي عبدالكريم، ٢٠٢١).

و التدفق النفسي يعد بمثابة القوى الكامنة التي تدفع الفرد للنجاح فيما يمارسه، حيث يعمل على تزويد الإنسان بطاقة للتحكم والسيطرة على انفعالاته مع التحرر من وطأة الضغوط النفسية، كما يسهم في تطوير أداء الفرد وزيادة دافعيته الذاتية، بالإضافة إلى دوره الفعال في مساندة الفرد في جل ما يعترضه من عقبات متوقعة أثناء تأديته لمهامه (الوكيل، خضرجي، ٢٠٢٣).

ويتسع التدفق ليشمل العديد من الجوانب الانفعالية، والجوانب المعرفية الإيجابية حيث تتمثل الجوانب الانفعالية الإيجابية في الشعور بالسعادة والمتعة والسرور، في حين تتمثل الجوانب المعرفية في الاستيعاب والاستغراق والانغماس والانتباه، والانهماك الفكري، واليقظة، والتركيز (هباش، وادي، ٢٠٢٢).

ويعد التدفق النفسي حالة تسيطر على الفرد، وتقوده إلى الإبداع، والوصول إلى الأداء الأمثل، فالتدفق بوصفه حالة نفسية داخلية، يجعل الطالب يشعر بالتركيز والاندماج في ما يقوم به من مهام أو أعمال أو مشكلات أو عقبات أكاديمية للوصول إلى الأداء الأمثل (عبدالمجيد، أحمد، شكري، ٢٠٢٣).

ووفقاً لما سبق يتضح أن مفهوم الازدهار النفسي والإبداع الانفعالي كمتغير إيجابي في السياق التربوي والنفسي يتشكل لدى الأفراد عبر تفاعل مجموعة من الجوانب النفسية

والانفعالية والمعرفية، والتي ينبغي توجيه الجهود نحو تحديد إسهاماتها المباشرة وغير المباشرة على كل من الحيوية الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة المرحلة الجامعية.

مشكلة البحث:

يتعرض كثيراً من الطلاب عند التحاقهم بالمرحلة الجامعية لعدد من الصعوبات الأكاديمية والمشكلات النفسية والاجتماعية، والتي قد تؤثر سلباً على تفاعلهم والشعور بالامان وانخفاض الثقة، وقد يكون سبب هذه الصعوبات أو المشكلات انخفاض التوافق مع الحياة الجامعية. (Stoerber et al., 2020)

وتؤثر الانفعالات في قدرة الأفراد على التفكير، والتوجه نحو اهدافهم، لذلك فإن أفضل ما يمكن أن يكتسبه الطالب خلال سنوات دراسته في المرحلة الجامعية هو تطوير النمو الانفعالي، وتحسين قدرته على مواجهة الصعاب، فهذا يحدد نجاحه المستقبلي الدراسي، ونجاحه المهني، وتوافقه النفسي والاجتماعي (جولمان، ٢٠٠٠).

فالإبداع الانفعالي يؤثر على المستوى الدراسي للطلاب ، وورغبتهم في النجاح ورضاهم الذاتي، إذ توصلت دراسة (Kuška, et .,al 2020) أن الطلبة الذين أظهروا ضعفاً في الإبداع الانفعالي يعانون من توقع الفشل في الدراسة.

كما أكد (Soroa et al, 2015) على أن الإبداع الانفعالي يسهم في تنمية التفكير من خلال حلول للمشكلات تتميز بالأصالة والفعالية، وهو ما يمكن الطالب من مواجهة التحديات وحل المشكلات أو اتخاذ القرارات والشعور بالسعادة والتوافق النفسي، وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات إلى وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الإبداع الانفعالي والازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة كدراسة كل من:

(عثمان، ٢٠٢٢؛ ،Alzoubin et al., 2016, Sharma,D. & Mathur ,R , 2016, (2021, Trnka, R,2023

كما أظهرت العديد من الدراسات أن الازدهار النفسي يعزز الإبداع الانفعالي من خلال زيادة المشاعر الإيجابية وتقليل الانفعالات السلبية، (Arnout & Almoied,) (2021).

وتعتبر قدرة الفرد على التركيز في أداء مهام عقلية معقدة سمة بارزة للنجاح والتفوق في العمل، وانطلاقاً من تأكيد الباحثين على أن حالة التدفق النفسي التي تتميز بالتركيز العميق، تؤدي إلى انغماس كامل في المهمة، مما يجعل الفرد غير مدرك للوقت الذي يقضيه في إنجازها (Koehn, S., & Díaz, 2022)

ومن هنا تبرز أهمية التدفق النفسي من خلال علاقته الموجبة مع بعض المتغيرات الإيجابية وإسهامه في التنبؤ بها، وعلى النقيض مع المتغيرات السالبة حيث أكدت دراسة عبد العزيز وعبدالحليم (٢٠٢٢) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين كلاً من التدفق النفسي والازدهار النفسي والابداع الانفعالي.

وإذا كان للازدهار النفسي دوراً مؤثراً في الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، فإن للحيوية الذاتية دوراً لا يقل أهميته في إحساس الفرد بالازدهار النفسي، والحيوية الذاتية من الخصائص الأساسية الدافعة للإنسان باتجاه تحقيق الذات ولذلك كلما زادت الحيوية الذاتية قل عدد الأخطاء التي يرتكبها الطلبة في أثناء أداء مهمة معينة، فضلاً عن ذلك يمكن للطلبة ذوي الحيوية العالية إدارة التوازن بين الدراسة والضغط الحياتية بنحو صحيح، وتمثل الحيوية الذاتية أيضاً آلية داعمة للنجاح والتفوق الدراسي (Arslan, G, 2021). لذا تتبثق مشكلة البحث الحالي من الغموض حول طبيعة التأثيرات والعلاقات المتبادلة بين الازدهار النفسي وكلاً من الحيوية الذاتية والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي والدور الذي يمكن أن يؤديه كل متغير في هذه المنظومة التفاعلية والمحصلة النهائية لذلك على الازدهار النفسي.

لذلك يسعى البحث الحالي إلى دراسة التأثيرات المتبادلة بين هذه المتغيرات في منظومه واحدة من خلال اختبار صحة نموذج نظري تقترض فيه الباحثة التدفق النفسي والحيوية الذاتية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين الازدهار النفسي والابداع الانفعالي.

أسئلة البحث:

يمكن صياغة مشكلة البحث في السؤال التالي: ما هو أفضل نموذج بنائي يوضح طبيعة العلاقات ومسار التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الازدهار النفسي والحيوية الذاتية والابداع الانفعالي والتدفق النفسي؟

أهداف البحث:

التوصل إلى أفضل نموذج سببي يوضح مسار التأثيرات المباشرة وغير المباشرة لكل من الحيوية الذاتية والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي على الازدهار النفسي لدى طالبات جامعة الملك خالد

أهمية البحث:

تنبثق أهمية البحث من أهمية المتغيرات التي تناولها البحث ويمكن إجمالها فيما يلي:
١- حداثة موضوعه والحاجة للبحث فيه، فالبحث الحالي يتميز بأنه باكورة البحوث العربية والاجنبية التي ربطت بين متغيرات البحث في حدود علم الباحث وتناولتها من خلال نموذج بنائي سببي.

٢- تناوله لفئة طلبة الجامعة، حيث تمثل المرحلة الجامعية الأساس الذي تنطلق منها شخصية الطالبة

٣- لفت نظر التربويين والقائمين على العملية التعليمية لتضمين موضوعات علم النفس الإيجابي في المناهج والبرامج التعليمية، وذلك من أجل خلق بيئة دراسية صحية للطالب
٤- الاستفادة من نتائج هذا البحث في إعداد برامج ودورات تدريبية للطلبة وتبصيرهم بأهمية الازدهار و الحيوية الذاتية والإبداع الانفعالي و التدفق النفسي في مجالات الحياة المختلفة والعوامل التي قد تساعد على الارتقاء بمستوى الازدهار لديهم

حدود البحث:

الحدود الموضوعية: النموذج البنائي للعلاقات السببية بين الازدهار النفسي وكل من الحيوية الذاتية والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي.

الحدود البشرية: طالبات جامعة الملك خالد.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٤٥ هـ.

الحدود المكانية: جامعة الملك خالد

مصطلحات البحث:

الازدهار النفسي: Psychological Flourishing

تعرف دراسة حسن الازدهار النفسي: "بمصطلح يدل على اكتمال الصحة النفسية للفرد، ففيه يشعر الفرد بمشاعر ايجابية تجاه الآخرين ويكون قادرا على تحقيق التواصل الايجابي الفعال مع المحيطين به، ويتضمن الازدهار مكونات عدة منها: معنى الحياة والانجاز والعلاقات الايجابية والاندماج النفسي، وله عدة مظاهر منها: التفاؤل والثقة وتقدير الذات والنشاط والحيوية والسعادة والرضا" (حسن وآخرون، ٢٠٢٢، ص. ١٩٥) ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الازدهار النفسي المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد (حسن وآخرون، ٢٠٢٢)

الحيوية الذاتية: Subjective vitality

تعرف دراسة العبد وآخرون الحيوية الذاتية بأنها: "هي طاقة نفسية داخلية تمكن الطلبة من ضبط وتنظيم أفكارهم وانفعالاتهم وسلوكياتهم، والتصرف بإيجابية تجاه المواقف المحبطة بطرق قائمة على روح المبادرة والإصرار والمثابرة" (مهدي، ٢٠٢٣، ص. ٣٦٦). ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الحيوية الذاتية المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد (العبد؛ شند؛ مصطفى، ٢٠٢٣).

الإبداع الانفعالي: Emotional creativity

الإبداع الانفعالي: "هو قدرة الطالب الجامعي على الوعي بانفعالاته وانفعالات الآخرين والتعبير عن انفعالاته بشكل يتسم بالأصالة والفعالية ويُعبر عن قيمه ومعتقداته الخاصة، مما يوجه تفكيره بشكل إيجابي ويساعده على التعامل مع المواقف الحياتية، ومشكلاته الوجدانية والمجتمعية بفاعلية" (إبراهيم، ٢٠٢٣). ويعرف إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الإبداع الانفعالي المستخدم في الدراسة الحالية من إعداد " (إعداد سعد، هبة محمد إبراهيم (٢٠٢٠م)

التدفق النفسي Psychological Flow

يعرف كسيكزينتميهالي 2013 Csikszentmihalyi التدفق النفسي عن لُطفي : "حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الفرد اثناء التعامل مع مهمات تتطلب تركيز شديدا ومثابرة ومواصلة وبذل جهد (Csikszentmihalyi, 2014, p.46).

ويعرف إجرائياً: الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التدفق النفسي من إعداد زكي والنواب (٢٠٢٢)

الإطار النظري:

المحور الأول: الازدهار النفسي

مفهوم الازدهار النفسي:

يُعد مفهوم الازدهار النفسي من المفاهيم الرئيسية والحديثة نسبياً التي يتناولها علم النفس الإيجابي، لدوره البالغ الأهمية في تحقيق الصحة النفسية والتناغم النفسي بين الأفراد وقد يكون هناك تداخل بينه وبين بعض المفاهيم مثل الرفاهية النفسية والسعادة النفسية ولكن الازدهار النفسي أعم من كليهما ويشملهما ويرتبط بالإضافة إليهما بالمزاج الإيجابي والتفاؤل لدى الفرد وإحساسه بالمسؤولية تجاه رفاهية الآخرين (العبيدي، ٢٠١٩، ص. ٤٠).

ويرى عرفي (٢٠٢١، ص. ١٢٧٧) أن الازدهار النفسي مصطلحاً شاملاً - تكاملياً - مثاليًا يتضمّن كُلاً الجوانب النفسية للفرد وعلاقته بالآخرين أيضاً، وإن اكتشاف وتعلم كيفية توظيفه بفعالية في الحياة الواقعية له تأثير على الطريقة التي يعيش بها الفرد ويتواصل مع الآخرين، فالازدهار النفسي هو بناء متعدد الأبعاد يؤثر ويتأثر بكثير من المتغيرات الإيجابية في حياة الفرد".

وكذلك يعرف بأنه "بنية نفسية تتضمن شعور الفرد بحالة انفعالية موجبة عند الاستغراق في المهام الحياتية لدرجة الاندماج بين الفعل والوعي، ووجود معنى للحياة، والشعور بقيمة الذات، وتكوين علاقات إيجابية داعمة مع الآخرين، فضلا عن كون الحياة هادفة يسعى فيها الفرد نحو تحقيق أهدافه والإحساس بالإنجاز" (زكي واخرون، ٢٠٢١، ص. ٨٧٥).

ويرى حسن وآخرون (٢٠٢٢، ص. ١٩٥) أنه "مصطلح يدل على اكتمال الصحة النفسية للفرد، ففيه يشعر الفرد بمشاعر إيجابية تجاه الآخرين ويكون قادر على تحقيق التواصل الإيجابي الفعال مع المحيطين به، ويتضمن الازدهار مكونات عدة منها: معنى الحياة والإنجاز والعلاقات الإيجابية والاندماج النفسي، وله عدة مظاهر منها: التفاؤل والثقة وتقدير الذات والنشاط والحيوية والسعادة والرضا".

كما يُعرف الازدهار النفسي بأنه "حالة نفسية يشعر فيها الفرد بمشاعر إيجابية وأداء إيجابي يحقق الأهداف والإنجاز المستمر والإسهام بأعمال مثمرة في المجتمع تؤدي إلى التمتع بالرفاهية الشخصية والوجدانية والاجتماعية" (يوسف، ٢٠٢٢، ص. ٤٣٤).

مما سبق يتضح أن الازدهار النفسي مصطلح هام في علم النفس الإيجابي، وله دور فعال في تحقيق الصحة النفسية والانسجام مع الآخرين، وهو يشمل الرفاهية النفسية والسعادة، مع دمج المزاج الإيجابي والتفاؤل والشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين. وهو مفهوم متعدد الأبعاد، ويعكس الأداء الأمثل للفرد والوعي الذاتي والعلاقات الإيجابية. وهو يشمل عدة مكونات مثل معنى الحياة والإنجاز والتكامل النفسي، مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرضا.

أهمية الازدهار النفسي:

يعتبر مفهوم الازدهار النفسي حجر الزاوية لحياة مُرضية، وتمتد آثاره إلى ما هو أبعد من مجرد السعادة، ليشمل حالة من الرفاهية النفسية التي تعزز الرضا العام عن الحياة، وتدعم العلاقات الشخصية، وتعزز الإبداع والإنتاجية، في عالم يزداد توترًا يوميًا بعد يوم، لذلك تتضح أهمية الازدهار النفسي للفرد والذي يعد أمرًا ضروريًا للتنمية الشخصية والنقد المجتمعي (Ch'ng, B et al., 2022).

ويرتبط الازدهار النفسي بالأداء الإيجابي والإنجاز الأكاديمي عن طريق تأثيره الإيجابي على التفكير المرن والإبداعي، كما أن المستوى المرتفع من الازدهار النفسي يعزز من قدرة الفرد على التعلم والاكتمال، ويمكن أن يؤدي إلى زيادة القدرة على الانتباه والتركيز، وكذلك الإبداع في التفكير. وعلى عكس المزاج السلبي الذي يؤدي إلى قلة الانتباه والتركيز والتفكير المحدود (Huppert & So, 2013)

- وقد أوضح محمد (٢٠٢٠) أهمية الازدهار النفسي ولخصها في النقاط التالية:
- يوسع الاهتمامات ويؤدي إلى تجارب سلوكية موسعة - توسيع مهارات الفرد أو أهدافه التي يتم تنفيذها بشكل منتظم - وزيادة الحدس والإبداع.
 - من المظاهر الفسيولوجية للازدهار النفسي التأثيرات الإيجابية الهامة على الجهاز القلبي الوعائي؛ خفض ضغط الدم.
 - "العواطف الإيجابية" -كجزء من الإزهار- من المتوقع أن يكون له نتائج صحية عقلية وجسدية، والتي ترتبط بشكل إيجابي بطول العمر وانخفاض معدل الوفيات.
 - ومن خلال الاستعراض السابق لأهمية الازدهار النفسي للفرد يتضح انه يعد جانبًا حيويًا من جوانب الصحة النفسية التي تتجاوز مجرد غياب المرض العقلي. ويعمل على تعزيز القدرة على الصمود، وتحسين رضا الحياة، والانعكاسات الإيجابية على الصحة البدنية، لذلك يجب إعطائه الأولوية لتحقيق الصحة النفسية للفرد في عالمنا المتزايد المتطلبات،
- أبعاد الازدهار النفسي:**

تتباين مكونات الازدهار النفسي في الدراسات والبحوث السابقة حيث يوجد العديد من التصورات التي حاولت تحديد بنية الازدهار النفسي وهي كالاتي:

المشاعر الايجابية - الاندماج النفسي- العلاقات الإيجابية- معنى الحياة- الإنجاز (حسن وآخرون، ٢٠٢٢، ص. ١٩٥).

