

الصمود النفسي كمنبئ بالتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا

دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية الوادي

مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة الماستر أكاديمي

تخصص: علم النفس المدرسي

إشراف الدكتورة:

خيرة لزعر

إعداد الطالبتين:

– منال غربي

– أميرة دحمري

نوقشت المذكرة علنا يوم: 2023/06/06

أمام اللجنة المكونة من الأساتذة

الاستاذ	الرتبة	المؤسسة الأصلية	الصفة
أ.د سلاف مشري	أستاذ التعليم العالي	جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي -	رئيسا
د. خيرة لزعر	أستاذ محاضر - أ -	جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي -	مشرفا ومقررا
د. أسماء لشهب	أستاذ محاضر - ب -	جامعة الشهيد حمه لخضر - الوادي -	مناقشا

السنة الجامعية: 2023/2022

شكر وتقدير

اللهم لك الحمد حمدا أبلغ به رضاك، أؤدي به شكرك، وأستوجب به المزيد من فضلك، الحمد لله رب العالمين

خلق الروح والقلم، وخلق الخلق من عدم، ودبر الأرزاق وعلمنا من جهالة.

أتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير والعرفان إلى من كان لهم الفضل بعد الله سبحانه وتعالى في إنجاز هذه الدراسة

وهنا لابد لي أن أقدم بجزيل الشكر والعرفان إلى الدكتورة **خيرة لزعر** التي أشرفت على رسالتي وبذلت كل جهد

ممكن من وقت واهتمام ونصح وتوجيه فكانت نعم المشرفة لإتمام دراستي فجزاها الله عنا خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر الجزيل للمؤسسات التي أبدت تعاوناً أثناء تطبيق أدوات الدراسة.

والشكر موصول إلى كل من تتلمذنا على أيديهم في مسيرة حياتنا التعليمية والعملية، ونخص بالذكر الدكاترة

الأفاضل الذين تعلمنا على أيديهم ونلنا من علمهم وخبرتهم طوال السنين.

وفائق شكرنا وتقديرنا إلى صديقاتنا وأصدقائنا وزميلاتنا وزملائنا الذين قدموا يد العون والمساعدة لإنجاز الرسالة

على أكمل وجه.

وأخيراً لا يسعنا إلا أن ندعو الله أن يرزقنا السداد والهدى وأن يجعل هذا العمل خالصاً لوجه الكريم.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية للكشف عن الصمود النفسي كمنى بالتدفق النفسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا وهذا لأهمية الصمود النفسي والتدفق النفسي في المجال الدراسي.

حيث نصت الفرضية الأولى على وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا، ولإختبار صحة الفرضيات تم الإعتماد على المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي، وقد تم استخدام أداتين لجمع البيانات: مقياس الصمود النفسي للباحثين "باشا شيماء عزت" و"إيمان نصرى شنودة" ومقياس التدفق النفسي للباحثين "الهادي السيد عبده" و"فاروق السيد عثمان" وتكونت عينة الدراسة من (90) تلميذ وتلميذة متفوقين دراسيا من بعض ثانويات ولاية الوادي.

أما بالنسبة للمعالجة الإحصائية تمت من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (SPSS)، حيث تم الإعتماد على معامل الارتباط "بيرسون" و"إختبار T" لمعرفة دلالة الفروق و"تحليل الإنحدار الخطي البسيط" لمعرفة قيمة التنبؤ.

و قد تم التوصل للنتائج التالية:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا.
- يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: الصمود النفسي، التدفق النفسي، المتفوقين دراسيا.

Abstract:

The aim of the current study was to investigate psychological resilience as a predictor of academic flow among academically high-achieving students, given the importance of psychological resilience and academic flow in the academic field. The first hypothesis stated that there is a statistically significant relationship between levels of psychological resilience and levels of academic flow among high-achieving students. To test the hypotheses, a descriptive correlational method was adopted, and two instruments were used to collect the data: the Psychological Resilience Scale by researchers "Bacha Chaima Izzet" and "Imane Noussri Chenouda," and the Flow Scale by researchers "Al-Hadi Elseyed abdo " and "Farouk Elsayed Othmane." The study sample consisted of 90 academically high-achieving male and female students from some secondary schools in the province of Oued Souf.

Regarding the statistical analysis, the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) was used. The correlation coefficient "Pearson," the "t-test" to determine the significance of differences, and the "simple linear regression analysis" to determine the predictive value were employed. The following results were obtained:

- There is a statistically significant relationship between levels of psychological resilience and levels of academic flow among high-achieving students.
- Academic flow can be predicted through psychological resilience among high-achieving students.
- There are no statistically significant differences in the means of psychological resilience among high-achieving students based on gender.
- There are statistically significant differences in the means of academic flow among high-achieving students based on gender.
- There are no statistically significant differences in the means of psychological resilience among high-achieving students based on specialization.
- There are no statistically significant differences in the means of academic flow among high-achieving students based on specialization.

Keywords: psychological resilience, academic flow, high-achieving students.

Résumé:

L'objectif de l'étude actuelle était d'étudier la résilience psychologique en tant que prédicteur du flux académique chez les étudiants performants sur le plan académique, étant donné l'importance de la résilience psychologique et du flux académique dans le domaine universitaire. La première hypothèse affirmait qu'il existe une relation statistiquement significative entre les niveaux de résilience psychologique et les niveaux de flux académique chez les étudiants performants sur le plan académique. Pour tester les hypothèses, une méthode descriptive corrélationnelle a été adoptée, et deux instruments ont été utilisés pour collecter les données: l'échelle de résilience psychologique des chercheuses "Bacha Chaima Izzet" et "Imane Noussri Chenouda", et l'échelle de flux des chercheurs "Al-Hadi Elseyed abdo" et "Farouk Elsayed Othmane". L'échantillon d'étude était composé de 90 étudiants performants sur le plan académique, de sexe masculin et féminin, issus de quelques établissements secondaires de la province d'Oued Souf.

En ce qui concerne l'analyse statistique, le logiciel "Statistical Package for the Social Sciences" (SPSS) a été utilisé. Le coefficient de corrélation "Pearson", le test "t" pour déterminer la signification des différences et l'analyse de régression linéaire simple pour déterminer la valeur prédictive ont été utilisés. Les résultats suivants ont été obtenus:

- Il existe une relation statistiquement significative entre les niveaux de résilience psychologique et les niveaux de flux académique chez les étudiants performants sur le plan académique.
- Le flux académique peut être prédit par la résilience psychologique chez les étudiants performants sur le plan académique.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les moyennes de résilience psychologique entre les étudiants performants sur le plan académique en fonction du sexe.
- Il existe des différences statistiquement significatives dans les moyennes de flux académique entre les étudiants performants sur le plan académique en fonction du sexe.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les moyennes de résilience psychologique entre les étudiants performants sur le plan académique en fonction de la spécialisation.
- Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans les moyennes de flux académique entre les étudiants performants sur le plan académique en fonction de la spécialisation.

Mots-clés: résilience psychologique, flux académique, étudiants performants sur le plan académique.

فهرس المحتويات

الصفحة	المحتويات
أ	شكر وتقدير
ب	ملخص الدراسة باللغة العربية
ج	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
د	ملخص الدراسة باللغة الفرنسية
هـ	قائمة المحتويات
ح	قائمة الجداول
ط	قائمة الأشكال
1	مقدمة
الجانب النظري	
الفصل الأول: تقديم الدراسة	
12	(1) إشكالية الدراسة
18	(2) تساؤلات الدراسة
18	(3) فرضيات الدراسة
19	(4) أهمية الدراسة
19	(5) أهداف الدراسة
20	(6) التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة
20	(7) الدراسات السابقة
34	(8) التعقيب على الدراسات السابقة
49	خلاصة الفصل
الفصل الثاني: الصمود النفسي	
51	تمهيد
52	(1) التسلسل التاريخي للصمود النفسي
54	(2) مفهوم الصمود النفسي
55	(3) بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي

56	(4) أبعاد الصمود النفسي
57	(5) أنماط الصمود النفسي
58	(6) سمات الشخصية الصامدة
58	(7) خصائص الصمود النفسي
59	(8) دورة الصمود النفسي
60	(9) العوامل المؤثرة في الصمود النفسي
61	(10) بناء الصمود النفسي
62	(11) ثمرات الصمود النفسي
63	(12) نظريات المفسرة للصمود النفسي
67	خلاصة الفصل
الفصل الثالث: التدفق النفسي	
69	تمهيد
70	(1) التأصيل التاريخي للتدفق النفسي
71	(2) مفهوم التدفق النفسي
73	(3) بعض المضامين المتعلقة بالتدفق النفسي
73	(4) خبرة التدفق النفسي
75	(5) عناصر التدفق النفسي
77	(6) شروط الدخول في حالة التدفق
78	(7) أبعاد التدفق النفسي
80	(8) أنواع التدفق النفسي
81	(9) خصائص الأشخاص ذوي التدفق النفسي
82	(10) فوائد التدفق النفسي
83	(11) أهمية التدفق النفسي
83	(12) النظريات المفسرة للتدفق النفسي
87	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
90	تمهيد
91	(1) منهج الدراسة
91	(2) حدود الدراسة
91	(3) مجتمع الدراسة
92	(4) عينة الدراسة
95	(5) أدوات جمع البيانات
108	(6) الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة
109	خلاصة الفصل
الفصل الخامس: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة الأساسية	
111	تمهيد
112	(1) عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى
115	(2) عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية
118	(3) عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
120	(4) عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
122	(5) عرض وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
126	(6) عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة
126	الاستنتاج العام
127	إقتراحات الدراسة
129	قائمة المراجع
137	الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
01	العوامل المساعدة في تشكل الصمود النفسي.	61
02	العوامل المعيقة لإستمرارية الصمود النفسي	61

03	توزيع أفراد العينة حسب جنسهم والنسب المئوية لكل منهم	93
04	توزيع أفراد العينة حسب مستواهم الدراسي والنسب المئوية لكل منهم	93
05	توزيع أفراد العينة حسب التخصص الدراسي والنسب المئوية لكل منهم	94
06	أبعاد الصمود النفسي مع بنوده	96
07	توزيع درجات الصمود النفسي على البدائل	96
08	معاملات الثبات بطريقتي الاتساق الداخلي وجيتمان للمقياس الصمود	97
09	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الأول)	97
10	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثاني)	98
11	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثالث)	98
12	أبعاد التدفق النفسي مع بنوده	99
13	توزيع درجات التدفق النفسي على البدائل	100
14	معاملات الثبات بطريقتي الاتساق الداخلي وجيتمان للمقياس التدفق	100
15	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الأول)	101
16	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثاني)	101
17	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثالث)	102
18	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الرابع)	103
19	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الخامس)	103
20	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد السادس)	104
21	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد السابع)	104
22	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثامن)	105
23	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد التاسع)	106
24	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد العاشر)	106
25	معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الحادي عشر)	107
26	معامل ارتباط بيرسون بين الصمود النفسي والتدفق النفسي	111
27	تحليل التباين للانحدار بين التدفق النفسي كمنبئ به والصمود النفسي كمنبئ	114

115	نتائج إنحدار الصمود النفسي على التدفق النفسي	28
117	نتائج إختبار ت يوضح الفروق بين الجنسين في مقياس التدفق النفسي	29
119	نتائج إختبار ت يوضح الفروق بين الجنسين في مقياس الصمود النفسي	30
122	نتائج إختبار ت يوضح الفروق بين التخصصين في مقياس التدفق النفسي	31
124	نتائج إختبار ت يوضح الفروق بين التخصصين في مقياس الصمود النفسي	32

فهرس الأشكال

الرقم	الأشكال	الصفحة
01	دورة الصمود النفسي	60
02	نموذج ريتشرد سون للصمود النفسي	66
03	عناصر خبرة التدفق	76
04	معادلة نموذج الإنحدار	116

فهرس التمثيلات البيانية

01	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	93
02	توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي	94
03	توزيع أفراد العينة حسب التخصص	95

فهرس الملاحق

الرقم	الملحق	الصفحة
01	قيمة ثبات مقياس التدفق النفسي	136
02	قيم الصدق للبنود البعد الأول لمقياس الصمود النفسي	137
03	نتائج الفرضية الثالثة	138
04	نتائج الفرضية الثانية	139

مقدمة

مقدمة:

تركزت جهود علم النفس في النصف الثاني من القرن الثاني في موضوع واحد هو المرض النفسي، وقد تحققت فيه إنجازات جيدة. فالآن يستطيع السيكولوجيون قياس المفاهيم التي كانت غامضة من قبل، مثل الاكتئاب والفصام وغيرها بدقة عالية. أصبحنا نعرف الكثير عن تطور هذه المشكلات عبر الحياة، وعن أصولها الجينية، وخواصها الكيميائية، وأسبابها النفسية. وأهم من كل هذا تعلمنا كيفية معالجتها. لكن هذا التقدم كلف المجال الكثير، فيبدو أن الانشغال الكبير بعلاج الحالات التي تفسد الحياة، كان على حساب الاهتمام بدراسة الحالات التي تجعل الحياة ذات معنى جميل. فالناس بحاجة لما هو أكثر من مجرد تصحيح ما لديهم من نقاط ضعف فهم يريدون حياة ذات معنى (سليجمان، 7، 2002). وهذا أدى إلى ظهور تيار جديد في علم النفس يعرف "بعلم النفس الإيجابي" على يد العالم "مارتن سليجمان" سنة (1998) عندما ترأس الجمعية الأمريكية للعلم النفس ومحاولاته الدنوبة هو ومجموعة من زملائه مما كان لديهم تحفظات على علم النفس بفروعه التقليدية. علم النفس الإيجابي هو علم دراسة وتطوير الهناء الشخصي بمعنى آخر يسعى لدراسة والفهم الجاد للمكونات الحياة الإيجابية كالإنفعالات التي يمكن تلخيصها في الرضا عن الماضي، والسعادة في الوقت الحاضر، والأمل في المستقبل، كما يهدف هذا العلم إلى تطوير الصفات الإيجابية في شخصية الفرد كالصمود، والصلابة، جودة الحياة، والتدفق. (يونس، 2015، 47)

يعتبر الصمود النفسي من الدعامات الأساسية في علم النفس الإيجابي لما له دور كبير في خفض التوتر ومواجهة الصعاب والضغط الحياتية التي يصادفها الفرد خلال حياته فمنهم من يتجاوز هذه التحديات بسلاسة ومنهم من يجد صعوبة في ذلك، وهنا يجب التنويه أن مرحلة الثانوية هي من أصعب المراحل التي يمر بها الفرد كونها تتزامن مع فترة المراهقة التي تعتبر فترة حرجة في حياة التلاميذ كونهم يسعون لإثبات الذات والتحرر من قيود الوالدين، ومن جهة أخرى فإن المرحلة الثانوية هي مرحلة انتقالية وبوابة للحياة الجامعية ومرحلة تحديد الأهداف المستقبلية.

يعتبر مفهوم حالة التدفق من المفاهيم السيكولوجية ذات المضامين الإيجابية وترتبط ارتباط وثيق بخبرة التعلم، فالتلميذ الناجح هو الذي يبذل كل طاقاته وجهده في التعلم،

ويستعين بكل الوسائل للحصول على المعلومة، ويخلق أجواء تجعله يندمج مع المادة التي يتعلمها دون انتظار أي إثابة خارجية.

لقد تعددت الدراسات التي اهتمت بمتغيري الدراسة المتمثلة في الصمود النفسي والتدفق النفسي، غير أن الدراسة التي حاولت الربط بينهما قليلة جداً، ففي هذه الدراسة تم السعي إلى التعرف على العلاقة بين الصمود النفسي والتدفق النفسي وقد قسمت الدراسة إلى جانبين:

✓ الجانب النظري: ويتضمن ثلاث فصول:

– **الفصل الأول:** خصص هذا الفصل لتحديد مشكلة الدراسة بعرض إشكالية الدراسة التي دعمت بنتائج الدراسات السابقة، ثم صياغة فرضيات الدراسة، تحديد الأهداف المنتظرة من الدراسة، وأهميتها وكذلك تحديد المفاهيم الإجرائية لمتغيرات الدراسة، وختم هذا الفصل بتحديد الدراسات السابقة التي تناولت الصمود النفسي والتدفق النفسي، انتهاء بالتعقيب على الدراسات السابقة.

– **الفصل الثاني:** وقد خصص للصمود النفسي وقد تم التطرق فيه إلى التطور التاريخي للصمود النفسي، ومفهومه وبعض المفاهيم المتعلقة به، أبعاده، أنماطه خصائصه، سماته، العوامل المؤثرة فيه، وثمراته، وبعض النظريات المفسرة للصمود النفسي انتهاء بخلاصة الفصل.

– **الفصل الثالث:** وقد خصص للتدفق النفسي وقد تم التطرق فيه إلى التطور التاريخي للتدفق النفسي، ومفهومه وبعض المضامين الإيجابية المتعلقة بالتدفق، عناصره، شروطه، أبعاده، أنواعه، أهميته، خصائصه، وبعض النظريات المفسرة للتدفق النفسي انتهاء بخلاصة الفصل.

✓ الجانب الميداني: ويتضمن فصلين:

– **الفصل الرابع:** خصص هذا الفصل لعرض الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، حيث تم التطرق إلى المنهج، حدود الدراسة، مجتمع الدراسة، عينة الدراسة الاستطلاعية والاساسية، أدواتها وخصائصها السيكمترية، ووصف الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة.

– الفصل الخامس: خصص هذا الفصل لعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة وانتهاء باستنتاج عام، والتوصيات والاقتراحات، وقائمة المصادر والمراجع.

الجانب النظري

الفصل الأول: تقديم الدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. تساؤلات الدراسة
3. فرضيات الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. أهداف الدراسة
6. التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة
7. الدراسات السابقة
8. التعقيب على الدراسات السابقة

خلاصة الفصل

1. إشكالية الدراسة:

يشهد العصر الحالي تطورات عديدة في مختلف المجالات ولاسيما التعليم، حيث لم يعد التعليم مقتصرًا على إكساب المتعلم المحتوى المعرفي والمهارات فقط، بل تعدى ذلك إلى وضعه في بيئة مفتوحة يواجه فيها مختلف الصعاب حتى يتمكن من تحديد أهداف وصياغة حلول للتحديات التي يواجهها، والتعامل معها بمرونة نفسية عالية، وتعد مرحلة الثانوية مرحلة إنتقالية في حياة المتعلم كونها النقطة التي يتحدد فيها مستقبل الطلبة، لذلك يجب أن يتمتع الطالب بخصائص شخصية إيجابية تساعده في تكييف إستجاباته تبعًا للموقف الذي يتواجد فيه لمواجهة المواقف والتحديات بصورة فعالة.

