

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتكفؤ النفسى وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

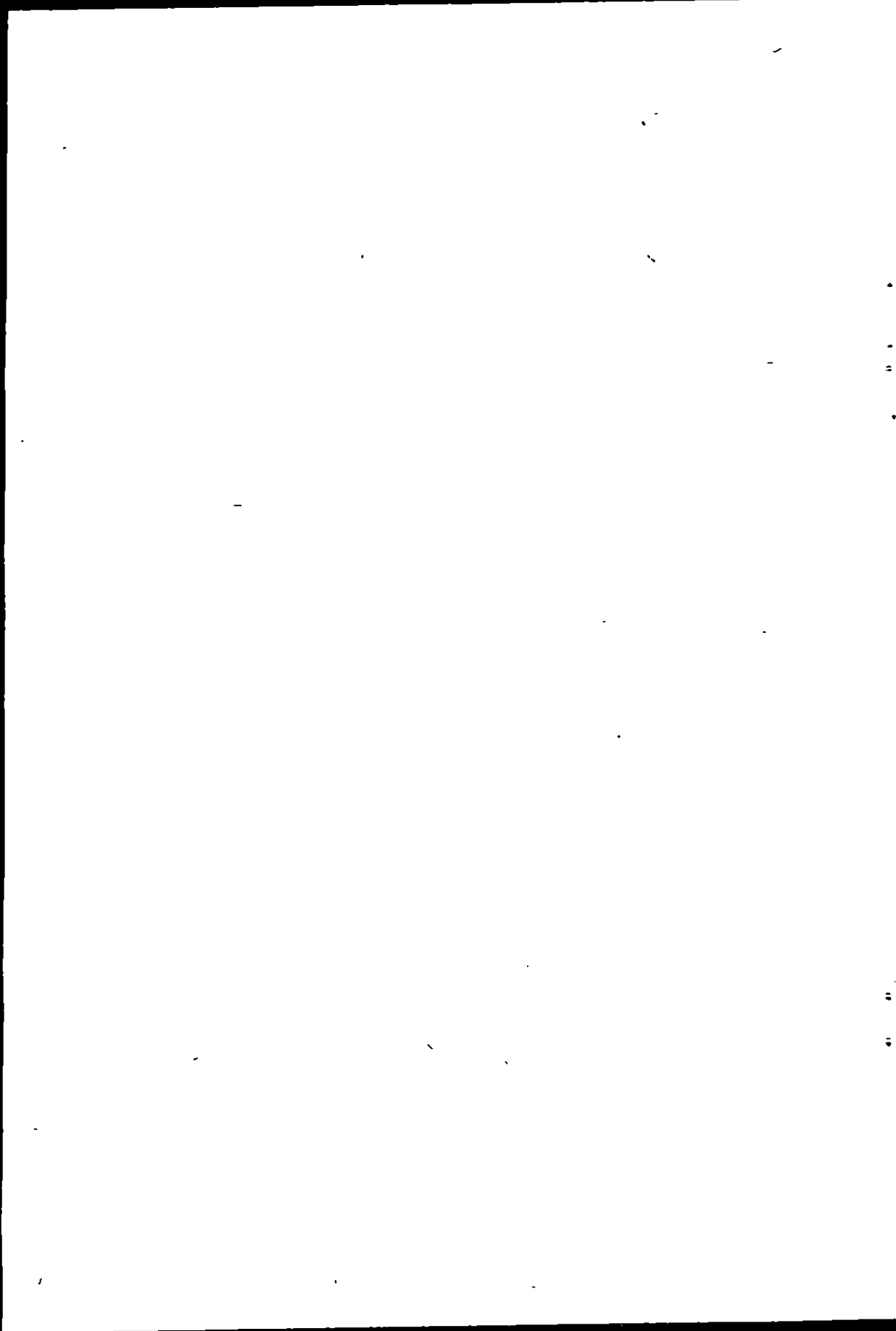
---

## مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدقيق النفسى وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا

د/ محمود أبو المجد حسن عثمان

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية بقنا - جامعة جنوب الوادى



مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

### المخلص :

هدفت الدراسة إلى التعرف على إسهام مكامن القوى في الشخصية في التنبؤ بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية بقنا، وقد تكونت عينة الدراسة الأساسية من (١٢٧) من طلبة وطالبات الفرقة الرابعة أساسي بكلية التربية بقنا، وقد استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي من إعداد (أمال عبد السميع باظه، ٢٠١١)، مقياس مكامن القوى في الشخصية (القيم في محك الفعل) (إعداد: بيترسون، سليجمان، ٢٠٠٤، ترجمة وتقنين: الباحث)، و قد توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين بعض مكامن القوى في الشخصية وهي: الحكم، والمنظورية، والحيوية، والشفقة، والامتنان، والروحانية، لدى الطلاب ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية)، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين متغيري العدل، والعفو من مكامن القوى في الشخصية لدى الطلاب-المعلمين وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية)، كما أن مكونات مكامن القوى في الشخصية أسهمت في التنبؤ بالتدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية) لدى الطلاب- المعلمين بكلية التربية.

## Character Strengths as Predictors of Psychological Flow Dimension for Students- Teacher at Qena Faculty of Education

### Abstract:

This research aimed at knowing the contribution of character strengths in predicting psychological flow of a sample of students- teacher at Qena faculty of education. The sample consisted of (127) students at Qena college of education. The psychological flow scale prepared by (Amal A. Baza: 2011) and Values in Action Inventory of Strengths prepared by (Peterson & Seligman, 2004, and translated by researcher) were used in this study.

Results indicated that

- Statistically significant positive correlation relationship was found between students scores means of Character Strengths: Judgment, Perspective, Zest, Kindness, Gratitude, Spirituality and psychological flow.
- No Statistically significant correlation relationship was found between students scores means of Character Strengths: Fairness, Forgiveness, and psychological flow.
- Character Strengths predicted the psychological flow of the subjects

## مقدمة:

ينشد العلماء في شتى التخصصات والمجالات تسخير العلم والمعرفة لخدمة البشرية، وحل مشكلات الإنسان والتغلب على الصعاب التي تواجهه في حياته، بل يتطلعون إلى أبعد من ذلك من خلال السعي الدؤوب لتوظيف العلم في تحقيق الرفاهية والسعادة وحسن الحال.

إلا أن علم النفس اهتم لسنوات عديدة بالجانب المظلم والمضطرب من حياة وشخصية الإنسان، حيث أولى معظم اهتماماته ودراساته بالمشكلات والاضطرابات السلوكية والنفسية والشخصية في حياة الفرد والمجتمع، ومحاولة مساعدة الإنسان في علاج تلك الاضطرابات، دون الاهتمام بالجوانب الإيجابية والقيم الأخلاقية والفضائل في شخصية الإنسان، وكيفية الاستفادة منها في مواجهة الصعاب، وتحقيق السعادة والرفاهية النفسية.

هذا بالرغم من تأكيد علماء علم النفس على أهمية القيم الأخلاقية في مرحلتي الطفولة والمراهقة، حيث أهمية قيم الصدق والأمانة، واحترام الآخرين خلال مرحلة الطفولة، بالإضافة إلى أهمية قيمة الصداقة والحياة الأسرية والحرية البدنية والخصوصية والإثارة والاعتراف أو التقدير الاجتماعي وكذلك قيمة اعتبار الآخرين والنظافة والمرح، أما في مرحلة المراهقة فتتفق الدراسات على أن القيم التي تحظى بأهمية هي: الحرية والاستقلال والإنجاز وتقدير الذات والمساواة والاعتراف الاجتماعي والصداقة والأمانة والتدين والصدق (عبد اللطيف محمد، ١٩٩٢، ص ص ٢٠-٢٢).

ويرجع تأخر اهتمام علم النفس بدراسة القيم بوجه عام وارتقائها عبر العمر بوجه خاص إلى الاعتقاد بأنها تقع خارج نطاق البحوث الإمبريقية، وأنه من الصعب قياسها وتحديد أبعادها وعلاقتها بغيرها من المتغيرات، والنظر إليها على أنها قوى لا عقلانية لا تخضع للمعالجة التجريبية العملية (عبد اللطيف محمد، ١٩٩٢، ص ص ١٣-١٤).

إلى أن ظهر علم النفس الإيجابي كأحد فروع علم النفس الذي يركز اهتمامه على اكتشاف الإيجابيات وأوجه القوى والاقترار والفضائل والقيم، وتنمية الإمكانيات لدى الفرد والجماعة والمجتمع، والعمل على تعزيزها وصولاً إلى تحقيق السعادة وحسن الحال (مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ٩).

ويضم علم النفس الإيجابي العديد من المجالات، فعلى المستوى الشخصي يهتم بالماضي كحالات الرفاهية، والقناعة والرضا، وبالحاضر كالتدفق والسعادة، وبالمستقبل كالتفاؤل والأمل. وعلى المستوى الفردي يهتم بالخصائص الفردية الإيجابية كالحب، والشجاعة، والمثابرة والعفو، والروحانية والحكمة، وعلى مستوى الجماعات يهتم بالفضائل المدنية. ودفع الأفراد إلى المواطنة الصالحة كالمسئولية، والإيثار، والاعتدال، والعفو، وأخلاقيات العمل (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2014, p.280).

فعلم النفس الإيجابي هو الدراسة العلمية لمكامن القوى والفضائل التي تمكن الأفراد والمؤسسات والمجتمعات من الازدهار (محمد السعيد، ٢٠١٤، ص ١٧).

ويعرف Park, Peterson & Seligman (2006) مكامن القوى في الشخصية Character Strengths بأنها القيم العاملة والفضائل التي تتصل بالمستوى الشخصي وتوافقه وتنظيمه مع الذات ومع الآخرين، وهي قيم إيجابية شائعة في الشخصية الإنسانية الإيجابية (في سلامة يونس، ٢٠١٥).

وترتبط مكامن القوى في الشخصية بالعديد من المتغيرات المعرفية والنفسية، منها والرضا عن الحياة والسعادة والحالة النفسية والتدفق، والتحصيل، حيث يرتبط التحصيل ببعض القوى الشخصية ولعل أكثرها المثابرة والحب والامتنان، كما يرتبط الرضا الوظيفي بالحيوية والمغامرة، ويرتبط الرضا عن الحياة بالتنظيم الذاتي (Park, 2009, p.140).

كما توصلت نتائج دراسة ( Shimai, Otake, Park, Peterson & Seligman, 2006) إلى وجود علاقة ارتباطية بين السعادة وكل من الأمل، والفضول، والامتنان، وتوصلت دراسة ( Peterson, Ruch, Beermann, ) ( Park & Seligman, 2007) إلى أن أكثر مكامن القوى في الشخصية ارتباطًا بالرضا عن الحياة هي الحب والأمل والفضول والحيوية، كما أن الامتنان يسهم في التنبؤ بالرضا عن الحياة، كما توصلت دراسة ( Park & Peterson, 2009) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين بعض مكامن القوى في الشخصية والفضائل: مثل الامتنان والحماس والفضول والحب بكل من الرضا عن الحياة والرفاهية والسعادة النفسية، والمثابرة والحب والامتنان بالتحصيل الأكاديمي، والشجاعة وتقدير الجمال والإنجاز والنجاح، والروحانية بمعنى الحياة.

وتوصلت دراسة ( Linley, Nielsen, Gillett & Biswas-Diener, ) (2010) إلى أن استخدام القوى الشخصية والفضائل يرتبط بتحسين عمليات تحقيق الأهداف، وهذا بدوره يرتبط بتحقيق الحاجات النفسية وتعزيز الرفاهية النفسية.

كما تساعد مكامن القوى في الشخصية والفضائل لدى الأفراد في تحسين التدفق النفسي والانهماك والاستيعاب النفسي لديهم بما يمكنهم من تحقيق السعادة (Duckworth, Steen & Seligman, 2005, pp.635-637).

بل أن التدفق النفسي هو المكافأة التي يتلقاها الفرد نتيجة لتوظيف واستغلال قواه وفضائله الإنسانية، فهو التجربة المرتبطة بتوظيف أكثر نقاط القوى والفضائل التي يتمتع بها الفرد في مواجهة التحديات العظمى القابلة للتنفيذ وما تتضمنه من الإحساس بالمتعة والانغماس والانهماك الكامل في

النشاط لدرجة إحساس الفرد بتوقف بالزمن (Duckworth, Steen & Seligman, 2005, p.639).

ويعد التدفق النفسي حالة من الانغماس في عمل تلو العمل وفقا لمنطق داخلي نون الحاجة إلى تدخل واعي من جانب الفرد، يصاحبه شعور بالسيطرة والتحكم في الأنشطة، وانعدام للتمييز بين الذات والبيئة، وانعدام التمييز بين الماضي والحاضر والمستقبل (Csikszentmihalyi, 2014, p.136).

ويرتبط التدفق النفسي بالعديد من المتغيرات والعوامل النفسية والشخصية منها المثابرة، وفاعلية الذات، والرضا عن الذات، والفاعلية الإيجابية، والرضا عن الحياة.

وهذا ما أكدته الدراسات المختلفة ومنها دراسة محمد السيد (٢٠٠٩) التي توصلت إلى أنه توجد علاقة إيجابية بين التدفق وبين الاعتماد على النفس، المثابرة، فاعلية الذات، مستوى الطموح، تحمل المسؤولية، الدافع للإنجاز، الثقة بالنفس، بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التدفق وكل من القلق، الاكتئاب، الإحباط واليأس، والملل والرضا عن الذات.

كما توصلت دراسة (Collins, Sarkisian & Winner, 2009) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والمؤثرات الإيجابية كالشعور بالحيوية، والحماس، والسعادة، بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التدفق والمؤثرات السلبية كالحزن وخيبة الأمل، كما أن التدفق يسهم بدرجة متوسطة في التنبؤ بالرضا عن الحياة، بينما كشف دراسة الجوهرية عبد القادر (٢٠٠٥) عن وجود ارتباط سالب بين الوحدة النفسية والإحساس بالتدفق.

لذا يعد التدفق النفسي من المتغيرات المهمة في علم نفس الايجابي لأنه في يسهم توظيف مكامن القوى في الشخصية لدى الفرد في مواجهة



التحديات، ولأنه منبأ بالرضا عن الحياة، والسعادة ولارتباطه بالثقة بالنفس ومستوى الطموح والمثابرة .  
مشكلة الدراسة:

بالرغم من أن علم النفس الإيجابي ظهر حديثاً إلا أن موضوعاته متمثلة في القيم الأخلاقية ومكامن القوى في الشخصية والفضائل، وكيفية تحقيق السعادة وطيب الحياة النفسية للإنسان قديمة قدم الأزل، لأنها هدف تنشده كل الأديان السماوية والحضارات القديمة العريقة، والفلاسفة القدامى.

فقد كشف جلال شمس الدين (٢٠٠٥) من خلال دراسته البحث عن الفضائل والقيم لدى الشعوب القديمة إلى أن هناك العديد من الفضائل والقيم السائدة في الحضارات القديمة حيث تحلى القدماء المصريين بالعدل، الأمانة، المساواة، الطهر، العفة، الصدق والقناعة والشفقة، وتحلى البابليين والآشوريين بالصدق والعدالة والعفة والبعد عن الشر، وحكماء الصين بالجرية والسلام والصلاح، والمحبة والتراحم، أما عما تحلى به اليوناني القديم فكان الخداع والقسوة، العفة والطهارة، والعطف على العاجزين، العدالة وكراهية الفساد والرشوة، كما أن النفس عند أفلاطون تتكون من ثلاث درجات هي الشهوة وفضيلتها الاعتدال، والإرادة وفضيلتها الشجاعة، والفكر وفضيلته الحكمة، وأخيراً نجد القيم عند العرب تضمنت القول الجميل، الإيثار، إنجاز الوعد، الشجاعة والبطولة، الكرم والشهامة، الأمانة، وهذا لا يعنى أن هذه الشعوب كانت تخلو من الرذائل بل كانت لهم رذائل يألم لها الإنسان.

وهذا يؤكد أيضاً أن المحتوى المتضمن في مجال علم النفس الإيجابي من إبداع وذكاء وجداني وموهبة وسعادة وتفاؤل والرفاهية النفسية والصمود والشجاعة والروحانية والفضائل محتوى قديم جاء من الفلسفة والديانات والوعظ الديني، إلا أنها لم تصل إلى مرتبة الموضوعات العلمية، وعلى

الرغم من ذلك فإن هناك فضائل إنسانية وما أن تصاغ صياغة إجرائية علمية وتخضع للمحكات العلمية فإنها يمكن أن تصبح أبنية سيكولوجية (روسو فرناندي، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ١٨٦-١٨٧).

كما أن هناك تزاوج بين مكامن القوى في الشخصية والإطار الاجتماعي، إذ أن كثيرا من تلك القوى ترتبط وتظهر في إطار اجتماعي، فكل علاقة اجتماعية تتضمن قوى إنسانية تنشأ وتنمو من خلالها، إلا أن هذه القوى المتفاعلة بين البشر لم تلق الاهتمام الذي يتناسب مع أهميتها، لذا يجب حشد الأبحاث لدراساتها (ليزا ج. اسبينول، اورسولا م. ستودينجر، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ٢٣).

وقد يرجع قصور الاهتمام هذا إلى اعتقاد الباحثين بأن مثل هذه القيم، ومكامن القوى تقع خارج نطاق البحوث الأمبريقية، وأنه من الصعب قياسها وتحديد أبعادها وعلاقتها بغيرها من المتغيرات، والنظر إليها على أنها قوى لا عقلانية لا تخضع للمعالجة التجريبية المعملية، ولأنها جوانب من وحي الدين، بالإضافة إلى الاعتقاد بأن الشخصية ذاتها طيبة أو سيئة هي نتيجة لقوى بيئية، فالبيئة إذا كانت سيئة بدرجة كبيرة سوف يغلب تأثيرها على الطابع الشخصي الإنساني الحسن، كما أن العلوم الإنسانية والاجتماعية تدعو لتجنب المفهوم القيمي حيث أنه يدعو إلى اللوم؛ لذلك تسلت المفاهيم ذات الطبيعة الأخلاقية مثل القوى والفضيلة والطابع الشخصي إلى علم النفس متخفية في مفهوم الشخصية (عبد اللطيف محم، ١٩٩٢، ص ١٣-١٤؛ مارتن سليجمان ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ١٦٥-١٦٦).

إلا أن الدين الإسلامي الحنيف لم يغفل ذلك فمن خلال تقضى أسس علم النفس الإيجابي في القرآن والسنة، توصلت دراسة فاطمة محمد (٢٠١١) التي استخدمت منهج البحث الوثائقي في تقصى الآيات القرآنية وتفسيرها والأحاديث النبوية الشريفة التي تهدف لبناء القوة والقدرة والمتعة والصحة في

مكامن القوى في الشخصية كمنيات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الإنسان، إلى أن الإيجابية النفسية بكل معانيها متجذرة في دين الإسلام، حيث هدت الكثير من الآيات والأحاديث إلى هذه المفاهيم والسلوك الذي من شأنه أن يعزز كفاءة الإنسان وسعادته وإيجابيته في الحياة بكل مناحيها حتى يصل إلى أعلى درجات تحقيق الذات على المستوى الشخصي والمجتمعي.

فمكامن القوى في الشخصية سمات أخلاقية يمكن بنائها لدى الأفراد ويمكن إكسابها لهم، حتى وإن كانت أصولها في الحقيقة ضعيفة (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٦، ص ١٣٥).

ويوضح الإمام الغزالي الفضيلة والخلق بأنه هيئة في النفس راسخة، عنها تصدر الأفعال بسهولة ويسر من غير حاجة إلى فكر وروية، فإن كانت الهيئة بحيث تصدر عنها الأفعال الجميلة المحمودة عقلاً وشرعاً، سميت تلك الهيئة خلقاً حسناً، وإن كان الصادر عنها الأفعال القبيحة سميت الهيئة التي هي المصدر خلقاً سيئاً (زكي مبارك، ٢٠١٢، ص ١٥٠).