ويُحدد (محمد، ٢٠٢٠) خمس ابعاد للازدهار النفسي هي: التناؤل - العلاقات الاجتماعية الإيجابية -الهدف - الإنجاز -قبول الذات

وتحدد (رزق، ٢٠٢٠) الازدهار النفسي على أنه مركب من المشاعر الإيجابية مقترنة بالأداء الأمثل، وهو بنية نفسية تتألف من عدة أبعاد، هي: البعد العاطفي -البعد الشخصي -البعد الاجتماعي -البعد الروحي

خلاصة القول ان الازدهار النفسي يشتمل على خمسة أبعاد رئيسية: المشاعر الإيجابية، والاندماج، والعلاقات، والمعنى، والإنجاز تساهم هذه الأبعاد معًا في كل من السعادة الذاتية والمقاييس الموضوعية للازدهار .

النظريات المفسرة للازدهار النفسي:

هناك العديد من النظريات الحديثة التي تناولت وفسرت الازدهار النفسي ومن

أشهر تلك النظريات ما يلي:

أولاً نظرية بيرما (PERMA MODEL)

والتي تنظر الى مفهوم الازدهار النفسي بأنه يتألف من خمسة عناصر قابلة للقياس، التي تمنحنا القدرة على معرفة مستوى الازدهار النفسي لدى الأفراد. يسهم كل عنصر من هذه العناصر في بلوغ الازدهار النفسي، لذا فإن هدف علم النفس الإيجابي هو تحقيق هذا الازدهار، الذي يعد مفهوماً بناءً يتكون من عدة مكونات قابلة للقياس. وهذه العوامل قابلة للقياس (Seligman, 2012).

ثانياً نظرية كيبس 2002 Keyes:

يرى كيبس 2014 Keyes أن الازدهار النفسي نقيض الوهن النفسي

languishing وهو مركب من ثلاثة أبعاد هو:

البعد الأول: الهناء الوجداني: ويمثل مدركات الفرد وتقييماته لحياته في ضوء الحالات الوجدانية التي يمر بها، ويتألف من: ارتفاع المشاعر الإيجابية وانخفاض المشاعر السلبية، الرضا المدرك عن الحياة.

البعد الثاني: الهناء الشخصي: يتضمن: تقبل الذات والنمو الشخصي، ووجود معنى وهدف الحياة والتمكن البيئي.

البعد الثالث هو الهناء الاجتماعي وقد أعطى كيبس اهتماماً خاصاً للهناء الاجتماعي في الازدهار النفسي (Keyes, 2014).

المحور الثاني: الحيوية الذاتية:

مفهوم الحيوية الذاتية:

يبرز مفهوم الحيوية الذاتية كمكون أساسي للتنمية الشخصية والرفاهية حيث أوضحت منظمة الصحة العالمية في أن الحيوية الذاتية تعني الحيوية الجسدية والعقلية ، وأن هناك فروق في نشاط المخ بين الأشخاص الأصحاء ذوي المستوى المنخفض في مستوى الحيوية والازدهار ونظرائهم الأصحاء ذوي الحيوية والازدهار العالين. حيث تم

تقييم النشاط القشري في مناطق المخ المختلفة باستخدام الأشعة تحت الحمراء
(Goldbeck et. Al., 2019)

كما يرى العبيدي (٢٠٢٠، ص. ٢٩) أن الحيوية الذاتية تعنى "الامتلاء بالسعادة والفرح والسرور والتفاؤل والحماس ومواجهة كل من الضغط والتوتر والقلق بهدف الوصول إلى الأداء الأفضل والتطلع بحماس للمستقبل وتنشيط الدافعية الإيجابية والتمتع بالسلامة البدنية لتحقيق الأهداف المرجوة".

وكذلك تعرف بأنها "امتلاك الفرد الهمة والطاقة والحماس والدافعية والشعور بالاقتدار لأداء مهامه بفاعلية وكفاءة، حيث يتمتع بمستوى مرتفع من الشعور بالصحة البدنية، والطاقة العقلية والحيوية الانفعالية والاجتماعية والروحية مما يحفزه للاندفاع الإيجابي نحو الإثمار الحياتي ليصبح وجوده ذا معنى وقيمة" (المصري، ٢٠٢٠، ص. ٢٤٣).

ويرى سليم وآخرون (٢٠٢٤، ص. ٢٢٦) أنها "امتلاك الفرد الطاقة البدنية التي تمكنه من إنجاز المهام بهمة ونشاط والتفكير المتزن الهادئ (المنظم)، والإقبال على الحياة بفاعلية ونشاط وخلو من الاضطرابات النفسية وسرعة التجاوب والتواصل الاجتماعي، وينعكس ذلك في تأصيل قيم الحق والخير والجمال"
مما سبق يتضح أن الحيوية الذاتية حالة نفسية شاملة وإيجابية تشمل الرفاهية الجسدية والاجتماعية والعاطفية والعقلية والروحية. وتتميز بمشاعر الحماس والطاقة والنهج الاستباقي في الحياة، مما يمكن الأفراد من مواجهة التحديات بالمرونة والدافع.
أهمية الحيوية الذاتية:

تتجلى أهمية الحيوية الذاتية وما تتضمنه من صفات إيجابية كالطاقة والنشاط والحماس في أن الطلبة ذوي الحيوية الذاتية العالية أقل عرضة للإصابة بالأمراض النفسية، حيث لديهم القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية، مما يجعلهم يشعرون بالأمان والصحة النفسية الجيدة، كما يستخدمون أساليب متنوعة في عملية التعلم تزيد من احتمالية وصولهم إلى التفوق والتميز الأكاديمي (Algharaibeh, 2020).

ومن العوامل المهمة جداً التي تؤثر إيجاباً على الأفراد هي الحيوية الذاتية، فهي تزود الطلبة بالطاقة اللازمة لمواجهة التحديات والضغوط، وتقييم حياتهم بشكل أفضل (Ozcan & Yaman, 2020)

وقد تبين أن الحيوية الذاتية لها تأثير إيجابي على التصميم الأكاديمي والكفاءة الذاتية البحثية لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية، وإن ارتفاع الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة أدى إلى ارتفاع مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية. (جلجل وهنداوي، ٢٠٢٣، حسن، ٢٠٢٤)

ويشير (Bertrams et al. , 2020) إلى أن هناك أدلة بحثية على أهمية الحيوية الذاتية ووظيفتها التكيفية؛ حيث ثبت أن الأفراد الأكثر حيوية هم الأكثر نشاطاً وانتباهاً، أيضاً هم أفضل في الحفاظ على ضبط النفس والتعامل الجيد مع التوتر والضغوط، ولديهم مستوى أعلى من الصحة والرفاهية النفسية.

وقد توصلت دراسة (أكبر والشوملي، ٢٠٢١) إلى أن الافتقار للحياة الذاتية، يؤدي إلى ارتفاع درجة الإرهاق البدني والنفسي بشكل عام وبشكل خاص لدى الطلبة في البيئة الدراسية مما قد يؤدي إلى انخفاض مستواهم الأكاديمي.

كما أشارت دراسة (المصري، ٢٠٢٠) إن زيادة الحيوية الذاتية بين الطلبة تؤدي إلى ارتفاع مستويات الدافعية والطموح والقدرة على التحمل والتعامل مع الضغوط في المجال الأكاديمي، في حين أن انخفاض الحيوية الذاتية يؤدي إلى انخفاض الدافعية والاستسلام السهل والشعور باليأس وعدم القدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية بين طلبة الجامعات.

كما ارتبطت الحيوية الذاتية بالصحة حيث أنها وصفت "بالبعد الصحي" و"مكون للصحة العقلية" وأحياناً "الصحة" نفسها. وبالمثل تمت الإشارة إلى الحيوية باعتبارها جانباً من جوانب الرفاهية أو مؤشراً لها. (Lavrusheva, 2020).

مما سبق يتضح أن للحياة الذاتية أهمية واسعة النطاق وبعيدة المدى، وتؤثر على جوانب مختلفة من حياة الفرد، وخاصة صحته البدنية والعقلية والنفسية.

أبعاد الحيوية الذاتية:

مما سبق يتضح أن الحيوية الذاتية مصطلح مركب يشتمل على عدة أبعاد اتفقت عليها أغلب الدراسات السابقة (حنور والطار، ٢٠٢٢؛ جلجل وهنداوي، ٢٠٢٣ عبد الفتاح، ٢٠٢٠؛ عبد الرحمن، ٢٠٢٢؛ المصري، ٢٠٢٠؛ مهدي، ٢٠٢٣؛ سليم، ٢٠٢٤؛ وهي (Arslan, 2021):وهي

١. الحيوية البدنية:

ويعني أن الفرد يتمتع بما يلي: الصحة والعافية الجسدية التي تمدّه بالطاقة والحيوية لإنجاز مختلف الأنشطة والمهام بحماس ونشاط؛ ٢- **الحيوية العقلية:** إن الحيوية العقلية تعني امتلاك الطاقة العقلية واليقظة والدوافع المرتبطة بها والتي تسمح للفرد بالتفكير بهدوء ووضوح، وتحمل الضغوط، واستخدام استراتيجيات تفكير جديدة.

٢. الحيوية الانفعالية:

الحيوية الانفعالية تتمثل في شعور الفرد بالطاقة والنشاط والحماس والمثابرة والدافعية العالية للإنجاز؛ وقدرته على التحكم في عواطفه وتنظيمها؛ ومواجهة المشاكل بشكل إيجابي وتبني مواقف نفسية إيجابية تجاه الحياة تجعله راضيًا ٤- **الحيوية الاجتماعية:**

إن الحيوية الذاتية المرتفعة تتجلى في حالة اليقظة والانتباه والفهم والبصيرة العامة التي يتمتع بها بعض الأفراد أثناء التفاعل الاجتماعي مما يزيد من تأثيرهم على الآخرين ٥- **الحيوية الروحية:**

تتمثل مؤشرات الحيوية الروحية في اندفاع الفرد النشاط الإيجابي العفوي في إرساء القيم الروحية العليا (الحق والخير والجمال) مع الشعور بالطمأنينة والسكينة والهدوء العام النظريات المفسرة للحيوية الذاتية:

١. نظرية فرويد:

اقترح فرويد نموذجًا حيث تكون الطاقة النفسية أشبه بمورد محدود واقترح أن الطاقة المستثمرة في الدفاع أو المقاومة سوف تنفذ وبالتالي فإن احتياطات الفرد من الطاقة تنفذ،

بالنسبة لفرويد وعلماء النفس الأنا اللاحقين (على سبيل المثال هارتمان ونونبرج) اقترحوا أنه كلما تحرر الأشخاص من القمع والصراع كلما أظهروا المزيد من الحيوية والإبداع والقوة والطاقة (الجدوي، ٢٠٢٤)

٢. نظرية ثاير (1996- 2001) Thayer:

قدم ثاير Thayer نموذجًا للطاقة يتبنى منظورًا شموليًا حيث تكون الطاقة الذاتية نتاجًا ثانويًا لكل من العوامل الجسدية والنفسية. يقوم ثاير Thayer بتقييم الطاقة الذاتية باستخدام نموذج محيطي ذي بعدين ثنائي القطب: أحدهما يتراوح من الطاقة إلى التعب، والآخر من التوتر إلى الهدوء، ويرى أن الجزء النشط الإيجابي، الذي يسميه الطاقة الهادئة، يرتبط ارتباطًا وثيقًا من الناحية التجريبية والوصفية بالحيوية

٣-نظرية تقدير الذات

وتعد نظرية تقدير الذات لريان وديسي Ryan & Deci, 2008 هي أشهر وأكثر النظريات استخدامًا في الدراسات المتعلقة بالحيوية الذاتية.

تفترض نظرية تقدير الذات أن الحيوية تتعزز من خلال الدافع الداخلي، وهو الميل الداخلي نحو الاستيعاب والإتقان والمصلحة الذاتية والتقييم. لذلك، إذا كان الفرد موجّهًا نحو الهدف والطموح، فإن حيويته ستتعزيز، وترى النظرية على أن الحيوية تتعزز بشكل أكبر مع نمو مجموعة من الاحتياجات النفسية الأساسية: الحاجة إلى الاستقلال والكفاءة، والانتماء والارتباط والتي يتم تعريفها على أنها وجود علاقات رعاية ودعم

خلاصة القول إن الحيوية الذاتية عنصر حيوي من عناصر التنمية الشخصية والرفاهية العامة، وتمثل قوة الحياة الداخلية للفرد وقدرته على الصمود، وهي تشمل تجربة شاملة تدمج الأبعاد الجسدية والاجتماعية والعاطفية والعقلية والروحية.

المحور الثالث : الإبداع الانفعالي:

مفهوم الإبداع الانفعالي:

تعددت واختلفت مسميات الإبداع الانفعالي فهناك من أطلق عليه اسم الإبداع العاطفي وهناك من أطلق عليه الابتكار الوجداني وهناك من أطلق عليه الابتكار الانفعالي

فقد عرفه (Kuška et. Al., 2020) بأنه نمط متفرد من القدرات الفكرية والسمات الشخصية ترتبط بالأصالة في التجارب الانفعالية، وتعتبر جزءاً أساسياً من الإبداع البشري في الأداء، تشمل هذه البنية قدرة الفرد على التعبير عن أسباب الانفعالات ونتائجها خلال مرحلة الإعداد للعملية الإدراكية، فضلاً عن قدرته على الشعور والتعبير عن مشاعر جديدة في مرحلة التحقق من العملية الإبداعية.

كما عرفه سالم وآخرون (٢٠٢١، ص. ٦٤٩) "بأنه قدرة الفرد على فهم وتحليل انفعالاته وانفعالات الآخرين والتعبير عن انفعالاته بشكل غير مألوف عن طريق الضبط والتحكم في أفكاره ومعتقداته المفسرة للمثير الانفعالي لينتج شكل جديد من أشكال الاستجابة الانفعالية تتميز بالإيجابية والتفرد"

وعرف أيضاً بأنه "استعدادات الفرد لفهم الموقف الانفعالي الذي يمر به، وفهم انفعالاته وانفعالات الآخرين، والتعبير عنها بطريقة فريدة وذات فعالية تدفعه إلى توجيه التفكير بطريقة إيجابية في التعامل مع المواقف المختلفة" (عبدالعزیز وعبدالحليم، ٢٠٢٢، ص. ٦٤١).

أما يونان وآخرون (٢٠٢٢، ص. ١٨٢) عرفوه بأنه "وعي الفرد بانفعالاته الذاتية وخبراته الانفعالية السابقة، والتعبير عنها بصدق وتفرد وفعالية؛ مما يوجه تفكيره لإنتاج مخرج انفعالي مميز"

ويرى جريش (٢٠٢٤، ص. ٣٧٦) أن الإبداع الانفعالي يعني "القدرة على إدارة انفعالات الذات والآخرين بكفاءة تظهر إدراك الفرد للقيمة الاجتماعية للانفعالات، وذلك من خلال التعبير عن الانفعالات بشكل مميز، وتجريب خبرات انفعالية فريدة تسهم في إقناع الآخرين والتأثير فيهم انفعالياً".

