التّدفّق النّفسي وعلاقته بمستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث

طالبة الماجستير: سلام طريه كلية التربية – جامعة البعث

اشراف الدكتورة: ريم قصاب

ملخّص البحث:

هدف البحث الحالي إلى تعرّف العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث، وتعرّف الفروق في التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح في ضوء متغيّرات الجنس والمرتبة العلميّة، وتألّفت عيّنة البحث من (226) طالباً وطالبةً من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث، وتم استخدام مقياس التّدفّق النّفسي "جاكسون ومارش" (1996) ومقياس مستوى الطّموح "لمعوّض وعبد العظيم"(2005) بعد دراسة خصائصهما السيكومتريّة، وتمّ اتباع منهج البحث الوصفي.

وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيّة إيجابية بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى أفراد عيّنة البحث، ووجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة على مقياس التّدفّق النّفسي تبعاً لمتغيّر الجنس وذلك لصالح الإناث، وعدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة على مقياس التّدفّق النّفسي تبعاً لمتغيّر المرتبة العلميّة (ماجستير ،دكتوراه)، ووجود فروق بين متوسطات درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس مستوى الطّموح تُعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العيّنة على مقياس مستوى الطّموح تُعزى لمتغيّر المرتبة العلميّة (ماجستير ،دكتوراه).

الكلمات المفتاحيّة : التّدفّق النّفسي_مستوى الطّموح_طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث.

Psychological flow and its relationship to level of ambition among graduate students in Education Collage of Al-Baath University

Abstract:

This research aimed to identify the relationship between psychological flow and level of ambition among graduate students in Education Collage of Al-baath University, identify differences in psychological flow and level of ambition in The light of the variables gender and Dagree,The research sample consisted of (226) male and female students who Gradute Students in Education Collage of Al-Baath University , psychological flow scale "Jackson and Marsh" (1996) and the level of ambition scale "Moaoad and Abd Alazeem" (2005) were used after their translation and study of their psychometric properties, The researcher followed the descriptive analytical curriculum.

the results indicated that there is of a positive correlation between psychological flow and level of ambition among the members of the research sample, and there are differences between the mean scores of the sample members on the psychological flow scale according to the variable gender in favor females and there are no differences between the mean scores of the sample members on the psychological flow scale according to the variable Dagree , and there are differences between the mean scores of the individuals of the research sample on the level of ambition scale according to the variable gender in favor of females, and there are no differences between the mean scores of the sample members on the level of ambition scale according to the variable Dagree.

Key Words: Psychological Flow _ Level of Ambition _ Graduate students in Education Collage of Al-baath University

1- المقدمة:

يعتبر التّدفّق النّفسي Psychological Flow أحد المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الإيجابي، اقترحه عالم النفس المجري الأصل الأمريكي الجنسيّة ميهالي تشكزنتميهالي Mihaly Csikszentmihalyi وهو أحد الآباء المؤسّسين لعلم النفس الإيجابي (أبو حلاوة ،2013، 6).حيث يهدف التّدفّق النّفسي إلى تعزيز الجوانب الإيجابيّة في شخصية الفرد ويمثّل ظاهرة إيجابيّة باعتباره خبرة ذاتيّة تتحقّق عندما ينسى الفرد نفسه أثناء عملية التّدبّر والتّفكير وإعمال العقل في حلّ بعض المشكلات، فيذوب الفرد في تنفيذ المهام والأعمال المرتبطة بهذه المشكلات مقترناً بحالة من النّشوة والابتهاج يعاين من خلالها بهجة الحياة ويكتشف معناها وتصبح حياته هادفة وجديرة بأن تعاش(غريب، 2015، 295).ويعتقد ميهالي أنّ الفرد يصل إلى حالة التّدفّق النّفسي عندما يؤدي الأنشطة المثالية، والتي تتحرّك خارج إطار القيود والتحدّيات، مع سيطرة الفرد على مهاراته التي تحررّه من البلادة النّفسيّة والسلوكيّة، ويتكوّن التّدفّق من كافّة المواهب والقدرات التي يستعملها الفرد لمواجهة التحدّيات التي تواجه حياته، ويرى ميهالي أنّ التّدفّق النّفسي يتكوّن من تسع نقاط وهي: وضوح الأهداف، والاندماج، والتركيز، وفقدان الإحساس والوعي بالذّات، وغياب الإحساس بالوقت، والتغذية الراجعة، والتوازن بين القدرة والتحدّي، والإحساس بالقدرة على ضبط النشاط والإثابة الداخلية وحصر الوعي في النشاط (العبيدي،2016،201).والجّدير بالذكر أنّ ميهالي يرى أنّ التّدفّق النّفسي غالباً يخبره الفرد في أنشطة العزف والإبداع والعبادات الدّينيّة لكن ليس دائماً الفرد يخبر حالة التّدفّق النّفسي في هذه الأنشطة فهو ليس محدوداً بها وحالة التّدفّق ليست محدودة بهذه الأنشطة فقط (Csikszentmihaly,2014,P.137)فهو مرتبط بكل ما يقوم به الفرد من أنشطة خلال حياته اليومية سواء أكان ذلك في المنزل أو العمل وسواء أكانت فكرية أو أدائية بحث يندمج الفرد اندماجاً تاماً بهذه الأنشطة لدرجة ينسى فيها ذاته والمكان والزمان و كأنه في حالة غياب للوعي بكل شيء ما عدا النشاط الذي يمارسه (الصوافي،2019، 4).

وتتعاظم أهميّة التّدفّق النّفسي في حياة الفرد وفي تبلّور شخصيّته إذ يؤدي إلى تقوية الثّقة بالنّفس والاستقلاليّة وينمّي التّخيّل العقلي والتفكير الإبداعي ويرفع مستوى الطموح (بلبقرة،2018، 25).

وللحديث عن جانب آخر يسهم أيضاً في التكوين النفسي للفرد لابدّ أن نلقي الضوء على مستوى الطّموح Level of Ambition حيث يعتبر مستوى الطموح من المصطلحات المتداولة كبعد هام من الأبعاد المؤثرة في الشخصية التي تساعد الفرد على التقدم في حياته والتخطيط لها في المجالات الإجتماعية والتعليمية والمهنية كما أنه يرتبط بالصحة النفسية ويعد وسيلة تشخيصية للتنبؤ بالسلوك والصحة النفسية باعتباره سمة ثابتة نسبياً تتفق مع التكوين النفسي للفرد وترتبط مع توقع المستقبل وخبرات النجاح والفشل لديه (الركيبات والزبون،2019 ، 229).

فضلاً على ذلك فإنه يمكن لمستوى الطموح أن ينتقل من شخص لآخر وكما أنه يتاثر بالعوامل البيئية والنفسية والاجتماعية ويؤثر على الإنتباه والإنجاز والنجاح في مجالات متنوعة وهو جزء من التكوين النفسي للفرد ويتميز الفرد ذو المستوى العالي من الطموح بسمات تميزه عن غيره فهو لديه القدرة على تنظيم العلاقات ويتمتع بذاكرة قوية ولديه تعدد بالاهتمامات وتوقعات عالية للذات وللآخرين ويستمتع أثناء إنجاز المهام ويجد طرق جديدة للعمل ولديه إدراك عميق وكما أنه غالباً ما يكون قائد ولديه سمات الشخصية القيادية (Aljasim & Jamalallail,2017).

وتتعاظم أهميّة هذين المتغيّرين عند دراستهما لدى فئة علمية هامة ومتميزة عن باقي فئات المجتمع إذ أن مرحلة التعليم العالي هي مرحلة فاصلة بين الحياة العلمية والعملية.

2- مشكلة البحث:

يمثّل التّدفّق النّفسي العامل الحاسم في تكوين المعنى والهدف من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها وبالتالي يدفع من يتعايش معه إلى الإبداع بل إلى أعلى تجلّيات الإبداع الإنساني، وللتّدفّق جانب آخر يتمثّل في المكافأة الداخليّة وبالتّالي في الدّافعية الذاتية والتّدفّق لا يسمح لنا بإرجاء وتأجيل انشغالاتنا الزائدة بالمشاعر السلبية ومصادر التهديد

بل يجعلنا أكثر قدرة على تأسيس نظام مرن وواضح، كما ويمنح الفرد فرصة للضبط والتّنظيم أو السيطرة على وعيه وشعوره، وأيضاً يسمح للفرد ببناء نفسي رصين حيث يكون الفرد مندمجاً أو مستغرقاً بصورة تامّة في النّشاط ذاته إذا حدث له تدفّق تلقائي لكل فعل وكل تفكير يقع في وحدة مسار واحدة، الأمر الذي يولّد إحساساً قويّاً بالرّضا مما يسهم في تعظيم إحساس الفرد بالسّعادة وبجودة حياته النّفسيّة (تركي وخضير،2018،376-377)، حيث يرتبط هذا المفهوم بالصّحة النفسيّة لدى الفرد وهو ما أشارت إليه عز الدّين (2021) في دراستها حيث أشارت إلى وجود علاقة ارتباطيّة موجبة بين التّدفّق النّفسي والمرونة النفسيّة لدى طلّاب الجامعة. وفي ذات الإطار فإن التّدفّق النّفسي يسهم في إثارة الدّافعية الذاتيّة والدّافعية للتعلّم وهو ما أكّدته عدّة دراسات مثل دراسة أيوب والبديوي (2017) التي أكّدت وجود علاقة إيجابية دالّة بين الدّافعية الذاتيّة والتّدفّق النّفسي وعلاقة سالبة بين التلكؤ الأكاديمي والتّدفّق النّفسي وذلك لدى طلاب الجامعة في مصر، وكذلك دراسة (Goo,Oh&Kim,2015) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التّدفّق النّفسي والإنجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الكوريين، كما أكدت دراسة أحمد (2019) أهمية التدفق النفسي في جودة الحياة الأكاديمية حيث بيّنت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة بين التّدفّق النّفسي وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة في مصر.

كما أكدت العديد من الدراسات أهميّة مستوى الطّموح في المرونة الأكاديمية ودافعيّة الإنجاز مثل دراسة السّيد (2019) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مستوى الطّموح والمرونة الأكاديميّة والدّافعية للإنجاز لدى طلّاب الجامعة في مصر، كما أكدت دراسة بالمين وعبد الحي (2019) العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات ومستوى الطّموح الأكاديمي لدى طلّاب الجامعة.

ولعل خبرة الباحثة وتواجدها بين الطلاب وكونها طالبة دراسات عليا في كلية التربية في جامعة البعث جعلها تشعر بأنّ الطلاب يواجهون الكثير من الضغوطات والمتطلبات ذات الصلة بالمرحلة العلمية التي توصلوا لها، فقد كثرت مسؤولياتهم والتزاماتهم الإضافية إذ لم يعد التعلم والدراسة هو ما يشغلهم فقط كما في المرحلة الجامعية، وإنما زادت وكثرت

الضغوطات الاقتصادية والاجتماعية إضافة للمسؤوليات الملقاة على عاتقهم بصفتهم طلاب دراسات، وكل هذه الضغوطات قد تؤثر على مستوى دافعيتهم للتعلّم بشكل سلبي، وكان لا بدّ من البحث عن مفاهيم تثير الدّافعية لديهم للتعلّم والإبداع وتجعلهم يبذلون جهدهم للوصول إلى الأهداف التي وضعوها أمامهم وهم بحالة استمتاع ذاتي أثناء إنجاز المهام وتكون نظرتهم للمستقبل مليئة بالمعنى والتفاؤل والطموح، ومن بين هذه المفاهيم المثيرة للدافعيّة للتعلّم التّدفّق النّفسي.