وتكشف الدراسات أن البناء العاملي لقيم المراهقين والراشدين ينتظم حول بعدين أساسيين هما: نسق التوجه الاجتماعي الأخلاقي، ويتعلق بالقيم الأخلاقية والدينية، والتفاعل بين الأشخاص، ونسق التوجه نحو الاستقلال ويرتبط بقيمة الإنجاز والاستقلال والسعي نحو التفوق والإبداع (عبد اللطيف محمد، ١٩٩٢، ص ص ٢٢-٢٣).

كما اكتشف باحثو الوقاية أن العديد من مكامن القوى في الشخصية والفضائل تعمل كحواجز ومضادات للأمراض النفسية والعقلية ومنها الشجاعة، سعة الأفق، التفاؤل، فن التعامل مع الآخرين، الأمل، والصدق والمثابرة، والحكمة، والتدفق، لذا سيكون جزء كبير من الوقاية في هذا القرن معتمداً على إقامة علم للقوى يساعد في فهم كيفية تعزيز هذه القوى والفضائل لدى الشباب (Seligman, & Csikszentmihalyi, 2014, p.284).

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

وهذا ما أكدته نتائج الدراسات حيث تشير إلى أنه في أعقاب بعض أحداث الحياة السلبية قد تعمل بعض مكامن القوى في الشخصية كمنطقة عازلة تساعد في الحفاظ على الرفاهية أو حتى زيادتها بالرغم من التحديات التي تواجهه (Park, 2009, p.140).

كما أن الشعور الإيجابي الأصيل هو المستمد من ممارسة مظاهر مكامن القوى والفضائل الشخصية، لا من اللجوء إلى الطرق المختصرة إلى السعادة والبهجة والراحة كالتليفزيون أو المشروبات الكحولية التي تؤدي إلى الخواء والاكتئاب والقلق (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ١٨-١٩). ولا يقتصر الأمر على الدور الوقائي فقط لمكامن القوى في الشخصية، بل أن تنمية بعضها كالامتنان والعفو والتفاؤل والإيثار يعمل على تحسين الحياة الشخصية، والوعي بالأفكار والمشاعر الإيجابية، والعرفان بالجميل، وملاحظة الخير في الآخرين، وفهم الذات، ومستوى السعادة، ومواجهة المشكلات، وفهم عمل النفس بصفة خاصة (Khrantsova, 2008)، وتنمية السعادة والتفاؤل والامتنان يسهم في تحسن في الرفاهية النفسية من خلال تحسن في السعادة والتفاؤل والمشاعر الإيجابية (Akhtar, 2009).

وبالرغم من هذا الدور الوقائي والإنمائي والعلاجي لمكامن القوى في الشخصية، إلا أن العديد من الدراسات السابقة ركزت على صفة واحدة من القوى أو القيم أو على بعض منها دون أن تفسح المجال لدراسة منهجية لبنية أو هيكل الشخصية متعددة الأبعاد وذلك من خلال قياس مجموعة كاملة من الصفات الإيجابية (Park, 2009, p.136).

وهذا هو الحال أيضا في معظم الدراسات العربية التي تناولت موضوع القيم والفضائل والقوى الشخصية، حيث اقتصرت الدراسة على صفة واحدة فقط، ومنها دراسات (السيد كامل، ٢٠٠٩؛ حازم شوقي، ٢٠١٤؛ سيد أحمد، ٢٠٠٩؛ شيرين محمد، ٢٠١٠).

وفي ضوء ذلك وما توصلت إليه الدراسات السابقة أمكن تحديد مجموعة من مكامن القوى في الشخصية التي تتناولها الدراسة الحالية وهي: إصدار الحكم، المنظورية، الحيوية، الشفقة، العدل، العفو، الامتتان، والروحانية.

وقد راعى الباحث في اختيار هذه القوى أن تكون مكون أساسي في بناء النسق القيمي لدى طلاب الجامعة، وأن تمثل هذه القوى الفضائل الإنسانية الست وهي: فضائل الحكمة والمعرفة، وفضائل الشجاعة، والفضائل الإنسانية، وفضائل العدالة، وفضائل الاعتدال والزهد، وفضائل التسامي والسمو.

ولما كان الانفعال الإيجابي يمكن أن يكون حول الماضي أو الحاضر أو المستقبل، والتي حول المستقبل تتضمن التفاؤل والأمل والإيمان والثقة، أما حول الحاضر فتتضمن البهجة والسكينة والحيوية والحماس الزائد واللذة وأهمهما التدفق، أما حول الماضي فتشمل الرضا، والقناعة، والإنجاز، والإخلاص (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ٨٧).

لذا كان الاهتمام بالتدفق النفسي باعتباره تجربة ذاتية تتميز بالتركيز العميق والمتعة وهي مكونا من مكونات الرفاهية والعمل الإنساني الأمثل، الذي يسهم في تشكيل عملية مستمرة من الاختيارات النفسية (Jackson, 2014, pp.2308-2309).

وتحدث حالة التدفق حين يصبح الفرد منخرط في مهام قابلة للسيطرة ولكنها تمثل تحدياً وتتطلب مهارة عالية وتكون مدفوعة داخلياً (مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ١٦٦).

كما أن الإحساس بالمتعة في حالة التدفق لا يرتبط بمتعة إنهاء العمل ونيل المكافأة، وإنما متعة الانشغال والانهماك والتركيز الكلي على المساعي والأهداف، فالتدفق النفسي يحظر على الفكر والشعور وقد يرجع هذا إلى

انسحاب كل المصادر النفسية التي قد تروج الفكر والشعور وإعادة توظيفها واستخدامها في التركيز على المهمة والنشاط ( Duckworth, Steen & Seligman, 2005, p.639).

وحيث أن التدفق هي الغاية والمكافئة في جوهرها؛ لذا يسعى الأفراد لتكرار خبرة التدفق، وهذه يقدم وظيفة نفسية انتقائية تعزز من نمو الشخصية (Landhäußer & Keller, 2012, p.79).

وترتبط خبرة التدفق بالأداء المرتفع في مختلف مجالات الحياة الإنسانية، كالأداء الأكاديمي، والأعمال الفنية، والإبداع العلمي، والأداء في الرياضي (Schuler, 2012 pp.1304-1305).

في ضوء ما سبق عرضه جاءت هذه الدراسة لتجيب عن الاسئلة التالية:-  
(١) ما العلاقة بين مكامن القوى في الشخصية: الحكم، والمنظورية، والحيوية والحماس، والشفقة، والعدل، والعفو، والامتنان، والروحانية، وبين التدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا؟  
(٢) ما مدى إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي وأبعاده من خلال مكامن القوى الشخصية لدى طلاب؟

أهداف الدراسة: مما سبق يمكن تحديد أهداف الدراسة فيما يلي:

١. تحديد العلاقة بين مكامن القوى في الشخصية: الحكم، والمنظورية، والحيوية والحماس، والشفقة، والعدل، والعفو، والامتنان، والروحانية، وبين التدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا.
٢. الكشف عن إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا في ضوء مكامن القوى في الشخصية لديهم.

أهمية الدراسة: تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

١. أهمية المتغيرات التي يتم تناولها بالدراسة الحالية باعتبارها أساس لعلم النفس الإيجابي وفي ذات الوقت هدف له يسعى لتنميتها لدى الأفراد

وهي: التدفق النفسي، الحكم، والمنظورية، والحيوية والحماس،  
والشفقة، والعدل، والعفو، والامتنان، والروحانية، والتي تسهم في  
تحقيق الرفاهية والسعادة والرفقي وطيب الحياة النفسية لديهم.  
٢. تكشف الدراسة عن مكامن القوى في الشخصية الذي يتمتع بها طلاب  
الجامعة.

٣. تساعد هذه الدراسة في التدبؤ بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب.  
٤. يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية عند إعداد البرامج الإرشادية  
لتنمية التدفق النفسي أو مكامن القوى في الشخصية لدى الطلاب.  
٥. توفر الدراسة الحالية مقياس لمكامن القوى في الشخصية يمكن الاستفادة  
منه في عملية الكشف عن هذه القوى لدى الطلاب.

الإطار النظري:

أولاً: مكامن القوى في الشخصية: Character Strengths

(١) مفهوم مكامن القوى في الشخصية:

مكامن القوى في الشخصية هي خصال إيجابية تجلب الشعور الحسن  
والإشباع، وهي توجهات ترتبط بمشاعر لحظية معينة (مارتن سليجمان،  
٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ٢١).

كما تعرف بأنها الحكمة والمعرفة بالأمور الأساسية في الحياة وتطبيق  
هذه المعرفة من خلال إستراتيجيات إدارة الحياة والتي تتمثل في الاختيار  
وتحقيق الأداء الأمثل، والتعويض في حالة الفقد (بول ب. بالتس، الكساندر  
فروند، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ٣٥).

ويرتبط مفهوم القوى أول ما يرتبط بسمات الشخصية إلا أن كل سمة  
وراءها العديد من العمليات المهمة في تفسير الفرد للمواقف المختلفة وكيفية  
الاستجابة لها، وتتمثل في القدرة على الاستخدام المرن للمهارات والموارد

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

التي يتطلبها حل مشكلة ما أو تحقيق هدف ما (ليزا ج. اسبينول، اورسولا م. ستودينجر، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ١٨-٢٠).

كما تعرف مكامن القوى في الشخصية بأنها خليط من الخصائص المعرفية والوجدانية والاجتماعية السيكولوجية، وفضائل أخلاقية أخرى ذات أهمية معرفية ومنهجية مختلفة، حيث أن القوى تتميز بنمطين من الخصائص أولهما سيكولوجي والثاني أخلاقي، (روسو فرناندي، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ١٨٧-١٨٩).

وتعرف بأنها قدرة طبيعية للتصرف، والتفكير، والشعور بطريقة تسمح من الأداء النفسي الوظيفي المثالي والانفعال باتجاه تحقيق نواتج مفيدة ومقدرة (محمد السعيد، ٢٠١٤، ص ٩٤).

وبالتالي لا تكون مكامن القوى مجموعة من الخصائص المحدودة، وإنما مفهوم متعدد المجالات، وذو إطار دينامي، ويعتمد على معايير معينة، فبالنسبة لتعدد المجالات لأن مكامن القوى تتضمن خصائص متعددة تمتد من الخصائص الجسمية إلى الاجتماعية إلى النفسية الروحية، وهذه الخصائص تربطها علاقات تفاعل وتكامل، أما بالنسبة للدينامية فذلك لأن وظيفة سلوك معين تعتمد على الإطار الذي يقع فيه وعلى النتائج التي تترتب عليه، وهذا الإطار يتحدد بالسن والجنس والجماعة الاجتماعية والموطن والعرف، أما المعايير فتقوم على وجود معلومات عن السلوك المقبول أو المرفوض (بول ب. بالتس، الكساندر فروند، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ٣٦-٣٥).

ولما كانت معظم تعريفات مكامن القوى في الشخصية توضح إنها تتضمن جانب قيمي أخلاقي لذا من الواجب التعرض لمفهوم القيم. فالقيم هي المبادئ أو القواعد التي تحكم سلوك فرد معين أو جماعة معينة في عصر معين (جلال شمس الدين، ٢٠٠٥، ص ١٠).



وهي عبارة عن الأحكام التي يصدرها الفرد بالتمييز أو عدم التمييز للموضوعات أو الأشياء، وذلك في ضوء تقييمه أو تقديره لهذه الموضوعات أو الأشياء، وتتم هذه العملية من خلال التفاعل بين الفرد بمعارفه وخبراته، وبين ممثلي الإطار الحضاري الذي يعيش فيه ويكتسب من خلاله هذه الخبرات والمعارف (عبد اللطيف محمد، ١٩٩٢، ص ٥١).

والحكم هو اختيار الفرد للمعلومات بصورة موضوعية ومنطقية من أجل صالحه الشخصي وصالح الغير (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ١٨٠).

أما المنظورية فهي القدرة على تقييم المشورة للآخرين، والنظر إلى العالم بطرق ذات معنى للذات والغير (مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ١٩٣). والحيوية والحماس يقصد به أن يحيا الفرد حياة المجازفة وبالإضافة إلى الشعور بالنشاط والحيوية عند تنفيذ مهامه بدلا من آدائها بشكل ناقص أو بغير رغبة (Park & Peterson, 2008).

والشفقة مجموعة مكونات سلوكية وانفعالية ودافعية، تثير وتحفز الفرد على أداء الأفعال والسلوكيات الاجتماعية التي تبني الثقة والقبول والعلاقات الاجتماعية بين الأفراد (Kerr, O'Donovan, & Pepping, 2015).

والعدل لغةً هو الحكم بالحق وهو خلاف الجور، واصطلاحاً الأمر المتوسط بين الإفراط والتفريط (خالد بن جمعة، ٢٠٠٩، ص ٤٢١).

كما يعرف بإقامة المساواة والموازنة بين الأمور، بأن يعطى كل شيء ما ينبغي أن يعطاه، أي أن يثاب المحسن بإحسانه ويعاقب المسيء على إساءته وينتصف للمظلوم من ظالمه (محمد الكتاني، ٢٠٠٣).

والعفو هو ترك الانفعالات السلبية والأفكار الانتقامية والسلوكيات العدائية المصاحبة لحالة الاستياء والغضب والبغض الموجه نحو الذات أو نحو الشخص المسيء (سيد أحمد، ٢٠٠٩).

والامتنان هو تقييم معرفي وجدائي إيجابي، يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له أو يقدم إليه من خدمات، في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات، والفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والشكر للمحسنين ومحبة الغير (هاني سعيد حسن، ٢٠١٤).

والروحانية تلك المعتقدات القوية والتماسكة حول معنى ومغزى القوى العليا للوجود (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ١٨٦). ويعرف الباحث مكامن القوى في الشخصية إجرائياً بأنها مجموعة من الخصائص المعرفية والاجتماعية والاخلاقية والروحية التي تميز الفرد بالحكمة والروحانية والشفقة والامتنان وتمنحه القدرة على الحكم وتقديم النصح والرأي السديد وتقاس بدرجة الطالب على مقياس مكامن القوى في الشخصية المعد لذلك.

(٢) الرؤى والآراء حول مكامن القوى في الشخصية: كما يلي:

أ. مكامن القوى في الشخصية كسمات وخصائص شخصية:

يرتبط مفهوم القوى أول ما يرتبط بخصائص أو سمات الشخصية التي ترتبط بطيب الحياة، إلا أن منحى دراسة السمات يكشف عن وجه واحد من مكامن القوى في الشخصية، ولا يأخذ في الاعتبار العمليات والديناميات وراء تلك القوى ولا يركز على التفاعل بين السمة الشخصية ومواقف معينة، وأن لكل سمة أو قوى وراءها العديد من العمليات المهمة التي تساعد في تفسير الفرد للمواقف المختلفة وكيفية الاستجابة لها، فمكامن القوى ليس مرادفاً للسمات والخصائص المميزة للشخصية، وإنما تتمثل في القدرة على الاستخدام المرن لأكبر قدر من المهارات والموارد التي يتطلبها حل مشكلة ما أو تحقيق هدف ما، أما العمليات العقلية والسلوكية والاجتماعية تتضمن القدرة على تغيير المنظور حول مشكلة أو موقف ما واستخدام خبرات ذاتية أو خبرات

الغير في التخطيط لاتخاذ إجراءات معينة(ليزا ج. اسبينوول، اورسولا م. ستودينجر، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ١٩-٢٠).

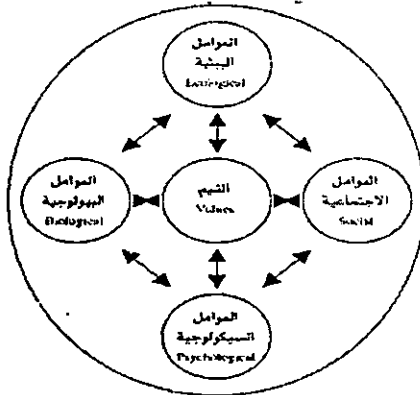
#### ب. مكامن القوى في الشخصية والإطار الاجتماعي:

هناك تزاوج بين القوى والإطار الاجتماعي حيث يحتاج الإنسان لخبرات ومواقف تساعد على تحقيق النمو في مراحل حياته، فهناك خصائص معينة في الموقف الواحد تساعد على نمو القوى الشخصية، وخصائص أخرى في الموقف نفسه قد تعوق نمو هذه القوى، وهناك منطلق آخر لهذا التزاوج وهو أن كثيرا من القوى ترتبط وتظهر في إطار اجتماعي، فقدرة الإنسان على إقامة علاقة ود قد تكون أكبر جوانب القوى أي أن كل علاقة اجتماعية تتضمن قوى إنسانية تنشأ وتتمو من خلالها(ليزا ج. اسبينوول، اورسولا م. ستودينجر، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ٢٢-٢٣).

وهذا ما أكده إيلن بركايد(٢٠٠٣) من أن مكامن القوى ترتبط بالعلاقة مع الآخرين، فأقوى مظاهر مكامن القوى عند الإنسان ذات صلة وثيقة بعلاقاته مع الآخرين، فهي المسؤولة عن بقاء الإنسان، لذا فمكامن القوى تبدأ منذ العلاقات الأولية مع الأم وأهمها علاقة التعلق والتي تؤسس لتكوين الأنا والهوية الشخصية، وتؤسس للطمأنينة التي هي أساس الصحة النفسية والمناخ النفسية وحسن الحال والسعادة(مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ١٩٥-١٩٧).

ويتفق إيلن بركايد(٢٠٠٣) مع عبد اللطيف محمد (١٩٩٢) حيث يرى أن محددات اكتساب القيم ثلاثة؛ المحددات البيئية والاجتماعية حيث يمكن تفسير أوجه التشابه والاختلاف بين الأفراد في ضوء اختلافات المؤثرات البيئية والاجتماعية والتي تضم ثلاثة مستويات هي الثقافة والأسرة والجوانب الاجتماعية الفرعية كالجنس والدين والمهنة ومستوى التعليم، والمحددات السيكولوجية وتتضمن سمات الشخصية ودورها في تحديد التوجهات القيمية

للأفراد، والمحددات البيولوجية وتشتمل على الملامح أو الصفات الجسمية والتغيرات في هذه الملامح وما يصابها من تغيرات في القيم، وهذا ما وضحه في الشكل التالي (ص ص ٧٣-٧٥).



شكل (١) محددات اكتساب القيم

في حين يرى فريق آخر أن مكامن القوى هي أساليب المرء في التغلب على العقبات أو الانتصار على المعوقات التي تثبط الهمم أو الخروج بنجاح من المحن الضاغطة، أي أن مكامن القوى ثلاثة هي المثابرة، العزوف، والنمو، فالمثابرة هي الالتزام بالهدف والثقة في تحقيقه والإصرار في مواجهة أكبر الصعاب وتدوير الوسائل للتغلب عليها، أما العزوف أو التراجع أو الانسحاب فيقصد به التخلي عن الهدف غير المهم، أو اختيار مسار بديل متاح، أو اتخاذ بدائل جديدة، أو التحول لنشاط آخر لتحقيق الهدف، وأخيرا فالنمو يقصد به أن المرء ينمو ويتطور من خلال الخبرة، فالنمو يفتح طاقات الحياة من خلال الممارسة والتحدي والمرونة باختبارات الحياة، حيث قد يترتب على المعوقات بعض المكاسب والفوائد كإكتساب مهارات جديدة، أو اتساعاً في المعرفة والخبرة، أو مرونة في مواجهة المواقف، أو إحساس بالتمكن والثقة بالنفس (تشارلز كارفر، ميشيل شبير، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص ص ١٢١-١٣٢؛ مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ٢٠١).