مما سبق يتضح أن الإبداع الانفعالي يشمل التحكم المرن والإبداعي في العواطف لاستخلاص معاني إيجابية من أحداث الحياة غير المتطابقة، مما يعزز القدرة الشخصية على التكيف والتنظيم الذاتي

أهمية الإبداع الانفعالي:

تكن أهمية الإبداع الانفعالي في الربط بين المشاعر والشخصية والاستعدادات الأخلاقية الفطرية (شفعة ونصار، ٢٠٢٣).

كما أشارت دراسة (Trnka, 2023) أن الانفعالات ترتبط بالإبداع في ثلاث

صور:

- الانفعال كأسباب للإبداع: يميل الأفراد إلى الإبداع أكثر عندما يكون لديهم مزاج إيجابي؛ فالإبداع الانفعالي هو نتاج إبداعي للتجربة الانفعالية
- الإبداع كتجربة انفعالية: عندما يتصف شخص ما بالإبداع الانفعالي، فهذا يعني أنه عبقرى في بعض الانفعالات الداخلية.
- الانفعالات قد تكون أيضًا نتاجًا ثانويًا للإبداع، كثير من الأفراد الذين يُشاد بهم كمبدعين انفعاليا ليسوا عباقرة - إلا أن الإبداع الانفعالي يتطلب توافر قدرًا مناسباً من الإبداع المعرفي، وتتم عن رغبة في التعلم والاستكشاف.
- وأشارت دراسة (عفيفي، ٢٠١٦) أن للإبداع الانفعالي دورًا مهمًا في التنبؤ بتكامل الطلاب الجامعيين أكاديميًا، حيث تتجلى من خلال مشاركتهم الفعالة في الأنشطة التعليمية داخل الفصول وخارجها، وارتباطهم الواضح بأساتذتهم وزملائهم، إلى جانب مئابرتهم في عملية التعلم من خلال تفعيل استراتيجيات معرفية وما وراء المعرفية.

مما سبق يتضح أن الإبداع الانفعالي ليس مجرد أسلوب للتعبير، بل هو وسيلة

لتعزيز الرفاهية النفسية والشخصية بالإضافة إلى بناء علاقات اجتماعية أعمق

أبعاد الإبداع الانفعالي:

انققت أغلب الدراسات والأدبيات والدراسات السابقة على أربعة أبعاد للإبداع

الانفعالي وتلخصها الدراسة الحالية فيما يلي (عيد، ٢٠١٥؛ عفيفي، ٢٠١٦؛ يونان

وآخرون، ٢٠٢٠؛ Soroa et al., 2015; Sharma & Mathur, 2016):

١. الاستعداد الانفعالي Emotional Preparedness:

يتعلق الاستعداد الانفعالي بجوانب مهمة في حياة الأفراد، حيث يتسم بقدرتهم على التفكير في مشاعرهم ومشاعر الآخرين، بالإضافة إلى السعي لفهم هذه المشاعر وتمييزها سواء عاطفياً أو ذهنياً، وقدرته على التحكم بها والتعامل معها بطرق إيجابية.

٢ -الأصالة (الجدة) الانفعالية:

تعني الجدة أن الاستجابة يجب أن تكون جديدة، ومختلفة، وغير مألوفة وتُقاس بثلاثة محكات هي: عدم التكرار - المهارة والإتقان -الإحساس الداخلي والتداعيات (Averill & Nunley, 2012).

٣- الفاعلية الانفعالية:

إن القدرة على إصدار ردود فعل انفعالية مناسبة للمواقف الانفعالية والمفيدة للفرد وللمن حوله، بطريقة تحقق أهدافه وتساعد في اتخاذ القرار السليم، تمثل جوهر الفعالية

٤-المرونة الانفعالية:

يعني ذلك القدرة على التعبير عن الحالة الانفعالية بشكل إيجابي، مما يمكن الفرد من تعديل ردود أفعاله حسب تغير الظروف. (Averill, 2011):

مراحل الإبداع الانفعالي:

١. مرحلة الاستعداد:

يشير الاستعداد إلى القدرة على جمع المعلومات وفهمها وتوظيفها، بحيث توجه تفكير الفرد وسلوكياته. يظهر الاستعداد في ميل الفرد للتفكير والانتباه إلى مشاعره ومشاعر الآخرين، والسعي لفهمها وتطوير الجوانب العاطفية بنفس قدر نظيرتها العقلية.

٢- مرحلة الاستيعاب:

حيث يقوم الفرد بعزل الأفكار غير المرتبطة بالمشكلة، ويتم التركيز بشكل واضح على الفكرة أو المشكلة، حتى تتضح في ذهن المبتكر، فهي اللحظة التي تتجمع فيها الأفكار وتنظم، مما يسهل فهم جوهر القضية .

٣-مرحلة الإلهام:

في هذه المرحلة، يكون الفرد وصل إلى قمة الإبداع وابتكر حلاً جذرياً في عقله بعد أن نظم أفكاره ورتبها في أماكنها المناسبة. تعتبر هذه المرحلة من أهم المراحل، إذ تتطلب جهداً وتحدياً كبيرين.

٤-مرحلة التحقق من صحة الابتكار:

حيث يتم في هذه المرحلة تحويل الفكرة الإبداعية إلى نتاج فعلي وتطبيقها ومن ثم التأكد من نفعها للمجتمع. (شفعة ونصار، ٢٠٢٣).

النظريات المفسرة للإبداع الانفعالي:

ظهرت العديد من النظريات التي تفسر الإبداع الانفعالي بطرق متنوعة فيما يلي عرض لأبرز وأشهر هذه النظريات.

١- نظرية ماسلو

وترى نظرية هرم ماسلو للاحتياجات أن كل فرد يمتلك القدرة على الإبداع، وأن تحقيق هذه القدرة يتوقف على المناخ الاجتماعي الذي يعيش فيه. فعندما يكون هذا المناخ مناسباً وخالياً من الضغوط فإن الفرد يستطيع أن يحقق مستوى عالٍ من الابتكار، مما يسمح له بتحقيق ذاته والاستمتاع بصحة نفسية جيدة. تدعي هذه النظرية أن الشخص المبدع هو الذي يستطيع أن يحقق ذاته. وأن تحقيق الذات عند الفرد يحدث بعد تلبية احتياجاته الأساسية، لأنه يعني الوصول إلى قمة النجاح في مجال محدد في الحياة (السرور، وآخرون، ٢٠١٠).

٢- النظرية الاجتماعية - البنائية (أفريل)

يرى (Averill, 2011) أن المواقف المحفزة تعتبر منبعاً حقيقياً لمشاعر أصيلة لدى معظم الأشخاص، فعند النظر إلى المشاعر كميسر للنشاطات الإبداعية، يُظهر أن للانفعالات قدرة على تعزيز هذه الأنشطة، فإذا كان لدى الفرد مخزون وفير من المفاهيم المتصلة ببعضها البعض عبر مشاعر انفعالية، فإن هذه المشاعر تساهم في تحفيز الإبداع. وعلى العكس، إذا كان لدى الفرد نقص في هذا المخزون، فإن دور المشاعر في تسهيل الأنشطة الإبداعية يتراجع.

المحور الرابع: التدفق النفسي

مفهوم التدفق النفسي:

- يشير المعنى النفسي للتدفق إلى اندماج الفرد في النشاط وسلاسة حركاته وأدائه أثناء ذلك، تمامًا كما يتدفق الماء في مجراه، ويُعتبر مصطلح التدفق النفسي من أكثر المصطلحات أهمية في مجال علم النفس الإيجابي، وهو أحد المفاهيم الأساسية التي تمكن الفرد من تحقيق أقصى استفادة من طاقته وتركيزه التام، (Sinnott,2013).
 - ويرى النجار، وآخرون (٢٠٢٢). أنه "حالة من الاندماج والتركيز العالي في أداء عمل أو نشاط معين يفقد فيها الفرد إحساسه بذاته أو بحاجاته الشخصية. وهو يهدف إلى إنجاز هذا العمل مهما كلفه ذلك من وقت دون الشعور بالملل أو الكلال".
 - بينما يرى سالم (٢٠٢١، ص. ١٧٤) بأن التدفق النفسي "خبرة إيجابية معرفية انفعالية سلوكية دينامية؛ تتطلب توازن دقيق بين مهارات الفرد وقدراته ومتطلبات وتحديات المهمة التي بين يديه، وشعور بالسيطرة والتحكم في إنجاز المهمة؛ متضمناً قيام الفرد بالتركيز الكامل والانتباه العالي للمهمة التي بين يديه يفقد معها قدرته على وعيه بذاته، ووعيه بالزمان والمكان، ويشعر معها بمشاعر الابتهاج والنشوة والاستمتاع بما يقوم به من عمل، فالمهمة التي يقوم بها هي المكافأة ولا ينتظر أي إثابة خارجية".
 - أما محمد، مروة إبراهيم الششتاوي، (٢٠٢٣) فقد عرفوا التدفق النفسي بأنه "حالة من استغراق وانغماس الفرد في أداء عمل أو مهمة ما مع فقدان الإحساس والوعي بالذات والوقت والمكان عند القيام بهذا العمل أو المهمة، للوصول إلي أعلى مستوي من الأداء، ترافقها حالة من الاستمتاع الشخصي والسعادة".
- مما سبق يتضح أن التدفق النفسي عبارة عن تجربة إيجابية يشعر بها الفرد عندما يكون مغموراً تماماً في أداء نشاطه المفضل، حيث يتم تحسين مهاراته الشخصية وتجاوز التحديات. يتميز التدفق بالتركيز التام، وفقدان الإحساس بالوقت، وزيادة الوعي الذاتي، بدون الحاجة إلى حوافز خارجية، مما يؤدي إلى شعور بالسعادة والمتعة.
- ### أهمية التدفق النفسي:

أشارت دراسة عبدالحليم (٢٠٢٣) أنه يوفر للفرد حياة كاملة تستحق العيش ويجعله يستفيد من العواقب التي تواجهه اجتماعيا ويحسن الرفاهية الذاتية لديه وكلما قضى الفرد المزيد من وقته في حالة التدفق النفسي كانت جودة الحياة لديه أفضل لذا فالتدفق النفسي يعد من انسب الخبرات التي يمكن الاعتماد عليها لتحسين الصحة النفسية للأفراد والوصول الى الحالة النفسية المثلى التي تحدث عندما تكون التحديات والمهارات متوازنة.

علاوة على ذلك فقد أشار (Hammoud, 2022) إلى وجود ارتباط إيجابي وثيق بين التدفق النفسي والانتباه العقلي وبترافق معه رغبة قوية في التمكن والتفوق. كما أشارت دراسة (محمد وحسن، ٢٠٢١) إلى وجود ارتباط إيجابي واضح بين مفهوم التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة، واتخاذ القرارات الاجتماعية، وتنظيم المشاعر، والسلوكيات الإيجابية تجاه الآخرين، بالإضافة إلى التفكير الذاتي. فأهمية التدفق النفسي تتبع من كونها استراتيجية لتعزيز جودة الحياة النفسية، حيث تعتبر طاقة إيجابية كامنة يمكن استغلالها في كافة مجالات الحياة. الاستثمار في هذه الطاقة يساهم في خدمة الفرد والمجتمع.

أبعاد التدفق النفسي

أجمعت أغلب الأدبيات والدراسات السابقة أن التدفق النفسي يتكون من تسعة أبعاد وهي كما يلي (خاطر، ٢٠٢٠؛ ذكي وآخرون، ٢٠٢١؛ العنزي، ٢٠١٩؛ Khoshnoud e. al., 2020):

وضوح الأهداف -التوازن بين القدرة والتحدي -التغذية الراجعة الفورية -الإحساس بالدافعية الداخلية - الشعور بالقدرة على التحكم والسيطرة -الاندماج في أداء المهام - غياب الوعي بالذات -فقدان الإحساس بالوقت -الإحساس بالسعادة النفسية

وقد قسمت دراسة عبدالحليم (٢٠٢٣) أبعاد التدفق النفسي إلى ثلاث عمليات

وهي كما يلي:

- **مدخلات:** الذي يُعد الوقود والمحرك الأساسي لهذه الحالة، تشمل هذه الشروط وضوح الأهداف في العمل، والتوازن بين المهارات والتحديات، بالإضافة إلى الحصول على تغذية راجعة فورية.
 - **عمليات أساسية:** الجوهر الأساسي لمحرك التدفق النفسي يتلخص في شعور الدافع الداخلي، القدرة على التحكم والسيطرة، والتوافق مع أداء المهام.
 - **مخرجات:** تتمثل نتائج محرك التدفق النفسي في عدة عناصر، منها غياب الوعي الذاتي، فقدان الإحساس بالزمن، والشعور بالسعادة النفسية.
- النظريات المفسرة للتدفق النفسي:**

١. النظرية الإنسانية كارل روجرز **Carl Rogers**:

يعتقد كارل روجرز **Carl Rogers** أن الإنسان الذي يتمتع بكامل وظائفه النفسية مدفوع تلقائياً وبشكل طوعي وكأنه يحقق الذات المثالية، ويستنتج ذلك من توجهه نحو تحقيق الذات وانفتاحه على التجارب الإيجابية والسلبية في نفس الوقت. فالإنسان الذي يتمتع بكامل وظائفه النفسية يتميز بالثقة في مشاعره، ووضع ضوابط شخصية على نفسه ومحاسبة نفسه وتقييمها باستمرار، ولا يقبل أي شيء مألوف في البيئة المحيطة، وبالتالي يحقق الذات المثالية (أبو حلاوة والحديبي، ٢٠٢٢).

٢. نظرية التدفق النفسي، كسكزنتيميهالي **Csikszentmihally**

تتلخص هذه النظرية في ثلاث فرضيات: تنص الفرضية الأولى على أن أغلب ما يقوم به الفرد سوف يعتمد على معايير وضوابط داخلية متوافقة مع احتياجات الفرد وليس على مؤثرات خارجية. أما الفرضية الثانية فتقول إن التدفق النفسي يمكن أن يحدث على المستوى الفكري أو الأداء: أي أن أي نشاط يقوم به الفرد قد ينتج تدفقاً نفسياً ولكن فقط إذا كان لدى الفرد الرغبة - الدافع - والقدرة على التحكم في وعيه الذاتي. في حين ترى الفرضية الثالثة أن الفرد يشعر بمشاعر إيجابية ومتعة عند أداء مهمة أو نشاط فقط إذا كان هناك توازن بين مستوى تحديات المهمة ومستوى مهارات الفرد، وكلما كان قادراً على التغلب على المهام أكثر من الحالات السابقة، فإن هذا سيجعله يعيش تدفقاً نفسياً ويستمتع بالتحديات الموجودة في الحياة (البخيتان، ٢٠٢٠).

وقد صاغ تجربة التدفق في مصفوفة ثنائية الأبعاد وبالتالي، يمكن القول إن التدفق النفسي يتألف من عنصرين أساسيين، على وجه التحديد عنصر المهارة وعنصر التحدي، وهما مترابطان ويشكلان بعضهما البعض اعتماداً على الظروف التي تميز التجربة. وهذا يؤدي إلى أربع فئات محتملة: التدفق، والقلق، والملل أو السمية، واللامبالاة.

٣- نظرية الذكاء الانفعالي، دانيال جولمان Danial Goleman:

يرى جولمان أن التدفق النفسي هو الذكاء الانفعالي في أحسن حالاته، حيث تتضمن أقصى درجات تعزيز الانفعالات في مجال الأداء والتعلم، تقع في المنطقة الشعورية الدقيقة بين الملل والقلق، ووصفها جولمان بالفرح التلقائي، فالمشاعر خلال حالة التدفق إيجابية مشحونة بالطاقة، تنظم قواها لتتناسب مع النشاط الحالي، بينما في حالة المشاعر السلبية كالملل والإحباط، يسيطر الاكتئاب على الفرد ويمنعه من الوصول إلى التدفق أو يحدث بدرجة خفيفة (جولمان، ٢٠٠٠).

