Vol. 7. No.1, Octo, 2018 ISSN: 2090-5890

التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال أبعاد الكمالية لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي

هبة عبد العظيم السيد دياب

الملخص :

هدف البحث الحالي إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسى (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوى ومعرفة إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين بالصف الأول الثانوى وذلك على عينة قوامها (٥٢) طالب وطالبة من الطلاب المتفوقين بالصف الأول الثانوى وتم تطبيق مقاييس التدفق النفسى من إعداد آمال عبد السميع باظة ومقياس الكمالية من إعداد عبدالله جاد محمود وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة جزئية بين التدفق النفسى (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المتفوقين بالصف الأول الثانوى، وكما أسفرت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوي.

Abstract:

The research aimed to detect the relationship between psychological flow (dimensions and total degree) and perfectionism (dimensions and total degree) for gifted first grade secondary school pupils, and to predict psychological flow through perfectionism (dimensions and total degree). The sample consisted of (52) gifted first grade secondary school pupils, The measures of Psychological flow (Prepared by A'mal Bazah, 2010) and Perfectionism (Prepared by Abdullah Gad, 2010) were applied by the researcher, The results revealed a partial statically significant relationship between psychological flow (dimensions and total degree) and perfectionism (dimensions and total degree) for gifted first grade secondary school pupils, The results also revealed the ability to predict psychological flow through perfectionism (dimensions and total degree) for gifted first grade secondary school pupils.

مقدمـــة :

أخذت المفاهيم الإيجابية في الصحة النفسية إهتماما كبيرا فى الآونة الحالية ومنها السعادة والكمالية والنمط السلوكي (أ) وخصائصه والتفاعل الإيجابي ومن المتغيرات الدافعية ومستوى الطموح وخصائص تفكير الفرد ذو الميول الكمالية. ويعتبر مفهوم التدفق من المفاهيم الإيجابية الحديثة التى تشير إلى وصول الفرد إلى أعلى درجة لتوظيف الطاقة النفسية لدى الفرد ويصاحبها حالة رضا وسعادة مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية للفرد (آمال عبد السميع باظة، ٢٠١٠: ١١٨).

وتعد الكمالية من المتغيرات النفسية المهمة في تفسير الكثير من الفروق الفردية في السلوكيات الأكاديمية، إلا أن معظم الدراسات السابقة تعتبر الكمالية من السمات التي تقف خلف العديد من الصعوبات والمشكلات النفسية (Forst & Marten, 1990).

ويتمتع المتفوق بقدرة فائقة على التركيز على المشكلة أو المهمة التى يقوم بمعالجتها، ويرافق هذه القدرة على التركيز طول مدة الانتباه وإذا ما أثير اهتمامه بمشكلة أو موضوع ما فإنه يسعى بإصرار لإنجازه، وفى بعض الأحيان يصعب انتزاعه من العمل قبل إتمامه وتحوله إلى عمل آخر. وتلعب قوة التركيز ومدة الانتباه دورا مهما فى تحقيق إنجازاته على مستوى المهنة أو التخصص فى المستقبل إذا ما أتيحت للمتفوق فرص التطبيق والمران فى مجال اهتمامه. وقد أوضح أن العلاقة بين قوة التركيز كما يعكسها عدد

ساعات الانكباب على العمل فى موقف معين نسبة الذكاء هى علاقة طردية، بمعنى أنه كلما ازدادت نسبة الذكاء ازداد عدد ساعات التركيز (فتحي عبد الرحمن جروان، ٢٠١٢).

كما أخذ مفهوم الكمالية اهتمام واسع تاريخيا وأنتشر فى العديد من المؤلفات والكتب مثل كتاب آدلر (١٩٥٦) وهولينذر (١٩٦٥)، وميسلدين (١٩٦٣) وباتش (١٩٨٤) وظهر فيها أن الكمالية تعكس مستوى الطموح والدافع للإنجاز والنمط السلوكي (أ). وأجريت العديد من الدراسة عن علاقة الكمالية بتلك المتغيرات. وعلى الجانب الآخر أجريت دراسات منظمة حيث تم النظر إلى الكمالية كأسلوب شخصى ثابت نسبى ويطلق عليه أسلوب الشخصية الكمالى أمثال بورنس(١٩٨٠) وجونس (١٩٦٨) وأيضا هاماكيك (١٩٧٨) ويميل معه النظر فى طياته على أنه عامل موجب في التكيف والإنجاز (آمال عبد السميع باظة، ٢٠١١).

والمتتبع للدراسات النفسية في مجال الكمالية يلاحظ تعدد اهتمامات الباحثين مما أفرز تنوعاً في المجالات البحثية للكمالية، فبعض الدراسات اهتمت بالتعرف على العوامل التي تشكل الكمالية لدى الأفراد، والتي كان من أهمها العامل الثقافي، والقيم السائدة في المجتمع والتي قد تدفع الفرد للنجاح والتميز في الكمالية السوية، أو قد تدفعه للسلوك الكمالي في إطاره العصابي حيث يكون الفرد مدفوعاً بعوامل خارجة، وفى هذا السياق أكدت نتائج بعض الدراسات أهمية دور التنشئة الاجتماعية في الأسرة والمدرسة على الكمالية، فقد توصلت دراسات عديدة إلى أن مطالبة الأبناء من قبل الآباء والمعلمين بالكمالية والزام الأطفال بمعايير تقييم وتوقعات مرتفعة تدفع الأبناء للسلوك الكمالي العصابي، والذى يمثل عاملاً جوهرياً في قلق الأبناء وخوفهم من توقعات الآخرين لمستوى أدائهم (Clark, Coker, 2009).

ولتفهم وضعية حالة التدفق كأحد أهم الظواهر الإيجابية في مجالات علم النفس الإيجابي من خلال: تصوير مجالات الدراسة التي يهتم بها هذا الفرع والتي تتمثل في ثلاث مجالات بحثية متداخلة فيما بينها:

أ- البحوث التي تتناول دراسة ما يعرف بالحياة السارة أو حياة الاستمتاع وتهتم هذه البحوث بدراسة كيف يتعامل البشر مع الانفعالات والمشاعر الإيجابية كجزء أساسي وسوي للحياة الإنسانية (مثل: العلاقات الاجتماعية الإيجابية، الهوايات – الاستمتاع والترفيه، وما إلى ذلك).

ب- البحوث التي تتناول ما يعرف بالحياة الجيدة أو (حياة الإنغماس أو الاندماج) وتهتم مثل هذه النوعية من البحوث بدراسة التأثيرات المفيدة الانغماس، والتدفق والتي يشعر بها الأفراد عندما يندمجون بصورة مثالية في الأنشطة المفضلة لديهم. وعادة ما يتعايش الأفراد من حالات الخبرة هذه عندما يحدث نوعاً من التطابق الإيجابي

بين قدرات الشخص وإمكانياته والمهام التي يؤديها أو يتعامل معها، بمعنى عندما يشعر الأفراد بالثقة في قدراتهم على إنجاز المهام التي يواجهونها.

ج- البحوث التي تتناول ما يعرف بالحياة الهادفة ذات المعنى أو معانقة الحياة والانتماء إلى الآخرين وما تتضمنه من احساس برغد العيش وهناءته، الانتماء، المعنى، وتنبي أهداف أخلاقية ذات قيمة عليا تجعل الشخص يتجاوز اهتماماته الذاتية الضيقة إلى أهدافاً عامة تحقق المصلحة والخير العام وذلك بالانتماء الفعال (الجماعات الاجتماعية، المنظمات، الحركات، ونظم الاعتقاد).

وبناء على ذلك تتضح وضعية حالة التدفق في علم النفس الايجابي كخبرة ذاتية تمثل ظاهرة إيجابية تتحقق عندما يذوب الفرد في المهام والأعمال مقترنة بحالة من النشوة والابتهاج يعاين من خلالها بهجة الحياة وبالتالي يكشف معنى الحياة وتصبح حياته هادفة وجديرة بأن تعاش، وتمثل حالة التدفق العامل الحاسم في تكوين المعنى والهدف من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها وبالتالي دفع من يتعايش معها إلى الإبداع بل إلى أعلى تجليات الإبداع الإنساني (محمد السعيد أبو حلاوة، ٢٠١٣: ٤٤٠).

ويعد التدفق غاية كبرى فى توظيف الانفعلات فى خدمة النشاط والتعرف على البيئة. وهنا يعتبر خبرة الفرد راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة فى خدمة النشاط لدرجة نسان الذات (صفاء الأعسر وعلاء كفافى، ٢٠٠٠).

وقامت محاولات عديدة لإيجاد حدود فاصلة بين خصائص الفرد الكمالى السوي والفرد الكمالى العصابى ويرى فروست وآخرون أن من الصعب التمييز بين الكمالية السوية والكمالية العصابية، إلا أن المستوى السوي للكمالية يكون مصحوبا بالرضا ويعكس تقدير الذات، وفى الواقع يدفع الفرد فى البداية بالمكآفات الاجتماعية والسرور المصاحب للنجاح، بينما على العكس يضع الكماليون العصابيون مستويات عالية من الآداء لأنفسهم. ويناضلوا لتحقيقها وهنا تظهر الأخطاء التى تجعلهم مدفوعين فى البداية للعمل خوفا من الفشل وضرورة وصولهم إلى مستويات أفضل وعدم الرضا والدونية على الرغم من إنجازتهم أى الرغبة لمستوى لا يتفق مع قدراتهم (Frost, et. al, 1990).

