كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

مجلة دراسات في مجال الارشاد النفسي والتربوي– كلية التربية– جامعة أسيوط

=======

التدفق النفسى وعلاقته باضطراب قلق الكلام لدى الأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم

إعداد

الباحث/ بيتر مجدى حبيب أبادير

مدرس بمدرسة الفرنسيسكان الخاصة بأسيوط

ماجستير فى التربية الخاصة (تخصص تخاطب)

إشراف

د/مصطفى عبد المحسن الحديبى

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية – جامعة أسيوط

د/ إيمان صلاح الدين حسين الشريف

مدرس علم النفس التربوى

كلية التربية – جامعة أسيوط

﴿ المجلد الثامن ☐ العدد العاشر ☐ يوليو ٢٠٢٠م﴾

https://dapt.journals.ekb.eg

Your username is: **ali_salah790@yahoo.com**

Your password is: **ztu6y8qupw**

أولاً: مقدمة الدراسة

تمثل مرحلة التعليم العام مرحلة مهمة في حياة الأفراد، وبخاصة التعليم الابتدائي وذلك لأن هذه المرحلة تمثل البداية الحقيقية للتعليم ومصدراً بشرياً مهماً لتنمية المجتمع، ولكن هؤلاء الأطفال يتمايزون فيما بينهم في الذكاء والقابلية للتعليم مما يحتم ضرورة تنمية قدراتهم وتحسين أساليب تفكيرهم وتعلمهم وتوجه دوافعهم نحو التعلم.

ويسعى علم النفس والصحة النفسية بشكل أساسي إلى الوصول بالنفس البشرية إلى قمة صحتها النفسية والعقلية ،ولذلك بدأ التوجه نحو مسارات مختلفة للدراسات النفسية فبعد أن ظلت سنوات طوال مهتمة بالجانب المضطرب من الشخصية ؛ ظهر توجها جديدا على يد العالم مارتن سليجمان (١٩٩٩) فيما سمي بعلم النفس الإيجابي ليتطرق إلى دراسة الجوانب الأكثر إيجابية في الشخصية (بشير معمرية،٢٠١٢، ١٠٨).

ولكن بعض الأطفال يعاني من ذوي الإعاقة العقلية من بعض المشكلات اللغوية، فأداؤهم أقل بكثير من مستوى الأداء اللغوي للأطفال العاديين الذين يناظرونهم بالعمر الزمني، فهم يعانون مشكلة تطور اللغة والطلاقة اللغوية، الناتج عن عدم التواصل الاجتماعي والضعف في القدرات المعرفية كالتذكر. (خالد بن عايد الحبوب وأمينة الرويلى، ٢٠١١،٢٣) [١].

والأطفال ذوي الإعاقة العقلية يواجهون مفرداتهم بسيطة لا تتناسب مع عمرهم الزمني – ويعد ذلك مشكلة فى اللغة والكلام – لذلك يرى كثير من المختصين أن لغتهم "لغة طفولية" إشارة إلى جمود النمو اللغوي عندهم، كما ترتبط درجة شيوع وشدة الصعوبات اللغوية عند الأطفال المعاقين عقلياً بدرجة عالية حسب الإعاقة العقلية، فالمعوقون عقلياً بدرجة بسيطة يتأخرون في النطق لكنهم يطورون قدرتهم على الكلام، أما المعاقون بدرجة متوسطة فهم غالباً ما يواجهون صعوبات مختلفة في الكلام وتتصف لغتهم بالنمطية، في المقابل فإن شديدي الإعاقة عاجزة عن النطق، فنموهم اللغوي لا يتعدى مرحلة إصدار الأصوات غير المفهومة في الغالب (يوسف القريوتي وآخرون، ١٩٩٥) ، ويتفق ذلك مع ما أوضحه عبد العزيز الشخص بأن الأطفال المعاقين عقلياً جميعاً يعانون من اضطرابات النطق والكلام بدرجة أو بأخرى وتزداد الاضطرابات كمًا وكيفًا بزيادة درجة الإعاقة العقلية. (عبد العزيز الشخص ،١٩٩٧).

ومن الأسباب التي تجعل الطفل المعاق عقلياً يتجنب التواصل مع الآخرين تفكيره بأنه

---

(١)التوثيق وفقا لدليل جمعية علم النفس الأمريكية APA حيث يشير الرقم الأول إلي سنة النشر للمرجع، ويشير الرقم الثاني إلي رقم الصفحة أو الصفحات بذات المرجع.

سيتم الحكم عليه من خلال الحديث الذي سيلقيه أمام الاخرين، وأن الكلمة التي يلقيها هي أساس تقييمه في الفصل أو أثناء تقييم معلمه أو زملائه ،وهذا ما يزيد من مستوي القلق لدي الطفل، وهذا الضغط المتزايد يتسبب في زيادة من قلق الكلام ، ويرىMichael Motley وجوب النظر إلي حديث الفرد علي أنه تواصل وليس أداء، وينظر إلي تواصله هذا علي أنه فرصة للمشاركة مع الآخرين، وأنهم مهتمون بكل ما يقال من جانبه، وليس علي أنهم مهتمون بالتحليل والنقد أو قدرة المتحدث.(McCroskey ., 1997 , 5)

والمستقرئ لما سبق يتضح له من خلال ذلك أن فكرة التقييم السلبي المسيطر علي هؤلاء الأطفال تؤدي بالضرورة إلي الانسحاب والتجنب من المواقف الاجتماعية، وبالتالى الخوف من التحدث أمام الآخرين.