٤- نظرية الذكاءات المتعددة هوارد جاردر Gardner:

وقد تشابه وجهة نظره مع وجهة نظر جولمان حيث يعتبر التدفق "تدفقاً عاطفياً" وحالة نفسية داخلية إيجابية، أي أن الفرد يكون مشغول بعمل يحبه ويلتزم به ويستمر فيه حتى تتطور مهاراته فيه، والحالة الإيجابية هنا تمثل جانباً جيداً من جوانب التعليم وخاصة تعليم الأطفال، لذا يجب استثمار هذا الجانب الإيجابي في تنمية قدراتهم (العنزي، ٢٠١٩).

دراسات سابقة:

هدفت دراسة نصيف (٢٠١٥) قياس كل من التدفق النفسي، الإبداع الانفعالي، التفاوض المتعلم لدى طلبة الدراسات العليا، والتعرف على العلاقة بين الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، استخدم الباحث مقياس أفريل لقياس الإبداع الانفعالي و مقياس التدفق النفسي من إعداد الباحث، قام الباحث بتطبيق المقاييس على عينة من طلبة الدراسات العليا قوامها (٢٠٠) طالب وطالبة، وأكدت النتائج على وجود علاقة ايجابية ذات دلالة إحصائية بين كل الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، وإسهام متغيري التفاوض المتعلم والإبداع الانفعالي في التنبؤ بالتدفق النفسي.

هدفت دراسة عبدالكريم وأبو الوفاء (٢٠٢٠) إلى التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والابداع الانفعالي لدى طالبات شعبة الطفولة وتنمية الابداع الانفعالي لديهن عن طريق إعداد وتنفيذ برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي والتحقق من فعاليته في تحقيق هدفه ومدى استمرار أثره بعد انتهائه وخلال فترة المتابعة. وتكونت عينة الدراسة الأساسية من ١٠٠ طالبة شعبة طفولة بكلية التربية جامعة أسوان، وضمت أدوات الدراسة مقياس الابداع الانفعالي، ومقياس التدفق النفسي، والبرنامج التدريبي وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين درجات الطالبات على مقياس الإبداع الانفعالي ودرجاتهن على مقياس التدفق النفسي

هدفت دراسة (Annalakshmi et. al, 2020) إلى التعرف على العلاقة التي تربط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وبين التدفق النفسي والفروق بين الجنسين في ذلك، وقد تكونت العينة من (٢٠٠) فرداً من الإناث والذكور في الهند، وقد طبقت عليهم أدوات الدراسة التي تمثلت في مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس التدفق النفسي، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج من أهمها أن الإناث يتمتعون بمستوى أعلى من الذكور في معاشرة خبرة التدفق النفسي.

وأجرى Arnout & Almoied (2021) دراسة هدفت إلى التعرف على تقييم نموذج هيكلي يعكس العلاقة بين الإبداع الانفعالي والرفاهية النفسية والمرونة والامتثال لدى المستشارين النفسيين، تكونت عينة الدراسة من (٦١٠) مستشار نفسي تراوحت أعمارهم بين (٢٥-٤٥) عاماً، أظهرت نتائج الدراسة إلى تنبؤ الامتثال والمرونة والرفاهية النفسية بشكل مباشر بالإبداع الانفعالي.

هدفت دراسة عبدالعزيز وعبدالحليم (٢٠٢٢) إلى تقصي العلاقة بين كل من التدفق المعرفي والازدهار النفسي والابداع الانفعالي، واستكشاف أفضل نموذج بنائي يفسر العلاقات السببية بينهم. وتكونت عينة البحث من (٢٨٨) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة المنيا، وقد طبق عليهم مقياس التدفق المعرفي، ومقياس الابداع الانفعالي، ومقياس الازدهار النفسي وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً وموجبة

بين متغيرات البحث. كما أسفرت عن إمكانية التنبؤ بالإبداع الانفعالي وبالازدهار النفسي في ضوء أبعاد التدفق المعرفي كما كشفت النتائج عن التأثير السببي الموجب المباشر لمتغير التدفق المعرفي على الازدهار النفسي، و التأثير السببي الموجب المباشر وغير المباشر لمتغير التدفق المعرفي على الإبداع الانفعالي.

وهدفت دراسة الكريديس (٢٠٢٢) إلى التعرف على تأثير العلاقة بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي عبر التنظيم الانفعالي لدى طالبات الجامعة المقبلات على التخرج، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، تكونت عينة الدراسة من (٢٤٠) من الطالبات المقبلات على التخرج بجامعة الملك سعود بالرياض، وتم استخدام مقياس التنظيم الانفعالي ، ومقياس الحيوية الذاتية ، ومقياس الازدهار النفسي ، وخلصت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير موجب ودال إحصائياً بين الحيوية الذاتية والتنظيم الانفعالي، ووجود تأثير موجب ودال إحصائياً في التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي، وعدم وجود تأثير دال إحصائياً بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي

هدفت دراسة عثمان (٢٠٢٢) إلى التعرف على العلاقة بين الإبداع الانفعالي وكل من حل المشكلات والرفاهية النفسية والطموح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة على عينة قوامها (٣٥٢) من طلبة وطلاب الجامعة ، ودور متغيرات الدراسة في التنبؤ بالإبداع الانفعالي لدى هؤلاء الطلاب، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين كلا من الإبداع الانفعالي وحل المشكلات والإبداع الانفعالي والرفاهية النفسية والإبداع الانفعالي والطموح الأكاديمي ، و إسهام كل من حل المشكلات والرفاهية النفسية والطموح الأكاديمي في التنبؤ بالإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة

هدفت دراسة محمد (٢٠٢٢) إلى تقصي العلاقة بين الحيوية الذاتية وكل من الرفاهية النفسية والكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة ، وتكونت عينة الدراسة من (٣٣٢) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية واستخدمت الباحثة مقياس الحيوية الذاتية ، وتوصل البحث إلى قدرة المتغيرات المستقلة (الكفاءة الذاتية والرضا عن الحياة والرفاهية النفسية) على التنبؤ بالحيوية الذاتية لدى طلاب المرحلة الثانوية

وهدفت دراسة (Dagar et. al, 2022) "التحقق من العلاقة بين رأس المال النفسي والحيوية الذاتية، والعلاقة بين رأس المال النفسي والإيثار والسمو الذاتي، والدور الوسيط لرأس المال النفسي في العلاقة بين الحيوية الذاتية والإيثار، طبقت الدراسة على مجموعتان من المشاركين تكونت المجموعة الأولى من (٣٤٢) من المشاركين ، بينما تكونت المجموعة الثانية من (١٠٩) ، وقد طبق عليهم مقياس الحيوية الذاتية والسمو الذاتي ورأس المال النفسي والإيثار، ومن أهم ما أشارت إليه النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين رأس المال النفسي والحيوية الذاتية كما أن رأس المال النفسي كان له دور وسيط في العلاقة بين الحيوية الذاتية والإيثار".

أما دراسة (Parole & Marcionetti, 2023) فقد هدفت إلى "التعرف على العلاقة بين الازدهار النفسي وكل من الشجاعة وتقدير الذات والتكيف الوظيفي، والكشف عن الفروق في الازدهار النفسي تبعاً للنوع، حيث تكونت العينة من (٢٢١) طالباً وطالبة من المراهقين في إيطاليا، تم تطبيق مقياس الازدهار النفسي ومقياس الشجاعة، ومقياس روز نبرج لتقدير الذات ومقياس التكيف الوظيفي، وقد أشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين كل من الازدهار النفسي وجميع متغيرات الدراسة بالإضافة إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الازدهار النفسي لصالح الإناث".

أوجه الاستفادة من الدراسات والبحوث السابقة:

تتم الاستفادة من الدراسات والبحوث السابقة في إثراء معرفة الباحثة بكثير من المعلومات حول متغيرات البحث، لدعم وتأسيس الإطار النظري، وصياغة الفروض والتساؤلات وتحديد الأهداف وفي تحديد الأدوات التي يمكن استخدامها في البحث الحالي واختيار العينة وتحليل النتائج وتفسيرها مستقبلاً والتوصل إلى النموذج البنائي المقترح للبحث الحالي

فرض البحث:

تدعم البيانات الامبريقية صحة النموذج البنائي المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة للازدهار النفسي وكل من: الحيوية الذاتية والابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طالبات جامعة الملك خالد.

منهجية البحث وإجراءاته:

منهج البحث: اتبع البحث الحالي المنهج الوصفي (الارتباطي)، لكونه الأنسب لطبيعة البحث وأهدافه.

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من جميع طالبات جامعة الملك خالد بأبها للعام الدراسي (١٤٤٥هـ - ١٤٤٦هـ).

عينة البحث: اشتملت الدراسة على عينتين هما عينة الخصائص السيكومترية وعينة الدراسة الأساسية على النحو التالي:

تكونت عينة الخصائص السيكومترية: من (٢٠٠) طالبة من طالبات جامعة الملك خالد تم اختيارهن عشوائياً من التخصصات النظرية والتطبيقية بمتوسط عمري (٢١.٧٨) وانحراف معياري (١.٧٩).

تكونت عينة الدراسة الأساسية: من (٣٢٢) طالبة من طالبات جامعة الملك خالد تم اختيارهن بطريقة عشوائية، من خلال التطبيق الإلكتروني، وبلغ متوسط أعمارهن (٢١.٦٩) بانحراف معياري (١.٩١)

أدوات البحث:

أولاً: مقياس الازدهار النفسي: إعداد حسين، مروة نشأت معوض (٢٠٢٢).

وصف المقياس: هدف المقياس إلى قياس الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة من خلال المقياس ويتكون المقياس من (٤٦) فقرة، موزعة على خمسة ابعاد: البعد الأول: المشاعر الإيجابية ويتكون من (٨) عبارات، البعد الثاني: الاندماج النفسي يتكون من (٩) عبارات، البعد الثالث: العلاقات الإيجابية يتكون من (١٠) عبارات البعد الرابع معنى الحياة يتكون من (١٠) عبارات البعد الخامس الإنجاز يتكون من (٩) عبارات

طريقة التصحيح: ويطلب من الطالب في كل الأبعاد اختيار أفضل وصف عن كل عبارة بتحديد وصف السلوك ما بين؛ أبداً، نادراً أحياناً غالباً، دائماً وتراوحت الدرجات الكلية للمقياس بين (٤٦) أقل درجة، بينما (٢٣٠) الدرجة العليا في مقياس الازدهار النفسي العبارات السلبية للمقياس هي (٦، ٩، ١٣، ١٤، ١٩، ٢١، ٢٩، ٣١، ٣٦، ٤٢، ٤٣)

الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة الخصائص السيكمترية، وقوامها (٢٠٠) طالبة من طلبة الجامعة. وقد استخدمت البيانات المستخلصة منها في التحقق من الخصائص السيكمترية للمقياس من حيث الاتساق الداخلي، والصدق، والثبات على النحو التالي:

أ- الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه وكذلك بالدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (١) نتائج ذلك.

جدول (١) معاملات الارتباط بين درجة العبارة والبعد والدرجة الكلية على مقياس الازدهار النفسى (ن = ٢٠٠)

| الارتباط بالدرجة الكلية | الارتباط بالبعد | العبارة | الارتباط بالدرجة الكلية | الارتباط بالبعد | العبارة | الارتباط بالدرجة الكلية | الارتباط بالبعد | العبارة |
|-------------------------|-----------------|---------|-------------------------|-----------------|---------|-------------------------|-----------------|---------|
| *.٠٥٤ | *.٠٦٣ | ٣٥ | العلاقات الإيجابية | | | المشاعر الإيجابية | | |
| * | * | | | | | | | |
| *.٠٦٢ | *.٠٧٠ | ٣٦ | *.٠٦٤ | *.٠٨١ | ١٨ | *.٠٥٥ | *.٠٧٨ | ١ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٠٥٣ | *.٠٦١ | ٣٧ | *.٠٥٩ | *.٠٧٩ | ١٩ | *.٠٥١ | *.٠٦٨ | ٢ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| الإنجاز | | | *.٠٥٩ | *.٠٦٤ | ٢٠ | *.٠٤٩ | *.٠٦٢ | ٣ |
| | | | * | * | | * | * | |
| *.٠٥٧ | *.٠٦٨ | ٣٨ | *.٠٦٦ | *.٠٧٢ | ٢١ | *.٠٥٣ | *.٠٧١ | ٤ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٠٥١ | *.٠٦٤ | ٣٩ | *.٠٦٤ | *.٠٧٨ | ٢٢ | *.٠٥٠ | *.٠٦٩ | ٥ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٠٥٤ | *.٠٧٢ | ٤٠ | *.٠٥٦ | *.٠٧٣ | ٢٣ | *.٠٤٧ | *.٠٦٧ | ٦ |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|------|------|----|-------------|------|----|-----------------|------|----|
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٢ | *.٧٤ | ٤١ | *.٥٩ | *.٨٠ | ٢٤ | *.٦٠ | *.٧٦ | ٧ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٤٨ | *.٦١ | ٤٢ | *.٦٤ | *.٦٨ | ٢٥ | *.٦١ | *.٦٩ | ٨ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٩ | *.٦٢ | ٤٣ | *.٥١ | *.٧٠ | ٢٦ | الاندماج النفسي | | |
| * | * | | * | * | | | | |
| *.٥٢ | *.٦٠ | ٤٤ | *.٤٨ | *.٦٤ | ٢٧ | *.٥٢ | *.٦٦ | ٩ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٢ | *.٦٣ | ٤٥ | معنى الحياه | | | *.٥٠ | *.٦٤ | ١٠ |
| * | * | | | | | * | * | |
| *.٥٦ | *.٦٦ | ٤٦ | *.٥٧ | *.٦٨ | ٢٨ | *.٥٧ | *.٨٠ | ١١ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٤٩ | *.٦١ | ٢٩ | *.٥٦ | *.٦٥ | ١٢ |
| | | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٦٦ | *.٧٧ | ٣٠ | *.٥٧ | *.٦٧ | ١٣ |
| | | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٥٠ | *.٦٣ | ٣١ | *.٥٩ | *.٨١ | ١٤ |
| | | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٥٩ | *.٦٥ | ٣٢ | *.٥٣ | *.٦٦ | ١٥ |
| | | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٥٦ | *.٧٩ | ٣٣ | *.٦١ | *.٦٩ | ١٦ |
| | | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٥٠ | *.٦٢ | ٣٤ | *.٥٩ | *.٦٢ | ١٧ |
| | | | * | * | | * | * | |

| | | | | | | |
|--|---|---|--|---|---|--|
| | * | * | | * | * | |
|--|---|---|--|---|---|--|

يتضح من النتائج المعروضة في جدول (١) ان معاملات الارتباط بين العبارات ودرجة البعد والدرجة الكلية جاءت كلها موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٧ الى ٠.٨١) مما يشير الى صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل بعد والدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (٢) نتائج ذلك

جدول (٢) معاملات الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية على مقياس الازدهار النفسي

| الدرجة الكلية | الانجاز | معنى الحياه | العلاقات الإيجابية | الاندماج النفسي | المشاعر الإيجابية | الابعاد |
|---------------|---------|-------------|--------------------|-----------------|-------------------|--------------------|
| **٠.٧١ | **٠.٤٧ | **٠.٤٦ | **٠.٥٧ | **٠.٥٥ | | المشاعر الإيجابية |
| **٠.٧٨ | **٠.٥٣ | **٠.٤٩ | **٠.٥٥ | | | الاندماج النفسي |
| **٠.٨٤ | **٠.٥٦ | **٠.٥٩ | | | | العلاقات الإيجابية |
| **٠.٧٦ | **٠.٥٩ | | | | | معنى الحياه |
| **٠.٧٩ | | | | | | الإنجاز |

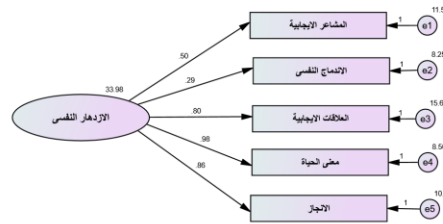
(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٢) وجود معاملات ارتباط دالة احصائيا بين درجة الابعاد والدرجة الكلية على المقياس وكذلك بين الابعاد وبعضها البعض. مما يشير الى صدق الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس

ب-الصدق العملي:

-الصدق العملي التوكيدي:

قامت الباحثة باختبار النموذج النظري والذي يتكون من خمس متغيرات مقاسة تمثل درجات الابعاد، مع متغير ضمني/كامن واحد، وذلك باستخدام نموذج المعادلة البنائية، حيث اختبر النموذج الخماسي بمتغير كامن واحد. وقد جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي: حيث كانت قيمة كاي² (٦.٧٤) غير دالة احصائيا وكانت نسبة كاي² إلى درجة الحرية (٥) هي (١.٣٥) وهي تقل عن القيمة (٢)، كذلك قيمة المؤشر RMSEA (٠.٠٦٨) تقل عن (٠.٠٨)، وقيمة مؤشر GFI = ٠.٩٧٣ وقيمة مؤشر NFI = ٠.٩٨١ مما يدل على ان نموذج القياس الخماسي المقترح (شكل ٣-١) مطابق للبيانات الامبيريقية للعينة. ويوضح شكل (٣-١) نموذج القياس خماسي الابعاد بمتغير كامن (الازدهار النفسي)



شكل (١) نموذج القياس الخماسي لمقياس الازدهار النفسي

-الثبات:

تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل ولكل بعد من الابعاد الخمسة للمقياس ويوضح جدول (٣) قيم معامل الثبات للأبعاد الخمسة وللمقياس ككل

جدول (٣) معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل ولكل بعد من الابعاد الخمسة للمقياس

| م | الابعاد | معامل ثبات اوميغا |
|---|-------------------|-------------------|
| ١ | المشاعر الإيجابية | ٠.٧١ |
| ٢ | الاندماج النفسي | ٠.٧٠ |

| | | |
|------|--------------------|---|
| ٠.٧٢ | العلاقات الإيجابية | ٣ |
| ٠.٦٦ | معنى الحياه | ٤ |
| ٠.٧١ | الإنجاز | ٥ |
| ٠.٨٨ | الكلية | |

ويتضح من جدول (٣) ارتفاع قيم معامل ثبات اوميغا للأبعاد الخمسة وللمقياس ككل حيث تراوحت القيم من ٠.٦٦ الى ٠.٨٨
ثانياً: مقياس الحيوية الذاتية إعداد / (العبد؛ شند؛ مصطفى، ٢٠٢٣).