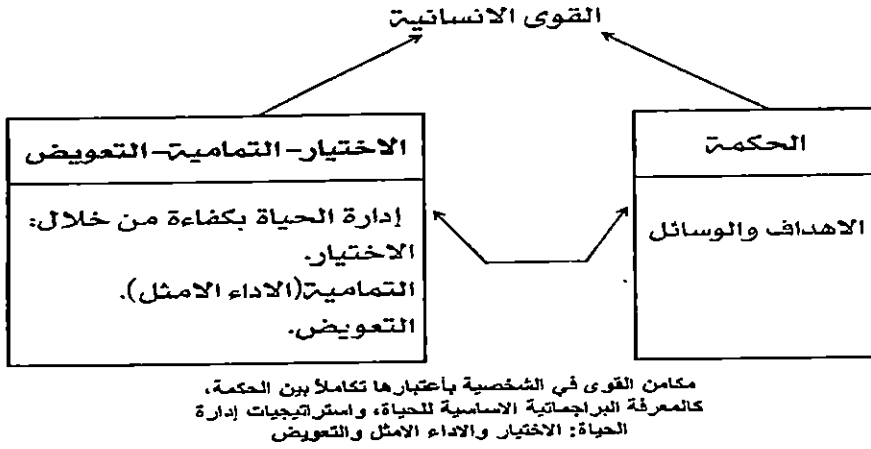
ومن العرض السابق يتضح انه لا يمكن ان تقتصر مكامن القوى في الشخصية على السمات والخصائص الشخصية فقط واغفال الجانب الاجتماعي الذي تربطه معها علاقة تأثير وتأثر حيث تظهر بعض هذه السمات في المواقف الاجتماعية، كما ان العلاقات الاجتماعية هي في حد ذاتها قوى ضمن مكامن القوى في الشخصية.

جـ. مكامن القوى في الشخصية باعتبارها التناغم بين الحكمة والاختيار الأمثل مع التعويض:

تؤكد مكامن القوى على الإنسان الأمثل وتعتبر الحكمة مثالا لفكرة الإنسان الأمثل، والحكمة هي نظام معرفي يتضمن الخبرة بأساسيات التعامل البراجماتي والعملي، وتتضمن ذلك المعرفة والتقييم للسلوك والهدف ومعنى الحياة، والتكامل التام بين العقل والطابع الشخصي أي التناغم الكامل بين المعرفة والفضائل.

إلا أن هناك فروقا مهمة بين الحكمة بوصفها معرفة والحكمة بوصفها سلوكاً حكيماً، حيث أن هناك ثلاث عمليات أساسية تساعد على اكتساب المعرفة المرتبطة بالحكمة والتعبير عنها سلوكياً وهي الاختيار، والاستخدام الأمثل، والتعويض، ويقصد بالاختيار أي اتخاذ هدفاً والإضافة إليه والالتزام به، ويقصد بالاستخدام الأمثل اكتساب الوسائل والموارد المناسبة وتحسينها وتنظيمها وتطبيقها لتحقيق الأهداف بأعلى مستوى من الأداء، ويقصد بالتعويض استخدام وسائل بديلة عند فقد الوسائل المتاحة وذلك بهدف المحافظة على مستوى معين من الأداء (بول ب. بالنس، الكساندر فروند، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ص ٤٠ - ٤٦).

ويوضح الشكل (٢) التالي الرأي القائل بأن مكامن القوى في الشخصية هي التناغم بين الحكمة والاختيار الأمثل مع التعويض.



شكل (٢) مكامن القوى الشخصية باعتبارها تكاملاً بين الحكمة والاختيار الأمل مع التعويض

أي أن الحكمة والاختيار والاستخدام الأمل والتعويض تكامل يعزز القوى الإنسانية، إذا ما عمل بصورة متلازمة حيث يشكلان معاً ثنائياً من إستراتيجيات المعرفة والسلوك، فالحكمة تتضمن الاختيار بين الغايات وأي الوسائل لها معنى في مجرى الحياة، ومرغوبة أخلاقياً، أما الاختيار والاستخدام الأمل والتعويض فيحدد كيفية الوصول للغايات بصرف النظر عن طبيعة تلك الغايات (بول ب. بالتس، الكساندر فروند، ٢٠٠٦/٢٠٠٣، ص٤٧).

(٣) مكامن القوى في الشخصية شعورية أو تلقائية:

ليس من الضروري أن تكون جميع مكامن القوى في الشخصية شعورية ومرتبطة بفعل أو رد فعل مقصود، فالتطور الإنساني قد فرز أنماطا ونماذجا من مكامن القوى في الشخصية تلقائية وغير مقصودة بل تتم بطريقة آليه، كما أن اكتساب المعرفة وتنمية المهارة في أي مجال يؤدي إلى أن تصبح الأفعال وردود الأفعال تلقائية وبذلك قد تكون مكامن القوى في

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الشخصية شعورية وقصدية أو تلقائية، وآليه (ليزا ج. اسبينول، اورسولا م.  
ستودينجر، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ص ٢٠ - ٢١).

(٤) الفروق بين مكامن القوى في الشخصية والمواهب والقدرات:

المواهب والقدرات في ظاهرها تبدو فطرية وأكثر ثباتاً وأقل من مكامن  
القوى والفضائل خضوعاً للإرادة، كما أنها تبدو أكثر قيمة من حيث نتائجها  
المحسوسة، أكثر من قيمتها في ذاتها، كما أن تحديدها لا يحتاج إلى الاختيار  
الحر (كريستوفر بيترسون، مارتن سليجمان، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ص ٤٢٤ -  
٤٢٥).

(٥) تصنيف مكامن القوى في الشخصية:

من أهم ملامح علم النفس الإيجابي رفضه لما يعرف بالنسبية  
الأخلاقية؛ لأن هناك سمات أخلاقية تحظى باعتراف وتقدير الغالبية العظمى  
من البشر، وأن الالتزام بهذه السمات والفضائل يزيد من احتمالات السعادة  
(محمد السعيد، ٢٠١٤، ص ١١).

لذا اقترح سليجمان تصنيف أولى لمكامن القوى في الشخصية وهي  
المستوى الذاتي: وتضم مجموعة متجانسة من المتغيرات الذاتية يرتبط بعضها  
ببعض بعلاقة قوية وكل منها يشير إلى خبرة إيجابية مثل حسن الحال،  
الإبداع، الرضا، الأمل، التفاؤل، السعادة، والمستوى الفردي: وتتضمن خليطاً  
من الفضائل الأخلاقية مثل الحب، والصفح، والشجاعة، والروحانية  
والخصائص العلمية المعرفية كالأصالة والموهبة والحكمة، وأخيراً على  
المستوى الجماعي: تضم الخصائص المصنفة بوصفها فضائل مدنية (روسيو  
فرناندي، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ١٩٠).

كما يمكن تصنيف جوانب القوى في خمس مجموعات بوصفها حالات  
سيكولوجية إيجابية كما يلي:

- أ. المجموعة الانفعالية الإيجابية: تضم التفاؤل وحسن الحال والسعادة والرضا باعتبارها انفعالات ذاتية إيجابية.
- ب. المجموعة الدافعية وتشير إلى الطرق التي تدركها الذات لضبط المواقف الخارجية كفاءات الذات، التصميم الذاتي، دافعية داخلية، تحقيق الذات.
- ج. المجموعة الذهنية وتشير إلى المهارات المعرفية التي ترتبط بالذكاء أو القدرات المعرفية تضم الأصالة، الإبداع أو الموهبة، الحكمة، الذكاء الوجداني.

- د. مجموعة التفاعل الاجتماعي وتتضمن خصائص سيكولوجية من شأنها أن تيسر علاقات إنسانيه مثل: التفهم والمهارات والسلوك والتلقائية وتضم التفهم، المهارات اليبينية الشخصية، السلوك الاجتماعي، والتلقائية.
- هـ. مجموعة البناء الاجتماعي تضم الشبكة الاجتماعية والدعم الاجتماعي، الفرص الاجتماعية، التباين الاجتماعي، مصادر المساواة الاجتماعية والاقتصادية (روسو فرناندي، ٢٠٠٣/٢٠٠٦، ص ص ١٩٠-١٩٣).

ثم قام مشروع يسمى "القيم في محك الفعل" برعاية مؤسسة مايرسون وشبكة علم النفس الإيجابي وإشراف كريستوفر بيترسون بوضع تصوراً جديداً لتصنيف الأبنية السيكولوجية لمكامن القوى الإيجابية، وذلك لوضع نظام تصنيفي عكس الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض النفسية (DSM)، يضم تصنيف للسّمات الإيجابية، ونتيجة للكّم الهائل للسّمات الإيجابية تم وضع مجموعة من المحكات لاختيار مصادر القوة، ولتجعل خاصية إنسانيه ما قوة في هذا التصنيف وهي:

١. يجب أن تكون القوة مثل السمة بمعنى أنها يكون لها عمومية عبر المواقف وثبات عبر الزمن، أي لها صفة العمومية والاستقرار النسبي.



مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وابعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

٢. أن وجود القوة مصدر للاحتفال بها وغيابها مصدر للحزن عليها، أي قيمتها في ذاتها حتى في حال غياب فوائد واضحة منها، أي أن تكون موضع تقدير في حد ذاتها وليس كوسيلة لغاية أخرى.
٣. أن تكون قابلة للتعلم.
٤. تسهم في تحقيق الرفاهية والسعادة والرضا لدى الأفراد.
٥. قيمة أخلاقية في حد ذاتها.
٦. الآباء يحاولون غرس القوى الإنسانية في أبنائهم.
٧. تهدف المؤسسات والمجتمعات لغرسها وتنميتها لدى الأفراد، لذا يوفر المجتمع هذه المؤسسات.
٨. الثقافات تقدم نماذج ذات مغزى أخلاقي توضح القوى بصورة أساسية.
٩. لا بد أن تكون لهذه القوة قيمتها وموضع تقدير في كل الثقافات الكبرى.
١٠. صفات لها أضرار واضحة وهي سلبية.
١١. تكون قابلة للقياس.
١٢. تشكل تميزاً ونموذجاً ملفتاً للنظر.
١٣. أن تكون القوة انتقائية (مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص ٢٢-٢٣؛ مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٦، ص ١٣٢؛ Park & Peterson, 2008: p.61).

وبهذا وجد أن هناك اتفاق يمتد عبر ثلاث آلاف سنة وعبر الحضارات والديانات والثقافات المختلفة على بعض الفضائل والقوى واختلاف في التفاصيل بطبيعة الحال، إلا أنهم اتفقوا على ست فضائل أساسية هي الفضائل الأزلية وهي: الحكمة والمعرفة، الشجاعة، الحب والإنسانية، العدالة، ضبط النفس والاعتدال، التسامي والسمو، وينطوي تحت كل فضيلة عدد من القيم والقوى الأخلاقية والتي اشتقت من مما أجمعت عليه أبحاث علم النفس والفلسفات والديانات بشكها العالمي العام، والتي يمكن التعبير عنها من خلال

العديد من الطرق أو السبل التي يمكن قياسها ويمكن اكتسابها (خالد محمد فرج، ٢٠٠٦، ص ٢٣٠-٢٣١؛ مارتن سليجمان، ٢٠٠٢/٢٠٠٥، ص١٧٦).

وهذا يتفق إلى حد كبير مع رأي الإمام الغزالي - بل قد يكون مستمد منه- حيث يرى أن أصول الفضائل أربعة: الحكمة والشجاعة والعفة والعدل، ولهذه الأصول فروع فمن اعتدال قوة العقل يحصل حسن التدبير، وجودة الذهن، وتقاب الرأي، وإصابة الظن، والتفطن لدقائق الأعمال، وخفايا آفات النفوس، وأما خلق الشجاعة فيصدر عنه: الكرم، والنجدة والشهامة، وكسر النفس، والاحتمال، والحلم، والثبات، وكظم الغيظ، والتوحد.

وأما خلق العفة فيصدر عنه: السخاء، والحياء، والصبر، والمسامحة، والقناعة، والورع، واللطافة، والمساعدة، والظرف، وقلة الطمع، على أن الحكمة فضيلة القوة العقلية، والشجاعة فضيلة القوة الغضبية، والعفة فضيلة القوة الشهوانية، والعدل عبارة عن وقوع هذه القوى على الترتيب الواجب فليس جزءاً من الفضائل، بل هو عبارة عن جملة الفضائل (زكي مبارك، ٢٠١٢، ص ص ١٦٦ - ١٦٧).

ولعل ما يؤكد أن تشابه التصنيف أو اعتماده وبدرجة كبيرة على رأي الإمام الغزالي هو تعريف الإمام الغزالي للخلق الحسن بأنه إصلاح القوى الثلاث قوة التفكير، وقوة الشهوة، وقوة الغضب، كما أنه لم يفرق بين كلمة فضيلة، وكلمة خلق، فهما عنده عبارة عن هيئة النفس، وصورتها الباطنة (زكي مبارك، ٢٠١٢، ص ١٥٠).

فقوة العلم، وقوة الغضب، وقوة الشهوة، وقوة العدل بين هذه القوى الثلاث، أما قوة العلم فحسنها وصلاحها في أن تصير بحيث يسهل بها إدراك الفرق بين الصدق والكذب في الأقوال، وبين الحق والباطل في الاعتقادات وبين الجميل والقبح في الأفعال فإذا صلحت هذه القوة حصل منها ثمرة

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الحكمة، والحكمة رأس الأخلاق الحسنة، وأما قوة الغضب فحسبها في أن يصير انقباضها وانبساطها في حد ما تقتضيه الحكمة، وكذلك الشهوة حسنها وصلاحتها في أن تكون تحت إشارة الحكمة (زكي مبارك، ٢٠١٢، ص ١٦٥-١٦٦).

وبذلك تم تصنيف مكامن القوى والفضائل في الشخصية في صورة منظومة تحتوي على (٢٤٠) بندا موزعة على (٢٤) من مكامن القوى في الشخصية، والتي تتدرج تحت (٦) فضائل أزلية هي: الحكمة والعلم، الشجاعة، الإنسانية، العدالة، الاعتدال، السمو.

والجدول التالي يلخص تصنيف هذه القوى والفضائل.

### جدول (١)

#### مكامن القوى والفضائل في الشخصية

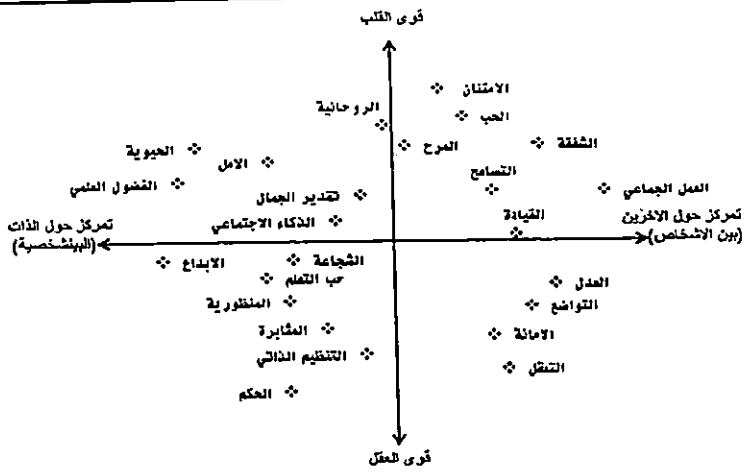
م	الفضائل	م	القوى
٠١	الحكمة والمعرفة المعرفية	٠١	الإبداع
		٠٢	الفضول المعرفي
		٠٣	الحكم
		٠٤	حب التعلم
		٠٥	المنظورية (وجهة النظر السديدة)
٠٢	الشجاعة والبسالة الانفعالية	٠٦	الشجاعة
		٠٧	المثابرة
		٠٨	الأمانة
		٠٩	الحيوية والحماس
٠٣	الإنسانية	٠١٠	الحب
		٠١١	الشفقة
		٠١٢	الذكاء الاجتماعي

مكامن القوى في الشخصية كمنبأت بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

القوى	م	الفضائل	م
العمل الجماعي	.١٣	مدينية (العدالة)	.٤
العدل	.١٤		
القيادة	.١٥		
العفو	.١٦	الزهد (الاعتدال)	.٥
التواضع	.١٧		
التعقل	.١٨		
التنظيم الذاتي	.١٩		
تقدير الجمال	.٢٠	اللاهوتية (السمو)	.٦
الامتنان	.٢١		
الأمل	.٢٢		
المرح والدعابة	.٢٣		
الروحانية	.٢٤		

حيث توصل بيترسون وفريق من الباحثين، عند تحليل نتائج مئات الآلاف من استجابات المفحوصين على بطارية القيم في محك الفعل أن هناك بعض من مكامن القوى تميل إلى التجمع معاً، وأن من ينال درجات مرتفعة على بعض القوى التي تركز حول الذات، فإن احتمالية أن ينال درجات مرتفعة على قوى أخرى تقع ضمن قوى تركز حول الآخرين ضعيفة والعكس بالعكس أيضاً، وبالمثل من ينال درجات مرتفعة على بعض قوى القلب تقل احتمالية أن ينال درجات مرتفعة على قوى تقع في فئة قوى العقل، ولكن هذا لا يعني بالضرورة أنه من المستحيل أن يجمع المرء بين بعض من قوى النوعين، فقد يتصف المرء بالشفقة وفي ذات الوقت بالعفو والعمل الجماعي، والشكل التالي يوضح ذلك ( Biswas-Diener & Dean, 2007, pp. 127-129).

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان



شكل (٣) مكامن القوى في الشخصية

ثانياً: التدفق النفسي Psychological Flow :

(١) مفهوم التدفق النفسي:

يعرف التدفق بأنه خبرة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر، خاصة عندما يؤدي عند أقصى درجات الأداء، أو عندما يصل إلى مستويات اعلى من مستوياته المعتادة أو السابقة (محمد السيد، ٢٠٠٩).

كما عرف بأنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام بالأداء، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل (سيد أحمد، ٢٠١٠).

والتدفق حالة نفسية داخلية تجعل الشخص يشعر بالتوحد مع ما يقوم به وبالتركيز التام فيما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة (محمد السعيد، ٢٠١٣، ص٦).

والتدفق هو حالة ذاتية يصل إليها الفرد عندما يتعلق تماماً بالنشاط ذاته الذي يؤديه دون غيره لدرجة تصل إلى حد نسيان الزمن والتعب وأي شيء

سواه ( Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2014, pp.230-231).

كما يعرف بأنه تجربة نفسية إيجابية، وهي الحالة النفسية المثلى التي تحدث عند انهماك الفرد الكلي في المهمة، ويصاحب ذلك نزوة النشاط وتحقيق مستويات متقدمة من الأداء (Jackson, 2014, pp.2305-2306).

ويعرفه الباحث إجرائياً بأنه حالة نفسية تجعل الفرد يؤدي مهامه بسرعة وبمستوى عالي من الاداء نتيجة لاستغراقه التام في هذه المهام، ونسيانه للزمن، ويصاحبه شعور بالسعادة والحيوية.  
(٢) أبعاد التدفق:

- أ. أهداف واضحة: تتضمن توقعات وقواعد واضحة تماماً، وأهداف قابلة للإنجاز في ضوء قدرات ومهارات الشخص.
- ب. اندماج وتركيز عميق: أي تركيز عالي على مجال انتباه محدد وواضح.
- ج. فقدان الإحساس بالوعي بالذات. واندماج الفعل في الوعي.
- د. تشوه الإحساس بالوقت: الإحساس أما بسرعة مرور الوقت أو ببطء مروره.
- هـ. تغذية راجعة مباشرة وفورية: وضوح النجاح والفشل في مسار النشاط، وبالتالي تعديل المرء لسلوكه.
- و. التوازن بين القدرة والتحدى أو الصعوبة: المهارات تتناسب مع التحديات.
- ز. إحساس المرء بقدرته على ضبط الموقف أو النشاط: إمكانية التحكم والسيطرة.

ح. الإثابة الذاتية الداخلية للنشاط: بمعنى أن الخبرة تصبح استمتاع في حد ذاتها.

ط. اندماج في النشاط وتضييق بؤرة الوعي وحصره على النشاط الذي يقوم به (محمد السعيد، ٢٠١٣، ص ١٩-٢١ ؛  
(Csikszentmihalyi, 2014, p.133).

ويلاحظ من هذا الأبعاد ان نقطة الانطلاق لحالة التدفق هي وضوح الأهداف يتبعها بعد ذلك اداء مركز وعميق يؤدي إلى حالة من السعادة والاستمتاع والاندماج ونسيان الذات.

### (٣) مكونات التدفق:

أ. اندماج العمل مع الوعي: بمعنى أن الفرد في حالة التدفق لا يعمل من منظور ثنائي أو مزدوج إنما التركيز الكلي على عمل واحد فقط.

ب. تركيز الانتباه: اندماج العمل مع الوعي يجعل من السهل تركيز الانتباه على مجال واحد محدد ومثير، والبعد عن الاهتمام بأي محفزات أخرى.