حيث أكدت بعض الدراسات وجود ارتباط بين الانطواء وقلق الكلام، ومن سمات الطفل قلق الكلام الانطواء والانسحاب والخوف من التقييم السلبي، وتجنب المواقف الاجتماعية أو الهروب منها، ويتميزون بالحساسية الزائدة لمواقف الاتصال أمام الغرباء مثل دراسة (Michael F. Detweilar.,2005) ، وهذا ما يؤكد أهمية تعرف العلاقة بين قلق الكلام والسلوك الانطوائي، ويتأثر قلق الكلام بالخجل حيث أظهرت نتائج بعض الدراسات أن هؤلاء الأشخاص يتميزون بالخجل الانسحابي وعدم الارتياح الاجتماعي، وأنهم أكثر كبتاً وقلقاً وتوتراً في السياقات الاجتماعية ويتجنبون تحديق النظر. مثل دراسة (Cheek & Buss., 1981)، ويرتبط اضطراب قلق الكلام بمشكلات سلوكية أخرى مثل العدوانية وانعدام الثقة بالنفس والشعور بالنقص والغضب وتظهر العدوانية على شكل مماطلات ونوبات غضب أثناء الحديث بالكلام عن أشخاص أخرى، ويظهر ذلك في دراسة (Ulf Dimberg &MonikaThunber., 2007) ودراسة (Bonnie Camp., 2007) .

ويعد قلق الكلام أحد اضطرابات الطلاقة النفسية للكلام التي تؤدي بالأطفال المعاقين عقليًا إلي عدم توافقهم مع الأخرين بسبب انسحابهم من المواقف التي تحتاج إلى تواصل مع الجمهور؛ فيظهر لديهم أعراض الانطواء والخجل والقلق الشديد ويرجع ذلك إلي خوفهم من التقييم من قبل الآخرين فيفضلون البقاء صامتين حتي لا يسببون الإحراج لأنفسهم، ويؤدي ذلك لتعطيل مسيرة حياتهم الشخصية والاجتماعية، لأن العامل النفسي هو الأساس الذي تتأثر به كافة العوامل المؤثرة فى قلق الكلام ، وقد لوحظ من خلال عرض الدراسات التى تناولت قلق الكلام أن هناك عاملاً مشتركاً في إحداث الاضطراب الكلامي يتمثل في عامل القلق والخوف؛ فالقلق الذي يصاحب عملية الكلام هو السبب في نشأة الاضطراب الكلامي لدي الأطفال.

ويُعد تبنى معنى إيجابيًا فى الحياة أحد المتغيرات التى يسعى الانسان لتحقيقها

ولإضفاء قيمة لوجوده من خلالها، إلا أن مطالب الآخرين منه والظروف التى يمر بها الأطفال المعاقون عقليًا القابلون للتعلم أدت إلى ظهور مشكلات نفسية لغوية لديهم كمشكلة قلق الكلام نظراً لشعورهم بعجزهم عن منافسة أقرانهم العاديين، وفى إطار ذلك قد ينسحب الطفل من المشاركات الاجتماعية نظراً لما تفرضه عليه إعاقته، ويظهر ذلك من خلال محادثتهم مع الآخرين وهو ما يعُرَف بقلق الكلام.

ولقد تناولت العديد من الدراسات العلاج النفسى الإيجابى فى التخفيف من المشكلات النفسية والاجتماعية لذوى الاحتياجات الخاصة والعاديين، حيث هدفت دراسة Asl et al (2014) إلى التحقق من كفاءة العلاج النفسى الإيجابى فى علاج الاكتئاب وتعزيز السعادة لدى النساء المصابات بالعقم ، وتناولت دراسة Meyer et al (2012) فاعلية العلاج النفسى الإيجابى فى زيادة السعادة، والمشاركة الإيجابية فى الحياة، والرفاهية لدى عينة من مرضى الفصام ، وسعت دراسة إبراهيم محمود أبو الهدى (٢٠١١) للكشف عن العلاقة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من طلاب الجامعة المعاقين بصرياً والمبصرين، وهدفت دراسة حسن عبد الفتاح الفنجرى (٢٠٠٨) إلى إعداد برنامج يقوم على إستراتيجيات علم النفس الإيجابى، وقياس مدى فعالية هذا البرنامج فى التخفيف من قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة.

والتدفق حالة ينهمك فيها المرء للغاية في نشاط بحيث يكون كل شيء آخر غير مهم ، وهو حالة خبرة مثلى، وهذه الخبرات تكون ممتعة جداً حتى أن المرء يكون مستعداً لتنفيذ النشاط حتى إذا كان هذا النشاط يعرضه للخطر، أو يحمل في طياته نفقات اقتصادية كبيرة ،وحالة التدفق هذه تتميز بالانهماك والتركيز وكون الشخص موجوداً بالكامل في الحاضر، وتصبح الساعات دقائق والعكس صحيح. وبذلك يكون النشاط المعطى الذي يستحث التدفق يكون محفزًا ومدفوعًا للغاية بدافعية داخلية بحيث يصبح النشاط هدفاً في حد ذاته.

ويتفق ذلك مع ما أوضحه (جولمان) بأن التدفق النفسى هو استغراق الإنسان فى أداء مهمة ما حتى يبلغ ذروتها، ويستمر هذا التدفق بعد ذلك بأقل مجهود كالشلال المتدفق، فإذا

استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق فإن ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الإيجابى الملئ بالطاقة التى تقى الفرد من الإصابة بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق. (Seligman.,2002)

وتناولت بعض الدراسات علاقة التدفق النفسى بالمشكلات النفسية مثل دراسة صديق ومحمد السيد (٢٠٠٩) التى سعت الى معرفة العلاقة بين التدفق النفسى وبعض العوامل النفسية كالاعتماد على النفس والمثابرة، والرضا عن الذات والقلق والاكتئاب، وسعت دراسة سيد البهاص (٢٠١٠) الى تقصى العلاقة بين التدفق كحالة إيجابية والقلق الاجتماعى كحالة سلبية لدى مستخدمى الإنترنت.

والتدفق يجعل الطفل منعزلًا عما حوله لينفرد بعمله الذى يقوم به متجرداً من كل ما هو محيط به، ويعيش فى حالة من التوحد تكون فيه المعاناة مصدر سعادة ودافعًا للاستمرار لا مصدر إحباط، وبالتالى يحدث تواصل داخلى للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وهذا ما أوضحته زينب محمود شقير (٢٠٠١) عن أهمية التواصل الداخلى حيث صنفت التواصل إلى التواصل الداخلى، والتواصل بين الفرد والآخرين، والتواصل بين الجماعات الاجتماعية، وأن التواصل الداخلى هو التواصل بين الفرد وذاته وعلاقاته بالمحيطين به وتقييمه الشخصى لقدراته وكيفية توظيفه لهذه القدرات والإمكانات، ونجاح الفرد فى ذلك يحدد بدرجة كبيرة بنجاحه فى التفاعل مع الآخرين، ويمثل ذلك الأساس الذى يعتمد عليه الفرد فى تواصله مع نفسه ومع الآخرين ومع المجتمع.