وصف المقياس

يتكون مقياس الحيوية الذاتية للمعلمين من (٤٠) مفردة موزعة وفقاً للأبعاد الخمسة التالي:
١- البعد الأول: الحيوية البدنية Physical Vitality ويتكون من (٨) عبارات من ١-٨
٢- البعد الثاني: الحيوية الذهنية Mental Vitality ويتكون من (٨) عبارات من ٩-١٦
٣- البعد الثالث: الحيوية الانفعالية Emotional Vitality ويتكون من (٨) عبارات من ١٧-٢٤
البعد الرابع: الحيوية الاجتماعية Social Vitality ويتكون من (٨) عبارات من ٢٥-٣٢
البعد الخامس: الحيوية الروحية Spiritual Vitality ويتكون من (٨) عبارات من ٣٢-٤٠

طريقة تصحيح المقياس:

يجيب المعلمين عن مدى انطباق العبارة عليه، في ضوء مقياسا ثلاثي الأبعاد أو الاستجابات متدرج من غالباً يقابلها الدرجة (٣) ، أحياناً يقابلها الدرجة (٢)، نادراً يقابلها الدرجة (١) ، وبذلك تتراوح درجات المقياس بين (١٢٠) والدرجة الدنيا (٤٠) تشير إلى انخفاض الحيوية الذاتية لدى المعلم، بينما الدرجة القصوى (١٢٠) تشير إلى ارتفاع الحيوية الذاتية

الخصائص السيكومترية

أ-صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي اليه وكذلك بالدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (٤) نتائج ذلك.
جدول (٤) معاملات ارتباط كل عبارة بدرجة البعد والدرجة الكلية على مقياس الحيوية الذاتية (ن=٢٠٠)

| معامل الارتباط بالدرجة الكلية | معامل الارتباط بالبعد | رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية | معامل الارتباط بالبعد | رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية | معامل الارتباط بالبعد | رقم العبارة |
|-------------------------------|-----------------------|-------------|-------------------------------|-----------------------|-------------|-------------------------------|-----------------------|-------------|
| *٠.٦٠ | *٠.٧٥ | ٢٧ | *٠.٦٠ | *٠.٦٥ | ١٤ | الحيوية البدنية | | |
| * | * | | * | * | | | | |
| *٠.٥٦ | *٠.٦٥ | ٢٨ | *٠.٤٨ | *٠.٥٩ | ١٥ | *٠.٤٨ | *٠.٦٦ | ١ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *٠.٥٥ | *٠.٦٠ | ٢٩ | *٠.٦١ | *٠.٧٠ | ١٦ | *٠.٥٥ | *٠.٦٥ | ٢ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *٠.٦٠ | *٠.٦٣ | ٣٠ | الحيوية الانفعالية | | | *٠.٥١ | *٠.٥٨ | ٣ |
| * | * | | | | | * | * | |
| *٠.٤٦ | *٠.٦٥ | ٣١ | *٠.٤٩ | *٠.٥٦ | ١٧ | *٠.٥٧ | *٠.٦٠ | ٤ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *٠.٤٦ | *٠.٦٢ | ٣٢ | *٠.٥٠ | *٠.٥٨ | ١٨ | *٠.٤٩ | *٠.٦٢ | ٥ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| الحيوية الروحية | | | *٠.٤٩ | *٠.٦٥ | ١٩ | *٠.٥٠ | *٠.٦٤ | ٦ |
| | | | * | * | | * | * | |
| *٠.٥٠ | *٠.٥٥ | ٣٣ | *٠.٥٦ | *٠.٦٦ | ٢٠ | *٠.٥٧ | *٠.٦٠ | ٧ |
| * | * | | * | * | | * | * | |

| | | | | | | | | |
|------|------|----|--------------------|------|----|-----------------|------|----|
| *.٥٩ | *.٦٤ | ٣٤ | *.٥٤ | *.٦٢ | ٢١ | *.٦١ | *.٧٤ | ٨ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٧ | *.٥٩ | ٣٥ | *.٥٠ | *.٥٨ | ٢٢ | الحيوية الذهنية | | |
| * | * | | * | * | | | | |
| *.٥٢ | *.٦٧ | ٣٦ | *.٥١ | *.٥٩ | ٢٣ | *.٥٥ | *.٥٨ | ٩ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٥ | *.٥٦ | ٣٧ | *.٥٦ | *.٦٠ | ٢٤ | *.٥٢ | *.٦٠ | ١٠ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٠ | *.٥٣ | ٣٨ | الحيوية الاجتماعية | | | *.٦٠ | *.٦٨ | ١١ |
| * | * | | | | | * | * | |
| *.٥٧ | *.٦٦ | ٣٩ | *.٤٩ | *.٥٤ | ٢٥ | *.٦٣ | *.٧٧ | ١٢ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥١ | *.٦٠ | ٤٠ | *.٥٩ | *.٧١ | ٢٦ | *.٥٢ | *.٦٧ | ١٣ |
| * | * | | * | * | | * | * | |

(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٤) ان معاملات الارتباط بين العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه وكذلك بالدرجة الكلية على المقياس جاءت كلها ذات قيم موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يدعم صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل بعد والدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (٥) نتائج ذلك

جدول (٥) معاملات الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية على مقياس الحيوية الذاتية

| الدرجة الكلية | الحيوية الروحية | الحيوية الاجتماعية | الحيوية الانفعالية | الحيوية الذهنية | الحيوية البدنية | الابعاد |
|---------------|-----------------|--------------------|--------------------|-----------------|-----------------|---------|
| **٠.٨٠ | **٠.٤٩ | **٠.٥٣ | **٠.٥٢ | **٠.٦٨ | | الحيوية |

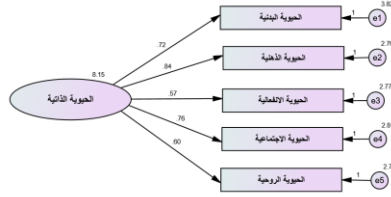
| | | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--|--|-----------------------|
| | | | | | | البدنية |
| **٠.٨٦ | **٠.٥٥ | **٠.٦٣ | **٠.٥٦ | | | الحيوية الذهنية |
| **٠.٧٧ | **٠.٥٨ | **٠.٥٩ | | | | الحيوية الانفعالية |
| **٠.٨٣ | **٠.٦٧ | | | | | الحيوية الاجتماعية |
| **٠.٧٨ | | | | | | الحيوية الروحية |

(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٥) وجود معاملات ارتباط دالة احصائيا بين درجة الابعاد والدرجة الكلية على المقياس وكذلك بين الابعاد وبعضها البعض. مما يشير الى صدق الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس.

-الصدق العاملي التوكيدي:

قامت الباحثة باختبار النموذج النظري والذي يتكون من خمس متغيرات مفاصة تمثل درجات الابعاد الفرعية، مع متغير ضمني/كامن واحد، وذلك باستخدام نموذج المعادلة البنائية، حيث اختبر النموذج الخماسي بمتغير كامن واحد. وقد جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي: حيث كانت قيمة كا (٧.٢٢) غير دالة احصائيا وكانت نسبة كا إلى درجة الحرية (٥) هي (١.٤٤) وهي تقل عن القيمة (٢)، كذلك قيمة المؤشر RMSEA (٠.٠٥٨) تقل عن (٠.٠٨)، وقيمة مؤشر GFI = ٠.٩٩١ وقيمة مؤشر NFI = ٠.٩٩٦ مما يدل على ان نموذج القياس الخماسي المقترح (شكل-٢) مطابق للبيانات الامبيريقية للعينة. ويوضح شكل (٢) نموذج القياس الخماسي بمتغير كامن (الحيوية الذاتية)



شكل (٢) نموذج القياس الخماسي لمقياس الحيوية الذاتية

-الثبات:

تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل وللأبعاد الخمسة للمقياس ويوضح جدول (٣-٩) قيم معامل الثبات للأبعاد الخمسة وللمقياس ككل

جدول (٦) معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل ولكل بعد من الابعاد الخمسة

للمقياس.

| م | الابعاد | معامل ثبات اوميغا |
|---|--------------------|-------------------|
| ١ | الحيوية البدنية | ٠.٦٩ |
| ٢ | الحيوية الذهنية | ٠.٧٥ |
| ٣ | الحيوية الانفعالية | ٠.٦٢ |
| ٤ | الحيوية الاجتماعية | ٠.٧٤ |
| ٥ | الحيوية الروحية | ٠.٦١ |
| | الكلي | ٠.٨٩ |

ويتضح من جدول (٦) ارتفاع قيم معامل ثبات اوميغا للأبعاد الخمسة وللمقياس ككل
ثالثا: مقياس التدفق النفسي من اعداد زكي والنواب (٢٠١٩) والمعد من قبل (١٩٩٦)

Jackson & Marsh

وصف المقياس:

يتكون المقياس من (٣٦) فقرة، وكانت بدائل الاجابة هي (تنطبق على دائما، تنطبق على غالبا، تنطبق على أحيانا، تنطبق على نادرا، لا تنطبق على ابدا) .
الخصائص السيكومترية للمقياس
-صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط لكل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس ويوضح جدول (٧) نتائج ذلك

جدول (٧) معاملات ارتباط كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسى (ن=٢٠٠)

| رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية | رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية | رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية | رقم العبارة | معامل الارتباط بالدرجة الكلية |
|----------------|--|----------------|--|----------------|--|----------------|--|
| ١ | **٠.٦٩ | ١١ | **٠.٧٠ | ٢١ | **٠.٥٣ | ٣١ | **٠.٧٣ |
| ٢ | **٠.٧١ | ١٢ | **٠.٧٨ | ٢٢ | **٠.٦٤ | ٣٢ | **٠.٧٣ |
| ٣ | **٠.٦٨ | ١٣ | **٠.٧٠ | ٢٣ | **٠.٦٤ | ٣٣ | **٠.٧٤ |
| ٤ | **٠.٦٨ | ١٤ | **٠.٦٨ | ٢٤ | **٠.٦١ | ٣٤ | **٠.٦٨ |
| ٥ | **٠.٥٨ | ١٥ | **٠.٧٣ | ٢٥ | **٠.٦٦ | ٣٥ | **٠.٦٦ |
| ٦ | **٠.٥٥ | ١٦ | **٠.٧٦ | ٢٦ | **٠.٦٥ | ٣٦ | **٠.٦٨ |
| ٧ | **٠.٥٣ | ١٧ | **٠.٧٥ | ٢٧ | **٠.٥٣ | | |
| ٨ | **٠.٥٤ | ١٨ | **٠.٦٩ | ٢٨ | **٠.٦٤ | | |
| ٩ | **٠.٧٢ | ١٩ | **٠.٧٣ | ٢٩ | **٠.٦٤ | | |
| ١٠ | **٠.٧١ | ٢٠ | **٠.٦٥ | ٣٠ | **٠.٦١ | | |

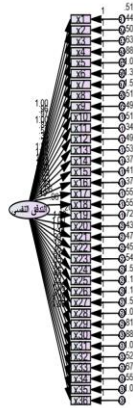
(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٧) ان معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية على المقياس جاءت كلها ذات قيم موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يدعم صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

-الصدق العاملي التوكيدي:

قامت الباحثة باختبار النموذج النظري والذي يتكون ٣٦ متغير مقاس تمثل درجات العبارات، مع متغير ضمني/كامن واحد (التدفق النفسي) وذلك باستخدام نموذج المعادلة البنائية، حيث اختبر النموذج أحادي البعد. وقد جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي: حيث كانت قيمة كا (٦.٧٨) غير دالة احصائيا وكانت نسبة كا ٢ إلى درجة الحرية هي (١.٨٩) وهي تقل عن القيمة (٢)، كذلك قيمة المؤشر RMSEA = (٠.٠٧٣) تقل عن (٠.٠٨)، وقيمة مؤشر GFI = ٠.٩٩٣ وقيمة مؤشر NFI = ٠.٩٩٢ مما يدل على ان نموذج القياس المقترح شكل (٣-٣) مطابق للبيانات الامبيريقية للعينة.

ويوضح شكل (٣) نموذج القياس أحادي البعد



شكل (٣) نموذج القياس أحادي البعد للتدفق النفسي

-الثبات:

تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات الفا كرونباخ للمقياس ككل حيث بلغت قيمته (٠,٩٥). كما تراوحت قيم معاملات ثبات الفا بعد حذف درجة العبارات بين (٠.٩٤٤ الى ٠.٩٤٨) مما يعنى ان حذف درجة العبارة لم يؤثر على رفع قيمة معامل ثبات الفا الكلى للمقياس.

رابعا : مقياس الابداع الانفعالي إعداد سعد، هبة محمد إبراهيم (٢٠٢٠م)

وصف المقياس

يتكون المقياس من (٤٠) مفردة أمام كلاً منها خمس بدائل هم (موافق بشدة - موافق - لا أدري - غير موافق - غير موافق بشدة) وهذه المفردات موزعة على أربع أبعاد وهم :
البعد الأول الاستعداد أو التهيؤ الانفعالي: ويتكون من ١٠ عبارات من ١-١٠، البعد الثاني الجدة الانفعالية: ويتكون من ١٠ عبارات من ١١- ٢٠ ، البعد الثالث الفعالية الانفعالية: ويتكون من ١٠ عبارات من ٢١- ٣٠، البعد الرابع المرونة: ويتكون من ١٠ عبارات من ٣١- ٤٠

الخصائص السيكومترية

أ-صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمي اليه وكذلك بالدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (٨) نتائج ذلك.

