

فعالية برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي في تنمية الإبداع الانفعالي لدى طالبات شعبة الطفولة بكلية التربية أسوان

د. وليد فتحي عبد الكريم*

د. نجلاء إبراهيم أبو الوفا**

المستخلص

هدفت الدراسة 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 بالفرقة الرابعة شعبة طفولة بكلية التربية جامعة أسوان، كما اختار الباحثان ٦ طالبات من الحاصلات على أدنى الدرجات على مقياس الابداع الانفعالي. وضمت أدوات الدراسة مقياس الابداع الانفعالي، ومقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش ١٩٩٦ (ترجمة الباحثان)، واختبار المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (الهورنة، ٢٠٠٠)، والبرنامج التدريبي (اعداد الباحثان). واستخدمت الدراسة المنهج شبه التجريبي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين متوسطي درجات الطالبات على مقياس الإبداع الانفعالي ودرجاتهن على مقياس التدفق النفسي، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين التطبيقين القبلي والبعدي لصالح التطبيق البعدي، كما تبين استمرار فعالية البرنامج بعد فترة من المتابعة. وفي ضوء النتائج توصل الباحثان إلى ضرورة تصميم وتطبيق برامج ارشادية قائمة على التدفق النفسي تسعى إلى تنمية بعض متغيرات علم النفس الايجابي.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، الابداع الانفعالي، البرنامج التدريبي، شعبة الطفولة.

مقدمة البحث

موضوع الإبداع الانفعالي من الموضوعات الحيوية نظراً لأن قدرتنا على تأدية مجموعة من المشاعر والتصورات المتنوعة تختلف من فرد لآخر ومن مجموعة لأخرى ومن مجتمع لآخر (Martskvishvili, Abuladze, Sordia & Neubauer, 2017)؛ فالإبداع الانفعالي مهم لتنظيم الانفعالات بطريقة صحية أفضل للفرد، وبالتالي تحقيق صحة نفسية أفضل له، وتقبل الحياة والتكيف مع مختلف الضغوط التي يتعرض لها في أي وقت (Trnka, Kuška, & Čábelková, 2020)؛ (محمد، ٢٠٢٠).

وقد أثبتت الدراسات وجود ارتباط مستوى الابداع الانفعالي بالحالة المزاجية؛ فالأفراد الذين يمرون بمزاج إيجابي أكثر يكون أداءهم على اختبارات التفكير الابداعي أفضل من الأفراد الذين يمرون بحالات مزاجية سلبية أو محايدة، وبالتالي يتميزون ويبدعون في أنشطة متنوعة ومنها فنية أو خيالية. (Ivcevic,)

* أستاذ التربية الخاصة المساعد بجامعة الحدود الشمالية

البريد الإلكتروني: mrwaleed.abdulkarim@gmail.com

** دكتوراه الصحة النفسية – جامعة أسوان

البريد الإلكتروني: medo16102000@gmail.com

(Hoffmann, 2019) كما أن عدم المقدرة على تنظيم الانفعالات تتسبب في الإصابة بالقلق والعصبية بالإضافة لمجموعة متنوعة من الأمراض العقلية مثل إجهاد ما بعد الصدمة والاكتئاب الشديد، وبالتالي فالخبرات الانفعالية لها تأثير كبير في التصرف بطريقة معينة (Cooney, 2018). كما تبين أن الإبداع الانفعالي يسهم بشكل مباشر في استراتيجيات الدراسة كما يسهم بشكل غير مباشر في الاندماج الوجداني (عفيفي، ٢٠١٦).

التدفق النفسي هو دافعية مركزة لتسخير وتهيئة الانفعالات لخدمة الأداء وتنظيمه؛ أي أن التعلم والانفعال لا يتم احتوائهما فقط ولكن يتم تنظيمهما بشكل إيجابي مع المهمة قيد الانجاز، والسمة المميزة هي الاحساس بالسعادة أثناء أداء المهمة (Csikszentmihalyi & Abuhamdeh, 2012)؛ فالتدفق النفسي حالة انفعالية إيجابية تحدث حينما يكون الفرد مرتبطاً ارتباطاً كلياً بالأداء في موقف بحيث تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات المهمة التي يؤديها وهو ما يسعى ويبحث عنها المتميزون (مصطفى & زغول، ٢٠١٦).

كما يعتبر التدفق النفسي إحساس تلقائي يشعر به الناس عندما يتصرفون بفاعلية كاملة، ويوفر النشاط تحدياً مثاليًا، ويجب أن يكون مستوى قدرته متوازناً مع التحديات أو العقبات التي يرغب في التغلب عليها، كما يجب أن يكون مستوى التحدي عالٍ بحيث يسهم في تطوير أداء الفرد وفي شخصيته بصورة عامة (Alexiou et al. 2012; Atombo, Wu, Zhang, & Wemegah, 2017; Zhang, & Wemegah, 2017)

بناء على ما سبق، 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 للالتقان الممزوجة بمشاعر الحماس. وبذلك يساعد التدفق النفسي في بناء حياة إبداعية مثالية مدفوعة بالانفعال والإتقان.

ومن هنا تتبلور فكرة البحث في التعرف على العلاقة بين متوسطي درجات طالبات شعبة الطفولة (عينة الدراسة) على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهن على مقياس الإبداع الانفعالي، فضلاً عن التعرف على فعالية برنامج تدريبي قائم على نظرية التدفق النفسي في تنمية الإبداع الانفعالي لديهن.

مشكلة البحث

تتبلور مشكلة البحث في ضوء ما انتهت إليه البحوث والدراسات الأجنبية والعربية السابقة، حيث لوحظ وجود ضرورة لدراسة العلاقة بين الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي ودراسة أثر برنامج قائم على التدفق النفسي في تنمية الإبداع الانفعالي الذي يتضمن مراحل وهي الاستعداد الانفعالي والاحتضان والاستثارة، ويبدأ بالتدرج المبكر للحداثة والتأثر والأصالة، أما المرحلة الأخيرة فهي عبارة عن تقييم الاستجابة الإبداعية (Averill, 1999)؛ حيث تبين أن الإبداع الانفعالي منبأ هام للدافعية للتعلم في حياة الطالب الجامعي وذلك على عينة تكونت من ٤٢٨ طالب جامعي؛ حيث بينت الدراسة أن توفر الإبداع الانفعالي

أسهم في زيادة مشاعر إيجابية مثل الامتنان والحب والأمل، في الفصول الدراسية Oriol, Mendoza, (Da Costa, & Miranda, 2016).

يسهم الإبداع الانفعالي في تنمية الشعور والتفكير والتصرف بشكل خلاق من خلال حلول للمشكلات تتميز بالأصالة والفعالية، وهو ما يواجهه من خلاله الناس التحديات أو حل المشكلات أو اتخاذ القرارات (Soroa, Gorostiaga, Aritzeta, & Balluerka, 2015). كما أن الموهوبين انفعالياً أكثر انخراطاً من أقرانهم في الأنشطة الدراسية خلال الفصول الدراسية؛ لأن القدرة على تهيئة الفرد للتركيز ليقوم بمهام عقلية أكثر تعقيداً تعد سمة مميزة للإنجاز والتفوق في العمل الذي يقوم به Shernoff, (Csikszentmihalyi, Schneider, & Shernoff, 2014).

فقد أظهرت نتائج العديد من الدراسات عن وجود أربعة عوامل متشعبة للإبداع الانفعالي وهي الإعداد، والجدة، والاصالة، والفعالية بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الإبداع الانفعالي والانفتاح على الخبرة والمقبولية الاجتماعية كسمات للشخصية (الشويبي، ٢٠٠٨؛ دسوقي، ٢٠١٠).

وانطلاقاً من تأكيد الباحثين على أن التدفق النفسي حالة تركز ترقى لمستوى الاستغراق مما يؤدي إلى استغراق كلي في المهمة بدون الالتفات للوقت المستغرق في أداء المهمة التي يقوم بها (Shernoff, et al. 2014). كما يبحث في الجوانب الإيجابية الإنسانية الراقية التي تهدف لرفي الفرد وتقدم المجتمع ليصبح الوجود الإنساني أفضل (بقعة & قارني، ٢٠١٨).

ويحدث هذا في حالة شعور الأفراد بالسعادة خلال تأدية واجباتهم التي يعتبر النشاط فيها هدفاً في حد ذاته كالفنانين والرسامين ولاعبي الكرة ومتسلكي الجبال (البهاص، ٢٠١٠؛ القرالة، ٢٠٢٠)؛ فعندما يندمج بصورة كلية يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية بشكل أفضل، كما ينظر إليها كحالة تغير للوعي يشعر الفرد بالانغماس في النشاط ويعمل الجسم والعقل معاً (Jackson & Marsh, 1996).

كما أن خبرة التدفق ما هي إلا "مصاحبات نفسية تنتاب المرء عندما يتعايش مع حالة تدفق، وغالباً ما تكون هذه المصاحبات متبلورة حول الشعور بالنشوة والابتهاج والسعادة التامة والاحساس بالجدارة والقيمة الشخصية والإثبات الداخلية" (أبو حلاوة، ٢٠١٣، ١٨). وهذا الشعور بالسعادة يعني الإحساس بالاندماج الكلي الذي يشعر به الفرد (Atombo et al. 2017). وهو ما يتم من خلال اندماج الوعي بالأداء بالإضافة للشعور بالتحكم في كل عناصر المهمة التي يؤديها (Csikszentmihalyi, 1997). ويبين كهنل وهوفر وكيليان (Kuhnle, Hofer, & Kilian, 2012) أن التدفق هو ذلك المتغير الدافعي الذي يتميز بالانخراط في أداء نشاط ما، والاستمتاع بالاستمرار في أداءه من أجل النشاط ذاته، مصحوباً بتعلم مهارة جديدة؛ لذا يعد مكوناً دافعياً يعزز عملية التعلم ويصف حالة نموذجية لانخراط الفرد كلياً في أداء مهمة حالية بطلاقة واستمتاع ودون ملل، وتكمن الدافعية وراء استكمال المهمة بالاستمتاع بأدائها (P.534). كما أكدت دراسة كوداما وإشمورا (Ishimura and Kodama 2009) أن أنشطة التدفق ترتبط بعملية النمو الشخصي والتقدم الذاتي، كما توفر المتعة والتحفيز للنشاط اللاحق، وأن الطلاب الذين يعملون عن بعد أعلى في تجربة التدفق في الأنشطة اليومية، وأعلى الدرجات في إدارة الوقت وتوجيه الهدف وذلك على عينة مكونة من ١٥٥ طالب و١٦٨ طالبة من طلاب الجامعات اليابانية الذين يعملون عن بعد وتم تطبيق قائمة تدقيق تجربة التدفق ومقياس أنشطة الحياة اليومية ومقياس إدارة الوقت ومقياس المزاج المتعدد.

تتحدد مشكلة الدراسة في ضرورة التعرف على طبيعة العلاقة بين الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي من خلال تأكيد العديد من الباحثين على أن الربط بينهما يسهم في تطوير وتحسين الإبداع الانفعالي. وبالتالي يعتبر التعرف على العلاقة بين الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي بالإضافة للتحقق من فعالية برنامج قائم على التدفق النفسي لدى عينة البحث ضرورة قصوى لتقديم مجموعة من المهارات والدعم في الوقت المناسب مما يؤدي لتنمية الإبداع الانفعالي.

لذا يحاول البحث أن يسهم في التعرف على طبيعة العلاقة بين الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي. وبالتحديد يسعى البحث إلى الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ما العلاقة بين التدفق النفسي والابداع الانفعالي؟
- ما فعالية برنامج قائم على التدفق النفسي في تنمية الإبداع الانفعالي؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى:

- التحقق من طبيعة العلاقة بين درجات الطالبات على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهن على مقياس الإبداع الانفعالي لدى عينة البحث.
- تصميم برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي لتنمية الإبداع الانفعالي لدي عينة البحث والتحقق من فعاليته.
- التعرف على مدى استمرار فعالية البرنامج التدريبي في تنمية الإبداع الانفعالي، وذلك بعد انتهاء الجلسات التدريبية بعد تطبيق البرنامج لدى عينة البحث التجريبية.

أهمية البحث

تبدو الأهمية النظرية للبحث في التعرف على طبيعة العلاقة بين درجات الطالبات على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهن على مقياس الإبداع الانفعالي لدى عينة البحث، كما أنها تعد محاولة للتحقق من أثر برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي وأثره في الإبداع الانفعالي لدي عينة الطالبات، كما تبدو أهمية الدراسة في ضوء طبيعة مرحلة المراهقة المتأخرة وهي مرحلة عمرية مهمة لما ينتابها من مشكلات لا حصر لها بسبب النزعة لتحقيق الاستقلالية والاعتماد على الذات. أما الأهمية التطبيقية للبحث الحالي فتبدو في ضوء النتائج الحالية التي تمكن المسؤولين من اتخاذ التدابير والوسائل الوقائية اللازمة.

مصطلحات البحث

الإبداع الانفعالي: عرفه الباحثان بأنه "استجابة مميزة تصدر عن الفرد وتتطلب التعرف على مدى استعدادها، وجودة التعبير عنها بطرق غير مألوفة، فضلاً عن التوصل للنتائج المرغوبة منها". ويقاس الإبداع الانفعالي في البحث الحالي بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الإبداع الانفعالي (Soroa, Gorostiaga, Aritzeta, & Balluerka, 2015) وذلك على الأبعاد التالية: التهيئة، والجدية والفاعلية.