ولذلك ستحاول الباحثة الكشف عن العلاقة بين متغيرات الدراسة الحالية وهي التدفق النفسى والكمالية (السوية والعصابية) وتأثير ذلك على التحصيل الدراسى من خلال عمل دراسة مقارنة بين الفائقين والعاديين فى الصف الأول الثانوى.

مشكلة البحث:

هناك العديد من الأسباب التى أدت إلى الاهتمام بالمتفوقين ، ولعل من أهمها إدارة المجتمعات المتقدمة لحاجاتها إلى مثل هذه الطاقات البشرية ، إذا أدى ارتفاع مستوى

الحياة وتعتقد أساليبها والتنافس بين الفلسفات والأنظمة لديها من مصادر شتى لتتمكن من الصمود أمام هذه المنافسات ، الأمر الذى دفع علماء النفس لدراسة ظاهرة التفوق ، وتصميم وإعداد برامج خاصة للمتفوقين ، بغية التوصل إلى العوامل التى تؤدى إلى تفوقهم وتوفير أنسب الخدمات لهم ، لتنمية قدراتهم وتعديل البرامج الخاصة بهم ليتسنى تقديم الخدمات المناسبة التى تساعد على تنمية هذه الثروة إلى أقصى حد ممكن ، ويتضح من التراث السيكولوجى أنه لابد من وجود درجة من التوتر وعدم الرضا أو الملل تدفع إلى العمل والإيجابية كما هو فى التدفق الذي يقع بين الملل والقلق كما أطلق عليه ميهالى فى كتابه" حالة التدفق" وعندما تكون التحديات فى حالة توازن مع قدرة الفرد على العمل. والحدود الفاصلة بين الجانب الدافعى الإيجابى والجانب السلبي يحدث فيها النمو الشخصى للفرد وأطلق عيها نقطة الخبرة المثالية والإنتاجية (آمال عبد السميع باظة، ٢٠١٠).

ومما سبق تتحدد مشكلة البحث فى الأسئلة التالية:

١. هل توجد علاقة بين التدفق النفسى (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوي.
٢. هل يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوى.

أهداف الدراسة:

١- معرفة طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوى.
٢- معرفة إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين بالصف الأول الثانوى.

أهمية الدراسة:

أ- **الأهمية النظرية:**

- قد تمثل الدراسة الحالية إضافة جديدة للدراسات القليلة التى تناولت العلاقة بين التدفق النفسي والكمالية.
- إن التعامل البناء مع المتفوقين فى المرحلة الثانوية من شأنه أن يلقى بظلال إيجابية على الطلبة فى المرحلة الجامعية كونها مؤسسات ريادية فى المجتمع ترفده بالقيادات المؤهلة القادرة على النهوض بكافة قطاعاته.
- استخلاص العوامل المسئولة عن التفوق والإنجاز العالي المتميز لدى المتفوقين.
- التعرف على العلاقة بين التدفق النفسى والكمالية لدى كلا من المتفوقين والعاديين.
- قلة الدراسات العربية التي تاولت مفهوم التدفق والكمالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الإيجابية فى الشخصية ومن ثم يقدم البحث محاولة لمعرفة مفهومه ومكوناته ومظاهره

وأبعاده الأساسية وتأثيراته في البيئات التعليمية المختلفة.

- دراسة مدى أهمية هذه الجوانب الإيجابية فى السلوك حيث إن أغلب الدراسات الحالية فى علم النفس تركز أهتمامها على الجانب المرضى وتحاول علاجه.
- أهمية الفئة العمرية التي تتعرض لها الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية وما تنطوى عليه تلك المرحلة من تغيرات عقلية ووجدانية تنطوى عليه من أزمات يمر بها المراهق.
- دراسة مدى أهمية الجوانب الإيجابية فى الشخصية (التدفق النفسى) على التفوق الدراسى ومدى ارتباطها به.

ب- **الأهمية التطبيقية:**

- قد تمد مخططي الرامج الإرشادية بواقع العلاقة بين التدفق النفسى والكمالية فى الاعتبار عند التخطيط للبرامج الإرشادية.
- إرشاد الطلاب وتوجيهم نحو السلوكيات الإيجابية للكمالية وتعريفهم بالسلوكيات والإنفعالات المصاحبة للكمالية السلبية وكيفية التغلب عليها.
- قد تفيد نتائج البحث فى إعداد برامج تربوية تسهم فى تحقيق الصحة النفسية للطلاب المتفوقين والعاديين وتسهم فى تحسين ورعاية تلك الفئات نفسيا واجتماعيا وتربويا.
- إفادة المؤسسات التعليمية فى التعامل مع هؤلاء الطلبة وتطوير قدراتهم وإمكانياتهم فى تحسين توافقهم النفسى والإنفعالى وتحقيق مستوى أعلى في الأداء.
- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة فى إعداد برامج ودورات تدريبية للطلبة موضع الدراسة لتبصيرهم بمكامن القوة فى الشخصية وتنمية هذه الجوانب الإيجابية فى الشخصية.

مصطلحات الدراسة:

أولا: التدفق النفسي Psychological Flow:

ويعرف "بأنه الحالة المثلى للإنسان حين يوظف إمكانياته العقلية والإنفعالية ويكون أداؤه سريعا مصحوبا بالرضا ونسيان الذات والوقت، ومن تأثيراته الإيجابية خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة والتفكير الإبداعي الذي يزيد من مستوى الطموح والإنجاز وينمى القدرة على مواجهة التحديات والفاعلية وتحمل المسئولية والثقة بالنفس والإستقلالية" (آمال عبد السميع باظة، ٢٠١٠).

ثانيا: الكمالية Perfectionism:

وتعرف بأنها "ميل الفرد إلى تبنى أساليب عزو غير تكيفية تجعله يعزو فشله لعوامل داخلية فالتفكير الكمالي لدى الفرد والذي يتسم بالصلابة والجمود يتسبب فى شعور الفرد بالقلق والخجل والاكتئاب مما يجعله يريد العمل مرارا وتكرارا، ظنا منه أنه لم يرتق إلى المستوى المطلوب أو اعتقاده بأنه لن يحقق هذا المستوى أبدا يجعله يماطل فى القيام بالعمل ويلجأ إلى التسويف (عبد الله محمود جاد، ٢٠١٠، ٥ – ٨).

الإطار النظرى والدراسات السابقة:

مفهوم التدفق النفسى

تمثل حالة التدفق بالمعنى الذي توصف به في أدبيات علم النفس الإيجابي الخبرة الإنسانية المثلى Optimal human experience المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة لصفة عامة; لكونها حالة تعني فناء الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها فناءاً تاماً ينسى به ذاته والوسط والزمن الأخر كل الآخر كأني به في حالة من غياب للوعي بكل شيء أخر عدا هذه المهام أو الأعمال على أن يكون كل ذلك مقترناً بحالة من النشوة والابتهاج والصفاء الذهني الدافع له باتجاه المداومة والمثابرة ليصل في نهاية الأمر إلى إبداع انساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحباً بها دون إنتظار لأي تعزيز من أي نوع، إذ هنا تكون هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويكمن فيها وفيما تتضمنه من معاناة سر الرفاهية والسعادة الشخصية والإحساس العام بجودة الحياة، لكونها تضفي المعنى والقيمة على هذه الحياة (حالة التدفق محمد السعيد أبو حلاوة ٢٠١٣).

وتعرف (عفراء إبراهيم خليل، ١٩٧:٢٠١٦) التدفق بأنه حالة داخلية تجعل الفرد يشعر بالتوحد مع ما يقوم به والتركيز التام فيما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح فى التعامل مع هذه الأنشطة.

وتعرف (فاتن عبد الواحد جواد، ٦:٢٠١٥) التدفق بأنه حالة إيجابية ذات أبعاد ذهبية وعاطفية وإجرائية ترتبط بشعور الفرد باللذة والبهجة والسعادة والتفاؤل، فالفرد يستغرق وقتا كبيرا فى التفكير العميق والتركيز الشديد فيما يشعر باللذة، فضلا عن ذلك نرى أن الفرد يميل إلى تكرار السلوكيات والأحداث التى تشعره بالألم والمعاناة، ولا شك أن حالة التدفق النفسى تتطور لدى الفرد فى ظل حاضنة أميرية مشجعة ومحفزة على البحث والاستقصاء،والاندماج فى الاهتمامات وتوفير فرص للانزواء جانبا والتأمل الخاص.

أبعاد التدفق النفسي وفقاً لإختبار التدفق النفسي:

١- الشعور بالاستعداد لإدارة الوقت بإيجابية.
٢- مستوى النشاط والعمل المرتفع مع الشعور بالمسئولية.
٣- وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط وقابليته للتحقيق.
٤- الاندماج الكامل في العمل أو النشاط.
٥- تركيز الانتباه ومواجهة التحديات.
٦- الشعور بالمتعة والدافعية أثناء الأداء.
٧- نسيان الذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل.
٨- الأداء بتلقائية والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات (آمال عبد السميع باظة،٢٠١٠).