ج. المراقبة والسيطرة على العمل والبيئة: عند اشتراك الفرد في النشاط يشعر بتحكمه في أفعاله والبيئة من حوله.

د. متطلبات العمل والتغذية الراجعة واضحة: حيث وضوح الإجراءات والأهداف والتغذية الراجعة.

هـ. طبيعة الاستمتاع بالتدفق: بمعنى أن الفرد لا يحتاج إلى الأهداف أو المكافآت الخارجية في حد ذاتها، وإنما يسعى ليستمتع بالعمل والنشاط، فدافعه هنا ليس المكافئة (Csikszentmihalyi, 2014, pp.139-145).

#### (٤) شروط حدوث التدفق:

تتمثل شروط حدوث التدفق النفسي في مجموعة واضحة من الأهداف، وتوازن بين التحديات المتوقعة والمهارات الشخصية، وتغذية راجعة واضحة وفورية (Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2014, pp.232-233).

وهذه الشروط تتفق مع الشروط التي وضعها (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2014) والتي حدها في أنه يجب إلا تكون التحديات المتوقعة أو فرص العمل دون مهارات المرء أو تفوق قدراته وإنما تكون تحديات شيقة في المستوى المناسب لقدراته، وأن تكون الأهداف القريبة واضحة، والتغذية الراجعة فورية لكل تقدم في الإنجاز (p.240).

بينما صاغ مصطفى حجازي (٢٠١٢) شروط التدفق في ما يلي:

- أ. أهداف واضحة ومحددة تشكل تحدياً عالياً لقدرات الشخص ومهاراته.
- ب. مهارات عالية تمارس بتركيز عالٍ.
- ج. إرجاع أثر مباشر للممارسة والتقدم في العمل.
- د. تركيز كثيف ومتمحور حول النشاط والاندماج بين العمل والوعي.
- هـ. الانتباه الكامل.

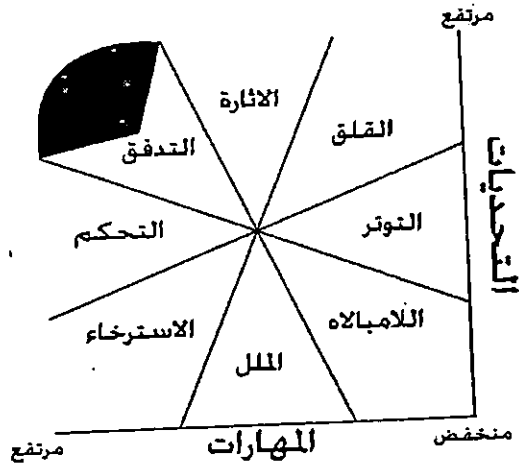
و. الانغماس الكامل في المهمة (ص ص ١٦٧-١٦٨).

ويوضح الشكل التالي الانفعالات الأساسية المصاحبة لأي خبرة أو تجربة في ضوء التحديات والمهارات، ويتمثل في صورة رسم بياني يمثل أحد محاوره التحديات والمحور الآخر المهارات، وكل جزء من هذا الرسم يمثل انفعال ما مرتبط بالتجربة يتحدد في ضوء شدة التحدي وشدة المهارة، فعندما تكون التحديات مرتفعة بينما المهارات منخفضة يظهر لدى الفرد القلق، في حين عندما ترتفع المهارة وتنخفض التحديات يبدو على الفرد الاسترخاء، وعندما يكون كلا من المهارة والتحديات في حالة منخفضة



مكامن القوى في الشخصية كمنبتك بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

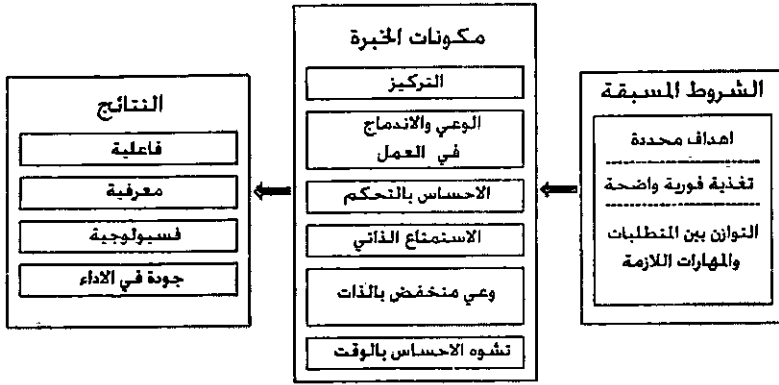
يصاحب ذلك الملل والفتور، أما في الحالات التي يكون في كلا من المهارات والتحديات مرتفعة أو على الأقل أعلى من المتوسط تظهر حالة التدفق وتكون الخبرة أفضل، هذا مع التركيز على الحالة التفاعل والتوازن بين التحديات البيئية والقدرات الشخصية (Csikszentmihalyi & Nakamura, 2014, pp.203-204).



شكل (٤)

الانفعالات المصاحبة للتحديات والمهارات (From: Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2014, p.230)

ويمكن تلخيص كل من مكونات وشروط التدفق ونتائجه في الشكل (٥) التالي.



- شكل (٥) الشروط المسبقة، والمكونات، والنتائج المترتبة على خبرة التدفق
- الشروط: أهداف محددة، تغذية مرتدة فورية وواضحة، توازن بين المتطلبات والمهارات اللازمة.
  - المكونات: التركيز، الوعي والاندماج في العمل، إحساس بالسيطرة، الاستمتاع الذاتي، وعي منخفض بالذات، تشوه الشعور بالوقت.
  - النتائج: فاعلية، معرفية، وفسيولوجية، وجودة في الأداء.
- (Landhäußer & Keller, 2012, p.68)

وأهم ما يميز حالة التدفق هو توحيد واندماج مع النشاط لحظة بلحظة، انتباه واستغراق التام في النشاط، دمج العمل والوعي: بمعنى استثمار جميع الموارد والانتباه بشكل كامل في المهمة أو النشاط، وفشل ما دون سواها في اختراق حيز الوعي أو تشتيت الانتباه، إحساس بالسيطرة والتحكم دون القلق من فقدان السيطرة كما هو الحال في الحياة العادية، وشعور بالنشوة للخروج عن واقع الحياة اليومية، تغير في الإحساس بالزمن: نتيجة الاستغراق التام في المهمة ينتاب الفرد شعور بمرور الزمن بسرعة إلا في بعض الاستثناءات التي قد يحدث فيها العكس (Csikszentmihalyi, 2014, pp.223-227; Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2014, pp.230-231).

### (٥) أهمية التدفق:

- أ. تمنح فرصة لضبط وتنظيم والسيطرة على الوعي أو الشعور.
- ب. تسمح بتطوير وازدهار الأفراد.
- ج. تشيد وتبني الرأسمال النفسي.
- د. تتيح الوصول إلى الخبرة المثالية (محمد السعيد، ٢٠١٣، ص ١٨).
- هـ. يترتب على الشعور بالتدفق النفسي آثار إيجابية منها خفض الشعور بالخوف والقلق والملل، تقوية الثقة بالنفس، والاستقلالية، ينمي التخيل العقلي، ينمي التفكير الإبداعي، ينمي مستوى الطموح والدافعية للإنجاز، ينمي الفاعلية الذاتية وتحمل المسؤولية (آمال عبد السميع، ٢٠١١: ص ص ٢-٣).

### (٦) العوامل المؤدية إلى التدفق:

- أ. الثقافات الاجتماعية والمناخات التنظيمية التي توفر المهارات والتحديات.
- ب. التنشئة في الأسرة وما تقدمه من رعاية ومحبة وتقدير ومكانة والقوة الإنجازية وتنمية الاستقلالية وروح التجريب والمبادرة.
- ج. المدرسة من خلال اختيار أهداف واضحة للطالب، واحترام ميوله وتقدير نجاحاته.
- و. الدافعية الداخلية بمختلف مكوناتها: استقلال، سيطرة، إحساس بالدور والمكانة (مصطفى حجازي، ٢٠١٢، ص ١٧٠ - ١٧١).

### (٧) معوقات التدفق:

- أ. تقضيل الراحة على مواجهة التحديات.
- ب. صد الطاقات الحية والتتكّر للإنسان وعطائه مما يدفعه إلى السلبية والتبؤ.
- ج. بذل جهد الحد الأدنى الذي يعفي من المساءلة.

د. الميل إلى المواقف العدائية والصراعية(مصطفى حجازي، ٢٠١٢،  
ص ١٦٩).

الدراسات المرتبطة وفروض الدراسة:

يعرض هذا الجزء مجموعة من الدراسات المرتبطة ثم التعقيب عليها وتقديم  
فروض الدراسة.

أولاً: دراسات خاصة بالقوى الشخصية:

هدفت دراسة ( Shimai, Otake, Park, Peterson &

Seligman, 2006) الكشف عن تأثيرات الثقافة على مكامن القوى في

الشخصية، والفروق بين الجنسين فيها، وعلاقتها بالسعادة، وتكونت العينة من

(١٠٩٩) أمريكيا، (٣٠٨) يابانيا، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس السعادة

(Lyubomirsky and Lepper, 1999)، ومقياس مكامن القوى (بطارية

القيم في محك الفعل) (VIA-IS)(Values in Action Inventory of

(Peterson & Seligman, 2004) (Strengths)، وتوصلت الدراسة إلى

أن توزيعات مكامن القوة في الشخصية متماثلة بين العينتين الأمريكية اليابانية

متمثلة في (٢٤) قوى، وأن أكثر القوى انتشارا هي الحب، وروح الدعابة

والمرح، وأقلها التعقل، التنظيم الذاتي، والتواضع، كما أن الفروق بين

الجنسين عبر الثقافتين متشابهة، حيث أن الإناث يتميزن بالحب والعطف، في

حين يتميز الذكور بالشجاعة والإبداع، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة

ارتباطية بين السعادة وكل من الأمل، والفضول، والامتنان.

في حين هدفت دراسة (Linley, et al, 2007) البحث عن مكامن

القوى في الشخصية لدى عينة تكونت من (١٧٠٥٦) فردا بالمملكة المتحدة،

بأعمار زمنية تتراوح ما بين (٢١-٦٥) سنة ، واستخدمت الدراسة مقياس

VIA-IS وتوصلت إلى أن النساء يتفوقن على الرجال في الفضائل الإنسانية

بصفة عامة، بينما لا توجد فروق ذات دلالة بين الجنسين في قوى العدل

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالقدوق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

والفضول وحب التعلم والانفتاح العقلي، كما توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين  
مكامن القوى وتقدم العمر، إلا أن أقواها هي قوى الفضول وحب التعلم في  
فضائل الحكمة، وقوى العدل في فضائل العدالة، وقوى العفو في فضائل  
الاعتدال .

كما هدفت دراسة (Peterson, Ruch, Beermann, Park & Seligman, 2007) الكشف عن أكثر مكامن القوى في الشخصية المرتبطة  
بالرضا عن الحياة والتوجه نحو السعادة، وتكونت العينة من (١٢٤٣٩) بالغاً  
أمريكياً، (٤٤٥) بالغاً ألمانياً، وتضمنت أدوات الدراسة مقياس مكامن القوى  
(VIA-IS)، مقياس الرضا عن الحياة، ومقياس التوجه نحو السعادة Diener  
(et al. 1985) وتوصلت الدراسة إلى أن أكثر مكامن القوى في الشخصية  
ارتباطاً بالرضا عن الحياة في كل العينات هي الحب والأمل والفضول  
والحيوية، كما أن الامتنان يسهم في التنبؤ بالرضا عن الحياة لدى العينة  
الأمريكية.

وفي دراسة أجريت على عينة مكونة من (١٢٨١٤) فرداً، وتكونت  
الأدوات من مقياس مكامن القوى (VIA-IS) توصلت الدراسة إلى أن أكثر  
القوى انتشاراً بين أفراد العينة هي الذكاء الاجتماعي، الأمل، الانفتاح،  
الشجاعة، الحيوية، الأصالة، الفضول، القيادة، الامتنان، الحب (Park &  
Peterson, 2008: p.63).

بينما توصلت نتائج دراسة سيد أحمد (٢٠٠٩) التي أجريت على  
(٣٠٤) طالباً وطالبة بالفرقتين الأولى والرابعة، واشتملت أدوات الدراسة على  
مقياسي العفو، والسعادة (إعداد: الباحث) مقياس العوامل الخمسة الكبرى  
للشخصية، (إعداد John & Srivastava, 1999)، ترجمة: أبو زيد  
الشويقي، (٢٠٠٨)، إلى أنه توجد ارتباطات موجبة دالة إحصائياً بين عامل  
الانبساطية وجميع أبعاد العفو عند مستويات دلالة (٠،٠١) باستثناء بعد العفو

عن الآخرين عند مستوى (٠،٠٥) ، توجد ارتباطات سالبة دالة إحصائيا بين عامل العصابية وجميع أبعاد العفو عند مستويات دلالة تراوحت بين (٠،٠٥ - ٠،٠١) ، توجد ارتباطات موجبة دالة إحصائيا بين عامل المقبولية الاجتماعية وجميع أبعاد العفو عند مستويات دلالة تراوحت بين (٠،٠٥ - ٠،٠١) ، لا توجد ارتباطات دالة إحصائيا بين عامل الانفتاح وجميع أبعاد العفو. توجد ارتباطات موجبة دالة إحصائيا بين أبعاد دوافع العفو والعفو عن الآخرين والدرجة الكلية للعفو من جانب وجميع أبعاد السعادة من جانب آخر عند مستويات دلالة تراوحت بين (٠،٠٥ - ٠،٠١)

وانتهت نتائج دراسة السيد كامل (٢٠٠٩) التي أجريت على (٣٣٠) من طلبة الجامعة؛ (١٦٠) إناث، (١٧٠) ذكور، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس العفو (إعداد: تومسون وآخرون، ٢٠٠٥، تعريب: الباحث)، ومقياس الرضا عن الحياة (إعداد: مجدي السوقي، ١٩٩٩) وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (إعداد: كوستا وماكري، ١٩٩٢، وتعريب: بدر محمد الأنصاري، ١٩٩٧) وقائمة الغضب الحالة- السمة (إعداد: سبيلبيرجر وتعريب: عبد الفتاح القرشي، ١٩٩٧)؛ إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الطلبة من الإناث والذكور في العفو عبر المواقف والدرجة الكلية للعفو وكانت الفروق لصالح الذكور، وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطي درجات مجموعتي الذكور البدو والذكور الحضريين في العفو وأبعاده وكانت الفروق لصالح الذكور الحضريين، وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية للعفو والرضا عن الحياة وبين العصابية والمقبولية، وعدم وجود ارتباطات دالة بين الدرجة الكلية للعفو والانبساطية، الانفتاح على الخبرة، يقظة الضمير، وارتباطات سالبة دالة إحصائيا بين الدرجة الكلية للعفو وحالة وسمة الغضب، كما تتنبأ السعادة والعصابية والمقبولية وحالة وسمة الغضب بالدرجة الكلية للعفو.

واستهدفت دراسة (Linley, Nielsen, Gillett & Biswas-Diener, 2010) الكشف عن كيفية إسهام استخدام القوى الشخصية والفضائل في تحقيق الأهداف وتأثيره على الرضا والرفاهية النفسية، وتكونت العينة من (٢٤٠) طالبا، بمتوسط عمر زمني (١٩،٩٥) سنة، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس مكامن القوى (Peterson & Seligman, VIA-IS) (2004، ومقياس الرضا عن الحياة (Watson, Tellegen & Clark, 1988)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن استخدام مكامن القوى في الشخصية والفضائل يرتبط بتحسين عمليات تحقيق الأهداف، وهذا بدوره يرتبط بتحقيق الحاجات النفسية وتعزيز الرفاهية النفسية.

أما شيرين محمد (٢٠١٠) فتوصلت نتائج دراستها التي أجريت على (١١٦) من طلاب الصف الثالث الإعدادية، طبق عليهم مقياس الإبداع الانفعالي، وقوة السيطرة المعرفية، والقيم (إعداد: الباحثة)، إلى أن عدة نتائج من بينها وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين كل من الإبداع الانفعالي وكل من قوة السيطرة المعرفية والقيم الاجتماعية السائدة في المجتمع: قيمة الاعتزاز بالنفس، قيمة العلاقات مع الآخرين، قيمة المسؤولية الاجتماعية، قيمة احترام التراث الثقافي، قيمة العلم، قيمة العمل والإنجاز.

وتوصلت دراسة (Shryack, Steger, Krueger & Kallie, 2010) التي أجريت على (٣٣٢) توأما من الذكور والإناث، إلى أن أعلى معدلات مكامن القوى في الشخصية انتشاراً بين العينة هي الصدق والعدل والشفقة وأقلها انتشاراً هي حب التعلم والتنظيم الذاتي والإبداع، كما تبين أن قوى حب-التعلم والشفقة والحب والصدق والعمل الجماعي وتقدير الجمال والامتنان أكثر ارتباطاً بالإناث عنه من الذكور في حين يتفوق الذكور على الإناث في التنظيم الذاتي عند مستوى دلالة (٠،٠٥).

وفي دراسة طولية أجراها (Wood, Linley, Maltby, Kashdan & Hurling, 2011) عن تطور استخدام القوى الشخصية والنفسية وأثره في تحسين الرفاهية النفسية، وعينة مكونة من (٢٠٧) متطوعاً، حيث استخدمت الدراسة مقياس القوى (Govindji & Linley, 2007)، ومقياس تقدير الذات (Rosenberg, 1965)، ومقياس الفاعلية (Watson et al., 1988) ومقياس الحيوية الذاتية (Ryan & Frederick, 1997)، وتم تطبيق المقاييس على العينة ثم إعادة التطبيق بعد ثلاثة أشهر، وبعد ستة أشهر، وتوصلت الدراسة إلى ثبات القوى الشخصية والنفسية في قياسين المتابعة بعد ثلاثة وستة أشهر (٠،٨٤)، كما أشارت النتائج إلى أن القوى الشخصية والنفسية تؤدي إلى خفض الضغوط وتحسين الثقة بالنفس والحيوية، وأن القوى الشخصية منبئ بالرفاهية النفسية.

كما كشفت دراسة (Proyer & Ruch, 2011) التي تألفت عينتها من (٢٦٨) من البالغين، وتضمنت أدوات الدراسة مقياس المزاج (Glynn and Webster 1992)، ومقياس مكامن القوى (Peterson & VIA-IS) (Seligman, 2004)، أن الفكاهاة وتقدير الجمال وانخفاض الحكمة والإبداع والعمل الجماعي منبئ بالسلوك الهزلي للبالغين، وإنه توجد علاقة ارتباطية بين بعض مكامن القوى في الشخصية كالإبداع والأمل والحماس وبين السلوك الهزلي عند مستويات دلالة (٠،٠١ - ٠،٠٥)، كما أوضحت وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين المرح كأحد أبعاد السلوك الهزلي والفضائل الانفعالية، وعلاقة ارتباطية موجبة بين كل أبعاد السلوك الهزلي والفضائل المعرفية، وعلاقة ارتباطية سالبة بين فضائل ضبط النفس وأبعاد السلوك الهزلي المعبر والتفائي والسخيف.

وتوصلت دراسة (Müller & Ruch, 2011) التي تم فيها تطبيق النسخة الألمانية من مقياس (VIA-IS) (Ruch et al. 2010)، ومقياس



مكامن القوى في الشخصية كمثبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

السلوك الفكاهي (Craik et al., 1996)، ومقياس الحس الفكاهي (Proyer, 2010) (Ruch, & Mueller, 2010) على (٢٠٣) بالغا، إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية عند مستويات دلالة (٠،٠٠١، ٠،٠٠١) بين كل أنماط الفكاهة وبين بعض القوى الشخصية وهي: الإبداع، والشجاعة، والحماس، والحب، والشفقة، والذكاء الاجتماعي، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين كل أنماط الفكاهة وبين الفضائل الإنسانية، وتوجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة بين كل أنماط الفكاهة وبين فضيلة الشجاعة.