التدفق النفسي: عرفه الباحثان بأنه "بمثابة إحساس قوي يشعر الفرد بقوة وطاقة كبيرة تحدث عندما يندمج اندماجاً تاماً في أداء المهمة دون التفات للوقت المستغرق ولذاته وللآخرين، ويعكس مدى تقدير الفرد لذاته إيجابياً وبذلك يؤثر في انفعالاته ويشعره بالاستمتاع والسعادة ويساعد في زيادة الدافع الداخلي لديه، ووضوح أهدافه وزيادة تركيزه والعكس صحيح. فالتدفق النفسي حالة من الإثارة الإيجابية تضعف وتتلاشى مع المهمة التي تفتقر بالاسترخاء والملل ويفقدها الفرد المتدفق عند اكتمال مهمته". ويقاس التدفق النفسي في البحث الحالي بالدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس التدفق النفسي (Csikszentmihali, 1996) وذلك على الأبعاد التالية: التوازن بين التحدي والمهارة، اندماج الوعي بالفعل، الأهداف واضحة، التغذية الراجعة غير غامضة، التركيز في المهمة، الاحساس بالضبط، غياب الوعي بالذات، الاحساس بمرور الوقت، الاستمتاع الذاتي.

برنامج التدفق النفسي: يقصد به (في البحث الحالي) مجموعة من الإجراءات والتدريبات والممارسات والخبرات المنظمة المستندة لنظرية التدفق النفسي بهدف تنمية الإبداع الانفعالي لدي الطالبات.

الإطار النظري والدراسات المرتبطة

يتناول الإطار النظري والدراسات المرتبطة للدراسة الحالية مما تتضمنه من مفاهيم ومتغيرات على ثلاثة محاور:

المحور الأول: الإبداع الانفعالي

يعتمد مفهوم الإبداع الانفعالي على النظرية البنائية الاجتماعية للانفعال social constructivist theory of emotion؛ حيث يشير لقدرة الفرد على التعبير عن خليط جديد وفعال من الانفعالات (Martskevishvili et al. 2017) التي تعد بمثابة استجابات بيولوجية تتسم بالتاني والتفكير القصدي، ثم يأتي الإبداع في الترتيب مع عمليات التفكير القصدي، وبذلك يتصل الإبداع بالانفعال (Averill, 2001). وللتأكيد على دور الأسلوب المتبع من الوالدين في تشكيل وتكوين الإبداع الانفعالي، توصلت دراسة مولفام والسادات ورزي (Ghavam, Sadati & Raisi (2018) إلى أن مكونات أسلوب الأبوة والأمومة يمكن أن تتنبأ بالإبداع الانفعالي للطلاب؛ حيث أن أنماط الدفاء والتربية من الأبوة والأمومة يؤثر بشكل إيجابي أما أنماط الإكراه والفوضى في الأبوة والأمومة فتتنبأ سلباً بالإبداع الانفعالي للطلاب. كما أكدت على أن أبعاد الاستقلالية والكفاءة الذي يعني بتلبية الاحتياجات النفسية الأساسية تلعب دوراً وسيطاً بين أسلوب الأبوة والإبداع الانفعالي؛ حيث يمكن أن يؤدي التركيز بشكل أكبر على تلبية أبعاد الاحتياجات النفسية الأساسية؛ أي الاستقلالية والكفاءة وأسلوب الأبوة المناسبة؛ أي أنماط الدفاء إلى مستوى أعلى من الإبداع بين الطلاب والعلاقة بين الأنماط الأبوية والإبداع الانفعالي وذلك على عينة تكونت من (٣٣٧٢) طالباً جامعياً.

وقد عرف أفريل Averill (1999, 334) الإبداع الانفعالي بأنه: "زملة انفعالية تتميز بالجدة والفاعلية والأصالة تتحدد في أدنى مستوياتها بقدره الفرد على توظيف انفعالاته بفعالية، وفي مستواها المتوسط بالقدرة على تعديل المعايير الخاصة بالانفعال لتلبية حاجات الفرد والمجتمع، وفي أعلى مستوياتها بالقدرة على تعديل الانفعالات ووضعها في شكل جديد وذلك بتغيير المعتقدات والمعايير الاجتماعية التي تشكل الانفعال". وقد أكدت العديد من الدراسات على العلاقة بين الإبداع الانفعالي ومتغيرات الشخصية؛ حيث أكدت دراسة أيفسفيت وبراكيت ومير (Ivcevicet Brackett, & Mayer, (2007). على العلاقة بين

الذكاء الانفعالي والإبداع الانفعالي ومدى إسهامه في السلوك الإبداعي. وقد تم افتراض أن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والإبداع الانفعالي تتوافق مع العلاقة بين الذكاء المعرفي والقدرة الإبداعية. لذلك فالذكاء الانفعالي والإبداع الانفعالي مجموعتين متميزتين من القدرات، كما دلت على أن الإبداع الانفعالي يرتبط بالإبداع السلوكي. كما أكدت دراسة صالح (٢٠٠٧) على وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين جوانب الإبداع الانفعالي والمهارات المعرفية، ووجود مستوى منخفض من الإبداع الانفعالي، وعدم وجود فروق في كل من النوع والتخصص في الإبداع الانفعالي والمهارات المعرفية والحاجة للتقييم، وذلك على عينة قوامها ٢٢٥ طالباً وطالبة طبق عليهم مقياس الإبداع الانفعالي ومقياس المهارات الاجتماعية ومقياس الحاجة للتقييم.

كما أكدت دراسة الشويقي (٢٠٠٨) على وجود أربعة عوامل للابتكارية الانفعالية وهي الإعداد أو التهيؤ، والجدة، والفعالية، والأصالة، ووجود علاقة بين الابتكارية الانفعالية والاكسيثيميا، ووجود علاقة إيجابية بين الابتكارية الانفعالية وكل من الانبساطية، والانفتاح على الخبرة، والمقبولية الاجتماعية، وسالبة في حالة العصابية، ووجود فروق لصالح الإناث في الإبداع الانفعالي، وذلك على عينة من ٣٩٦ من طلاب الدبلوم العام بكلية التربية. كما أكدت دراسة دسوقي (٢٠١٠) على أن العوامل الأربعة للإبداع الانفعالي هي الاستعداد، والجدة، والأصالة، والفعالية تتجمع على عامل كامن واحد وهو الإبداع الانفعالي، وعامل الجدة أكثرهم انتشاراً، ووجود علاقة الإبداع الانفعالي بكل من قوة السيطرة المعرفية والقيم، وذلك على عينة قوامها ١١٦ طالباً من طلاب الصف الثالث الاعدادي. كما كشفت دراسة بدوي (٢٠١١) عن وجود تأثير موجب مباشر وغير مباشر وكلي للذكاء الانفعالي في الإبداع الانفعالي. والتفكير الانفعالي والانتباه الانفعالي، وذلك على عينة مكونة من ٣٩٤ طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية بالإسماعيلية. وتحققت دراسة النجار (٢٠١٤) من وجود علاقة دالة احصائياً وموجبة في الإبداع الانفعالي وكل من فعالية الذات الانفعالية ومهارات اتخاذ القرار، ووجود نموذج بنائي يوضح علاقات التأثير والمسارات القائمة بينهم وذلك على عينة مكونة ٣٢٢ طالباً وطالبة من طلاب جامعة كفر الشيخ.

وقد أكدت دراسة الموسوي (٢٠١٩) على تمتع طلبة الجامعة بمستوى مرتفع من الإبداع الانفعالي، وطلبة الجامعة من الإناث لديهن ابداع انفعالي أعلى من الذكور، وطلبة الجامعة من ذوي التخصص الانساني أكثر إبداعاً انفعالياً من طلبة ذوي التخصص العلمي، ولا توجد فروق بدرجة الإبداع الانفعالي بين طلبة الصفوف الدراسية (الثانية - الرابعة)، وذلك على عينة بلغت ٥٠٠ طالب وطالبة. كما أكدت دراسة محمد (٢٠٢٠) أن طلبة الجامعة لديهم أسلوب معرفي تجديدي، وهناك علاقة دالة احصائياً بين الإبداع الانفعالي والأسلوب المعرفي (التجديدي - التكيفي)، ولا توجد فروق دالة احصائياً في العلاقة بين الإبداع الانفعالي والأسلوب المعرفي (التجديدي - التكيفي) لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص، وذلك على عينة قوامها ٢٠٠ طالب وطالبة.

وبمراجعة البحوث والدراسات السابقة أمكن تلخيص سمات الفرد المبدع انفعالياً فيما يلي:

- منفتح على الخبرة ومقبول اجتماعياً.
- يضع في اعتباره عدة مثيرات أثناء التعبير عن انفعالاته.
- انفعالاته تتميز بالاستعداد، الجدة، الأصالة، الفعالية.
- يقدر انفعالات ومشاعر الآخرين.

- مبدع سلوكياً.
- لديه مهارات معرفية عالية.
- يسهم بشكل مباشر في استراتيجيات الدراسة.
- متسامح، كما أنه أقل تقيداً بالمعايير الشخصية والاجتماعية في الانفعالات.
- لا يعبر عن انفعالاته بطريقة نمطية.
- السمات الإيجابية والسلبية تؤثر على الابداع.
- يتخذ قراراته بمهارة وثقة.
- لديه تربية والدية إيجابية.

المحور الثاني: التدفق النفسي

بدأت فكرة التدفق النفسي عند Csikszentmihalyi (١٩٧٥) عندما تسأل "ما هو سبب التزام الناس في كثير من الأحيان بالأنشطة التي يقومون بها دون حصولهم على مكافآت خارجية واضحة؟" (Engeser, & Rheinberg, 2008). ثم تطور المفهوم وأصبح ضمن مفاهيم علم النفس الإيجابي Positive Psychology؛ حيث أكد ميهالي Mihali (1990) على أن الإنسان عندما يمارس نشاطاً ويقضي فيه وقتاً طويلاً ويكون هذا النشاط هدفاً في حد ذاته، عندئذ يوصف بأنه يمر بحالة تدفق (البهاص، ٢٠١٠؛ Beese, & Martin, 2019). فكل فرد له تركيب إدراكي/ انفعالي فريد ومستقل يمر به يعرف بالتسلسل الحسي/ الانفعالي ينتج من حدوث موازنه بين ما يمتلكه من قدرات ومتطلبات المهمة إلى حدوث تركيز شديد يؤدي إلى حدوث ضبط ذاتي ويؤدي إلى شعوره بالسعادة بما يقوم به (Csikszentmihalyi, 1997). لذا أصبحت بحوث التدفق النفسي سائدة في نهاية القرن العشرين (Csikszentmihalyi & Abuhamdeh, 2012).

وقد انتشر مفهوم التدفق في علم النفس من خلال أعمال ماسلو وروجرز حيث كان نموذج الفرد بوصفه كائناً عضوياً فعالاً ومنظماً لذاته ومنتفاعاً مع البيئة. وتتشابه مضامين حالة التدفق النفسي بفكرة الأسر التي يجد فيها المرء نفسه مندمجاً بصورة تامة في المهمات أو الأعمال والأنشطة التي يقوم بها منقاداً تماماً لها، وسائراً في تيارها الرئيسي بحالة من الوعي والتفهم والاستمتاع (أبو حلاوة، ٢٠١٣، ب، ١٣). كما أكدت أباطة (٢٠١٢) أن التدفق خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة من خلال الانغماس في أداء النشاط لدرجة نسيان الذات، كما أن التدفق النفسي ينمي التخيل العقلي، والتفكير الابداعي، وينمي مستوى الطموح والدافعية للإنجاز، وينمي القدرة على مواجهة التحديات في الأداء وينمي الفاعلية الذاتية، وتحمل المسؤولية (ص. ١٤٠).

وتحتاج خبرة التدفق لتوفر ستة عوامل وهي التركيز فيما يقوم به في اللحظة الحالية، اندماجه الواعي في النشاط، فقدان إدراكه الذاتي، شعوره بالسيطرة أو الفاعلية بما يقوم به، عدم الشعور بالوقت لاندماجه فيما يقوم به، إضافة إلى أن ما يقوم به وكأنه حصل على مكافأة (Nakamura & Csikszentmihályi, 2001). وقد أكدت العديد من الدراسات على التعرف على مستوى انتشار التدفق النفسي للطالب المعلم؛ حيث أكدت دراسة كل من عبد المجيد وآخرين (٢٠١٦) إلى أن مستوى التدفق لدى الطالب المعلم مرتفع بنسبة ٤١%، وذلك على عينة مكونه من ١٥٨ طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان

بالإضافة لوجود فروق ذات دلالة احصائية في متغير التدفق النفسي تعزي لمتغير النوع لصالح الإناث ووجود فروق تبعاً لمتغير التخصص لصالح العلمي على مقياس التدفق.

شروط التدفق النفسي

تحدث حالة التدفق عند وجود تحدٍ مكون من مجموعة أهداف مترابطة مع تغذية راجعة مستمرة عن مدى الانجاز الذي تم تحقيقه للاقتراب من تحقيق الأهداف مع تعديل الأداء (Nakmura & Csikszentmihalyi, 2002). ويجمل الباحثان كيفية تحقيق حالة التدفق للفرد في الآتي:

- أن يندمج في أدائه للمهمة بأهداف واضحة ومحددة وواقعية وقابل للتنفيذ.
- أن يوازن بين التحديات للمهمة ومهاراته ليكيف أدائه ويحافظ على حالة التدفق.
- أن تشمل المهمة على تغذية راجعة فورية عما يحرزها من تقدم لكي يستمر في حالة التدفق.
- تعديل مستوى كل من المهارة والتحدي والتغلب على مشاعر القلق والإحباط والشعور بالاستمتاع الذاتي.