كيفية تحقيق حالة التدفق:

لخص ياسر عبد الكريم بكار(٢٠٠٥) النقاط الأساسية التي يمكن عبرها للفرد أن يحقق من التدفق، نذكرها فيما يلي:

١- عبر ممارسة الأعمال التي يحبها، ويجد في مزاولتها متعة كبيرة، والأفراد ليسوا سواء في اختيار تلك النشاطات بل إن ذلك يعتمد بشكل كبير على ما يتقنونه وما يلامس نقاط القوة لديهم والتي تنشأ من خبرات قديمة أو مواهب توارثوها عبر حياتهم.

٢- عبر ممارسة مستوى معقول من الصعوبة، فالأعمال السهلة تورث الكسل والملل والأعمال الصعبة تورث القلق واليأس، لذا كانت أفضل الأعمال تلك التي تفوق بقليل إمكانياتنا والتي نجد بعض التعب بمزاولتها.

٣- تركيز الانتباه الحاد على العمل الجاري وفى اللحظة الحالية، وليس على الماضي (الأخطاء) أو المستقبل (المكاسب)، فالتركيز العالي هو جوهر التدفق، وهذه الخطوة تتطلب قدرا من الجهد، لكن ما إن يصل المرء إلى مرحلة التدفق حتى تنطلق قوة دفع ذاتية تؤدى به إلى القيام بالعمل بكل هدوء ودون جهد عصبي يذكر (ياسر عبد الكريم بكار، ٢٠٠٥: ١٧٠).

نموذج خبرة التدفق في مجال التربية والتعليم:

قام (Egbert, 2003) بإسقاط مبادئ خبرة التدفق على المجال التربوي وبصفة خاصة مجال تعليم اللغات، وقد اقترح عددا ممن الشروط لضمان حدوث الخبرة:

أ- **تصميم المهمة التعلمية التعليمية:** يرى أن خبرة التدفق تحتاج إلى أهداف واضحة لدى المتعلمين في كل خطوة من خطوات الدرس، تستثير وتحفز دوافعهم للتعلم، فالميل والاهتمام عاملان أساسيان للدافعية، كما يعمل على استثارة الرغبة في بناء المعارف ويقوم بإثارة فضولهم والحفاظ عليه.

ب- **بيئة التعلم:** ولتحقيق ذروة الأداء يحتاج المتعلم إلى التركيز على ما يقوم به حتى يفقد الإحساس المألوف بمرور الوقت وهذا يتطلب قدرا من الاستقلالية عن المعلم والزملاء.

ج- **أداء المهمة التعليمية:** يحتاج المتعلمون إلى الشعور بأن المهمة في المتناول، كما يحتاجون إلى الإحساس بالضبط الذاتي للموقف أثناء النشاط (Guman, 2013: 787 – 788).

وعليه يمكن القول أن تأمين الإطار التعليمي العام للبيئة التعليمية بداية باكتشاف قدرات التلميذ ومهاراته، إلى بناء موقف تعليمي مناسب له وضبط المتغيرات والمثيرات الخارجية، مع التركيز على عدم جعل التلميذ يشعر بالعجز من خلال ترك المجال لقدراته للنمو والتطور بتقديم وضعيات إشكالية متدرجة الصعوبة. كلها أمور تمهد لخبرة التدفق بأن تظهر لدى المتعلم، والهدف هنا ليس ظهور

تلك الخبرة بقدر ما هو جعل الطلبة يحسون بمتعة التعلم وبكفاءتهم الذاتية، قدراتهم على الوصول إلى حلول مبتكرة للموقف التعليمي وتنمية الإبداع لديهم (ربيعة بنت الشيخ، ٢٠١٥: ٥٧).

كيفية تعزيز خبرة التدفق لدى المتعلمين:

نظرا للدور الذي قد تلعبه خبرة التدفق في مجال التربية والتعليم، يمكن للهيئات التعليمية في مختلف المستويات تعزيزها من خلال عدد من الإجراءات التي يمكن تطبيقها على أرض الواقع نذكر منها:

أ- من الضروري تنمية وعى الطلبة بمهاراتهم الخاصة، ويتم ذلك من خلال إعداد اختبارات ومواضيع تمثل عقبات يتوجب عليهم اجتيازها، وحالما يتمكنون من التحكم فيها يدركون تلك المهارات لديهم، لذا ينبغي استخدام الاختبارات باعتبارها أداة لرصد مستويات المهارة لدى المتعلمين.

ب- يجب على المعلمين مساعدة الطلبة على تطوير كفاءاتهم الذاتية لتتناسب مع مستويات التحدي التي تفرضها المهمة من خلال تقديم مواضيع بسيطة في البداية ثم التدرج في التعقيد.

ج- ينبغي تنمية الوعي لدى الطلبة بأن مهارتهم يمكن أن تتطور من خلال التعلم، وأنها تحتاج للممارسة بشكل مستمر وأن الدافع للتعلم يجب أن يكون ناتجا عن إدراكهم لأن تطوير المهارات يتطلب مواجهة تحديات جديدة في المتناول وذلك لدعم المهارات التي يمكنها تحقيق مستويات مناسبة لتلك التحديات.

د- يحتاج المتعلم إلى أن يشعر بالسيطرة على التحديات، ربما لا يحدث هذا لفترة طويلة خاصة لدى الطلبة الذين لديهم درجة طموح أقل، ما يتركهم عالقين في مستويات من التحدي أقل من القدرات القصوى لديهم.

ه- يمكن تصميم بيئات تعلم قادرة على استثمار الميول الطبيعية للمتعلم للحصول على الخبرة المثمرة تؤمن التوازن بين تحديات الدرس ومهاراته في إثارة الدوافع الداخلية لديه والإحساس بالسيطرة (Steels Luc, 2003, 10-11).

الكمالية: Perfectionism

وعرفها (عبد الله محمد عبد الظاهر الخولى، ٢٠١٥: ١١) بأنها معتقدات جامدة ومضطربة وظيفيا وسيئة التكيف عن الذات وعلاقة الفرد باللآخرين يتم تعلمها من خبرات فردية وإجتماعية مبكرة وتتضمن الإنزعاج من عدم كمالية المظهر الجسدى والسعى نحو كمالية المظهر الجسمى وتوقع الفشل فى نيل الاستحسان عن الحد والمبالغ فيه بوجهات نظرهم وتقييماتهم.

وتعرف شادية أحمد عبد الخالق (٢٠٠٥، ٢١٣: ٢٦٥). الكمالية العصابية بأنها تمثل بناءً إدراكياً وسلوكياً له دوافع وحاجات وصور ذهنية خاصة، تميل بالفرد نحو الشك في قدراته على الأداء الجيد وانخفاض تقديره لذاته وعدم الرضا عن أدائه بالرغم من جودته

والإفراط في نقد الذات والحساسية الشديدة نحو نقد الآخرين له، ووضع مستويات إنجاز عالية غير واقعية يحاول تحقيقها. ولعل التطور الملحوظ في مفهوم الكمالية نتج عن دراسة علاقتها بالعديد من أشكال السواء واللاسواء السلوكى، الأمر الذي حدا ببعض الباحثين النظر إلى الكمالية على أنها عامل جوهرى للعصاب، ومن هنا تكمن دراسة الكمالية كونها تسهم في فهم وتفسير العديد من الاضطرابات السلوكية والاضطرابات السيكوسوماتية كاضطرابات الأكل واضطرابات طنين الأذن.

عوامل الكمالية (أبعاد الكمالية)

تتعدد العوامل المسهمة فى متغير الكمالية ومنها:

١- الإتقان: ويشير إلى سعى الفرد إلى اتقان ما ينجز من أعمال من خلال المراجعة والتكرار وعدم الثقة في الأعمال، الأمر الذي يترتب عليه عدم رضا الفرد عن أعماله، والمماطلة في تنفيذها، والدرجة المرتفعة تشير إلى الإتقان المعوق.

٢- التفاصيل: ويشير إلى انشغال الفرد بالتفاصيل، والأمور الصغيرة، ويعتقد أن هذا مؤشر للإنجاز الجيد، الأمر الذي يترتب عليه اهتمام الفرد بالجزئيات، مما يؤدى إلى غياب التصور الكلى للمهمة، وتشير الدرجة المرتفعة إلى انشغال الفرد الزائد بالتفصيل الشكلية.

٣- نقد الذات: ويشير إلى نقد الفرد المتواصل لذاته وعدم رضاه عنها وشعوره بالدونية والتقصيركما يميل، الفرد إلى محاسبة نفسه دائماً وميله لتحميلها أسباب فشله، وتنخفض لديه القدرة على تحمل أخطاءه، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى نقد الذات.

٤- نقد الآخرين: ويشير إلى تبنى الفرد لمعايير عالية لتقويم أداء الآخرين، وعدم الرضا عادة عن مستوى أدائهم، كما يميل إلى عدم احترام قدراتهم والشك فيها، وأيضاً لا يتقبل الفرد عادة توجيهات الآخرين، أو نقدهم لمستوى أعماله، كما يسعى لنيل إعجابهم واستحسانهم، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى نقد الآخرين.

٥- قلق الأخطاء: ويشير إلى ميل الفرد للخوف من الأخطاء، كما أن ذاكرة الفرد تميل إلى الاحتفاظ بمواقف الفشل فترة طويلة من الزمن مما يؤثر على مستوى أدائه، والدرجة المرتفعة تشير إلى ارتفاع مستوى قلق الأخطاء (عبد الله جاد، ٢٠١٠، ٣: ٥٥).