ويسعى الباحث فى هذة الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين التدفق النفسى وقلق الكلام لدى الاطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين بمدارس التعليم العام.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

نبع إحساس الباحث بالمشكلة من رؤيته للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين

فى أحدى مدارس التعليم العام بأسيوط من وجود أعراض لقلق الكلام لديهم مثل تجنب المشاركة فى الحوار وضيق التنفس والعرق الشديد وارتعاش اليد والكلام غير المفهوم مثل تكرار كلمة (بس) أو (يعنى) أو (امم) وذلك بشكل ملاحظ وبالتالى انخفاض معدل الطلاقة اللغوية.

ودعم إحساس الباحث بالمشكلة ما أسفرت عنه نتائج الدراسات السابقة حول طبيعة ومظاهر قلق الكلام، حيث أوضح حمدى الفرماوى (٢٠٠٦) أن مظاهر قلق الكلام فى ثلاث مظاهر رئيسة وهى المظاهر البدنية مثل برودة الأيدى والأقدام، وارتعاش بالأيدى والجسم والارتجاف والتصبب عرقاً، وجفاف الحلق ودقات قلب سريعة لا يمكن للجمهور سماعها، وخفقان القلب وصوت مهزوز، ومعدة مضطربة وصعوبة فى التنفس،ومظاهر نفسية مثل الشعور بالتوتر العصبى وتجنب المشاركة فى الحوارات، وتجنب الاتصال بالغير، وعدم الثقة بالنفس وخوف شديد وأفكار سلبية، ومظاهر معرفية مثل اضطراب الأفكار وتداخلها وصعوبة تنظيم الأفكار وترتيبها أثناء الحديث ونسيان الحقائق وصعوبة استدعاء الكلمات الملائمة للموقف وانخفاض معدل الطلاقة اللغوية.

وتعد مشكلة اللغة لدى الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم من المشكلات المهمة التى تحتاج البحث والدراسة؛ نظراً لازدياد نسبة ظهور هذة الحالات ولصعوبة اكتشافها من جانب الأسرة والمتخصصين فى مراحل مبكرة من حياة الطفل، ولتداخلها مع العديد من الأعراض المرضية، والتى تضع الآباء فى حيرة من أمرهم وتتفاقم المشكلة كلما زاد عمر الطفل وكبَرُ سنه فيظهر ضعف قدرته على التعبير عن احتياجاته ومشاعره وعدم القدرة على التفاعل مع من هم فى سنه أو أكبر سناً منه، ويظهر ميله لكثرة التعامل مع هم فى سن أصغر منة لسهولة تفاعلهم اللغوى.

وتشير الإحصاءات إلى أن فئة المعاقين بشكل عام والمعاقين عقليًا بشكل خاص تمثل شريحة كبيرة سواء أكانت على المستوى العالمي أم المستوى المحلي، حيث يشير تقرير الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء إلى أن إجمالي المعاقين في العالم بلغ ٧٢,٧٩٨,٣١٠ معاق،

وأن إجمالي المعاقين في مصر بلغ ٤,٧٢٨,٥٢٣ معاق، ليمثل عدد المعاقين في مصر ما نسبته ١٢,٩١٪ من إجمالي عدد المعاقين في العالم، وأشار التقرير إلى أن أعلى نسبة إعاقة في مصر كانت الإعاقة العقيلة بواقع ٢٢,٤٪، ويذكر التقرير أيضًا اعتماد يوم ٣ ديسمبر يومًا عالميًا للمعاقين تعزيزًا لأهمية القضايا المرتبطة بالإعاقة وحشد الجهود الدولية لدعمهم ومساندتهم. (حمدي حامد محمد ،٢٠١٥، ٤٠٧، نقلا عن الجهاز المركزي للتعبئة العامة والإحصاء، ٢٠١٤).

ويظهر الخلل اللغوى متمثلًا فى الشكل والمضمون والتراكيب اللغوية واضطراب فى النطق وضعف الطلاقة اللغوية، ويتضح ذلك جليًا لدى الأطفال ذوى الإعاقة العقلية القابلين للتعلم، وذلك لضعف قدراتهم العقلية والتى من ثم ضعف قدراتهم النفس اللغوية، وبالتالى يكون لها عظيم الآثر فى ضعف قدراتهم للتعبير عن أنفسهم ومشاعرهم واحتياجاتهم ومتطلباتهم، وقدرتهم على التفاعل مع الآخرين ومن ثم اندماجهم مع أسرهم ومجتمعهم.

وتعد اضطرابات الطلاقة والتواصل من المشكلات الشائعة عند الأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم وينتج عنها عدم القدرة على التفاعل مع الآخرين من خلال الحوار، بالإضافة لضعف القدرة على التعبير من خلال الوجه، وتشير دراسة ليلى أحمد كرم الدين (١٩٩٥) إلى أن قدرة الطفل المعاق عقليًا على استخدام الوجه للتعبير عن مشاعره تعتبر ضئيلة، وأن ما يعبر عنه قد لا يكون فى الحقيقة هو ما يشعر به ، وبالإضافة لقلة فهم مشاعرهم وانفعالاتهم وهذا ما دفع بعض الباحثين لتنمية التواصل والطلاقة اللغوية لدى الأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم، وانعكاس ذلك على الجوانب العقلية المعرفية.

وبالتالى تتحدد مشكلة الدراسة فى السؤال الرئيس التالى: ما العلاقة بين التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين؟

ثالثاً: أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

التعرف على العلاقة بين التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين.