بدأ علماء النفس برصد إرهاصات مبكرة للتتويه على ضرورة التحليل الدقيق للجوانب الإيجابية في الشخصية، وقد أدى هذا التوجه إلى الكشف عن الكثير من الأفكار الإيجابية بعدما كانت هناك سيطر للأفكار السلبية ومنها الحالة النفسية الداخلية التي تجعل المتعلم يشعر بالتوحد والتركيز التام مع ما يقوم به والإندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة وهذا ما يسمى بالتدفق النفسي. وقد ترتبط هذه الحالة بحالة التعلم المثلى (Learning Optimal) التي وصفها "شكزينتهيمالي" بأنها "حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الإستغراق المطلق، الأمر الذي يؤدي إلى إستغراق المتعلم بكامل منظومات شخصيته في مهمة تذوب فيها الشخصية دون إفتقاد للوجهة والمسار مع إسقاط للوقت أو للزمن من الحسابات، بمعنى أن تظل فعاليات من يتعايش مع هذه الحالة سارية وممتدة الى أن يتم إنجاز المهمة مهما طالت المدة الزمنية.(موسوي، 2016، 52)

نشأت فكرة التدفق الذي ينطوي على إندماج الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها وهو بحالة من الإستمتاع عندما قام "ميهاالي" في عام (1960) بدراسة العمليات الإبداعية ولاحظ أن الأفراد يستغرقون في العمل متجاهلين الوقت وكل ما يتصل بعملهم، وقد أشار إلى أنه تأثر برؤية "أبراهام مالمسو" في الاهتمام بالعمليات الإبداعية للأفراد التي عن طريقها يمكن تحقيق ذواتهم، وأهمية الخبرات الإنسانية الإيجابية، كما تأثر أيضا بأفكار "كارل روجرز" حيث يعتقد أن الأفراد لديهم القوة للإنطلاق من الناحية الإيجابية في أعمالهم والإستمتاع بها، وأن الخبرة هي كل موقف يعيشه الفرد ويتفاعل معه وينفعل به ويؤثر فيه

ويتأثر به، هذه الخبرة عندما تتوافق مع ذات الفرد تؤدي إلى راحته وتوافقه مع نفسه.(عبد، عثمان، 2018، 4)

بمراجعة أدبيات مجال علم النفس الإيجابي يلاحظ أن مفاهيم مثل التمتع والتدفق أو الخبرة القصوى تعرضت لسوء تفسير، فقد تنوعت الآراء بصددتها فمن الباحثين من إعتبرها إنفعال، ومنهم من إعتبرها تكويناً معرفياً بحثاً، في حين ذهب نفر ثالث إلى اعتبارها مكوناً من مكونات نظام الدافعية في الشخصية. وتظهر نتائج عديدة من الدراسات التي أجريت في السنوات الأخيرة أن حالة التدفق على وجه الخصوص حالة وجودية متعددة الجوانب إذ تتضمن مكونات معرفية ودافعية وإنفعالية تقترن معاً لتكون فيما بينها نوعاً من التكامل.(أبو حلاوة والشربيني، 2016، 82)

تساعد حالة التدفق النفسي في تحسين جودة الحياة الفرد، فكلما تمكن الفرد من تنظيم وعيه لممارسة خبرة التدفق كلما بدأت حياته في التحسن، فأثناء عملية التدفق، يوجه الفرد إنتباهه نحو تحقيق أهدافه الشخصية، حيث لا وجود للإضطراب أو تهديد للذات لمواجهته. وقد أثبتت العديد من الدراسات إيجابية العلاقة بين التدفق النفسي وتحسين عملية التعلم لدى الشباب والمراهقين وحتى طلاب المرحلة الثانوية، فالطلاب الذين يصلون إلى حالة التدفق يكون تحصيلهم للمواد الدراسية أفضل ويحققون أفضل النتائج بصرف النظر عن إمكاناتهم الكامنة وفق مقاييس الإمتحانات النهائية.(أحمد، 2020، 6)

وبالرغم بأنه ساد لفترة طويلة الإعتقاد بأن التدفق يعتبر فقط مقصوراً على الأفراد الموهوبين في مجالات الفنون والرياضة فإن الدراسات الحديثة أظهرت أنه يرتبط أيضاً بأنشطة الإنسان اليومية في المنزل أو العمل، بل وفي أوقات فراغه كقراءة كتاب أو الإستماع إلى الموسيقى أو ممارسة البحث العلمي والإندماج في الأنشطة المدرسية والمجتمعية والدينية ومن هنا يمكننا الإشادة بأن المتفوقين دراسياً هم الأكثر عرضة لخوض تجربة التدفق أثناء الأنشطة المدرسية.

وفي ظل تلك المؤشرات تبرز أهمية التدفق النفسي من خلال علاقته الموجبة مع بعض المتغيرات الإيجابية، كدراسة "النتشة" (2021) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من الطلبة" التي أظهرت وجود علاقة دالة إحصائياً بين

درجات التدفق النفسي ودرجات الطموح الأكاديمي بقيمة ارتباط بلغت (0.75) ودراسة "الظفراني" (2021) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية" حيث أظهرت الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بينهما بقيمة ارتباط (0.58).

و في ذات السياق يذكر "جولمان" (2000) إستطاعة الفرد الدخول لحالة التدفق من أحسن حالات الذكاء الإنفعالي. وإن أكثر مهام المخ صعوبة وتحدي تتم في هذه الحالة بأقل طاقة ذهنية ممكنة. بيد أن الوصول إليها قد يتطلب قدراً كبيراً من الجهد والهدوء والتركيز الكافي لبدء العمل. إذ أن التدفق النفسي حالة تقع بين ملل المهمات السهلة، وقلق المهمات الصعبة، حيث ينبغي الدقة في التوسط بينهما لتتم تأدية الفعل دون مجهود، وتصبح قوة دفع ذاتية الأمر. من زاوية أخرى يرى "سيلمون" (2015) إلى أن الصمود النفسي يتضمن دافعية تحت الفرد تجاه المثابرة ومواصلة بذل جهد والمحافظة على الإتجاه بغض النظر عن الظروف المتغيرة، لكونه حالة غالباً لا يحدث لها كف أو إنطفاء، كما في خبرة التدفق نتيجة النشوة والإبتهاج التي تسيطر على المرء أثنائها. ويشير "روتر" (2006) في هذا الصدد إلى أن الصمود لا يعطي الفرد درجة كبيرة من التفاعل فيما يتعلق بالتغلب على تحديات الضاغطة، والقدرة على التكيف معها وحسب، بل يمنح النتيجة الإيجابية نسبياً من تلك التحديات. وهذا ما يؤمل بأن يسهم بدوره في تقليل التحديات التي تحول دون الوصول للتدفق النفسي. (الجهني، 2022، 448)

ولأهمية متغير التدفق النفسي كان لابد من دراسة الصمود النفسي أيضاً، حيث أن الضغوط البيئية والتحديات الحياتية والإنفعالات الشديدة المجاوزة للحد لها تأثير كبير على الإنسان من الناحية النفسية والجسدية أيضاً، مما يعيق الوصول لحياة صحية سليمة.

أصبح مفهوم الصمود النفسي "Psychological Resilience" من المفاهيم الشائعة في الحياة اليومية والتي يحتاجها كل إنسان لمواجهة ما يتعرض له من ضغوط تتطلب منه مرونة في مواجهتها، بل وفي التعافي والنمو من خلالها وهنا يجب الإشادة أن هناك بعض الترجمات أو بعض المراجع إستخدمت مصطلح المرونة النفسية بدل الصمود النفسي، لكن في النهاية كلاهما يرميان إلى ذات الشيء في المصطلح الاجنبي " Psychological Resilience". وقد تعددت الفروع العلمية التي تهتم بدراسة الصمود النفسي لتشمل علوم الطب، والتمريض، والميكروبيولوجي، والصحة النفسية، حيث لاحظ العلماء مثل " Werner,

Murphy, Gamezy" خلال فترة السبعينات من القرن الماضي أنه بالرغم من أن العديد من الأطفال نشأوا في ظروف بيئية تميزت بالقسوة مثل الفقر، أو الحرمان، أو الإصابة أحد الوالدين بأمراض خطيرة وغيرها، فقد أظهروا عدم قابلية للتأثر بتلك الضغوط. وعبر الوقت فإن مصطلح الصمود النفسي تم استخدامه بدلا من مصطلح عدم القابلية للتأثر بالضغوط، والذي ولد بدوره مجالا جديدا من البحث والتطوير. وأصبحت مفاهيم الشخصية الإيجابية مثل الصمود والتعافي، والنمو من خلال المحن مفاهيم أساسية داخل حركة علم النفس الإيجابي. (شوقي، 2014، 2)

يعتبر الصمود النفسي من الأسس الرئيسية للصحة النفسية ومؤشرا مهما على السمات الإيجابية للشخصية ولذلك فهو يلعب دورا مهما في نمو الفرد النفسي والاجتماعي ويعبر عن نظام تفكيره وسلوكه في مواجهة الحياة ومتطلباتها المختلفة.(رزق، هيبة، 2021، 57)

كما يعتبر الصمود هو القوة التي تسمح للإنسان أن يتجاوز التحديات وينهض مما يتعرض له من عثرات ليحقق النمو والكفاءة، ويستمد الصمود مكانته على الخريطة العلمية من المشهد الاجتماعي، إذ تحيط بالإنسان منذ نشأته تحديات لا قبل له بتجنبها ولا قبل له بالتغلب عليها، وعليه أن يواجهها أو يتعايش معها أو يتجاوزها، وهنا تكتشف لنا فاعلية الصمود ودوره المحوري في بناء الشخصية، فإذا كانت القوى الخارجية لا قبل لنا في مواجهتها أو التغلب عليها، فكيف لنا أن ننمي القوى الداخلية كي نحيد تأثيراتها وتداعياتها السلبية. (القره غولي، العكيلي، 2019، 296)

وقد كشفت دراسة "ستين هارد" و"دبلوير" عن أهمية دور الصمود النفسي في تنمية ثلاثة أساليب إيجابية للفرد في مواجهة الضغوط وهي: القدرة على حل المشكلات، إعادة تفسير الإيجابي للمشكلة، اللجوء إلى الدين كمحاولة لتجنب اليأس أثناء الموقف الضاغط.(أبو مشياخ، 2018، 3)

كما كتبت "نوفوتي" في مقالة أوردتها مجلة "APA" " إن الأطفال الأكثر صمودا هم الأفضل في التعلم، أثناء الحديث عن دراسة أجراها "سليجمان مارتين" إستهدفت تطبيق برنامج لعلم النفس الإيجابي لمساعدة الطلاب على تحديد نقاط قوتهم المميزة ودمجها في

حياتهم اليومية. وإفترض "جاكسون" و"روبرتس" (1992) بأن التدفق عملية نفسية كامنة وراء ذروة الأداء. (الجهني، 2022، 448)

وفي ظل تلك المؤشرات تبرز أهمية الصمود النفسي من خلال علاقته الموجبة مع بعض المتغيرات الإيجابية كدراسة "جميل" و"السباب" (2020) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة" حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات الصمود النفسي والأداء الأكاديمي بقيمة ارتباط بلغت (0.41)، وفي دراسة "إبراهيم" (2014) التي كانت بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بكل من ضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة" التي أوضحت وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات الصمود النفسي وكل من الضغوط النفسية والرجاء لدى طلبة الجامعة.

يعد إلتحاق الطفل بالمدرسة خطوة هامة في حياته، كونها البوابة التي سيحقق من خلالها أحلامه ومخططاته المستقبلية وتكوين شخصيته وتحقيق النجاح والتفوق. فالنجاح بالنسبة له هو الهدف الذي يتطلب بذل الجهد والنشاط، ومتابعة ذلك النشاط بالجهد والإجتهاد حيث يصل إلى هدفه النهائي وهو الحصول على الشهادة، وهذا ما يتميز به المتفوقون.

فالمثقفون دراسياً من الطلبة البارزين الذين يتميزون عن زملائهم بالتقدم في مجالات مختلفة كالمجال الدراسي أو أحد المجالات النشاط الأخرى بمعنى أن لديهم قدرات خاصة على الابتكار والتحصيل الدقيق والسريع والذكاء الواضح، ففي المجال الدراسي نجد أن الطالب المثقف دراسياً له سمات محددة من أهمها: تميزه على الآخرين، وحرصه على التقدم المستمر في هذا المجال. (جميل، 2010، 15)

والمثقفون دراسياً يشكلون طاقة حيوية متجددة هذا لأنهم يتصفون بصفات قيادية مثل الثقة بالنفس والقدرة على حل المشكلات المستعصية والإستقرار النفسي والإلتزان والمرونة والتكيف مع المواقف والقدرة على إتخاذ القرارات الصائبة. (حسناوي، 2020، 32)

كما يتميزون بمستوى عالي من الصمود النفسي والتدفق النفسي التي تعتبر من أهم المتغيرات التي تجعل من الطالب المثقف دراسياً يواجه أي من العقبات التي يمكن أن يتعرض، فالصمود النفسي معناه أن يمتلك الفرد مرونة ذاتية إضافة إلى الإلتزان الذي يجعل

منه بنية نفسية قابلة للنهوض من جديد عند تعرضها للأزمات والصدمات، أما التدفق فهو أسلوب لتحسين الأداء والتقدم به إلى الأفضل، كما أنه يعتبر قوة لتشجيع الفرد داخليا، وتسهم في أدائه، وتعطيه المزيد من التركيز والإرادة والإصرار، مما يحقق له الأثر الأكبر في إزدياد مستوى الأداء.

ومن بين أهم الدراسات التي ربطت الصمود النفسي بالتدفق هي دراسة "الجهني" (2020) "التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات الثانوية" التي هدفت إلى التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود وذلك لدى عينة من طالبات الثانوية فقد أوضحت نتائج الدراسة إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي كما أوضحت أيضا وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي.

وعليه فإن الطلبة بصفة عامة، وطلبة الثانوية بصفة خاصة، غالبا ما تكون لديهم واجبات ومهام متعددة عليهم القيام بها، تتطلب درجة عالية من التركيز والإستغراق مع تلاشي لمعنى الزمان والمكان وهذا ما يحدث عندما يرتفع مستوى التدفق النفسي، كما أن الطلبة في هذه المرحلة العمرية يواجهون الكثير من الصعاب والمواقف الطارئة والمشاكل النفسية التي تحول دون تحقيقهم للراحة النفسية، وهنا يأتي دور الصمود النفسي الذي يساعد المتعلم أن يكون متوازنا في مسار حياته، بالإضافة في أن يجعله أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله.

ومن هنا جاءت فكرة البحث الحالي، التي أدت إلى دراسة العلاقة بين هاذين المتغيرين، وقد تحددت مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

2. تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا؟
- هل يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص؟
- هل توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص؟

3. فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا.
- يمكن التنبؤ بدرجات التدفق النفسي من خلال درجات الصمود النفسي.
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.
- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

4. أهمية الدراسة:

✓ الأهمية النظرية:

تتبع أهمية الدراسة من إختيار متغيرات ترتبط بعلم النفس الايجابي والربط بين هذه المتغيرات (الصمود النفسي والتدفق النفسي) عند المتفوقين دراسيا.

أهمية عينة الدراسة المتمثلة في المتفوقين دراسيا الذين يمتلكون خصائص تؤهلهم لمواجهة المواقف الضاغطة ويكتسبون مهارات في التدفق النفسي والصمود النفسي.

✓ الأهمية التطبيقية:

تفيد الدراسة الحالية بشكل فعال أصحاب القرار في القطاع التربوي والأكاديمي في الجزائر على إتخاذ قرارات متعلقة بتصميم المناهج الدراسية المناسبة لفئة المتفوقين دراسيا من خلال التركيز على الأنشطة التي تحفز وتنمي حالة التدفق النفسي عند لديهم بصفة خاصة.

الاستفادة من نتائج الدراسة في تصميم برامج إرشادية لتدفق والصمود النفسي.

5. أهداف الدراسة:

- الكشف عن وجود علاقة دالة إحصائيا بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا.
- الكشف عن إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.
- الكشف عن وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- الكشف عن وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.
- الكشف عن وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

– الكشف عن وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

6. التعاريف الإجرائية:

♦ **الصمود النفسي:** هو مجموعة من القدرات الشخصية التي تمكن الأفراد من النمو والإزدهار في مواجهة المحن والشدائد ويقاس بالدرجة التي يتم الحصول عليها من مقياس الصمود النفسي للباحثين "باشا شيماء عزت" و"إيمان نصرى شنودة" المستخدم في الدراسة حيث قسمت بنود المقياس الى ثلاث أبعاد (الإحساس بالمعنى، المرونة الذاتية، الإتزان).

♦ **التدفق النفسي:** هو خبرة إنفعالية إيجابية تتضمن اندماج الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها، فينسى الوقت والوسط المتواجد فيه، مما تزيد عنده القدرة على مواجهة التحديات في أداءه، ويمكن تحديده من خلال الدرجة المتحصل عليها في مقياس للباحثين "الهادي السيد عبده" و"فاروق السيد عثمان" الذي يشمل (11) عشرة بعد: (الأفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة، اندماج الفعل بالوعي، الإحساس بالضبط والسيطرة على المواقف المهمة، فقدان الإحساس بالوقت، الإستمتاع الذاتية، تغذية راجعة فورية، الشعور بامتلاك القدرة على النجاح، الشعور بالإستغراق في الخبرة، أهداف واضحة نحو النجاح، التوازن بين التحدي والمهارة).

7. الدراسات السابقة:

❖ دراسة زهور سليم الجهني (2022) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة": هدف الحالي إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي والصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة والكشف العلاقة بينهما، كما هدف إلى قياس إسهام الصمود النفسي بالتنبؤ بمستوى التدفق النفسي لديهن وإتبع المنهج الوصفي المسحي الارتباطي لتعرف على مستوياتها ودراسة العلاقة بينهما، تم تطبيق مقياس "جاكسون" و"مارش" (2006) بعد تعديلها من تعريب "إبن الشيخ" (2015) وتحقق من صدق الظاهري وتم تقنين مقياس الصمود النفسي لسرميني (2015) على المجتمع السعودي على عينة قدرها (392) وتمت المعالجة الإحصائية من خلال معامل الارتباط "بيرسون" واختبار T لعينة واحدة وتحليل الانحدار الخطي المتعدد وتحصلت على النتائج التالية: مستوى مرتفع لكل من التدفق النفسي والصمود النفسي، وإيجاد علاقة دالة إحصائياً بينهما وهي علاقة ارتباطية موجبة طردية، إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي.

❖ دراسة ولاء عبد الفتاح (2022) بعنوان " التدفق النفسي كمنبئ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة" تسعى الدراسة الحالية إلى تقصي العلاقة بين التدفق النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية، وإمكانية التنبؤ بالتوافق مع الحياة الجامعية من خلال التدفق النفسي وقد اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي بصورة مسحية لملائمته طبيعة البحث، كما طبقت مقياس التدفق النفسي إعداد "باطه" (2011) ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية إعداد علي (2008) على عينة مكونة من (182) من طالبات كلية التربية بمحافظة وادي الدواسر جامعة الأمير سطام بن عبد العزيز. وبعد المعالجة باستخدام اختبار T لعينة واحدة ومعامل ارتباط "بيرسون" وتحليل التباين الاحادي الاتجاه والتحليل الانحدار البسيط وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى كل من التدفق النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة الدراسة كان فوق المتوسط، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دال إحصائياً بين التدفق النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية، وقد أظهرت الدراسة وجود فروق في التدفق النفسي حسب متغير التخصص

والمستوى الدراسي ووجود تأثير دال إحصائياً لمتغير المستوى الدراسي على التدفق النفسي لصالح طالبات المستوى الدراسي الثاني، وقد أسهمت درجات التدفق النفسي لدى عينة الدراسة في تنبؤ بدرجاتهم في التوافق مع الحياة الجامعية.