الخصائص الشخصية للكماليين:

- **أولاً: الخصائص الشخصية الإيجابية للكماليين:**

فمن الخصائص الإيجابية للكماليين، مشاعر الفخر المهنى لدى المدرسين فعندما ينجح المعلم في تحقيق أهدافه الأكاديمية، يشعر بالفخر والرضا عن المهنة التي يعمل بها أو يعد مستقبلاً لها، كما أن الفخر المهنى من الممكن أن يظهر داخل حجرة الدراسة، وما له

من آثار إيجابية على الطلاب، حتى يظهر في شكل علاقات إيجابية بين الزملاء (Lorti,1975).

وضمن خصائص الكماليين الإيجابية، أنها مكون لمستوى الطموح، والدافع للإنجاز بل ودافع الأداء كما أنها تمثل عامل إيجابى في التوافق. ويضاف إلى تلك الخصائص الإيجابية للكماليين نظرة للفرد إلى عمله ومجهوده بأنه جيد بقدره الحقيقى، ويكون دائم الشعور بالسعادة عما يؤديه من أعمال تميل إلى زيادة تقدير ذاته أثناء قيامه بأداء وإنجاز أي عمل يقوم به، ويصاحبه دائماً الشعور العام بالرضا عن الحياة والأعمال (Hewitt & Genest ,1990).

كما أنه ضمن الخصائص الإيجابية الكماليين الدافع للإنجاز والتطلع لمستويات أفضل حسب خبرات الفرد وإمكاناته (Slade,1990).

- **ثانياً: الخصائص الشخصية السلبية للكماليين:**

يمكن النظر إلى الكمالية على أنها تحمل خصائص شخصية سلبية للكماليين مثل الشعور بالفشل، والذنب والتردد ومشاعر الخزى وانخفاض تقدير الذات، والتى ترتبط مع أشكال خطيرة من الحالات المرضية السيكولوجية مثل تعاطى الكحوليات وفقدان الشهية العصبى، والاكتئاب واضطرابات الشخصية، كما أن صعوبات التوافق تنبثق من الميول الكمالية المرتفعة، التي يضع الفرد فيها مستويات غير واقعية ويحاول تحقيقها فالشخص الكمالى يتشدد في تقييمه لذاته، كما يكون ميالاً إلى الحكم على الأمور إما بالنجاح الكامل أو الفشل التام (Burns, 1980).

وضمن الخصائص الشخصية السلبية للكماليين النظر إلى الأعمال بأنها غير جيدة برغم جودة الأداء، ووضع أهداف صعبة غير واقعية ويحاول الفرد تحقيقها، كما يشعر فيها الفرد بعدم الرضا عن الأداء أو الأشياء (آمال عبد السميع باظة، ١٩٩٦).

والشخص الكمالى العصابى من ضمن خصائصه السلبية الاكتئاب، واضطرابات الشخصية لسوء التوافق وصعوبة التكيف (Sotozkin,1985,569-571).

كما ترتبط الخصائص الشخصية السلبية للكماليين مع مرض العصاب القهرى، والارتباط مع الأبعاد النرجسية (Raskin & Terry,1988,89).

وترتبط الخصائص السلبية للكماليين مع فقدان الأمل والشعور باليأس وشروع الشخص في الانتحار والتهديد به، وعدم النظر إلى الحياة بواقعية.

الكمالية السوية والكمالية اللاسوية:

المتتبع للأدبيات النفسية في مجال الكمالية يلحظ بوضوح اهتمام الباحثين بالجانب العصابي للكمالية، باعتباره يتوارى خلف العديد من أشكال العصاب، في محاولة منهم لتفسير العديد من أشكال العصاب كالقلق والمخاوف الوساوس والاضطرابات السيكوسوماتية، وفى

المقابل لم يهتم الباحثون بالشق السوى من الكمالية إلا مؤخراً وكان ذلك من زاوية التعرف على العوامل النفسية التي تقف خلف الإنجاز، فبعض الدراسات اتجهت للتعرف على مستوى وأبعاد الكمالية السوية لدى الموهوبين وأصحاب البطولات الرياضية، في محاولة منهم لتعليم النشء العديد من السلوكيات التي تدفعهم للتفوق والإنجاز والرضا والاستمتاع بما ينجزون (Chang 2009,93-107).

وتحدد شادية أحمد عبد الخالق (٢٠٠٥، ٢٣٦ – ٢٣٧) مجموعة من الخصائص الأكثر شيوعاً لدى ذوي الكمالية العصابية، منها (ارتفاع مستوى القلق، التوجس من العمل الجماعى، سرعة التوتر والغضب، شدة الحساسية لنقد الآخرين، لوم الذات، عدم تحمل الفشل، تجنب الظهور في المواقف الاجتماعية، كراهية تلقى تعليمات من أحد، فقدان الثقة في الآخرين، التقلبات المزاجية، اليأس، تقديم تبريرات لقصور الإنجاز، اضطرابات النوم، اضطرابات الأكل).

ويرى رايس وآخرون (Rice Kubal & preusser, 2004, 280) أن ذوي الكمالية العصابية لديهم حساسية شديدة تجاه ارتكاب الأخطاء والتي تصبح مزعجة ومعوقة للأداء، كما يرتفع لديهم التمركز حول الذات مما يعمق مشاعرهم السلبية ويعمقها، كما يميلون للعزوف عن التفاعل الاجتماعى خوفاً من الشعور بالنقص والدونية، فالكمالية العصابية تربط بمفهوم سلبي عن الذات.

- **الكمالية عند الطلبة المتفوقين:**

ينظر بعض الباحثين إلى الكمالية على أنها إحدى الخصائص الرئيسة لدى المتفوقين عقليا إذا أوضح باركر وأدكينز أن الكمالية جزء أساسى من الموهبة والتفوق، وهي طاقة يمكن أن توجه بصورة إيجابية لمن لديهم القدرة للإنجاز الفائق والتفوق (Parker&Adkins,1996).

وفى هذا السياق نفسه يوضح سيلفرمان(Silverman,2003) أن الكمالية متغير جوهرى لدى المتفوقين عقليا إلا أنها قد تكون مشكلة راسخة، فقد تؤدى الكمالية إلى تفوق الفرد وإنجازه، وقد تؤدى إلى الزج به إلى اليأس، وفى هذا الإطار يتم النظر إلى الكمالية كخاصية تنعكس فى نواتج سلبية للمراهقين المتفوقين عقليا حيث يحتاج هؤلاء المتفوقين إلى الارشاد خاصة عندما تسبب لهم هذه الخاصية التأخر الدراسي، والاضطراب الانفعالي، وتتضح العلاقة بين التفوق والكمالية بالتحديد فى النقاط الآتية:

- إن السعى إلى الكمال بالنسبة للمتفوق أمر طبيعى كحب المتفوق للرياضيات أو الأدب.
- إن المتفوقين يضعون مستويات طبقا لعمرهم العقلى أكثر من وضعها طبقا لعمرهم الزمنى.
- إن المتفوقين عقليا لديهم تفكير يسبق سنهم، يمكنهم من النجاح فى محاولاتهم الأولى لتعلم أية مهارة.

- عندما يكون العمل سهلا فإن التحدي الوحيد الذي يواجه المتفوق هو إنجاز هذا العمل على وجه كامل.
- إن تعريف الكمالية هو الرغبة في كمال الذات، والتي هي حافز إيجابي للارتقاء، حيث يبدو ذلك فى عدم رضا الفرد عما هو كائن، وتطلعه لأن يصبح ما يجب أن يكون، والمتفوقين عقليا أخبر بهذا المعنى.

كما يؤكد رايز ولوبز (Rice&Lopez.2004.P48) إلى أن الطلبة المتفوقين يحصلون على درجات مرتفعة على مقياس الكمالية الموجهة نحو الذات، والكمالية المكتسبة اجتماعيا ويعزون نمو هذا الاتجاه إلى الفشل فى السنوات المبكرة فى المدرسة بسبب نقص الخبرة.

ويؤكد سيلفرمان(Silverman,2003) بأن بعض المتفوقين يميلون إلى تحقيق صفة الكمال حيث يضعون معايير عالية لكل تصرفاتهم وعلاقاتهم، فلديهم التفكير الدائم للوصول إلى مرتبة الكمال والإتقان للأشياء والموضوعات، فهم يفكرون بطريقة الحصول على كل شيء أو لا شيء ويضعون معايير عالية قد تكون فى بعض الأحيان غير قابلة للتحقيق أو الوصول إليها أو غير معقولة وهم يسعون بشكل قهرى للوصول إلى تحقيق تلك الأهداف المستحيلة فهم يقيمون ذاتهم على أساس الوصول إلى الإنجاز المرتفع.

ونتيجة لشعور المتفوقين بالانضباط والتحكم الداخلى فهم يشعرون بالمسؤولية لتحقيق الأهداف ذات المستوى العالى والشعور بالإحباط والعجز لعدم تحقيق الكمالية، فالكمالية إذا صفة قد تكون سلبية غير مرغوب بها، وقد تكون معيقة للمتفوق وخاصة إذا رفض كل شيء ما دون الكمالية، فهو يرغب فى الحصول على الدرجة الكاملة فى جميع المواد ويريد أن يصل فى سلوكياته إلى أعلى تقدير من المعلمين والأهل والزملاء (Silverman,2003,P12).