أبعاد التدفق النفسي

يتكون التدفق النفسي من تسعة مكونات جعلت منه نظام متكامل وهي الأهداف الواضحة، والاندماج، والتركيز، وفقدان الاحساس بالوعي بالذات، وحاسة مشوشة بالزمن، وتغذية راجعة فورية، والتوازن بين القدرات والتحديات، واندماج الوعي بالفعل، واحساس الفرد بالقدرة على التحكم في الموقف، والاثابة الداخلية، والاستمتاع الذاتي. وليس بالضرورة أن توجد الخصائص التسع كي يتم التدفق النفسي بالإضافة إلى أن الفرد لا يكون بإمكانه إجبار ذاته على الدخول في حالة التدفق ويمكن الدخول إليها في حالة أداء مهمات بإتقان (Csikszentmihalyi & Abuhamdeh, 2012). وهو ما أكدت عليه العديد من الدراسات ومنها دراسة كهنل وآخرين (Kuhnle et al., 2012) حيث بينت أن ضبط النفس قد يساعد المراهقين على الاستعداد بشكل أفضل، ليس فقط للمدرسة، ولكن أيضاً لتنسيق استثماراتهم في مجالات مختلفة من حياتهم، وذلك على عينة تكونت من ٦٩٧ طالباً في الصف الثامن.

المسلمات التي تقوم عليها نظرية التدفق النفسي

- ما يقوم به الفرد لا يعتمد على قوى خارجية بل كثيراً ما يعتمد على المعايير التي تلبى حاجات النفس الإنسانية.
- أي نشاط يقوم به الفرد يمكن أن ينتج عنه تدفقاً سواء كان فكرياً أو أدائياً بشرط أن يترافق معه الرغبة والتحكم في وعيه الذاتي.
- التفاضل والتكامل شرطان أساسيان لحدوث التدفق؛ فالتفاضل يعني توحيد رغبات الفرد مع حاجاته ومع النشاط الذي يقوم به، أما التكامل فهو توحيد رغبات الفرد وحاجاته مع رغبات وحاجات الآخرين.
- يتحقق إحساس الفرد بالبهجة في أداء المهمة حين يتم التوازن بين مستوى صعوبة المهمات ومستوى المهارات التي يمتلكها؛ فكلما أدى الفرد مهمات أكثر صعوبة من السابق وركز اهتمامه عليها عاش تجربة التحدي النفسي (Csikszentmihalyi, 1991, 41-42).

وقد أكدت دراسة مونيتا (2004) Moneta أن نظرية التدفق هي الأكثر وصفاً للأشخاص الذين لديهم دوافع ذاتية وذلك على عينة من ٢٦٩ طالباً جامعياً صينياً في هونج كونج و٥٣٣ طالباً أمريكياً. كما تبين وجود اختلاف ثقافي لنموذج التدفق في أن الصينيين يميلون إلى تجربة أعلى مستوى من الدافع الداخلي. ويشترك نموذج التدفق النفسي مع بعض النظريات في التفاعلية حيث أكدت بحوث التدفق النفسي على النظام الديناميكي الذي يتكون من الفرد وبيئته وتفاعله مع بيئته؛ فمثلاً يجد متسلقوا الصخور متعة كبيرة فيما يقوم به. فكل مجموعة من التحديات تقابلها مجموعة من المهارات ينتج عنها خبرة مثلى وتعتمد على امتلاك الفرد لإمكانات القيام بهذا الأداء؛ حيث تتشكل خبرة التدفق بالفرد والبيئة معاً وحدث دافعية طارئة وما يحدث في أي لحظة هو استجابة لما حدث قبل تلك اللحظة مباشرة (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2002). كما أظهرت دراسة فولجر ونايت و سوفرين (Fullagar, Knight & Sovern (2013) على أن التوازن بين التحدي المتمثل في الموسيقي والمهارات المتوقعة لتشغيل تلك الموسيقى مرتبطة بشكل كبير ومتسق بالتجربة المثلى، وكانت نتائج التدفق أعلى وقلق الأداء أقل والعكس صحيح وذلك على عينة مكونة من ٢٧ طالباً بقسم الموسيقي خلال فصل دراسي على قراءة قطعة موسيقية باستخدام النمذجة الهرمية.

كما كشفت دراسة كل من كيم وسو (2013) Kim and Seo على أن التدفق والتعلم المنظم ذاتياً عاملان مهمان في توقع التسوية النشط والإنجاز الأكاديمي والتدفق النفسي والتعلم المنظم ذاتياً عاملان مهمان في توقع التسوية النشط، بالإضافة إلى أن التدفق النفسي والتعلم المنظم ذاتياً أوضح الإنجاز الأكاديمي بشكل أفضل من التسوية النشط، وذلك على عينة تكونت من ٢٧٨ طالباً جامعياً كورياً.

كما أكدت دراسة العطار (٢٠١٤) على تنمية التدفق النفسي والإقدام على المخاطرة المحسوبة لدى طلاب الجامعة من خلال برنامج إرشادي معرفي سلوكي على ١٠ طالبات من طلاب الفرقة الأولى من الذين لديهم مستوى منخفض أو متوسط من التدفق النفسي والإقدام على المخاطرة المحسوبة. وأسفرت نتائج الدراسة عن فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي في تنمية التدفق النفسي والإقدام على المخاطرة المحسوبة لدى طلاب الجامعة. كما أكدت دراسة عثمان (٢٠١٥) على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين بعض مكامن القوى في الشخصية وهي الحكم، والمنظورية، والحيوية، والشفقة، والامتنان، والروحانية لدى الطلاب ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي، في حين لا توجد علاقة دالة احصائياً بين متغيري العدل، والعفو من مكامن القوى في الشخصية لدى الطلاب - المعلمين وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي، كما أن مكونات مكامن القوى في الشخصية أسهمت في التنبؤ بالتدفق النفسي وذلك على عينة مكونة من ١٢٧ من طلبة وطالبات الفرقة الرابعة أساسية بكلية التربية بقنا.

كما بينت دراسة كل من عبده وخلف (٢٠١٦) على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين درجات طلاب الجامعة على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهم على قائمة العوامل الكبرى الخمس للشخصية وذلك لصالح التدفق ووجود فروق في كل أبعاد التدفق النفسي ما عدا بعد التغذية الراجعة المفهومة وغياب الشعور بالذات، وعدم وجود فروق بين طلاب الكليات وفقاً للتخصص (عملية - نظرية) في أبعاد التدفق النفسي، وذلك على مكونة من ٣٠٩ طالباً وطالبة من كليات الزراعة والعلوم والآداب ودار العلوم بجامعة القاهرة. وقد أكدت دراسة العبيدي (٢٠١٦) على أن عينة مكونة من ٢٠٠ طالب جامعياً لديهم تدفق نفسي، وعدم وجود فروق وفقاً لمتغير الجنس، ووجود فروق في التدفق النفسي بين تخصص العلمي والإنساني لصالح العلمي. كما أكدت دراسة كل من البحيري وآخرين (٢٠١٧) إلى وجود ارتباط موجب دال احصائياً بين

درجات عينة الدراسة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية على مقياس التدفق النفسي ووجود فروق وفقاً للنوع في اتجاه الذكور. كما أكدت دراسة محمود (٢٠١٨) على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين التدفق النفسي ومستوى الطموح باستثناء بعد الرغبة في التغيير للأفضل، وعدم وجود فروق دالة احصائياً بين درجات أفراد العينة وفقاً للنوع على مقياس التدفق النفسي ومقياس الطموح باستثناء بعد الرغبة في التغيير للأفضل فكان في اتجاه الأفضل للإناث وذلك على عينة مكونة من ١٣٠ طالباً وطالبة بجامعة عين شمس.

المحور الثالث: دور التدفق النفسي في تحسين الابداع الانفعالي

الابداع مكون أصيل متضمن في خبرة التدفق؛ حيث أن خبرة التدفق ما هي إلا خبرة إنسانية إيجابية تتضمن البهجة والنشوة، كما أن الابداع عملية تنتج من الاندماج التام في الحياة إضافة إلى الانتظام والتنسيق بين عمليات التفكير والفعل والانفعال؛ فقد توصلت دراسة نصيف (٢٠١٥) إلى ارتفاع كل من مستوى التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، وعدم وجود فروق دالة احصائياً وفق متغير النوع في كل من التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي والتدفق النفسي وعدم وجود فروق وفقاً لمتغير التخصص في الابداع الانفعالي ووجود علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين كل من التفاؤل المتعلم والتدفق النفسي وأيضاً بين الابداع الانفعالي والتدفق النفسي، واسهام متغيري التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي في التدفق النفسي.

كما تبين أن التدفق هو مجموعة من المهارات الفائقة أو العادات المكتسبة التي تساعد الفرد على الاستمتاع بأي شيء يفعله ليس فقط في الحال، ولكنها تزيد من إمكانية الاستمتاع بالتجارب والخبرات المستقبلية (يونس، ٢٠١١) وذلك يتطلب حالة من التركيز الشديد المعزز للكفاءة المعرفية والاستمتاع الداخلي والذي يساعد الفرد على التوحد مع نشاط ما (Moneta, 2004).

ويشير الباحثان إلى ضرورة التدفق لبناء جودة الحياة التي تُبنى على الانفعال الابداعي والاتقان لطلاب الجامعة لفهم مشاعرهم وانفعالاتهم وضبطها، وإيجاد الحلول الابداعية لمشكلاتهم الانفعالية مما يساعدهم في الاهتمام بدراساتهم الأكاديمية، وتنمية مهارات تقرير المصير، وتجنب الفشل الدراسي، وأكدت دراسة جورج وفيوج وكيومار وبورتر (George, Fuchs, Kumar & Porter, 2007) على وجود علاقة وثيقة بين الجوانب الانفعالية والمعرفية للإبداع؛ حيث تم ربط الابداع الانفعالي بمقاييس التقرير الذاتي للقدرة الإبداعية، والكشيميا، وأنماط الإبداع في الحياة اليومية وذلك على عينة الدراسة تكونت من ٣٢٢ فرداً، ودراسة أريول وأميتو وميندوزا وديكوستا وميرندا Oriol, Amutio, Mendoza, Da Costa & Miranda, (2016) على ضرورة توفر مستويات عالية من الابداع الانفعالي بما يساعد في تعزيز وتنشيط المشاعر الإيجابية، مثل الامتنان والحب والأمل في الفصل الدراسي، فالإبداع الانفعالي متنبئاً للتحفيز الداخلي والمشاركة الأكاديمية لدى طلاب الجامعات، وذلك على عينة تكونت من ٤٢٨ طالباً جامعياً.

ويشير الباحثان أن طلاب الجامعة يتم التعبير عن انفعالاتهم في مناسبات كالفشل أو النجاح الدراسي، واستجاباتهم تكون لفظية وغير لفظية بالابتسام أو الحزن، والذي يتمثل بالاستعداد والابتكار والفاعلية في الموقف الانفعالي الذي يتشكل من الأطر والمعايير الاجتماعية، حيث تندرج الاستجابات الانفعالية تحت

أبعاد الابداع الانفعالي، وهو ما يتفق مع دراسة أفريل (2011) Avrill والتي أجريت على طلاب الجامعة الذين يتصفون بمكونات الابداع الانفعالي والمتمثلة في الاستعداد، والابتكار، والأصالة، والفاعلية.

ويرى الباحثان ضرورة وأهمية الدور الذي تلعبه الانفعالات الايجابية في كل من الابداع الانفعالي والتدفق النفسي كما في دراسة نصيف (٢٠١٥) والتي أكدت على ارتفاع كل من مستوى التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، وعدم وجود فروق دالة احصائياً وفق متغير النوع في كل من التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي والتدفق النفسي وعدم وجود فروق وفقاً لمتغير التخصص في الابداع الانفعالي، ووجود علاقة ايجابية ذات دلالة احصائية بين كل من التفاؤل المتعلم والتدفق النفسي، وأيضاً بين الابداع الانفعالي والتدفق النفسي، واسهام متغيري التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي في التدفق النفسي. وبينت دراسة ترنكا وآخرين (2016) Trnka et al. ارتباط الابداع الانفعالي بالمشاركة في أنواع مختلفة من الأنشطة الترفيهية الإبداعية المحددة على أربع فئات من التخصصات الجامعية وذلك على عينة مكونة من ٢٥١ من طلاب الجامعات؛ حيث سجل طلاب وخريجوا الفنون درجة أعلى بكثير في الابداع الانفعالي من التخصصات الأخرى. كما سجلت العلوم الإنسانية أعلى بكثير من التخصصات الفنية/ الاقتصادية. كما ارتبطت خمسة أنشطة ترفيهية إبداعية بشكل كبير، وعلى وجه التحديد، الكتابة، والرسم، وتأليف الموسيقى، وأداء الدراما، وتحسين المنزل بنفسك.

يحدد الابداع الانفعالي في البحث الحالي بكل من:

- **التهيئة Preparedness:** وتعني مرور الأفراد بمرحلة إبداعية ذات أهمية قصوى لعملية الإبداع، وقد تتطلب سنوات طويلة من التحضير قبل تحقيق الإبداع الحقيقي في مجال معين (Mahasneh, & Gazo, 2019:139)

- **الجدة Novelty:** وتتضمن أي نوع من الاستجابة الانفعالية التي تحتوي المشاعر الجديدة والاستجابات الانفعالية التي لا يعبر عنها الفرد عادةً، أو استجابة تمزج الانفعالات الشائعة بطريقة جديدة وغير مألوفة (Cooney, 2018:17).

- **الفاعلية Effectiveness:** وتشمل الاستجابة المطلوبة في المواقف التي تتطلب استجابات الانفعالية الجديدة أو غير العادية والميل إلى الاعتقاد بأن الانفعالات قد تساعد الشخص على تحقيق أهدافه في الحياة (Trnka, et al., 2020:166).

يحدد التدفق النفسي في البحث الحالي بكل من:

- التوازن بين التحدي والمهارة
- اندماج الوعي بالفعل.
- الأهداف الواضحة.
- التغذية الراجعة.
- التركيز في المهمة.
- الاحساس بالضبط.
- غياب الوعي بالذات.

- الاحساس بمرور الوقت.
- الاستمتاع الذاتي.