رابعًا: أهمية الدراسة

تظهر أهمية الدراسة الحالية فيما يلى:

١- إلقاء الضوء على مشكلة قلق الكلام فضلًا عن تجسيد خطورة ذلك على النمو النفسى للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين بمدارس التعليم العام، وتأثير ذلك الاضطراب على جميع النواحى النفسية والاجتماعية.
٢- إلقاء مزيد من الضوء على العلاج النفسى الإيجابى ؛كونه اتجاهاً حديثًا فى العلاج النفسى.
٣- مساعدة وتوجيه نظر المختصين والقائمين على رعاية الأطفال المعاقين عقلياً وخاصة بمدارس الدمج الى الطرق والحلول المناسبة التى يمكن الاستفادة منها لخفض قلق الكلام عن طريق العلاج النفسى الإيجابى وتنمية التدفق لديهم.

خامساً: مصطلحات الدراسة:

١- الأطفال المعاقون عقليًا القابلون للتعلم Educable Mentally Retarded Children :

يستخدم هذا المصطلح لوصف المستويات العليا من الإعاقة العقلية، والتى تضم أطفالًا قادرين على أن يصبحوا مكتفين ذاتيًا، وقادرين على تعلم مهارات أكاديمية من خلال التحاقهم بالصفوف الابتدائية، ويعد المعاقون عقلياً القابلون للتعلم الفئة المرادفة للمعوقين عقلياً بدرجة بسيطة فى النظام التصنيفى الخاص بالجمعية الأمريكية للضعف العقلى، كما يعتبر مدى نسبة الذكاء الذى يتراوح بين اثنين إلى ثلاثة انحرافات معيارية أقل من المتوسط أو الذى يتراوح ما بين (٥٠ – ٧٠) درجة فى أحد اختبارات الذكاء الفردية،وهو المدى الأكثر قبولًا لدى المتخصصين لتعرف أفراد هذة الفئة. (عبد العزيز الشخص، ٢٠١٠، ٩)

٢- التدفق النفسى FlowPsychological:

حالة نفسية تصاحب الأنشطة الجذابة للغاية فالوقت يمر بسرعة، ويكون الانتباه مركزاً

تماماً على النشاط، ويفقد الشعور بالذات (Moneta & Csikszentmihaly .,1996).

يحدث التدفق لدى الكثير من الاشخاص حتى أولئك الذين يمارسون أنشطة دون مقابل ، إذ يكون النشاط الممارس هدفاً فى حد ذاته ويشعر الفرد بالمتعة والسرور ، ويعتقد Csikszentmihaly أن الفرد يصل إلى حالة التدفق النفسى عندما يؤدى الانشطة المثالية والتى تتحرك خارج اطار القيود والتحديات مع سيطرة الفرد على مهاراته التى تحرره من البلادة النفسية والسلوكية ، ويتكون التدفق النفسى من كافة القدرات والمواهب التى يستعملها الفرد لمواجهة التحديات التى تواجة الحياة ، وان الانشغال بالإنجازات يعد المكافاة العادية فى الحياة المنتجة ، والانشغال بالحياة المنتجة التى تتدفق انجازاتها لا يتولد عنها السرور والمتعة والشعور باللذة فقط ولكنها بالضرورة يتولد عنها الشعور بالرضا والسعادة وتحقيق الذات وتحقيق السمو وضبط الذات ، كما يرى أن تدفق الفرد قادراً على مواجهة التحديات عملياً. (بشير معمرية ، ٢٠١٢ :١٣٤ – ١٣٧)

التعريف الاجرائى: هى الدرجة الكلية التى يحصل عليها الطفل عند إجابته على فقرات مقياس التدفق النفسى المعد فى الدراسة الحالية.

٣- قلق الكلام Speech Anxiety:

يعد قلق الكلام أحد اضطرابات القلق الاجتماعي وفيه يشعر الفرد بالخوف من التحدث أمام الجمهور؛ فقد يشعر بالتوتر الاجتماعي الذي يظهر عند حديثه أثناء كلامه مع الآخرين، ويؤدي ذلك إلى مظاهر الانسحاب الاجتماعي (Joseph Goldfard .,2009 , 3).

يمكن أن يعرف قلق الكلام بأنه أحد اضطرابات الطلاقة النفسية للكلام الذي يعاني منه الفرد للخوف من التقييم السلبي، وهو حالة من الاكتئاب يتميز فيه الفرد بالحساسية المفرطة

والخوف الاجتماعي، مما يؤدي إلي عدم قدرة الفرد علي التواصل مع الآخرين، وفي كل أحواله المضطربة يتميز بالمشقة والتوجس والخشية نتيجة شعوره بالتهديد سواء كان حقيقياً أو متوهماً وقد يصاحب كل ذلك كثير من الاضطرابات السلوكية والاجتماعية لذلك لا يمكن تفسيره الا من خلال منظور متكامل.

التعريف الاجرائى: الدرجة التي يحصل عليها المفحوص علي مقياس قلق الكلام للأطفال المستخدم في الدراسة .

سادسًا: فرض الدراسة:

ينص على:" توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين "

سابعًا: منهج الدراسة:

يستخدم الباحث المنهج شبة التجريبى وذلك بغرض دراسة العلاقة بين التدفق النفسى وقلق الكلام لدى الاطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين بمدارس التعليم العام، من خلال تحديد مجموعه تجريبية لتطبيق مقياس قلق الكلام ومقياس التدفق النفسى عليهم لتحديد العلاقة بينهما

ثامنًا: المشاركون بالدراسة:

١- المشاركون بالدراسة الاستطلاعية:

اختار الباحث(٣٠) طفلًا من الأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين من مدارس التعليم العام بأسيوط للتحقق من كفاءة أدوات الدراسة.

٢- المشاركون بالدراسة الأساسية :

اختار الباحث ٣١ من الأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين من مدارس التعليم العام بأسيوط للمشاركة بالدراسة الأساسية بهدف تطبيق مقياس قلق الكلام ومقياس التدفق النفسى عليهم.