وكشفت دراسة (Proctor, Maltby & Linley, 2011) التي تألفت عينتها من (١٣٥) طالبا جامعا، وتم تطبيق مقياس الرضا عن الحياة (Diener et al. 1985)، ومقياس القوى الشخصية، ومقياس الرفاهية النفسية (Ware et al., 2001) عليهم، إلى أن قوى الشخصية تسهم في التنبؤ بالرفاهية النفسية، ولا تسهم بالتنبؤ بجودة الحياة، وأن أكثر القوى انتشارا بين أفراد العينة هي الحب، والمرح، والشفقة، والذكاء الاجتماعي، والانفتاح العقلي، وأقلها انتشاراً القيادة، والمثابرة، والمنظورية، والروحانية، وضبط النفس.

كما أكدت دراسة (Güeswell & Ruch, 2012) التي أجريت على (٥٧٤) بالغا، وتضمنت الأدوات مقياس مكامن القوى (VIA-IS) ومقياس المشاعر الإيجابية (Shiota, Keltner, & John, 2006)، أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ما بين منخفضة ومتوسطة بين القوى الشخصية والفضائل والمشاعر الإيجابية، كما أكد التحليل العاملي لمقياس مكامن القوى أن أبعاده هي القوى العاطفية، والقوى الشخصية، والقوى الفكرية، والقوى اللاهوتية، وقوى ضبط النفس.

كما توصلت دراسة (Buschor, Proyer & Ruch, 2013) التي أجريت على (٣٣٤) بالغا سويسريا، و(٦٣٤) من أقرانهم، وتكونت أدوات

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الدراسة من مقياس مكامن القوى (VIA-IS) ومقياس (VIA-IS peer; Emmons, Diener, Ruch, et al., 2010) ، ومقياس الرضا عن الحياة (Larsen, & Griffin, 1985 Peterson et al., ) ومقياس السعادة (2005)، إلى وجود علاقة ارتباطية بين كل من الذكاء الاجتماعي والتنظيم الذاتي وبين العمر، وعلاقة ارتباطية بين كل من حب التعلم والروحانية وبين المستوى التعليمي، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية ترجع إلى النوع حيث تتفوق الإناث على الذكور في الفضول والحب والذكاء الاجتماعي، وتقدير الجمال والامتنان في حين يتفوق عليهن الذكور في التنظيم الذاتي، وتشير النتائج إلى أن قوى الأمل والامتنان والفضول والحب ترتبط إيجابياً وتلعب دوراً كبيراً في الرضا عن الحياة، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة عند مستوى دلالة (0,01) بين كل من الشجاعة وبين متعة الحياة ، والحماس وتقدير الجمال وبين إدارة الحياة والتدفق النفسي.

أجريت دراسة أمنية إبراهيم، وأمانى عبد العظيم (2013) على عينة مكونة (187) طالبا وطالبة من طلاب المدارس الثانوية، وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة بين التورط في السلوك المشكل وقيم المحافظة من الجنسين، ووجود علاقة إيجابية دالة بين التورط في السلوك المشكل وقيمة القوة لدى أفراد عينة الإناث فقط، وجاء الذكور أكثر تفضيلاً لقيمة القوة، في حين جاءت الإناث أكثر تفضيلاً لقيم الرفاهية، الأمن، والإحسان، وتنبأت قيم المجازاة، الإنجاز والقوة بتورط المراهقين في السلوك المشكل.

في حين توصلت دراسة حازم شوقي (2014) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين درجات طلاب الجامعة على مقياس القيم الخلقية، ودرجاتهم على مقياس جودة الحياة، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0,005, 0,001) بين درجات طلاب الجامعة على أبعاد مقياس القيم الخلقية (الصدق، الأمانة،

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الصبر، الإيثار، التسامح، تحمل المسؤولية)، ودرجاتهم على أبعاد مقياس جودة الحياة (جودة الحياة النفسية، جودة الحياة الصحية، جودة الحياة التربوية، جودة الحياة الاجتماعية)، ولا توجد فروق دالة إحصائية عند أي من مستويات الدلالة بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث في الدرجة الكلية للقيم الخلقية، أو في أبعاد القيم الخلقية، كما أنه يمكن التنبؤ بالقيم الخلقية (الدرجة الكلية) من خلال جودة الحياة (الدرجة الكلية) حيث أجريت الدراسة على (٧١) طالبًا، و(١٥٧) طالبةً من طلاب جامعة بنها، بمتوسط عُمر ( ٢٠،٣٣ ) عامًا، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس القيم الخلقية (إعداد: الباحث)، ومقياس جودة الحياة (إعداد الباحث).

وتوصلت دراسة نبيل محمد، وسعد المسعودي (٢٠١٤) التي أجريت على (٧٩) طالبًا و(١٠٢) طالبة من طلبة كليتي الآداب والعلوم بجامعة الملك عبد العزيز، وبعد تطبيق مقياسي القيم الأخلاقية الإيجابية، والقيم الأخلاقية السلبية، ومقياس المستوى الاجتماعي الاقتصادي والثقافي من إعداد الباحثان، إلى وجود فروق بين طلاب وطالبات الجامعة في القيمة الأخلاقية الإيجابية الاحترام عند (٠،٠٥) لصالح الطلاب والقيمة الأخلاقية السلبية الغش عند (٠،٠١) لصالح الطلاب، ووجود فروق حسب التخصص في القيمة الأخلاقية الإيجابية العدل عند (٠،٠٥) لصالح ذوي التخصص الأدبي، وفي القيمة الأخلاقية السلبية الغش عند (٠،٠١) لصالح ذوي التخصص العلمي، ولم توجد فروق في بقية القيم الإيجابية أو السلبية، كما لم توجد فروق حسب المستوى الاجتماعي الاقتصادي في كل من القيم الأخلاقية الإيجابية والسلبية، ووجدت فروق حسب المستوى الثقافي في القيم الأخلاقية الإيجابية التعاون عند (٠،٠٥)، وتحمل المسؤولية عند (٠،٠١)، وعلو الهمة عند (٠،٠١)، وفي القيمة الأخلاقية السلبية التكبر (٠،٠٥)، وكلها فروق لصالح ذوي المستوى الثقافي المرتفع، ولم توجد فروق في بقية القيم الإيجابية أو السلبية.

بينما توصلت دراسة (Ngai, 2015) التي تضمنت عينتها (٢٠١٠) مرافقا من الذكور والإناث، تراوح أعمارهم الزمنية من (١٠-٢٠) سنة، وتكونت أدوات الدراسة من (VIA Youth) ، ومقياس العلاقة الوالدية (Parker, Tupling & Brown, 1979)، إلى أن أساليب الرعاية الوالدية منبئى بمكامن القوى الشخصية لدى المراهقين، وأن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين أساليب الرعاية الوالدية وكل من الشجاعة والمثابرة والحب والشفقة والذكاء الاجتماعي والعدل والتنظيم الذاتي، وعلاقة ارتباطية سالبة بين تلك القوى وسيطرة الوالدين، وإلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القوى الشخصية والجنس حيث تتفوق الإناث على الذكور في الشفقة والحب والعدل، في حين يتفوق الذكور عليهن في الشجاعة.

ثانياً: دراسات خاصة بالتدفق النفسي:

توصلت دراسة محمد السيد (٢٠٠٩) التي أجراها على (٦١٦) من طلاب الكليات العملية والنظرية، بمتوسط عمر زمني قدرة (٢٢) عاما وسبعة أشهر للذكور، و(٢٢) عاماً وثلاثة أشهر للإناث، وتكونت أدوات الدراسة من استمارة المستوى الاقتصادي والاجتماعي، مقياس التدفق، مقياس العوامل النفسية وجميعهم من إعداد الباحث، إلى أنه لا توجد علاقة بين التدفق وبعض المتغيرات الديموغرافية كالنوع، ونوع الدراسة، والمستوى الاقتصادي والاجتماعي، وتوجد علاقة إيجابية بين التدفق وكل من الاعتماد على النفس، المثابرة، فاعلية الذات، مستوى الطموح، تحمل المسؤولية، الدافع للإنجاز، الثقة بالنفس، كما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين التدفق وكل من القلق، الاكتئاب، الإحباط واليأس، السأم والملل والرضا عن الذات.

في حين توصلت دراسة (Collins, Sarkisian & Winner, 2009) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق والمؤثرات الإيجابية كالشعور بالحيوية، والحماس، والسعادة، بينما توجد علاقة ارتباطية سالبة بين

التدفق والمؤثرات السلبية كالشعور بالحزن وخيبة الأمل، كما أن حالة التدفق تسهم بدرجة متوسطة في التنبؤ بالرضا عن الحياة، وذلك بين عينة مكونة من (٤٥) مسناً، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الرضا عن الحياة ( Pavot et al. 1991)، مقياس التدفق (Csikszentmihalyi 1982)، تقرير يومي عن المؤثرات الإيجابية والسلبية.

كما أكدت الجوهرة عبد القادر (٢٠٠٥) في نتائج دراستها التي أجريت على (٤٠٠) طالبة جامعية، وتكونت أدواتها من مقياس الوحدة النفسية (إيلي عبد الله، ٢٠٠٤)، ومقياس أريكسون لسلمات الشخصية (تعريب وتقنين: فاروق السيد، وعبد الهادي السيد)، على وجود ارتباط سالب بين الوحدة النفسية والإحساس بالتدفق.

بينما توصل سيد أحمد (٢٠١٠) في دراسته التي اشتملت على (٥١٨) ذكر، (٩٨) إنثى من طلاب الصف الأول بالتعليم الثانوي العام، وتكونت أدواتها من مقياس إيمان الإنترنت (حسام الدين عزب، ٢٠٠١)، ومقياس التدفق النفسي ومقياس مواقف القلق الاجتماعي، واستمارة المقابلة الإكلينيكية جميعهم من إعداد الباحث، واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية (محمد عبد الظاهر الطيب، ٢٠٠١)، إلى أنه توجد ارتباطات موجبة دالة إحصائياً بين أبعاد التدفق النفسي (الانشغال بالأداء - نسيان الذات - الدرجة الكلية) وجميع أبعاد القلق الاجتماعي، عند مستوى دلالة (٠،٠١)، ولا توجد ارتباطات دالة بين بعد السرور التلقائي من مقياس التدفق النفسي وبعدي ضعف التقبل الاجتماعي وقلّة الأصدقاء من مقياس القلق الاجتماعي، كما توصلت إلى أن متغير درجة استخدام الإنترنت (مفرط/عادي) كمتغير مستقل يسهم في التنبؤ بكل من الدرجة الكلية للتدفق النفسي والدرجة الكلية للقلق الاجتماعي، حيث بلغت نسبة المساهمة (٠،٢٠ ، ٠،١١) على الترتيب، كما كانت

قيمة(ف)لتحليل تباين الانحدار(٩٠١٤ ، ٦٠٣٢) على الترتيب وهي دالة عند مستوى(٠٠٠١)

كما أكدت دراسة (Asakawa, 2010) التي أجراها على (٣١٥) طالبا بالجامعة اليابانية، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس التدفق (Csikszentmihalyi 2002) كمؤشر للاستمتاع الذاتي، ومقياس الرفاهية (Kondo & Kamata's 1998)، ومقياس تقدير الذات والقلق والتعامل النسخة الياباني (Rosenberg's 1965)، ومقياس الرضا عن الحياة (Diener et al. 1985)، ومقياس اختيار مهنة المستقبل (Shimoyama 1992))، أن خبرة التدفق لدى الطلاب متوسطة خلال العام (أقل من مرة شهرياً)، كما أن الطلاب ذوي خبرة التدفق أكثر تقديراً للذات، وأقل عرضة للقلق، وأكثر رضا عن الحياة، بينما الطلاب الأقل في خبرة التدفق فهم أكثر التزاماً بأنشطة الحياة الجامعية، والبحث عن مهنة المستقبل.

وفي دراسة(Carpentier, Mageau & Vallerand, 2012) أجريت على (١٧٢) فرداً، بمتوسط عمر زمني (١٨،٤) سنة، وتكونت أدواتها من مقياس العاطفة (Vallerand et al., 2003)، مقياس التدفق (Jackson & Marsh, 1996)، مقياس التأمل في الأنشطة المفضلة (Conway et al., 2000)، ومقياس الرضا عن الحياة (Blais et al., 1989)، توصلت الدراسة إلى أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة بين المنسجمين عاطفياً والتدفق، وأن التدفق يسهم في التنبؤ بالرفاهية، في حين لا توجد علاقة ارتباطية بين عاطفة الاستحواذ والتدفق، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية بين التأمل والتدفق.

وتوصلت دراسة (Kuhnle, Hofer & Kilian, 2012) إلى أن الثقة بالنفس منبأ بالتدفق النفسي، في دراسة طولية أجراها على (٦٩٧) طالب، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الثقة بالنفس، والتدفق النفسي.

كما توصلت دراسة أسماء فتحي، وميرفت عزمي (٢٠١٣)، التي أجريت على (١٣٠) من طلبة وطالبات كلية التربية المتفوقين دراسياً، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس التدفق النفسي من إعداد (آمال عبد السميع باظه، ٢٠٠٩)، ومقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثين (٢٠١٢)، ومقياس السلوك التوكيدي من إعداد الباحثين (٢٠١٢)، واختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية والجامعية إعداد (جابر عبد الحميد، ومحمود أحمد عمر، ١٩٩٣)، إلى عدم جود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في التدفق النفسي وأبعاده، ووجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي ومقياس السلوك التوكيدي، كما أسهم التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي في التنبؤ بالتدفق النفسي.

في حين أظهرت نتائج دراسة عماد أشتيه، وسامي أبو إسحاق، وزهير التواجة (٢٠١٥)، التي واستخدم فيها الباحثين، مقياس المساندة الأسرية (فيفيان خميس، ٢٠٠٠) ومقياس التدفق النفسي (جاكسون ومارشا، ١٩٩٦) على عينة من (٤٠٠) طالبا وطالبة، وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المساندة الأسرية والتدفق، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث.

كما كشفت نتائج دراسة (Lee, 2015) عن وجود علاقات ارتباطية إيجابية بين التدفق وسمات الشخصية: الانبساط، والانفتاح على الخبرة، والضمير، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية بين التدفق والعصابية، وتكونت العينة من (٤٠٩) طالبا جامعيًا، وتضمنت أدوات الدراسة مقياس نموذج العوامل الخمس للشخصية، ومقياس التدفق.

وتوصلت دراسة (Stavrou, Psychountaki & Georgiadis, )

(2015)، التي تم تطبيق أدواتها من استبيان توجهات الأنا الرياضية والمهام

(Duda, 1989)، وتقييم التحدي والمهارة (Csikszentmihalyi, 1975)، ومقياس التدفق (Jackson & Eklund, 2002) على عينة مكونة من (٢٨٧) لاعبا ولاعبة رياضية، إلى أن توجهات الأهداف عاملاً مهماً في تحقيق التدفق في الرياضة التنافسية.

#### تعقيب على الدراسات السابقة:

(١) توصلت معظم الدراسات إلى أن أكثر مكامن القوى في الشخصية انتشاراً بين فئة الشباب هي: الحب، والحيوية والحماس، الأمل، والامتنان والعفو، والشفقة، والعدل وأقلها انتشار هي: التعقل، التنظيم الذاتي، وحب التعلم، ومنها (Linley, et al, 2007 ; Park & Peterson, 2008; Wood, 2007) لذلك وقع الاختيار على مكامن القوى في الشخصية الأكثر انتشاراً بين طلاب الجامعة وهي: لتكون محل دراسة في الدراسة الحالية.

(٢) ندرة الدراسات العربية التي تناولت مكامن القوى في الشخصية واقتصارها على إحدى هذه القوى فقط كدراسة (السيد كامل، ٢٠٠٩ ؛ سيد أحمد، ٢٠٠٩ ؛ شيرين محمد، ٢٠١٠)، لذا حاول الباحث أن تتضمن دراسته الحالية العديد من مكامن القوى في الشخصية.

(٣) أوضحت معظم الدراسات أن مكامن القوى في الشخصية تنبئ بكل من الرضا عن الحياة، السعادة، التدفق النفسي، الرفاهية النفسية، وجودة الحياة ومنها (Peterson, Ruch, Beermann, Park & Seligman, 2007; Proctor, Maltby & Linley, 2011)

(٤) ترتبط مكامن القوى في الشخصية بالعديد من المتغيرات كالسلوك المزاجي، والمرح، والقناعة، والفخر، الرضا عن الحياة، ومعنى الحياة، والسعادة وهذا ما أكدته دراسات (Peterson & Seligman, 2004; )



مكامن القوى في الشخصية كمنيات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

Proyer & Ruch, 2011; Shimai, Otake, Park, Peterson &  
Seligman, 2006)

(٥) من أكثر وأشهر المقاييس استخداما في الكشف عن مكامن القوى في الشخصية وتكاد تكون أجمعت عليه كل الدراسات مقياس مكامن القوى في الشخصية (بطارية القيم في محك الفعل) إعداد بيترسون، سليجمان، ٢٠٠٤، وهذا ما دفع الباحث لاستخدامه في دراسته الحالية.

(٦) توصلت العديد من الدراسات إلى أن التدفق النفسي يرتبط بالعديد من المتغيرات كالمثابرة، فاعلية الذات، والطموح، والثقة بالنفس، والحيوية والحماس والرضا عن الحياة، والتحصيل، وسمات الشخصية ومنها (محمد السيد، ٢٠٠٩؛ Lee, 2015؛ Asakawa, 2010، وهذا ما دفع الباحث إلى بحث العلاقة بين مكامن القوى في الشخصية والتدفق النفسي.

(٧) توجد العديد من الدراسات التي توصلت إلى أن التدفق النفسي تسهم في التنبؤ بالرضا عن الحياة، والرفاهية، كما أن أخرى منها توصلت إلى أن التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي، واستخدام الإنترنت، والثقة بالنفس (أسماء فتحي وميرفت عزمي، ٢٠١٣؛ سيد احمد، ٢٠١٠؛ Kuhnle., Hofer. & Kilian, 2012

(٨) معظم الدراسات التي تناولت متغيري التدفق النفسي أو مكامن القوى في الشخصية أجريت على عينة من طلاب الجامعة؛ لذلك كانت عينة الدراسة الحالية من الطلاب-المعلمين بكلية التربية.

مكامن القوى في انشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

### فروض الدراسة:

يمكن تحديد فروض الدراسة فيما يلي:

- (١) توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا على مقياس مكانم القوى في الشخصيه ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية).
- (٢) تسهم مكونات مكانم القوى في الشخصيه في التنبؤ بالتدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية) لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا.

### إجراءات الدراسة:

#### أولاً: منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي حيث أن الدراسة ارتباطية تتنبأ بمتغير التدفق النفسي وأبعاده في ضوء مكانم القوى في الشخصيه لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية.

ثانياً: عينة الدراسة: تكونت عينة النقتين للدراسة من (٢٩٨) طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الثانية أساسي بكلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي، حيث قام الباحث بتطبيق مقياس مكانم القوى في الشخصيه في صورته الأولية عليهم؛ بهدف حساب الخصائص السيكومترية من صدق وثبات للمقياس.

أما عينة الدراسة الأساسية التي تم تطبيق أدوات الدراسة عليها وهي مقياس مكانم القوى في الشخصيه في صورته النهائية، ومقياس التدفق النفسي واختبار صحة الفروض، فتكونت من (١٢٧) طالب وطالبة بالفرقة الرابعة أساسي كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي، الذين تتراوح أعمارهم الزمنية ما بين (٢٠-٢٣) سنة بمتوسط عمر زمني قدرة (٦١،٢١) سنة.

ثالثاً: الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

(١) معاملات ارتباط بيرسون.

(٢) التحليل العاملي.

(٣) تحليل الانحدار المتدرج.