من خلال العرض السابق يتضح ما يلي:

- يرتبط التدفق النفسي بالإبداع الانفعالي.
- التدخلات المستندة للتدفق النفسي تأتي بنتائج إيجابية.
- لم تتضمن أي من الدراسات والبحوث السابقة متغيرات البحث الحالي مجتمعة.

مدى استفادة البحث الحالي من الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة

- استفاد البحث الحالي من الإطار النظري والدراسات والبحوث السابقة فيما يلي:
- التعرف على طبيعة علاقة الإبداع الانفعالي والتدفق النفسي بمعظم متغيرات الشخصية.
- اختيار أدوات وعينة البحث.
- بناء تكتيكات البرنامج.
- تصميم وبناء البرنامج المقترح من حيث الأهداف والمحتوى والأنشطة والتقييم.

فروض البحث

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الطالبات على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهن على مقياس الإبداع الانفعالي
- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي للبرنامج على مقياس الإبداع الانفعالي لصالح القياس البعدي
- لا توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي والتتبعي للبرنامج على مقياس الإبداع الانفعالي

إجراءات البحث

المنهج

اعتمد البحث على المنهج شبه التجريبي والذي استهدف قياس أثر البرنامج التدريبي القائم على التدفق النفسي (المتغير المستقل) على الإبداع الانفعالي (المتغير التابع) لدى الطالبات المعلمات بقسم الطفولة وذلك باستخدام الأساليب الاحصائية المناسبة لاختبار صحة فروض الدراسة بقياس قبلي وبعدي وتتبعي.

عينة البحث

تكونت عينة الدراسة من ١٠٠ طالبة من طالبات شعبة الطفولة بالفرقة الرابعة بكلية التربية جامعة أسوان تتراوح أعمارهم بين ٢١- ٢٢ بمتوسط ٢١.٥ سنة بطريقة قصدية، حيث تم تطبيق مقياس التدفق النفسي والإبداع الانفعالي عليهن وذلك في الفصل الدراسي الأول من عام ٢٠١٩-٢٠٢٠م.

عينة البحث الأساسية

تم اختيار الطالبات لتنفيذ البرنامج التدريبي بعد تشخيصهن بإبداع انفعالي منخفض وفقاً لدرجاتهم على مقياس الإبداع الانفعالي (ترجمة الباحثان) على عينة مكونة من ٧ طالبات من الفرقة الرابعة بشعبة طفولة بكلية التربية بأسوان؛ حيث تم تحديد ٦ طالبات ممن تمت موافقة ولي الأمر بالاشتراك بالبرنامج. كما تمت المجانسة بين أفراد العينة من حيث المستوى الاقتصادي الاجتماعي، والعمر الزمني، والإبداع الانفعالي. يلخص جدول ١ تجانس العينة في العمر الزمني، الإبداع الانفعالي.

جدول (١):

تجانس المجموعة التجريبية

اسم المجموعة	ن	قيمة كا ^٢	درجات الحرية	مستوى الدلالة
العمر	٦	٠.٠٠	١	غير دالة
الإبداع الانفعالي	٦	٠.٦٦	٤	غير دالة

يتضح من جدول (١) أن قيمة كا^٢ المحسوبة بالنسبة للعمر أقل من القيمة الجدولية (٦.٦) كما تبين أن قيمة كا^٢ المحسوبة بالنسبة للإبداع الانفعالي أقل من القيمة الجدولية (١.٠٦) مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين أفراد المجموعة التجريبية في متغير العمر ومستوى الإبداع الانفعالي، وهذا يعنى تكافؤ أفراد المجموعة التجريبية من حيث العمر، الإبداع الانفعالي.

أدوات الدراسة

استخدم الباحثان أدوات البحث الآتية:

١. مقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي (إعداد: معمر نواف الهوارنة).

وصف المقياس

يتكون المقياس من ٥٥ سؤالاً: ٢٦ سؤالاً لقياس المستوى الثقافي و ٢٩ سؤالاً لقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي. ويتمتع المقياس بصدق وثبات مرتفعين. في الدراسة الحالية تم تطبيق الاستمارة على المجموعة التجريبية وجميعهم من أبناء الطبقة المتوسطة اقتصادياً وأبناء مدرسين وموظفين، ولتجانس أفراد الدراسة الحالية في المستوى الاجتماعي الثقافي تم تطبيق الاستمارة حيث تمت المجانسة بينهم في المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي. وبناءً على ذلك فإن أي فروق بين القياسين القبلي والبعدي في درجات المتغير التابع (الإبداع الانفعالي) يمكن أن يرجع إلى فاعلية المتغير المستقل (البرنامج التدريبي) المستخدم في الدراسة الحالية وذلك بعد تطبيق البرنامج.

٢. مقياس الإبداع الانفعالي (Soroa et al,2015) (ترجمة الباحثان)

وصف المقياس

ويسمى بالنسخة الإسبانية المختصرة لاستبيان الإبداع الانفعالي A Shortened Spanish Version of the Emotional Creativity Inventory (the ECI-S)، ويتكون من ثلاثة أبعاد وهي التهيئة، الجدية، والفاعلية. يبلغ عدد بنود المقياس ١٧ بنوداً بصيغة عبارة تقريرية، وبدائل الاستجابة على ميزان خماسي (دائماً – غالباً – أحياناً – نادراً – لا تنطبق) وتأخذ وزن نسبي (١-٢-٣-٤-٥) على الترتيب،

والدرجة المرتفعة على المقياس تشير إلى ارتفاع درجة الطالبة على مقياس الإبداع الانفعالي، وتمثل ١٧ على المقياس أقل درجة، و ٨٥ أعلى درجة. وقد تم ترجمة المقياس للغة العربية. وللتحقق من سلامة الترجمة عُرض على مجموعة من متخصصي اللغة الانجليزية وآخر في اللغة العربية للتحقق من سلامة اللغة وإعادة ترجمة النسخة العربية "المترجمة" إلى اللغة الإنجليزية للتأكد من صدق الترجمة.

الخصائص السيكومترية لمقياس الإبداع الانفعالي

أولاً: صدق المقياس

الصدق الظاهري

تم عرض المقياس بصورته الأولى على ١٠ من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بالجامعات المصرية، طُلب منهم الحكم على مدى ملائمة المقياس، بما يضمن وضوح عبارات المقياس وصياغتها اللغوية ومدى مناسبتها لعينة الدراسة. حيث تم الإبقاء على أبعاد المقياس والتي اتفق عليها ما يزيد عن ٩٠ % من المحكمين وتم تعديل صياغة بعض العبارات لم يتفق عليها. وبذلك أصبح عدد أبعاد المقياس بصورته النهائية ثلاثة أبعاد.

الصدق العامل

تم إيجاد الصدق بطريقة التحليل العاملي لعبارات المقياس وذلك على عينة مكونة من ١٠٠ طالب وطالبة باستخدام طريقة المكونات الأساسية لهوتلنج (Hoteling) في تحليل المصفوفة عاملياً، وتم قبول العبارة التي تحقق مستوى الدلالة ٠.٣٥ على الأقل، بحيث يعد التشعب الذي يبلغ هذه القيمة أو يزيد عنها دالاً وفقاً لهذا المحك التحكيمي. ومن النتائج المستخرجة نجد أن قيمة إحصائي اختبار KMO تساوي ٥٨٤، أي أكبر من الحد الأدنى الذي اشترطه Kaiser، إذا يمكننا أن نحكم بكفاية حجم العينة في التحليل الحالي. وتشير هذه القيمة إلى كفاية حجم العينة الاستطلاعية للتحليل وهي بذلك أقرب إلى الحد المثالي الذي يقترب من ٠.٩. وأبعد من الحد الأدنى الذي يصل إلى ٠.٥. كما يتضح أن اختبار النطاق والمعروف باسم Bartlett's Test of Sphericity لقياس التجانس لاختبار فرضية عدم التطابق أو تماثل مصفوفة الارتباط الأصلية دال عند ٠.٠١.

ثانياً: الاتساق الداخلي للمقياس

وقد جرى التحقق من الاتساق الداخلي بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل فقرة من فقرات مقياس الإبداع الانفعالي والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه الفقرة، وقد تبين أن جميع معاملات ارتباط العبارات بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠١، وأن عبارات المقياس متنسقة فيما بينها في قياس سمة عامة. كما تم حساب الاتساق الداخلي للمقياس أيضاً بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس. وقد تبين أن معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس مرتفعة ودالة موجبة عند مستوى ٠.٠١ مما يشير إلى إمكانية استخدام المقياس في الدراسة الحالية.

ثالثاً: ثبات المقياس

كما تم استخراج قيمة الثبات باستخدام الفا كرونباخ، واستخراج قيم الصدق الذاتي، حيث يستعان بالصدق الذاتي (معامل الثبات الحقيقي) عندما يراد معرفة الحد الأعلى لثبات اختبار ما، ويقاس معامل الثبات

الحقيقي بإيجاد معامل الارتباط بين الدرجات الحقيقية للاختبار ونفسه، ولذا فإن هذه الطريقة تعتمد على إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات المستخرج من أي طريقة من الطرق السابقة كما في جدول ٢.

جدول (٢):

نتائج الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ وجتمان وسبيرمان للتجزئة النصفية للمقياس

المقياس	قيمة جتمان للتجزئة النصفية	قيمة سبيرمان براون	قيمة ألفا كرونباخ	الصدق الذاتي
البعد الأول: التهيئة (الاستعداد)	٠.٤٥٨	٠.٥٣٢	٠.٥٧٤	٠.٧٥٧
البعد الثاني: الجدة أو الجدية	٠.٥٤٢	٠.٥٤٢	٠.٦٦٦	٠.٨١٦
البعد الثالث: الفاعلية	٠.٥٥٥	٠.٥٥٦	٠.٥٩٠	٠.٧٦٨
الدرجة الكلية	٠.٤٨٧	٠.٤٨٩	٠.٦٤٣	٠.٨٠١

يوضح جدول ٢ نتائج الثبات للمقياس بأسلوب ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي، وباستعراض قيمة الثبات الكلية نجد أنها كانت تساوي ٠.٦٤٣ وهي قيمة تعبر عن تناسق داخلي (ثبات بدرجة مناسبة ومرتفعة)، كما جاءت قيمة ثبات ألفا كرونباخ للبعد الأول ٠.٥٧٤ بتجزئة نصفية ٠.٤٥٨، وقيمة ألفا للبعد الثاني ٠.٦٦٦ بتجزئة نصفية ٠.٥٤٢، وقيمة ألفا للبعد الثالث ٠.٥٩٠ بتجزئة نصفية ٠.٥٥٥، مما يشير إلى أن قيمة الثبات مناسبة لأغراض البحث. كما يبين الجدول السابق نتائج الثبات للمقياس بطريقة إيجاد معامل الثبات الحقيقي (الصدق الذاتي)، وباستخلاص قيمة عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعاملات ثبات ألفا نجد أنها تتراوح بين (٠.٧٥٧ - ٠.٨١٦) كما هي في الجدول أعلاه. حيث يمكن القول إن قيم معاملات الثبات الحقيقي تعطى إشارة إلى أن المقياس يتمتع بثباتيه عالية جداً ومقبولة.

٣. مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش (Jackson & Marsh, 1996) (ترجمة الباحثان)

وصف المقياس

يتكون المقياس من تسعة أبعاد وهي كما يلي: التوازن بين التحدي والمهارة، اندماج الوعي بالفعل، الأهداف واضحة، التغذية الراجعة غير غامضة، التركيز في المهمة، الاحساس بال ضبط، غياب الوعي بالذات، الاحساس بمرور الوقت، الاستمتاع الذاتي. يتفرع عن كل بعد من الأبعاد السابقة أربعة بنود وبذلك يبلغ عدد بنود المقياس ٣٦ بنوداً بصيغة عبارة تقريرية وبدائل الاستجابة على ميزان خماسي (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - لا تنطبق) وتأخذ وزن نسبي على (٥-٤-٣-٢-١) الترتيب. والدرجة المرتفعة على المقياس تشير إلى ارتفاع درجة الطالبة على مقياس التدفق النفسي، وتمثل ٣٦ على المقياس أقل درجة، أما ١٨٠ فتمثل أعلى درجة. قام الباحثان بترجمة المقياس للغة العربية. وللتحقق من سلامة الترجمة، تم عرضه على مجموعة من متخصصي اللغة الإنجليزية وآخر في اللغة العربية للتحقق من سلامة اللغة وإعادة ترجمة النسخة العربية "المترجمة" إلى اللغة الإنجليزية للتأكد من صدق الترجمة.

الخصائص السيكومترية للمقياس

أولاً: صدق المقياس

الصدق الظاهري

تم عرض المقياس بصورته الأولى على ١٠ من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس بالجامعات المصرية، طُلب منهم الحكم على مدى ملائمة المقياس، بما يضمن وضوح عبارات المقياس وصياغتها اللغوية ومدى مناسبتها لعينة الدراسة. حيث تم الإبقاء على أبعاد المقياس والتي اتفق عليها ما يزيد عن ٩٠ % من المحكمين وبذلك أصبح عدد أبعاد المقياس بصورته النهائية تسعة أبعاد.

صدق المقارنة الطرفية للمقياس

وذلك من خلال التأكد من قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد مرتفعي ومنخفضي الدرجات عليه، حيث تم ترتيب درجات أفراد عينة الدراسة وعددهم ١٠٠ تنازلياً، وجدت فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين متوسطات درجات الإربعي الأعلى والأدنى على جميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس، مما يشير إلى قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد كما في جدول ٣.

جدول (٣):

قيم (ت) ودلالاتها للفروق بين متوسطات درجات مجموعة الإربعي الأدنى والأعلى للمقياس

المكون	الاربعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	الأعلى	١٤٦.٧٨	٧.٢	١١.٧٣	٩٨	٠,٠١
	الأدنى	١٠٠.٩٨	٢٦.٧			

الاتساق الداخلي

تم إيجاد التجانس الداخلي لمقياس التدفق النفسي عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه. وقد تبين أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) لعبارات مقياس التدفق النفسي مما يؤكد صدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس، كما تبين صدق الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي؛ حيث وجد أن قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠١)، وتراوحت قيم معامل الارتباط (٠.٧٢٣) - (٠.٩١٦) وهي قيم تؤكد على صدق المقياس.