وبناءً على ما سبق تتحدّد مشكلة البحث في السؤال التالي:

ما العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث ؟

3 –أهميّة البحث: تأتي أهمية البحث الحالي من النقاط التالية:

- أهميّة المتغيّرين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا وذلك في مساعدتهم على مواجهة التحدّيات والضغوط والتكيّف معها.
- أهميّة العيّنة المستخدمة في الدّراسة الحاليّة وهم طلّاب الدّراسات العليا وهم شريحة مهمّة في النهوض بالمجتمع وتقدّمه بوصفهم بناة المستقبل.
- قلّة الدّراسات العربية التي تناولت هذه المرحلة الدراسيّة مقارنةً مع المراحل الدراسيّة الأخرى.
- يمكن الاستفادة من هذه الدراسة في تصميم برامج إرشاديّة تسهم في تنمية التّدفّق النّفسي لدى طلّاب الدراسات العليا.
- أهمية إدخال التّدفّق النفسي في عمليات التعليم والتعلّم والإرشاد والعلاج النفسي.
- يمكن الاستفادة من ادوات القياس المعدّة والمحكّمة سيكومترياً والمطبّقة على البيئة السوريّة (مقياس مستوى الطّموح).
- يمكن الاستفادة من هذه الدّراسة في التنبّوء من خلال التّدفّق النّفسي بمدى تمتّع الطالب بالصّحة النفسيّة.
- لم تحظ دراسة العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا بالاهتمام الكافي في البيئة المحلية، لذلك فإنّ البحث قد يكون الأوّل في –حدود علم

الباحثة– في سورية وذلك للتعرّف على العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى هذه الشريحة الهامّة في المجتمع.

4- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تحقيق ما يلي:

- تعرّف العلاقة بين التّدفّق النفسي ومستوى الطّموح لدى عيّنة من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث.
- تعرّف الفروق في التّدفّق النّفسي لدى عيّنة من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث استناداً إلى متغيّر الجنس(ذكور–إناث).
- تعرّف الفروق في مستوى الطّموح لدى عيّنة من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث استناداً إلى متغيّر الجنس(ذكور–إناث).
- تعرّف الفروق في التّدفّق النّفسي لدى عيّنة من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث استناداً إلى متغيّر المرتبة العلميّة(ماجستير– دكتوراه).
- تعرّف الفروق في مستوى الطّموح لدى عيّنة من طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث استناداً إلى متغيّر المرتبة العلميّة(ماجستير– دكتوراه).

5- فرضيات البحث:

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة (0,05) بين درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس التّدفّق النّفسي وبين درجاتهم على مقياس مستوى الطّموح.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس التّدفّق النّفسي استناداً إلى متغيّر الجنس (ذكور–إناث).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس مستوى الطّموح استناداً إلى متغيّر الجنس (ذكور–اناث).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس التّدفّق النّفسي استناداً إلى متغيّر المرتبة العلميّة (ماجستير– دكتوراه).

■ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0,05) بين متوسطي درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس مستوى الطّموح استناداً إلى متغيّر المرتبة العلميّة (ماجستير – دكتوراه).

6_مصطلحات البحث والتّعريفات الإجرائيّة:

-**التّدفّق النّفسي Psychological Flow** : هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التّعامل مع مهمّات تتطلّب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقّق أيضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التّام مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهمات ذات الأهداف المحدّدة والتي تقدّم تغذية راجعة فوريّة(Csikszentmihalyi,1996,P.46).

-**يُعرّف التّدفّق النّفسي إجرائيّاً:** بأنه الدّرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مقياس التّدفّق النّفسي المستخدم في هذا البحث.

-**مستوى الطموح Level of Ambition:** هو حصيلة التوقّعات أو الطّموحات المتّصلة بالإنجاز المستقبلي للشخص، حصيلة تتغيّر بعد كل إنجاز والتي تكون أحياناً مبهمة وأحياناً أخرى واضحة ودقيقة (ضاهر،2018، 20).

-**يُعرّف مستوى الطموح إجرائيّاً: بأنه** الدّرجة التي يحصل عليها الطالب من خلال إجابته على مقياس مستوى الطّموح المستخدم في هذا البحث.

7 – الخلفية النظرية:

أولا: مفهوم التّدفّق النّفسي:

-**التّعريف اللغويّ:** يعرّف المعجم المدرسي التّدفّق كما يلي "دفق الماء والدمع وكلّ ما يراق دفقاً ودفوقاً، انصب فهو دافق، ودفق الماء أي دفقه، واندفق الماء انصبّ وسال في شدّة، وتدفّق الماء تصبّب وسال في قوّةٍ ومعنى التّدفّق هو التصبّب"(المعجم المدرسي،1985،358).

-**التّعريف الاصطلاحي:** عرّفه جولمان بأنه استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتى يبلغ ذروة الأداء ودرجة الامتياز فيها ويستمر هذا التفوّق بعد ذلك بأقل مجهود كالشّلال المتدفّق فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التّدفّق فإن ذلك يمثّل أقصى درجة من

الأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد من الإصابة بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق (جولمان، 2000، 134).

بينما عرّفه شكزنتيميهالي بأنه حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التّعامل مع مهمات تتطلب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل جهد وهذه الحالة المثلى تتحقّق أيضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التّام مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمّة خاصّةً المهمّات ذات الأهداف المحدّدة والتي تقدّم تغذية راجعة فوريّة (Csikszentmihaly,1996, P.46).

وعرّفه جاكسون ومارش بأنّه حالة يندمج فيها الفرد اندماجاً كبيراً في المهمّة أو العمل الذي يقوم به مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الأمثل ويرون أنّ التّدفّق هو حالة تغير للوعي يشعر عن طريقها الفرد بالانغماس والاندماج في العمل أو المهمة التي يقوم بها مما تجعل الجسم والعقل يعملان معا فيه (Jckson& Marsh,1996,P.18).

وتعرفه باظة بأنه عبارة عن الاستغراق أو الانشغال التام بالأداء وسرعة الأداء والوصول إلى مستوى عالي من الأداء والشعور بالسعادة وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء ونسيان احتياجات الذات والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرّف والتعلّم ودقّة الأداء(باظة، 2012، 140).

ثانياً: **أهميّة التّدفّق النّفسي:** هناك مجموعة من النقاط التي توضّح أهميّة التّدفّق النّفسي ألا وهي:

- يستطيع الفرد من خلاله السيطرة على الشعور بالإضافة لضبط وتنظيم نفسه .
- يؤدي إلى تطوير الأفراد وإزدهارهم.
- يشيد ويبني رأس المال النّفسي.
- يساعد على الوصول للخبرة المثاليّة.
- يؤدي إلى تقوية الثّقة بالنّفس والاستقلالية وينمّي التّخيّل العقلي والتّفكير الإبداعي ويرفع مستوى الطموح والدّافعية للإنجاز ويخفض الشعور بالخوف والقلق والملل(بلبقرة، 2018، 25).

ثالثاً: الفرضيات التي تقوم عليها نظرية التدفق:

لدينا مجموعة من الفرضيات التي تبنى عليها نظرية التّدفّق وهي:

-الفرضية الأولى: تقوم على فكرة أنّ الفرد لا يعتمد في آداء المهمات على قوى وعوامل خارجية دائماً، وإنّما غالباً ما يعتمد على مجموعة من المعايير والقواعد التي تتناسب مع حاجات النّفس البشريّة.

-الفرضية الثانية: تقوم على فكرة أنّ التّدفّق قد يتولّد من أي نشاط يمارسه الفرد خلال حياته اليومية بغض النّظر عن نوع هذا النشاط فقد يكون نشاطاً فكريّاً أو عمليّاً، ولكن بشرط أن يترافق هذا النشاط مع الرغبة والحافز والقدرة على التحكّم بالوعي الذاتي.

-الفرضية الثالثة: تقوم هذه الفرضية على فكرة التفاضل والتكامل، وتفترض أنهما شرطان أساسيان ومهمان جدّاً لحدوث التّدفّق، ويعني التفاضل توحّد رغبات الفرد مع حاجاته ومع النشاط الذي يمارسه، بينما يعني التكامل توحّد رغبات الفرد وحاجاته مع رغبات وحاجات الآخرين.

-الفرضية الرابعة: تقوم الفرضية الأخيرة على فكرة التوازن بين مستوى صعوبة المهمات ومستوى المهارات والقدرات التي لديه والتي ينتج عنها إحساس الفرد بالبهجة أثناء آداء المهمة، وكلّما ركّز الفرد اهتمامه على آداء مهمات أكثر صعوبة عاش تجربة التّدفّق وتمتّع بالتحدّيات الموجودة في الحياة (نصيف، 2015، 101).

نجد في الفرضية الأخيرة أنّه لكي يخبر الفرد حالة التّدفّق النّفسي لابدّ من أن يختار مهام متوسطة الصعوبة ليست بالسهلة جدّاً وليست بالصعبة جدّاً حيث أنّ الأنشطة البسيطة والسهلة تولّد الشعور بالملل والأنشطة الصعبة تولّد الشعور باليأس والقلق (عرعار وآخرون، 2016، 109) نقلاً عن (أبو حية، 2019، 21).

خامساً: النظريات التي فسرت التدفق النفسي:

تعدّدت النظريّات التي فسّرت التّدفّق النّفسي ومن أهم هذه النّظريّات:

١) نظريّة التدفق النفسي لشكزنتيميهالي(Csikszentmihaly,1975)

انبثقت هذه النظرية على يد العالم شكزنتيميهالي عام 1975أثناء مقابلته الشخصية للعديد من الأفراد في الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا واليابان وتايلند وأستراليا ومن

مختلف الثقافات الأوربية، حيث قام العالم بإشراكهم في مجموعة من الأنشطة ولم يجد ميهالي وصفاً أقرب للتعبير عمّا عبر عنه هؤلاء الناس من التشبيه بتيار الماء الذي يحملهم في مسارهم وعلى هذا الأساس أطلق عليه شكزنتيميهالي بالتّدفّق النّفسي.

وقد حدد (CSikszentmihalyi,1990) تسعة مجالات للتّدفّق النّفسي وهي:

-التوازن بين التحدّي والمهارة Challenge Skill balance

يحدث التّدفّق النّفسي عندما يكون مستوى التّحدي والمهمّة التي ينجزها الفرد متساويين.

-اندماج الوعي بالفعل Action Awareness

هو اندماج الفرد في إنجاز المهمة بشكل عميق حتّى يصبح وكأنه يؤدّيها بعفويّة.