جدول (٨) معاملات ارتباط كل عبارة بدرجة البعد والدرجة الكلية على مقياس الابداع

الانفعالي (ن=٢٠٠)

| رقم العا | معامل الارتباط بالبعد | معامل الارتباط الكلية | رقم العا | معامل الارتباط بالبعد | معامل الارتباط الكلية |
|----------|-----------------------|-----------------------|----------|-----------------------|-----------------------|
| ١٤ | *.٠٥٥ | *.٠٥٠ | ٢٨ | *.٠٧٢ | *.٠٦٠ |
| ١٥ | *.٠٥٤ | *.٠٤٩ | ٢٩ | *.٠٦٧ | *.٠٥٨ |

| | | | | | | | | |
|----------|------|----|-------|------|----|---------|------|----|
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٧ | *.٦٣ | ٣٠ | *.٦٣ | *.٦٦ | ١٦ | *.٥٠ | *.٥٩ | ٢ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| الفعالية | | | *.٥٩ | *.٦٧ | ١٧ | *.٥١ | *.٦٢ | ٣ |
| | | | * | * | | * | * | |
| *.٤٩ | *.٥٨ | ٣١ | *.٦٠ | *.٧٤ | ١٨ | *.٦١ | *.٧٠ | ٤ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٤٧ | *.٦٣ | ٣٢ | *.٦٤ | *.٧٢ | ١٩ | *.٤٩ | *.٦٢ | ٥ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٩ | *.٧١ | ٣٣ | *.٥٠ | *.٦٥ | ٢٠ | *.٥٠ | *.٦٤ | ٦ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٦٠ | *.٦٦ | ٣٤ | الجدة | | | *.٥٧ | *.٦٠ | ٧ |
| * | * | | | | | * | * | |
| *.٥٩ | *.٦٨ | ٣٥ | *.٥٤ | *.٥٧ | ٢١ | *.٦١ | *.٦٥ | ٨ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥٧ | *.٦١ | ٣٦ | *.٥٩ | *.٥٦ | ٢٢ | *.٦٠ | *.٦٦ | ٩ |
| * | * | | * | * | | * | ** | |
| *.٥٥ | *.٥٦ | ٣٧ | *.٥٦ | *.٦٠ | ٢٣ | *.٥٢ | *.٦٠ | ١٠ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٥١ | *.٧٣ | ٣٨ | *.٥٩ | *.٦٤ | ٢٤ | المرونة | | |
| * | * | | * | * | | | | |
| *.٥٩ | *.٦٩ | ٣٩ | *.٥٩ | *.٦٥ | ٢٥ | *.٥٣ | *.٥٧ | ١١ |
| * | * | | * | * | | * | * | |
| *.٦١ | *.٧٢ | ٤٠ | *.٥٦ | *.٥٩ | ٢٦ | *.٥٣ | *.٧٢ | ١٢ |
| | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|--|--------|--------|----|--------|--------|----|
| * | * | | * | * | | * | * | |
| | | | *.٠.٦٠ | *.٠.٧٤ | ٢٧ | *.٠.٥٧ | *.٠.٦٤ | ١٣ |
| | | | * | * | | * | * | |

(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٨) ان معاملات الارتباط بين العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي اليه وكذلك بالدرجة الكلية على المقياس جاءت كلها ذات قيم موجبة ودالة احصائيا عند مستوى (٠.٠١) مما يدعم صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس.

-كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة على كل بعد والدرجة الكلية على المقياس ويوضح جدول (٩) نتائج ذلك

جدول (٩) معاملات الارتباط بين الابعاد والدرجة الكلية على مقياس الابداع الانفعالي

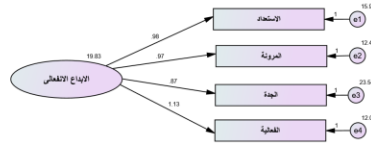
| الدرجة الكلية | الفعالية | الجدة | المرونة | الاستعداد او التهيؤ العقلي | الابعاد |
|---------------|----------|--------|---------|----------------------------|----------------------------|
| **٠.٨١ | **٠.٥٤ | **٠.٥٥ | **٠.٦٣ | | الاستعداد او التهيؤ العقلي |
| **٠.٨٢ | **٠.٥٣ | **٠.٦٢ | | | المرونة |
| **٠.٧٦ | **٠.٥٦ | | | | الجدة |
| **٠.٨٦ | | | | | الفعالية |

(**) = معاملات الارتباط دالة عند مستوى ٠.٠١

يتضح من جدول (٩) وجود معاملات ارتباط دالة احصائيا بين درجة الابعاد والدرجة الكلية على المقياس وكذلك بين الابعاد وبعضها البعض. مما يشير الى صدق الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس.

-الصدق العاملي التوكيدي:

قامت الباحثة باختبار النموذج النظري والذي يتكون من أربع متغيرات مقاسة تمثل درجات الابعاد الفرعية، مع متغير ضمني/كامن واحد، وذلك باستخدام نموذج المعادلة البنائية، حيث اختبر النموذج الرباعي بمتغير كامن واحد. وقد جاءت قيم مؤشرات حسن المطابقة في المدى المثالي: حيث كانت قيمة كا² (٣.٤٥) غير دالة احصائيا وكانت نسبة كا² إلى درجة الحرية (٢) هي (١.٧٣) وهي تقل عن القيمة (٢)، كذلك قيمة المؤشر RMSEA (٠.٠٧١) تقل عن (٠.٠٨)، وقيمة مؤشر GFI = ٠.٩٨٢ وقيمة مؤشر NFI = ٠.٩٧٦ مما يدل على ان نموذج القياس الرباعي المقترح شكل (٣-٤) مطابق للبيانات الامبيريقية للعينة. ويوضح شكل (٣-٤) نموذج القياس الرباعي بمتغير كامن (الابداع الانفعالي)



شكل (٤) نموذج القياس الرباعي لمقياس الابداع الانفعالي

-الثبات:

تم التحقق من ثبات المقياس عن طريق حساب معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل وللابعاد الاربعة للمقياس ويوضح جدول (١٠) قيم معامل الثبات للابعاد الاربعة وللمقياس ككل

جدول (١٠) معامل ثبات اوميغا للمقياس ككل ولكل بعد من الابعاد الاربعة للمقياس.

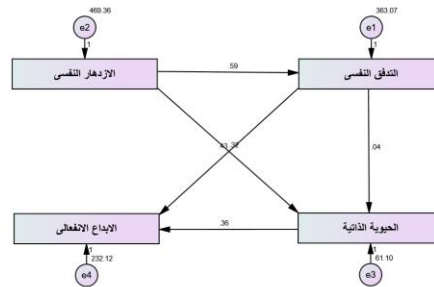
| م | الابعاد | معامل ثبات اوميغا |
|---|-------------------------------|-------------------|
| ١ | الاستعداد او التهيؤ العقلي | ٠.٨٢ |

| | | |
|------|----------|---|
| ٠.٨٠ | المرونة | ٢ |
| ٠.٧٤ | الجدة | ٣ |
| ٠.٨١ | الفعالية | ٤ |
| ٠.٩٢ | الكلي | |

ويتضح من جدول (١٠) ارتفاع قيم معامل ثبات اوميغا للأبعاد الاربعة وللمقياس ككل نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

نصّ هذا الفرض على: تدعم البيانات الامبريقية صحة النموذج البنائي المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة للازدهار النفسي وكل من: الحيوية الذاتية والابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طالبات جامعة الملك خالد وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب المصفوفة الارتباطية لهذه المتغيرات ثم استخدمت تلك المصفوفة في اختبار النموذج المقترح باستخدام أسلوب تحليل المسار Path analysis وذلك بواسطة برنامج AMOS الإصدار رقم (٢٥). ويوضح شكل (٥) النموذج النهائي المقبول والذي حقق أفضل مؤشرات لحسن المطابقة ومعاملات المسار الناتجة من التحليل .

شكل (٥) النموذج النهائي المقبول والذي حقق أفضل مؤشرات لحسن المطابقة ومعاملات المسار الناتجة من التحليل .



شكل (٥) نموذج المسار النهائي الذي حقق أفضل مؤشرات لحسن المطابقة
كما يوضح جدول (١١) مؤشرات حسن المطابقة Goodness of Fit بين بيانات عينة
الدراسة والنموذج النهائي المقترض.
جدول (١١) مؤشرات حسن المطابقة بين بيانات عينة الدراسة والنموذج النهائي المقترح
(ن = ٣٢٢)

| المؤشر | قيمة المؤشر | المدى المثالي لأفضل مطابقة | التحقق |
|---------------------------------------|-------------|----------------------------|---------|
| Chi2 (مربع كاي) | ٠.٣١١ | (تكون غير دالة) | (متحقق) |
| df (درجة الحرية) | ١ | - | - |
| P - value | ٠.٥٧٧ | غير دالة (< ٠.٠٥) | متحقق |
| Chi2/df | ٠.٣١١ | ٥-١ | متحقق |
| GFI (مؤشر حسن المطابقة) | ٠.٩٩٩ | أكبر من ٠.٩ | متحقق |
| AGFI (مؤشر حسن المطابقة المصحح) | ٠.٩٩٥ | أكبر من ٠.٩ | متحقق |
| RMSEA (جذر متوسط مربع الخطأ التجريبي) | ٠.٠٠١ | اقل من ٠.٠٨ | متحقق |
| IFI (مؤشر المطابقة المتزايد) | ٠.٩٩٦ | أكبر من ٠.٩ | متحقق |
| NFI (مؤشر المطابقة) | ٠.٩٩٩ | أكبر من ٠.٩ | متحقق |

| المعيار (المقارن) | CFI | TLI (مؤشر توكر لويس) |
|-------------------|-------------|----------------------|
| متحقق | أكبر من ٠.٩ | ٠.٩٩٩ |
| متحقق | أكبر من ٠.٩ | ٠.٩٩٨ |

يتضح من المؤشرات الواردة في جدول (١١) ما يلي :

تحقق مؤشرات حسن المطابقة للنموذج المقترح مع بيانات العينة ووقوعها في المدى المثالي حيث :

جاءت قيمة كا^٢(٠.٣١١) غير دالة احصائيا، ونسبة كا^٢ الى درجة الحرية CMIN/DF هي (٠.٣١١) وهي تقل عن القيمة (٢). كذلك جاءت قيمة المؤشر RMSEA تقل عن (٠.٠٨)، كما جاءت قيم باقي المؤشرات الواردة اكبر من ٠.٩ مما يؤكد مطابقة النموذج المقترح لبيانات العينة.

ويوضح جدول (١٢) قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) للتأثيرات المباشرة المحسوبة في هذا النموذج:

جدول (١٢) قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) للنموذج (التأثيرات المباشرة)

| المتغيرات | المتغيرات | المسار | Estimate | S.E. | C.R. | P |
|-----------------|-----------------|--------|----------|------|--------|------|
| التدفق النفسي | الازدهار النفسي | ←--- | .585 | .049 | 11.920 | *** |
| الحيوية الذاتية | التدفق النفسي | ←--- | .042 | .023 | 1.814 | .070 |
| الحيوية الذاتية | الازدهار النفسي | ←--- | .319 | .024 | 13.198 | *** |
| الابداع | الحيوية | ←--- | .362 | .088 | 4.132 | *** |

| المتغيرات | | Estimate | S.E. | C.R. | P |
|-----------|---------|----------|------|--------|-----|
| المتغيرات | المسار | | | | |
| الانفعالي | الذاتية | | | | |
| الابداع | التدفق | .433 | .041 | 10.466 | *** |
| الانفعالي | النفسي | | | | |

(***) = معاملات المسار دالة عند مستوى ٠.٠٠١

يتضح من خلال قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) المحسوبة لهذا النموذج والموضحة بجدول (٧) ما يلي:

المسارات (التأثيرات المباشرة) الدالة احصائيا:

١-المسار من الازدهار النفسي الى التدفق النفسي = (٠.٥٨٥) وهو دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) مما يعنى ان الازدهار النفسي يؤثر تأثيراً مباشراً في التدفق النفسي.

٢-المسار من الازدهار النفسي الى الحيوية الذاتية = (٠.٣١٩) وهو دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) مما يعنى ان عامل الازدهار النفسي يؤثر تأثيراً مباشراً في الحيوية الذاتية.

٣-المسار من الحيوية الذاتية الى الابداع الانفعالي = (٠.٣٦٢) وهو دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) مما يعنى ان الحيوية الذاتية تؤثر تأثيراً مباشراً في الابداع الانفعالي.

٤-المسار من التدفق النفسي الى الابداع الانفعالي = (٠.٤٣٣) وهو دال احصائيا عند مستوى (٠.٠٠١) مما يعنى ان التدفق النفسي يؤثر تأثيراً مباشراً في الابداع الانفعالي.

٥-المسار من التدفق النفسي الى الحيوية الذاتية = (٠.٠٤٢) وهو غير دال احصائيا مما يعنى ان التدفق النفسي لا يؤثر تأثيراً مباشراً في الحيوية الذاتية.

ويوضح جدول (١٣) قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) للتأثيرات غير المباشرة المحسوبة في هذا النموذج:

جدول (١٣) قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) للنموذج (التأثيرات غير المباشرة)

| المتغيرات | الازدهار النفسي | التدفق النفسي | الحيوية الذاتية |
|-----------------|-----------------|---------------|-----------------|
| التدفق النفسي | .000 | .000 | .000 |
| الحيوية الذاتية | .024 | .000 | .000 |
| الابداع | .378 | .015 | .000 |
| الانفعالي | | | |

يتضح من خلال قيم معاملات المسار (اوزان الانحدار) المحسوبة لهذا النموذج ما يلي:

التأثيرات (المسارات غير المباشرة) الدالة احصائيا:

١- يوجد مسار تأثير غير مباشر من الازدهار النفسي على الحيوية الذاتية مقداره (٠.٠٢٤) عبر التدفق النفسي كمتغير وسيط.

٢- يوجد مسار تأثير غير مباشر من الازدهار النفسي على الابداع الانفعالي مقداره (٠.٣٧٨) عبر التدفق النفسي كمتغير وسيط.

٣- يوجد مسار تأثير غير مباشر من التدفق النفسي على الابداع الانفعالي مقداره (٠.٠١٥) عبر الحيوية الذاتية كمتغير وسيط.

أولا تفسير المسارات الدالة

وتتفق نتائج المسارات ذات التأثيرات المباشرة مع نتائج دراسات (محمد، ٢٠٢٢؛ عبد العزيز وعبد الحليم، ٢٠٢٢؛ عثمان، ٢٠٢٢، Sonthalia, 2020، عدوي، ٢٠٢٠، الكريديس، ٢٠٢٢) والتي اكدت نتائجها على وجود علاقات ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين هذه المتغيرات .

ويمكن تفسير هذه التأثيرات المباشرة على النحو التالي:

-يعزى وجود مسار تأثير مباشر دال احصائيا من الازدهار النفسي الى التدفق النفسي الى وجود العلاقة الارتباطية بين هذين المتغيرين وهو ما يمكن عزوه إلى أن العلاقة الارتباطية بين المتغيرين تحمل معنى التأثير والتأثر المتبادل.

-ويمكن تفسير هذا التأثير المباشر للازدهار النفسي في التدفق النفسي حيث ان الازدهار النفسي يقلل من المشكلات النفسية للفرد، فضلاً عن تأثيراته الإيجابية على تصورات الفرد وأفكاره وسلوكياته، وحتى على وظائف أعضاء الجسم والصحة العامة وانعكاسه ايضا على الصحة العامة والقدرات الإنتاجية والإبداعية والسلام النفسي والتكافل الاجتماعي (Seligman, 2012) مما سينعكس إيجابيا على زيادة مستوى الفرد في المهام والإحساس بالتحكم والسيطرة مع إدارة جيدة للوقت وزيادة الشعور بالسعادة والحيوية والصفاء الذهني (زيادة التدفق النفسي)

ويمكن تفسير هذه التأثير للازدهار النفسي في الحيوية الذاتية الى أن الحيوية والتي تعنى شعور الشخص بالنشاط والقدرة على أداء الأعمال والمهام الصعبة هي أحد ابعاد ومكونات الازدهار النفسي. كذلك بعد الإنجاز: والذي يمثل احساس الفرد بالفخر والسعادة عند أداء المهام الصعبة بتميز واتقان والتغلب على المشكلات والعقبات التي تواجهه بسهولة. وأيضاً بعد التفاؤل: والذي يعبر عن توقعات الفرد

الإيجابية عن نفسه وعن مستقبله الشخصي وتوقعه الوصول لأفضل النتائج وهو ما سينعكس بشكل واضح على رفع مستويات الطاقة الشخصية وزيادة الانخراط في الحياة وتعزيز الصحة العقلية والمرونة العاطفية والاتصالات الاجتماعية ذات المغزى

-ويمكن تفسير وجود مسار تأثير مباشر دال احصائيا من الحيوية الذاتية الى الابداع الانفعالي الى ما تمثله الحيوية الذاتية من حالة نفسية إيجابية نابغة من الذات، تتمثل في شعور الفرد بالهمة والنشاط والامتلاء بالطاقة وانها تعد طاقة نفسية تدفع الفرد نحو الإنتاجية والعمل المفيد، وتوفر له القوة للتعامل مع الضغوط والأحداث المجهددة بشكل فعال. وهو ما ينعكس إيجابيا على قدرة الفرد على توظيف حالة الانفعال والطاقة المصاحبة لها في أعمال إبداعية" والتحكم المرن والإبداعي في العواطف مما يعزز القدرة الشخصية على التكيف والتنظيم الذاتي.