ثبات المقياس

تم استخراج قيمة الثبات باستخدام الفا كرونباخ، واستخراج قيم الصدق الذاتي، حيث يستعان بالصدق الذاتي (معامل الثبات الحقيقي) عندما يراد معرفة الحد الأعلى لثبات اختبار ما، ويقاس معامل الثبات الحقيقي بإيجاد معامل الارتباط بين الدرجات الحقيقية للاختبار ونفسه، ولذا فإن هذه الطريقة تعتمد على إيجاد الجذر التربيعي لمعامل الثبات المستخرج من أي طريقة من الطرق السابقة كما في جدول (٤).

جدول (٤):

نتائج الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ وجتمان وسبيرمان للتجزئة النصفية على الدرجة الكلية للمقياس

قيمة جتمان للتجزئة النصفية	قيمة سبيرمان براون	قيمة ألفا لكرونباخ	الصدق الذاتي
٠.٩٦	٠.٩٤	٠.٩٦	٠.٨٨

يوضح جدول (٤)، نتائج الثبات للمقياس نجد أنها كانت تساوى ٠.٩٤ وهي قيمة تعبر ثبات بدرجة مناسبة مما يشير إلى أن قيمة الثبات مناسبة لأغراض البحث. كما يبين الجدول نتائج الثبات للمقياس بطريقة إيجاد معامل الثبات الحقيقي (الصدق الذاتي)، وباستخلاص قيمة عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعاملات ثبات ألفا نجد أنها ٠.٨٨. وقيم معاملات الثبات الحقيقي تعطى إشارة إلى أن المقياس يتمتع بثباتية عالية جداً ومقبولة.

البرنامج التدريبي

قاما الباحثان بإعداد وتصميم برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي ليكون الأداة الرئيسية لهذه الدراسة؛ لتحقيق أهدافها وهو برنامج يهدف إلى تحسين الإبداع الانفعالي لدى الطالبات المعلمات بشعبة الطفولة بكلية التربية جامعة أسوان، وقد تم عرضه على مجموعة من السادة أعضاء هيئة التدريس لإبداء آرائهم فيه من حيث مدى مناسبة جلسات البرنامج، وأهدافه، والأساليب والفيئات المستخدمة، وقاما الباحثان بالتعديل المطلوب في ضوء توجيهاتهم.

الفيئات المستخدمة في البرنامج التدريبي

اعتمد البرنامج على مجموعة من الفيئات التي تتلاءم مع مشكلة الدراسة أهمها: التدريب على النمذجة، التغذية الراجعة، المناقشة والحوار، الواجب المنزلي، الاسترخاء.

مدة البرنامج

تكون البرنامج التدريبي من ١٤ جلسة بمعدل ثلاث جلسات أسبوعياً بإجمالي شهر وأسبوع، بالإضافة إلى جلسة القياس البعدي والتتبعي بعد مرور شهرين من انتهاء البرنامج. وتراوحت المدة الزمنية للجلسة ما بين ٤٥ - ٦٠ دقيقة يتخللها استراحة. وتم تطبيق الجلسات في أسوان في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٠/٢٠١٩. وتم تطبيق البرنامج بطريقة جماعية على أفراد المجموعة التجريبية.

الوسائل التعليمية المستخدمة

تشمل وسائل سمعية بصرية (جهاز لاب توب) - نشرات تعريفية - كراسة تدريبات - أدوات خاصة لبعض أنشطة الانتباه والتركيز (حبل - نظارات - اوراق - ألوان الخ) - كتيب (تجميع لكل ما هو نظري لضمان بقاء أثر البرنامج).

تقويم البرنامج

يهدف التقويم إلى التحقق من مدى نجاح خطوات البرنامج. والتقويم عملية تعاونية يشترك فيها الباحثان مع المجموعة التجريبية. ولضمان فاعلية التقويم، لا بد من استمراره من بداية الجلسات حتى نهاية التنفيذ وفترة المتابعة. ويتمثل التقويم في ثلاثة أنواع هي التكويني والختامي والتتبعي.

التقويم التكويني: ويتمثل في الآتي:

- توزيع أوراق عمل خاصة بكل جلسة، ثم الاستماع شفهيًا للتقويم، والاستفادة من التغذية الراجعة التي تم تقديمها للمجموعة التجريبية.
- الملاحظات بشكل مباشر للمجموعة التجريبية، ومدى التحسن الذي يظهر على سلوكهم أثناء جلسات البرنامج التدريبي، وبعد الانتهاء من تطبيقه.
- القياس القبلي للمجموعة التجريبية.
- التقارير الذاتية من أفراد المجموعة التجريبية.

التقويم الختامي والتتبعي: ويتمثل في تقديم القياس البعدي والتتبعي لمقياس الابداع الانفعالي لمعرفة فاعلية البرنامج واستمراريته.

الفئة المستهدفة من البرنامج

تم تطبيق البرنامج الحالي على عينة مكونة من ٦ طالبات معلمات بشعبة الطفولة بكلية التربية بأسوان وتم تشخيصهم بإبداع انفعالي منخفض وفقاً لدرجاتهم على مقياس الابداع الانفعالي (ترجمة الباحثين).

أهداف البرنامج

تنقسم أهداف البرنامج إلى قسمين هما:

الهدف العام: تنمية الابداع الانفعالي لدى المجموعة التجريبية.

الأهداف الإجرائية: تتحقق من خلال العمل الجاد والمنظم داخل الجلسات العلاجية بكل ما تحتويه من أنشطة وتدريبات وواجبات منزلية ومواقف علاجية باستخدام فنيات مناسبة، وكذلك أساليب

وتتلخص هذه الأهداف فيما يلي:

- تنمية الاستعداد والتمهيد للإبداع الانفعالي (التهيئة Preparedness) لدى الطالبات.
- تنمية إمكانات الطالبات في التعرف على الاستجابات الانفعالية الجديدة ودمج الاستجابة العادية بطريقة غير مألوفة الجدة (Novelty الجدة).
- تنمية إمكانات الطالبات على التصرف في المواقف بطريقة غير معتادة (الفاعلية Effectiveness).

الإعداد للبرنامج

تم الاعتماد على عدد من الإجراءات لكي يتم تأهيلها لتطبيق البرنامج التدريبي على النحو الآتي:

- اطلاع الباحثين على عدد من البرامج التي قامت بتحسين الابداع الانفعالي، وكذلك بعض البرامج التي استخدمت التدفق النفسي مع الطالبات المعلمات بشعبة الطفولة بهدف التعرف على المراحل

والخطوات التي يمر بها العلاج وملخص كل خطوة لمراعاة مدى تناسبها مع الابداع الانفعالي لدى الطالبات الملمات بشعبة الطفولة.

- دراسة استطلاعية للتعرف على أهم المشكلات النفسية التي تعاني منها طالبات شعبة الطفولة من الفئة المستهدفة والمرتبطة بالإبداع الانفعالي المتدني من خلال استبيان (أسئلة مفتوحة).
- إجراء بعض المقابلات الشخصية الطالبات بصور فردية/جماعية للوقوف على مسببات تدن الابداع الانفعالي لديهن.
- حصر بعض المشكلات وبعض السلوكيات التي تؤدي إلى تدني الابداع الانفعالي لدى الطالبات الملمات بشعبة الطفولة.

الأسس التي يقوم عليها البرنامج

يقوم البرنامج التدريبي على مجموعة من الأسس الهامة تتمثل في الآتي:

- مراعاة قابلية السلوك للتعديل والتغيير وامكانية التنبؤ به، وحق المجموعة التجريبية في التوجيه والارشاد واستمرارية العلاج وذلك باشتراكهم في جلسات البرنامج والأنشطة المختلفة؛ لتدريبهم على تنمية تحديد الاهداف والاندماج في المهام.
- مراعاة خصائص نمو الطالبات (في مرحلة المراهقة المتأخرة)، وحاجاتهن وميولهن وقدراتهن واستعداداتهن.
- اتباع الباحثان أسلوب التدعيم، التعزيز الإيجابي بنوعيه المادي والمعنوي مع المجموعة عند الإتيان بالسلوكيات الإيجابية المرغوبة.
- في نهاية الجلسة يتم مناقشة أوجه الاستفادة من الجلسة العلاجية (التغذية الراجعة).
- تكون الجلسات العلاجية سهلة الأداء، كما تعبر عن المشكلة وكيفية التغلب عليها.
- مراعاة التدرج في زمن الجلسات تصاعدياً: ٤٥ دقيقة، ٦٠ دقيقة، والعمل على استخدام التشويق والفكاهة بعض الوقت؛ وذلك لتجنب الشعور بالملل.
- يوضح جدول (٥) عرض مختصر للبرنامج يشمل جلساته، وأهدافه، وفنياته، والواجب المنزلي

جدول (٥):

مختصر جلسات البرنامج

عنوان الجلسة	الوقت	أهدافها وموضوعها	الفنيات والأنشطة
الأولى (التعارف) (تمهيدية) ٣-١	٤٥د	التعارف بين الباحثين والمجموعة التجريبية والتعريف بالبرنامج وتوقعاته - تقديم كتيب به كل ما هو نظري عن التدفق النفسي والابداع الانفعالي ومرحلة المراهقة المتأخرة	المحاضرة - المناقشة والحوار الواجب المنزلي: اكتب عن مشكلتك الانفعالية؟
الثانية (الابداع الانفعالي)	٤٥د	تعريف للإبداع الانفعالي وأبعاده وفوائده لملمات رياض الأطفال توضيح مشكلة تدني الإبداع الانفعالي وما نتج عنها من قلق	المحاضرة - المناقشة والحوار. الواجب المنزلي: اكتب اهم نقاط قوتك وضعفك الانفعالية
الثالثة (التدقيق النفسي)	٤٥د	تعريف للتدقيق وذكر أبعاده والعوامل التي تؤثر عليه واهم فوائده لملمات رياض الاطفال ،تدريب المجموعة على ممارسة التدقيق	المحاضرة - المناقشة - التخيل الانفعالي الواجب المنزلي: نشاط مفتوح بدون