-أهداف واضحة Clear goals

يعني أن تكون الأهداف واضحة ومحدّدة في ذهن الفرد سواء حددها الفرد مسبقاً أو قام بتحديدها أثناء أداء المهمّة، وهنا يدرك الفرد أنّ الأهداف التي حدّدها قابلة للتحقيق لأنّ النّشاط لا يحتاج إلى أن يكون موجّهاً نحو تحقيق هدف معيّن غير قابل للتحقيق.

-تغذية راجعة غير غامضة Unambiguous Feed back

هو أن يقوم الفرد أثناء أداء المهمة بتلقي تغذية راجعة فورية وواضحة من المهمة نفسها بحيث لا تسمح للفرد أن يعرف بأنه سينجح في تحقيق الهدف المطلوب ويعني أن يكون الفرد قادراً على تقويم أداءه بدقّة في الوقت الذي يعرف فيه كل خطوة دقيقة في أي نشاط يقوم به، لكن في حال غياب التغذية الراجعة أو عدم وضوحها أو تأجيلها في وقتها لا يتمكن الفرد في تقويم التأثير الذي تحدثه أفعاله وما الذي ينبغي القيام به لتحسين الأداء وما الذي ينبغي تحاشيه.

- تركيز في المهمة (العمل، النشاط، الدراسة) Concentration

هو أن يركز الفرد انتباهه على المهمة التي يقوم بها بشكل أكبر من أي شيء آخر في البيئة وإلا فسيكون من الصعب عليه الانغماس في المهمة، ففي هذه الحالة لا يفكّر الفرد بما يحيط به من أمور الحياة كالمكاسب الماديّة مثلاً بل أن يصبّ تفكيره على المهمّة التي في متناول يده ويصبح النشاط الذي يؤديه هو كل ما يهمّه وهذا ما يلاحظه عليه الآخرون بسهولة.

-إحساس بالضبط أو السيطرة Sense of Control

حيث يشعر الفرد أثناء أداء المهمة بالسيطرة التامّة على الموقف والثقة والهدوء التام والأفكار الإيجابيّة، وكل ذلك ناتج من اعتقاده بمهارته العالية وبتخلصه من القلق أثناء إنجاز المهام.

-غياب الوعي بالذات loss of self consciousness

هو تركيز الفرد على أداء المهمة فقط فعندما ينهمك في العمل أو النشاط فإنه ينسى جميع العوامل التي تقف عائق أمامه للوصول إلى أهدافه.

-الإحساس بمرور الوقت Time transformation

ففي حالة التدفق النفسي يفقد الفرد إحساسه بالزمن إذ تمر الساعات وكأنها ثواني عند أداءه للمهمة، وربما يشعر بأن الوقت طويل، حيث يفقد قدرته على الإدراك الطبيعي للوقت وذلك غالباً يعود إلى الاستغراق الكامل بالمهمة أو النشاط.

-الاستمتاع الذاتي Autotelice experience

وهي غاية كون المرء في حالة تدفّق وتمثّل إحساس يتملك المرء بالقيام بالعمل أو المهمة أو النشاط كغاية في حد ذاته دون انتظار لإثابات أو مكافآت أو فائدة في المستقبل.

٢) نظرية مارتن سيلجمان(Seligman,2002)

يرى مارتن سيلجمان أنّ مفهوم خبرة التّدفّق النّفسي يتمحور حول ما أسماه (قضية المعنى) فقد أشار في كتابه (السعادة الحقيقية) إلى ثلاثة مستويات للسعادة وهي كالتالي:

-الحياة المبهجة أو السّارة: وهي الحياة التي يتمّ فيها اكتساب خبرات لجلب السعادة والبهجة وانفعالات إيجابية كبيرة.

-الانغماس: ويقصد به الاندماج والانسجام في أنشطة الحياة تستهلك وتستغرق طاقات الإنسان.

-الحياة ذات المعنى والقيمة(النتشة، 2021، 22).

ويرى مارتن سيلجمان أنّ مفهوم الانغماس والاندماج في الحياة يتوافق مع مفهوم التّدفّق النّفسي والخبرة المثالية عند كسيكزنتميهالي ويشير إلى أنّه أقل درجة من السعادة التي يحصل عليها الانسان من تأديته لأنشطة هادفة ذات معنى ويتّفق تصوّر مارتن سيلجمان

مع كسيكزنتميهالي بأنّ التّدفّق النّفسي مفهوم مجرّد من القيمة فقد يكون الفرد في حالة من التّدفّق النّفسي عند ارتكابه عمل يسيء للآخرين أو تأديته لنشاط غير هادف (أبو حلاوة، 2013، 19-18).

٣) نظرية كولمان(Golman,1995) :

إن حالة التدفق تمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم والانفعالات وحالة التدفق ليست مجرد انفعالات منسابة وتسير في وجهة معينة بل انفعالات إيجابية مليئة بالطاقة لتنظيم قواها مع ما يجري من فعل راهن فإذا ما تملك الإنسان الملل أو التوتر والقلق فإن ذلك يحول دون تدفق المشاعر وتدفق المشاعر ما هو إلا خبرة يمر بها كل إنسان تقريبا من وقت لآخر وخاصة عندما تصل هذه الخبرة إلى ذروتها أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة عليها إن العلاقة المميزة لتدفق المشاعر هي الشعور بالفرح التلقائي أو حتى النشوة إلى أقصى حد (محمد والعتابي، 2019، 402).

٤) نظرية التحليل النفسي لفرويد(Freud,1957).

ترى هذه النظرية أنّ التّدفّق هو قدرة الفرد على أن يقوم بعملياته العقلية والنفسية والاجتماعية على خير وجه ويشعر في أثناء القيام بها بالسعادة والرضا فلا يكون خاضعاً لرغبات الهو ولا يكون عبداً لقسوة الأنا الأعلى وعذاب الضمير ولا يتم ذلك إلا إذا توزعت الطاقة النفسية توزيعا يحوز الأنا أغلبه ليصير قويا يستطيع أن يوازن بين متطلبات الهو وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع وفي ضوء ذلك تكون حالة الاتزان أو التوافق النفسي معادلة للصحة النفسية (الزهراني، 2021، 7).

ويرى فرويد أن التدفق النفسي يتحقق عندما تكون الأنا عند الفرد بمثابة المدير المنفذ للشخصية أي أن الأنا الذي يسيطر على كل من الهو والأنا الأعلى ويتحكم فيهما ويدبر حركة التفاعل مع العالم الخارجي تفاعلا تراعي فيه مصلحة الشخصية بأسرها ومالها من حاجات وبأداء الأنا لوظائفه بحكمة واتزان يسود الانسجام ويتحقق التدفق النفسي أما إذا تخلى الأنا عن قدر أكبر مما ينبغي من سلطاته للهو أو للأنا الأعلى فإن ذلك يؤدي إلى انعدام التوافق (النتشة، 2021، 25).

سادساً: مستوى الطموح:

-**التعريف اللغوي:** طمح بصره إليه، طموحاً امتدّ وعلا وارتفع، وبصره رفعه وحدّق ،وفي الطلب أبعد فيه فهو طامح، الطامح كل مرتفع، وجبل طامح عال مشرف، طوامح وفرس طامح الطرف، وطامح البصر مرتفعه، ويقال فلان ذو نفس طامحة، الطموح الفرس الطموح الذي يركب رأسه في عدوه رافعاً بصره، والطموح الساعي إلى المراتب العالية وصاحب الآمال الواسعة، المطامح الآمال جمع مطمح ،الطمّاح الكثير الطموح والبعيد الطرف والشره ،أطمحه جعله يطمح(المعجم المدرسي،1985،655).

- **التعريف الإصطلاحي:** جاء تعريف موسوعة علم النفس والتحليل النفسي لمستوى الطّموح بأنّه المستوى الذي يطمح الفرد أن يصل إليه أو يتوقّعه لنفسه سواء في تحصيله الدراسي أو في إنجازه العلمي أو في إنتاجه أو في مهنته ويجتهد لتحقيقها معتمداً في ذلك على كفاءته وقدراته على ملائمة الظروف الخاصة به وبالبيئة من حوله (العنزي،2016، 105).

وكما عرّفه هوب (Hoppe,1930) بأنّه حصيلة التوقعات أو الطموحات المتصلة بالإنجاز المستقبلي للشخص، حصيلة تتغيّر بعد كل إنجاز والتي تكون أحياناً مبهمة وأحياناً أخرى واضحة ودقيقة (ضاهر،2018، 20).

وعرّفه صبيرة بانّه"مستوى توقعات الفرد ورغباته المتمايزة في تحقيق أهدافه المستقبلية في ضوء خبراته السابقة واطاره المرجعي "(صبيرة، 2018،35).

سابعاً: النظريّات المفسّرة لمستوى الطّموح:

تعدّدت النظريّات التي فسّرت مستوى الطّموح حسب وجهة نظرة كل باحث وهذا لا يعني أن هناك نظرية خاطئة أو صحيحة وفيما يلي استعراض لبعض هذه النظريات :

١) نظرية المجال لكيرت ليفين:

يعتبر ليفين أن هناك عدة قوى تعتبر دافعة وتؤثر في مستوى الطموح ومنها :

- عامل النضج: فكلما كان الفرد أكثر نضجا أصبح من السهل عليه تحقيق أهداف الطموح لديه وكان أقدر على التفكير في الغابات والوسائل على السوى (تجيني، 2016، 16-15)

– القدرة العقلية: كلما كان الفرد أكثر قدرة كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة.

– النجاح والفشل: فالنجاح يرفع من مستوى الطموح ويشعر صاحبه بالرضا أما الفشل فيؤدي إلى الإحباط وكثيرا ما يكون معرقلا للتقدم في العمل.

– الثواب والعقاب: فالثواب المادي والمعنوي (الأجور– الحوافز– الترقية) يرفع من مستوى الطموح ويجعل الإنسان يقوم بتنظيم نشاطه ويوجهه نحو تحقيق الهدف.

– القوى الانفعالية: ويقصد بها الجو العام الذي يمارس فيه العمل مثل: شعور الفرد بتقدير الزملاء وإعجابهم بنشاطه وإنتاجه وعلاقاته الطيبة برؤسائه.

– القوى الاجتماعية والمنافسة :فقد تؤدي المنافسة بين الزملاء إلى رفع مستوى الطموح ولكنها قد تنقلب إلى أنانية أو تنازع ولذا يجب أخذ ذلك بعين الاعتبار.

– مستوى الزملاء: قد تكون معرفة الأخصائي لمستوى زملائه ومقارنته بمستواه شخصيا سببا في رفع مستوى طموحه ودفعه للعمل وتعبئة جهوده نحو تحقيق الهدف (شبير، 2005،35–34)

– نظرة الفرد إلى المستقبل: تؤثر نظرة الفرد إلى المستقبل وما يتوقع أن يحققه من أهداف في مستقبل حياته على أهدافه الحاضرة (تجيني،2016، 16 –15).

٢) نظرية القيمة الذاتية للهدف:

وضعت اسكالونا (Escalona,1940) أسس هذه النظرية ثم تمّت دراسة هذه النظرية على يد فستنجر(Fastanger)، ثم أدخل عليها جولد ليفين (Golde leven) بعض التعديلات حيث ربط هذه النظرية بفكرة الأطر المرجعية، حيث كانت ترى إسكالونا أنه على أساس قيمة الهدف الذاتية يتقرر الاختيار إضافة لإحتمالات النجاح والفشل المتوقعة أي أن القيمة الذاتية للنجاح تعتبر نتيجة للقيمة نفسها ولأحتمالات النجاح وهذه النظرية تحاول تفسير ثلاث حقائق:

١ –هناك ميل لدى الأفراد ليبحثوا عن مستوى طموح مرتفع نسبيّاً.