تاسعًا: أدوات الدراسة:

١- مقياس التدفق النفسى للاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام:

(أ) خطوات إعداد المقياس:

قام الباحث بإعداد مقياس التدفق النفسى للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام ؛ بهدف الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع أفراد العينة وأهداف وطبيعة الدراسة لسببين ، أولهما: أن غالبية المقاييس المعدة للتطبيق قديمة نسبياً ، كما أوصت العديد من الدراسات الى اهمية بناء مقاييس حديثة فى مجال التدفق النفسى، وثانيهما: أن عبارات المقاييس التى استخدمت مع الاطفال العاديين تحتاج إلى ان تكون مباشرة ، وتتصل بمستوى التدفق النفسى للاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام.

ولذلك فمن دواعى بناء المقياس أن يعتمد فى بنائة على عوامل ترتبط بمستوى تقبل الاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام لذواتهم وللاخرين ، ولقد مر بناء المقياس بالخطوات التالية:

- الاطلاع على نظرية التدفق النفسى لـ Csikszentmihaly (2008) واتخاذها مرجعاً نظرياً ستعتمد أبعادها فى قياس ظاهرة البحث وتفسيرها.
- الإطلاع على بعض الكتابات النظرية والدراسات العربية والاجنبية التى أهتمت بمستوى التدفق النفسى ، وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية الاخرى.
- الإطلاع على بعض المقاييس العربية والاجنبية المتعلقة بالتدفق النفسى المستعملة فى دراسات سابقة للإفادة من إجراءات بنائها والاطلاع على صياغة الفقرات ولعل من أبرز هذة المقاييس ما يلى:

١- مقياس حالة التدفق إعداد عفراء إبراهيم خليل (٢٠١٦).

٢- مقياس التدفق النفسى إعداد عبد العزيز حيدر وآنس أسود (٢٠١٦).

٣- مقياس التدفق النفسى The Flow State Scale إعداد Jackson & Marsh (1996)

- فى ضوء المتغيرات النفسية المرتبطة بالتدفق النفسى ، وطبيعة وخصائص أفراد العينة ، تم صياغة فقرات المقياس فى صورتها الأولية بما يناسب مع أسس العلاج الانتقائى والمتغيرات المرتبطة بالتدفق النفسى ؛ لتعبر عن التدفق النفسى للاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام حيث تمثل عدد عبارات مقياس التدفق النفسى للاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم ذوى اضطراب قلق الكلام (١٨) عبارة تقيس كل ابعاد التدفق النفسى التسع وقد روعى عند صياغة الفقرات ان تكون بصيغة المتكلم وان تقيس الفقرة فكرة واحدة فقط وعدم استعمال صيغة نفى النفى كى لا تربك المفحوص ولها بديلين هما: (نعم – لا) على أن تكون درجات كل فقرة على الترتيب (١ – ٠) للعبارات الايجابية ، و (٠ – ١) للعبارات السلبية.

(ب) الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسى:

أولاً: الصدق:

اعتمد الباحث فى حساب الصدق على ما يلى:

أ-الصدق المنطقى (صدق المحكمين):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف: التأكد من مناسبة مفرداته، تحديد غموض بعض المفردات لتعديلها أو استبعادها، إضافة مفردات من الضروري إضافتها٠

ب-الاتساق الداخلى للمفردات:

قام الباحث بالتحقق من اتساق المقياس داخلياً، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس فى صورته الأولية (١٨ عبارة) على عينة الدراسة الاستطلاعية، كما هو موضح بجداول أرقام (١ ، ٢)٠

جدول رقم (١)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات البعد الأول ودرجة البعد (ن= ٣٠)

رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١	**٠,٧١٥	٢	**٠,٥٨٦	٣	**٠,٦٥٨	٤	**٠,٦٨٤
٥	**٠,٧٤٢	٦	**٠,٧٦٥	٧	**٠,٧٥٩	٨	**٠,٥٦٩
٩	**٠,٦٦٤	١٠	**٠,٦٣٣	١١	**٠,٧٥٥	١٢	**٠,٦٧١
١٣	**٠,٧١٩	١٤	**٠,٧٨١	١٥	**٠,٥٥٩	١٦	**٠,٦٧٢
١٧	**٠,٦٢٠	١٨	**٠,٧٢٩				

**** دالة عند مستوى ٠,٠١**

ج-الصدق التمييزى:

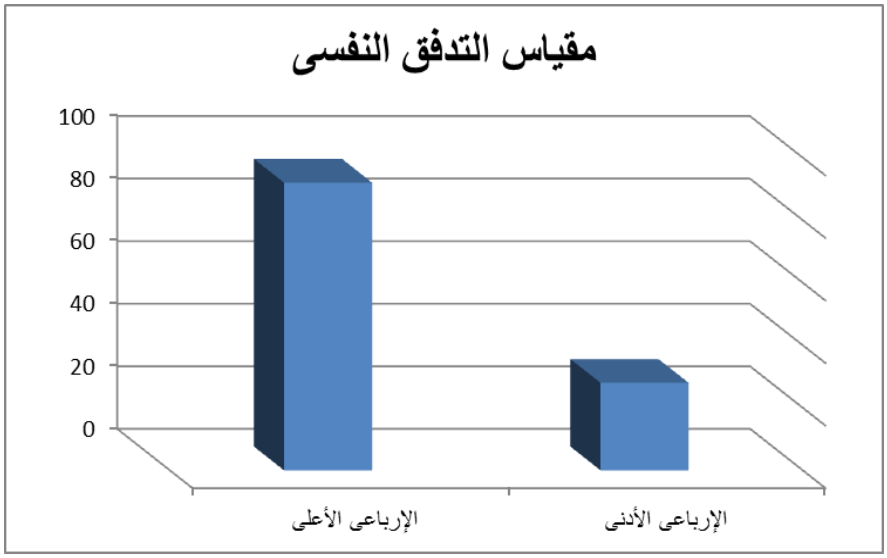
قام الباحث باستخدام اختبار "**مان ويتنى** " **Mann-Whitney U** للأزواج المستقلة لمعرفة دلالة الفــروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى على المقياس، كما يوضح ذلك جدول رقم (٢)٠

جدول رقم (٢)