عنوان الجلسة	الوقت	أهدافها وموضوعها	الفيئات والأنشطة
		النفسي وتقديم تدريبات خاصة وأنشطة في صورة مواقف سلوكية، البيئة الاجتماعية والثقافية ووسائل التواصل والتلفاز تعيقه بالإضافة الى ان القلق الزائد يؤثر سلبياً.	تعليمات جربي الدخول لحالة التدفق في أداء فعل ما حسب رغبتك؟
الرابعة (استرخاء وتأمل) انتقالية (٧-٤)	٥٦٠	تدريب المجموعة التجريبية على بعض المهارات (الاسترخاء - التأمل - التنفس) أنشطة ذات دوافع ذاتية مثل التركيز على الجسم خلال الممارسة وتنمية المهارات التي يتطلبها النشاط والتركيز على العقل وتوجيه الأفكار في اتجاه إيجابي. والتأمل هو طريقة رائعة لتصبح أكثر وعياً	الاسترخاء- التنفس -صرف الانتباه- التأمل -المشي التأملي الواجب المنزلي: قم بالتأمل النشط الذي يجب أن تكون فيه متنبهاً مع التركيز بشكل كامل على تحركاتك.
الخامسة (الاستعداد الانفعالي)	٥٦٠	تنمية الاستعداد والتمهيد للإبداع الانفعالي لدى الطالبات. فهم الطالبات لانفعالاتهم وانفعالات الآخرين وتطوير انفعالاتي بتوسعة مدركاتي ، تقديم تدريبات خاصة وأنشطة في صورة مواقف سلوكية، مثل عبر عن امنيتك التي لم تحققها وتخليها	المحاضرة - المناقشة التغذية الراجعة الواجب المنزلي: استخدم ٢٥ كلمة في تأليف قصة ارتجاليا بشرط يتوافق العامل التصويري الى تمثيل الانفعال تخيليا
السادسة (الجدة الانفعالية)	٥٦٠	تنمية إمكانات الطالبات في التعرف على الاستجابات الانفعالية الجديدة ودمج الاستجابة العادية بطريقة غير مألوفة الجدة. وبإمكان الطالبة تخيل نفسها في مواقف انفعالية عديدة في الوقت ذاته فالإبداع يمكن أن يؤدي إلى التدفق	المحاضرة - المناقشة الواجب المنزلي: اكتب عن أحداث ذات أهمية انفعالية: حدث وقع في الوقت الذي بدأت فيه الكلية، أو حدث (مفتوح).
السابعة (الفاعلية الانفعالية)	٥٦٠	تنمية الفاعلية الانفعالية لطالبات على التصرف في المواقف بطريقة غير معنادة واعبر عن انفعالاتي في تويد علاقاتك بالآخرين والاعراض حقيقة انفعالاتي ومعتقداتي وانتاج انفعالات أصيلة. تقديم أنشطة وقت الفراغ، كتابة القصائد أو النثر، أو الارتجال الموسيقي؛ أداء الدراما أو الارتجال في الرقص؛ رسم الصور، النحت أنشطة رياضية وتأملية.	المحاضرة - المناقشة الواجب المنزلي: اختر ٣ كلمات وأكلمي الرد بكلمة رابعة مناسبة لربط تلك الكلمات ابداعيا وانفعاليا اكتب قصيدة من ٦ أسطر بدون قافية تعرفي عن حالتك الانفعالية.
الثامنة (التحدي وتحديد الاهداف) بنائية (١٣-٨)	٥٦٠	تدريب المجموعة التجريبية على التوازن بين التحدي والمهارة بغرض تقليل من الانفعال السلبي بالتوجه نحو المهمة وتحديد الاهداف بشرط وضوحها وواقعيتها وأن تكون قابلة للتطبيق والعمل على ايجاد دافع داخلي لأدائها مع توافر خبرة التحدي والسرور المؤدية للتدفق النفسي مع تقديم أنشطة: دارة الوقت انفعاليا- تحديد هدفك، تدريبهم على الاستفادة من الذاكرة تخصيص بعض الوقت للتفكير في النجاحات السابقة لأحداث التوازن بين القدرات والتحديات والتفكير في قدراتهم وأهدافهم.	المحاضرة - المناقشة- النمذجة الواجب المنزلي: تدريبي: ضعي في اعتبارك مستوى مهارتك وحددي أهدافاً شخصية واضحة، خذي بضع دقائق للتفكير فيما يجب القيام به، اكتبي إذا كان ذلك يساعد في تعزيز أهدافك. قم بإنشاء بيان مهمتك الشخصية، وأسالي نفسك، "ما الذي أريد تحقيقه؟"
التاسعة (التغذية الراجعة)	٥٦٠	تعريف التغذية الراجعة وهي مجموعة من الارشادات والمعلومات التي توجه من فرد لأخر بهدف تحسين الاداء وتحفزه على المتابعة للوصول للهدف - وأن تكون موضوعية وتركز على اداء الفرد ولغة جسده مع مراعاة الفروق الفردية الوقت المناسب لتقديمها	المحاضرة - المناقشة - التغذية الراجعة الواجب المنزلي: تدريب تخيلي حدد موقف انفعاليا مر بك وعند تقديم تغذية راجعة عن طريق فرد ما ثم استرخي وتخيلي الموقف ثانية اذكرني انفعالك حالياً.
العاشرة (مهارة التركيز)	٥٦٠	يعرف الباحثان مهارة التركيز وهو صب الاهتمام بالحدث ذاته وهي وسيلة لتحقيق الهدف - ذكر معوقات التركيز - نصائح لزيادة القدرة على التركيز - كيفية وضع خطة واضح المعالم باستخدام التركيز وتحديد الاولويات والفوائد المستقبلية وتدريبهم بالتركيز على الأفكار التركيز بوعي على أفكارنا يمكننا تجنب التشتتات التي قد تعوق تحقيق حالة التدفق.	المحاضرة - المناقشة الواجب المنزلي: تدريب تخيلي صف انفعالاتك في الماضي ركز على المستقبل - تحكم بانفعالاتك واستجاباتك الانفعالية .
الحادية عشر (وصف الانفعال)	٥٦٠	تحديد ووصف الخبرات الانفعالية، توقعات الضبط الانفعالي داخليا وخارجياً، اعادة التقييم الانفعالي الايجابي، تقديم المحفزات الاجتماعية بالمشاركة، في الأنشطة الفنية والإبداعية. الفنون المسرحية الفنون البصرية والكتابة الإبداعية	المحاضرة - المناقشة - المراقبة الذاتية التخيل الانفعالي الواجب المنزلي: صف انفعالك اللفظي وغير اللفظي- استخدام مشاعرك
الثانية عشر بنائية (١٣-٨) (التعبير عن الانفعال)	٥٦٠	التعبير عن الانفعالات اللفظية وغير اللفظية، تقديم بعض الأنشطة: عمل قصة برسوم تعبيرية للانفعالات المختلفة - أهمية التواصل، خلال الممارسة وتنمية المهارات التي يتطلبها النشاط، يمكننا أن نجد متعة في قدراتنا بينما نتلقى في نفس الوقت ردود الفعل من خلال نجاحاتنا وتحسين فهمنا للتجارب الماضية، والكتابة، على	المحاضرة - المناقشة التخيل الانفعالي الواجب المنزلي: اكتب تحدي وعبر عن انفعالك في موقف تخيل ولاحظ وتأمل انفعالاتك في مشكلة انفعالية وعبر عنها برسوم تعبيرية مع توليد

عنوان الجلسة	الوقت	أهدافها وموضوعها	الغيات والأنشطة
		وجه الخصوص، تمنح العقل وسيلة منضبطة للتعبير وردود الفعل الذاتية.	أكبر قدر من الحلول
الثالثة عشر (دمج الانفعالات) (حل المشكلة الانفعالي)	٦٠د	تنمية القدرة على فهم الانفعالات المركبة والتعرف على دلالاتها والتدريب على مهارة حل المشكلة الانفعالية بالتدرج في المراحل وسلسلة عمليات انفعالية توجه نحو هدف لتحقيقه وإزاله المشكلة بتقسيمه الى مجموعة من الاهداف الصغيرة من تحديد المشكلة وتمثيلها وجمع المعلومات وتوليد الافكار لإنتاج الانفعالات المحتملة، تدريب: اكمال قصة عن موقف غامض انفعاليًا مع دمج ثلاثة انفعالات، ارسم صورًا للتولين لخمسة انفعالات: الغضب والفرح واليأس والأمل خجل.	المحاضرة -عصف ذهني- التخيل الانفعالي- لعب الدور الواجب المنزلي: اكتب خاتمة لقصة ما توضح فيها صراع انفعالي بينك وبين أحد افراد اسرتك باستخدام ٣ عواطف (الغضب - اليأس - الفرح) على اوراق ملونة ذات اشكال والوان تناسب القصة
الرابعة عشر	٤٥د	الوقوف على الأهداف التي حققها البرنامج التدريبي (القياس البعدي)	
جلسة لاحقة	٤٥د	متابعة بعد شهرين من انتهاء البرنامج لمعرفة أثر البرنامج (القياس التبعي)	

الأساليب الإحصائية

تم تفرغ البيانات عن طريق البرنامج الإحصائي المعروف ببرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وتم التحليل الإحصائي باستخدام الحاسب الآلي من خلال SPSS V. 25، وتعد خطوة تفرغ البيانات خطوة تمهيدية لتبويب البيانات، ومن خلالها تم حساب معامل ارتباط بيرسون واختبار ويلكسون لإثبات فروض الدراسة.

نتائج الدراسة وتفسيرها

تناول الباحثان عرضاً لما تُوصل إليه من نتائج من خلال معالجة كل فرض من فروض الدراسة الحالية كل على حده، ثم مناقشة وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة كما يلي:

نتائج اختبار صحة الفرض الأول وتفسيره

وينص هذا الفرض على أنه "توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس الابداع الانفعالي ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الطالبات على مقياس الابداع الانفعالي والتدفق النفسي كما في جدول ٦.

جدول (٦):

معاملات الارتباط بين درجات الطالبات على مقياس الابداع الانفعالي ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي (ن = ١٠٠)

الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي		المتغيرات
الدالة المعنوية	معامل ارتباط بيرسون	
٠.٠٣٥	٠.٢١٢	الدرجة الكلية للإبداع الانفعالي

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطيه عند مستوى معنوية ٠.٠٥ بين الإبداع الانفعالي ومقياس التدفق النفسي، وبلغت قيمة معامل الارتباط ٠.٢١٢ ومستوى الدلالة المعنوية ٠.٠٣٥. مما يدل على أن مستوى الإبداع الانفعالي لدى الطالبات يرتبط كماً وكيفاً بمستوى التدفق النفسي، أو بمعنى أوضح فإن

مستوى التدفق النفسي يتمثل في حالة التركيز والاندماج والمواصلة وبذل جهد في التعامل مع المهام والتي يتم من خلاله قيامهم بتغذية راجعة فورية ذاتية، والتوازن بين التحدي والمهارة، والاندماج الواعي بالفعل، والأهداف واضحة، والتركيز في المهمة، والاحساس بالضبط والسيطرة، وغياب الوعي بالذات، والاحساس بمرور الوقت، والاستمتاع الذاتي. حيث يرتبط كل ما سبق بمستوى الإبداع الانفعالي لدى عينة الطالبات الذي يتمثل في مجموعة من الخصائص الانفعالية التي تتضمن التهيئة، والجدية والفاعلية. وتتحدد في أدنى مستوياتها بقدرة الطالبات على توظيف انفعالاتهم بفعالية فضلاً عن إمكانية الموائمة والتعديل للتوازن بين الاحتياجات الشخصية والاجتماعية. كما تفسر النتيجة الحالية - في ضوء التراث النظري لأفريل AviriI - بأن من خصائص المبدعين انفعالياً الشعور بالاتزان والهدوء بدلاً من مشاعر الضيق والغضب والتحدي بدلاً من التهديد والخوف فضلاً عن الاستعداد والأصالة والابتكار. وكل ما سبق يخلق بيئة إيجابية وداعمة انفعالياً مع طالبات شعبة الطفولة، والذي يؤدي إلى ارتباط إيجابي مع التدفق النفسي في إشعارهن بالبهجة والمتعة والفرح، مما يجعلهن أكثر سيطرة على الانفعالات السلبية لديهن أثناء الأنشطة الرياضية والموسيقية والفنية والمهام الدراسية.

كما أن خصائص المبدعين انفعالياً التوازن بين القدرة والتحدي وهو أيضاً من أهم أسس التدفق النفسي والذي يشعر الطالبة بالتركيز والدخول في حالة الانهماك بالمهمة، ويكون مصحوباً برغبة داخلية لإنجاز المهمة ببراعة، وإظهار جوانب الإبداع الانفعالي بدمج انفعالاتهن والتعبير عنها بطرق رمزية، مما يبعدهن عن الاضطراب النفسي (قلق وإحباط واكتئاب) وهو من معوقات التدفق النفسي، وبالتالي تعكس الطالبات الإبداع الانفعالي من خلال أنشطتهن الفنية المتعددة.

كما أكدت العديد من الدراسات المرتبطة على العلاقة بين الإبداع الانفعالي والسمات الشخصية للطالب الجامعي، والإبداع الانفعالي مع المشاركة الواقعية في أنواع مختلفة من الأنشطة الترفيهية الإبداعية، والأنماط الأبوية والإبداع الانفعالي، واستقصت الدور الوسيط لتحقيق الاحتياجات النفسية، وحل المشكلات ومهارات الاتصال والإبداع الانفعالي، والعلاقة بين الإبداع الانفعالي والكسثيميا Alexithymia وأنماط الإبداع، وارتباط الإبداع الانفعالي سلبياً باللامبالاة وإيجابياً بسوء التنظيم الانفعالي والتصور المتغير للتفاعلات الانفعالية غير المرغوبة. واتفقت نتائج الفرض الأول مع الدراسات الآتية: (نصيف، ٢٠٠٧؛ الشويقي، ٢٠٠٨؛ بدوي، ٢٠١١؛ النجار، ٢٠١٤؛ عفيفي، ٢٠١٦؛ الموسى، ٢٠١٩)، ودراسات كلٍ من:

(Ivcevicet, Brackett & Mayer, 2007; Lee & Jang, 2014; George, Fuchs, Kumar & Porter, 2007; Zahradnik, Kuška & Trnka, 2016; Moltafet, Firoozabadi & Pour-Raisi, 2018; Trnka, Cabelkova, Kuška & Nikolai, 2019).

نتائج اختبار صحة الفرض الثاني وتفسيره

وينص الفرض على ما يلي "توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات رتب درجات طالبات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي للبرنامج على مقياس الإبداع الانفعالي لصالح القياس البعدي". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ويلكسون Wilcoxon Test اللابارامترى، وجدول ٧ يوضح ذلك.

جدول (٧):

دلالة الفروق بين درجات الأطفال بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى للدرجة الكلية لمقياس الابداع الانفعالي للطالبات (ن = ٦)

الأبعاد	اتجاه فروق الرتب	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	الرتب السالبة	٠	٠	٠	٢.٢	٠.٠٥
	الرتب الموجبة	٦	٣.٥٠	٢١.٠		
	التساوي	٠				
	الإجمالي	٦				

مستوى الدلالة عند ٠.٠١ = ٢.٥٨، ومستوى الدلالة عند ٠.٠٥ = ١.٩٦

يتضح من جدول ٧ أن قيمة Z المحسوبة بلغت للدرجة الكلية (٢.٢) وهي أكبر من القيمة الحدية (١.٩٦)، مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ بين درجات الطالبات بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدى للدرجة الكلية لمقياس الابداع الانفعالي لصالح القياس البعدى، مما يعنى ارتفاع درجات طالبات المجموعة التجريبية وبالتالي تحسنهن بعد تعرضهن لجلسات البرنامج. ويمكن تفسير النتائج من خلال التراث السلوكي للإبداع الانفعالي لدى طالبات الجامعة وخصائص المراهقة لتلبية الاحتياجات النفسية الأساسية، وتأكيد الاستقلالية والكفاءة واحتياجاتهن الانفعالية من مشاعر الدفاء والاحتواء من محيطهن الأسري. كما لعبت تدريبات البرنامج وأنشطته دوراً كبيراً في إعادة بناء الانفعالات وتحسن سلوكياتهن وتدريبهن على التكيف الانفعالي والمرونة الانفعالية، كما كان للواجب المنزلي دور كبير في إعطاء تغذية راجعة لما تم تطبيقه ومعرفة المردود النفسي والتربوي للجلسات في استجابات المجموعة التدريبية. وتفسر نتائج الدراسة أهمية المرحلة التمهيديّة والتي قامت بتنقيف المجموعة وإعطاءهن جانباً معرفياً لمتغيرات الدراسة وأهم مشاكلهن وكيفية مواجهتها، مما خلق استبصاراً ووعياً لديهن وتوقعات إيجابية ومشاركة فعالة. كما لعبت الأنشطة وتدريبات الاسترخاء وتمارين التنفس والتأمل دوراً كبيراً في التخلص من التوتر والشد العصبي في بعض مواقف الفلق والإحباط وتنمية اللياقة البدنية لهن وتدريبهن بصورة جيدة على تلك التمرينات وبخاصة تمرينات التأمل وتخيل الانفعالات، مما أدى الى زيادة تركيزهن وانتباههن وتحسين مستوى الذاكرة لديهن، والتعرف على جوانب القوة لدى المجموعة التدريبية والتركيز عليها. كما خصص الباحثان لكل مهارة جلسة منفردة بما فيها من تدريبات علاجية وأنشطة لتنمية التركيز والانتباه وتهيئة بيئة داعمة للتدفق النفسي.