–٢كما أنّ لدى الأفراد ميلاً لجعل مستوى الطموح يصل إلى حدود معيّنة.

-٣الميل لوضع مستوى الطّموح بعيداً جدّاً عن المنطقة الصعبة جدّاً والسهلة جدّاً (خضراوي، 2016، 25).

٣) نظرية آدلر:

وتؤكد على دور الفرد وإرادته القوية في الكفاح للوصول إلى السمو والرقي للتعويض عن مشاعر النقص باعتباره كائن اجتماعي تحرّكه الحوافز الاجتماعية والعلاقات الاجتماعية وتوجهه نحو تحقيق أهدافه الحالية ويسعى لتأكيد ذاته لتحقيق التفوق وتعويض النقص(الركيبات والزبون،2019،231)

ثامناً: خصائص الشخص الطموح:

-لا يقنع بالقليل ولا يرضى بمستواه الراهن ويعمل دائماً على النهوض به أي لا يرى أنّ وضعه الحاضر أحسن ما يمكن أن يصل إليه، كما أنّه لا يؤمن بالحظ ولا يعتقد أنّ مستقبل الإنسان محدّد لا يمكن تغييره ولا يترك الأمور للظروف، إضافة إلى أنّه لا يخشى المغامرة أو المنافسة أو المسؤولية أو الفشل، ولا يجذع إن لم تظهر نتائج جهوده سريعاً، فضلاًعلى ذلك فإنّ نظرة الفرد متفائلة نحو الحياة ويتجه نحو التفوّق ويميل نحو الكفاح ويحدّد الأهداف والخطّة ويتحمّل المسؤوليّة ويعتمد على النفس ويميل للمثابرة (بركبية،2018،(18، كما أنّه يتحمّل الصعاب في سبيل الوصول إلى أهدافه ولا يعنيه الفشل لأنه لا يشعر باليأس فخبراته تدفعه لتعديل مستوى طموحه بما يتوافق مع حدوده وقدراته الواقعية(بالمين وعبد الحي،2019،37).

8- الدّراسات السّابقة:

أولاً: الدّراسات العربيّة:

دراسة نصيف(2015) بغداد

■ **عنوان الدّراسة:** التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي.

■ **أهداف الدّراسة:** التعرف على العلاقة بين التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، تعرف الفروق في التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في ضوء المتغيرين الآتيين (النوع والتخصص)،

■ **عينة الدّراسة:** (200) طالب وطالبة من طلاب الدراسات العليا.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي.

■ **نتائج الدّراسة:** توجد علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين كل من التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، لا توجد فروق في ضوء متغير النوع في التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي والتدفق النفسي، توجد فروق في التخصص في كل من التفاؤل المتعلم والتدفق النفسي لصالح الإنساني.

دراسة العنزي(2016) الرياض

■ **عنوان الدّراسة:** الاغتراب النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب وطالبات الجامعة.

■ **أهداف الدّراسة:** الكشف عن العلاقة بين الاغتراب النفسي ومستوى الطموح لدى طلاب وطالبات الجامعة، تعرّف الفروق بين الجنسين في الاغتراب النفسي ومستوى الطموح لدى عينة الدراسة.

■ **عينة الدّراسة:** (423) طالباً وطالبة.

■ **أدوات الدراسة:** مقياس الاغتراب النفسي، مقياس مستوى الطموح.

■ **نتائج الدّراسة:** وجود علاقة ارتباطية بين الاغتراب النفسي ومستوى الطموح لدى طلاب الجامعة ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العيّنة في الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الطالبات، عدم وجود فروق ذات دلالة

إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب والطالبات في مستوى الطموح تبعا لمتغير الجنس.

دراسة تركي وخضير(2018)

- **عنوان الدّراسة:** التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا.
- **أهداف الدّراسة:** إيجاد العلاقة بين التّدفّق النّفسي والتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا.
- **عينة الدّراسة:** (200) طالب وطالبة.
- **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي، مقياس التفكير المستقبلي.
- **نتائج الدّراسة:** هناك علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتفكير المستقبلي.

دراسة محمود(2018) جامعة عين شمس

- **عنوان الدّراسة:** التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية.
- **أهداف الدّراسة:** التعرف على طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى الطموح لدى عينة من طلبة كلية التربية بجامعة عين شمس.
- **عينة الدّراسة:**(130) طالب وطالبة.
- **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي، مقياس مستوى الطموح(كلاهما من إعداد الباحثة).
- **نتائج الدّراسة:** وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التدفق النفسي وأبعاده ومستوى الطموح وأبعاده فيما عدا بعد الرغبة في التغيير للأفضل فلا توجد علاقة ارتباطية دالة، كما أوضحت النتائج عدم وجود فروق دالة وفقا للنوع على مقياس التدفق النفسي.

دراسة أحمد(2019) جامعة حلوان

- **عنوان الدّراسة:** نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة.

■ **أهداف الدّراسة:** بحث طبيعة العلاقة بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من التدفق النفسي وإدارة الذات لدى طلاب الجامعة، التعرف على الفروق في متغيرات الدراسة وفقا للجنس، التعرف على مدى إسهام كل من التدفق النفسي وإدارة الذات في التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية.

■ **عينة الدّراسة:**(324) طالب وطالبة بكلية التربية.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي، مقياس جودة الحياة الأكاديمية، مقياس إدارة الذات.

■ **نتائج الدّراسة:** وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من التدفق النفسي وإدارة الذات لدى طلبة الجامعة، عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في جودة الحياة الأكاديمية والتدفق النفسي وإدارة الذات، أسهمت درجات التدفق النفسي وإدارة الذات في التنبؤ بدرجات جودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة من متغير التدفق النفسي.

دراسة بالمين وعبد الحي(2019) جامعة أحمد دراية

■ **عنوان الدّراسة:** تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالب الجامعي.

■ **أهداف الدّراسة:** التعرف على العلاقة بين تقدير الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالب الجامعي في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والسن.

■ **عينة الدّراسة:**(102) طالب وطالبة.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس مفهوم الذات، مقياس مستوى الطموح الأكاديمي.

■ **نتائج الدّراسة:** توجد علاقة ارتباطية بين تقدير الذات ومستوى الطموح الأكاديمي لدى الطالب الجامعي، تقدير الذات ومستوى الطموح هما بالمستوى المتوسط، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة في تقدير الذات ومستوى الطموح تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والسن.

دراسة حمزة(2019) الجوف

- **عنوان الدّراسة:** فاعلية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طالبات الدبلوم العام في التربية بجامعة الجوف.
- **أهداف الدّراسة:** الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طالبات الدبلوم العام في التربية، الكشف عن الفروق بين استجابات الطالبات تبعا لمتغيرات (العمر، التخصص، الحالة الاجتماعية، الحالة الاقتصادية).
- **عينة الدّراسة:** (68) طالبة.
- **أداة الدّراسة:** مقياس فاعلية الذات، مقياس مستوى الطموح من إعداد الباحثة
- **نتائج الدّراسة:** وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين فاعلية الذات ومستوى الطموح، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طالبات الدبلوم تبعا لمتغير العمر، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ومستوى الطموح تبعا لمتغير التخصص(علمي، أدبي)، عدم وجود فروق دالة إحصائياً في فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى طالبات الدبلوم العام تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات ومستوى الطموح تبعا لمتغير الحالة الاقتصادية.

دراسة محمد والعتابي(2019) جامعة واسط

- **عنوان الدّراسة:** معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.
- **أهداف الدّراسة:** التعرف على درجة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، مستوى دلالة الفروق للتدفق النفسي وفقا لمتغيرات(النوع، التخصص، الصف).
- **عينة الدّراسة:**(375) طالب وطالبة.
- **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي من إعداد الباحثة.
- **نتائج الدّراسة:** يتمتع طلبة الجامعة بالتدفق النفسي وبدلالة إحصائية، ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية للتدفق النفسي وفق متغيري النوع والتخصص، يوجد فرق لمتغير المرحلة الدراسية.

دراسة الأسود والأسود(2020) الجزائر

■ **عنوان الدّراسة:** التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة.

■ **أهداف الدّراسة:** التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة والكشف عما إذا كانت هناك فروقا في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والمستوى الدراسي.

■ **عينة الدّراسة:**(82) طالب وطالبة.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي ل(عماد نصيف، 2015).

■ **نتائج الدّراسة:** وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أفراد العينة، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس ووجود فروق في التخصص والمستوى الدراسي.

دراسة عز الدين(2021) سوريا

■ **عنوان الدّراسة:** التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة البعث.

■ **أهداف الدّراسة:** تعرف طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة البعث، تعرف الفروق في التدفق النفسي وفقا لمتغير الجنس والاختصاص، تعرف الفروق في المرونة النفسية وفقا لمتغير الجنس والاختصاص.

■ **عينة الدّراسة:**(800) طالب وطالبة.

■ **نتائج الدّراسة:** مستوى التدفق النفسي متوسط، مستوى المرونة النفسية مرتفع، وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث، عدم وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس والاختصاص، وجود فروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المرونة النفسية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور وفروق تعزى لمتغير الاختصاص لصالح الكليات النظرية.

دراسة النتشة(2021) فلسطين

■ **عنوان الدّراسة:** التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل.

■ **أهداف الدّراسة:** تعرف العلاقة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل، تعرف الفروق في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والجامعة والحالة الاجتماعية.

■ **عينة الدّراسة:**(188) طالب وطالبة.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس التدفق النفسي، مقياس الطموح الأكاديمي.

■ **نتائج الدّراسة:** وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائيا بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي، عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل تعزى لمتغيرات(الجنس، التخصص، الجامعة، الحالة الاجتماعية)، وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات مستوى الطموح الأكاديمي تعزى لمتغيرات(الجنس لصالح الإناث ولمتغير الجامعة لصالح جامعة الخليل)، عدم وجود فروق دالة تعزى لمتغيري التخصص والحالة الاجتماعية.

ثانياً: الدّراسات الأجنبية:

دراسة جو وأوه وكيم (Goo,Oh& Kim,2015)

■ **عنوان الدّراسة:** العلاقة بين الفعالية الذاتية والتخطيط الدراسي والتدفق النفسي والانجاز الأكاديمي لدى طلاب الجامعة الكوريين.

Motivation, Instructional design,Flow, and academic achievement at akorean on line university.

■ **أهداف الدّراسة:** بحث طبيعة العلاقة بين الفعالية الذاتية والتدفق والإنجاز الأكاديمي والتخطيط الدراسي لدى عينة من طلاب الجامعة الكورية.

■ **عينة الدّراسة:** (963) طالب جامعي.

■ **أداة الدّراسة:** مقياس الفعالية الذاتية والتدفق النفسي والإنجاز الأكاديمي والتخطيط الدراسي.