فالكمالية قد تمنع المتفوق والموهوب من الاقتناع بالأعمال التى يقوم بأدائها لأنه يرغب فى الأفضل فيقضى معظم وقته فى إعادة الموضوع عدة مرات حتى ينتهى الوقت المعطى،وبالتالى لا يستطيع أن يسلم عملا مكتملا، فإداراته للوقت وتنظيمه يؤثر عليه عند تقديمه للواجبات المدرسية،وفى الاختبارات المدرسية فهو لايدير الوقت بالشكل المطلوب مما يدفعه إلى مغادرة قاعة الاختبار وهو يردد أن الوقت لم يكن كافيا ويطلب مزيدا من الوقت على الرغم من أن إجاباته على أسئلة الاختبار تكون أفضل من غيره ولكن مطلب الكمالية قد يعيق اقتناعه بتلك الإجابة ولهذا فهو يتجنب الأعمال والواجبات المعقدة والصعبة ليس لصعوبتها ولكن خوفا من عدم الوصول إلى الكمالية التى تستحوذ عليه (Silverman,2003,P14).

ويضيف عبد الخالق(٢٠٠٥) بإن صفة الكمالية يمكن أن تتضح لدى الأطفال من خلال عدم التوازن بين جوانب النمو العقلى والجسدى

حيث أن نموه العقلى يفوق نموه الجسدى، وبالتالى أنامله لا تستطيع إتقان ما يفكر به ويرغب الوصول إليه مما يسبب إحباطا فى ظل تلك الأساليب التربوية والتنشئة الاجتماعية والتأثيرات الإعلامية الداعمة لصفة الكمالية، مما قد يدفع الطفل لمزيد من المحاولات غير الواقعية مما يسبب له إرهاقا جسديا ونفسيا (شادية أحمد عبد الخالق، ٢٠٠٥. ٤٥).

كما يشير بعض الباحثين إلى أن الكمالية قد تختلف بين الذكور والإناث المتفوقين، إذ أشارت دراسة ستوبر(Stober,1998,P25) إلى أن المتفوقات عقليا يضعن لأنفسهم مستويات مرتفعة عن التنظيم العالى،وأن المتفوقين لديهم مستوى عال من المعايير الشخصية.

فى حين أوضح كل من (Rice&Mirzadeh.2000.p244) أن المتفوقات عقليا أكثر كمالية من المتفوقين عقليا، حيث إنهن يحاولن أن يكن كاملات فى كل شىءيحاولن فعله، فالكمالية تجعلهم يحددن أهدافا غير منطقية لأنفسهن، ويكافحن في سبيل الأداء الكامل.

كما وجد(Rice&Lopez.2004.P127) أن المتفوقات أكثر كمالية مقارنة بقريناتهن الأقل تفوقا، ولم يوجد فرقا في الكمالية بين المتفوقين عقليا وأقرانهم الأقل تفوقا عقليا، وقد اتضح أن الإناث أكثر كمالية من الذكور فى الاتجاه السلبي مما يجعلهن عرضة لكثير من الاضطراب التى يواجهنها مثل اضطراب الأكل.

الدراسات السابقة:

الدراسات التى تناولت التدفق النفسى:

وهدفت دراسة سيد أحمد البهاص (٢٠١٠) إلى تقصى العلاقة بين التدفق كحالة إيجابية والقلق الاجتماعى كحالة سلبية لدى مستخدمى الانترنت من المراهقين والمراهقات ومدى تأثير هذه العلاقة بمتغيرات الجنس ودرجة الاستخدام ومدى إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسى والقلق الاجتماعى وتكونت العينة الكلينكية من حالتين من مفرطى استخدام الانترنت والحاصلين على درجة مرتفعة فى كل من التدفق النفسى والقلق ، ومقياس القلق الإجتماعى، ومقياس إدمان الإنترنت، واستمارة المقابلة الكلينكية واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية، وأظهرت النتائج وجود ارتباط موجب بين أبعاد التدفق النفسى وبين أبعاد القلق الإجتماعى.

وهدفت دراسة عفراء إبراهيم خليل العبيدى (٢٠١٥) إلى التعرف على التدفق النفسى لدى طلبة الجامعة فضلا عن التعرف على التدفق لدى الطلبة وفق متغير الجنس ومتغير التخصص الدراسى، وقد قامت الباحثة ببناء مقياس التدفق النفسى لدى طلبة الجامعة وبعد أن تحققت من خصائص المقياس طبقت على عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة والذين اختيروا بالطريقة العشوائية وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق فى التدفق النفسى بين طلبة

التخصص العلمى وطلبة التخصص الإنسانى وكانت الفروق لصالح طلبة التخصص العلمى.

كما هدفت دراسة محمد رزق البحيرى (٢٠١٧) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والإيثار لدى عينة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية. ودراسة الفروق بين الذكور والإناث من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية في التدفق النفسي. ثم المقارنة بين الذكور الإناث من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية في الإيثار. واعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي المقارن اشتملت عينة الدراسة على ٨٣ مراهقاً من ذوي المشكلات الانفعالية منهم ٣٦ ذكور و٤٧ إناث تراوحت أعمارهم ما بين (١٦ – ١٨) عاماً بمتوسط عمري قدره ١٦.٩٧٦ وانحراف معياري قدره ٠.٥٤٠، وتم الاستعانة بمقياس التدفق النفسي لدى المراهقين ، مقياس الإيثار لدى المراهقين، ومقياس المشكلات الانفعالية للمراهقين، ومقياس المستوى الاقتصادي الاجتماعي الثقافي، ومقياس جامعة أسيوط للذكاء غير اللفظى وأشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات عينة الدراسة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية على مقياس التدفق النفسي للمراهقين ذوي المشكلات الانفعالية، ودرجاتهم على مقياس الإيثار للمراهقين ذوي المشكلات الانفعالية، وأنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات الذكور والإناث من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية على مقياس التدفق النفسي في اتجاه الذكور. كما أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات عينة الدراسة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية من الذكور والإناث على مقياس الإيثار وفي اتجاه الذكور.

الدراسات التي تناولت الكمالية:

وهدفت دراسة نجلاء فتحي أبو سليمة (٢٠١٥) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الكمالية العصابية وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة ، وكانت عينة الدراسة مكونة من (١١٨) طالبا وطالبة (٩٠) من الإناث و(٢٨) من الذكور وذلك بمتوسط زمنى قدره (١٩.٨٢٧) وبانحراف معيارى (٠.٥٨٨) وأستخدمت الدراسة الأدوات الآتية مقياس جودة الحياة لطلاب الجامعة ، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى كل من الكمالية العصابية وجودة الحياة، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الكمالية العصابية وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة.

بينما هدفت دراسة خليل العبيدي (٢٠١٥) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الكمالية العصابية والاستقرار النفسي، فضلا عن التعرف على الكمالية والاستقرار النفسى لدى الجنسين من طلبة الجامعة، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٧٠) طالبا وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الكمالية العصابية والاستقرار النفسى، وعدم وجود

فروق بين الكمالية العصابية والاستقرار النفسي، وعدم وجود فروق بين الكمالية العصابية بين الإناث والذكور، وكذلك بالنسبة للاستقرار النفسي.

كما هدفت دراسة نورة إبراهيم السليمان (٢٠١٦) إلى التعرف على أبعاد الكمالية والتواصل فيما إذا كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين على مقياس أبعاد الكمالية (الاهتمام بعدم الوقوع فى الأخطاء، تصور التوقعات للآخرين، تصور النقد من الآخرين، تصور مستوى الأداء الشخصي، تقدير التنظيم) كما هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر بعض المتغيرات كالنوع، التخصص، وبعض المتغيرات الأسرية (كعدد الأخوة، وعدد الأخوات، وترتيب الميلاد) عن أبعاد الكمالية لدى الطلاب المتفوقين دراسيا، شمل مجتمع الدراسة الطلاب بالمرحلة الثانوية تم اختيارهم من خمس مناطق تعليمية بمدينة الرياض تكونت عينة الدراسة النهائية من (٢٩٧) طالب وطالبة كان منهم (١٨٤) طالب وطالبة من المتفوقين دراسيا، (١١٣) طالب وطالبة من غير المتفوقين وتم استخدام مقياس أبعاد الكمالية وتبين من النتائج أن هناك فروق دالة إحصائيا بين متوسطات الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين على أبعاد مقياس الكمالية التالية (التصور لمستوى الأداء الشخصي، وتقدير التنظيم، والتصور لتوقعات الآخرين) وكانت لصالح الطلاب المتفوقين دراسيا كما كان هناك فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات الطلاب المتفوقين وفقا للنوع والتخصص وعدد الأخوات في أسرهم.

الدراسات التي تناولت التدفق والكمالية:

وهدفت دراسة آمال عبد السميع باظة (٢٠١٠) إلى معرفة طبيعة العلاقة بين التدفق النفسى بأبعاده الثمانية والميول الكمالية العصابية لدى طلاب وطالبات كلية التربية.