كما وظف البرنامج التدريبي جلسات لتنمية أبعاد مقياس الابداع الانفعالي. بداية من التهيئة Preparedness لدى الطالبات بعد تعرضهن للبرنامج؛ حيث كن يعانين من عدم مرورهن بالاستعداد اللازم والتمهيد والتحضير قبل تحقيق الإبداع الحقيقي في مجال معين، إلا أن استخدام أساليب ومواقف داخل الجلسات مع الطالبات وتدريبهن على ممارسة التدفق النفسي وتقديم تدريبات خاصة وأنشطة في صورة مواقف سلوكية فضلاً عن استخدامهن لبعض الفنيات كالاسترخاء أسهم في تنمية التهيئة ككون أو بعد أولي للإبداع الانفعالي. كما أن البرنامج عمل على تفعيل دور الطالبات في كل الجلسات من خلال الطلب منهن كتابة المشكلات التي يعانين منها مما أسهم في زيادة الثقة بالنفس من خلال تعزيز الحوار اللفظي للإفصاح عن الذات، كما ورد بالتراث النظري. كما يمكن تفسير تنمية البعد الثاني للإبداع الانفعالي وهو الجدة Novelty والتي كانت تتميز لدى الطالبات بالضعف؛ أي ضعف شعورهن بالاستجابة الانفعالية للمشاعر الجديدة؛ أي الاستجابات الانفعالية التي كن لا تستطعن التعبير عنها

بالإضافة لضعفهن في دمج الاستجابة العادية بطريقة جديدة وغير مألوفة عن المعتاد. إلا أن ما قدمه البرنامج من تدريبات وممارسات سلوكية أدت إلى تنمية هذا البعد، حيث تم تسجيل استجابات الطالبات بعد تطبيق جلسات البرنامج، كما أن مواقف القياس كانت الأساس في تقدير مدى التحسن الذي طرأ على الطالبات؛ حيث تم ملاحظة سلوك الطالبات بعد تصميم مواقف تستطعن فيها القيام بالمناقشات الحرة بعيداً عن القيود واستخدام التغذية الراجعة السريعة من قبل القائم بالتدريب فضلاً عن تدريبهن على وضع خطط نابعة من مستوي قدراتهم الحقيقية ثم سؤالهن فيها خلال الجلسات التالية أسهم في تحسن استجاباتهن.

كما يمكن تفسير تنمية البعد الثالث للإبداع الانفعالي وهو الفاعلية Effectiveness ويعني أن استجابة الطالبات للمواقف التي تتطلب تصرفات غير مألوفة كانت ضعيفة بالإضافة لاعتقادهن بأن الانفعالات التي يستطعن من خلالها تحقيق أهدافهن ضعيفة لديهن قبل تعرضهم للبرنامج التدريبي حيث كن يتصرفن بطرق مألوفة ومعتادة روتينية، إلا أن تضمين البرنامج لجلسات تحتوي على أنشطة الاسترخاء العضلي كان له دور في تخفيف التوتر والقلق وحالة الإحباط التي انتابتهم. وتمثلت تلك الأنشطة في تعزيز الجوانب الإيجابية، وتنمية النزعة الاستقلالية لديهن، وتدريبهن على التعامل بإيجابية مع المشكلات التي تواجههن مما أدى لحصولهن على خبرات مفيدة، مما يؤكد فعالية البرنامج.

ففي المرحلة البنائية تم ربط أبعاد كلاً من التدفق النفسي الإبداع الانفعالي في أنشطته وتدريباته ولعب الدور والتغذية الراجعة والتقييم، مما ساهم بشكل كبير في تنميته. كما عمل استبصار المجموعة التدريبية بمشكلاتهن التي تتسبب في تدني الإبداع الانفعالي لديهن وتسبب لهن الإحباط والضيق والقلق، ثم مساعدتهن للوصول إلى حلها. وقدم الباحثان التعزيز والتشجيع وحس الفكاهة وأنشطة لتقوية التركيز والانتباه طوال فترة البرنامج، وتم التدريب على المهارات الخاصة للإبداع الانفعالي، وتم إكسابهن العديد من المهارات مثل زيادة التعبير عن الانفعالات، والتركيز، والتحدي، والمرونة، وحسن استثمار طاقتهن، وبناء الثقة في نفوسهن بهدف تكوين ذات إيجابية لديهن مم يزيد التوافق النفسي والاجتماعي لديهن.

كما قدم البرنامج مجموعة من المهارات الخاصة بتنمية أبعاد الإبداع الانفعالي كل على حدة: الأصالة، والجدة، والفاعلية، ومهارة التركيز، ومهارة تحديد الأهداف، وإدارة الوقت، وضبط الانفعال، والمرونة التلقائية، وحل المشكلة الانفعالية. ولعبت الأنشطة دوراً كبيراً في المجموعة التجريبية مثل نشاط راقب نفسك لتسجيل التقدم الذاتي، والأنشطة التخيلية مثل نشاط عاقبة الأمور ونشاط كوكبتيل فواكه في تنمية التركيز والانتباه ونشاط الصندوق الورقي لتنمية القدرة على التركيز، وأنشطة مهارات التفكير لتنمية الطلاقة التعبيرية والمرونة الفكرية، ونشاط الاستخدام غير المألوف، ونشاط تخمين، ونشاط تقليد الأصوات لتحسين التركيز والانتباه، نشاط ابتكاري في تنمية المرونة التلقائية، ونشاط الأقفعة المزيفة للتعرف على أنماط الانفعال، ونشاط امدح انجازاتك، ونشاط الاسترخاء التخيلي الذاتي مما ساعد في تقويم السلوك وإعادة التوجيه الذاتي نحو الأداء، وأنشطة تخيلية انفعالية مما جعلهن يدخلن في حالة التدفق بالتوازن بين التحدي والقدرة، وتم تقديم تغذية راجعة وتعزيز الذات. واتفقت نتائج الدراسة الحالية مع فعالية بعض البرامج الإرشادية والتدريبية في تحسين الإبداع الانفعالي مثل دراسة العطار (٢٠١٤)، دراسات كل من

Zahradnik & Kuška Trnka, (2016), Lee & Jang (2014), Fullagar, Knight & Sovern (2013), Ishimura & Kodama (2009), Csikszentmihalyi & Abuhamdeh (2012)

نتائج اختبار صحة الفرض الثالث وتفسيره:

وينص الفرض على أنه "لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الإبداع الانفعالي للطالبات في القياسين البعدي والتتبعي". وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحثان اختبار ويلكسون Wilcoxon Test اللابارامترى، كما هو مبين في جدول ٨.

جدول (٨):

دلالة الفروق بين درجات الأطفال بالمجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للدرجة الكلية لمقياس الإبداع الانفعالي للطالبات (ن = ٦)

الأبعاد	اتجاه فروق الرتب	ن	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية للمقياس	الرتب السالبة	١	٣.٠٠	٣	١.٣٤	غير دال
	الرتب الموجبة	٤	٣.٠٠	١٢.٠		
	التساوي	١				
	الإجمالي	٦				

مستوى الدلالة عند (٠.٠١) = ٢.٥٨ مستوى الدلالة عند (٠.٠٥) = ١.٩٦

يتضح من جدول (٨) أن قيم Z المحسوبة لأبعاد مقياس الإبداع الانفعالي للطالبات بلغت ١.٣٤ وهي قيم أقل من القيمة الحدية ١.٩٦، مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات الطالبات بالمجموعة التجريبية في القياسين البعدي والتتبعي على جميع أبعاد المقياس، مما يعنى استمرار تحسن أفراد المجموعة التجريبية حتى فترة المتابعة. ويرجع ثبات أثر البرنامج إلى التأكيد على الأساليب والفنيات والإجراءات؛ حيث تم استخدام الواجبات المنزلية، ففي كل جلسة كان يطلب من الطالبات القيام بعدد من الأنشطة التي تساعد على تحقيق الهدف من الجلسة من جهة وبقاء أثر ما قد تم تدريبهن عليه من جهة أخرى، ثم سؤالهن ومناقشتن خلال الجلسة التالية لها، مما أسهم في بقاء أثر ما تم تعلمه وبالتالي استمرار فاعلية البرنامج. وكان الكتيب النظري وأوراق عمل البرنامج يمكنان المجموعة من الرجوع لهما وقت المراجعة على التدفق وفنياته مما ساعد على بقاء أثر البرنامج.

كما كان للتواصل بالهاتف مع المجموعة وعن طريق مواقع التواصل الاجتماعي مع الباحثين دوراً هاماً خلال فترة المتابعة. مما أدى إلى ثبات أثر واستمرارية البرنامج التدريبي. كما يعزي الباحثان ثبات أثر البرنامج إلى تنوع الأنشطة المهارية والتدريبية. أما بالنسبة لتدريبات الاسترخاء وتمارين التأمل والتنفس فكان دورهم هاماً في التحرر من التوتر والقلق الزائد مما ساعد على زيادة التدفق النفسي، وقام الباحثان بإعطاء المجموعة التدريبية التعزيز بكافة أنواعه وبصورة مناسبة عند الإجابة والتعبير بصورة واضحة. كما كان للواجب المنزلي أهمية كبيرة في أداء التدريبات التدريبية، ولعبت الأنشطة دوراً كبيراً في تنمية الإبداع الانفعالي للمجموعة التجريبية. وهناك عدد من العوامل أدت إلى تحقيق البرنامج لأهدافه، ومنها رغبة الطالبات وقابليتهن وتحمسهن الذي أسهم في توفير مناخ ملائم خلال تنفيذ الجلسات فضلاً عن اختيار أنشطة ملائمة للمرحلة السنوية التي تتميز باختبارهن لمهنة العمل بمجال تربية الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة، وهو ما أدى لزيادة المشاركة بفاعلية في الجلسات وزيادة رغبتهم، كما تمت مراعاة الفروق الفردية فيما بينهن خلال تنفيذ الجلسات. كما قدم البرنامج مجموعة من المهارات الخاصة بتنمية الإبداع الانفعالي مثل مهارة التركيز، ومهارة تحديد الأهداف، وحل المشكلات الانفعالية بطرق إبداعية، والتخيل الانفعالي، مما يدل على استمرارية فعالية البرنامج التدريبي في تنمية الإبداع الانفعالي.

تعليق عام على نتائج البحث

أثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطالبات على مقياس الابداع الانفعالي ودرجاتهن على مقياس التدفق النفسي مما يؤكد على ما يلي:

- كلما ارتفعت حالة التدفق النفسي كلما ارتفع مستوى الابداع الانفعالي لدى الطالبات كما وكيفاً.
- حالة التدفق تؤثر إيجابياً في الإبداع الانفعالي؛ ويحدث هذا عندما يقوم الفرد بالتركيز الشديد في المهمة، وتوفر الكفاءة المعرفية والاستمتاع الداخلي الذي يساعد الفرد في الاستغراق مع نشاط ما.
- من الضروري أن تتضمن السمات المعرفية والانفعالية لدى الفرد الانغماس والاستغراق في المهمة فضلاً عن توفر القدرة والمهارة لتنفيذها.
- الابداع مكون أصيل متضمن في خبرة التدفق؛ فخبرة التدفق خبرة إنسانية إيجابية، أما الابداع فهو الاندماج والتنظيم والتناسق في التفكير والفعل والانفعال.
- كما أثبتت النتائج فعالية البرنامج التدريبي في تحسين الابداع الانفعالي لدى عينة الدراسة. ويلخص الباحثان أسباب استمرار فعالية البرنامج التدريبي فيما يلي:
- **التدريب على المهارات:** ركز الباحثان على تدريب بعض المهارات التي تحتاجها الطالبات في تحسين الابداع الانفعالي وهي كالاتي: إدارة الانفعال، والتعبير الانفعالي، ودمج الانفعال، والكفاءة الانفعالية والتقييم الانفعالي، والتركيز، وتحديد الأهداف، وحل المشكلات الانفعالية، والتغذية الراجعة.
- **استخدام التعزيز بكافة أنواعه:** اتبع الباحثان أسلوب التعزيز بحيث يكون متدرج في قيمته.
- مراعاة بعض المبادئ، ومنها:
 - مبدأ التدرج في زمن الجلسات تصاعدياً: ٤٥ دقيقة، ٦٠ دقيقة والعمل على استخدام التشويق بعض الوقت؛ وذلك لتجنب الشعور بالملل.
 - مبدأ المشاركة الفعالة والتدريبية لكل فرد من المجموعة ومناقشة أوجه الاستفادة من الجلسة التدريبية (التغذية الراجعة) في نهاية الجلسة.
 - مبدأ التدرج من السهل إلى الصعب فالأصعب.
- **الأنشطة:** قام الباحثان بإعداد مجموعة مبتكرة من الأنشطة التي تساعد المجموعة على تنمية الانتباه والتركيز بالإضافة لتنمية الحواس والتركيز والتخلص من التوتر، وتمارين التنفس، والاسترخاء العضلي، وتمارين التأمل، وتمارين التخيل، ومجموعة الأنشطة الخاصة بأبعاد الابداع الانفعالي.
- **فنيات واستراتيجيات علاجية:** تضمنت فنيات نمذجة انفعالية وتخيلية ودراما ارتجالية، والاسترخاء، والتأمل، والتنفيس الانفعالي ووظفت بطريقة جيدة وتم تدريب المجموعة على استخدامها.

- **التقييم:** الاستفادة من التغذية الراجعة التي يقدمها أفراد المجموعة التدريبية بالإضافة إلى ملاحظات الباحثين بشكل مباشر لأفراد المجموعة التدريبية، ومدى التحسن الذي يظهر على سلوكهم، أثناء جلسات البرنامج وبعد تطبيقه.