■ **نتائج الدّراسة:** الفعالية الذاتية والتخطيط الدراسي كان لهما تأثيرات مباشرة ذات دلالة إحصائية على مستوى الإنجاز الأكاديمي، يعمل التدفق كعامل وسيط بين الفعالية الذاتية والإنجاز الأكاديمي.

دراسة سوبرامانيان (Subramanian,2015)

■ **عنوان الدّراسة:** مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية في كويمباتور.

Level of Aspiration Among Higher Secondary Students of Coimbatore District.

■ **أهداف الدّراسة:** معرفة مستوى طموح طلبة المرحلة الثانوية في كويمباتور والكشف عن الفروق في مستوى الطموح لديهم وفقاً للجنس والتخصص والمؤهل العلمي لأولياء الأمور.

■ **عينة الدّراسة:** (150) طالب وطالبة.

■ **أدوات الدّراسة:** مقياس مستوى الطموح.

■ **نتائج الدّراسة:** مستوى الطموح لدى الطلبة كان منخفضاً ، وجود فروق تعزى لمتغير التخصص لصالح العلمي وللمؤهل العلمي لأولياء الأمور لصالح المؤهلات العلمية العليا، عدم وجود فروق تعزى للجنس.

ثالثاً: التعقيب على الدّراسات السّابقة:

لاحظت الباحثة من خلال اطلاعها على الدّراسات السّابقة تنوّع في الموضوع والأهداف وقد استعانت الباحثة بالدّراسات السّابقة لصياغة مشكلة البحث والفرضيات وتحديد أساليب المعالجة الإحصائيّة بالإضافة إلى الاستفادة منها في تفسير ومناقشة النتائج وتتميّز الدّراسة الحاليّة عن الدّراسات السّابقة في أنّ هدفها الرئيسي هو دراسة العلاقة بين متغيّري التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى عيّنة طلاب الدراسات والتي لم يسبق أن أجري عليها بحث لقياس مستوى هذين المتغيرين وعلاقتهما ببعض وتشابهت هذه الدراسة مع دراسة محمود (2018) في أنّها درست هذين المتغيّرين ولكن اختلفت في اختيار العيّنة والبيئة

التي أجريت عليها وكما تشابهت مع دراسة النتشة (2021) في دراسة هذين المتغيّرين لدى نفس العيّنة ولكن مع اختلاف دراسة متغيّر تصنيفي (المرتبة العلميّة) لم يسبق للدراسة السابقة دراسته بالإضافة إلى أنّها درست على بيئة مختلفة عن البيئة السورية.

9- منهج البحث: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الذي يسعى إلى الكشف عن العلاقة بين متغيّرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيّرات والتعبير عنها بصورة رقميّة (الشمّاس وميلاد، 2018، 49)، حيث تمّ جمع البيانات الإحصائيّة من خلال تطبيق مقياسيّ التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح ودراسة العلاقة بين المتغيّرات مع دراسة الفروق في ضوء متغيّرات الجنس والمرتبة العلميّة.

10- المجتمع الأصلي للبحث وعيّنته:

يتحدّد المجتمع الأصلي للبحث الحالي بطلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث عام (2022-2021) والبالغ عددهم (226) طالباً وطالبةً يتوزّعون على الشكل التالي:

الجدول (1) توزع أفراد المجتمع الأصلي

	ماجستير	دكتوراه	ذكور	إناث
تربية الطفل	48	36	5	79
إرشاد نفسي	53	8	5	56
مناهج	59	22	26	55
المجموع	160	66	36	190
الكلي	226			

وقد تمّ تقسيمهم على الشكل التالي:

عيّنة الدّراسة السيكومتريّة مكوّنة من (75) طالباً وطالبةً تم اختيارهم بطريقة عشوائية وهم يتمتّعون بخصائص المجتمع الأصلي.

عيّنة البحث الأساسية: مكوّنة من (151) طالباً وطالبةً تم اختيارهم بطريقة قصدية وهم يتوزّعون على الشكل التالي:

الجدول (2) توزع أفراد عينة البحث:

		العدد	النسبة من المجتمع الأصلي	النسبة من العينة
النوع	ذكور	30	%83.33	%19.9
	إناث	121	%63.68	%20.1
المرتبة العلمية	ماجستير	95	%59.37	%62.9
	دكتوراه	56	%84.48	%37.1
المجموع		151	%66.81	%100

11- حدود البحث:

الحدود الزمنية: تم تطبيق البحث في العام الدراسي ((2022-2021

الحدود المكانية: تم تطبيق البحث في كلّيّة التّربية في جامعة البعث.

الحدود البشرية: طلّاب الدّراسات العليا في كلّيّة التّربية في جامعة البعث.

الحدود العلميّة: تتمثّل في تعرّف العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح لدى طلّاب الدّراسات العليا في كليّة التّربية في جامعة البعث، دراسة الفروق في كلا المتغيّرين في ضوء متغيّرات النوع والمرتبة العلميّة.

11- أدوات البحث: مقياس التّدفّق النّفسي، مقياس مستوى الطّموح.

أولاً: وصف المقياس:

-**مقياس التّدفّق النّفسي:** أعدّ مقياس التّدفّق النّفسي "جاكسون ومارش" Jackson & Marsh 1996، وتمّت ترجمة المقياس من قبل (عز الدين،2021) وعرضت الترجمة والنسخة الأجنبية على عدد من أعضاء الهيئة التدريسيّة المتخصصين في اللغة الأجنبية واللغة العربية والإرشاد النفسي، وتم تعديل صياغة بعض البنود بناءً على اراء المحكمين، علماً أن المقياس يحتوي على (36) عبارة موزعة على تسعة أبعاد، حيث أن بدائل المقياس أخذت تدرجاً خماسياً هي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وتأخذ الأوزان التالية(5،4،3،2,1) وتتراوح الدّرجة على كل عبارة بين(5- 1) درجة وتتراوح درجات المقياس بين (.(108-36

-**مقياس مستوى الطّموح:** أعدّ مقياس مستوى الطّموح " معوض وعبد العزيز" 2005 وقام الباحث الخضراوي 2015بتقنينه على طلاب الدراسات العليا المقبلين على التخرّج

في جامعة محمد بوضياف الجزائريّة ثم قامت الباحثة 2022بتقنينه على البيئة السوريّة حيث عرض على عدد من أعضاء الهيئة التدريسيّة المتخصصين في مجال الإرشاد النّفسي والصّحة النفسيّة وتم تعديل صياغة بعض البنود بناءً على آراء المحكمين، علماً أنّ المقياس يحتوي في صورته النهائية على (36) عبارة موزّعة على أربعة أبعاد (التفاؤل، المقدرة على وضع الأهداف ، تقبّل الجديد، تحمّل الإحباط)، حيث أنّ بدائل المقياس أخذت تدرّجاً رباعيّاً هي (دائماً،كثيراً، أحياناً، نادراً) وتأخذ الأوزان التالية (1,2,3,4) وتتراوح الدرجة على كل عبارة بين(4-1) درجة وتتراوح درجات المقياس بين(144-36).

ثانياً: الخصائص السيكومتريّة لأدوات البحث:

-مقياس التدفق النفسي:

قامت (عز الدّين ،2021) بالدّراسة السيكومتريّة لمقياس التّدفّق النّفسي وحساب صدقه وثباته حيث تراوحت معاملات صدقه بطريقة الاتساق الداخلي (0,167-0,995)، وبطريقة الصدق التمييزي حيث كانت الفروق دالة بين المجموعتين الدنيا والعليا هذا يعني وجود معامل صدق تمييزي دالّ، وبلغت معاملات ثباته بطريقة ألفا كرونباخ (0,931)، وبطريقة الثبات بالتجزئة النصفيّة تراوحت بين(0,949-0,973).

-مقياس مستوى الطّموح:

١. صدق المقياس:

صدق المحكمين: تم عرض المقياس على بعض أعضاء الهيئة التدريسية في قسم الإرشاد النفسي الملحق رقم (1) لإبداء وجهة نظرهم بصدد عبارات المقياس من حيث مدى وضوحها ومناسبتها لعينة البحث وكان من نتائج التحكيم الإبقاء على العبارات التي بلغت نسبة الاتفاق (80) بالمئة كما حذفت بعض العبارات وتم تغيير صيغت بعضها الآخر وقد تم تعديل العبارات في ضوء آراء المحكمين.

<u>الصدق البنيوي بطريقة الاتساق الداخلي:</u> قامت الباحثة بالتحقّق من الصدق البنيوي لمقياس مستوى الطّموح عن طريق حساب معامل ارتباط كل بند مع الدّرجة الكلّية للبعد الذي ينتمي إليه، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول (3) معاملات ارتباط كل بند من بنود مقياس مستوى الطموح مع البعد الذي ينتمي إليه

التفاؤل		المقدرة على وضع الأهداف		
البند	معامل الارتباط	البند		معامل الارتباط
1	.726**	13		.633**
2	.441**	14		.419**
3	.762**	15		.452*
4	.625**	16		.658**
5	.633**	17		.381**
6	.587**	18		.582**
7	.521**	19		.723**
8	.605**	20		.488**
9	.596**	21		.744**
10	.629**	22		.488**
11	.526**			
12	.616**			
تقبل الجديد		تحمل الإحباط		
23	.547**	31		.725**
24	.529*	32		.678**
25	.608**	33		.690**
26	.498*	34		.627**
27	.435**	35		.401**
28	.810**	36		.684**
29	.445*			
30	.386*			

*الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.05
**الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول السابق وجود ارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.381) و(0.810) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.05) و (0.01).

كما قامت الباحثة بحساب معامل ارتباط كل بعد مع الدرجة الكلية، ومع بقية الأبعاد، والجدول التالي يوضح النتائج:

الجدول (4) معامل ارتباط كل بعد مع بقية الأبعاد ومع الدرجة الكلية لمقياس مستوى الطموح

البعد	التفاؤل	وضع الأهداف	تقبل الجديد	تحمل الإحباط	الدرجة الكلية
التفاؤل		.693**	.524**	.693**	.885**
وضع الأهداف	.693**		.605**	.724**	.900**
تقبل الجديد	.524**	.605**		.486**	.744**
تحمل الإحباط	.693**	.724**	.486**		.848**
الدرجة الكلية	.885**	.900**	.744**	.848**	
**الارتباط دال عند مستوى دلالة 0.01					

ويتضح من الجدول السابق وجود ارتباط بين الأبعاد مع بعضها، وبين كل بعد مع الدرجة الكلية وهذه الارتباطات تتراوح بين (0.524) و(0.900) وهي جميعها موجبة ودالة إحصائيّاً عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يدل على درجة عالية من الاتساق الداخلي.