-كذلك يمكن تفسير وجود مسار تأثير مباشر دال احصائيا من التدفق النفسي الى الابداع الانفعالي الى ما يمثله التدفق النفسي من حالة نفسية إيجابية داخلية المنشأ يعيشها الفرد عند استغراقه في أداء مهمة ما دون وجود حافز أو دافع خارجي، قوامها

التركيز الشديد والمثابرة والإحساس بالتحكم والسيطرة وهو ما قد يؤثر بشكل إيجابي على تفعيل استراتيجيات المواجهة التكيفية في المواقف الصعبة وتحمل المسؤولية، كاستراتيجيات إعادة التقييم الإيجابي للأحداث، والحد من تجنب المشكلات، مما يعزز القدرة على إعادة إدراك المشكلات كحافز للنمو الشخصي للتغلب على الخبرات السلبية. وقد دعمت نتائج دراسة (Arnout & Almoied, 2021) القدرة التنبؤية للامتنان والمرونة بشكل مباشر بالإبداع الانفعالي.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما أشارت إليه دراسة بلبقرة (٢٠١٨) من أن التدفق النفسي يؤدي إلى تقوية الثقة بالنفس والاستقلالية وينمي التخيل العقلي والتفكير الإبداعي ويرفع مستوى الطموح والدافعية للإنجاز ويخفض الشعور بالخوف والقلق والملل، ويسهم في تنمية التفكير الإبداعي. كذلك ما أشارت إليه دراسة (محمد وحسن، ٢٠٢١) من وجود ارتباط إيجابي واضح بين مفهوم التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة، واتخاذ القرارات الاجتماعية، وتنظيم المشاعر، والسلوكيات الإيجابية تجاه الآخرين، بالإضافة إلى التفكير الذاتي

ثانيا : التأثيرات (المسارات غير المباشرة) الدالة احصائيا:

١- وجود مسار تأثير غير مباشر من الازدهار النفسي على الحيوية الذاتية عبر التدفق النفس كمتغير وسيط.

وتتفق هذه النتائج جزئيا مع نتائج دراسة (Zubair & Kamal, 2015) والتي كشفت عن الكشف عن التأثير غير المباشر لرأس المال النفسي على التدفق النفسي. ويتم اعزاء الدور الوسيط للتدفق النفسي في العلاقة بين الازدهار النفسي والحيوية الذاتية الى الأسباب الأتية:

- أن التدفق النفسي ينمي رأس المال النفسي حيث يعد راس المال النفسي مخزنا ومصدرا من مصادر الحيوية الذاتية.
- أن التدفق النفسي يؤدي إلى تقوية الثقة بالنفس والاستقلالية ويرفع مستوى الطموح والدافعية للإنجاز وهو ما يعمل على زيادة المخزون النفسي من الحيوية الذاتية
- أن التدفق النفسي يعزز الثقة بالنفس وإحساس الحماس نحو الأهداف العالية.

٢- وجود مسار تأثير غير مباشر من الازدهار النفسي على الابداع الانفعالي عبر التدفق النفسي كمتغير وسيط.

وتتفق هذه النتائج جزئياً مع نتائج دراسة (Moltafet et al.,2018) والتي أظهرت نتائجها أن الاحتياجات النفسية الأساسية: الحكم الذاتي، والكفاءة تؤدي دور الوسيط بين الأساليب الوالدية والإبداع الانفعالي. ونتائج دراسة (Zubair & Kamal, 2015) والتي توصلت الى أن التدفق المرتبط بالعمل يتنبأ بقوة بإبداع الموظف.

ويمكن اعزاء الدور الوسيط للتدفق النفسي في العلاقة بين الازدهار النفسي والابداع الانفعالي:

- اسهام التدفق النفسي في تنمية التفكير الإبداعي، بالإضافة لدوره كعامل محفز.
- ما أشار اليه (Hammoud, 2022) من وجود ارتباط إيجابي وثيق بين التدفق النفسي والانتباه العقلي والرغبة القوية في التمكن والتفوق.
- ما أشارت دراسة (محمد وحسن، ٢٠٢١) من وجود ارتباط إيجابي واضح بين التدفق النفسي والتنبؤ بالحكمة، واتخاذ القرارات الاجتماعية، وتنظيم المشاعر، والسلوكيات الإيجابية تجاه الآخرين، بالإضافة إلى التفكير الذاتي.
- يعزز التدفق النفسي الجوانب الإيجابية للفرد، مثل: الشعور بالسعادة، تقليل التوتر، زيادة الإنتاجية، وتعزيز الثقة بالنفس واحترام الذات، إضافة إلى تحقيق الاستقلالية والتحرر من قيود الأنا. بالإضافة الى تعزيز الدافع لتحقيق الأهداف، وتعمق محبة الفرد للحياة واستمتاعه بها (ظفراني، ٢٠٢١).

٣- وجود مسار تأثير غير مباشر من التدفق النفسي على الابداع الانفعالي عبر الحيوية الذاتية كمتغير وسيط.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة عبد العزيز وعبد الحليم (٢٠٢٢) والتي كشفت عن وجود التأثير السببي الموجب المباشر وغير المباشر لمتغير التدفق المعرفي على الابداع الانفعالي.

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع نتائج دراسة (Hirsch et al., 2015) والتي أظهرت نتائجها أن الحيوية الذاتية تتوسط بشكل كبير في العلاقة بين التوجه نحو المستقبل ونتائج الصحة العامة والصحة العقلية، وأن الحيوية تمارس تأثير غير مباشر على العلاقة بين التوجه نحو المستقبل والصحة البدنية". وكذلك نتائج دراسة Cernas & (Mercado, 2020) والتي دعمت نتائجها الدور الوسيط للحياة الذاتية في العلاقة بين منظور الزمن المستقبلي والكفاءة الذاتية ويمكن تفسير الدور الوسيط للحياة الذاتية في العلاقة بين الازدهار النفسي والابداع الانفعالي في ضوء ما يلي :

- أن زيادة الحيوية الذاتية بين الطلبة تؤدي إلى ارتفاع مستويات الدافعية والطموح والقدرة على التحمل والتعامل مع الضغوط في المجال الأكاديمي، في حين أن انخفاض الحيوية الذاتية يؤدي إلى انخفاض الدافعية والاستسلام السهل والشعور باليأس وعدم القدرة على التكيف مع الضغوط الأكاديمية بين طلبة الجامعات. (المصري، ٢٠٢٠) مما ينعكس بلا شك على ابداعهم الانفعالي.
- تعطى الحيوية الذاتية مناعة للشخص ضد الإصابة بالأمراض النفسية، حيث ترفع لديه القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية، مما يجعله يشعرون بالأمان والصحة النفسية الجيدة (Algharaibeh, 2020) ومن ثم تعمل الحيوية الذاتية على توفير البيئة النفسية والبدنية والعقلية المناسبة وامداده بالطاقة التنشيطية اللازمة لحدوث الابداع الانفعالي.
- الوظيفة التكيفية التي تؤديها الحيوية الذاتية؛ حيث ثبت أن الأفراد الأكثر حيوية هم الأكثر نشاطاً وانتباهاً، أيضاً هم أفضل في الحفاظ على ضبط النفس والتعامل الجيد مع التوتر والضغوط، ولديهم مستوى أعلى من الصحة والرفاهية النفسية. (Bertrams et al., 2020) مما يرفع قدراتهم على إدارة وتنظيم انفعالاتهم في المواقف الضاغطة.

توصيات البحث:

١. توعية الطلاب بأهمية الحيوية الذاتية ودورها الفعال في تزويدهم بالطاقة والنشاط اللزمين لمواجهة التحديات والضغوط الأكاديمية

٢. العمل على إتاحة المواقف والفرص التعليمية المختلفة لطلبة الجامعة والتي تدعم لديهم التدفق النفسي والشعور بالحيوية الذاتية، خاصة المسابقات والمنافسات العلمية التي تجعل كل طالب يشعر بالكفاءة الذاتية، والتفائل، والمرونة في التعامل مع التغيرات التي يمر بها.

٣. التركيز على النواحي السلوكية والنفسية والانفعالية المرتبطة بإثارة الخبرات السارة لدى المتعلمين بمختلف المراحل الدراسية، وهو ما يسهم في تطوير المخططات المعرفية الإيجابية ومهارات ما وراء الانفعال لديهم.

٤. ضرورة تركيز المعنيين برعاية طلاب الجامعة على الجانب النفسي والانفعالي للطلاب، بما يساعدهم على تحقيق الازدهار النفسي وعدم التركيز على الجانب التحصيلي فقط.

مقترحات البحث:

١. الاسهام النسبي لأبعاد الازدهار النفسي في التنبؤ بالمناعة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٢. النموذج البنائي للعلاقات بين المخططات المعرفية والتدفق النفسي والحيوية الذاتية واضطراب ما بعد الصدمة لدى طلاب المرحلة الثانوية.

٣. فعالية برنامج إرشادي معرفي قائم على الحيوية الذاتية في تحسين الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة منخفضي التحصيل الدراسي.

٤. فعالية برنامج إرشادي سلوكي معرفي لتحسين الازدهار النفسي والابداع الانفعالي لدى طلبة الجامعة

المراجع

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم، خالد أحمد عبدالعال، وحمدان، عادل سمير محمد. (٢٠٢٣). تأثير عدد فئات الاستجابة على مطابقة مقياس الإبداع الانفعالي لنموذج سلم التقدير على طلبة الجامعة. مجلة البحث في التربية وعلم النفس، ٣٨ (٢)، ٤٦٩ - ٥٠٤.

- أبو بشارة، جمال سعيد محمد. (٢٠٢٢). مستوى الحيوية الذاتية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى لاعبي منتخب فلسطين للناشئين لكرة القدم. مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث، ١٠ (٤)، ١- ١٠.
- أبو حلاوة، محمد والحديبي، مصطفى. (٢٠٢٢). علم النفس الإيجابي. دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- أكبر، فاتن علي، والشوملي، نانسي بسام محمود (٢٠٢١). بناء مقياس الحيوية الذاتية لدى طلبة كليات التربية الرياضية في جامعة كرميان. المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية، ١٣٤-١٥٣ (٨).
- البخيتان، حبيب حسين. (٢٠٢٠) التدفق النفسي. دار المسيلة للنشر والتوزيع. بلبقرة، أحمد عبدالله. (٢٠١٨). التدفق النفسي وعلاقتها بالأداء الوظيفي دراسة ميدانية على عينة من العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة. رسالة ماجستير، جامعة قاصدي مرباح.
- جريش، إيمان عطية حسين منصور. (٢٠٢٤). النموذج السببي المفسر للعلاقات بين حس الدعاية والتمكين النفسي والإبداع الانفعالي لدى طالبات شعبة رياض الأطفال بكلية التربية. مجلة الإرشاد النفسي، ٧٩ (٧٩)، ٣٥٥-٤٢٠.
- جلجل، نصره محمد عبدالحميد، وهنداوي، إحسان نصر. (٢٠٢٣). الحيوية الذاتية وعلاقتها بالعزم الأكاديمي وفاعلية الذات البحثية لدى طلبة الدراسات العليا بكلية التربية جامعة كفر الشيخ. المجلة التربوية، ١١٠ (١١٠)، ٤٤٣-٤٩٣.
- جولمان، دانييل. (٢٠٠٠). الذكاء العاطفي (ليلي الجبالي: مترجم). من إصدارات سلسلة عالم المعرفة، العدد ٢٦٢.
- الجدوي، سارة عزت. (٢٠٢٤). تحليل مسار العلاقات السببية بين رأس المال النفسي والحيوية الذاتية والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة والدراسات العليا. مجلة الإرشاد النفسي، ٧٨ (٧٨)، ٨٥-١٦٤.

- حسن، مروة نشأت معوض. (٢٠٢٤). فعالية برنامج قائم على تنظيم الذات لخفض الشعور بالهزيمة النفسية وأثره على الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٤ (١٢٢)، ٤٢٥ - ٤٨٠.
- حسن، مروة نشأت معوض، أبو المجد، علياء عادل عبدالرحمن ومكاوي، دينا موسى عبدالهادي. (٢٠٢٢). الخصائص السيكومترية لمقياس الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، (١٠٥)، ١٨٩-٢١٢.
- حمدان، عادل سمير محمد. (٢٠٢٢). النموذج البنائي للعلاقة بين اليقظة العقلية والإبداع الانفعالي والاستعداد للتعلم الموجه ذاتيا لدى طلاب المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، ٣٨ (١٠)، ١-٣٠.
- حنور، قطب عبده خليل، والعتار، محمود مغازي علي. (٢٠٢٢). الرضا عن الحياة وعلاقته بالحيوية الذاتية والكفاءة الاجتماعية لدي طلاب كلية التربية. المجلة التربوية، ١٠٣، ٦٠٣ - ٦٧٣.
- خاطر، شيماء شكري العزب. (٢٠٢٠). إسهام عوامل التعقل وتنظيم الذات في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى عينة من الموهوبين. مجلة بحوث ودراسات نفسية، ١٦ (٣)، ٤٧٠ - ٥٤٤.
- الدوسري، منيرة عنان، و عبد اللاه، محمد الصافي عبدالكريم. (٢٠٢١). الإبداع الانفعالي وعلاقته بهوية الأنا لدى المراهقين الموهوبين في مدينة الرياض. مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٨ (١)، ٢٩٩ - ٣٣٣.
- رزق، زينب شعبان. (٢٠٢٠). بنية الازدهار النفسي لدى الطالب المعلم في ضوء المستوى الاقتصادي المدرك والنوع. المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٧)، ٢٩٥ - ٣٥١.
- زكي، ألق تائر، والنواب، ناجي محمود ناجي (٢٠٢٢). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسية، العدد (٢٨)، الجزء الثاني، ٩٨٣ - ١٠٢٤،

- زكي، هناء محمد، وحرب، سامح حسن سعد الدين. (٢٠٢١). فاعلية برنامج قائم على الرأفة بالذات في الضغوط الأكاديمية والازدهار النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليا. المجلة التربوية، ٩٠، ٨٦٢-٩٥١.
- زكي، نجوى احمد، عبد الحميد سهام على، نور محمد (٢٠٢١) الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية، ٩ (٢٧)، ٢٧٩ - ٣٠٣.
- سالم، رمضان عاشور. (٢٠٢١) بناء نموذج للعلاقات السببية بين أبعاد كل من رأس المال النفسي ومستوي الطموح والتدفق النفسي وراحة البال لدي عينة من طلبة الجامعة، مجلة البحث العلمي في التربية، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس، ٢٢(٧)، ١٧٤.
- سالم، محمد، علي، حسام محمد عبدالعال محمد، دسوقي، شيرين محمد أحمد، و محمد، عبدالصبور منصور. (٢٠٢١). فعالية الإرشاد التكاملي الإلكتروني في تنمية الإبداع الانفعالي لدى التلاميذ الموهوبين ذوي صعوبات التعلم. مجلة كلية التربية، (٣٣)، ٦٤٣ - ٧٠٩.
- سعد، هبة محمد إبراهيم. (٢٠٢٠). أساليب التفكير ودلالاتها التنبؤية بالإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة. المجلة الدولية للبحوث في العلوم التربوية، ٣(٢)، ٤٥٧ - ٥٢٩.
- سليم، بسيوني بسيوني السيد، عبدالرحمن، إيمان أحمد عبدالسلام، والورداني، آلاء محمد عبدالعزيز. (٢٠٢٤). الحيوية الذاتية وفقا لمستويات اليقظة العقلية وتنظيم الانفعالات لدى طلاب جامعة الأزهر. مجلة الإرشاد النفسي، (٧٧)، ٢٢١ - ٢٦٥.
- السرور، سعيد عبد الغني والمنشاوي، عادل محمود (٢٠١٠) نموذج بنائي للإبداع الانفعالي والكفاءة الانفعالية والتفكير الإبداعي وأساليب مواجهة الضغوط الدراسية لدى الطالب المعلم. مجلة كلية التربية بدمهور، ٢(١)، ٩٣-١٧٦.
- شفعة، هند جمعة حسين، ونصار، عصام جمعة. (٢٠٢٣). فعالية برنامج إرشادي قائم على أبعاد الإبداع الانفعالي في خفض السلوك التمرري لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية. مجلة التربية في القرن ٢١ للدراسات التربوية والنفسية، (٢٧)، ١١٧ - ١٤١.