دلالة الفروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى

	ن	رتب المتوسط	مجموع الرتب	قيمة " Z "	مستوى الدلالة
الإرباعى الأدنى	٧	٤,٠٠	٢٨,٠٠		دال عند مستوى
الإرباعى الأعلى	٨	١١,٥٠	٩٢,٠٠	– ٣,٤٢٢	٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (Z = – ٤,٤٢٢) وهى دالة عند مستوى ٠,٠٠١ مما يدل على وجود فروق بين درجات المرتفعين ودرجات المنخفضين على المقياس، وهذا يؤكد قدرة المقياس على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين مما يشير إلى صدق المقياس٠



شكل رقم (١)

دلالة الفروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى

ثانياً: الثبات:

اعتمد الباحث فى حساب الثبات على مايلى:

أ–طريقة إعادة الاختبار:

قام الباحث بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، ثم أعاد تطبيقه على نفس العينة بعد مرور اسبوعين، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس (ر = ٠,٨٩٥) وهو دال عند مستوى ٠,٠١

ب–طريقة معادلة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباك، وهى معادلة تستخدم فى إيضاح المنطق العام لثبات الاختبار، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس (ر = ٠,٨٧٢)٠

٢– مقياس قلق الكلام للاطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم:

(أ) خطوات اعداد المقياس:

قام الباحث بإعداد مقياس قلق الكلام للأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين بمدارس التعليم العام بهدف الحصول على أداة سيكومترية تتناسب مع أفراد العينة وأهداف وطبيعة الدراسه لسببين ، أولهما: ان غالبية المقاييس المعدة للتطبيق قديمة نسبيًا ، وثانيهما: ان عبارات المقاييس السابقة لقلق الكلام لا تتناسب مع طبيعة أفراد العينة ، ولقد مر بناء المقياس بالخطوات الاتية:

- الاطلاع على السمات المصاحبة لقلق الكلام لحمدى الفرماوى (٢٠٠٦) واتخاذها مرجعًا نظريًا ستعتمد أبعادها فى قياس ظاهرة قلق الكلام.
- الاطلاع على بعض الكتابات النظرية والدراسات العربية والاجنبية التى اهتمت باضطراب قلق الكلام.
- الاطلاع على بعض المقاييس العربية والاجنبية المتعلقة بإضطراب قلق الكلام المستعملة فى دراسات سابقة للإفادة من إجراءات بنائها ، والاطلاع على صياغة الفقرات ولعل من أبرز هذة المقاييس ما يلى:

١– مقياس الخوف الاجتماعى من التحدث أمام الاخرين إعداد منال مصطفى (٢٠١٤)

٢- مقياس الخوف من الكلام إمام الجمهور إعداد Ulf Dimberg &Monika Thunder (2007)

٣- مقياس قلق الكلام إعداد Floey & Spates (2001)

٤- مقياس قلق الكلام إعداد Scott (2001)

فى ضوء المتغيرات المرتبطة بإضطراب قلق الكلام وطبيعة وخصائص أفراد العينة ، تم صياغة فقرات المقياس فى صورتها الأولية بما يناسب أسس العلاج الانتقائى والمتغيرات المرتبطة بإضطراب قلق الكلام؛ لتعبر عن اضطراب قلق الكلام للأطفال المعاقين عقليًا القابلين للتعلم المدمجين بمدارس التعليم العام ، حيث تمثل عدد عبارات مقياس قلق الكلام (٣٩) عبارة تقيس كل أبعاد اضطراب قلق الكلام الاربعة وقد روعى عند صياغة الفقرات ان تكون بصيغة المتكلم وان تقيس الفقرة فكرة واحدة فقط وعدم استعمال صيغة نفى النفى كى لا تربك المفحوص ولها بديلين هما: (نعم – لا) على ان تكون درجات كل فقرة على الترتيب (١ – ٠) للعبارات الايجابية ، و(٠-١) للعبارات السلبية.

(ب) الخصائص السيكومترية لمقياس قلق الكلام:

أولاً: الصدق:

اعتمد الباحث فى حساب الصدق على ما يلى:

أ-الصدق المنطقى (صدق المحكمين):

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين وذلك بهدف: التأكد من مناسبة مفرداته، تحديد غموض بعض المفردات لتعديلها أو استبعادها، إضافة مفردات من الضروري إضافتها٠

ب-الاتساق الداخلى للمفردات:

قام الباحث بالتحقق من اتساق المقياس داخلياً، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات المقياس ودرجة البعد الذى تندرج تحته المفردة، وأيضاً حساب معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيق المقياس فى صورته الأولية (٣٩ عبارة) على عينة الدراسة الاستطلاعية، كما هو موضح بجداول أرقام(٣،٤،٥،٦،٧)٠

جدول رقم(٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات البعد الأول ودرجة البعد (ن= ٣٠)

البعد الأول (المظاهر البدنية)							
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١	**٠,٦٩٢	٢	**٠,٥٨١	٣	**٠,٧١٩	٤	**٠,٧٥١
٥	**٠,٧٤٥	٦	**٠,٦٩٢	٧	**٠,٨١٢	٨	**٠,٦٧٥
٩	**٠,٦٨٩						

جدول رقم(٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات البعد الثانى ودرجة البعد (ن= ٣٠)

البعد الثانى (المظاهر المعرفية)							
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
١٠	**٠,٨٢٧	١١	**٠,٦٨٨	١٢	**٠,٧٦٣	١٣	**٠,٨٤٣
١٤	**٠,٨٢٠	١٥	**٠,٦٦٤	١٦	**٠,٧٨١	١٧	**٠,٥٩٢
١٨	**٠,٧٥٧	١٩	**٠,٦٥٩				

جدول رقم(٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات البعد الثالث ودرجة البعد (ن= ٣٠)

البعد الثالث (المظاهر النفسية)							
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
٢٠	**٠,٨٨١	٢١	**٠,٨٧٠	٢٢	**٠,٨٤١	٢٣	**٠,٥٨٩
٢٤	**٠,٨٢٤	٢٥	**٠,٦٥٥	٢٦	**٠,٦٩٤	٢٧	**٠,٦٧٨
٢٨	**٠,٦٥٩	٢٩	**٠,٨٠٨	٣٠	**٠,٦٣٧	٣١	**٠,.٧٥