٢. ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات المقياس قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس مستوى الطموح باستخدام معادلة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية والجدول رقم (5) يوضح النتائج:

الجدول (5) الثبات لمقياس مستوى الطموح

	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
التفاؤل	0.764	0.811
وضع الأهداف	0.728	0.850
تقبل الجديد	0.794	0.812
تحمل الإحباط	0.784	0.825
مقياس مستوى الطموح	0.808	0.818

يتضح من الجدول رقم (5) أنّ المقياس يتمتّع بدرجات عالية من الثبات إذ بلغت قيمة معامل ألفا كرونباخ (0,808)، وبالنظر الى نتائج الأبعاد يتبين أن قيم ألفا كرونباخ تراوحت بين (0.728_0.794) والتجزئة النصفية (0,818)،وبالنظر الى نتائج الأبعاد يتبين أن قيم التجزئة النصفية تراوحت بين (0.850_ 0.811) وهذه القيم تدلّ على أنّ المقياس حقّق درجات جيّدة من الاتساق الداخلي وهو صالح للاستخدام والتطبيق على عيّنة البحث الأساسية.

13.نتائج البحث ومناقشتها:

الفرضية الأولى:

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي وأبعاده ودرجاتهم على مقياس مستوى الطموح وأبعاده.

للتحقّق من الفرضيّة تم تطبيق مقياسي التدفق النفسي ومستوى الطموح على عيّنة مؤلّفة من (151)طالباً وطالبة من طلّاب الدّراسات العليا ثم تمّ حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجاتهم على المقياسين، والجدول التالي يوضّح النتائج:

الجدول (6) العلاقة بين التّدفّق النّفسي ومستوى الطّموح

		التفاؤل	المقدرة على وضع الأهداف	تقبل الجديد	تحمل الإحباط	مقياس مستوى الطموح
التوازن بين التحدي والمهارة	ارتباط بيرسون	**.540**	**.655**	**.575**	**.642**	**.658**
اندماج الفعل في الوعي أو الإدراك	ارتباط بيرسون	**.552**	**.604**	**.611**	**.615**	**.647**
أهداف شديدة الوضوح	ارتباط بيرسون	**.543**	**.633**	**.637**	**.645**	**.664**
تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة	ارتباط بيرسون	**.548**	**.516**	**.433**	**.567**	**.571**
تركيز تام في المهمة	ارتباط بيرسون	**.669**	**.664**	**.652**	**.710**	**.737**
الإحساس بالضبط أو السيطرة	ارتباط بيرسون	**.592**	**.612**	**.580**	**.646**	**.664**
غياب الشعور بالذات	ارتباط بيرسون	**.575**	**.636**	**.619**	**.662**	**.677**
تبدل إيقاع الوقت	ارتباط بيرسون	**.572**	**.586**	**.614**	**.588**	**.644**
الاستمتاع الذاتي	ارتباط بيرسون	**.666**	**.710**	**.765**	**.769**	**.784**
مقياس التدفق النفسي	ارتباط بيرسون	**.786**	**.840**	**.823**	**.874**	**.904**
**الارتباط دال عند مستوى دلالة (0.01)						

من نتائج الجدول رقم (6) نلاحظ وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس التّدفّق النّفسي وأبعاده الفرعية ودرجاتهم على مقياس مستوى الطّموح وأبعاده الفرعيّة.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في أنّ التّدفّق النّفسي يمثّل العامل الحاسم في تكوين المعنى والهدف من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها حيث يرتبط بوضوح الأهداف وبالتفكير المستقبلي كما أكدت دراسة (تركي وخضير،2018) ووجود التدفق النفسي لدى طلّاب الدّراسات العليا يساعدهم على الوصول للنجاح والانجاز الأكاديمي وهو ما أشارت إليه دراسة جو وأوه وكيم (2015) التي أكدت وجود علاقة بين التدفق والإنجاز الأكايمي فهو

حالة إيجابية تتضمّن التركيز العميق أثناء أداء المهام مما يؤدي للوصول إلى الهدف المطلوب وهو النجاح والتميز، وهو ما يسمح بالوصول بطالب الدراسات إلى مستوى طموح مرتفع إذ كلما تمتع الطالب بالتدفق النفسي كلما ارتفع مستوى طموحه، والعكس صحيح إذ كلما كان لديه مستوى طموح مرتفع كلما تمتع بحالة تدفق نفسي فالتّدفّق النّفسي ومستوى الطموح هما وجهان لعملة واحدة "فالطالب الذي لديه مستوى طموح مرتفع يستمتع أثناء إنجاز المهام ويجد طرق جديدة للعمل ولديه إدراك عميق وكما أنه غالباً ما يكون قائد ولديه سمات الشخصية القيادية"(Aljasim & Jamalallail,2017).

تتفق هذه النتيجة مع دراسة النتشة(2021) التي أكدت وجود علاقة طردية موجبة دالّة إحصائياً بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى طلاب الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل بفلسطين وكما تتفق مع دراسة محمود (2018) التي أكدت أيضاً وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي وأبعاده ومستوى الطموح وأبعاده وذلك لدى طلاب جامعة عين شمس بمصر، كما تتفق مع دراسة تركي وخضير(2018) التي كانت نتيجتها أن هناك علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا.

الفرضية الثانية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي استناداً إلى متغير الجنس (ذكور–إناث).

تم اختبار الفرضية باستخدام اختبار T–test لدلالة الفروق بين متوسطات المجموعات المستقلة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (7) الفروق في التّدفّق النّفسي تبعاً لمتغيّر الجنس

	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
التوازن بين التحدي والمهارة	ذكر	30	11.33	1.124	-12.099-	149	.000	دال
	أنثى	121	16.02	2.041				
اندماج الفعل في الوعي أو الإدراك	ذكر	30	11.27	1.172	-12.015-	149	.000	دال
	أنثى	121	15.57	1.870				
أهداف شديدة الوضوح	ذكر	30	11.83	1.683	-11.826-	149	.000	دال
	أنثى	121	15.85	1.662				
تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة	ذكر	30	12.10	1.029	-8.877-	149	.000	دال
	أنثى	121	15.44	1.991				
تركيز تام في المهمة	ذكر	30	11.53	1.137	-14.068-	149	.000	دال
	أنثى	121	16.37	1.794				
الإحساس بالضبط أو السيطرة	ذكر	30	11.93	1.230	-11.971-	149	.000	دال
	أنثى	121	16.51	2.000				
غياب الشعور بالذات	ذكر	30	12.20	1.297	-12.376-	149	.000	دال
	أنثى	121	15.98	1.544				
تبدل إيقاع الوقت	ذكر	30	12.00	1.857	-10.915-	149	.000	دال
	أنثى	121	16.30	1.948				
الاستمتاع الذاتي	ذكر	30	10.50	1.757	-16.744-	149	.000	دال
	أنثى	121	16.63	1.803				
مقياس التدفق النفسي	ذكر	30	104.70	4.162	-35.888-	149	.000	دال
	أنثى	121	144.67	5.731				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس (−35.888) وقيمة الدلالة الإحصائية Sig (0.000) وهي أصغر من (0,05) والتي تجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي تعزى لمتغيّر النوع، وبالنظر إلى نتائج الأبعاد يتبين وجود فروق في جميع أبعاد التدفق النفسي نظراً لقيم الدلالة الإحصائية التي كانت أصغر من

(0.05) في الأبعاد جميعها، وهذه الفروق لصالح الإناث في الدرجة الكلية وفي الأبعاد الفرعية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الإناث لديهن أهداف واضحة ويسعين للتركيز التام في المهمة حتى ينجزنها أما الشباب فهم لديهم انشغالات تجعلهم أقل تركيزاً في المهمة فالظروف الراهنة جعلتهم يشعرون بأنهم أقل استقراراً ولم يعد المستقبل مضموناً لهم فاهتماماتهم أصبحت متمركزة على كيفية العيش الكريم وكيفية الحصول على الاستقرار واغلبهم أصبحوا يفكرون في الهجرة لذلك كان همهم الوحيد هو الحصول على الشهادة العلمية دون الاهتمام بالاستمتاع أثناء إنجاز المهام أما الإناث فهن أكثر استقراراً والكثير منهم حصلن على ما يردن وبالتالي هذه المرحلة هي الهدف الأهم بالنسبة لهن ولابد من إتقان المهام والاستماع أثناء أدائها.

تختلف هذه الدراسة مع دراسة أحمد (2019) التي وضحت في نتائجها عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التدفق النفسي وأبعاده.

وكما تختلف هذه النتيجة مع دراسة محمد والعتابي (2019) التي أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي بين الذكور والإناث وكما تختلف مع دراسة الأسود والأسود (2020)

الفرضية الثالثة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس مستوى الطموح استناداً إلى متغيرالجنس (ذكور-إناث).

تم اختبار الفرضية باستخدام اختبار T-test لدلالة الفروق بين المتوسطات كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (8) الفروق في مستوى الطّموح تبعاً لمتغيّر الجنس

	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
التفاؤل	ذكر	30	19.60	3.756	-19.398-	149	.000	دال
	أنثى	121	37.36	4.647				
المقدرة على وضع الأهداف	ذكر	30	21.07	3.886	-28.080-	149	.000	دال
	أنثى	121	38.78	2.868				
تقبل الجديد	ذكر	30	18.60	3.766	-20.245-	149	.000	دال
	أنثى	121	28.09	1.770				
تحمل الإحباط	ذكر	30	11.57	1.431	-31.240-	149	.000	دال
	أنثى	121	21.24	1.539				
مقياس مستوى الطموح التفاؤل	ذكر	30	70.83	4.300	-49.210-	149	.000	دال
	أنثى	121	125.46	5.685				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس (−49.210) وقيمة الدلالة الإحصائيّة Sig (0.000) وهي أصغر من (0,05) والتي تجعلنا نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة أي أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس مستوى الطموح تعزى لمتغيّر الجنس، وبالنظر إلى نتائج الأبعاد يتبين وجود فروق في جميع أبعاد مستوى الطموح نظراً لقيم الدلالة الإحصائية التي كانت أصغر من (0.05) في الأبعاد جميعها، وهذه الفروق لصالح الإناث في الدرجة الكلية وفي الأبعاد الفرعية.

ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن الإناث يسعين دوماً لإثبات وجودهن ولتحدي نظرة المجتمع السلبية للأنثى وربما لأن الأنثى بدأت تتحمل مسؤوليات إضافية مع التغيرات التي طرأت على المجتمع في الآونة الأخيرة والتي جعلتها تأخذ دورها ودور الذكر ولأن الشباب أصبحت اهتماماتهم مختلفة ولأن الظروف الأخيرة أصبحت مهددة لفئة الشباب وجعلتهم غير مستقرين فأصبح جل اهتمامهم في كيفية الحصول على الاستقرار وقد

تعزى هذه النتيجة إلى المعاملة الوالدية فالأنثى في كثير من الأحيان تتلقى المساندة والتشجيع من قبل والديها وربما كانت المنافسة لدى الإناث أعلى من الذكور والتي قد تسهم في وجود فروق بينهم.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة النتشة (2021)التي أكدت وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات مستوى الطموح الأكاديمي بين الذكور والإناث تعزى لصالح الإناث

تختلف هذه النتيجة مع دراسة العنزي (2016)التي أكدت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الطموح وكما تختلف مع دراسة بالمين وعبد الحي (2019) التي وضحت في نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة من الذكور والإناث في مستوى الطموح.

الفرضية الرابعة: نصت الفرضية الثانية على:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي استناداً إلى متغير المرتبة العلمية (ماجستير–دكتوراه).