توصيات عامة

- ضرورة الاهتمام بدراسة الابداع الانفعالي والعوامل المؤثرة فيه.
- تقديم البرنامج للمسؤولين حتى يستفيد منه أكبر عدد ممكن من الطالبات بكليات الطفولة المبكرة.
- ضرورة نشر الوعي النفسي بمتغيرات علم النفس الايجابي لطلاب الجامعة مثل التدفق النفسي، والابداع الانفعالي والمرونة النفسية وتنظيم الانفعال في الندوات واللقاءات.
- توجيه الاهتمام إلى الاعداد المهني والنفسي لطلاب الفرق النهائية بكليات التربية بجميع أقسامها وفق أسس نفسية وتربوية بمراكز الارشاد النفسي وتقديم برامج ارشادية وتدريبية لتنمية بعض متغيرات علم النفس الايجابي مما يعود مردوده على العملية التعليمية.

البحوث المقترحة

- دراسة التدفق النفسي لتنمية مهارات تقرير المصير لدى طلاب الجامعات.
- دراسة الابداع الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات مثل: الرفاهية النفسية ومستوى الطموح الأكاديمي.

المراجع العربية

- أبو حلاوة، محمد السعيد (٢٠١٣). حالة التدفق المفهوم، الابداع، والقياس، شبكة العلوم النفسية العربية، ٢٩، ٤٨-١.
- أبو حلاوة، محمد السعيد (٢٠١٣ب). علم النفس الإيجابي: ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية. مجلة العلوم النفسية والعربية، ٣٤، مصر.
- باطة، أمال عبد السميع (٢٠٠٩). مقياس التدفق النفسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- البحيري، محمد رزق، سيد، هديل محمد، صادق، هيام صابر (٢٠١٧). التدفق النفسي وعلاقته بالايثار لدى عينة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية، دراسات الطفولة، ٢٠ (٧٥)، ٢٠١ - ٢١٣
- بدوي، زينب عبد العليم (٢٠١١). النموذج البنائي للعلاقات بين الابداع الانفعالي وبعض متغيرات تجهيز المعلومات الانفعالية، دراسات تربوية ونفسية، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٧٢، ١٦٧ - ٢٥٤.
- بقعة، حميدة، وقارنى، مونية. (٢٠١٨). التدفق النفسي من منظور علم النفس الإيجابي: دراسة تحليلية مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية، ١٦٤، ٢٢٧- ٢٣٧.

بلوم، بنيامين. (١٩٨٣). *تقييم الطالب التجميعي والتكويني*. (ترجمة المفتي محمد أمين وآخرون). دار ماكروهيل.

النهاس، سيد أحمد محمد. (٢٠١٠). *التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت: دراسة سيكومترية - إكلينيكية. المؤتمر السنوي الخامس عشر - الإرشاد الأسري وتنمية المجتمع نحو آفاق إرشادية رحبة: جامعة عين شمس - مركز الإرشاد النفسي، مج ١، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١١٧ - ١٦٩.*

دسوقي، شيرين محمد (٢٠١٠). *البناء العاملي للإبداع الانفعالي وعلاقته بكل من قوة السيطرة المعرفية والقيم لدى عينة من طلاب الصف الثالث الاعدادي، مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢١ (٨٢)، ١٦٨ - ٢١٢.*

الشويقي، أبوزيد سعيد (٢٠٠٨). *الابتكارية الانفعالية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بكل من الالكسيسثيميا والعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٨ (٦١)، ٤٣ - ٨٤.*

صالح، عواطف حسين (٢٠٠٧). *الإبداع الانفعالي وعلاقته بالمهارات المعرفية والحاجة للتقييم لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية جامعة الزقازيق، ٥٦، ١٤٣- ١٩٩.*

عبد المجيد، ماجدة عبد السلام، وسلوى محمد عبد الباقي، وثريا يوسف لاشين (٢٠١٦). *التدفق النفسي للطلاب المعلم لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات، دراسات تربوية واجتماعية - مصر، ٢٢ (٤)، ٩٩٧ - ١٠٢٢.*

عبد، إبراهيم محمد سعد، وخلف، محمد محجوب أحمد. (٢٠١٦). *التدفق النفسي وعلاقته بالعوامل الكبرى الخمسة للشخصية. المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية: المؤسسة العربية للبحث العلمي والتنمية البشرية، ١٤، ٢٢٣-٢٧٧.*

العبيدي، عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٦). *التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي، مجلة الاستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع، ١٩٧ - ٢١٤.*

عثمان، محمود أبو المجد (٢٠١٥). *مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب- المعلمين بكلية التربية بقنا، مجلة العلوم التربوية بقنا، ٢٤، ١٦١ - ٢٤٤.*

القطار، محمود مغازي (٢٠١٤). *فاعلية برنامج ارشادي في تنمية التدفق النفسي والاقدام على المخاطرة المحسوبة لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.*

عفيفي، صفاء على احمد. (٢٠١٦). *الاسهام النسبي للإبداع الانفعالي واستراتيجيات الدراسة في أبعاد الاندماج الأكاديمي في ضوء النوع والتخصص لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، ٤٠ (٣)، ١١٩ - ٢٥٧.*

القرالة، عبد الناصر موسي. "التنبؤ بالتدفق النفسي في ضوء أبعاد التمكين النفسي لدى طلبة الصف الثاني الثانوي في محافظة الكرك "مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث: جامعة الحسين بن طلال - عمادة البحث العلمي والدراسات العليا مج ٦، ١٤ (٢٠٢٠): ٢ - ١٩٣.

محمد، علياء جاسم. (٢٠٢٠). الابداع الانفعالي وعلاقته بالأسلوب المعرفي (التجديدي-التكيفي) لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية بالمستنصرية. ٣٨(٤)، ١٦٧٣-١٦٩٦.

محمود، هبة سامي. (٢٠١٨). التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية: جامعة عين شمس - كلية التربية، مج ٤٢، ١٤، ١٠٤-٢٢٧.

الموسوي، عبد العزيز الحيدر. (٢٠١٩). الابداع الانفعالي لدى طلبة الجامعة. مجلة آداب الكوفة، (٣٨)، ٩٣ - ١١٦.

النجار، حسني زكريا السيد. (٢٠١٤). النموذج البنائي للعلاقة بين الإبداع الانفعالي وفعالية الذات الانفعالية ومهارات اتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة بنها، ٢٥(٨٩)، ١٠١ - ١٤٤.

مصطفى، نصارى أحمد كمال، وزغول، محمد حمدي. (٢٠١٦). الثقة الرياضية وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية. مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية: جامعة أسبوط - كلية التربية الرياضية، ع ٤٣٤، ج ٢، ٣٩٣ - ٤٢٥.

نصيف، عماد عبد الأمير (٢٠١٥). التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتها بالتدفق النفسي. رسالة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة بغداد.

يونس، مرعي سلامة (٢٠١١). علم النفس للجميع: مقدمة، مفاهيم، وتطبيقات في العمر المدرسي. مكتبة الأنجلو المصرية. القاهرة.

Alexiou, A., Schippers, M., & Oshri, I. (2012). Positive psychology and digital games: The role of emotions and psychological flow in serious games development. *Psychology*, 3(12), 1243.

Atombo, C., Wu, C., Zhang, H., & Wemegah, T. D. (2017). Perceived enjoyment, concentration, intention, and speed violation behavior: Using flow theory and theory of planned behavior. *Traffic injury prevention*, 18(7), 694-702.

Averill, J. R. (1999). Individual differences in emotional creativity: Structure and correlates. *Journal of Personality*, 67(2), 331-371.

Averill, J. R. (2001). The rhetoric of emotion, with a note on what makes great literature great. *Empirical Studies of the Arts*, 19(1), 5-26.

Averill, J. R. (2004). A table of two snarks: Emotional intelligence and emotional creativity compared. *Psychological Inquiry*, 15, 228-233.

Beese, J. A., & Martin, J. L. (2019). Csikszentmihalyi's Concept of Flow and Theories of Motivation Connection to the Arts in an Urban Public High School. *Journal for Learning through the Arts*, 15(1).

Cooney, M., J. (2018). *The Effects of Gender, Age, Spirituality, Openness to Experience, and Subjective Well-being on Emotional Creativity*. Dissertation THESIS. Alliant International University

Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the psychology of discovery and invention*. New York: Harper

Csikszentmihalyi, M. (1997). *The mastermind's series. Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. Basic Books.

Csikszentmihalyi, M. & Abuhamdeh, S. (2012). The Importance of Challenge for the Enjoyment of Intrinsically Motivated, Goal-Directed Activities, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(3).

Engeser, S., & Rheinberg, F. (2008). Flow, performance and moderators of challenge-skill balance. *Motivation and Emotion*, 32(3), 158-172.

Fullagar, C. J., Knight, P. A., & Sovern, H. S. (2013). Challenge/skill balance, flow, and performance anxiety. *Applied Psychology*, 62(2), 236-259.

George L. Fuchs, V. K. Kumar & J. Porter (2007). Emotional Creativity, Alexithymia, and Styles of Creativity, *Creativity Research Journal*, 19(2-3), 233-245

Ghavam Moltafet, Sadat, B. & Raisi, A. (2018). Parenting Style, Basic Psychological Needs, and Emotional Creativity: A Path Analysis, *Creativity Research Journal*, 30:2, 187-194, DOI: 10.1080/10400419.2018.1446748

Ishimura, I., & Kodama, M. (2009). Flow experiences in everyday activities of Japanese college students: Autotelic people and time management. *Japanese Psychological Research*, 51(1), 47-54.

Ivcevic, Z., & Hoffmann, J. D. (2019). Emotions and creativity: From process to person and product. In J. C. Kaufman & R. S. Sternberg (Eds.). *Cambridge Handbook of Creativity* (pp. 273-295). Cambridge University Press.

Ivcevic, Z.; Brackett, M. & Mayer, J. (2007). Emotional intelligence and Emotional creativity. *Journal of personality*, 75(2), 199-236 <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00437.x>

Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of sport and exercise psychology*, 18(1), 17-35.

- Kim, E., & Seo, E. H. (2013). The relationship of flow and self-regulated learning to active procrastination. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 41(7), 1099-1114.
- Kuhnle, C., Hofer, M., & Kilian, B. (2012). Self-control as predictor of school grades, life balance, and flow in adolescents. *British Journal of Educational Psychology*, 82(4), 533–548.
- Mahasneh, A. M., & Gazo, A. M. (2019). Effect of the Training Program to Improve Emotional Creativity among Undergraduate Students. *Psychology in Russia. State of the Art*, 12(3), 137–148. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.11621/pir.2019.0310>
- Martskvishvili, K., Abuladze, N., Sordia, N., & Neubauer, A. (2017). Emotional creativity inventory: Factor structure, reliability, and validity in a Georgian speaking population. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 11(1), 31-41.
- Moneta, G.B.(2004). The Flow Model of Intrinsic Motivation in Chinese: Cultural and Personal Moderators. *Journal of Happiness Studies* 5, 181–217.
- Nakamura, J.; Csikszentmihályi, M. (20 December 2001). "Flow Theory and Research". In CR Snyder Wright Erik, and Shane J. Lopez. *Handbook of Positive Psychology*. Oxford University Press. pp. 195-206. ISBN 978-0-19-803094-
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). *The concept of flow*. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (p. 89–105). Oxford University Press.
- Oriol,X., Amutio,A., Mendoza,M., Da Costa,S., & Miranda,R.(2016). Emotional Creativity as Predictor of Intrinsic Motivation and Academic Engagement in University Students: The Mediating Role of Positive Emotions, *Front Psychol*, 7(1243), 1-9.
- Sherhoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Sherhoff, E. S. (2014) Sherhoff, D. J., Csikszentmihalyi, M., Schneider, B., & Sherhoff, E. S. (2014). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. In *Applications of flow in human development and education* (pp. 475-494). Springer, Dordrecht.
- 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.
- Trnka, R., Kuška, M., & Čábelková, I. (2020). Emotional Creativity across Adulthood: Age is Negatively Associated with Emotional Creativity. *Studia Psychologica*, 62(2), 164–177. <https://doi-org.sdl.idm.oclc.org/10.31577/sp.2020.02.798>

Effectiveness of the psychological flow program in developing emotional creativity among Female students at childhood department, faculty of education, Aswan University.

Dr. Waleed F. Abdel Kareem

Assistant professor of special education- Northern
Border University

Dr. Naglaa I. Abo El Wafa

PhD in Mental Health
Aswan University

Abstract:

The aim of the current research is to identify the relationship between female students' scores on the emotional creativity scale and their scores on psychological flow scale, as well as verify the effectiveness of a program based on psychological flow in developing emotional creativity among a sample of the female. The study sample consisted of 100 students in the fourth year, Childhood department, Faculty of Education, Aswan University were 6 of them as an experimental group. These 6 students were chosen with the lowest scores on the emotional creativity scales. The study tools included the Shortened Spanish Version of the Emotional Creativity Inventory (Soroa, Gorostiaga, Aritzeta, & Balluerka, 2015), The Flow state Scale (Jackson & Marsh, 1996) (translated by the researchers). The socio-cultural-economic level Scale (Al-Hawarden, 2000), and the training program (By researchers).

The study used the semi-experimental approach, and the results showed a statistically significant correlation between female students' mean scores on the psychological flow scale and their degrees on the emotional creativity scale. It was found statistically significant differences between the pre- and post- applications in favor of the numerical application. It was shown that the program continues to be effective after the period of follow-up, In light of the results, the two researchers concluded the need to design and implement counseling programs based on psychological flow that seeks to develop some variables of positive psychology.

Key words: Childhood department. Early childhood, Emotional creativity, Psychological flow, Training program.