❖ دراسة لطفي عبد الباسط إبراهيم وعادل عبد الفتاح الهجين (2021) بعنوان "التدفق

النفسي وعلاقته بعمليات ما وراء المعرفة لدى طلبة الجامعة" هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين التدفق النفسي والعمليات ما وراء معرفة متبعة المنهج الوصفي الإرتباطي، إستخدمت مقياس التدفق ومقياس العمليات ما وراء المعرفة من إعداد "هارولد" وترجمة فتن فاروق عبد الفتاح على عينة قدرها (249) وتمت المعالجة الإحصائية معامل إرتباط "بيرسون" وتحليل التباين الثنائي المتعددو توصلت إلى النتائج التالية: توجد علاقة دالة إحصائياً بين درجات التدفق النفسي والصمود النفسي، لا توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات التدفق حسب متغير الجنس والتخصص.

❖ دراسة فتن هادي الحربي (2021) بعنوان "مستوى الرضا الحياتي والتدفق النفسي

لدى طالبات كلية عنيزة بالمملكة العربية السعودية" سعت الدراسة إلى تحقيق هدف وهو التعرف على مستوى الرضا الحياتي والتدفق النفسي لدى طالبات كلية عنيزة بالمملكة العربية السعودية، إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، إختارت عينة عشوائية عددها (225) طالبة طبقت مقياس الرضا الحياتي التي طورت من خلال مقاييس بني إسماعيل والدقوشي وسليمان وقوقزة والسعيدين، ومقياس التدفق النفسي "جاكسون" و"مارش" وقد توصلت الى انه هناك علاقة دالة إحصائياً بين الرضا الحياتي والتدفق النفسي، عدم وجود فروق في درجات التدفق النفسي بين الطالبات المتزوجات والغير متزوجات، وجود فروق دالة إحصائياً في درجات التدفق النفسي حسب متغير التخصص.

❖ دراسة هنادي بنت محمد بن أحمد الظفراني (2021) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته

بالمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية" حيث هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية، وللكشف عن طبيعة العلاقة إستخدمت مقياس التدفق من إعداد الباحثة ومقياس المرونة المعرفية من إعداد الباحثة على عينة قدرها (600) طالبة بالمرحلة الثانوية مستخدمة المنهج الوصفي، وتحصلت على النتائج التالية: مستويات درجات طالبات المرحلة الثانوية على

مقياس التدفق النفسي والمرونة المعرفية كانت مرتفعة ووجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات التدفق النفسي ودرجات المرونة المعرفية حسب متغير المستوى الدراسي، وتوصلت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالمرونة المعرفية من خلال التدفق النفسي.

❖ دراسة نرمين حجازي الننتشة (2021) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته الطموح

الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل" هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل، وإستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، وأجريت الدراسة على عينة تكونت من (188) طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية وإستخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي ومقياس الطموح الأكاديمي. إتبعَت الباحثة مجموعة من الأساليب الإحصائية وهي معامل ارتباط "بيرسون"، وإختبار T العينتين مستقلتين وإختبار تحليل التباين الأحادي وإختبار شيفيه. وقد تحصلت على النتائج التالية: أن مستوى التدفق النفسي لدى العينة كان عاليا، وأن مستوى الطموح الأكاديمي لديهم كان عاليا، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائيا بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى العينة. وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائيا بين متوسطات مستوى التدفق النفسي لدى العينة تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، الجامعة، الحالة الإجتماعية).

❖ دراسة عاطف مسعد الحسيني الشربني (2021) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته

بجودة حياة العمل لدى اعضاء هيئة التدريس في دول الخليج " تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وجودة حياة العمل لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس العاملين بجامعات الخليج في دول (قطر، السعودية، عمان) كما تهدف الى استقصاء الفروق بين عينة الدراسة في الصمود النفسي وجودة حياة العمل في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية (النوع، التخصص العلمي) وإمكانية التنبؤ بوجود حياة العمل من خلال الصمود النفسي مستخدما المنهج الوصفي وقد تم تطبيق مقياس الصمود النفسي (smitet al 2008) ومقياس جودة العمل (swamy Nanjundeswaraswanmy Rashmi 2015) بعد تعريبهما وتحقق

من صدقهما وثباتهما في البيئة العربية على عينة قدرها (110) أعضاء من هيئة التدريس الجامعي بدول الخليج وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" واختبار تحليل التباين الثنائي اختبار التحليل البسيط وتشير نتائج الدراسة الأولية إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين الصمود النفسي وأبعاد جودة حياة العمل كدرجة كلية لدى عينة الدراسة كما كشفت نتائج البحث عن وجود فروق في مستوى الصمود النفسي بين عينة الدراسة في نوع والتخصص العلمي كما أمكن التنبؤ ببعض أبعاد جودة حياة العمل من خلال الصمود النفسي.

❖ دراسة محمد احمد علي الهيبة وزينب شعبان رزق (2021) بعنوان "الصمود النفسي

وعلاقته بالمناعة النفسية والإزدهار النفسي لدى الطالب المعلم" تهدف الدراسة إلى البحث العلاقة بين الصمود النفسي كمتغير مستقل، والمناعة النفسية كمتغير وسيط، والإزدهار النفسي كمتغير تابع لدى الطالب المعلم. وبلغت عينة الدراسة (176) طالبا وطالبة وإستخدما المنهج الوصفي. وإعتمدت الدراسة على مقياس الصمود النفسي إعداد "تامر شوقي" (2014)، ومقياس المناعة النفسية إعداد "زينب شعبان" (2020) وتم استخدام T للعينة واحدة ونمذجة المعادلة البنائية توصلت الى النتائج التالية: أن مستوى الصمود النفسي والمناعة النفسية والإزدهار النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة، وكذلك وجدت مطابقة للنموذج المقترح للصمود النفسي كمتغير مستقل والمناعة النفسية متغير الوسيط والإزدهار النفسي متغير تابع مع بيانات عينة الدراسة، كما وجدت تأثير موجب من الصمود النفسي على المناعة النفسية وكذلك تأثير موجب من المناعة النفسية على الإزدهار النفسي وأيضا وجدت تأثير موجب من الصمود النفسي على الإزدهار النفسي.

❖ دراسة سرى أسعد جميل وازهار محمد مجيد السباب (2020) بعنوان "الصمود النفسي

وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة" إستهدف البحث الحالي التعرف على مستوى الصمود النفسي والأداء الأكاديمي وكذلك معرفة العلاقة بينهما لدى عينة من طلبة جامعة تكريت وفق لمتغير الجنس (ذكور، الإناث) وقد بلغت عينة البحث (300) طالبا وطالبة كما إستخدمت المنهج الوصفي، وقد قامت الباحثتان ببناء مقياس الصمود النفسي والأداء الأكاديمي بعد التحقق من صدقهما وثباتهما. وقد ظهرت النتائج التالية: وجود نسبة عالية من الصمود النفسي لدى العينة بلغت (90، 94)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الحساب للذكور والإناث في مستوى الصمود لصالح

الذكور، وجود علاقة طردية دالة إحصائية في الصمود النفسي والأداء الأكاديمي أي كلما ارتفع مستوى الصمود النفسي كلما إرتفعت نسبة الأداء الأكاديمي.

❖ **دراسة جوهرة بنت صالح المرشود (2020) بعنوان "فعالية برنامج اثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم"** هدفت الدراسة الى التعرف فعالية البرنامج الاثرائي في تنمية التدفق لدى عينة من طالبات، إتمدت الباحثة على منهج الشبه تجريبي ذو المجموعة الواحدة إختارت عينة عددها (78) طالبة طبقت عليها مقياس التدفق النفسي "لجاسون" و"مارش" تعديل "كوين" وإستخلصت النتائج التالية: كشفت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي للتدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لصالح القياس البعدي ووجود حجم أثر للبرنامج الإثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينة البحث، كذلك عدم وجود فروق دالة احصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية في قياسين البعدي وتتبعي لتدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل.

❖ **دراسة محمد بن ناصر بن السعيد الصوافي(2020) بعنوان " القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع"** هدفت الدراسة للكشف عن القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس ولاية المضيبي بسلطنة عمان، وقد تكونت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الإرتباطي، وإستخدمت أدوات الدراسة: مقياس السعادة النفسية، ومقياس التدفق النفسي، ومقياس مفهوم الذات بعد التأكد من صدقها وثباتها، وأظهرت نتائج تحليل الإنحدار الخطي المتعدد وجود تأثير دال إحصائيا لمتغير السعادة النفسية في التنبؤ بالتدفق النفسي والذي أسهم بنسبة (2.4%) في تفسير التباين، ووجود تأثير دال إحصائيا لمتغير السعادة، ووجود تأثير دال إحصائيا لمتغير السعادة في التنبؤ بمفهوم الذات بنسبة (19.4%).

❖ **دراسة أحمد عبد الملك أحمد(2019) بعنوان "نموذج العلاقة السببية بنت التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة"** هدفت الدراسة إلى البحث في العلاقة بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية متبعة المنهج

الوصفي حيث طبقت مقياس التدفق النفسي "لآمال باظة" ومقياس إدارة الذات وجودة الحياة من إعداد الباحث على عينة قدرها (324) طالب وطالبة وتم معالجة البيانات بواسطة معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T وتحليل الانحدار الخطي وقد أسفرت النتائج على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من إدارة الذات والتدفق النفسي، وعدم وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس، كما أسهمت درجات التدفق النفسي في التنبؤ بدرجات جودة الحياة الأكاديمية.

❖ دراسة شريف زهرة (2019) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى

الطلبة المقبلين على التخرج" هدفت الدراسة الحالية الى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس العيادي (ليسونس - ماستر) وكذا الكشف عن الفروق في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج عند نفس العينة تبعا لمتغير الجنس والمستوى الدراسي وللتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الصمود النفسي من إعداد "باسل محمد عبد الله عاشور" (2017)، ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحث "تورس شاكرا هادي" (2008) طبقت على عينة مكونة من (50) طالب وطالبة، مبعثة المنهج الوصفي، وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T لعينتين مستقلتين تحصلت على النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين متوسط درجات الصمود النفسي ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى طلبة المقبلين على التخرج في قسم علم النفس تخصص علم نفس عيادي (ليسانس - ماستر) بجامعة المسيلة، توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج على التخرج قسم علم نفس تخصص علم نفس عيادي (ليسانس - ماستر) تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بجامعة المسيلة، لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج في قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس - ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

❖ دراسة ندى عبد الكريم عايش العبيدي (2019) بعنوان "فاعلية برنامج الإرشادي

بأسلوب الحديث الذاتي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة" استهدف البحث الحالي إلى التعرف إلى فاعلية برنامج إرشادي بأسلوب الحديث الذاتي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة لتحقيق هدف

البحث تم إختيار المنهج التجريبي ذات التصميم (بين مجموعتين التجريبية والضابطة وذو الإختبار القبلي والبعدي للمجموعتين التجريبية والضابطة) وقد قامت الباحثة ببناء أداتين مقياس الصمود النفسي وبناء برنامج ارشادي وفق أسلوب الحديث الذاتي وطبقت على عينة قدرها (20) طالبة تم توزيعهم بطريقة عشوائية على المجموعتين بواقع (10) طالبات لكل مجموعة كما تمت معالجة الإحصائية وذلك باستخدام معامل ارتباط "بيرسون"، إختبار "كولومجروف"، إختبار "مان وتي"، "مربع كاي" وقد أظهرت النتائج أن برنامج الإرشادي له فاعلية في تنمية الصمود النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية.

❖ دراسة زينب ماجد محمد وعبد الله محمد العتابي (2019) بعنوان " معرفة التدفق

النفسي لدى الطلبة الجامعيين" يهدف البحث إلى التعرف إلى مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة ومستوى دلالة الفروق حسب متغير الجنس والتخصص والمستوى الدراسي ولتحقيق أهداف البحث، تم استخدام المنهج الوصفي كما أعدت الباحثة مقياس لمتدفق النفسي، وطبقت الاداة على عينة التحميل قدرها (353) طالب وطالبة، وبعد التأكد من صلاحية المقياس من خلا مؤشرات الصدق والثبات ، ومعالجتها إحصائيا باستخدام إختبار T ومعامل ارتباط "بيرسون" وتحليل التباين الأحادي توصلت النتائج إلى: يتمتع الطلبة بمستوى من التدفق النفسي ذا دلالة إحصائية، لاتوجد فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق حيب متغير الجنس والتخصص، بينما توجد فروق في متوسطات التدفق حسب متغير المستوى الدراسي.

❖ دراسة مروان ياستن خضير وصفاء حامد تركي (2018) بعنوان "التدفق النفسي

وعلاقته بالتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا" حيث هدفت الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين التدفق النفسي والتفكير الإيجابي لدى طلبة الدراسات العليا، ولتحقيق أهداف البحث تم تطبيق مقياس التدفق النفسي والتفكير الإيجابي من إعداد الباحثين على عينة قدرها (200) طالب وطالبة مستخدم المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" وإختبار T لعينتين مستقلتين تحصلت على النتائج التالية: وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والتفكير الإيجابي، عدم وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس، عدم وجود فروق في التفكير الإيجابي حسب متغير الجنس.

❖ **دراسة احمد بلبقرة (2018) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي"** حيث هدفت هذه الدراسة الى البحث في العلاقة بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العاملين الدائمين بالمديرية التجارية بورقلة، ولتحقيق أهداف الدراسة إستخدم الباحث مقياس التدفق النفسي "لماكسون" و"مارش" (1996) ومقياس الأداء الوظيفي ل"بوتر" وزميله "لورل" على عينة قدرها (70) عامل وتحصل على النتائج التالية: توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة تعزى لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.

❖ **دراسة عرفات حسين أبو مشياخ (2018) بعنوان "الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود لدى معيلي المعاقين عقليا في قطاع غزة"** كانت أهداف الدراسة كالتالي: الكشف عن مستوى الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلي المعاقين عقليا، والتعرف إلى الفروق في كل من الكفاءات الذاتية والصمود النفسي والتي تعزى الى المتغيرات التالية: المستوى الإقتصادي، المحافظة. اعتمدت المنهج الوصفي التحليلي أما الأدوات الدراسة فقد صممت الباحث مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس الصمود النفسي طبقت على عينة قدرها (307)، وقد استخدمت للمعالجة الإحصائية معامل ارتباط "بيرسون" وإختبار T لعينتين مستقلتين وتحليل التباين الأحادي للفروق بين ثلاث عينات وتوصلت الى النتائج التالية: أن مستوى الصمود النفسي مرتفع بوزن نسبي (80، 1 %)، توجد علاقة موجبة دالة إحصائية بين كل من أبعاد الكفاءة الذاتية والصمود النفسي، لا توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي لدى معيلي ذوي الإحتياجات الخاصة في قطاع غزة بالمختلف المتغيرات.

❖ **دراسة خشبة فاطمة السيد حسن (2017) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الإجتماعية في ضوء المتغيرات الديمغرافية لدى المعلمين"** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف العلاقة بين التدفق النفسي وكل من السعادة والرضا الوظيفي تم الإعتماد على المنهج الوصفي، كم طبق مقباس التدفق النفسي ومقياس السعادة ومقياس الرضا الوظيفي على عينة قدرها (513) وتم تحليل النتائج بواسطة معامل إرتباط "بيرسون" وإختبار T وقد أسفرت النتائج على وجود علاقة دالة إحصائية بين

درجات التدفق النفسي ودرجات السعادة والرضا الوظيفي، وإسهام متغيرات البحث في التنبؤ بدرجات التدفق النفسي، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير التخصص.

❖ دراسة جاز الله نايف محمد ناصر (2017) بعنوان "دافية الانجاز وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدى لاعبين مسابقات الميدان والمضمار بدولة الكويت" يهدف البحث إلى التعرف على علاقة دافعية الانجاز بحالة التدفق لدى لاعبي ألعاب القوى، يستخدم الباحث المنهج المسحي بخطواته وإجراءاته، كما يستخدم مقياس حالة التدفق "لجو ولس" تعريب "مجدي يوسف" وقائمة الدافعية للانجاز على عينة قوامها (50) لاعب وتبينت النتائج التالية: توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية للانجاز وحالة التدفق النفسي عند لاعبي الميدان، وتوجد فروق غير دالة إحصائية بين كل من لاعبي الميدان ولاعبي المضمار في قائمة دافعية الانجاز.

❖ دراسة مريم نزال سليمان الغنري (2017) بعنوان "مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقته باتزانهن الانفعالي" هدفت الدراسة إلى بيان طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى طالبات جامعة الجوف باختلاف كل من المستوى التحصيلي والسنة الدراسية، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي نظرا لملائمته موضوع الدراسة، كما استخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي "لجاسون" و"مارش" ومقياس المرونة النفسية "لزبيدي" و"العبيدي" (2011) على عينة قدرها (500) وقد استخلصت النتائج التالية: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات في التوازن الانفعالي والتدفق النفسي تبعا لتحصيل الدراسي والتخصص، لم تظهر علاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي.

❖ دراسة هاني محمد فكري أبو الهاشم (2017) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بتوقع الضغوط لدى ضعاف السمع" هدف البحث الحالي معرفة العلاقة بين التدفق النفسي وتوقع الضغوط لدى ضعاف السمع، طبق مقياس التدفق النفسي من إعداد الباحث ومقياس توقع الضغوط من إعداد الباحث على عينة قدرها (80) ضعيف سمع، إتبع المنهج الوصفي لملائمته طبيعة البحث. وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T لعينتين مستقلتين وقد تحصل على النتائج التالية: وجود علاقة

ارتباطية سالبة ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي والظغوط لدى ضعاف السمع ووجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس التدفق النفسي بصورة دالة إحصائية لصالح الإناث.

❖ **دراسة باسل محمد عبد الله عاشور (2017) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالإلتزان الإنفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في مستشفيات الحكومية في قطاع غزة"** هدفت الدراسة الى التعرف على درجة الصمود النفسي والإلتزان الإنفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة، وكذلك التعرف الى العلاقة بين الصمود النفسي والإلتزان الإنفعالي ومعرفة الفروق بين الصمود النفسي والإلتزان الإنفعالي تبعا لعدد من المتغيرات (الجنس مكان العمل المؤهل العلمي والخبرة)، متبعة المنهج الوصفي التحليلي كما إستخدم الباحث أداتين وهما أداة الصمود وأداة الإلتزان الإنفعالي من إعداداه على عينة قدرها (147) ممرض وممرضة وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T لعينتين مستقلتين وتحليل التباين الأحادي واختبار "شيفيه" توصل لنتائج التالية: بلغ الوزن النسبي لصمود النفسي (76، 84 %) وهذا يعني أن ممرضي العناية الفائقة يتمتعون بدرجة عالية من الصمود النفسي، وتوجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي والإلتزان الإنفعالي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند درجة الصمود النفسي تبعا لمتغيرات (الجنس، مكان العمل)، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي تبعا لمتغيرات (المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).

❖ **دراسة عفراء إبراهيم خليل (2017) بعنوان "الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات"** هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الصمود النفسي وفق المتغيرات: التخصص، الجنس، المستوى الدراسي، كما إتبع المنهج الوصفي، وطبقت مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحثة على عينة قدرها (240) وتمت معالجة البيانات بواسطة معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T وتوصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي حسب متغير الجنس لصالح الذكور ومتغير المستوى الدراسي، عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي في متغير التخصص.