وتكونت عينة الدراسة من (٢٥٨) طالب وطالبة منهم (٧٦) طالبة من الفرقة الرابعة و(١٨٢) طالبا من الفرقة الرابعة وتوصلت هذه الدراسة إلى النتائج الآتية:

- وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الميول الكمالية العصابية والتدفق النفسي.
- عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسط درجات مجموعة الطلاب ومتوسط درجات مجموعة الطالبات على كل من مقياس الميول الكمالية العصابية والتدفق النفسي.
- وجود علاقة دينامية مسئولة عن انخفاض الدرجة على مقياس التدفق النفسى كمتغير أساسى فى البحث.
- من خلال استعراض الدراسات السابقة ترى الباحثة أن هناك اهتماما كبيرا بدراسة الجوانب الإيجابية فى الشخصية وتنميتها مثل (التدفق النفسى والكمالية) وهناك اهتماما كبيرا بدراسة التدفق النفسى وعلاقته بالعديد من المتغيرات الأخرى مثل (الدافعية للإنجاز – مخرجات التعلم – التحصيل الدراسى – فاعلية الذات

الأكاديمية – التلكؤ الأكاديمي)، كما اهتمت العديد من الدراسات بالكمالية وعلاقتها بالعديد من المتغيرات الأخرى مثل:

- (الاستقرار النفسي _ التحصيل الدراسى – المتغيرات النفسية – المتغيرات النفسية – الطمأنينة وفاعلية الذات والتفوق الدراسى – الدافعية للإنجاز التلكؤ الأكاديمي)، وكون الدراسة الحالية تدرس العلاقة بين تلك المتغيرات.
- فقد استفادت الباحثة من الاطلاع على الدراسات السابقة من حيث أوجه الاختلاف والشبه مع الدراسات الحالية، حيث تنوعت أهداف الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت دراسة التدفق النفسي لدى المتفوقين فارتبط التدفق النفسي بالدافعية للإنجاز والإنجاز الأكاديمي حيث أثبتت الدراسات وجود علاقة إيجابية مباشرة بين التدفق النفسي والإنجاز الأكاديمي للمتفوقين، كما ورد في دراسة (Young, Eunjung & Sumi, 2015)
- كما تناولت الدراسات الكمالية أيضا لدى المتفوقين حيث أن الكمالية تعتبر خاصية هامة من الخصائص الإنفعالية للمتفوقين وتوصلت بعض الدراسات إلى أن ذوي الكمالية التكيفية يتميزون بالإنجاز الأكاديمي، كما ورد في دراسة (هانشون، ٢٠١٠)
- كما لاحظت الباحثة أن كلا من الدراسات السابقة التى تناولت كلا من (الكمالية والتدفق النفسي) تشابهت في: المتغيرات التي تناولتها هي (الدافعية للإنجاز – التحصيل الدراسي– الإنجاز الأكاديمى – التلكؤ الأكاديمى)
- وقد تشابهت عينة الدراسة للدراسات السابقة وحيث استخدمت معظم الدراسات التى سبق عرضها الطلاب المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية وأهتمت أيضا بالطلاب المتفوقين.
- وأستفادت أيضا الباحثة من الدراسات السابقة التى أطلعت عليها فى صياغة أسئلة الدراسة وتحديد أهدافها وصياغة الفروض واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لها، كما استفادت الباحثة من المعلومات والمفاهيم النظرية التى تناولتها هذه الدراسات فى إثراء الإطار النظرى الخاص بالدراسة الحالية.

فروض الدراسة:

١- وجود علاقة بين التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوى.

٢- التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين بالصف الأول الثانوى.

إجراءات البحث:

أولا: منهج البحث:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفى المقارن بهدف التحقق من علاقة

التدفق النفسي والكمالية لدى طلاب الصف الأول الثانوي المتفوقين.

ثانيا: عينة الدراسة:

وتكونت من (٥٢) طالبا وطالبة منهم (١٦) من الذكور و(٣٦) من الإناث من طلاب الصف الأول الثانوي من المدارس التابعة لإدارة الهرم التعليمية محافظة الجيزة وهي (منشية البكارى الثانوية بنين وبنات / محمود عمر الثانوية بنات/ الهرم الثانوية بنين).

جدول(١)

توزيع أفراد العينة

النوع / المدارس	ذكور فائقين	إناث فائقات
منشية البكارى	٨	١٥
محمود عمر الثانوية بنات		٢١
الهرم الثانوية بنين	٨	

وتم اختيار عينة المتفوقين من خلال (١) الدرجات المدرسية للطلاب (٢) اختبار كاتل للذكاء حيث يكون الطالب متفوق إذا حصل على أعلى من المتوسط + انحراف معيارى فى كلا من التحصيل والذكاء.

ثالثاً: أدوات الدراسة:

١- مقياس التدفق النفسي (إعداد/ آمال عبد السميع باظة، ٢٠١٠)

٢- مقياس الكمالية (إعداد/ عبد الله جاد محمود، ٢٠١٠)

٣- مقياس الدافعية للإنجاز (إعداد/ أشرف أحمد أبو حليمة، ٢٠١٤)

٤- اختبار كاتل للعامل العام المقياس الثالث الصورة (أ) (إعداد/ فؤاد أبو حطب؛ آمال صادق؛ مصطفى محمد عبد العزيز).

أولاً: مقياس التدفق النفسي:

إعداد/ آمال عبد السميع مليجي باظة ٢٠١٠م أستاذ الصحة النفسية كلية التربية – جامعة كفر الشيخ.

ويقيس هذا المقياس التدفق النفسي من خلال ثمانية أبعاد

وتقع الإجابة في خمس مستويات (دائماً – غالباً– أحياناً – نادراً – إطلاقاً) وتتراوح الدرجة ما بين (٤ –٣– ٢ – ١ – صفر)

الشروط السيكومترية لمقياس التدفق النفسى:

(١) الثبات:

وتم حساب الثبات بإعادة التطبيق على (٥٣) طالباً، (٤٤) طالبة بالفرقة الرابعة وتراوح معامل الارتباط بين التطبيقين (٠.٨١)، (٠.٨٣) للأبعاد والدرجة الكلية.

(٢) الاتساق الداخلي للاختيار:

وتم حساب معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس (التدفق النفسي) والدرجة الكلية لعينة الدراسة.

وكلها معاملات الارتباط دالة عند مستوي ٠.٠٠١ مما يعني اتساق الاختبار من حيث علاقة الدرجة الكلية بالأبعاد كلها وكذلك الأبعاد مع بعضها البعض.

(٣) الصدق:

الصدق بعرض المقياس على (١٠) عشرة من أساتذة الصحة النفسية. وتم استبعاد البنود التي تم تلقي نسبة اتفاق أقل من (٩٥%) وتم استبعاد ستة بنود من (٦٢) والباقي (٥٦) بنداً.

وتم تطبيق الاختبار على عينة (٢٥٨) طالب وطالبة منهم (٧٦) طالبة من الفرقة الرابعة بكلية التربية، (١٨٢) طالباً من الفرقة الرابعة مع مراعاة مجموعة من الشروط عند اختيار العينة لاستخراج المتوسطات والانحرافات المعيارية.

والباحثة الحالية آثرت حساب الشروط السيكومترية التالية لمقياس التدفق النفسي:

بحساب الاتساق الداخلي لمقياس التدفق بحساب معامل الارتباط بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٣٢، ٠.٨٥) وهي دالة عند مستوى ٠,٠١

كما تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وتراوحت قيم معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بين (٠,٧٦،٠,٦٧) وهي دالة عند مستوى ٠,٠١

وتم حساب صدق المقياس بارتباطه مع دافعية الإنجاز وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٨٧،٠,٣٩).

ثانياً: مقياس الكمالية: إعداد عبد الله جاد محمود (٢٠١٠)

ويتكون المقياس من ٥٦ عبارة تدور حول قلق الأخطاء، المماطلة في تنفيذ المهام، المعايير العالية، نقد الذات، الاهتمام المبالغ فيه بالتنظيم والترتيب، الإتقان المعوق ومطالبة الذات والآخرين بأقصى مستوي من الأداء. وتم تطبيق المقياس في صورته الأولية على (ن = ١١٣) من معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة الدمام وقام الباحث بإجراء تحليل عاملي للمقياس، أسفر عن تشبع عباراته على خمسة عوامل (أبعاد).

وتقع الإجابة على هذا المقياس في أربعة مستويات (دائماً، غالباً، نادراً، أبداً) وتتراوح الدرجة ما بين (٣ – ٢ – ١ – صفر) والدرجة المرتفعة تشير إلى الميول الكمالية المرتفعة (العصابية) والدرجة المنخفضة تشير إلى الميول الكمالية المنخفضة (السوية).

الشروط السيكومترية لمقياس الكمالية:

وقد تأكد معد المقياس من صدق الاختبار عن طريق التحليل العاملي مستخدماً التدوير المتعامل واستخلص الباحث خمسة أبعاد للمقياس وهي (الإتقان – التفاصيل – نقد الذات – نقد الآخرين – قلق الأخطار)

كما استخدم معد الاختبار الاتساق الداخلي بين عبارات كل بعد والدرجة الكلية والأبعاد بعضها وبعض وتم حساب ثبات الاختبار في الأبعاد.

<u>والباحثة الحالية قامت بحساب الشروط السيكومترية التالية لمقياس الكمالية:</u>

بحساب الاتساق الداخلي لمقياس الكمالية بحساب معامل الارتباط بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٤، ٠.٧٦) وهي دالة عند مستوى ٠.٠٠١.

كما تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وتراوحت قيم معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بين (٠.٦٥، ٠.٧٢) وهي دالة عند مستوى ٠.٠٠١.

وتم حساب صدق المقياس بارتباطه مع دافعية الإنجاز وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠.٤٤، ٠.٦٨).

ثالثاً: اختبار الذكاء:

قامت الباحثة باستخدام اختبار كاتل للعامل العام مقياس الذكاء المتحرر من أثر الثقافة (المقياس الثالث الصورة أ) تأليف ر . ب . كاتل أ . ك . س . كاتل إعداد/ (فؤاد أبو حطب – آمال صادق – مصطفى محمد عبد العزيز) ويطبق المقياس من سن ١٣ – ١٩ سنة والراشدين والمتفوقين.