- ظفراني، هنادي بنت محمد بن أحمد، وزكري، علي محمد عبدالله. (٢٠٢١). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية بإدارة تعليم صبيا .دراسات عربية في التربية وعلم النفس، (١٣٩)، ١١١ - ١٧٠.
- عبد الرحمن، شاه أحمد (٢٠٢٢). الحيوية الذاتية كإحدى قوى الشخصية لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، مجلة دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، ٢٨(٣)، ٨٦ - ١٣٠.
- عبد الفتاح، أسماء فتحي (٢٠٢٠). الامتتان وجودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا دراسة سيكومترية - كLINيكية، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، تصدرها كلية التربية جامعة المنيا، ٣٥ (١)، ٢٥٧ - ٣١٦.
- عبد المجيد، هيام عبدالرحمن أحمد، و خاطر، شيماء شكري. (٢٠٢٣). علاقة التعقل وتنظيم الذات والعوامل الخمس الكبرى للشخصية بالتدفق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة بنائية. المجلة العلمية بكلية الآداب، (٥٢)، ٨٦٩ - ٩٢٨.
- عبد الحليم، نجلاء فتحي أحمد. (٢٠٢٣). فعالية برنامج إرشادي جماعي قائم على التدفق النفسي لتحسين الصحة النفسية لمهات أطفال مرحلة التهيئة بمدارس التربية الفكرية وأثره على الأمن النفسي لأطفالهن .مجلة التربية وثقافة الطفل، ٢٥ (٢)، ١٧٣ - ٢٥٦.
- عبد العزيز، أسماء حمزة محمد، وأيوب، سالي نبيل عطا. (٢٠٢٢). نمذجة العلاقات السببية بين النهوض الدراسي وأنماط التواصل الأسري والأهداف المثلى للشخصية والشغف الأكاديمي والازدهار النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. المجلة التربوية، ٩٥، ٨٩٩ - ١٠٠٧.
- عبد العزيز، أمل أنور، وعبدالحليم، رضا ربيع. (٢٠٢٢). النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين التدفق المعرفي والازدهار النفسي والإبداع الانفعالي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، ٣٣ (١٣٠)، ٦٢٧ - ٧٢٠.
- العبيدي، عفراء إبراهيم خليل إسماعيل. (٢٠١٩). الازدهار النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات، ٢ (٨)، ٣٧ - ٥٥.

- العبيدي، عفرأ إبراهيم. (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٢ (١)، ٢٠-٤٤.
- العبد، داليا سامي، شند، سميرة محمد إبراهيم، مصطفى، سارة حسام الدين. (٢٠٢٣). الخصائص السيكومترية لمقياس الحيوية الذاتية لدى عينة من معلمي التربية الخاصة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٧ (٣)، ٣٥٩-٣٩٠.
- عبد الكريم، وليد فتحي، وأبو الوفاء، نجلاء إبراهيم. (٢٠٢٠). فعالية برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي في تنمية الإبداع الانفعالي لدى طالبات شعبة الطفولة بكلية التربية أسوان. مجلة البحث العلمي في التربية، ٢١، ٣٢٨-٣٥٩.
- عثمان، مها إبراهيم محمد. (٢٠٢٢). الأبداع الانفعالي وعلاقته بكل من حل المشكلات والرفاهية النفسية والطموح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة. مجلة قطاع الدراسات الإنسانية، (٢٩)، ١٢١٤-١٣٢٦.
- عدوي، طه ربيع طه والشربيني، عاطف مسعد الحسيني. (٢٠٢٠). الازدهار النفسي وتقدير الذات كمؤشرين للتنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب جامعة قطر. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، ١٥ (٣)، ٣٨٢-٤٠١.
- عرفي، كريم محمد سعيد حسن. (٢٠٢١). نمذجة العلاقات السببية بين الازدهار النفسي وكل من التسامح والحكمة لدى طلاب كلية التربية. المجلة التربوية، ٨٨، ١٢٧١-١٣٦٤.
- عفيفي، صفاء. (٢٠١٦): السهام النسبي للإبداع الانفعالي واستراتيجيات الدراسة في إبعاد الاندماج الأكاديمي في ضوء النوع والتخصص لدي طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٠ (٣)، ٦٢ - ٢٠٢.
- العنزي، مرزوق. (٢٠١٩). التدفق النفسي. ط٢. دار المسيلة للنشر والتوزيع.
- عيد، رشا رجب. (٢٠١٥). الابتكار الانفعالي وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة مجلة دراسات عربية علم النفس- مصر، ١٤ (٤)، ٦٦٥-٧٠٢.

- الكريديس، ريم بنت سالم علي. (٢٠٢٢). التنظيم الانفعالي كمتغير وسيط بين الحيوية الذاتية والازدهار النفسي لدى عينة من الطالبات المقبلات على التخرج. مجلة التربية، ٥ (١٩٦)، ٤٥٣ - ٤٩٦.
- لطفي، لبنى هاشم. (٢٠٢٣). التدفق النفسي لدى طلبة قسم التاريخ في كلية التربية للعلوم الإنسانية. مجلة التربية للعلوم الإنسانية، ٣، ٢٦٩-٢٩٠.
- محمد، داليا محمد همام. (٢٠٢٠). التنظيم الانفعالي والازدهار النفسي كمتغيرات وسطية بين اليقظة العقلية والرضا عن الحياة لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة دراسات في الطفولة والتربية، (١٣)، ٣٩٤ - ٥٠٤.
- محمد، مروة إبراهيم الششتاوي. (٢٠٢٣). مستوى الطموح وعلاقته بالتدفق النفسي لدى طلبة البرامج المميزة والعادية بكلية التربية النوعية جامعة المنصورة. مجلة البحث العلمي في التربية، ٨ (٢٤)، ١٢٧ - ١٦٥.
- محمد، مصطفى طه وحسن حسين فرج. (٢٠٢١). الإسهام النسبي للتفكير التأملي والتدفق النفسي والضبط الانفعالي في التنبؤ بالحكمة لدى معلمي التربية الخاصة. مجلة كلية التربية، ٣٢ (١٢٨)، ٩٢٩ - ٩٦٩.
- المصري، فاطمة الزهراء محمد (٢٠٢٠). الحيوية الذاتية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (دراسة سيكومترية إكلينيكية)، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٣٠ (١٠٦)، ٢٣٧-٢٨٦.
- مهدي، سعاد حسني عبدالله. (٢٠٢٣). النموذج البنائي للعلاقات بين التوجه نحو المستقبل والحيوية الذاتية ومهارات قيادة الأعمال لدى طلبة السنة النهائية بجامعة الأزهر. مجلة التربية، ٢ (١٩٧)، ٣٧٩ - ٤٣٥.
- النجار، حسني زكريا السيد، أبو شقة، سعدة أحمد إبراهيم، ودره، داليا محمد علي. (٢٠٢٢). التدفق النفسي وعلاقته بفاعلية الذات الأكاديمية لدى التلاميذ ذوي صعوبات التعلم والعاديين. مجلة كلية التربية، (١٠٦)، ٢٠٧ - ٢٢٤.
- نصيف، عماد عبد الأمير (٢٠١٥). التفاوض المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي. رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة بغداد

- هباش، علي أحمد وادي. (٢٠٢٢). أنموذج سببي لعلاقة سمات التدفق النفسي بالتدفق الأكاديمي والتوجه المستقبلي لدى طلبة جامعة بيشة. مجلة كلية التربية، ٣٣ (١٣٠)، ٢٤٩ - ٢٩٢.
- الوكيل، شيماء عبدالمعطي خضرجي. (٢٠٢٣). نمذجة العلاقات السببية بين الصمود النفسي والتدفق النفسي والرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية. مجلة البحث العلمي في التربية، ٤ (٢٤)، ٦٢ - ١١٥.
- يوسف محمود رامز (٢٠٢٢) الازدهار النفسي وعلاقته باليقظة العقلية وكفاءة المواجهة لدى عينة من طلاب كلية التربية: دراسة ارتباطية - تنبؤية. مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس ٤٦(١)، ٤٢١ - ٥١٢.
- يونان، إيفون فؤاد، عبدالجواد، هناء عزت محمد، سليمان، مصطفى حفيضة، و عبدالعزيز، أسماء حمزة محمد. (٢٠٢٠). الإسهام النسبي لمكونات نموذج الميوزيك للدافعية وبعض المتغيرات الديموجرافية في التنبؤ بالإبداع الانفعالي لدى طلبة كلية التربية. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٤ (٢)، ١٧٣ - ٢٤٥.
- ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Algharaibeh, S. (2020). Cognitive flexibility as a predictor of subjective vitality among university students. *Cypriot Journal of Educational Science*. 15(5),923-936.
- Alzoubi, A. M., Al Qudah, M. F., Albursan, I. S., Bakhiet, S. &Alfnan, A. (2021). *The Predictive Ability of Emotional Creativity in Creative Performance Among University Students*. SAGE Open.
- Arnout, B. & Almoied, A.(2021). A structural model relating gratitude, resilience, psychological well-being and creativity counsellors. *Counselling among and psychological Psychotherapy Research*, 21(2), 470-488.



-
- Arslan, G. (2021). Loneliness, college belongingness, subjective vitality, and psychological adjustment during coronavirus pandemic: Development of the College Belongingness Questionnaire. *Journal of Positive School Psychology, 5*(1), 17–31.
- Annalakshmi, N., Kappan, E., & Vidya, B. (2020). Personality predictors of flow among adolescents. *Indian Journal of Positive Psychology, 11*(3), 218–226.
- Averill, J. R. (2011). Emotions and Creativity. in Monteiro, I. P., & Cardoso de Sousa, F.. ECCI XII, 12th European Conference on Creativity and Innovation. *The ultimate experience in collaboration. 37–54*
- Averill, J. R., & Nunley, E. P. (2012). Voyages of the heart: Living an emotionally creative life. The Free Press. *journal of personality and social psychology, 81*(6), 973–988.
- Bertrams, A.; Dyllick, T.; Englert, C. & Krispenz, A. (2020). German Adaptation of the Subjective Vitality Scales (SVS–G). *Open Psychology, 2*(57), 75–57.
- Cernas– Ortiz, D. A., & Mercado Salgado, P. (2020). Future time perspective and self–efficacy: A mediation analysis (psychological hardiness, hope, and vitality) in Mexico and the U.S.A. *Revista Interamericana De Psicología/Interamerican Journal of Psychology, 54*(3), e1037.
- Ch'ng, B., Nor, M. M., & Cheong, L. S. (2022). Psychological Flourishing of Postgraduate Students in Klang Valley. Malaysia. *JURNAL PSIKOLOGI*
-



-
- Csikszentmihalyi, M. (2013). *Flow: The psychology of happiness*. Random House.
- Csikszentmihalyi (2014). *Flow and the Foundations of Positive Psychology*. Springer Science ,Business Media Dordrecht.
- Dagar, C., Pandey, A., & Navare, A. (2022). How yoga–based practices build altruistic behavior? Examining the role of subjective vitality, self transcendence, and psychological capital. *Journal of Business Ethics*, 175, 191–206
- Goldbeck, F., Hapt, A., Rosenbaum, D., Rohe, T., Fallgatter, A. J., Hautzinger, M., Ehlis, A.C. (2019). The Positive brain – resting state functional connectivity in highly vital and flourishing individuals. *Frontiers in Human Neuroscience*, 12. 1–12.
- Hammoud, K. H. (2022). Mindfulness and its Relationship to Psychological Flow among Students of the College of Education for Pure Sciences. *Journal of Iraqi Association for Education and psychological Sciences*, 147(1).
- Hirsch, J.; Molnar, D.; Chang, E.& Sirois, F.(2015). Future orientation and health quality of life in primary care: vitality as a mediator, *Qual Life Res* (2015) 24:1653–1659.
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well–being. *Social indicators research*,
- Keyes, C. L. (2014). Mental health as a complete state: How the salutogenic perspective completes the picture .In: Georg F. Bauer



-
- &O. Hämmig (Eds.) *Bridging Occupational, Organizational and Public Health*, (p. 181) Springer, Dordrecht.
- Khoshnoud, S., Igarzábal , F. A., & Wittmann, M. (2020). Peripheral-physiological and neural correlates of the flow experience while playing video games: a comprehensive review. *PeerJ*, (8),1-40
- Koehn, S., & Díaz-Ocejo, J. (2022). Imagery intervention to increase flow state: A single-case study with middle-distance runners in the state of Qatar. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(3).729-742
- Kuška, M., Trnka, R., Mana, J., & Nikolai, T. (2020). Emotional creativity: A meta-analysis and integrative review. *Creativity Research Journal*, 32(2), 151-160.
- Lavrusheva, O. (2020). The concept of vitality. Review of the vitality-related research domain. *New Ideas in Psychology*, 56, 1-22.
- Moltafet,G., Sadati Firoozabadi,S. & Pour-Raisi,A. (2018). Parenting Style, basic psychological needs, and emotional creativity: A path analysis. *Creativity Research Journal*, 30(2), 187-194.
- Ozcan, N. A., & Yaman, N. (2020). The mediating role of spiritual orientation and subjective vitality in university students. *Cypriot Journal of Educational Science*, 15(5) 909-922.
- Parola, A., & Marcionetti, J. (2023). Positive resources for flourishing: The effect of courage, self-esteem, and career adaptability in adolescence. *Societies (Basel, Switzerland)*, 13(1), 5-14.



-
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality psychology compass*, 2(2), 702–717.
- Seligman, M. E. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster.
- Sharma, D. & Mathur, R. (2016). Linking hope and emotional creativity: mediational role of positive affect. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 50–61.
- Sinnott, J. D. (2013). *Positive Psychology: Advances in understanding adult motivation*, New York, Springer Science & Business
- Sonthalia, Y. (2020). Resilience, mindfulness and flourishing in middle aged adults. *Indian Journal of Positive Psychology*, 11(4), P.p. 374– 377
- Soroa, G., Gorostiaga, A., Aritzeta, A., & Balluerka, N. (2015). A shortened Spanish version of the emotional creativity inventory (the ECI S). *Creativity Research Journal*, 27(2), 232–239
- Stoeber, J., Lalova, A., & Lumley, E. (2020). Perfectionism, (self-) compassion, and subjective well-being: A mediation Model. *Personality and Individual*
- Trnka, R. (2023). Emotional creativity: Emotional experience as creative product. *The Cambridge Handbook of Creativity and Emotions Cambridge Handbooks in Psychology*. 321–339
- Zubair, A., & Kamal, A. (2015). Work related flow, psychological capital, and creativity among employees of software houses. *Psychological Studies*, 60(3), 321–331.
-



مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
<https://mkmgmt.journals.ekb.eg>
المجلد (٩١) يناير ٢٠٢٥م