❖ **دراسة حواء ابراهيم احمد ابليش (2016) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين"** تهدف هذه الدراسة الى الكشف عن علاقة الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة عند المراهقين ومعرفة الاختلاف في مستوى الصمود النفسي ومستوى الرضا عن الحياة في ضوء متغير الجنس متبعة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، إستخدمت مقياس الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة كلاهما من تصميم الباحثة على عينة قدرها (120) مراهق، وللمعالجة الإحصائية إستعملت معامل الارتباط "بيرسون" واختبار T لعينتين مستقلتين، وقد تحصلت على النتائج التالية: وجود علاقة دالة إحصائية موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من ذكور ومتوسطات درجات الإناث في الأبعاد والدرجة الكلية في الصمود النفسي لصالح الذكور.

❖ **دراسة ابراهيم تامر شوقي (2014) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بكل من ضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة طلاب الجامعة"** هدف البحث الحالي إلى التعرف على علاقة الصمود النفسي بكل من الضغوط النفسية، والصلابة النفسية، والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة مستخدما المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته موضوع البحث. وتكونت العينة الرئيسية في البحث من (230) طالب وطالبة، طبقت عليهم مقاييس: الصمود النفسي إعداد الباحث ومقياس أحداث الحياة الضاغطة لطلاب الجامعة إعداد "محمد زعتر"، و"سيد البهاص" (2003)، ومقياس الصلابة النفسية إعداد الباحث، مقياس سمة الأمل إعداد "سنايدر" وزملاؤه (1991)، ترجمة "أحمد عبد الخالق"، ومن خلال استخدام معاملات الارتباط، اختبار T، كشفت الدراسة عن النتائج التالية: وجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للرجاء، وجود علاقة موجبة بين الدرجة الكلية لصمود والصلابة النفسية.

❖ **دراسة عايذة شعبان صالح (2014) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل بقطاع غزة"** هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الصمود النفسي لدى النساء الأرامل وكذلك التعرف على أكثر استراتيجيات مواجهة تحديات الحياة شيوعا لديهن، كما هدفت الدراسة الكشف عن طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي والإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة، ولتحقيق هذا الهدف صممت الباحثتان أداتين هما: مقياس إستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة،

ومقياس الصمود النفسي بلغ حجم عينة الدراسة (118) أرملة اللاتي يترددن على مركزي الشؤون الاجتماعية في محافظة خان يونس. إتمدت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي، وللمعالجة الإحصائية استخدمت معامل الارتباط "بيرسون" واختبار T، أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة مستوى الصمود النفسي لدى المرأة الفلسطينية الأرملة بلغت (75%)، كما كشفت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الصمود النفسي وإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى المرأة الفلسطينية الأرملة، ولا توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات النساء الأرامل في مستوى الصمود النفسي تعزى لمتغيرات (الحالة الإقتصادية، المستوى التعليم، طبيعة وفاة الزوج، عدد الأبناء، مدة الترم، الحالة الاجتماعية، العمر)

❖ دراسة فاتن عبد الفتاح وشيرى مسعد حليم (2014) بعنوان "الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم" هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف على العلاقة بين الصمود النفسي والحكمة وفاعلية الذات، ولتحقيق الهدف من الدراسة تم تطبيق مقياس الصمود النفسي والحكمة وفاعلية الذات كلها من إعداد الباحثين على عينة قدرها (540) طالب طالبة، كما إتبعنا المنهج الوصفي الارتباطي، وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T توصلت لنتائج التالية: وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات الصمود النفسي وكل من الحكمة وفاعلية الذات، لا توجد فروق دالة إحصائياً في متوسطات الصمود النفسي تعزى لمتغير الجنس والمستوى، إمكانية التنبؤ بكل من الحكمة وفاعلية الذات من خلال الصمود النفسي.

❖ دراسة أسماء فتحي أحمد وميرفت عزمي زكي عبد الجواد (2012) بعنوان "التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسياً" هدفت الدراسة إلى التعرف على إسهام كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دارسي الطالب الجامعيين. ولقد استخدمت الباحثتين المنهج الوصفي التحليلي لمناسبتة لطبيعة هذه الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة الأساسية من (130) من طلبة وطالبات كلية التربية بجامعة المنيا من جميع الأقسام العلمية والأدبية، وقد استخدمت الباحثتين مقياس التدفق النفسي من إعداد "آمال عبد السميع باظه" (2009) ومقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثتين ومقياس السلوك التوكيدي من إعداد الباحثتين، واختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية

والجامعية إعداد "جابر عبد الحميد"و، "محمود أحمد عمر" (1993) وتم تحليل النتائج بواسطة معامل ارتباط "بيرسون" واختبار T وقد توصلت الدراسة الحالية إلى عدد من النتائج: عدم وجود فرق في التدفق النفسي وأبعاده حسب متغير الجنس، وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي وكل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي، كما أسهمت درجات السلوك التوكيدي والتفكير الإيجابي في التنبؤ بدرجات التدفق النفسي.

8. التعقيب على الدراسات السابقة:

الباحثين السنة	من حيث العنوان	من حيث المنهج	من حيث العينة	من حيث الأدوات	من حيث النتائج
زهور سليم الجهني (2022)	التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات مرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.	المنهج الوصفي المسحي الإرتباطي.	(392) طالبة	مقياس جاكسون ومارش لتدفق النفسي. مقياس الصمود النفسي لسرميني.	مستوى مرتفع لكل من التدفق والصمود النفسي. ايجاد علاقة إحصائية بينهما وهي علاقة ارتباطية موجبة طردية. يمكن تفسير التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي بنسبة (16%) والعكس.
ولاء عبد الفتاح (2022)	العلاقة بين التدفق والتوافق مع الحياة الجامعية لدى طالبات الجامعة.	المنهج الوصفي.	(182) طالبة.	مقياس التدفق النفسي ومقياس التوافق مع الحياة الجامعية.	مستوى كل من التدفق النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة الدراسة كان فوق المتوسط، كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دال إحصائيا بين التدفق النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية، ووجود تأثير دال إحصائيا لمتغير المستوى الدراسي على التدفق النفسي لصالح طالبات

المستوى الدراسي الثاني، ووجود تأثير دال إحصائياً لمتغير التخصص الأكاديمي على التوافق مع الحياة الجامعية لصالح تخصص رياض الأطفال. وقد أسهمت درجات التدفق النفسي لدى عينة الدراسة في تنبؤ بدرجاتهم في التوافق مع الحياة الجامعية					
توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والصمود النفسي، ولا توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق حسب متغير الجنس والتخصص.	مقياس التدفق ومقياس العمليات ما وراء المعرفية هارولد	249 طالب	المنهج الوصفي الارتباطي	التدفق النفسي وعلاقته بعمليات ما وراء المعرفة لدى طلبة الجامعة	لطفي عبد الباسط ابراهيم وعادل عبد الفتاح الهجين (2021)
هنالك علاقة إيجابية بين الرضا الحياتي والتدفق النفسي. عدم وجود فروق في التدفق النفسي بين الطالبات المتزوجات والغير متزوجات. وجود فروق في درجات التدفق النفسي تعزى لمتغير التخصص.	مقياس الرضا الحياتي إعداد باظة. مقياس التدفق النفسي علي.	(225) طالبة.	المنهج الوصفي.	مستوى الرضا الحياتي والتدفق النفسي لدى طالبات كلية عذرة بالسعودية.	فاتن هادي الحربي (2021)

هنادي بنت محمد بن أحمد الظفراني (2021)	التدفق وعلاقته المعرفية طالبات الثانوية النفسي بالمرونة لدى المرحلة	المنهج الوصفي.	(600) طالبة.	مقياس التدفق النفسي ومقياس المرونة المعرفية.	مستويات درجات طالبات المرحلة الثانوية على مقياس التدفق النفسي والمرونة المعرفية كانت مرتفعة ووجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات التدفق النفسي ودرجات المرونة المعرفية، وتوصلت النتائج إلى إمكانية التنبؤ بالمرونة المعرفية من خلال التدفق النفسي.
نرمين الحجازي النتشة (2021)	التدفق وعلاقته الطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا.	المنهج الوصفي الإرتباطي	(188) طالب.	مقياس التدفق النفسي ومقياس الطموح الأكاديمي من إعداد الباحثة.	مستوى التدفق النفسي لدى العينة كان عاليا، وان مستوى الطموح الأكاديمي لديهم كان عاليا، كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائيا بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى العينة. وتوصلت الدراسة الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائيا بين متوسطات مستوى

التدفق النفسي لدى العينة تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، الجامعة، الحالة الاجتماعية).					
وجود علاقة ارتباطية ايجابية دالة احصائيا بين الصمود النفسي وأبعاد جودة حياة العمل كدرجة كلية لدة عينة الدراسة كما كشفت نتائج البحث عن وجود فروق في مستوى الصمود النفسي بين عينة الدراسة في نوع والتخصص العلمي كما امكن التنبؤ ببعض ابعاد جودة حياة العمل من خلال الصمود النفسي.	مقياس الصمود النفسي ومقياس جودة العمل	110 عضو	المنهج الوصفي	الصمود النفسي وعلاقته بجودة حياة العمل لدة اعضاء هيئة التدريس في دول الخليج.	عاطف مسعد الحسيني الشربيني (2021)
أن مستوى الصمود النفسي والمناعة النفسية والازدهار النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة، وكذلك وجدت مطابقة للنموذج المقترح للصمود النفسي كمتغير مستقل والمناعة النفسية متغير الوسيط والازدهار النفسي متغير تابع مع بيانات عينة الدراسة، كما	مقياس الصمود النفسي ومقياس المناعة النفسية	176 طالب	المنهج الوصفي	الصمود النفسي وعلاقته بالمناعة النفسية والازدهار النفسي لدى الطالب المعلم.	محمد احمد علي الهيبة وزينب شعبان رزق (2021)

					وجدت تأثير موجب من الصمود النفسي على المناعة النفسية وكذلك تأثير موجب من المناعة النفسية على الازدهار النفسي وأيضا وجدت تأثير موجب من الصمود النفسي على الازدهار النفسي.
سرى أسعد جميل وازهار محمد مجيد السباب (2020)	الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.	المنهج الوصفي	300 طالب وطالبة	مقياس الصمود النفسي والأداء الأكاديمي	وجود نسبة عالية من الصمود النفسي لدى العينة بلغت (90، 94)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الحساب للذكور والإناث في مستوى الصمود لصالح الذكور، وجود علاقة طردية دالة إحصائيا في الصمود النفسي والأداء الأكاديمي أي كلما ارتفع مستوى الصمود النفسي كلما ارتفعت نسبة الأداء الأكاديمي.
جوهرة بنت صالح المرشود (2020)	فعالية برنامج إثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى	المنهج الشبه تجريبي.	(78) طالبة.	مقياس التدفق النفسي جاكسون ومارش.	كشفت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي لتدفق النفسي والتفكير المفعم

				عينة من طالبات.	
بالأمل لصالح القياس البعدي ووجود حجم أثر للبرنامج الإثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينة البحث، كذلك عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طالبات المجموعة التجريبية في قياسين البعدي وتتبعي لتدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل.					
وجود تأثير دال إحصائياً لمتغير السعادة النفسية في التنبؤ بالتدفق النفسي والذي أسهم بنسبة (2.4%) في تفسير التباين، ووجود تأثير دال إحصائياً لمتغير السعادة ووجود تأثير دال إحصائياً لمتغير السعادة في التنبؤ بمفهوم الذات بنسبة (19.4%).	مقياس السعادة النفسية، مقياس التدفق النفسي ومقياس مفهوم الذات.	300 طالب وطالبة	المنهج الوصفي الارتباطي	القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع.	دراسة محمد ناصر بن الصوافي(2020)
وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من إدارة الذات والتدفق النفسي، وعدم وجود فروق في	مقياس التدفق النفسي لأمال باطة ومقياس ادارة الذات وجودة الحياة من اعداد	324 طالب وطالبة	المنهج الوصفي	نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات	أحمد عبد المالك أحمد(2019)

	وجود الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة			الباحث	متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس، كما أسهمت درجات التدفق النفسي في التنبؤ بدرجات جودة الحياة الأكاديمية.
شريف الزهره(2019)	الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج	المنهج الوصفي	50 طالب وطالب	مقياس الصمود النفسي من اعداد باسل محمد عبد الله عاشور ومقياس التوجه نحو الحياة من اعداد نورس شاكر هادي.	توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات الصمود النفسي ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى طلبة المقبلين على التخرج في قسم علم النفس تخصص علم نفس عيادي (ليسانس _ ماستر) بجامعة المسيلة، توجد فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج على التخرج قسم علم نفس تخصص علم نفس عيادي (ليسانس _ ماستر) تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور بجامعة المسيلة، لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود النفسي لدى الطلبة المقبلين على التخرج في قسم علم

النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس - ماستر) تبعا لمتغير المستوى الدراسي.					
ان برنامج الارشادي له فاعلية في تنمية الصمود النفسي لدى افراد المجموعة التجريبية.	مقياس الصمود النفسي من اعداد الباحثة وبناء برنامج ارشادي.	20 طالبة	المنهج التجريبي	فاعلية برنامج الارشادي بأسلوب الحديث الذاتي في تنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة	ندى عبد الكريم عايش العبيدي(2019)
يتمتع الطلبة بمستوى من التدفق النفسي ذا دلالة إحصائية، لا توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق حسب متغير الجنس والتخصص، بينما توجد فروق في متوسطات التدفق حسب متغير المستوى الدراسي.	مقياس التدفق النفسي	353 طالب وطالبة	المنهج الوصفي	معرفة التدفق النفسي لدى الطلبة	زينب ماجد محمد وعبد الله محمد العتابي(2019)
وجود علاقة دالة احصائيا بين درجات التدفق النفسي والتفكير الايجابي، عدم	مقياس التدفق النفسي والتفكير الايجابي من اعداد	200 طالب	المنهج الوصفي	التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير	مروان ياستن خضير وصفاء حامد

تركي(2018)	المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا.		وطالبة	الباحثين	وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس، عدم وجود فروق في التفكير الايجابي حسب متغير الجنس.
أحمد بلبقرة (2018)	التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي.	المنهج الوصفي.	(70) عامل.	مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش ومقياس الأداء الوظيفي لبوتر وزميله لولر.	توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة تعزى لمتغير الجنس، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.
عرفات حسين ابو مشياخ(2018)	الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود لدى معيلي المعاقين عقليا في قطاع غزة.	المنهج الوصفي التحليلي	307	مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس التدفق النفسي من تصميم الباحث	أن مستوى الصمود النفسي مرتفع بوزن نسبي(80، 1 %)، توجد علاقة موجبة دالة إحصائيا بين كل من أبعاد الكفاءة الذاتية والصمود النفسي، لا توجد فروق بين متوسطات الصمود النفسي لدى معيلي ذوي

الاحتياجات الخاصة في قطاع غزة بالمختلف المتغيرات.					
وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي ودرجات السعادة والرضا الوظيفي، وإسهام متغيرات البحث في التنبؤ بدرجات التدفق النفسي، ووجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير التخصص.	مقياس التدفق النفسي ومقياس السعادة ومقياس الرضا الوظيفي	513	المنهج الوصفي	التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديمغرافية لدى المعلمين.	خشبة فاطمة السيد حسن (2017)
توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية للإنجاز وحالة التدفق النفسي عند لاعبي الميدان، وتوجد فروق غير دالة إحصائية بين كل من لاعبي الميدان ولاعبي المضمار في قائمة دافعية الإنجاز.	مقياس حالة التدفق لجو ولس تعريب مجدي يوسف. وقائمة الدافعية للإنجاز.	(50) لأعب.	المنهج المسحي.	دافعية الإنجاز وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدى لاعبي مسابقات الميدان والمضمار.	جاز الله نايف محمد ناصر (2017)
وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات في التوازن الانفعالي والتدفق	مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش ومقياس	(500) طالب.	المنهج الوصفي	مستوى التدفق النفسي لدى طالبات	مريم نزال سليمان العنري (2017)

	الجامعة وعلاقته بإتزانهن الإنفعالي.	الإرتباطي.		المرونة النفسية لزبيدي والعبيدي.	النفسي تبعا لتحصيل الدراسي والتخصص، لم تظهر علاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي.
هاني محمد فكري أبو الهاشم (2017)	التدفق النفسي وعلاقته التوقع الضغط لدى ضعاف السمع.	المنهج الوصفي.	(80) ضعيف سمع.	مقياس التدفق النفسي ومقياس توقع الضغوط كلاهما من إعداد الباحث.	وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي وضغوط لدى ضعاف السمع ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس التدفق النفسي بصورة دالة إحصائيا لصالح الإناث.
باسل محمد عبد الله عاشور (2017)	الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في مستشفيات الحكومة في قطاع غزة.	المنهج الوصفي التحليلي	147 ممرض وممرضة	مقياس الصمود ومقياس اللاتزان الانفعالي من اعداد الباحث	بلغ الوزن النسبي لصمود النفسي (76، 84 %) وهذا يعني أن ممرضي العناية الفائقة يتمتعون بدرجة عالية من الصمود النفسي، وتوجد علاقة دالة إحصائيا بين درجات الصمود النفسي واللاتزان الانفعالي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند درجة الصمود النفسي تبعا

لمتغيرات(الجنس، مكان العمل)، توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصمود النفسي تبعا لمتغيرات(المؤهل العلمي، سنوات الخبرة).					
وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي حسب متغير الجنس لصالح الذكور ومتغير المستوى الدراسي، عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي في متغير التخصص.	مقياس الصمود النفسي من اعداد الباحثة	240	المنهج الوصفي	الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات	عفرأ ابراهيم خليل(2017)
وجود علاقة دالة موجبة بين الصمود النفسي والرضا عن الحياة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من ذكور ومتوسطات درجات الإناث في الأبعاد والدرجة الكلية في الصمود النفسي لصالح الذكور	مقياس الصمود النفسي ومقياس الرضا عن الحياة من تصميم الباحث.	120 مراهق.	المنهج الوصفي الإرتباطي المقارن.	الصمود النفسي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى المراهقين.	حواء ابراهيم احمد إبليش (2016)

ابراهيم تامر شوقي (2014)	الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة.	المنهج الوصفي الإرتباطي.	(230) طالب.	مقياس الصمود النفسي من إعداد الباحث ومقياس أحداث الحياة الضاغطة إعداد محمد زعتر وسيد البهاص ومقياس الصلابة النفسية إعداد الباحث ومقياس سمة الأمل إعداد سنايدر وزملائه	: وجود علاقة موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لصمود النفسي وكل من الدرجة الكلية للرجاء، وجود علاقة موجبة بين الدرجة الكلية لصمود والصلابة النفسية.
عايدة شعبان صالح وياصرة محمد أيوب أبو هدرس (2014)	الصمود النفسي وعلاقته بإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل بقطاع غزة.	المنهج الوصفي التحليلي.	(118) أرملة	مقياس إستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة ومقياس الصمود النفسي من تصميم الباحثان.	كشفت النتائج وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الصمود النفسي وإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى المرأة الفلسطينية الأرملة، ولا توجد فروق ذات دلالة بين متوسطات درجات النساء الأرامل في مستوى الصمود النفسي تعزى لمتغيرات (الحالة الإقتصادية _ المستوى التعليمي - طبيعة وفاة الزوج - عدد الأبناء - مدة الترميل - الحالة الإجتماعية -العمر)

فاتن عبد الفتاح وشيرى مسعد حليم(2014)	السمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم.	المنهج الوصفي الارتباطي	540 طالب وطالبة	مقياس السمود النفسي والحكمة وفاعلية الذات من اعداد الباحثين.	وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات السمود النفسي وكل من الحكمة وفاعلية الذات، لا توجد فرق دالة إحصائياً في متوسطات السمود النفسي تعزى لمتغير الجنس والمستوى، إمكانية التنبؤ بكل من الحكمة وفاعلية الذات من خلال السمود النفسي.
اسماء فتحي احمد وميرفت عزمي زكي عبد الجواد(2012)	التفكير الايجابي والسلوك التوكيدي كمنبهات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسيا.	المنهج الوصفي التحليلي	130 طالب وطالبة	مقياس التدفق النفسي من اعداد آمال عبد السميع باظه ومقياس التفكير الايجابي ومقياس السلوك التوكيدي من اعداد الباحثين واختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية والجامعية اعداد جابر عبد الحميد ومحمود احمد عمر.	عدم وجود فرق في التدفق النفسي وأبعاده حسب متغير الجنس، وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات التدفق النفسي وكل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي، كما أسهمت درجات السلوك التوكيدي والتفكير الإيجابي في التنبؤ بدرجات التدفق النفسي.