مكونات الاختبار:

ويتكون الاختبار من أربعة اختبارات فرعية هي سلاسل الأشكال Series وتصنيف الأشكال Classification ومصفوفات الأشكال Matrices والشروط Conditions

الشروط السيكومترية لاختبار كاتل للذكاء:

تأكد معدوا المقياس من صدق الاختبار عن طريق حساب قيم معاملات الارتباط مع اختبارات أخري للذكاء سواء كانت لفظية أو غير لفظية ويتم حساب ثبات الاختبار باستخدام التجزئة النصفية يتراوح بين ٠.٧ & ٠.٩٢ للصورتين أ، ب مجتمعين، وقد اختلفت هذه المعاملات قليلاً عندما حسب الثبات عند عدم تقييد زمن الأداء مع ملاحظة أنه لا توجد بيانات عن عينات التقنين. والدرجة الكلية عن طريق ألفا كرومنباخ.

والباحثة الحالية قامت بحساب الشروط السيكومترية التالية للاختبار

بحساب الاتساق الداخلي لمقياس لاختبار الذكاء بحساب معامل الارتباط بين الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين(٠,٦٧،٠,٨١) وهي دالة عند مستوى ٠,٠١

كما تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وتراوحت قيم معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية بين (٠,٥٦،٠,٩٥) وهي دالة عند مستوى ٠,٠١

نتائج البحث وتفسيرها:

اختبار الفروض:

١- **اختبار الفرض الأول " توجد علاقة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المتفوقين بالصف الاول الثانوي".**

ولاختبار هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط لبيرسون، وذلك لحساب معامل الارتباط بين التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المتفوقين بالصف الاول الثانوي،

ويبين الجدول التالي قيم معاملات الارتباط ومستوى دلالتها.

جدول (٢): معاملات ارتباط بين أبعاد الكمالية والتدفق لدى الطلاب المتفوقين

معاملات الارتباط	الاتقان	التفاصيل	نقد الذات	نقد الأخرين	قلق الأخطاء	الدرجة الكلية الكمالية
الشعور بالاستعداد	-٠.٠٠٧	٠.٤٠٩**	٠.١٩٣	-٠.٠١٣	٠.٣١٣*	٠.٢١٨
مستوى النشاط	٠.٢٤٩	٠.٥٨٧**	٠.٣٥*	٠.٢٠٤	٠.٤١٢**	٠.٤٥٤**
وضوح الهدف	٠.١٤٨	٠.٥٣**	٠.٢٥٩	٠.٠٧	٠.٤٠٧**	٠.٣٥١*
الاندماج الكامل	٠.٠٨٦	٠.٣٩**	٠.١٤٦	٠.١٠٨	٠.٣٩٩**	٠.٢٩*
تركيز الانتباه	٠.٣٦٩**	٠.٣٨٧**	٠.١٨٦	٠.١٣٩**	٠.٥٠٦**	٠.٤٠٣**
الشعور بالمتعة	٠.٢٩٧*	٠.٤٧١**	٠.٢٦٩	٠.١٤٧	٠.٤٩١**	٠.٤٢٢**
نسيان الذات	٠.٢٩٣*	٠.٣٦٢**	٠.٢٧٢	٠.١٥	٠.٤٧٨**	٠.٣٩٢**
الأداء بتلقائية	٠.١٤٦	٠.٤٧٩**	٠.٢٣٣	٠.٠٢٨	٠.٣٠٩*	٠.٢٩٣*
الدرجة الكلية التدفق	٠.٢٥٤	٠.٥٦**	٠.٢٩٦*	٠.١٣٢	٠.٥٢**	٠.٤٤٢**

** تعنى أن معامل الارتباط دال عند ٠.٠٠١ * دال عند ٠.٠٥

من الجدول السابق يتضح أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً بين بعض أبعاد التدفق النفسي وأبعاد الكمالية لدى المتفوقين من الصف الاول الثانوي، حيث جاءت قيم "ر" موجبة دالة احصائياً عند مستوي دلالة ٠.٠٠١.

تفسير الفرض الأول:

ومن ثم تم قبول الفرض الأول جزئياً " توجد علاقة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المتفوقين بالصف الاول الثانوى.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة آمال عبد السميع باظة،٢٠١٠ التى أشارت إلى وجود معامل ارتباط إيجابى بين الدرجات على مقياس التدفق النفسى ومقياس الميول الكمالية.

وتتفق أيضا مع مع نتائج الدراسات السابقة مثل دراسة هانشون٢٠١٠ حيث توصلت إلى وجود ارتباط إيجابي بين ذوي الكمالية والنواحي الأكاديمية (الإنجاز الأكاديمي).

ومن جانب آخر يتضح من الدراسات السابقة التي تناولت التدفق النفسي إلى وجود علاقة بين التدفق النفسي والإنجاز والتحصيل الدراسي والتلكؤ الأكاديمي (دراسة Jan, 2013/ Yong, 2015).

فاستنتجت الباحثة نظرا من تشابه المتغيرات التى ارتبط بها كلا من التدفق النفسى والكمالية إلى وجود ارتباط بين كلا من التدفق النفسى والكمالية لدى المتفوقين.

ونظرا لأن التدفق يسعى إلى الإنجاز والتركيز وذلك يعتبر من خصائص المتفوقين، كما أن الكمالية تعتبر خاصية مهمة من الخصائص الإنفعالية للموهوبين والمتفوقين.

ومن الخصائص المعرفية للمتفوقين:

القدرة على التعامل مع النظم الرمزية والأفكار المجردة وحب الاستطلاع وتفضيل العمل الاستقلالى وأيضا قوة التركيز.

ويتمتع الموهوب والمتفوق بقدرة فائقة على التركيز على المشكلة أو المهمة التي يقوم بمعالجتها، ويرافق هذه القدرة على التركيز طول مدة الانتباه Attention Span. وإذا ما أثير اهتمامه بمشكلة أو موضوع ما فإنه يسعى بإصرار لإنجازه، وفي بعض الأحيان يصعب انتزاعه من العمل قبل إتمامه وتحوله إلى عمل آخر. وتلعب قوة التركيز ومدة الانتباه دورا مهما في تحقيق إنجازات على مستوى المهنة أو التخصص في المستقبل إذا ما أتيحت للموهوب والمتفوق فرص التطبيق والمران في مجال اهتمامه. وقد توصلت فريـــمان (Freeman, 1991) إلى عرض خصائص المتفوقين والمتمثلة فى: قوة الذاكرة وحب القراءة وتنوع الاهتمامات والهوايات وأيضا تطور لغوى مبكر.

ووتتفق أيضا هذه النتيجة مع نتائج دراسة (سيليب فرى ١٩٩٣) والتي أظهرت ارتفاع مستوى الكمالية للمتفوقين دراسيا مفارنة بالعاديين.

ويتضح مما سبق أن قوة التركيز خاصية مهمة من الخصائص المعرفية للمتفوقين، كما يتضح أن الكمالية أيضا خاصية مهمة من الخصائص الإنفعالية للمتفوقين لذلك تستنتج الباحثة أن الطلبة المتفوقين يحصلون على درجات عالية على مقياس كلا من التدفق النفسى والكمالية، وفى ضوء تلك الخصائص يمكن تفسير العلاقة الإرتباطية الدالة بين الكمالية بأبعادها والتدفق النفسى بأبعاده حيث أن كلاهما على درجة مرتفعة لدى المتفوقين، وأن النشاط العقلي للمتفوقين يدفعهم إلى طلب الكمالية ليساعدهم فى ذلك التدفق النفسى لديهم.

٢- اختبار الفرض الثاني " يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي".

للتحقق من هذا الفرض، استخدمت الباحثة الانحدار المتعدد Multiple Regression، وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالية

جدول (٣)

تحليل الانحدار للمتغيرات المستقلة الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) على المتغير التابع (التدفق النفسي لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي)

المتغيرات المستقلة	constant	R^2	معامل الانحدار (B)	Beta بيتا	قيمة ت	مستوى الدلالة
الإتقان	٩٥.٥٦٥	٠.٤٢١	٠.٩٤٧	٠.٦٣٥	٠.٦٤٦	٠.٠١
التفاصيل			٣.٩٨٦	٠.٥٩٤	٣.٢١٥	٠.٠١
نقد الذات			٠.٤٩٢-	٠.٠٥٧-	٠.٣٠٧-	غير دالة
قلق الأخطاء			٣.٩٢	٠.٦١٨	٢.٦٩١	٠.٠١
الدرجة الكلية الكمالية			٠.٩٥٧-	٠.٦٦٩	١.٣٧٢	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق:

يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال من خلال أبعاد الكمالية (**الاتقان- نقد الذات- قلق الأخطاء والدرجة الكلية**) لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي، حيث يسهموا بمقدار ٤٢.١% في تفسير التباين الكلى في التدفق النفسي لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي، ومن ثم يمكن صياغة معادلة للتنبؤ كما يلي:

التدفق النفسي = ٩٥.٥٦٥+ (٠.٦٣٥× الاتقان)+ (٠.٥٩٤× نقد الذات)+ (٠.٦١٨× قلق الأخطاء)+ (٠.٦٦٩× الدرجة الكلية للكمالية)

ومن ثم تم قبول الفرض الثاني جزئياً "يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسياً بالصف الأول الثانوي".