جدول رقم(٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات البعد الرابع ودرجة البعد (ن= ٣٠)

البعد الرابع (المظاهر اللغوية)							
رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط	رقم	معامل الارتباط
٣٢	**٠,٧٣٨	٣٣	**٠,٦٨٥	٣٤	**٠,٨١٢	٣٥	**٠,٧٩٥
٣٦	**٠,٦١٥	٣٧	**٠,٨٣٩	٣٨	**٠,٨٧٠	٣٩	**٠,٧٧٤

٣جدول رقم (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس (ن= ٣٠)

البعد	معامل الارتباط	البعد	معامل الارتباط
المظاهر البدنية	**٠,٧٩٥	المظاهر النفسية	**٠,٨٠٤
المظاهر المعرفية	**٠,٨١٥	المظاهر اللغوية	**٠,٧٨٢

** دالة عند مستوى ٠,٠١

ج-الصدق التمييزى:

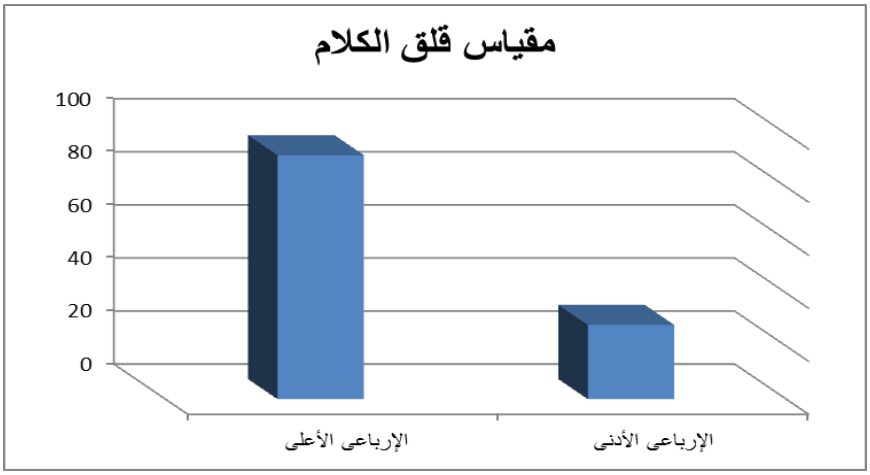
قام الباحث باستخدام اختبار "**مان ويتنى** " **Mann–Whitney U** للأزواج المستقلة لمعرفة دلالة الفـروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى على المقياس، كما يوضح ذلك جدول رقم (٨)٠

جدول رقم (٨)

دلالة الفروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى

	ن	رتب المتوسط	مجموع الرتب	قيمة " Z "	مستوى الدلالة
الإرباعى الأدنى	٧	٤,٠٠	٢٨,٠٠	٣,٣٥١ –	دال عند مستوى ٠,٠٠١
الإرباعى الأعلى	٨	١١,٥٠	٩٢,٠٠		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة (Z = – **٣,٣٥١**) وهى دالة عند مستوى **٠,٠٠١** مما يدل على وجود فروق بين درجات المرتفعين ودرجات المنخفضين على المقياس، وهذا يؤكد قدرة المقياس على التمييز بين المرتفعين والمنخفضين مما يشير إلى صدق المقياس٠



شكل رقم (٢)

دلالة الفروق بين الإرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى

ثانياً: الثبات:

اعتمدت الباحثة فى حساب الثبات على مايلى:

أ- طريقة إعادة الاختبار:

قام الباحث بتطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، ثم أعاد تطبيقه على نفس العينة بعد مرور اسبوعين، وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى كما يتضح من الجدول التالى:

جدول (٩)

معاملات ثبات المقياس وأبعاده بطريقة إعادة الاختبار

المقياس وأبعاده	معامل الثبات
المظاهر البدنية	٠,٨٣٢**
المظاهر المعرفية	٠,٨٧١**
المظاهر النفسية	٠,٨٩٤**
المظاهر اللغوية	٠,٨٥٦**
مقياس قلق الكلام	٠,٨٨١**

**** دالة عند مستوى ٠,٠١**

ب-طريقة معادلة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدم الباحث معادلة ألفا كرونباك، وهى معادلة تستخدم فى إيضاح المنطق العام لثبات الاختبار، وجدول (١٠) يوضح معاملات ثبات المقياس وأبعاده٠

جدول (١٠)

معاملات ثبات المقياس وأبعاده بطريقة ألفا كرونباك

المقياس وأبعاده	معامل الثبات
المظاهر البدنية	٠,٨٠٥
المظاهر المعرفية	٠,٨٤٧
المظاهر النفسية	٠,٨٦٢
المظاهر اللغوية	٠,٨٣٣
مقياس قلق الكلام	٠,٨٥٠

عاشرًا: نتائج الدراسة:

الفرض الرئيس:

الذى ينص على:" **توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين "٠**

للتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين كل من درجات التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين، كما يوضح الجدول التالى قيم معاملات الارتباط٠

جدول رقم (١١)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات مقياس قلق الكلام وأبعاده ومقياس التدفق النفسى

	المتوسط	الانحراف المعيارى
المظاهر البدنية	٥,٣٢٣	١,١٠٧
المظاهر المعرفية	٧,٥٨١	٠,٩٩٢
المظاهر النفسية	٧,٧٤٢	١,٨٠٧
المظاهر اللغوية	٥,٥٤٨	٠,٩٢٥
مقياس قلق الكلام	٢٦,١٩٤	٢,٤٨٢
مقياس التدفق النفسى	٢,١٩٣	١,٤٩٣

جدول رقم (١٢)

معاملات الارتباط بين التدفق النفسى وقلق الكلام للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعلم المدمجين (ن = ٣١)

العبارات	مقياس قلق الكلام وأبعاده				
	المظاهر البدنية	المظاهر المعرفية	المظاهر النفسية	المظاهر اللغوية	قلق الكلام
التدفق النفسى	-٠,٧٢٥**	-٠,٧٥٠**	-٠,٧٤٣**	-٠,٧١٢**	-٠,٧٧٨**

**دال عند مستوى ٠,٠١

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١-إبراهيم محمود أبو الهدى (٢٠١١) . دراسة سيكومترية كلينيكية لقلق المستقبل وعلاقتة بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المعاقين بصرياً والمبصرين. مجلة كلية التربية ،جامعة عين شمس ،٣(٣٥) ،٧٨٩ – ٨٢٢.