خلاصة الفصل:

من خلال تطرقنا لهذا الفصل والذي يبرز فيه الإطار العام للدراسة من حيث تحديد إشكالية الدراسة المتعلقة بمعرفة العلاقة بين الصمود النفسي والتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا، فهي دراسة تستوجب البحث والتقصي من خلال مايعانيه الطالب من مشكلات وصعاب، وعليه فقد تمت صياغة الفرضيات المعتمدة في الدراسة الحالية، وتحديد أهمية وأهداف الدراسة، وصياغة التعريفات الإجرائية وختاما عرض الدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الفصل الثاني الصمود النفسي

تمهيد

1. التسلسل التاريخي للصمود النفسي
2. مفهوم الصمود النفسي
3. بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي
4. أبعاد الصمود النفسي
5. أنماط الصمود النفسي
6. سمات الشخصية الصامدة
7. الخصائص المميزة للصمود النفسي
8. دورة الصمود النفسي
9. العوامل المؤثرة على الصمود النفسي
10. بناء الصمود النفسي
11. ثمرات الصمود النفسي
12. النظريات المفسرة للصمود النفسي

خلاصة الفصل

تمهيد :

تأثرت الدراسات النفسية على مدار نصف قرن بالجوانب السلبية المضطربة في شخصية الفرد، إلا أن هذه النظرة التشاؤمية تضاءلت نوعاً ما في القرن الأخير خصوصاً بعد ظهور تيار جديد يعرف "علم النفس الإيجابي" الذي يسلط الضوء على الجوانب الإيجابية ومصادر القوة في السلوك الإنساني. وتعد خاصية الصمود النفسي من المجالات الرئيسية للبحوث في أدبيات علم النفس المعاصر، خاصة في ميدان علم النفس الإيجابي التطبيقي. ويعتبر الصمود النفسي من أهم الصفات التي يجب أن يتحلى بها الإنسان ليكون قادراً على تحمل ضغوط الحياة والتعامل مع المشاكل بشكل فعال. ومن هنا تأتي وجاهة تناول مصطلح الصمود النفسي كونه معيناً للبشر على مواجهة الضغوط الحياتية وأزماتها بل وتحقيق مستوى معقول من التمتع وجودة الحياة.

1- التسلسل التاريخي للصمود النفسي:

بدأت دراسة الصمود النفسي منذ خمسين عاما، وفي هذا الوقت كان عدد الباحثين محدودا أيضا حيث كان المجال لا يعكس البحث عن الظاهرة الفعلية وإنما الميكانيزمات النمائية الموقفية التي تنظمها العمليات الواقعة، لم يكن اهتمامها موجها نحو العوامل التي تعزل أو تحمي وإنما كيف تؤثر هذه العوامل وكانت دراسة الصمود النفسي تركز على المعرضين للخطر وبصفة خاصة من إستطاع منهم التغلب على التحديات والمصاعب العاطفية والنمائية والإقتصادية والبيئية الي تواجهه في رحلة العمر.

لقد إتسع مجال دراسة الصمود النفسي في العشرين سنة الأخير ويرجع ذلك إلى الحاجة الملحة لدراستها، وهناك عدة أسباب لذلك أولها التقدم التكنولوجي الذي زاد من عدد المشكلات وزاد من عدد الشباب الذين يواجهونها، وبالتالي أصبح هناك المزيد من الشباب المعرض للخطر، تزايد الاهتمام بدراسة الصمود النفسي ليس فقط بالتعرف على عوامل الخطر وعوامل الحماية وكيف تعمل وإنما بتوظيف هذه المعرفة في التدخل الإكلينيكي ليس فقط لتحقيق نتائج إيجابية للمعرضين للخطر وإنما للشباب بصفة عامة حتى نبني توجهها عقليا للصمود النفسي لدى الشباب. إن الصمود النفسي في المجال الإكلينيكي يتطلب محكمين أساسيين هما التهديد، والتوصل لتقديم النتائج الإيجابية أو النتائج الجيدة في مواجهة المحنة. حيث ظهرت دراسة الصمود النفسي منذ عشرين عاما حين لاحظ بعض الباحثين الرواد ظاهرة التوافق الإيجابي بين مجموعات من الأطفال المعرضين للخطر والمهتدين بالمرض النفسي.

وقد قاد هؤلاء الرواد ثورة في التفكير في علاج المرض النفسي، إذ كان الاهتمام الأساسي في البحث الإكلينيكي على الأطفال المعرضين للخطر والإصابة بالمرض النفسي هو ملاحظة أثر المحن والأزمات، أو ما أفضت إليه عمليات الخطر بما يفسر أسباب المرض، وكانت جهود البحث موجهة لفهم المرض والقصور، وليس لكيفية حل المشكلات أو تجاوزها، وكان التحليل النفسي هو النموذج الطبي السائد في ذلك الوقت في تفسير الإضطرابات، ولكن الرواد في دراسة الصمود النفسي تبينوا أن النماذج التي توضع أساسا كي تتنبأ بالمرض كانت محدودة الفائدة ومحدودة الرؤية، ولا تسمح إلا بقدر محدود لفهم النتائج الإيجابية التي حققها بعض الأطفال ممن تعرضوا للخطر، هذه المعلومة كانت

حاسمة بالنسبة للتدخل في تحسين النتائج المعاكسة التي تتمثل في النمو الجيد لدى الأطفال المعرضين للخطر.(شريف، 2011، 15، 16)

لقد تقدمت دراسة الصمود النفسي عبر ثلاثة موجات خلال العقود الثلاثة:

✓ الموجة الأولى: الصمود النفسي الفردي والعوامل الفاعلة فيه:

تضمنت دراسات الصمود مناحي تضم التركيز على الأفراد والتركيز على المتغيرات وتعدد المناحي التي تركز على الأفراد الذين يتصفون بالصمود النفسي وتسعى لدراسة أوجه الاختلاف بينهم وبين غيرهم ممن يواجهون نفس المحن والمخاطر ولكنهم لم يصمدوا أمامها، أما المعنى الذي يركز على المتغيرات فهو يدرس الارتباط بين الخصائص الجسمية والخصائص البيئية التي أسهت في تحقيق النتائج الإيجابية على الرغم من التعرض للمحن، وحين بدأ الباحثون في الاهتمام بالعمليات التي تفسر لماذا يتكرر ظهور هذه المتغيرات، بدأت الموجة الثانية.

✓ الموجة الثانية: غرس الصمود النفسي:

أي غرس الصمود النفسي داخل النظم النمائية والإيكولوجيا مع التركيز على العمليات التأكيد على العلاقات والنظم خارج الأسرة، وإلى محاولات الاهتمام بالعمليات البيولوجية الاجتماعية والثقافية ودمجها في دراسات الصمود.

يمثل المنحى الإيكولوجي التفاعلي في دراسة الصمود النفسي علامة لنقلة حاسمة في دراسة الصمود النفسي من التركيز التقليدي على دراسة الفرد إلى التركيز المنفتح على شبكة التفاعل مع الأسرة والمجتمع، وتؤكد الموجة الثانية على أهمية دراسة الأنماط التبادلية للتفاعل التي تشكل النمو عبر الزمن.

✓ الموجة الثالثة: التدخل من أجل تعزيز الصمود:

تركز على التدخل من أجل تحسين الصمود النفسي، تمثل نقطة تلتقي عندها الأهداف والنماذج ومناهج من العلوم الوقائية ودراسات الصمود النفسي الطبيعية أو التلقائية.

- تأخذ جوف الموجة الثالثة صورة دراسات تجريبية لإختبار نظرية الصمود النفسي.
- أيضا الدراسات التداخلية المتعددة الأوجه التي صممت لمنع السلوكيات الخطرة والانحراف وغيرها من المشكلات الأطفال أو الحد منها مثل مشروع سبيل النمو الاجتماعي.

- التدخل لتغيير حياة الطفل المعرض للخطر أو الإضطراب النفسي، أو غيره من المشكلات.

- التدخل بنجاح في حياة المستهدفين للخطر. (الأعسر، 2011، 9، 71)

2- مفهوم الصمود النفسي "Psychological Resilience":

بعد إطلاع الباحثان على أدبيات والدراسات النفسية التي تناولت مفهوم الصمود النفسي ستعرض مجموعة من التعريفات:

عرفته رابطة علم النفس الأمريكية (2014) على أنه عملية دينامية تؤدي إلى التوافق النفسي والقدرة على مواجهة الشدائد والصدمات والتهديدات والضغوط سواء كانت تلك الضغوط أسرية أو مشكلات في العلاقات مع المحيط أو المشكلات الصحية الخطرة، علاوة على ضغوط العمل والضغوط الإقتصادية. (الوكيل، 2017، 41)

يعرفه "Newman" الصمود النفسي على أنه قدرة الفرد على التكيف مع الأحداث الصادمة والمحن والمواقف الضاغطة المتواصلة. (عبد الفتاح وحليم، 2014، 96)

كما يؤكد "Newman" أن الصمود عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوك تكيفيا إيجابيا في مواجهة المحن والصدمات ومصادرة الضغط النفسي. (Newman ;2002 ;62) عرفه "ماستين Masten " بأنه حالة نفسية إيجابية تتمثل في القدرة على الإرتداد (العودة مرة أخرى) من الشدائد والمجهول والصراع والفشل والتغيير الإيجابي وتحمل المسؤولية، ويتطلب الصمود جانبين أساسيين هما: يجب تثبيت الأخطاء الحالية أو الماضية والتغلب عليها، وأن نوعية التوافق يجب أن يدور تقييمها حول جيد أو موافق. (علي، 2018، 339)

وعرفه أيضا "فريدركسون" و"تيجادي" الصمود النفسي بأنه القدرة على إستعادة التوازن والقدرة على العودة من الخبرات الإنفعالية السلبية والتكيف المرن مع التغيرات المتطلبة للخبرات المجهدة. (علي، 2018، 340)

بينما يرى "لوثر وكيثشيت" أن الصمود النفسي هو عملية ديناميكية يعرض من خلالها الأفراد تكيفا إيجابيا برغم ما يواجهون من خبرات هامة وخطيرة كالصدمات والشدائد والمحن، وهذا التعريف لا يعبر عن الصمود النفسي كسمة أو كخاصية للفرد بقدر كونه مركب ثنائي البعد يتضمن مواجهة المحن وإظهار مخرجات توافقية إيجابية. (صالح، 2014، 350)

وفي هذا السياق قال فقد قال "درويك وآخرون" بأنه القدرة على التكيف بالنجاح وإحداث التغييرات اللازمة لمواجهة التحديات. (Dowrick et al ; 2008 ; 489)

كما يعرف بأنه القدرة على التقبل الإيجابي للتغيير والتحلي بسمات التحكم والثقة بالذات والمرونة النفسية للسماح بالمواجهة الناجحة للتحديات والظروف الصادمة.(عيسى، الخولي، 2021، 118)

وبهذا يعد صمود الإنسان بالرغم من المحن التي يتعرض لها أكبر دليل على الإيجابية الخلاقة التي لا تدعن لظروف البيئة الخارجية، ولا تركز لعوامل التغيير القدرى التي لا يستطيع الإنسان تغييرها حتى يصل الإنسان الصامد في علاقته بالظروف البيئة الخارجية إلى مستوى التأثير المتبادل، فلا تلبث أن تلقي عليه البيئة ظروفًا قاهرة، إلا ويقابلها بنوع من الأمل والتطلع الدائم إلى الأمام.(العبيدي، 2019، 16)

3- بعض المفاهيم المتعلقة بالصمود النفسي:

3-1- المرونة النفسية: المرونة هي خاصية تدل على الإيجابية، فهي تعني قدرة الفرد على أن يعدل من نفسه وأهدافه، وفق ظروف البيئة، مع الحفاظ على إستقلاليته، ومواجهة المواقف الجديدة، والتسامح تجاه التوترات بمعنى تأجيل الإستجابة، وتوقع النتائج التي تترتب عليها قبل الشروع في تنفيذها.

3-2- المناعة النفسية: يرى العلماء والمختصون أن المناعة النفسية مفهوم فرضي يقصد به قدرة الشخص على مواجهة الأزمات والكروب وتحمل الصعاب والمصائب، ومقاومة ما ينتج عنها من أفكار ومشاعر الغضب والسخط والعداوة والانتقام ومشاعر اليأس والعجز والإنهزامية والتشاؤم، وتمد المناعة النفسية الجسم بمناعة إضافية.

3-3 الصلابة النفسية: عرفها "مخيمر" (1996): بأنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه والآخرين من حوله، وإعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم في ما يواجهه من أحداث لتحمل المسؤولية عنها، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً أوإعاقة له.

3-4 الدافع: يعرف بأنه طاقة كامنة في الكائن الحي، تعمل على إستثارته ليسلك سلوك معين في العالم الخارجي، ويتم ذلك عن طريق إختياره الإستجابة المفيدة وظيفيا له في العملية التكيفية مع بيئته الخارجية، ووضع هذه الإستجابة في مكان الأسبقية على

غيرها من الإستجابات المحتملة مما ينتج عنه إشباع حاجة معينة أوالحصول على هدف معين. (رزيق، تواوة، 2021، 29)

4-أبعاد الصمود النفسي:

حدد "Seligman" سبعة أبعاد أو مكونات للصمود النفسي وهي كالتالي:

- تنظيم الإنفعالات: أن يكون الشخص قادر على تمييز الإنفعالات والتعبير عنها والتحكم فيها.
- التحكم في ضبط الإندفاع: القدرة على تحديد ومقاومة الإندفاع الذي قد يؤدي الى نتائج عكسية في الموقف أونتائج، أوتحول دون تحقيق الهدف طويل الأجل.
- التحليل السببي: القدرة على تمييز أسباب متعددة ودقيقة للمشكلات.
- التفاعل الواقع: التفكير بتفاعل بقدر الإمكان في حدود الواقع.
- الكفاءة الذاتية: ثقة الفرد من قدرته على تحديد مهارات المواجهة وتطبيقها على المواقف المناسبة.
- التعاطف: القدرة على تحديد الحالات الوجدانية والتواصل معهم.
- التواصل: ويعني الإستعداد للإتصال بالآخر كي يعمق علاقاته بالآخرين والحصول على المساندة في وقت الشدة مع الشعور بالسعادة مع هذا التواصل.
- في حين يرى "Wicks" وجود أربعة أبعاد لصمود ويندرج تحت كل منها عوامل أخرى كالتالي:
- الرؤية الشخصية: وتضم (الغرض والمعنى، القيم والمبادئ، الأهداف)
- حل المشكلات: وتشتمل على (الإستجابة السريعة للخطر، البحث عن المعلومات، والمخاطر الحاسمة)
- المساندة الإجتماعية: (تمييز الفرد عن الآخرين، تكوين العلاقات واستخدامها، الإثارة).
- ميكانيزمات دفاع الأنا:(فصل الإنفعال، إعادة البنية المعرفية، التوقع الإسقاطي الإيجابي). (قرواني، 2017، 7)

5- أنماط الصمود النفسي:

أحد المكونات الهامة في الصمود النفسي هو وجود محنة تقع على الفرد بصورة عشوائية وغير متوقعة، ووجود تهديد لظروف الحياة مما ينجم عنه القلق والتوتر لدى الفرد، ويتم إحتساب صمود الفرد في أي لحظة من خلال إحتساب النسبة بين وجود عوامل الحماية، ووجود عوامل الخطر، وقد إستخلص "بولك" (1997) أربعة أنماط من الصمود:

1-5 النمط التنظيمي "Dispositional Pattern": وهذا ينتمي لتلك الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم الصمود في مواجهة ضغوط الحياة، ويمكن أن تتضمن الإحساس بالسيطرة أو الإرتكاز على الذات، الإحساس بالقيمة الذاتية الأساسية، الصحة الجسمية الجيدة والمظهر الجسدي الجيد.

2-5 النمط الإرتباطي "Relational Pattern": وهو المتعلق بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقاته بالآخرين، هذه الأدوار والعلاقات يمكن أن تتراوح من علاقات وثيقة إلى حميمة، إلى تلك التي تشمل نظام المجتمع الأسوء.

3-5 النمط الموقفي "Situational Pattern": وهو يحدد تلك الجوانب المشاركة في الربط ما بين الفرد والموقف الضاغط، وهذه يمكن أن تتضمن قدرة الفرد على حل المشكلات، القدرة على تقييم المواقف والإستجابات، الإستعداد لإتخاذ الأفعال والتدابير في مواجهة الموقف.