تم اختبار الفرضية باستخدام اختبار T–test لدلالة الفروق بين المتوسطات كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (9) الفروق في التّدفّق النّفسي تبعاً لمتغيّر المرتبة العلميّة

	المرتبة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
التوازن بين التحدي والمهارة	ماجستير	95	15.13	2.753	.241	149	.810	غير دال
	دكتوراه	56	15.02	2.526				
اندماج الفعل في الوعي أو الإدراك	ماجستير	95	14.92	2.457	1.310	149	.192	غير دال
	دكتوراه	56	14.38	2.439				
أهداف شديدة الوضوح	ماجستير	95	15.15	2.343	.652	149	.515	غير دال
	دكتوراه	56	14.89	2.270				
تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة	ماجستير	95	14.72	2.132	-.415-	149	.679	غير دال
	دكتوراه	56	14.88	2.509				
تركيز تام في المهمة	ماجستير	95	15.69	2.593	1.786	149	.076	غير دال
	دكتوراه	56	14.93	2.463				
الإحساس بالضبط أو السيطرة	ماجستير	95	15.72	2.676	.690	149	.491	غير دال
	دكتوراه	56	15.41	2.528				
غياب الشعور بالذات	ماجستير	95	15.28	1.961	.393	149	.695	غير دال
	دكتوراه	56	15.14	2.400				
تبدل إيقاع الوقت	ماجستير	95	15.41	2.746	-.205-	149	.838	غير دال
	دكتوراه	56	15.50	2.296				
الاستمتاع الذاتي	ماجستير	95	15.68	3.078	1.448	149	.150	غير دال
	دكتوراه	56	14.95	2.932				
مقياس التدفق النفسي	ماجستير	95	137.69	16.928	.915	149	.362	غير دال
	دكتوراه	56	135.09	16.881				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس (0.915) وقيمة الدلالة الإحصائية Sig (0.362) وهي أكبر من (0,05) والتي تجعلنا نقبل الفرضية الصفرية ونرفض البديلة أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي تعزى لمتغيّر المرتبة العلمية

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنّ طلاب الدراسات العليا يسعون لتطوير ذاتهم وبناء مجتمع متقدم وبالتالي سواء كانوا في مرحلة الماجستير أو الدكتوراه إلا أنهم جميعاً وضعوا أهدافاً شديدة الوضوح ويسعون إلى تحقيقها وهم في حالة تركيز تام واندماج ودون الشعور بالملل ففي كل مرحلة هناك أهداف تخص كل مرحلة ويسعى طالب الدراسات لتحقيقها وهو في

حالة استمتاع ذاتي وفي حالة غياب الشعور بالذات والوقت وبالتالي حالة التدفق النفسي لدى الطلاب سواء كانوا في مرحلة الماجستير أو الدكتوراه موجودة لديهم ويتمتعون بها كي يكون لهم المقدرة على إنجاز مهامهم بشكل ناجح وبلا ملل أو يأس.

الفرضية الخامسة:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس مستوى الطموح استناداً إلى متغير المرتبة العلمية (ماجستير–دكتوراه).

تم اختبار الفرضية باستخدام اختبار T–test لدلالة الفروق بين المتوسطات كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (10)الفروق في مستوى الطموح تبعاً لمتغير المرتبة العلمية

	المرتبة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة T	df	Sig2	القرار
التفاؤل	ماجستير	95	34.40	8.287	1.091	149	.277	غير دال
	دكتوراه	56	32.86	8.571				
المقدرة على وضع الأهداف	ماجستير	95	35.58	7.514	.663	149	.509	غير دال
	دكتوراه	56	34.71	8.126				
تقبل الجديد	ماجستير	95	26.49	4.503	1.044	149	.298	غير دال
	دكتوراه	56	25.71	4.318				
تحمل الإحباط	ماجستير	95	19.46	4.065	.558	149	.578	غير دال
	دكتوراه	56	19.07	4.335				
مقياس مستوى الطموح التفاؤل	ماجستير	95	115.94	21.992	.943	149	.347	غير دال
	دكتوراه	56	112.36	23.450				

بالنظر إلى قيمة ت بالنسبة للدرجة الكلية للمقياس (0.943) وقيمة الدلالة الإحصائية Sig (0.347) وهي أكبر من (0,05) والتي تجعلنا نقبل الفرضية الصفرية ونرفض البديلة أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس مستوى الطموح تعزى لمتغيّر المرتبة العلمية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأنّ طلّاب الدّراسات العليا سواء كانوا طلاب ماجستير أو دكتوراه فإنهم وصلوا لهذه المرتبة العلمية نتيجة إيمانهم وتقديرهم لذاتهم العالي، ولأنّ هناك أهدافاً وضعوها ورسموها ويعملون على تحقيقها، فطلّاب الماجستير يطمحون للحصول

على درجة الماجستير ومن ثم درجة الدكتوراه وطلاب الدكتوراه يسعون للتخرّج ومن ثمّ العمل في هذا المجال ومتابعة الدراسة للحصول على شهادة أعلى وهي درجة الأستاذ الدكتور وكذلك فإنّهم سواء كانوا طلّاب ماجستير أو دكتوراه فإنّهم ما وصلوا لهذه المرتبة العلميّة إلّا لأنّهم يمتلكون مستوى طموح مرتفع فهم يطمحون لتطوير ذاتهم وبناء مجتمع متقدّم وكما أنّ طبيعة الجو الجامعي من طريقة التعامل وتقديم التّسهيلات اللازمة لهم بشكل عام تسهم في التأثير على مستوى الطموح لديهم بشكل إيجابي.

15.مقترحات البحث:

من خلال النتائج التي توصّلت إليها الدّراسة الحاليّة توصي الباحثة بما يلي:

- إقامة ندوات ومؤتمرات جامعيّة من قبل أعضاء الهيئة التدريسية المتخصّصين في مجال الصحة النفسية، توضّح أهميّة التّدفّق النّفسي في الحياة بشكل عام، وأهميته بالنسبة للبحث العلمي ولطلّاب الدّراسات بشكل خاص.
- تصميم برامج إرشاديّة تسهم في تنمية التّدفّق النّفسي لدى طلّاب الدّراسات العليا .
- إقامة جلسات حواريّة يشارك فيها طلّاب الدّراسات ويترأسها أعضاء الهيئة التدريسيّة في الجامعة، تسهم في التعريف بمستوى الطّموح وأهميته بالنسبة لطلّاب الدّراسات العليا.
- إدخال مفاهيم الصّحة النّفسيّة الحديثة في المناهج الدراسيّة الجامعيّة، وزيادة التركيز على الجانب الإيجابي من علم النفس والنفس البشرية.
- العمل على دراسة متغيّر التّدفّق النّفسي مع متغيّرات أخرى مثل (مفهوم الذات، الرضا عن التخصّص الدّراسي، تقدير الذّات، المناعة النّفسيّة، التعاطف مع الذات).

16.قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المراجع العربية:

■ أبو حلاوة، محمد السّعيد عبد الجواد.(2013).**حالة التّدفّق، المفهوم، الأبعاد والقياس**، الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية، إصدارات شبكة العلوم النفسيّة العربيّة، العدد(29)، القاهرة: مصر.

■ أبو حية، سمية زكي عبد العزيز.(2019). التّدفّق النّفسي والرضا عن العمل وعلاقتهما بالانسجام الأسري لدى مبرمجي الكمبيوتر بالمؤسسات الحكومية بمحافظات غزة.**رسالة ماجستير**،جامعة الأقصى: غزة

■ أحمد، أحمد عبد الملك.(2019) . نمذجة العلاقة السببية بين التّدفّق النّفسي وإدارة الذّات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلّاب الجامعة. **المجلّة التربويّة**، (66)، 528- 605.

■ الأسود، مهرية؛ والأسود، الزهرة.(2020) .التّدفّق النّفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة. **مجلّة العلوم النفسيّة والتربويّة**، (1)6، 69-55

■ أيوب، ناهد خالد هنداوي؛ والبديوي، عفاف سعيد فرج. (2017) .التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعيّة الذاتيّة والتّدفّق النّفسي لدى طالبات شعبة التربية بجامعة الأزهر. **مجلّة كلّيّة التربية**، 2(174)، 886-827

■ باظة، آمال.(2012) .**مقياس التّدفّق النّفسي**، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصريّة.

■ بالمين، رقية؛ وعبد الحي، سهام .(2019). تقدير الذات وعلاقته بمستوى الطّموح الأكاديمي لدى الطالب الجامعي. **رسالة ماجستير**، جامعة أحمد دراية لإدرار: الجزائر.

■ بركبية، أسيا. (2018). مستوى الطّموح والاتزان الانفعالي كمنبّئات بجودة الحياة لدى طلبة الإرشاد دراسة ميدانيّة بجامعة قاصدي مرباح – ورقلة. **رسالة ماجستير**، جامعة قاصدي مرباح ورقلة: الجزائر.

■ بلبقرة، أحمد. (2018).التّدفّق النّفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي –دراسة ميدانية على عيّنة من العمّال الدائمين بمديريّة التجارة بورقلة. **رسالة ماجستير**، جامعة قاصدي مرباح ورقلة: الجزائر.

■ بن الشيخ، ربيعة.(2015). علاقة الاتزان الانفعالي بالتّدفّق النّفسي – دراسة ميدانية على عيّنة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة. **رسالة ماجستير** ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة: الجزائر.

■ تجيني، محمد أمين .(2016) .مستوى الطّموح وعلاقته بالرضا عن التخصص لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية ببعض كليات جامعة سعيدة. **رسالة ماجستير**، جامعة د.الطاهر مولاي سعيدة: الجزائر.

■ تركي، صفاء حامد؛ وخضير، مروان ياستن. (2018).التّدفّق النّفسي وعلاقته بالتفكير المستقبلي لدى طلبة الدّراسات العليا. **مجلة البحوث التربويّة والنّفسيّة**، (59)، 375-411

■ جولمان، دانيل .(2000) .**الذكاء العاطفي**، ترجمة ليلى الجبالي، مراجعة محمد يونس، الكويت: سلسلة عالم المعرفة، العدد262

■ خضراوي، نبيل .(2016).علاقة الضّغط النّفسي بمستوى الطّموح لدى طلبة الماستر المقبلين على التخرّج. **رسالة ماجستير**، جامعة محمد بو ضياف بالمسيلة: الجزائر.

■ الركيبات، أمجد فرحان حمد، والزبون، حابس سعد موسى.(2019).مستوى الطّموح ودافعيّة التعلّم لدى طلبة المرحلة الثانويّة في مديريّة التربية –البادية الجنوبية. **مجلة جامعة الحسين بن طلال**، 5 (1)، 245-228

■ الزهراني، محمد علي حسن .(2021). الحاجات النّفسيّة لدى الطلبة الموهوبين وعلاقتها بكل من مرونتهم وتدفّقهم النّفسي في منطقة جدّة في المملكة العربية السعودية، المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين ، **المؤتمر العلمي الدولي الرابع عشر لرعاية الموهوبين والمتفوقين**، القاهرة.