٢-بشير معمرية (٢٠١٢) . علم النفس الإيجابى اتجاه جدير لدراسة القوى والفضائل الانسانية ، دراسات نفسية، العدد ٢ .

٣-حسن عبد الفتاح الفنجرى (٢٠٠٨) . فاعلية إستخدام بعض إستراتيجيات علم النفس الايجابى فى التخفيف من قلق المستقبل . المجلة المصرية للدراسات النفسية ،١٨ (٥٨)، ٣٥ – ٧٥.

٤-حمدى على الفرماوى (٢٠٠٦) . نيوروسيكولوجيا معالجة اللغة واضطرابات التخاطب ، القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

٥-خالد بن عايد الحبوب وأمينة بنت حمد الرويلي (٢٠١١) . منهج التدريبات السلوكية والمعرفية للطلبة القابلين للتدريب من ذوي الإعاقة العقلية، الطبعة العربية، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

٦-زينب محمود شقير (٢٠٠١) . اضطرابات اللغة والتواصل الطفل الفصامى – الاصم – الكفيف – التخلف العقلى – صعوبات التعلم ، القاهرة ، دار النهضة.

٧-سيد البهاص (٢٠١٠) . التدفق النفسى والقلق الاجتماعى لدى عينة من المراهقين مستخدمى الانترنت دراسة سيكومترية – اكلينيكية ، المؤتمر السنوى الخامس ، جامعة عين شمس؛ مركز الارشاد النفسى – مصر.

٨- صديق ومحمد السيد (٢٠٠٩) . التدفق النفسى وعلاقتة ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية – المجلد – ٢ العدد ١٩ – مصر.

٩- عبد العزيز السيد الشخص (١٩٩٧) . اضطرابات النطق والكلام ، الرياض ، المملكة العربية السعودية ، شركة الصفات الذهنية المحدودة.

١٠- عبد العزيز السيد الشخص (٢٠١٠) . قاموس التربية الخاصة والتأهيل لذوى الاحتياجات الخاصة انجليزى – عربى ، ط٤ ،القاهرة : مكتبة الانجلو المصرية.

١١- عبد العزيز حيدر وأنس اسود (٢٠١٦) . التدفق النفسى على وفق التفكير الايجابى لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية العدد (١٨) – جامعة الكوفة ، العراق.

١٢- عفراء إبراهيم (٢٠١٦) . التدفق النفسى لدى طلبة الجامعة فى ضوء متغير الجنس ، والتخصص الدراسى، مجلة الاستاذ ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمى الرابع.

١٣- ليلى أحمد كرم الدين (١٩٩٥) . برنامج التنمية العقلية واللغوية للأطفال المعاقين عقلياً القابلين للتعليم من أطفال مدارس التربية الفكرية ، وزارة التربية والتعليم ، المؤتمر القومى الاول للتربية الخاصة ، القاهرة.

١٤- منال مصطفى عثمان حسن (٢٠١٤) . فاعلية برنامج علاج عقلانى إنفعالى سلوكى فى خفض درجة الخوف من التحدث أمام الاخرين لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة إكلينيكية".

ثانياً: المراجع الاجنبية:

15- Asl. S.T.S .Sadeghi. K..Bakhtiari, M..Khazaie, H..Rezaei, M..Ahmadi, S.M. (2014). The Effectiveness of Group Postive Psychotherapy on Improving the Depression and Increasing the Happiness of the Infertile Women: clinical Trial. European journal of Experimental Biology.

16- Bonnie Camp (2007) . Verbal mediation in young Aggressive boys, Journal of abnormal psychology, vo186, issue2, 145-153.

17- Cheek, J, M.,& Buss,A. H. (1981) . Shyness and sociability. Journal of Personality and Social Psychology.

18- Csikszentmihaly Mihalyi (2008) . Flow The Psychology of Optimal Experience. Paperback – July 2008.

19- Floey, T., & Spates, R. (2001). Eye Movement Desensitization of Public Speaking Anxiety: Apartial Dismantling. Journal of Behav. Ther. & Exp. Psychiat, 26, (4), 321- 329.

20- Jackson, S.A. , & Marsh, H.W. (1996) . Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. Journal of Sport and Exercise Psychology, 68(2) , 109-121.

21- Joseph A.Goldfarb (2009).Effects of acceptance versus Cognitive restructuring on public speaking anxiety in college Students, Hofstra University: department of Philosophy.

22- McCroskey J. C. (1977). Oral communication apprehension: A summary of recent theory , publication, reprinted with Permission of the publisher, Inc.

23- Meyer, P. S. Johnson, D. P. Parks, A. C. Iwanski, C. & Penn, D. L. (2012). Positive living: A pilot study of group positive psychotherapy for people with schizophrenia. Journal of Positive Psychology.

24- Michael F. Detweiler (2005). Para verbal avoidance during Public speaking: the relationship between self-disclosure And social anxiety, West Virginia university: college of Arts, Department of psychology.

25- Moneta, G. B., & Csikszentmihalyi, M. (1996). The effect of perceived challenges and skills on the quality of subjective experience. Journal of Personality, 64, 275-310.

26- Scott, R. (2001). The Use of Eye Movement Desensitization and Reprocessing in Treating Public Speaking Anxiety/Phobia for Individuals of High, Moderate, and Low Absorption. Ph. D. Dissertation, Saybrook Institute, San Francisco, California.

27- Seligman, M. E. P. (2002). Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment. New York: Free Press.

28- Ulf D., and Monika T. (2007). Speech anxiety and rapid Emotional reaction to angry and happy facial expression, Journal of psychology.