4-5 النمط الفلسفي "Philosophical Pattern": وهو يشير إلى نظرة الفرد لنموذج الحياة، وهذه تتضمن معتقدات متنوعة يمكنها أن ترتقي بالصمود، مثل الإيمان بأن معنى الإيجابي يمكن أن نجده في كل الخبرات التي نمر بها، الإيمان بالنمو الذاتي مهم، والإيمان بأن الحياة هادفة، وعلى ذلك فإن الشكل الذي يتخذه صمود الفرد يتنوع طبقا للتنوع البيئي والثقافي للأفراد، إضافة إلى التنوع في المعطيات الشخصية للأفراد الصامدين من خصائص جسمانية أو شخصية أو ذهنية أو ذهنية معرفية. (عاشور، 2017، 17، 18)

6-سمات الشخصية الصامدة:

ذكر "عبد الفتاح" و"حليم"، بعض السمات المميزة للأشخاص ذوي الصمود النفسي المرتفع ومنها:

- الإستبصار: ويمثل قدرة الفرد على التفاعل مع مشاعر وإتجاهات وأفكار الآخرين، مما ييسر على الفرد التواصل مع غيره وتعديل سلوكه في المواقف المختلفة.
 - التصميم والعزيمة: وفيها يصمد الفرد حتى إكمال المهمة وتحقيق الهدف، ويكون لديه إعتقاد قوي القدرة على حل المشكلات التي يواجهها، وتكوين إتجاه إيجابي مع نفسه ومع الآخرين.
 - القيم الأخلاقية: وتشمل قدرة الفرد على تكوين البناء الخلقي والروحي وتطبيقه من خلال تفاعله مع أفراد المجتمع حوله ومن خلال علاقته مع الله سبحانه وتعالى، فيكون شخص متمتع بإدراكيات خلقية وروحانية في حياته العامة والخاصة.
- (الشربيني، 2021، 102)

كما يتصف الافراد ذوي المستويات المرتفعة من الصمود النفسي بقدرتهم على حل المشكلات لأن لديهم مخزون من الإستراتيجيات حل المشكلة، كما يتميزون بإرتفاع مستوى تقدير الذات ومستوى الفاعلية الذاتية، وبأن لديهم شبكة إجتماعية قوية للحصول على الدعم، كما انهم يستخدمون إنفعالات إيجابية للوصول إلى حالة من الإتزان النفسي والإنفعالي.(رزق، هيبة، 2021، 64)

7-الخصائص المميزة لصمود النفسي:

- قد يكون سمة دائمة لدى الفرد أو حالة مؤقتة، الصمود كسمة "Trait" يتميز بأنه خاصية فردية مستقرة عبر الوقت تيسر التكيف مع الحياة، وقابل للقياس، يكون له تأثير رئيسي على تكيف الفرد بغض النظر عن تعرضه أوعدم تعرضه لضغط. الصمود كحالة "State" يتميز بأنه: يعتبر عملية نمائية دينامية تتضمن كفاحا مستمرا مع الصعاب، ويمكن تنميته في أي وقت من خلال بناء البرامج الملائمة، ويفترض مسبقا تعرض الفرد لمحنة.

- قد يكون عاما أو نوعيا، فمثلا قد يظهرالأطفال نواحي قوة و صمود طبقا لمحك ما مثل (التحصيل الدراسي)، ولكنهم يظهرون مشكلات في مجالات أخرى(العلاقات الإجتماعية الجيدة مع الآخرين).

- لا يتضمن الكفاءة في مواجهة المحن فقط، ولكن كذلك النمو من خلال تلك المواجهة، ولا يعتبر غياب المرض النفسي مؤشرا كافيا على الصمود النفسي، وذلك بسبب أن الصمود يتضمن جانب نمائيا وهو تحقيق الأفراد لنواتج إيجابية بالرغم من أنهم يواجهون مخاطر مرتفعة.

- قد يعمل إما بشكل سلبي من خلال زيادة قدرة الفرد على مقاومة المواقف الضاغطة، أو بشكل إيجابي من خلال زيادة قدرة الفرد على إيجاد وتشكيل البيئة الإيجابية الجديدة وإستبعاد البيئة السلبية. (ابراهيم، 2014، 148)

8-دورة الصمود النفسي:

يمكن وصف المراحل التي يمر بها الفرد عندما يتعرض للمحن والأزمات كما يلي:

- مرحلة التدهور "Deteriarating":

و هي تبدأ بمشاعر الغضب والإحباط وتتمو هذه المشاعر مع الفرد وتظهر في إلقاء اللوم على الآخرين وتقليل من قيمة الذات وقد تطول أو تقصر هذه الفترة ويرجع ذلك إلى مكونات الشخصية والخبرات السابقة للفرد.

- مرحلة التكيف "Adaption":

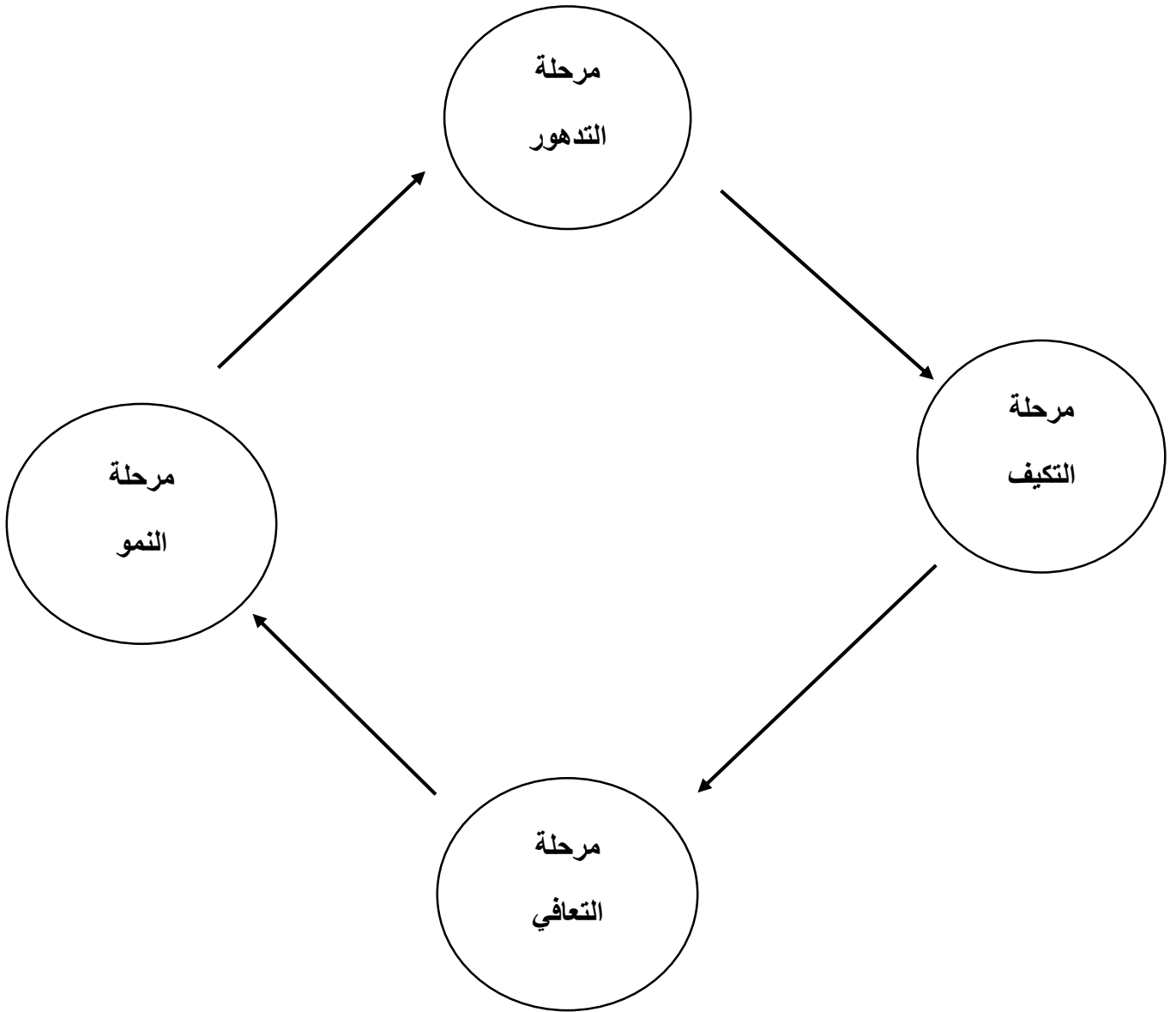
وفي هذه المرحلة تكون لدى الفرد قدرة على عكس مسار التدهور والإختلال بقدر يسمح له بالتكيف من خلال إتخاذ بعض التدابير والإجراءات لتعامل مع عوامل الخطر.

- مرحلة التعافي "Recaving":

وتعد هذه المرحلة إستمرار لمرحلة التكيف ويحاول الفرد فيها أن يصل إلى مستوى الأداء النفسي كما كان عليه من قبل التعرض للمحنة.

- مرحلة النمو "Growing":

يتعلم الفرد في هذه المرحلة من الشدائد والمحن التي تعرض لها ويصل بهذا التعلم إلى مستوى مرتفع من الأداء النفسي يفوق أدائه من قبل التعرض للمحنة، وهو ما يسمى بإستعادة التوازن الفردي للفرد في إتجاه تصاعدي. (شريف، 2019، 26)



الشكل رقم (01): يمثل دورة الصمود النفسي

9-العوامل المؤثرة على الصمود النفسي:

أوضح (Palemer.1997.203) أن هناك مجموعة من العوامل تدعم الفرد على تكوين الصمود النفسي وعوامل تعيق الفرد على الإستمرارية في الصمود وتوضح هذه العوامل من خلال الجدولين التاليين:

جدول (01): العوامل المساعدة في تشكل الصمود النفسي.

عوامل تتعلق بالفرد	عوامل تتعلق بالأسرة	عوامل تتعلق بالبيئة
- نسبة الذكاء المرتفعة. - المهارات الإجتماعية. - الوعي الشخصي. - مركز التحكم الداخلي. - الجاذبية والمرح.	- دعم الوالدين لأبنائهم. - العلاقة الوطيدة بين الآباء والأبناء. - الوئام الأسري بين الوالدين. - علاقة الفرد القوية مع أحد الوالدين.	- الخبرات والتجارب المدرسية الناجحة. - إمتلاك القيم الإجتماعية مثل: "مساعدة الجيران، العمل التطوعي" - التدين والإيمان القوي.

جدول (02): العوامل المعيقة لإستمرارية الصمود النفسي.

عوامل تتعلق بالفرد	عوامل تتعلق بالأسرة	عوامل تتعلق بالبيئة
- صعوبات التعلم - العوامل الوراثية والجينية. - تأخر النمو. - الأمراض المزمنة. - مشاكل التواصل الإجتماعي.	- الكراهية بين الآباء والأبناء. - عدم الوئام بين الوالدين. - انفصال الوالدين عن بعضهم البعض. - عدم توفير الإرشاد الأسري. - سوء المعاملة. - عدم توفير الصداقة بين الآباء والأبناء. - الإضطرابات النفسية والوالدية.	- عدم القدرة على السطرة على الأزمات والمحن التي يمر بها الفرد. - التمييز العنصري. - المستوى الإجتماعي المنخفض.

10- بناء الصمود النفسي:

قدمت الجمعية الأمريكية لعلم النفسي "American Psychological Association"

عشرة طرق للبناء الصمود النفسي:

- العلاقات الإجتماعية الإيجابية مع الآخرين بصفة عامة وأعضاء الأسرة والأصدقاء بصفة خاصة.
- تجنب الاعتقاد بأن الأزمات أو الأحداث الضاغطة مشكلات لا يمكن تجنبها.
- تقبل الظروف التي لا يمكن تغييرها.
- وضع أهداف واقعية والإندفاع الإيجابي بإتجاه تحقيقها.
- إتخاذ أفعال حاسمة في المواقف العصبية.
- التطلع لفرص إستكشاف الذات.
- تنمية الثقة في الذات.
- الحفاظ على التصور طويل الأجل وفهم الحدث الضاغط في إطار السياق الواسع المخلق له.
- الحفاظ على روح التفاعل والإستبشار وتوقع الأفضل.
- رعاية المرء لعقله وجسده وممارسة تدريبات منتظمة، مع الإنتباه لحاجاته ومشاعره، فضلا عن الإندماج في الأنشطة الترفيهية والإسترخاء وإمتاع الذات، والتعلم من الخبرات السابقة، والتأسيس لحياة مرنة ومتوازنة.(أبو حلاوة، شريبيني، 2016، (127

11- ثمرات الصمود النفسي:

- تحقيق الصحة النفسية: وتعني النضج الإنفعالي والإجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم حوله والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات وتقبل الفرد حياته والشعور بالرضا والسعادة. وأشارت منظمة الصحة العالمية (2005) إلى أنه هناك الكثير من المشاهد والنماذج حول مفهوم الصحة النفسية الإيجابية ومنها الصمود، إذ يختلف الأفراد بشدة في القدرة على مقاومة المحن والصعاب وتجنب الإنهيار عند مواجهة الشدائد ولا تعد جميع الإستجابات نحو الشدائد أو الصعاب مرضية وربما تستخدم كآليات مقاومة ولقد تصور "روتر" أن الصمود النفسي نتاج البيئة أوالعرف وأنه عملية متداخلة يمكن أن تعدل العوامل الواقعية من إستجابات الشخص للمخاطر البيئية، ولذلك فالنتيجة ليست دائما مرضية، وربما تصبح العوامل واقعية قابلة للكشف عن مواجهة المحن والشدائد.

- **النظرة الإيجابية للحياة:** "إدراك معنى الحياة" كلما كان الإنسان متحلي بخاصية الصمود، كان أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات، فالنظرة الإيجابية في الحياة، هي التي تحدد أيضا مكانته وقيمه الاجتماعية لأنها سبب في العمل والحركة وعامل في الفاعلية العزم.
- **الإستمرارية في العطاء:** لا يؤدي العمل المتقطع ثماره ويورث العمل المتكرر الكآبة، والإنسان الصامد نفسيا يكتسب إستمرارية لا تعرف الإنقطاع وعمله لا يعرف الكآبة والملل فهو يواصل العمل بهمة ونشاط وحماس وإتقان في عطاء متجدد.
- **الإتصال الفعال:** يرتبط نجاح الإنسان بمدى قدرته على إقامة علاقات إنسانية ويرتبط فشله بفشل هذه العلاقات، وبالتالي بمستوى الإتصال الإنساني بالآخرين. والإنسان الصامد والمرن يمتلك خاصية الإتصال الفعال لأن لديه القدرة على تقبل الآخرين وعدم الإصطدام بهم. (خليل، 2017، 25)

12- النظريات المفسرة للصمود النفسي:

12-1 نظرية الإطار المرجعي للعالم "Sagfine":

تعود أصول هذه النظرية إلى العالم "Sagfine" في العام (1999) والتي لاحظ فيها أن الأعراض التي يتسم بها الناجون من الصدمة هي نفس الأعراض الإستراتيجية التكيفية التي تنشأ عن الإدارة التهديد بهدف تكامل وسلامة الذات وبتطبيق هذه النظرية على مجموعة من الناجين من صدمات الحياة المختلفة لاحظ "Sagfine" أن لديهم قدرات خاصة في فهم العالم الخارجي ومن أهمها القدرات الروحية والقدرات الذاتية الإنفعالية، فوجد لديهم تحفاظا على إرتباطهم الداخلي مع ذواتهم من جانب، ومع العالم الخارجي من جانب آخر، وأن لديهم القدرة على الحفاظ على هذه القدرات.

وقد تبني "Goldsetein Brooks" هذه النظرية سنة (2004) حينما أشار إلى إستجابة الفرد للأحداث الصادمة في الحياة تستوجب عليه أن يتكامل مع الحدث (مصدر الصدمة) ونتائجها في تكامل تام بين ذاته والآخرين وأشار إلى أن من أهم العوامل هذا التكامل قدرته على ضبط إنفعاله والقدرة على التحمل ومقاومة الصدمة. (جميل والسباب، 2020، 346، 347)

12-2 نظرية "سونيا لوثار" Sunyia Lutha:

الصمود النفسي هو تلك العملية الدينامية التي تشمل التوافق الإيجابي مع أثر سياق المصائب، وتعتمد هذه النظرية على نوعين من العوامل هما عوامل الخطر وعوامل الوقاية: التي تمكن الفرد من الأداء المتكيف، وتعتقد أيضا بأنها تنشأ من الفرد، والعائلة والمدرسة، والمجتمع وترى النظرية أن عوامل الصمود تتفاعل مع عوامل الخطر لتحسين أو الإقلال من الأضرار السلبية والخطرة للأحداث. وقد طور الباحثون قوائم توضح طبيعة الشخصية الصامدة حيث تضمنت العوامل الوقائية إرتفاع معدل الذكاء والمزاج السهل. ووجهة الضبط الداخلية، وفاعلية الذات وتقدير الذات، ووجهة نظر إيجابية، في حين أن عوامل الخطر قد تنبثق من الاسرة والبيئة المحيطة بالفرد، فعوامل الخطر المنبثقة من الأسرة تتمثل في الأمراض الأسرية، الطلاق، والمشاكل الصحية التي يمكن أن يعاني منها الفرد. أما تهديدات البيئة الأكثر شيوعا هو عيش الفرد في بيئة خطرة تكثر فيها التهديدات، كما أن وجود عوامل وقاية تحمي الفرد على الرغم من وجود عوامل الخطر طبقا لنظرية الصمود يتحدد بطبيعة التفاعل بين تلك العوامل بنوعيتها. (الغبور، 2019، 38)

لقد ناقشت "لوثر" التركيز على الميكانيزمات المتاحة التي تعمل كعوامل حماية وخطورة، ومن عوامل الحماية المساندة الإجتماعية. وإقترحت "لوثر" كذلك أن على الباحثين إدراك الأبعاد المتعددة لطبيعة الصمود، وأن الطلاب يمكنهم إظهار كفاءة في بعض الأحيان والأخرى لا. على سبيل المثال في دراسة "لوثر" (1991) بينت أن الطلاب ذوي الصمود يظهرهم درجة عالية من الكفاءة تحت تأثير الضغوط، وقد يظهر الطلاب صمودا أكاديميا، ولكن ربما لا يملكون صمودا نفسيا، وقد يظهر الطلاب صمودا سلوكيا ولكن لا يملكون صمودا أكاديميا. (الغبور، 2019، 39)

12-3 نظرية التحليل النفسي:

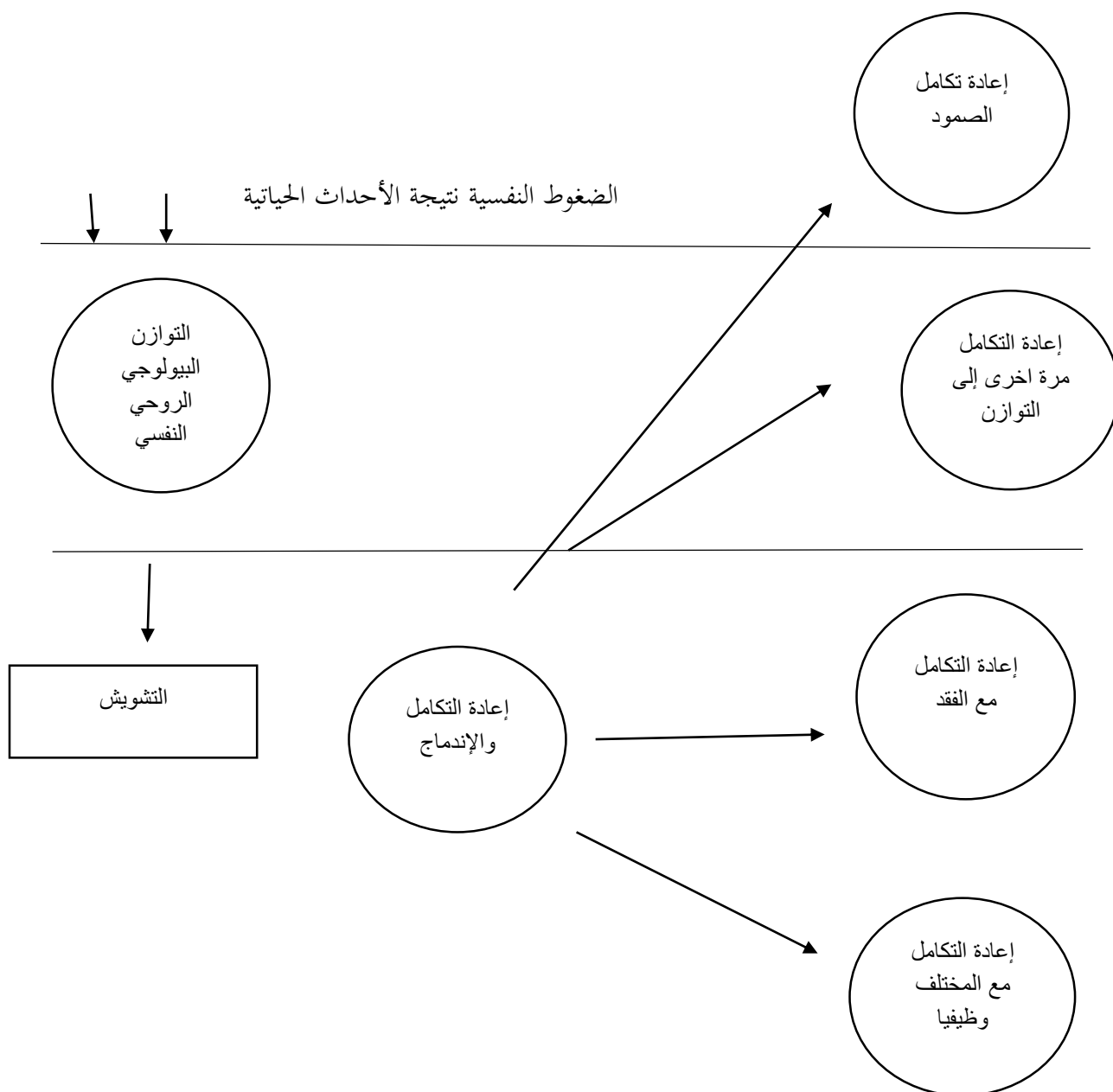
إرتبط نشوء التحليل النفسي في بداية القرن العشرين بمحاولة "فرويد" في تفسير مضمون الواقع النفسي والظواهر النفسية وقدم "فرويد" تحليل لمفهوم قوة التحمل النفسي من خلال طرحه لمفهوم الأنا، ويرى "فرويد" أنه جهاز السيطرة الإدارية المنظمة لشخصية، وكلما كان الأنا قويا ويمتلك الطاقة اللازمة للقيام بوظيفته وهي السيطرة على منافذ السلوك والفعل وإختيار المناسب من البيئة كلما كان الفرد قويا وأكثر نضجا. والشخصية عند فرويد مكونة

من (الهو، الانا، الأنا الأعلى) فهو يتضمن كل شيء موروث، أما الأنا فتنمو من الهو مباشرة ومهمتها حياة الفرد، أما الأنا الأعلى فهو الضمير، وهي الذات المثالية وهي قوة تنشأ من الأبوين وتمثل معايير أخلاقيات المجتمع، وهذه المكونات الثلاثة تتفاعل مع بعضها فيصعب فصل تأثير كل منها وهكذا فالنمو السليم يؤدي إلى نشوء أنا قوي، وكلما كان الأنا قويا يمتلك الطاقة اللازمة للقيام بوظائفه كان الفرد أكثر قدرة على التحمل والسيطرة والصمود أمام العقبات وبهذا تقدم لنا نظرية التحليل النفسي تأثيرا ديناميكيا لنشأة الصمود النفسي.(أبو مشياخ، 2018، 38)

12-4 نظرية "ريتشارد سون Richardoson":

يعتبر نموذج "ريتشارد سون" من أهم النماذج التي حاولت الإسهام في تفسير عملية الصمود، فقد عرف الصمود النفسي على أنه القوة التي توجد داخل كل فرد والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار والحكمة وأن يكون على تناغم تام مع المصدر الروحي للقوة، ويكمن الفرض الأساسي لهذا النموذج في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي الذي يسمح لنا بالتكيف مع ظروف الحياة، حيث تؤثر الضغوط النفسية وأحداث الحياة الضاغطة والعاجلة في قدرتنا على التكيف، ومواجهة مثل هذه الأحداث تتأثر بصفات الصمود النفسي وإعادة التكامل مع الصمود السابق وتلك الأحداث تؤثر في التوازن البيولوجي النفسي الروحي في ظل وجود بعض عوامل الوقاية التي تؤدي إلى التمزق، فتبدأ عملية التكامل والتي تؤدي إلى أربعة نتائج وهي:

- إعادة تكامل الصمود النفسي، حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن.
- إعادة التكامل مرة أخرى إلى التوازن، من خلال جهد يبذل لتجاوز التمزق.
- إعادة التكامل مع الفقد، مما يرسخ مستوى أدنى من التوازن.
- إعادة التكامل مع حالة المختلفة وظيفيا، حيث تكون الإستراتيجيات سيئة التكيف (السلوكيات المدمرة للذات). (قرواني، 2017، 6)



الشكل (02): يوضح نموذج ريتشارد سون للصمود النفسي

خلاصة الفصل:

يشير مصطلح الصمود النفسي في علم النفس إلى فكرة ميل الفرد إلى الثبات والحفاظ على توازنه الإنفعالي عند التعرض للأزمات والمواقف الحياتية الصعبة، فضلا عن قدرته على التفاعل الإيجابي مع هذه الأزمات ومن ثم سرعة التعافي وتجاوز الموقف الصادم، والعودة إلى الوظيفة الطبيعية، وأحيانا يصل إلى القدرة على توظيف هذه الخبرات الصعبة لتحقيق النمو والتكامل وفرصة لتقوية الذات وتحسينها ضد الصعاب مستقبلا. ويرى علماء النفس أن معظم الناس لديهم مستوى من الصمود النفسي، لكننا نعتقد أن الشباب والأطفال هم أكثر إحتياجا لتدريب على مكوناته ومهاراته لتمكينهم من مواجهة ضغوط الحياة وتحقيق الإزدهار الشخصي، وفي الفصل الحالي تطرقنا إلى هذا المفهوم بالتفصيل من خلال عرض التأصيل التاريخي للصمود النفسي ومجموعة من التعريفات، أبعاده، أنماطه، سمات الشخصية الصامدة، العوامل المؤثرة في الصمود، دورة الصمود النفسي، خصائص الصمود، ثمرات الصمود وأخيرا بعض النظريات المفسرة.

الفصل الثالث: التدفق النفسي

تمهيد

1. التأصيل التاريخي للتدفق النفسي
2. مفهوم التدفق النفسي
3. بعض المضامين الإيجابية المتعلقة بالتدفق النفسي.
4. خبرة التدفق النفسي
5. عناصر حالة التدفق النفسي
6. شروط الدخول في حالة التدفق النفسي
7. أبعاد التدفق النفسي
8. أنواع التدفق النفسي
9. خصائص الأشخاص ذوي التدفق النفسي
10. فوائد التدفق النفسي
11. أهمية التدفق النفسي
12. النظريات المفسرة للتدفق النفسي

خلاصة الفصل

تمهيد :

ظهرت في السنوات الأخيرة حركة جديدة في علم النفس تعرف "علم النفس الإيجابي" على اليد العالم "سليجمان" وقد ركز هذا الفرع على الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد وعلى كل ما يمكن أن يخلق السعادة البشرية. وتزامن ظهور هذا التوجه مع دراسات "تشكزينتمهالي" الذي قدم ما يعرف بنموذج حالة التدفق النفسي، ويعتبر التدفق النفسي من المضامين الأساسية في علم النفس الإيجابي وذلك لأنه يسعى إلى توظيف نقاط القوة في شخصية الفرد والموازنة بين مهارات الشخص والتحديات المرتبطة بالمهام التي تواجهه، وبالتالي تحقيق أقصى درجات الأداء مع الشعور بالبهجة والسعادة والصفاء.

1-التأصيل التاريخي للتدفق النفسي:

إن الجذور التاريخية لدراسة التدفق تعود إلى حوالي الستينيات من القرن الماضي عندما بدأ "تشكزينتمهالي" وزملاءه الباحثين بدراسة التدفق النفسي، وذلك بعد أن أصبح شغوا بالفنانين الذين ينغمسون في عملهم خصوصا الرسامين الذين يندمجون تماما في فنونهم، ولذلك أصبحت بحوث التدفق النفسي سائدة في الثمانينات والتسعينات. وفي هذا الصدد أشارت المصادر التاريخية أن "مايكل أنجلو" وضع رسومه على السقف المعلق لكنيسة "الفاتيكان" فيما كان في حالة تدفق، وقد ذكر أنه كان يرسم لأيام في بعض الأحيان وكان مستغرقا تماما في عمله حتى إنه لا يتوقف للطعام أو النوم حتى وصوله إلى نقطة الإغماء وكان يستيقظ منتعشا وعند دخوله مرحلة الرسم مجددا كان يدخل في حالة الإستغراق الكامل.(زكي، النواب، 2015، 989)

وقد ظهر مصطلح التدفق النفسي لأول مرة سنة (1975) عندما بدأ "ميهاالي" في دراسة مفهوم الإبداع لدى الفنانين والرياضيين، في محاولة لإكتشاف دوافع هؤلاء المحترفين لهذا العمل الذي يتطلب تضحيات كبيرة جسديا ونفسيا. وقد تبين أن جميع هؤلاء الأفراد قد وصفوا مرارا وتكرار ما اسموه "Flow" أي "التدفق" والذي يثير حالة من المتعة عندما يكون تحدي الموقف مطابقا لقدراتهم، أو أعلى قليلا من المهارات التي يعتقدون أنهم يملكونها، ولقد ورد على لسان هؤلاء المحترفين "Go with Flow" أي "إذهب مع التيار" لوصف هذه الحالة من الرفاهية النفسية، وأنهم عاشوا حالة من الجريان والإنسياب مع تيار الماء.(عبد الفتاح، 2020، 254)

بالرغم من أن عالم النفس "تشكزينتمهالي" أول من وصف مفهوم التدفق النفسي، لكنه لم يكن أول من لاحظ الظاهرة النفسية أو طور الأساليب النظرية المستندة على هذا المفهوم، فقد كانت البداية في دراسات "Maslow" الذي رتب الحاجات على شكل هرم، حيث يبدأ الهرم من إشباع الفرد لحاجاته الأساسية وبعد ذلك تظهر الحاجات العليا ويكون الفرد فيها

معتمدا على خبراته في توجيه سلوكه ودوافعه الإبداعية، و"ماسلو" هو صاحب مفهوم تحقيق الذات (actualization self) الذي يحتل رأس هرم الحاجات الإنسانية الذي طوره، إذ أن الإنسان مدفوع إلى تحقيق إمكاناته بأقصى طاقاتها إذا قيض له إشباع حاجاته الأساسية. (Maslow ;1968. 32)

واعتقد "ماسلو" أن الأفراد المحققين لذواتهم يستمتعون عندما يصلون إلى حالة مثالية إصطلح عليها (قمة الخبرة) التي تعرف على أنها لحظة مركزة من تحقيق الذات التي يشعر فيها الفرد بحالة من الانغماس والقدرة على الأداء بشكل غير اعتيادي (Kassin ;2003 ;600)

وبهذا يعد "ماسلو" أول من أطلق مصطلح قمة الخبرة والذي هو قريب جدا من مصطلح التدفق أو (الخبرة المثلى) الذي أطلقه "ميهالي" فيما بعد.

2- مفهوم التدفق النفسي "flow Psychological":

يعرف "ميهالي" حالة التدفق بأنها: حالة من الوعي الكبير التي يحدث فيها اندماج كبير بين الوعي والفعل عند الفرد، وكذلك اندماج الحالة العقلية والجسدية معا، يصل فيها الفرد لذروة الأداء من خلال الإلتباه والإستغراق التام في العمل المحدد الواضح أمام الفرد. (Mihaly ,1990 ,39)

يرى "جولمان" أن التدفق هو حالة من نسيان الذات، عكس التأمل والاجترار والقلق، فإذا وصل الإنسان إلى حالة تدفق يستغرق تمام في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد بها الوعي بذاته تمام، وبهذا الإحساس تكون لحظات التدفق لحظات غياب الذات، وبالرغم من وصول الأفراد لأقصى درجات الانغماس في الأداء إلا أنهم لا يدركون كيفية القيام بذلك لأن الشعور بالسرور هو الدافع المحفز لهم ومن فوائد التدفق النفسي أنه يسهم

في التخفيف من الإضطرابات الإنفعالية من قلق والإكتئاب، حيث أن التدفق يمثل أعلى درجات تعزيز الإنفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم. (الرفاعي، 2018، 379)

وقدم "لوتز" و"جوري" تعريفا للتدفق بأنه: الإنغماس والإنهماك الفكري، والإثارة الداخلية التي يشارك فيها الفرد بعمق أحيانا في بعض الأنشطة المحببة له. (Lutz & Guiry , 1994)

يعرف "Jackson" (1992) التدفق في سياق علم النفس الرياضي بأنه "عملية نفسية تتضمن حالة من الإستغراق التام في النشاط، مع توافر خصائص معينة تجعل هذه الخبرة ذات إثابة داخلية مرتفعة بمعنى أن حالة التدفق بهذا المعنى تصبح هدفا في حد ذاته. (أبو حلاوة، شريبي، 2016، 84)

كما يعرف بأنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت إلى آخر عندما يؤدي مهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق النفسي من خلال الإنشغال التام بالأداء، وإنخفاض الوعي بالزمان والمكان في أثناء الأداء ونسيان إحتياجات الذات والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة. (العنزي، 2017، 2313)

كما أن هناك من يرى التدفق على أنه حالة من حالات الذكاء الوجداني حيث قد يمثل التدفق الغاية القصوى في توظيف الإنفعالات في خدمة الأداء والتعلم أما في حالة شعورنا بالملل تكون حالة التدفق أقل ما يمكن أو ربما تختفي، وتعد خبرة التدفق حالة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر، حيث يعتبر التدفق شعور راقى والعلامة المميزة له هو الشعور بالسرور التلقائي والإنغماس في النشاط إلى حد نسيان الذات. (أحمد وعبد الجواد، 2012، 64)

3- بعض المضامين الإيجابية المتعلقة بالتدفق:

وقد تضمن التدفق النفسي بعض المضامين الإيجابية منها:

3-1 التركيز المعرفي (Cognitive Concentration): ويقصد به القدرة على ترتيب

الأولويات العمل وتركيز الانتباه، بحيث يتطلب ذلك تجاهل معلومات غير ذات صلة

بالموضوع المراد إنجازه. (Jung, Y, et, 2009, 125)

3-2 الطلاقة النفسية (Psychological Fluency): ويقصد بها التهيئة النفسية التي

يستطيع بها الفرد تحقيق أفضل أداء، وتشمل الجانب الإيجابي من الطاقة النفسية

للفرد، التي تدفعه إلى بذل الجهد للوصول على أفضل أداء. (الأسود، 2020، 59)

3-3 الخبرة المثلى (Optimal Experience): ويقصد بها اندماج الفرد وإنغماسه في

النشاط أو المهمة التي يقوم بها وإحساسه بالإستمتاع والحماس وتدفق العواطف

الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية تجاه هذا العمل. (Mihaly & Isabella, 1992 ,)

(9)

4- خبرة التدفق النفسي "Flow Expérience":

يقصد بخبرة حالة التدفق تلك المصاحبات النفسية التي تنتاب المرء عندما يتعايش مع

حالة التدفق، وغالبا ما تكون هذه المصاحبات متبلورة حول الشعور بالنشوة والإبتهاج

والسعادة التامة والإحساس والقيمة الشخصية والإثابات الداخلية، إلا أن أوضح أن

المصاحبات النفسية لحالة التدفق تدور حول ما سماه "مارتن سليجمان" بقضية المعنى

Meaningness "فقد أشار "سليجمان" في كتابه "السعادة الحقيقية" الى ثلاثة مستويات من

السعادة:

- الحياة السارة أوالمبهجة والتي تتضمن الخبرات تجلب السرور والإنشراح، كما تتضمن إنفعالات إيجابية كثيرة.

- الإنغماس أوالإندماج في الحياة أوالحياة التي تستغرق طاقات ونشاطات الإنسان.

- الحياة ذات معنى أوالدلالة أو القيمة.

ويعد مفهوم "سليجمان" عن "الإندماج في الحياة" مماثل تماما لمفهوم التدفق والخبرة المثالية لدى "شيكزينتميهالي". ويعتقد "سليجمان" أنه نمط أقل أهمية للسعادة مقارنة بالسعادة التي يتحصل عليها الإنسان من الأنشطة الهادفة ذات المعنى.

ولا يختلف "شيكزينتميهالي" كثيرا عن تصور "سليجمان" في هذه النقطة. فقد أشار "شيكزينتميهالي" إلى أن التدفق مفهوما خاليا أو مجردا من القيمة Value-Free. فقد يكون الإنسان في حالة تدفق أثناء ارتكابه عملا إرهابيا على سبيل المثال، أو لعب البوكر الذي لا يسهم بالضرورة في الصالح الإجتماعي العام. ويفيد "شيكزينتميهالي" أن الحياة ذات معنى هي تلك التي تتضمن النقاط التالية:

- بدلا من أن يكون التدفق ناتجا عن سلسلة من الأهداف غير المترابطة، لابد ان يندفع

الإنسان في تحركاته من مجموعة عامة من التحديات أوالمصاعب التي تخلع أو تسقط معنى وغرضا وقيمة على أي شيء يفعله.

- التصميم والإصرار والتوجه إلى حل أو التغلب على هذه التحديات والمصاعب بالتصرف الهادف لتحقيق أغراض شخصية إيجابية.