رابعاً: أدوات الدراسة: كالتالي:

(١) اختبار التدفق النفسي. (إعداد: أمال عبد السميع باظة، ٢٠١١)

(٢) مقياس مكامن القوى في الشخصية (القيم في محك الفعل). (إعداد:

بيترسون، سليجمان، ٢٠٠٤: ترجمة وتقنين: الباحث)

(١) اختبار التدفق النفسي. (إعداد أمال عبد السميع باظة، ٢٠١١)

الخصائص السيكومترية للاختبار:

قامت معدة الاختبار بحساب الثبات بإعادة التطبيق على (٥٣) طالباً،  
(٤٤) طالبة بالفرقة الرابعة ووصل معامل الارتباط بين التطبيقين (٠،٨١)،  
(٠،٨٣)، كما تم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد الاختبار والدرجة الكلية  
وتبين أن معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوى (٠،٠٠١)، مما يعنى  
اتساق الاختبار من حيث علاقة الدرجة الكلية بالأبعاد كلها وكذلك الأبعاد مع  
بعضها البعض، كما قامت معدة الاختبار بحساب الصدق من خلال عرض  
الاختبار على (١٠) من أساتذة الصحة النفسية وتم استبعاد البنود التي لم تلقى  
نسبة اتفاق أقل من (٩٥%)، وتم استبعاد ستة بنود من (٦٢)، وبذلك تكون  
الاختبار من (٥٦) بنداً (أمال عبد السميع، ٢٠١١، ص ص ٤-٥).

كما قام الباحث بحساب ثبات الاختبار في الدراسة الحالية بطريقة إعادة  
تطبيق الاختبار على عينة قدرها (٤٠) طالب وطالبة ثم حساب معاملات  
الارتباط بين درجاتهم على كل بعد من أبعاد المقياس في التطبيقين وكانت  
النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

## جدول (٢)

قيم معامل الثبات لاختبار التدفق النفسي

معامل الثبات	البعد
٠,٦٣٠	الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بإيجابية
٠,٧٤٠	مستوى النشاط والعمل المرتفع على الشعور بالمسئولية
٠,٧٣٩	وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط والقابلية للتحقيق
٠,٦٥٥	الاندماج الكامل في العمل أو النشاط
٠,٨١	تركيز الانتباه ومواجهة التحديات، الشعور بالمتعة والدافعية أثناء الأداء
٠,٨٣	الشعور بالمتعة والدافعية أثناء الأداء
٠,٥٦٨	نسيان الذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل
٠,٦٣٤	الأداء بتلقائية والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات لأبعاد الاختبار تتراوح من (٠,٥٦٨ - ٠,٨٣) وجميعها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بثبات عال.  
طريقة التصحيح:

يتكون الاختبار من (٥٦) بنداً موزعة على ثمانية أبعاد هي: الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بإيجابية، مستوى نشاط والعمل المرتفع على الشعور بالمسئولية، وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط والقابلية للتحقيق، الاندماج الكامل في العمل أو النشاط، تركيز الانتباه ومواجهة التحديات، الشعور بالمتعة والدافعية أثناء الأداء، نسيان الذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل، الأداء بتلقائية والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات.

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

وتقع الإجابة في خمسة مستويات (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً -  
إطلاقاً)، وتتراوح الدرجة ما بين (٤ - ٣ - ٢ - ١ - صفر)، والدرجة  
المرتفعة على المقياس تدل على المستوى المرتفع من التدفق النفسي، والدرجة  
المنخفضة تدل على انخفاض مستوى التدفق النفسي (آمال عبد السميع،  
٢٠١١، ص ٣-٤).

(٢) مقياس مكامن القوى في الشخصية (القيم في محك الفعل) (إعداد:  
بيترسون، سليجمان، ٢٠٠٤ ترجمة وتقنين: الباحث)  
مبررات ترجمة وتقنين المقياس:

أ. لا يوجد مقياس - على حد علم الباحث - في البيئة العربية يتناول مكامن  
القوى في الشخصية بالكشف والقياس.

ب. بطارية مكامن القوى في الشخصية المستمد منها مقياس الدراسة الحالية  
يعد تصوراً جديداً لتصنيف الأبنية السيكلوجية لمكامن القوى الإيجابية  
ونظام تصنيفي عكس الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض النفسية  
(DSM).

ج. تم ترجمة البطارية إلى العديد من اللغات على مستوى العالم، وطبق في  
(٥٤) دولة في مستوى العالم، و(٥٠) ولاية أمريكية وتتمتع بكفاءة  
سيكومترية عالية (Park, 2009, p.136).

وصف المقياس:

المقياس مشتق من بطارية مكامن القوى في الشخصية (القيم في محك  
الفعل) (Values in Action Inventory of Strengths) (VIA-IS) (Peterson & Seligman, 2004)، والتي تتكون من (٦) مجموعات  
رئيسية تمثل الفضائل الأزلية، وتضم (٢٤) من المجموعات الفرعية وتمثل  
مكامن القوى في الشخصية، ويتم قياس كل منها عن طريق (١٠) بنود تم  
صياغتها بمفردات سيكلوجية، وبذلك يكون إجمالي البنود في البطارية

المصدر: من أبحاث مركز الدراسات والبحوث في الاقتصاد والبيانات، جامعة القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

(Peterson & Seligman, 2004) الذي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

(Park, 2009, p.136; 170, ص ٢٠٠/٢٠٠٠، ص ١٦٥، ص ١٩٩٢).

صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.  
 التي أجريته في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

صديقي المصطفى في الاقتصاد: صديقي المصطفى في الاقتصاد والبيانات، القاهرة، مصر، ٢٠١٤. ص ١٤٠-١٤١.

البنود لقياس مكامن القوى في الشخصية، وصلاحياتها للكشف عنها لدى الطلاب، ثم تم تعديل صياغة بعض البنود، وحذف (٥) بنود والإبقاء على (٧٥) بنوداً التي حازت على نسبة اتفاق ٨٥% فأكثر .

**الصدق العاملي:** نستعين بالتحليل العاملي لبيان إلى أي حد يقيس الاختبار السمة أو الظاهرة التي وضع لقياسه، وذلك بحساب درجة تشبع الاختبار بالجانب المطلوب قياسه؛ ويتم ذلك بحساب معاملات الارتباط ثم نقوم بتحليل هذه العوامل تحليلاً عاملياً بهدف الوصول إلى أقل عدد ممكن من العوامل التي تعتبر مسئولة عن هذا الارتباط (عباس محمود، ١٩٩٨، ص ٦٢).  
حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على (٢٩٨) طالبا وطالبة بالفرقة الثانية أساسي بكلية التربية بقنا بعد حذف العبارات التي لم تلقى تأييد المحكمين، وتم إجراء التحليل العاملي بواسطة حزمة البرامج الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS باستخدام التدوير المتعامد بطريقة فاريماكس Varimax Rotation؛ للتوصل إلى الأبعاد المكونة للمقياس والبنود الملائمة لكل بعد.

تم الحذف والإبقاء على بعض البنود في ضوء مجموعة من المحكات هي:

١. حذف البنود التي لم تشبع بأي عامل تشبعاً يصل إلى المستوي المقبول وهو  $\leq (٠,٣)$ .

٢. حذف البنود التي تشبعت بأكثر من عامل تشبعاً يصل إلى المستوي المقبول  $\leq (٠,٣)$ .

٣. حذف العوامل التي شملت أقل من ثلاث عبارات.

٤. الإبقاء على العبارات التي تشبعت بعامل واحد تشبعاً يصل إلى المستوي المقبول  $\leq (٠,٣)$  (صفوت فرج ، ١٩٩١، ص ١٥١).

فكانت نتائج التحليل العاملي متفقة مع بنية البطارية الأصلية المشتقة منها المقياس وهي ثمانية عوامل، إلا أنه هناك اختلاف في عدد البنود في كل

مكامن القوى في الشخصية كمبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

بعد، على النحو الموضح في الجدول (٣) بعد ترتيب تشعبات البنود ترتيباً  
تنازلياً.

جدول (٣)

تشعبات العبارات على عوامل مقياس مكامن القوى في الشخصية

الثمانية

رقم العبارة	الحكم	المنظورية	الامتياز	والحماس الجوية	الشغفة	العمل	العفو	الروحانية
١	٣٩	٠،٦٣١						
٢	٣٦	٠،٥٥٧						
٣	٣١	٠،٥١٥						
٤	٣٢	٠،٥١٣						
٥	٤٠	٠،٤٩٦						
٦	٣٤	٠،٤٨٣						
٧	٣٣	٠،٣٧٣						
٨	٣٨	٠،٣٢١						
٩	٣٥	٠،٨٣١						
١٠	٥٦	٠،٧٨٢						
١١	٥٨	٠،٥٨٢						
١٢	٥٥	٠،٥٣١						
١٣	٥٤	٠،٥١٣						
١٤	٥١	٠،٣٢٩						
١٥	٦٠		٠،٥١٣					
١٦	٤٤		٠،٤٨٢					
١٧	٤٣		٠،٤٤٧					
١٨	٤٦		٠،٤٤٥					
١٩	٤٢		٠،٣٠١					
٢٠	٤٥		٠،٣					
٢١	٤٩			٠،٦٣٨				
٢٢	١٣			٠،٥٦١				



الرقم الجاهلية	الخط	العمل	التأدية	التجوية والتمس	الامتياز	المنقولة	الملك	رقم الجاهلية
١٨٥٠٠								١٨٥٠٠
	٠٠٨٠٠							١٨٥٠٠
	٧٨٥٠٠							١٨٥٠٠
	١٠٨٠٠							١٨٥٠٠
	٦٣٨٠٠							١٨٥٠٠
	٢٨٨٠٠							١٨٥٠٠
	٧٨٨٠٠							١٨٥٠٠
	٧٦٨٠٠							١٨٥٠٠
	٨٠٥٠٠							١٨٥٠٠
	٨٠٥٠٠							١٨٥٠٠
	٧٧٥٠٠							١٨٥٠٠
	١٠٤٠٠							١٨٥٠٠
	٠٤٨٠٠							١٨٥٠٠
	٢٠٨٠٠							١٨٥٠٠
	٢٢٨٠٠							١٨٥٠٠
	٥٧٨٠٠							١٨٥٠٠
	٥٤٣٠٠							١٨٥٠٠
	٤٧٣٠٠							١٨٥٠٠
	٨٥٠٠							١٨٥٠٠
	١٠٨٠٠							١٨٥٠٠
	٢١٨٠٠							١٨٥٠٠
	٨٧٨٠٠							١٨٥٠٠
	٤٥٣٠٠							١٨٥٠٠
	٦٠٥٠٠							١٨٥٠٠
	٦١٥٠٠							١٨٥٠٠
	٧٨٥٠٠							١٨٥٠٠
	٣٥٠٠							١٨٥٠٠

٥١١١ - ٥١١٢ - ٥١١٣ - ٥١١٤ - ٥١١٥ - ٥١١٦ - ٥١١٧ - ٥١١٨ - ٥١١٩ - ٥١٢٠

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

٢	رقم العبارة	الحكم	المنظورية	الامتنان	والحماس الحيوية	الشفقة	العدل	العفو	الروحانية
٥١	٦٢								٠،٥٤٨
٥٢	٦٧								٠،٥٣٤
٥٣	٦٦								٠،٥٢٩
٥٤	٦١								٠،٤٥٨
٥٥	٦٨								٠،٤٤٧
٥٦	٦٣								٠،٤٠٥
٥٧	٦٩								٠،٣٩٨
٥٨	٦٤								٠،٣٦٢
الجذر الكامن	١٠،٥٧٧	١،٨	١،٩٣٧	٢،١٢٨	٢،٣٢٩	٢،٨٥٩	٤،٨٠٥	٨،١١٦	
التباين	٣،٣٦٥	٣،٨٤١	٤،١٣٣	٤،٥٤١	٤،٩٧٠	٦،١٠١	١٠،٢٥٤	١٧،٣٢	
مجموع التباين		٥٤،٥٢٧							

ويتضح من الجدول السابق أن بنود المقياس أصبحت (٥٨) بنداً وذلك بعد حذف (٥) بنود وهي البنود رقم (١٥، ٢٢، ٣٧، ٥٣، ٧٤) لعدم تشعبها بأي عامل من عوامل المقياس، وحذف (١٢) بنداً وهي البنود رقم (١٦، ١٨، ٢٣، ٢٩، ٣٠، ٤١، ٤٢، ٤٧، ٤٨، ٥٠، ٥٧، ٥٩) لتشعبها في أكثر من عامل وغير دالة إحصائياً، وأن هذه البنود موزعة على ثمانية أبعاد، وهناك اتفاق بين هذه الأبعاد والبنية الأساسية للبطارية الأصلية المستمد منها المقياس وهي الحكم والمنظورية، والامتنان، والحيوية والحماس، والشفقة، والعدل، والعفو، والروحانية، مما يعني استقرار نفس البنية بالبنود والعبارات المكونة للبطارية مع حذف جزء البنود.

كما يتضح من الجدول السابق أن البعد الأول لمقياس مكامن القوى في الشخصية هو الحكم تشعبت به (٨) بنود تراوحت تشعباتها ما بين (٠،٣٢١ - ٠،٦٣١)، وأن البعد الثاني وهو المنظورية تشعبت به (٦) بنود تراوحت تشعباتها ما بين (٠،٣٢٩ - ٠،٨٣١)، وأن البعد الثالث وهو

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

الامتحان تشبعت به (٦) بنود تراوحت تشبعاتها ما بين (٠,٣٠٠ - ٠,٥١٣)،  
وأن البعد الرابع وهو الحيوية تشبعت به (١٠) بنود تراوحت تشبعاتها ما بين  
(٠,٣٠١ - ٠,٦٣٨)، وأن البعد الخامس وهو الشفقة تشبعت به (٧) بنود  
تراوحت تشبعاتها ما بين (٠,٣١٠ - ٠,٥٣٠)، وأن البعد السادس وهو العدل  
تشبعت به (٦) بنود تراوحت تشبعاتها ما بين (٠,٣٢٨ - ٠,٦٠١)، وأن البعد  
السابع وهو العفو تشبعت به (٦) بنود تراوحت تشبعاتها ما بين (٠,٣٠٠ -  
٠,٧٧٢) ، وأن البعد الثامن وهو الروحانية تشبعت به (٩) بنود تراوحت  
تشبعاتها ما بين (٠,٣٦٢ - ٠,٥٧٢).

ثبات المقياس:

طريقة التجزئة النصفية: استخدم الباحث لحساب ثبات المقياس طريقة  
التجزئة النصفية، وطريقة حساب معامل ألفا كرونباك على عينة قدرها (٢٩٨)  
طالباً بواسطة حزمة البرامج الإحصائية في العلوم الاجتماعية SPSS  
ويوضح الجدول التالي قيم معامل الثبات.

جدول (٤)

قيم معامل الثبات لمقياس مكامن القوى في الشخصية

معامل $\alpha$	التجزئة النصفية	البعد
٠,٦١١	٠,٥١٠	الحكم
٠,٧٤٨	٠,٧٥٠	المنظورية
٠,٤٩٠	٠,٥٢٩	الامتحان
٠,٦٩١	٠,٦٦٦	الحيوية
٠,٦٠٥	٠,٥٩٣	الشفقة
٠,٥٦٧	٠,٤٨٦	العدل
٠,٧٣٥	٠,٧٥٣	العفو
٠,٧١٠	٠,٦٨٠	الروحانية

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس بطريقة  
التجزئة النصفية تتراوح من (٠,٤٨٦ - ٠,٧٥٣) وجميعها دالة عند مستوى

دلالة (٠،٠١)، بينما أظهرت معاملات الثبات بطريقة الفا كورنباك قيم تتراوح ما بين (٠،٤٩٠ - ٠،٧٤٨) وجميعهم دالة عند مستوى دلالة (٠،٠١) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بثبات عال.

**طريقة التصحيح:** يتكون المقياس من (٥٨) بنداً موزعة على (٨) أبعاد هي الروحانية وتضم (٩) بنود، والعفو وتضم (٦) بنود، والعدل وتضم (٦) بنود، والشفقة وتضم (٧) بنود، والحيوية وتضم (١٠) بنود، والامتنان وتضم (٦) بنود، والمنظورية وتضم (٦) بنود، والحكم وتضم (٨) بنود، ويجب المفحوص على بنود المقياس من خلال وضع علامة  أمام أحد الخيارات المناسبة لكل بند من بنود المقياس بما يصف مدى انطباقها عليه أو موافقته عليها، وهذه الخيارات وفق لأسلوب ليكارت الخماسي: تتطبق بشدة، تتطبق، متردد، لا تتطبق، لا تتطبق بشدة، والتي تقابل الدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) وتحسب درجة المفحوص على كل من مكامن القوى في الشخصية الثمانية كلا على حدة، والدرجة المرتفعة على تدل على مستوى مرتفع في هذه القوة.

**نتائج الدراسة وتفسيرها:**

(١) نتائج الفرض الأول وتفسيرها: ينص الفرض الأول على "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات الطلاب-المعلمين بكلية التربية بقنا على مقياس مكامن القوى في الشخصية ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية)"، ولاختبار صحة هذا الفرض تم حساب معاملات ارتباط بيرسون وكانت النتيجة كما يلي:

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

### جدول (٥)

معاملات ارتباط بيرسون مكامن القوى في الشخصية والتدفق النفسي  
(الأبعاد والدرجة الكلية)

مكامن القوى التدفق وأبعاده	الحكم	المنظورية	الحيوية والحماس	الشفقة	الامتنان	الروحانية	العدل	العفو
تسيان الذات	**٠,٣٤٧	٠,١٦٤	٠,١٦٠	٠,١٤٥	٠,١٤٨	٠,١٠٦	٠,٠٤٣	٠,١١٩
الأداء بتلقائية	**٠,٤٨٦	**٠,٣٥٠	**٠,٣٦٤	٠,١٣٨	*٠,١٩٢	**٠,٢٨٥	٠,٠٨٢-	٠,١٥٠
شعور بالاستعداد	**٠,٤٨٢	**٠,٣٢٠	**٠,٢٨٥	**٠,٢٣٢	**٠,٣١٦	**٠,٣٣٤	٠,٠٠٥٦-	٠,١٤١
مستوى النشاط	**٠,٣٤٨	**٠,٢٥٤	*٠,٢١١	٠,١٦٢	**٠,٢٨٥	**٠,٢٢٣	٠,٠٣٧-	٠,٠٩١
وضوح الأهداف	**٠,٤٠٢	**٠,٢٤٦	*٠,١٧٥	*٠,١٨٠	**٠,٣٢٤	**٠,٢٢٢	٠,٠٥٠	*٠,١٨١
الاندماج الكامل	**٠,٣٨٩	**٠,٢٤٣	**٠,٣٣٥	٠,١٦٥	**٠,٣٦٠	**٠,٢٨٣	٠,٠٥٣-	٠,١٣٣
تركيز الانتباه	**٠,٢٩٠	**٠,٢٧٣	*٠,٢١٩	٠,١٣٧	**٠,٢٦٢	*٠,١٩٩	٠,٠١٩	٠,٠٦٠
الشعور بالمتعة	**٠,٣٢٩	**٠,٢٥٤	**٠,٣٠٩	٠,١٣٣	*٠,١٩٧	**٠,٣٣٠	٠,٠٦١-	٠,١٢٩
الدرجة الكلية للتدفق	**٠,٥٠٥	**٠,٣٤٦	**٠,٣٤٢	*٠,٢١٢	**٠,٣٤١	**٠,٣٥٥	٠,٠٢٨-	٠,١٦٦

\*\* دالة عند مستوى دلالة (٠,٠١)، \* دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) قيم غير دالة

ويتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين الدرجات التي حصل عليها الطلاب في (٦) من مكامن القوى في الشخصية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية)، في حين لم تصل العلاقة إلى حد الدلالة الإحصائية بين (٢) من مكامن القوى في الشخصية لدى الطلاب وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) وذلك كما يلي:

١. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير الحكم لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد: تسيان الذات، والأداء بتلقائية، الشعور بالاستعداد، مستوى النشاط المرتفع، وضوح الأهداف، الاندماج الكامل، تركيز الانتباه، الشعور بالمتعة، والدرجة الكلية)، وتراوح قيمتها ما بين (٠,٣٢٩ - ٠,٥٠٥) وجميعها قيم دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

مكامن القوى في الشخصية كمنيات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

٢. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير المنظورية لدى الطلاب-  
المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد:  
الأداء بتلقائية، الشعور بالاستعداد، مستوى النشاط المرتفع، وضوح  
الأهداف، الاندماج الكامل، تركيز الانتباه، الشعور بالمتعة، والدرجة  
الكلية)، وتراوح قيمتها ما بين (٠,٢٤٣ - ٠,٣٥٠) وجميعها قيم دالة  
عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، في حين لا توجد علاقة بين متغير المنظورية  
وبعد نسيان الذات في مقياس التدفق النفسي.