تفسير الفرض الثانى:

ومن خلال ما سبق عرضه فى الإطار النظرى يتضح أن الكمالية خاصية هامة من الخصائص الإنفعالية للمتفوقين والموهوبين وكما عرضت آمال عبد السميع باظة (٢٠٠٧) العوامل المدعمة للأطفال الموهوبين والمتفوقين للوصول إلى إنجاز عالى ومنها: تحديد مستويات طموح تعليمية ووظيفية عالية حيث يعد مستوى الطموح محدد ودافع لبذل الجهد والعمل لدى جميع الأفراد العاديين، وكلما كان الطموح مناسبا لأعلى إمكانيات لدى الفرد كلما ساعد على الإنجاز وخصوصا لدى المتفوقين والموهوبين، فهو يضع مستويات طموح عالية غير متوقعة مما يجعل لديهم ما نطلق عليهم الكمالية العصابية وعدم الرضا المستمر عن الإنجاز.ومن هذه العوامل أيضا تنمية الكمالية السوية حيث تعتبر الكمالية المرتفعة سمة عامة لدى الموهوبين من حيث تضخيم الخطأ وعدم

مكافأة الذات وعدم الرضا عن الآداء مما يجعله فى دائرة قهرية من العمل المتواصل.

ومن خلال تعريف عفراء إبراهيم خليل (٢٠١٦) للتدفق النفسى حيث وصفته بأنه حالة داخلية تجعل الفرد يشعر بالتوحد مع ما يقوم به والتركيز التام فيما يقوم به والإندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح فى التعامل مع الأنشطة يتضح أن المتفوقين يتمتعون بالتدفق النفسى حيث أنهم يتسمون بقوة تركيز عالية والشعور بالمتعة أثناء أداء أعمالهم ونسيان الذات.

وتتفق هذه النتيجة مع ما نتائج دراسة آمال عبد السميع باظة (٢٠١٠) والتى أوضحت أن عوامل (أبعاد) الكمالية لا تعرقل التدفق النفسى بل كلها عوامل دافعة تظهر فى سلوك الأفراد وفى أبعاد شخصياتهم.

توصيات البحث:

التطبيق لها	النتيجة
-إعداد برامج إرشادية لرفع وتنمية مستوى التدفق النفسى والكمالية لدى طلاب الصف الأول الثانوى(المتفوقين) وتطبيق ذلك على مراحل تعليمية أخرى.	-وجود علاقة جزئية بين التدفق النفسى (الأبعاد والدرجة الكلية) والكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى المتفوقين بالصف الأول الثانوى.
-البحث بإستمرار لتلك الفئة عن أنشطة تربوية مناسبة لتحقيق الكمالية وصولا إلى التدفق النفسى.	-إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الكمالية (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى الطلاب الفائقين دراسيا بالصف الأول الثانوى.

البحوث المقترحة:

١- فعالية برنامج قائم على تنمية التدفق النفسى والكمالية لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

٢- فعالية برنامج إرشادى لتنية التدفق النفسى لدى طلاب الصف الأول الثانوي (المتفوقين) وأثره على التحصيل الدراسى

٣- التدفق النفسى وعلاقته بالعوامل النفسية الأخرى لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

٤- الكمالية وعلاقتها بالعوامل النفسية الأخرى لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

٥- دور المعلمين فى تنمية الجوانب الإيجابية للشخصية لدى طلاب الصف الأول الثانوى.

مراجع البحث:

أولا المراجع العربية:

١- آمال عبد السميع باظة (١٩٩٦) (ج): الكمالية العصابية والكمالية السوية، مجلة دراسات نفسية، المجلد السادس، العدد (٣)، ص ص (٣٠٥-٣١٢).

٢- آمال عبد السميع باظة (٢٠٠٧): البيئة الأسرية للأطفال الموهوبين ودورها فى

الوصول إلى إنجاز، مؤتمر كلية التربية ببنها.

٣- آمال عبد السميع باظة (٢٠١٠): مقياس التدفق النفسي، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

٤- أمال عبد السميع باظة (٢٠١١): الكمالية السوية والعصابية، مكتبة الأنجلو المصرية.

٥- ربيعة بنت الشيخ (٢٠١٥): علاقة الإتزان الإنفعالي بالتدفق النفسي دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة قاصدى مرباح ورقلة– الجزائر.

٦- سيد أحمد أحمد البهاص (٢٠١٠): التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت (دراسة سيكومترية– إكلينيكية)، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١١٨–١٦٩.

٧- شادية أحمد عبد الخالق (٢٠٠٥): استخدام نظرية الاختيار وفنيات العلاج الواقعي في خفض اضطرابات الكمالية العصابية، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد (٤٤)، المجلد (١٥)، (٢١٣–٢٦٥).

٨- صفاء الأعسر (٢٠١٠): الصمود من منظور علم النفس الإيجابي، النشرة الدورية للجمعية المصرية للدراسات النفسية، العدد (٧٧)، مارس ٢٠١٠.

٩- عبد الله جاد محمود (٢٠١٠): الكمالية لدى عينة من معلمي التعليم العام وعلاقتها ببعض إضطرابات القلق والبازانويا لديهم، مجلة كلية التربية بالمنصورة، ٧٢ (٢)، ٣: ٥٥.

١٠-عفراء إبراهيم خليل (٢٠١٦): التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس، مجلة الأستاذ، جامعة بغداد، كلية التربية للبنات (العدد الخامس بالمؤتمر العلمي الرابع لعام ٢٠١٦)، ص ص١٩٧– ٢١٤.

١١-عفراء إبراهيم خليل العبيدي (٢٠١٥): الكمالية العصابية وعلاقتها بالإستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة– مجلة علوم الإنسان والمجتمع (١٤)، ١٥٧–١٨٣.

١٢-فاتن عبد الواحد جواد (٢٠١٥): التدفق النفسي وعلاقته بتنظيم الذات ونمط التفكير الشمولي لدى طلبة الجامعة "رسالة دكتوراه – غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.

١٣-فتحي عبد الرحمن جروان (٢٠٠٢): خصائص الطلبة الموهوبين والمتفوقين.

١٤-محمد السعيد أبو حلاوة (٢٠١٣): حالة التدفق المفهوم: الأبعاد والقياس العدد ٢٩، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية، ص١–٣٨.

١٥-محمد رزق البحيري (٢٠١٧): التدفق النفسي وعلاقته بالإيثار لدى عينة من المراهقين ذوي المشكلات الانفعالية، دراسات الطفولة، مصر، المجلد/العدد مج ٢٠، ع٧٥، ص: ٢٠١-٢١٣.

١٦-نجلاء فتحي أبو سليمة (٢٠١٥): فعالية برنامج ارشادي انتقائي في خفض الكمالية العصابية لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة بورسعيد، العدد (١٨)، ص٥٥٠.

١٧-ياسر عبد الكريم بكار (٢٠٠٥): القرار في يديك، ط٤، مركز الراية للتنمية الفكرية، دار البيروتي، دمشق، حلبوني، بناء الخجا.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

18- -Burns. D. The Perfectionists Script For Self Defeat Psychology Today 1980 November, 34-51.

19- -Chang, E., Watkin A., 8 Banks, K. (2009): How adaptive and maladaptive Perfectionism related to Positive and negative Psychological Functioning: Testign astress-mediation model in black and White Female College Students. Journal of Counseling Psychology, 51, 93-107.

20- -Clark, M., Lechook, A. & Taylor, M. (2009): Beyond the Big Five: How narcisssmy Perfectionism, and dispositional effectrelate to work aholism Personality and Individud Diffences, 48 (7), 788-791.

21- -Frost, R. O., Marten, D. Lahart, G. & Rosenblatt, R. (1990): The Dimensions of Perfectionism, Cognitive Therapy and Research, 14h, 449-468.

22- -Hewitt, paul,l.&Genest,M.(1990):The Ideal-Self Schematie processing of perfectionism contract in Dusphoria University student, Journal of personality and Scial psychology,59,802-808.

23- -Parker, W. D., & Adkins, K. K. (1996): A psychometric Examination of the Multidimensional Perfectionism Scale Journal of Psychopathology and Behaviard Assessment 17 (4), 323-334.

24- -Rice, K., & Lopez, f.(2004).Maladaptive perfectionism, adult attachment, and self-esteem in college student . Journal of College counseling, 7, 118-128.

25- -Rice,K.G & Mirzadeh, S. A. (2000): Perfectionism, attachment, and adjustment Journal of counseling psychology 47(2),238-250.

26- -Sliverman, P. Salsali, M. (2003). Low Self-esteem and psychiatric patients:Part1-The relationship between low self- esteem and psychiatric diagnosis. Annals of General psychiatry,2.

27- -Steels, L. (2003): Social language learning. In: Tokoro, M. and L. Steels (eds). The future of learning Issues and Prospects. IOS Press, Amsterdam. P. 133: 159.

28- -Stober, J.(1998).The frost Multimensional Perfectionism Scale Revisited: More perfect with four (Instead of six).person Individ.Diff,24,PP481-490.

29- Xiaowei Guan (2013): A study on Flow Theory and Translation Teaching China's EFL Class Journal of Language Teaching and Research, Vol. 4, No. 4, PP. 785-790, July 2013, PP: 785-790.