■ السيد، أحمد محمود .(2019). المرونة الأكاديميّة وعلاقتها بالطّموح الأكاديمي ودافعيّة الإنجاز لدى الطلّاب المستجدين بكلّيّة التربية الراغبين وغير الراغبين في الالتحاق بها.**مجلة كلية التربية**، 29 (1) ، 328-279

■ شبير، توفيق محمد توفيق .(2005).دراسة لمستوى الطّموح وعلاقته ببعض المتغيّرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلاميّة بغزّة. **رسالة ماجستير**، الجامعة الإسلامية بغزّة: فلسطين.

■ الشمّاس، عيسى؛ وميلاد ، محمود .(2018). **مناهج البحث في التّربية وعلم النّفس**. دمشق: جامعة دمشق.

■ صبيرة، فؤاد.(2018) . مستوى الطّموح الأكاديمي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات–دراسة ميدانية في كلّيّة التربية بجامعة تشرين. **مجلّة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية**، 40 (4)، 42–31

■ الصّوافي، محمد بن ناصر بن سعيد .(2019). التّدفّق النّفسي وعلاقته بقلق الاختبار دراسة ميدانيّة على طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان. **المجلة الإلكترونية الشاملة متعددة التخصصات**،(15)،22–1

■ ضاهر، حنان أحمد .(2018). التّدفّق النفسي وعلاقته بمستوى الطّموح لدى عيّنة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق. **مجلّة جامعة البعث**،40 (30) ، 50–11

■ العبيدي، عفراء .(2016). التّدفّق النّفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيّر الجنس والتخصّص الدراسي. مجلة الأستاذ، 3(1)، 214–197

■ عرعار، سامية وآخرون. (2016) . خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الإيجابيّة الإبداع والسعادة نموذجاً. **مجلّة تطوير العلوم الاجتماعية**،9 (2)،118–102

■ عز الدّين، رازان.(2021). التّدفّق النّفسي وعلاقته بالمرونة النّفسيّة لدى عيّنة من طلّاب جامعة البعث.**مجلّة جامعة البعث**،19 (4) ، 96–60

■ العنزي، خالد بن الحميدي هدمول .(2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بمستوى الطّموح لدى طلّاب وطالبات الجامعة. **مجلّة رسالة التربية وعلم النفس**،(55)،93–69

■ العنزي، عبد الله عبد الهادي .(2016). أساليب التفكير ومستوى الطّموح الأكاديمي ودورهما في التنبؤ بالتسويف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة.**المجلة الدولية التربوية المتخصصة**،5 (8) ، 134–96

■ غريب، إيناس محمود.(2015). التّدفّق النّفسي وعلاقته بتحمّل الغموض والمخاطرة لدى طالبات جامعة القصيم. **مجلة كلية التربية**، 3(165)، 355-293

■ **المعجم المدرسي** .(1985).المؤسسة العامة للمطبوعات والكتب المدرسية.

■ محمد، زينب ماجد؛ والعتابي، عبد الله مجيد. (2019). معرفة التّدفّق النّفسي لدى طلبة الجامعة. **مجلّة كلّيّة التربية**، (37)، 420-395

■ محمود، هبة سامي .(2018). التّدفّق النّفسي وعلاقته بمستوى الطّموح لدى عيّنة من طلاب كلية التربية. **مجلّة كلّيّة التربية في العلوم النفسية**، 42 (1)، 277-104

■ النتشة، نيرمين حجازي .(2021). التّدفّق النّفسي وعلاقته بالطّموح الأكاديمي لدى عيّنة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل. ر**سالة ماجستير**، جامعات محافظة الخليل: فلسطين.

■ نصيف، عماد عبد الامير .(2015).التّفاؤل المتعلّم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتّدفّق النّفسي. **رسالة دكتوراه**، جامعة بغداد: العراق.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

■Aljasim, f., and Jamalallail,M.(2017). Ambition level and its relation to excessive competition among musically gifted students at the higher in stitute of musical arts in Kuwait, **Journal international conference on education.** 3,280-298

■Csikszentmihaly,M(1975) **finding flow:** the psychology of engaement with everyday life, Basic books. New York.

■Csikszentmihalyi, M. (1990). **Flow**:The Psychology of Optimal Experience. New York: Harper and Row

■Csikszentmihalyi,M.(1996). **Creativity**: Flow and The Psychology Of Discovery and invention.New York: Harper Collins.

■Csikszentmihalyi,M.(2014). **Flow and the foundations of positive psychology**.New York:library of Congress.

■Jackson, S.A., & Marsh, H.W. (1996).Development and validation of ascale to measure optimal experience: The FlowState Scale. **Journal ofsport and exercise psycholog**y,18

■Joo,Y,Oh,E& Kim,S.(2015). Motivation, Instructional design, Flow, and academic achievement at akorean on line university.Astructuralequation modeling Study**.Journal of Computing in Higher Education**,27(1),28-46

■Seligman, M. (2002): **positive psychology**, positive prevention and positive therapy. New York: Oxford University press.

■Subramanian,G.(2015).Level of Aspiration Among Higher Secondary Students of Coimbatore Distric**t,Indian Journal Research**,4(6),1991-2250

ملحق رقم (1)أسماء السادة المحكمين

اسم المحكّم	الاختصاص
د.مهنّد إبراهيم	علم نفس النمو
د.حنان لطّوف	علاج نفسي
د. ريم قصّاب	قياس وتقويم
د.ياسر الجاجان	علم نفس النمو
د.فريدة الحسين	علم نفس
د.سليمان كاسوحة	علم نفس تواصل
د.هادي بشير	قياس وتقويم
د.عيسى علي	تربية معاصرة
د.نجوى نادر	علم نفس تربوي
د.ديانا دلّول	علم نفس فيزيولوجي
د.هاني عبارة	إرشاد الأطفال والمراهقين
د. رازان عز الدين	صحة نفسية
د.سوسن الشيخ حمود	إرشاد مهني

ملحق رقم (2) مقياس التّدفّق النّفسي بصورته النهائية

	العبارات	أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً
1	لقد واجهت تحدي، وأعتقد أن مهاراتي تسمح لي بمواجهته.					
2	أتصرف على نحو صحيح دون التفكير حول محاولة القيام بذلك.					
3	أعرف بوضوح ما أريد القيام به.					
4	أعرف أن أدائي كان جيداً هذا كان واضحاً بالنسبة لي.					
5	أحافظ على تركيز ذهني على ما يحدث دون بذل أي جهد.					
6	أشعر بالتحكم التام بما أقوم به من مهام.					
7	أنا لست مهتماً بما يقوله الآخرين عني عندما أكون مستغرقاً بما أقوم به.					
8	أشعر بأن الوقت في تغير أثناء النشاط (إما تباطؤ أو تسارع)					
9	أستمتع حقاً بخبراتي.					
10	تتناسب قدراتي في مواجهة التحديات الكبيرة للموقف .					

11	تبدو الأشياء وكأنها تحدث تلقائياً.					
12	يتملكني شعور قوي بضرورة تنفيذ ما أردت القيام به.					
13	أدرك جيداً كيف اؤدي المهام.					
14	أصرف ذهني كلياً عما يحدث حولي وأركز على مهمتي.					
15	أشعر بأنني أستطيع السيطرة على ما أفعله.					
16	أنا لست قلقاً بشأن أدائي خلال الموقف.					
17	ان طريقة مرور الوقت تبدو مختلفة عن ماهي عليه في المعتاد عندما استغرق في العمل.					
18	أحب الشعور بالإنجاز وأريد الفوز به مرة أخرى.					
19	أشعر بأنني كفء بما يكفي لتلبية متطلبات الموقف العالية.					
20	أقوم بتأدية المهام بشكل تلقائي دون تفكير.					
21	أعرف ما أريد تحقيقه.					
22	لدي فكرة جيدة أثناء أدائي عن مدى جودة أدائي.					
23	يمتلكني تركيز كلي.					
24	أشعر بسيطرتي الكاملة على وعيي.					
25	أفقد الإحساس بنفسي، حينما أستغرق تماماً في تأدية المهام.					
26	أشعر وكأن الوقت يمر بسرعة أثناء أدائي.					
27	تركت عندي هذه الخبرات شعوراً كبيراً بالبهجة.					
28	أجد تكافؤ بين مهاراتي الشخصية وما أواجهه من تحديات.					
29	أعمل الأشياء بشكل عفوي وتلقائي دون الحاجة الى التفكير.					
30	أحدد أهدافي بشكل واضح.					
31	أستطيع أن أقول أني أنجزت المهام بشكل جيد.					
32	أركز انتباهي بالكامل على المهمة التي أقوم بها					
33	أشعر بتحكم كامل في جسمي.					
34	لست قلقًا بما يفكر به الآخرين عني.					
35	بدا الأمر وكأن الأشياء تحدث في حركة بطيئة.					
36	أستمتع بتجاربي وأجدها مجزية للغاية.					

ملحق رقم (3) مقياس مستوى الطموح بصورته النهائية

	العبارات	نادراً	كثيراً	أحياناً	دائماً
1	يشغلني التفكير في المستقبل				
2	أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث				
3	ينبغي الاستفادة من التجارب الفاشلة				
4	أشعر بالرغبة في الحياة				
5	أتطلع إلى المستقبل				
6	أسعى لتحقيق ما هو أفضل				
7	ينبغي عدم الاستسلام للفشل				
8	أشعر بالتفاؤل نحو المستقبل				
9	ينبغي أن يستعد الإنسان لمواجهة المستقبل بتحدياته				
10	أحب أن أعيش الحاضر بكل تفاصيله				
11	أعتقد أن المعاناة تكون دافعا للإنجاز				
12	يشغلني التفكير في الماضي بمشكلاته				
13	أسعى لتحقيق الأهداف التي رسمتها				
14	أعرف جيدا ما أريد أن أفعله				
15	أثق بقدرتي على تحقيق أهدافي				
16	أستطيع التغلب على ما يواجهني من عقبات				
17	أستطيع وضع أهداف واقعية في حياتي				
18	أحدّد أهدافي في ضوء إمكاناتي				
19	لدي القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف				
20	لدي المقدرة على تحديد أهدافي				
21	أستطيع توجيه إمكاناتي والاستفادة منها				
22	أجد صعوبة في تخطيط ما أقوم به من نشاط				
23	أعتقد أن توظيف التطورات التكنولوجية مطلوب				
24	لدي الرغبة في مواكبة التحولات الجوهرية التي يشهدها العالم				
25	أدرك أن الحياة متغيرة				
26	أجد صعوبة في تقبل كل ما هو جديد				
27	أرى أن التجديد أساس استمرارية الحياة بشكل جديد				
28	أؤمن أن كل ما هو جديد ناتج لمجهودات سابقة				
29	أسعى وراء المعرفة الجديدة				
30	أرغب في الإطلاع على كل ما هو جديد ومثير				
31	من الأفضل أن يضع الفرد أهدافا بديلة				
32	أستطيع استبدال أهدافي التي لا تتحقق				
33	أعتقد أن الإخفاق أول خطوات النجاح				
34	ينتابني الشعور باليأس				
35	أقوم بمحاولات متكررة لتحقيق الهدف المطلوب				
36	أستطيع تجاوز شعوري بالإحباط عند عدم تحقيق أهدافي				