٣. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير الحيوية والحماس لدى  
الطلاب-المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي  
(الأبعاد: والأداء بتلقائية، الشعور بالاستعداد، مستوى النشاط المرتفع،  
وضوح الأهداف، الاندماج الكامل، تركيز الانتباه، الشعور بالمتعة،  
والدرجة الكلية)، وتراوح قيمتها ما بين (٠,١٧٥ - ٠,٣٦٤) وجميعها  
قيم دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) على الأقل، في حين لا توجد علاقة  
بين متغير الحيوية وبعد نسيان الذات في مقياس التدفق النفسي.

٤. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير الشفقة لدى الطلاب-  
المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد:  
الشعور بالاستعداد، وضوح الأهداف والدرجة الكلية)، وتراوح قيمتها  
ما بين (٠,١٨٠ - ٠,٢٣٢) وجميعها قيم دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥)  
على الأقل، في حين لا توجد علاقة بين متغير الشفقة وأبعاد: نسيان  
الذات، الأداء بتلقائية، مستوى النشاط المرتفع، الاندماج الكامل، تركيز  
الانتباه، الشعور بالمتعة، في مقياس التدفق النفسي.

٥. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير الامتثال لدى الطلاب-  
المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد:  
الأداء بتلقائية، الشعور بالاستعداد، مستوى النشاط المرتفع، وضوح

الأهداف، الاندماج الكامل، تركيز الانتباه، الشعور بالمتعة، والدرجة الكلية)، وتراوحت قيمتها ما بين (٠،١٩٢ - ٠،٣٦٠) وجميعها قيم دالة عند مستوى دلالة (٠،٠٥) على الأقل، في حين لا توجد علاقة بين متغير الامتحان وبعد نسيان الذات في مقياس التدفق النفسي.

٦. توجد علاقات موجبة دالة إحصائياً بين متغير الروحانية لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي الأبعاد: (الأداء بتلقائية، الشعور بالاستعداد، مستوى النشاط المرتفع، وضوح الأهداف، الاندماج الكامل، تركيز الانتباه، الشعور بالمتعة، والدرجة الكلية)، وتراوحت قيمتها ما بين (٠،١٩٩ - ٠،٣٥٥) وجميعها قيم دالة عند مستوى دلالة (٠،٠٥) على الأقل، في حين لا توجد علاقة بين متغير الروحانية وبعد نسيان الذات في مقياس التدفق النفسي.

٧. لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين متغير العدل لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (جميع الأبعاد، والدرجة الكلية).

٨. لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين متغير العفو لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية)، باستثناء بعد وضوح الأهداف حيث توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠،٠١).

ومما سبق ينفصح تحقق الفرض الأول جزئياً حيث توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين مكامن القوى في الشخصية وهي: الحكم، والمنظورية، والحيوية، والشفقة، والامتنان، والروحانية، لدى الطلاب ودرجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية)، في حين لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين متغيري العدل، والعفو لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية وبين درجاتهم على مقياس التدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة

(الكلية). وهذا يتفق مع دراسة (Lee, 2015; Linley, Nielsen, Gillett & Biswas-Diener, 2010; Park, 2009)

وقد يرجع ارتباط متغيري الحكم، والمنظورية بالتدفق النفسي وأبعاده إلى الأفراد الذين يتصفون بهذه القوى في الشخصية يتميزون بالحكمة ووجهة النظر السديدة والقدرة على التمعن ورؤية الصورة بشكل أشمل والقدرة على التفكير وإصدار الأحكام حيث أنهما يقعان تحت فضيلة الحكمة والمعرفة، وهذا كله يؤثر على الفرد في حالة التدفق النفسي وبعض أبعاده التدفق النفسي كمستوى النشاط والشعور بالمسؤولية، والاندماج الكامل في العمل وتركيز الانتباه والسيطرة على اتخاذ القرارات.

أما بالنسبة لارتباط متغير الحيوية، بالتدفق النفسي وأبعاده فربما يرجع إلى ما يتصف به أصحاب هذه القوة في الشخصية من اعتقاد بأن الحياة ممتعة، والقدرة على الاستمتاع بالأنشطة والاهتمامات والهوايات، وإيجاد المتعة في كل عمل يقوم به، بالإضافة إلى التمتع بالحماس والفضول دائماً، مما يساهم في تحقيق أهداف التدفق النفسي وهي الشعور بالمتعة والاندماج الكامل في العمل والأداء بتلقائية، وكما هو واضح من الجدول السابق أنها هي أكثر أبعاد التدفق النفسي ارتباطاً بالحيوية والحماس، كما قد يرجع ذلك لأن قوة الحيوية هي أحد قوى الفضائل الانفعالية.

حيث ترى صفاء الأعسر، وعلاء كفاي (٢٠٠٠) أن التدفق غاية كبرى في توظيف الانفعالات في خدمة النشاط والتعرف على البيئة، وهذا يتفق مع دراستي (Buschor, Proyer & Ruch, 2013) ؛ (Collins, Sarkisian & Winner, 2009).

في حين كان ارتباط متغير الشفقة بالتدفق النفسي وأبعاده ضعيف حيث لم ترتبط إلا ببعدي الشعور بالاستعداد ووضوح الأهداف وقابلية التحقيق، ويفسر الباحث هذا بأن متغير الشفقة يقع تحت الفضائل الإنسانية الداخلية



والشخصية كالعطف والشفقة والحب والتي ترتبط عادة بمساعدة الآخرين، وتبادل الأحاديث معهم، وإدخال السعادة والبهجة في نفوسهم، وكل ذلك قد لا يرتبط بتنفيذ مهام وأنشطة واندماج كامل فيهما، أو الأداء بتلقائية وتركيز الانتباه ومواجهة التحديات.

كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين متغيري الامتتان والروحانية وبين التدفق النفسي وأبعاده، وقد ترجع إلى الحالة الروحانية والرضا التي يعيشها أصحاب مكامن القوى في الشخصية من ذوي الامتتان والروحانية والتي تقع ضمن فضائل التسامي، فهو ملتزم بممارسة شعائره الدينية ودائم الإيمان بالله وهذا منعكسا على شخصيته وحياته ومعتقداته، وينتابه دائما الشعور بالرضا والشكر والعرفان بالجميل، وهذا ما قد يجعله مقبلا على العمل بنشاط وحيوية ومستمتعا به وفي حالة اندماج كامل فيه وبهذا تتحقق حالة التدفق النفسي لديه. بينما يرى الباحث سبب أنه لا توجد علاقة ارتباطية بين متغيري العدل والعمو وبين التدفق النفسي وأبعاده قد يكون لأن قوة العدل تقع ضمن فضائل العدالة، وقوة العمو تقع ضمن فضائل الزهد والأعتدال، وكلاهما يرتبط أكثر ما يرتبط بسلوك الفرد مع الآخرين من حيث تطبيق مبادئ العدل والمساواة بينهم، والاعتراف بالخطأ والرغبة في الصفح، والعمو، ومنح المخطئ فرصة ثانية.

(٢) نتائج الفرض الثاني وتفسيرها: ينص الفرض الثاني على "تسهم مكونات مكامن القوى في الشخصية في التنبؤ بالتدفق النفسي (الأبعاد، والدرجة الكلية) لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية"، و لاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار تحليل الانحدار المتدرج Stepwise Regression Analysis ، وكانت النتيجة كما يلي:

جدول (٦)

النموذج الانحداري لمكونات مكامن القوى في الشخصية

والتدفق النفسي (المكونات والدرجة الكلية) لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية

النموذج	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	فا	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الانحدار البواقي الكلي	٢٩٠،١٨ ٢١٢٦،٥٣٦ ٢٤١٦،٧٢٤	١ ١٢٥ ١٢٦	٢٩٠،١٨ ١٧،٠١٢	١٧،٠٥٨	٠،٠٠١	٠،١٤
الانحدار البواقي الكلي	٤٧٨،٠٥ ١٣٢٧،٤٥٦ ١٨٠٣،٥١٢	٢ ١٢٤ ١٢٦	٢٣٨،٠٣ ١٠،٧٠٥	٢٢،٢٣٥	٠،٠٠١	٠،٣٦
الانحدار البواقي الكلي	٤٤٢،٣٢٢ ١٢٤٦،٣٠٨ ١٦٨٨،٦٣	٢ ١٢٤ ١٢٦	٢٢١،١٦ ١٠،٠٥١	٢٢،٠٠٤	٠،٠٠١	٠،٣٥
الانحدار البواقي الكلي	١٦٩،٢٥٦ ٩٢٥،٦٢٦ ١٠٩٤،٨٨٢	٢ ١٢٤ ١٢٦	٨٤،٦٢٨ ٧،٤٦٥	١١،٣٣٧	٠،٠٠١	٠،١٨
الانحدار البواقي الكلي	٣٣٨،٧٠٤ ١٣٢٢،٧١٣ ١٦٦١،٤١٦	٢ ١٢٤ ١٢٦	١٦٩،٣٥ ١٠،٦٦٧	١٥،٨٧٦	٠،٠٠١	٠،٢٦
الانحدار البواقي الكلي	٤٢٤،٨٠٦ ١٥٧،٠٠٧٦ ١٩٩٤،٨٨٢	٢ ١٢٤ ١٢٦	٢١٢،٤٠ ١٢،٦٦٢	١٦،٧٧٥	٠،٠٠١	٠،٢٧
الانحدار البواقي الكلي	٢٨٣،٧٦٣ ٢١٦١،٢٢٨ ٢٤٤٤،٩٩٢	٢ ١٢٤ ١٢٦	١٤١،٨٨ ١٧،٤٢٩	٨،١٤٠	٠،٠٠١	٠،١٣
الانحدار البواقي الكلي	٣٥٣،٠٤١ ٢٠٢٦،٦١٢ ٢٣٧٩،٦٥٤	٢ ١٢٤ ١٢٦	١٧٦،٥٢ ١٦،٣٤٤	١٠،٨٠١	٠،٠٠١	٠،١٧
الانحدار البواقي الكلي	٢٢٧٩١،٤٢ ٤٦٥٩٥،٩٢ ٦٩٣٨٧،٣٤	٨ ١١٨ ١٢٦	٢٨٤٨،٩٢٧ ٣٩٤،٨٨١	٧،٢١٥	٠،٠٠١	٠،٤٩

(٠،٣٥، ٠،١٥، ٠،٠٢) تمثل حجم تأثير (صغير، متوسط، كبير) على الترتيب

ف الجدولية لدرجات الحرية (١، ١٢٥) = ١١،٤ عند مستوى دلالة (٠،٠٠١)

ف الجدولية لدرجات الحرية (٢، ١٢٤) = ٧،٣٢ عند مستوى دلالة (٠،٠٠١)

ف الجدولية لدرجات الحرية (٨، ١١٨) = ٣،٥٥ عند مستوى دلالة (٠،٠٠١) (صلاح أحمد،

٢٠٠٠، ص ٥٣٠).

مكامن القوى في الشخصية كمنبئات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

يتبين من الجدول السابق أن قيم "ف" المحسوبة دالة إحصائياً، لأنها أكبر من قيم "ف" الجدولية (١١٤، ٧، ٣٢٠، ٣، ٥٥) عند درجات حرية (١، ١٢٥)، (٢، ١٢٤)، (٨، ١١٨) على الترتيب، وتناظر حجوم تأثير تتراوح ما بين متوسط وكبير، باستثناء القيمتين (٠، ١٣)، (٠، ١٤)، فإنهما تمثلان حجواً تأثيراً صغيراً، ويعنى ذلك وجود نموذج إنحدار حقيقي يجمع بيانات مكامن القوى في الشخصية (المكونات) والتدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية، والجدول التالي يلخص معاملات نموذج الانحدار :

#### جدول (٧)

معاملات نموذج الانحدار لمكونات مكامن القوى في الشخصية  
والتدفق النفسي (المكونات والدرجة الكلية) لدى الطلاب-المعلمين بكلية  
التربية

مستوى الدلالة	ت	المعاملات المعيارية $\beta$	المعاملات غير المعيارية		$R^2$	R Parti al	النموذج	التدفق
			Std. Error	B				
٠،٠٠٠١	٥،٠٧٤	-	٢،٨٥٠	١٤،٤٦٠	٠،١٢	-	الثابت	نسيان الذات
٠،٠٠٠١	٤،١٣٠	٠،٣٤٧	٠،٠٩٢	٠،٣٧٨	٠	٠،٣٤٧	الحكم	
٠،٠٠٠١	٤،٣٨٢	-	٢،٤١٣	١٠،٥٧٥	٠،٢٦	-	الثابت	الأداء بتلقائية
٠،٠٠٠١	٤،٧٠٦	٠،٤٠٤	٠،٠٨١	٠،٣٨١	٤	٠،٣٨٩	الحكم	
٠،٠٠٥	٢،١٥١	٠،١٨٥	٠،٠٥٦	٠،١٢٠	-	٠،١٩٠	الحيوية	
٠،٠٠١	٢،٥٠٧	-	٣،١٨٦	٧،٩٩٠	٠،٢٦	-	الثابت	الشعور بالاستعداد
٠،٠٠٠١	٥،٢١٨	٠،٤٢٥	٠،٠٧٤	٠،٣٨٨	٢	٠،٤٢٤	الحكم	
٠،٠٠٥	٢،٢١٥	٠،١٨٠	٠،١٢١	٠،٢٦٩	-	٠،١٩٥	الامتحان	
٠،٠٠٠١	٧،٤١١	-	٢،٣٦٥	١٧،٥٢٩	٠،١٥	-	الثابت	مستوى النشاط
٠،٠٠١	٢،٧١٢	٠،٢٥٢	٠،٠٦٨	٠،١٨٥	٥	٠،٢٣٧	الحكم	
٠،٠٠٥	٢،٢٢٨	٠،٢٠٧	٠،٠٦٥	٠،١٤٤	-	٠،١٩٦	الروحاني ية	
٠،٠٠٠١	٣،٣٨١	-	٣،٢٨٣	١١،٠٩٨	٠،٢٠	-	الثابت	وضوح الأهداف
٠،٠٠٠١	٣،٩٣٠	٠،٣٣٢	٠،٠٧٧	٠،٣٠١	٤	٠،٣٣٣	الحكم	
٠،٠٠١	٢،٥٧١	٠،٢١٧	٠،١٢٥	٠،٣٢١	-	٠،٢٢٥	الامتحان	

مكامن القوى في الشخصية كمنبأت بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

مستوى الدلالة	ت	المعاملات المعيارية β	المعاملات غير المعيارية		R <sup>2</sup>	R Parti al	النموذج	التدفق
			Std. Error	B				
٠,١	١,٥١٤	-	٣,٥٧٦	٥,٤١٤-	٠,٢١	-	الثابت	الاندماج الكامل
٠,٠٠٠١	٣,٦٢٧	٠,٣٠٥	٠,٠٨٣	٠,٣٠٢	٣	٠,٣١٠	الحكم	
٠,٠٠٠١	٣,١٢١	٠,٢٦٢	٠,١٣٦	٠,٤٢٥		٠,٢٧٠	الامتحان	
٠,٠٠٥	١,٨٤٠	-	٤,١٩٦	٧,٧٢١	٠,١١	-	الثابت	تركيز الانتباه
٠,٠٠١	٢,٥٧٢	٠,٢٢٩	٠,٠٩٨	٠,٢٥٢	٦	٠,٢٢٥	الحكم	
٠,٠٠٥	٢,١٢٤	٠,١٨٩	٠,١٦٠	٠,٣٣٩		٠,١٨٧	الامتحان	
٠,٠٠١	٢,٤٠٩	-	٣,٥٠٠	٨,٤٣١	٠,١٤	-	الثابت	الشعور بالمتعة
٠,٠٠١	٢,٤٢٥	٠,٢٢٦	٠,٠٩٦	٠,٢٣٢	٨	٠,٢١٣	الروحية	
٠,٠٠١	٢,٤٠٥	٠,٢٢٤	٠,١٠١	٠,٢٤٣		٠,٢١١	الحكم	
٠,٠٠١	٣,٣٣٦	-	٢٤,٣٦٣	٨١,٢٧٦		-	الثابت	الدرجة الكلية
٠,٠٠٠١	٣,٦٨٥	٠,٣٥٢	٠,٥٥٨	٢,٠٥٧		٠,٣٢١	الحكم	
٠,٠١	١,٢٦٠	٠,١١٤	٠,٥٥٣	٠,٦٩٧		٠,١١٥	المنظور	
٠,٠١	٠,٤٨٠	٠,٠٤٥	٠,٣٨٠	٠,١٨٢		٠,٠٤٤	الحيوية	
٠,٠١	٠,٥١٩	٠,٠٤٧	٠,٧٦٢	٠,٣٩٥	٠,٣٢٨	٠,٠٤٨	الشفقة	
٠,٠٠٥	١,٨٢٥	٠,١٧٢	٠,٨٩٨	١,٦٣٩		٠,١٦٦	الامتحان	
٠,٠١	٠,٧٩٧	٠,٠٨٠	٠,٥٥٣	٠,٤٤١		٠,٠٧٣	الروحية	
٠,٠١	١,٦٠٢-	٠,١٣١-	٠,٥٤٩	٠,٨٨٠-		-	العقل	
٠,٠١	٠,٣٠٥-	٠,٠٢٧-	٠,٦٢٩	٠,١٩٢-		٠,١٤٦	العفو	
						٠,٠٢٨		

يتبين من الجدول السابق أن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغير قدره (٠,٣٤٧) في متغير نسيان الذات لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٣٧,٨%) من التغيرات الحادثة في نسيان الذات، ومعادلة الانحدار هي:

$$\text{نسيان الذات} = ١٤,٤٦٠ + (٠,٣٧٨) \text{ الحكم}$$

كما أن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغير قدره (٠,٤٠٤) في متغير الأداء بتلقائية لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٣٨,٩%) من التغيرات الحادثة في الأداء بتلقائية، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحيوية يؤدي إلى تغير قدره (٠,١٨٥) في متغير الأداء بتلقائية لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية،

مكامن القوى في الشخصية كمنبات بالتدفق النفسي وأبعاده لدى الطلاب - المعلمين بكلية التربية بقنا  
د. محمود أبو المجد حسن عثمان

ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (١٩%) من التغيرات الحادثة في الأداء  
بتلقائية، ومعادلة الانحدار هي:

الأداء بتلقائية = ١٠,٥٧٥ + (٠,٣٨١) الحكم + (٠,١٢٠) الحيوية  
كما أن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغير  
قدره (٠,٤٢٥) في متغير الشعور بالاستعداد لدى الطلاب-المعلمين بكلية  
التربية، ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٤٢,٤%) من التغيرات الحادثة  
في الشعور بالاستعداد، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الامتحان يؤدي إلى  
تغير قدره (٠,١٨٠) في متغير الشعور بالاستعداد ويسهم هذا المكون وحده في  
تفسير (١٩,٥%) من التغيرات الحادثة في الشعور بالاستعداد، ومعادلة  
الانحدار هي:

الشعور بالاستعداد = ٧,٩٩ + (٠,٣٨٨) الحكم + (٠,٢٦٩) الامتحان  
كما أن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغير قدره  
(٠,٢٥٢) في متغير مستوى النشاط لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية  
ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٢٣,٧%) من التغيرات الحادثة في  
مستوى النشاط، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الروحانية يؤدي إلى تغير  
قدره (٠,٢٠٧) في متغير مستوى النشاط ويسهم هذا المكون وحده في تفسير  
(١٩,٦%) من التغيرات الحادثة في مستوى النشاط، ومعادلة الانحدار هي:

مستوى النشاط = ١٧,٥٢٩ + (٠,١٨٥) الحكم + (٠,١٤٤) الروحانية  
كما أن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغير قدره (٠,٣٣٢)  
في متغير وضوح الأهداف لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية ويسهم هذا  
المكون وحده في تفسير (٣٣,٣%) من التغيرات الحادثة في وضوح الأهداف،  
وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الامتحان يؤدي إلى تغير قدره (٠,٢١٧) في  
متغير وضوح الأهداف ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٢٢,٥%) من  
التغيرات الحادثة في وضوح الأهداف، ومعادلة الانحدار هي:

وضوح الأهداف = 11,098 + (0,301) الحكم + (0,321) الامتحان  
كما أن تغييراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,305) في متغير الاندماج الكامل لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية  
ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (31%) من التغيرات الحادثة في الاندماج  
الكامل، وأن تغييراً قدره الوحدة في متغير الامتحان يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,262) في متغير الاندماج الكامل ويسهم هذا المكون وحده في تفسير  
(27%) من التغيرات الحادثة في الاندماج الكامل، ومعادلة الانحدار هي:

الاندماج الكامل = 5,414 + (0,302) الحكم + (0,425) الامتحان  
كما أن تغييراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,229) في متغير تركيز الانتباه لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية ويسهم  
هذا المكون وحده في تفسير (22,5%) من التغيرات الحادثة في تركيز  
الانتباه، وأن تغييراً قدره الوحدة في متغير الامتحان يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,189) في متغير تركيز الانتباه ويسهم هذا المكون وحده في تفسير  
(18,7%) من التغيرات الحادثة في تركيز الانتباه، ومعادلة الانحدار هي:

تركيز الانتباه = 7,721 + (0,252) الحكم + (0,339) الامتحان  
كما أن تغييراً قدره الوحدة في متغير الروحانية يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,226) في متغير الشعور بالمتعة لدى الطلاب-المعلمين بكلية التربية  
ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (21,3%) من التغيرات الحادثة في  
الشعور بالمتعة، وأن تغييراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,224) في متغير الشعور بالمتعة ويسهم هذا المكون وحده في تفسير  
(21,1%) من التغيرات الحادثة في الشعور بالمتعة، ومعادلة الانحدار هي:

الشعور بالمتعة = 8,431 + (0,232) الروحانية + (0,243) الحكم  
كما أن تغييراً قدره الوحدة في متغير الحكم يؤدي إلى تغيير قدره  
(0,352) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي لدى الطلاب-المعلمين بكلية

التربوية، ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٣٢،١%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير المنظور يؤدي إلى تغير قدره (٠،١١٤) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (١١،٥%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الحيوية يؤدي إلى تغير قدره (٠،٠٤٥) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٤،٤%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الشفقة يؤدي إلى تغير قدره (٠،٠٤٥) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٤،٨%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الامتتان يؤدي إلى تغير قدره (٠،١٧٢) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (١٦،٦%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير الروحانية يؤدي إلى تغير قدره (٠،٠٨٠) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (٧،٣%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير العدل يؤدي إلى تغير قدره (-٠،١٣١) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (-١٤،٦%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، وأن تغيراً قدره الوحدة في متغير العفو يؤدي إلى تغير قدره (-٠،٠٢٧) في متغير الدرجة الكلية للتدفق النفسي ويسهم هذا المكون وحده في تفسير (-٢،٨%) من التغيرات الحادثة في الدرجة الكلية للتدفق النفسي، ومعادلة الانحدار هي :

$$\begin{aligned} \text{التدفق النفسي} &= ٨١،٢٧٦ + (٢،٠٥٧) \text{ الحكم} + (٠،٦٩٧) \text{ المنظور} + \\ &(٠،١٨٢) \text{ الحيوية} + (٠،٣٩٥) \text{ الشفقة} + (١،٦٣٩) \text{ الامتتان} + (٠،٤٤١) \\ &\text{الروحانية} + (-٠،٨٨٠) \text{ العدل} + (-٠،١٩٢) \text{ العفو} \end{aligned}$$

ويعد تبعاً لمعادلة الانحدار السابقة أن الحكم أفضل منبئ من مكونات  
مكامن القوى في الشخصية بالتدفق النفسي، أما ثاني أفضل منبئ فهو مكون  
الامتتان، وتتفق هذه النتيجة مع ما تم عرضه من إطار نظري وما بينته نتائج  
بعض الدراسات (Buschor, Proyer & Ruch, 2013; Duckworth,  
Steen & Seligman, 2005; Linley, Nielsen, Gillett & Biswas-  
Diener, 2010)

وقد يرجع هذا إلى ارتباط التدفق النفسي بمكامن القوى بصفة عامة  
وهذا ما أوضحته الدراسة الحالية في فرضها الأول وما أكدته العديد من  
الدراسات السابقة، حيث يعد التدفق النفسي بمثابة المكافأة التي يتلقاها الفرد  
نتيجة لتوظيف واستغلال بتوظيف أكثر نقاط القوى والفضائل التي يتمتع بها  
(Duckworth, Steen & Seligman, 2005, p. 639)

وهذا ما أكدته مارتن سليجمان (٢٠٠٥/٢٠٠٢) حيث يرى التدفق كحالة  
وجدانية إيجابية تحدث عندما تتكامل فيه التحديات التي تواجه الفرد ومعتقداته  
مع قدراته التي تشمل مكامن القوى والفضائل لديه (ص ٢٢١).  
توصيات الدراسة: بناء على ما تقدم ومن خلال نتائج الدراسة يوصي الباحث  
ما يلي:

- (١) الاهتمام بعلم النفس الإيجابي والتركيز على الدراسات والبحوث التي تتناول  
العدل والروحانية والمنظورية والحكم.
- (٢) ضرورة وضع برامج إرشادية لتنمية مكامن القوى في الشخصية لدى  
الطلاب.
- (٣)حث الآباء على تنمية مكامن القوى في الشخصية لدى أبنائهم كالعز  
والتواضع والامتتان والشفقة والعدل.
- (٤)سعي القائمين على العملية التعليمية لجعل التعلم حالة من التدفق حتى  
يحدث نوع من الاستمتاع الذاتي في التعلم.
- (٥)العمل على تنمية التدفق النفسي بين طلاب الجامعة وذلك من خلال  
المنبئات التي تسهم فيها كالحكم والامتتان.



### المراجع

آمال عبد السميع (٢٠١١). اختبار التدفق النفسي كراسة التعليمات.  
القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

أسماء فتحى، وميرفت عزمى (٢٠١٣). التفكير الإيجابي والسلوك  
التوكيدي كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين  
دراسياً من الطلاب الجامعيين. المجلة المصرية للدراسات  
النفسيّة، ٢٢ (١٧)، ٥٨ - ٩٧.

أمنية إبراهيم، وأماني عبد العظيم (٢٠١٣). انقيم كمتغير وقائي ضد  
تورط المراهقين في السلوك المشكل. مجلة علم النفس، ٩٨،  
١٠٠-١٢١.

بول ب. بالتس، والكساندر فروند (٢٠٠٣). القوى باعتبارها التناغم بين  
الحكمة والاختيار الأمثل مع التعويض. ترجمة صفاء  
الاعسر. في ليزا ج. أسبينول، أورسولا م. ستودينجر  
(محررون) سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة صفاء يوسف،  
ونادية محمود، وعزيزة محمد، وعلاء الدين أحمد (٢٠٠٦).  
(ص ص ٣٥-٥٢)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

جلال شمس الدين (٢٠٠٥). الفضائل والقيم لدى الشعوب القديمة نوات  
الأديان الإنسانية. الإسكندرية: مؤسسة الثقافة الجامعية.

الجوهرة عبد القادر (٢٠٠٥). الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات  
الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى. بمكة المكرمة.  
رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية، جامعة أم القرى.

حازم شوقي (٢٠١٤). القيم الخلقية وعلاقتها بجودة الحياة لدى عينة من  
طلاب الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية.  
جامعة بنها.

روسيو فرناندي(٢٠٠٣). الجانب المضئ والجانب المظلم في سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة علاء الدين كفاي. في ليزا ج. أسبينول، أورسولا م. ستودينجر (محررون) سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة صفاء يوسف، ونادية محمود، وعزيزة محمد، وعلاء الدين أحمد، (٢٠٠٦). (ص ص ١٨١-٢٠٦)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

زكي مبارك(٢٠١٢). الأخلاق عند الغزالي. القاهرة: كلمات عربية للترجمة والنشر.

سلامة يونس(٢٠١٥). علم النفس الإيجابي مفهومه تطوره، مجالاته التطبيقية، ورؤية مستقبلية بالوطن العربي. مجلة الشرق الأوسط لعلم النفس الإيجابي، ١(١)، ٤٥-٥٩.

سيد أحمد (٢٠٠٩). العفو كمتغير وسيط بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والشعور بالسعادة لدى طلاب الجامعة. مركز الإرشاد النفسي. مجلة الإرشاد النفسي، ٢٣، ٣٢٧-٣٧٨.

سيد أحمد (٢٠١٠). التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت (دراسة سيكومترية - إكلينيكية). المؤتمر السنوي الخامس عشر. مركز الإرشاد النفسي جامعة عين شمس. ١١٧ - ١٦٩.

السيد كامل (٢٠٠٩). العفو وعلاقته بكل من الرضا عن الحياة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية والغضب، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٣(٢)، ٢٩ - ١٠١.

خالد جمعة (٢٠٠٩). موسوعة الأخلاق. الكويت: مكتبة أهل الأثر.

شيرين محمد (٢٠١٠). البناء العاملي للإبداع الانفعالي وعلاقته بكل من  
قوة السيطرة المعرفية والقيم لدى عينة من طلاب الصف الثالث  
الإعدادي. مجلة كلية التربية ببها، ٨٢(٢)، ١٦٦ - ٢١١.

صفوت فرج (١٩٩١). التحليل العاملي في العلوم السلوكية (ط٢). القاهرة:  
مكتبة الأنجلو المصرية.

صلاح أحمد (٢٠٠٠). الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربوية  
والاجتماعية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

عباس محمود (١٩٩٨). القياس النفسي بين النظرية والتطبيق. القاهرة:  
دار المعرفة الجامعية.

عبد اللطيف محمد (١٩٩٢). ارتفاع القيم دراسات نفسية. سلسلة كتب  
المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب. (١٦٠)، الكويت: عالم  
المعرفة.

عماد أشتيه، وسامي أبو إسحاق، وزهير النواجحة (٢٠١٥). المساندة  
الأسرية والتدفق النفسي لدى عينة من طلبة الصف الثامن  
الأساسي من مستخدمي الأجهزة الذكية. مؤتمر تأثير الأجهزة  
الذكية على نشأة الطفل. فندق البست إيسترن، رام الله، متاح في  
<http://www.qou.edu/arabic/index.jsp?pagelD=3604>

٢٠١٦/٢/٢١

فاطمة محمد (٢٠١١). علم النفس الإيجابي في الإسلام. المؤتمر الثالث  
للرابطة العالمية لعلماء النفس المسلمين أسلمة وتوطين العلوم  
النفسية. الجامعة الإسلامية العالمية بماليزيا.

كريستوفر بيترسون، ومارتن سليجمان (٢٠٠٣). علم النفس الإكلينيكي  
الإيجابي. ترجمة عزيزة السيد. في ليزا ج. أسبينول، وأورسولا  
م. ستودينجر (محررون)، سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة

صفاء يوسف، ونادية محمود، وعزيزة محمد، وعلاء الدين احمد، (٢٠٠٦). (ص ص٤١٩-٤٣٦)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

ليزا ج. أسبينوول، وأورسولا، م. ستودينجر (٢٠٠٣). بعض القضايا الرئيسية في مجال سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة صفاء الأعسر. في ليزا ج. أسبينوول، وأورسولا م. ستودينجر (محررون)، سيكولوجية القوى الإنسانية. ترجمة صفاء يوسف، ونادية محمود، وعزيزة محمد، وعلاء الدين أحمد، (٢٠٠٦). (ص ص٣٤-١٥)، القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

مارتن سليجمان (٢٠٠٢) السعادة الحقيقية، استخدام الحديث في علم النفس الإيجابي لتتبين ما لديك لحياة أكثر انجازا. ترجمة صفاء الاعسر، وعلاء الدين كفاقي، وعزيزة السيد، وفيصل يونس، وفادية علوان، وسهير غباشي، (٢٠٠٥). القاهرة: دار العين للنشر.

مارتن سليجمان (٢٠٠٢). السعادة الحقيقية، استخدام علم النفس الإيجابي الحديث لتحقيق أقصى ما يمكنك من الاشباع الدائم، ترجمة مكتبة جرير. (٢٠٠٦)، الرياض: مكتبة جرير.

محمد السعيد (٢٠١٣). حالة التدفق المفهوم، الأبعاد، والقياس. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية، (٢٩)، مؤسسة العلوم النفسية العربية.

محمد السعيد (٢٠١٤). علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وآفاقه المستقبلية. الإصدار المكتبي لمؤسسة العلوم النفسية العربية، (٣٤) مؤسسة العلوم النفسية العربية.

محمد السيد (٢٠٠٩). التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب  
الجامعة. دراسات نفسية. ١٩ (٢)، ٣١٣-٣٥٧.

محمد الكتاني (٢٠٠٣). مفهوم العدل بين التراث الإسلامي والفكر  
المعاصر. مجلة الأكاديمية، ٢٠، ١٧-٥٦.

مصطفى حجازي (٢٠١٢). إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس  
الإيجابي. لبنان: التنوير للطباعة والنشر والتوزيع.

نبيل محمد، وسعد المسعودي (٢٠١٤). القيم الأخلاقية السائدة لدى طلاب  
وطالبات جامعة الملك عبد العزيز. كرسي الأمير نايف بن عبد  
العزيز للقيم الأخلاقية، جامعة الملك عبد العزيز.

Akhtar, M. (2009). Applying positive psychology to alcohol-  
misusing adolescents a pilot intervention.  
*Unpublished master's thesis, Applied Positive  
Psychology University of East London.*

Asakawa, K. (2010). Flow experience, culture, and well-  
being: how do autotelic japanese college students  
feel, behave, and think in their daily lives?. *Journal  
of Happiness Study, 11:205-223.*

Biswas-Diener, R., & Dean, B. (2007). *Positive psychology:  
coaching putting the science of happiness to work  
for your clients.* New Jersey: John Wiley & Sons,  
Inc.

Buschor, C., Proyer, R., & Ruch, W. (2013). Self and  
peer-rated character strengths: how do they relate  
to satisfaction with life and orientations to

- happiness?. *The Journal of Positive Psychology*, 8(2), 116-127.
- Carpentier, J., Mageau, G., & Vallerand, R. (2012). Ruminations and flow: why do people with a more harmonious passion experience higher well-being?. *Journal of Happiness Study*, 13,501-518.
- Collins, A., Sarkisian, N., & Winner, E. (2009). Flow and happiness in later life: an investigation into the role of daily and weekly flow experiences. *Journal of Happiness Study*, 10, 703-719.
- Csikszentmihalyi, M. (2014). The flow experience In M. Csikszentmihalyi, (ed.), *Flow and the foundations of positive psychology*. (pp.135-154), New York: Springer Science, Business Media Dordrecht.
- Csikszentmihalyi, M., Abuhamdeh, S., & Nakamura, J. (2014). Flow In M. Csikszentmihalyi, (ed.), *Flow and the foundations of positive psychology*. (pp.227-238), New York: Springer Science, Business Media Dordrecht.
- Duckworth, A., Steen, T., & Seligman, M. (2005). Positive psychology in clinical practice, *Annual Review of Clinical Psychology* 1, 629-651.
- Güsewell, A., & Willibald Ruch, W. (2012). Are only emotional strengths emotional? Character strengths

and disposition to positive emotions. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 4 (2), 218-239.

Jackson, S. (2014). Flow scales. In A.C. Michalos (ed.), *Encyclopedia of quality of life and well-being research*, (pp. 2305-2308). New York: Springer Science, Business Media Dordrecht.

Kerr, S., O'Donovan, A., & Pepping, C.(2015). Can Gratitude and Kindness Interventions Enhance Well-Being in a Clinical Sample. *Journal of Happiness Study (2015) 16*,17-36.

Khramtsova, I. (2008). Character strengths in college: outcomes of a positive psychology project, *Journal of College and Character*, 9(3), 1-14.

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, 533-548.

Landhäußer, A., & Keller, J. (2012). Flow and its affective, cognitive, and performance-related consequences. In S. Engeser (ed.), *Advances in flow research*, (pp.65-85), New York: Springer Science+Business Media.

- Lee, P. (2015). Flow and the five-factor model (FFM) of personality characteristics. ProQuest Dissertations Publishing.  
<http://search.proquest.com/docview/1734466351/abstract/embedded/0HS9QFPP3TFPJ0PS?source=fedsrch>
- Linley, A., Maltby, J., Wood, A., Joseph, S., Harrington, S., Peterson, et al.(2007). Character strengths in the United Kingdom: The VIA inventory of strengths. *Personality and Individual Differences, 43*, 341-351.
- Müller, L., & Ruch, W. (2011). Humor and strengths of character, *The Journal of Positive Psychology, 6*(5), 368-378.
- Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow In M. Csikszentmihalyi, (ed.), *Flow and the foundations of positive psychology*. (pp.239-263), New York: Springer Science, Business Media Dordrecht.
- Ngai, S. (2015). Parental bonding and character strengths among Chinese adolescents in Hong Kong. *International Journal of Adolescence and Youth, 20*(3), 317-333.



- P. Alex Linley, A., Nielsen, K., Gillett, R., & Biswas-Diener, R. (2010). Using signature strengths in pursuit of goals: Effects on goal progress, need satisfaction, and well-being, and implications for coaching psychologists. *6 International Coaching Psychology Review*, The British Psychological Society, 1750-1764.
- Park, N., & Peterson, C. (2008). The Cultivation of character strengths. In M. Ferrari & G. Potworowski (eds.), *Teaching for wisdom*. (pp.59-77), New York: Springer Science+Business Media.
- Park, N., & Peterson, C. (2009). Character strengths: Research and Practice, *Journal of College and Character*, 10(4), DOI: 10.2202/1940-1639.1042
- Park, N. (2009). Character strengths (VIA) In S. J., Lopez, (ed.), *The encyclopedia of positive psychology*. (pp.135-141), Oxford: Blackwell Publishing Ltd.
- Park, N., Peterson, C., & Seligman, M., (2004). Strengths of character and well-being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(5), 603-619.
- Peterson, C., & Seligman, M., (2004). *Character strengths and virtues: A Handbook and Classification*. Oxford: University Press.

- Peterson, C., Ruch, W., Beermann, U., Park, N., & Seligman, M. (2007). Strengths of character, orientations to happiness, and life satisfaction, *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 149 – 156.
- Proctor, C., Maltby, J., & Linley, A. (2011). Strengths Use as a Predictor of Well-Being and Health-Related Quality of Life. *Journal of Happiness Study*, 12, 153-169.
- Proyer, R., & Ruch, W. (2011). The virtuousness of adult playfulness: the relation of playfulness with strengths of character. *Proyer and Ruch Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 1(4), 1-12.
- Schuler, J. (2012). Flow experience and learning In N. Seel (ed.), *Encyclopedia of the sciences of learning*, (pp.1403-1305), New York: Springer Science+Business Media.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2014). Positive psychology: an introduction In M. Csikszentmihalyi, (ed.), *Flow and the foundations of positive psychology*. (pp.279-298), New York: Springer Science, Business Media Dordrecht.
- Shimai, S., Otake, K., Park, N., Peterson, C., & Seligman, M., (2006). Convergence of character strengths in

American and Japanese young adults. *Journal of Happiness Studies*, 7, 311-322.

Shryack, J., Steger, M., Krueger, R., & Kallie, C. (2010).

The structure of virtue: An empirical investigation of the dimensionality of the virtues in action inventory of strengths. *Personality and Individual Differences*, 48, 714-719.

Stavrou, N., Psychountaki, M., Georgiadis, E., Karteroliotis, K., & Zervas, Y. (2015).

Flow theory goal orientation theory: positive experience is related to athlete's goal orientation. *Frontiers in Psychology* 6, 1499. doi: 10.3389/fpsyg.2015.01499

Wood, A., Linley, A., Maltby, J., Kashdan T., & Hurling, R.

(2011). Using personal and psychological strengths leads to increases in well-being over time: A longitudinal study and the development of the strengths use questionnaire, *Personality and Individual Differences* 50, 15-19.