- تستغرق الأنشطة الهادفة ذات المعنى حياة الإنسان لتصبح تصرفاته وأفعاله متناغمة مع أغراضه وأهدافه. (أبو حلاوة، 2013، 18)

و بهذا المعنى فإن حالة التدفق "flow" كخبرة سيكولوجية ممتعة تتحقق عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام ذات طبيعة متحدية تتطلب تركيزا ومثابرة والتزاما أو تعهدا شخصيا بإنجازها بمستوى مرتفع من الجودة والتميز. وتحدث حالة التدفق هذه حسب ما يرى

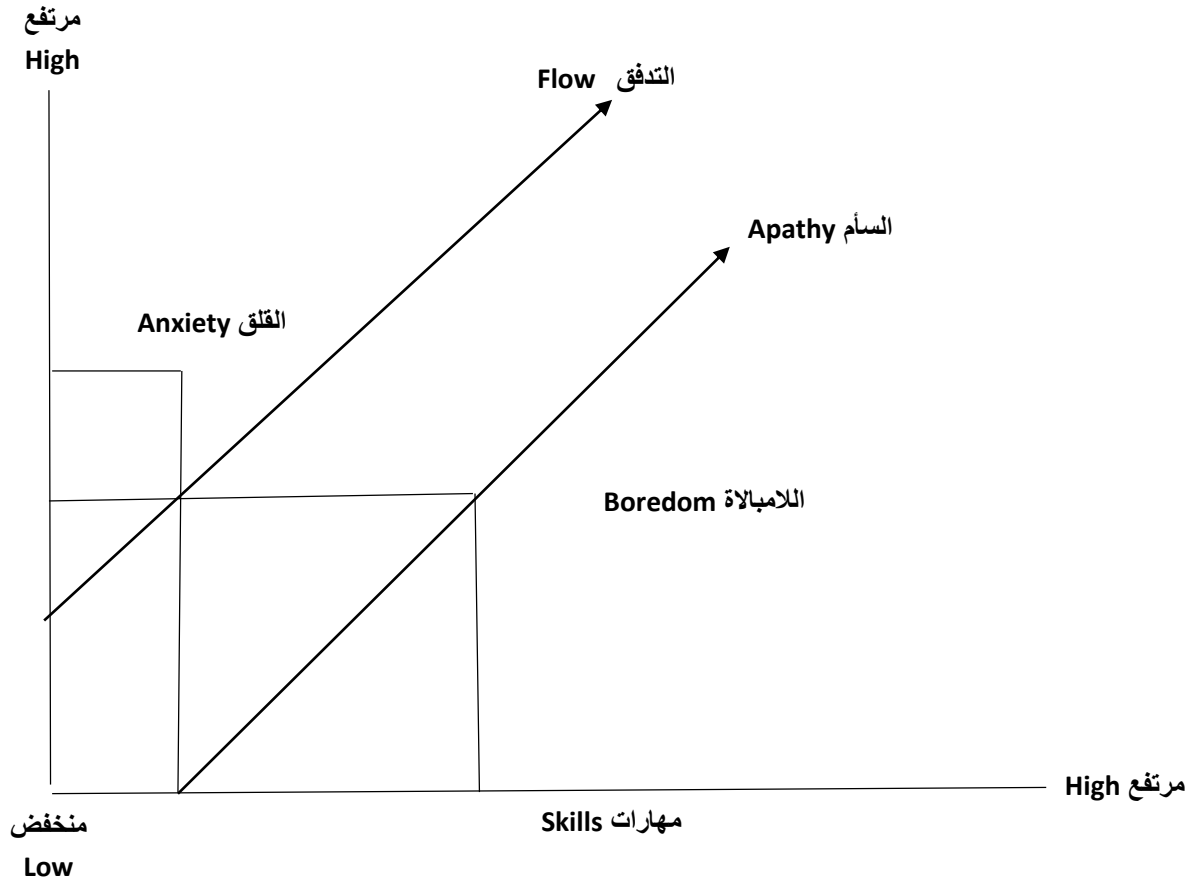
"شيكزينتميهالي" عندما يكون هناك نوع من التوازن بين مستوى المهارة ومستوى التحدي الذي تفرضه المهمة، الخاصة المهام ذات الأهداف الواضحة والتي تحصل له بموجب التفاعل معها تغذية راجعة فورية. ومع توافر هذا الإحساس يفضي إلى حالة من التركيز التام في واقع الأمر على مواجهة التحدي بما لا يترك مجال لتفكير في أي شيء آخر أو القلق من أي مشاكل، وهنا يختفي إنشغال المرء بذاته، ويصبح إحساسه بالوقت مشوش ومضطرب نتيجة الاندماج التام في المهام.

ويرى "شيكزينتميهالي" علاقة وثيقة بين حالة التدفق ودافعية التعلم على وجه التحديد حيث نجد أن المتعلمين يكونون عادة أمام ثلاثة احتمالات بناء على مضامين مفهوم التدفق النفسي:

- ما يعرف بحالة القلق والخوف من الفشل وتتحقق لدى المتعلم عندما يكون مستوى قدراته ومهاراته منخفض.
- حالة ملل وما يرتبط به من فتور ولامبالاة وتفريط في الأداء التعليمي وتتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات المتعلم ومهاراته مرتفعة ويواجه مهام أو تحديات منخفضة.
- حالة تدفق وما يرتبط به من نشوة والإبتهاج والإندفاع بإتجاه التميز والإبداع وتتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المتعلم مرتفعة وأيضا تكون المهام والتحديات التي يواجهها مرتفعة. (الموسوي.2016، 59)

5-عناصر حالة التدفق:

أشار البهاص (2010، 125) إلى أنه يمكننا إستضاح عناصر خبرة التدفق من خلال الشكل التالي:



الشكل رقم (03): عناصر خبرة التدفق

ويمكن تفسير عناصر الشكل السابق على النحو التالي:

(1) تحدث حالة التدفق عندما تكون مهارات الفرد مكافئة للتحديات التي تواجهه، ويعبر

عن ذلك بمعادلة $Skills + Challenges = Flow$

(2) عندما تكون المهارات منخفضة والتحديات مرتفعة، يمكن أن يؤدي ذلك لحدوث القلق

ونعبر عنه بالمعادلة التالية $Low Skills + High Challenges = Anxiety$

(3) عندما تكون المهارات مرتفعة والتحديات منخفضة، يمكن أن يؤدي ذلك إلى حالة من

الملل ونعبر عنه بالمعادلة: $High Skills + Low Challenges = Apathy$

(4) عندما تكون المهارات منخفضة والتحديات منخفضة، يؤدي ذلك إلى حدوث اللامبالاة

ونعبر عنه بالمعادلة: $Low Skills + Low Challenges = Boredom$

6- شروط الدخول في حالة التدفق:

لا يمكن للمرء أن يجبر نفسه على الدخول في حالة التدفق، فحالة التدفق يتم الدخول فيها أثناء التعامل مع نشاط ما أو أداء مهمة معينة وهي حالة أكثر احتمالا للحدوث عندما يندمج الشخص بكامل منظومات شخصيته في أداء مهمة أو نشاط بدافعية داخلية تامة. ويوجد ثلاثة شروط أساسية ينبغي أن تتوافر للوصول إلى حالة التدفق هي:

- إندماج الشخص في نشاط يتضمن مجموعة واضحة تماما من الأهداف، مما ينظم ويوجه مسار الأداء ووجهته في إطار مهمة أو نشاط جيد التركيب.
- توافر نوع معقول من التوازن بين التحديات المدركة في بنية المهمة أو النشاط والمهارات التي يمتلكها الشخص، مما يعطيه الثقة في قدرته على أداء المهمة والقيام بالنشاط.
- تضمن المهمة تغذية راجعة واضحة وفورية، مما يساعد الشخص على التعامل النشط والفعال مع أي تغيير في المطالب وبما يسمح لشخص كذلك بتعديل أدائه للاستمرار في حالة التدفق. (أبو حلاوة والشربيني، 2016، 94)
- يتفق كل من (باطة، 2012، 141) و(الصدقي، 2009، 316) على أن حالة التدفق تحدث وفق لشروط التالية:

- الإنشغال الكامل أو العمل، مع ضعف الشعور بالذات أي نسيان الذات " Self Forgetfulness".
- الإستغراق التام بالأداء أو النشاط، يصاحبه الوعي وتركيز الانتباه.
- يحدث الإنسياب في الأداء كالشلال.
- الوصول إلى مستوى عالي من الأداء.
- تركيز الاهتمام بالعمل مع إنخفاض الوعي بالزمان والمكان.
- الشعور بأن الصعب أصبح سهل، وأداء الذروة أصبح طبيعيا وعاديا.

- توظيف الإنفعالات لأقصى درجة في خدمة الأداء والتعلم.
- الشعور بالبهجة والغبطة والمتعة الحقيقية بالعمل.
- إمتلاك الفرد مهارات أداء العمل والانشغال به، والإنغماس فيه على المستوى الذي يستثمر قدراته الى أقصى درجة.
- سرعة الأداء.
- قوة الإنفعال في توفير الجهد بفاعلية في الأداء.
- التركيز العالي، وعليه تسير العملية في مسارين:
 - الأول: يتكفل بتقديم الراحة والتخفيف من الإضطراب الإنفعالي.
 - الثاني: يتكفل بتسيير القيام بالعمل من غير مجهود كبير
- إلا أن "سكاfer" قد عرض سبعة شروط لحدوث حالة التدفق تتمثل في:
 - معرفة ماذا تفعل Knowing what to do
 - معرفة كيف تفعل Knowing how to do it
 - معرفة كيف تحسن الأداء Knowing how well you are doing
 - معرفة أين تذهب في العمل Knowing where to go
 - مهارات مدركة عالية High perceived skills
 - التخلص من الإضرابات Freedom from distractions (Schaffer,2013)

7- أبعاد التدفق النفسي:

وذكر "ميهاالي" أن التدفق كحالة نفسية له تسعة أبعاد، وكما أوضحت دراسة " Jackson & Ehlund" هذه أبعاد التدفق التي تتفق مع وجهة نظر "ميهاالي":

- **التوازن بين التحدي والمهارات:** هو مؤشر واضح وشرط أساسي يسبق حدوث حالة التدفق النفسي، أي أن القيام بالمهمة لابد أن ينطوي على التحدي الذي يمكن تحقيقه

لتحسين دافعية الفرد لتمثيل ذلك، وبطبيعة الحالة إذا كان الفرد لديه مهارة التغلب على التحدي فإنه يكون لديه أحد أسباب حدوث حالة التدفق.

- **وضوح الأهداف:** ويقصد بذلك وجود أهداف واضحة متأصلة في النشاط الذي يسعى الفرد لتحقيقه، وكذلك وجود شعور قوي بمعرفة ما الذي ينبغي القيام به.

- **التركيز في الأداء:** فالتركيز على المهمة التي يتم تنفيذها هو أمر ضروري للمشاركة في حالة التدفق.

- **الاندماج في الأداء:** أي الانغماس الكلي أو الشعور بالتوحد مع النشاط، ويقصد به المشاركة العميقة جداً لدرجة الشعور بأن العمل يتم بطريقة عفوية وتلقائية تقريبا.

- **فقدان الوعي الذاتي:** أي أن الفرد يفقد وعيه بنفسه ويصبح كما لو كان منفصلاً عن العالم من حوله مع الشعور بالإتحاد مع البيئة.

- **الإحساس بالتحكم:** يقصد به الشعور بسيطرة على إتقان المهمة التي يقوم بها الفرد.

- **تغذية عكسية راجعة:** يقصد بها أن يكون لدى الفرد ردود فعل فورية واضحة لكيفية مساعدة أدائه على تحقيق أهدافه، أي أن الفرد لا يحتاج إلى التفكير في ردود الفعل، ولكن توضيح مدى جودة ما يقوم به وكيف يمضي، ويعني ردود الفعل الفورية المعلومات التي يقدمها النشاط والتي تتيح لشخص التعرف على مدى التقدم نحو الهدف المنشود.

- **تحول الوقت:** أي تطور الوقت إما سريعاً أو بطيئاً. ففي كثير من الأحيان يقرر الناس الذين تعرضوا لحالة التدفق أن الساعات تمر دون علمهم بينما كانوا منهمكين بعمق في نشاط التدفق على سبيل المثال يصبح القارئ منغمساً تماماً في الكتاب في وقت متأخر من الليل ويفاجأ فقط عندما يظهر ضوء الفجر دون أن يدرك أنه قد قرأ طول الليل.

- **الخبرة الذاتية الإيجابية:** يطلق عليها تجربة "Autotelic" وهي مطلق يوناني يشير إلى نشاط قائم بذاته أي لا تتوقع فائدة من هذا الفعل في المستقبل ولكن ببساطة

القيام به في حد ذاته هو مكافأة. أي أن النشاط مجزي في حد ذاته وهذا هو الهدف النهائي لحالة التدفق أي الانخراط في المهمة مرة أخرى لأنها في جوهرها محفوة وممتعة للقيام بها. (الجزار، 2021، 469، 470)

8-أنواع التدفق النفسي:

هناك أربعة أنواع للتدفق النفسي تتضح في ما يلي:

8-1 التدفق الإيجابي: وهو أن يوجه الفرد طاقته إلى شيء ما مثل الإستمتاع بالنشاط الترفيهي الذي يفضل، وأن يتفاعل أيضا في هذا النشاط، فالأفراد المتمتعين بالتدفق الإيجابي يكسبون رضى أعلى مما يعانون من التدفق النفسي.

8-2 التدفق السلبي: ويحصل من خلال محيط الفرد بدل من قابلية الفرد، على سبيل مثال: عندما يتطلب من الفرد التركيز بسبب الموعد النهائي، فإنه يواجه التدفق السلبي، وهذا النوع من التدفق يحدث في كثير من الأحيان في وقت أداء المهام، وعلى الأغلب يكون التدفق السلبي مرافقا لتوتر، وبالتالي يؤدي إلى تشكيل شعور سيء عن التدفق لدى الناس لدرجة أنهم قد يحاولون تفادي ذلك، أيضا عندما يتعين على الفرد إنهاء مهمة حاسمة بشكل فوري، ففي هذه الحالة يصبح التركيز الكبير على المهمة مما يؤدي إلى مواجهة التدفق، مما يولد لدى الفرد شعورا بعدم الرغبة في تكرار تلك التجربة في المرة الأخرى وذلك بسبب الإرهاق.

8-3 التدفق القائم على التفكير: هو الذي يستلزم تفكير أكبر من الحركة، ويرى أن التدفق القائم على أساس النشاط أسهل بكثير من عملية التدفق القائمة على أساس التفكير لأن الفرد الذي يقوم بالتدفق على أساس النشاط يلقي رد فعل أسرع مع بعض الصعوبات القليلة، ويمارس الفرد في حالة التدفق القائم على التفكير طاقة فعلية أقل

بنسبة لحالة التدفق التي تركز على الأنشطة المادية بحيث يسمح للفرد بالحفاظ على حالة التدفق القائمة على التفكير لمدة اطول وإستمتاع أعلى.

4-8 التدفق القائم على النشاط: هو التدفق الذي يكتسبه الفرد عن طريق قيامه بأنشطة، الألعاب الرياضية وغيرها من الأنشطة التي تحتاج إلى الحركة.(ظفراني، 2021، 121، 122)

9-خصائص الأشخاص ذوي التدفق النفسي:

يعتبر التدفق النفسي جانب إيجابيا للطاقة النفسية، فهو الحالة التي يتواجد بها الفرد بأعلى درجات الثقة بالنفس تجاه الأهداف عالية المستوى، مع تواجد مشاعر المتعة والحماس الإيجابي الذي يسهم بشكل كبير في بروز المستوى المميز للفرد أثناء أداء المهمة ويوصف الأشخاص ذوي التدفق النفسي بالنظرة الإيجابية للحياة، والتفاعل والسعادة، والقبول الذاتي حتى يحصل الفرد على الإستمتاع السريع لإنجاز مراحل مهمة ما، فالتدفق النفسي يتناول الهدف العام كأهداف قصيرة وعند إنجازها فإن دافعية الفرد المتواصلة للمهمة أو النشاط تزداد.(ظفراني، 2021، 123)

كما يتمتع الأفراد ذوي التدفق النفسي المرتفع بالعديد من الصفات، ومنها: أنهم يحرصون على إتمام الأعمال الموكلة إليهم في أوقاتها المحددة، ولا يلجئون إلى تأجيل المهام حتى وقت لاحق، كما أنهم يتصفون بأعلى مستويات من الطموح الذاتي، كما يتصفون بالاهتمام وحب الإستكشاف والإنتفاع وإستمرار كفاءتهم الذاتية، كما لديهم درجة ضعيفة من التركيز حول ذواتهم ويتصفون بالإخلاص في أداء المهام، ويتصفون بمقدرتهم على الإستمرار في العمل والإندماج فيه.(النتشة، 2021، 168)

وأشار "البهاص" إلى أن أكثر ما يميز ذوي التدفق هو شعورهم بالسرور والسعادة التلقائية نتيجة لإستغراقهم في النشاط أو العمل، حيث يوجهون أقصى درجات إنتباههم،

وتصل سعادتهم إلى حد النشوة أو الغبطة، ولديهم القدرة على التخلص من الضغوط ومثيرات القلق من حولهم.(البهاص، 2010، 123)

10- فوائد التدفق النفسي:

- **ردود فعل فورية:** يساعد الشخص على التكيف مع المطالب المتغيرة ويتيح له الأداء للحفاظ على حالة التدفق، فعند مواجهة مواقف جديدة ومشكلات إجتماعية صعبة تعيق إشباع حاجات الفرد وتمنعه من الوصول إلى هدفه لا يكفي لحلها الخبرات السابقة للفرد، بل يحتاج حلها إلى تدفق نفسي ومهارات إجتماعية ووجدانية وعقلية، تساعد على الحل والإبداع لهذه المشكلات وكيفية مواجهة هذه المواقف الجديدة بفاعلية حتى يتحقق التكيف المنشود.
- **فاعلية الذات وتحسين الأداء:** نتيجة لما سبق الذي يعد في حد ذاته منبئاً قوياً بفاعلية الذات وإرتفاع الأداء وتحسينه وزيادة الدافعية في إنجاز المهام المكلفة بها وتحسين نوعية القرارات التي يتخذها.
- **التركيز المصحوب بالإنتماء على العمل:** عندما يبدأ التركيز العمدي المرتفع المصحوب بالإنتماء شديد على العمل فإن حالة التدفق تسير في ثلاثة مسارات الأول: التخفيف من الإضطرابات الإنفعالية مع تقديم الراحة النفسية، والثاني: القيام بالعمل من غير بذل أي مجهود عقلي وجسدي كبير، والثالث: عندما يجد الفرد عمل معين فينشغل به وينغمسه فيه على نحو يجعله يستثمر قدراته العقلية ومهاراته الوجدانية إلى أقصى درجة والمساهمة في تحسين نوعية القارارت التي يتخذها في حياته الإجتماعية والعملية.(عز الدين، 2022، 68)

11- أهمية التدفق النفسي:

تكمُن أهمية التدفق النفسي في إطلاق الطاقات الكامنة وترسيخها لخدمة الفرد والمجتمع، من خلال حالة التدفق النفسي التي تغمر الفرد في حياته، ومعرفة إمكاناته وكفاياته، والإرتقاء بها، وهذه الحالة هي المهمة التي يقوم بها الفرد دون انتظار المدح أو الثناء من الآخرين، بل يشعر بالمتعة والفرح والإبتهاج في نفسه. كما أنه يقوم على الإستمتاع بأداء مهمة ما، الأمر الذي يؤدي بالفرد إلى إستمرار أدائه بحب وميل إلى التقدم والبراعة، فيكتشف الفرد إبداعاته الداخلية أثناء إستمتاعه وإندماجه في أداء المهمة، ومن ناحية أخرى فإن مفهوم التدفق يقوم على الأهمية المعرفية التي يحصل عليها الفرد إذا ما إستمر في الأداء مستعينا بحالة التدفق، وتتشكل هذه الأهمية في حصوله على خبرة جديدة أو إكتسابه مهارة جديدة تؤكد خبراته السابقة في ما يتعلق بأداء المهمة، أو حصوله على مهمة جديدة يستفيد منها فيما بعد. (ظفراني، 2021، 120)

كما أن أهمية التدفق النفسي تترج في كونه أسلوب لتحسين الأداء والتقدم به إلى الأفضل، كما أنه يعتبر قوة لتشجيع الفرد داخليا، وتسهم في أدائه، وتعطيه المزيد من التركيز والإرادة والإصرار، مما يحقق له الأثر الأكبر في إزدياد مستوى الأداء. (ظفراني، 2021، 120)

12- النظريات المفسرة لتدفق النفسي:

بعد إطلاع الباحثان على الدراسات والأدبيات التي تناولت مفهوم التدفق النفسي ستعرضان مجموعة من النظريات:

12-1 من وجهة نظر "كولمان":

إن حالة التدفق تمثل أقصى درجة في تعزيز الإنفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم والإنفعالات وحالة التدفق ليست مجرد إنفعالات مناسبة وتسير في وجهة معينة، بل إنفعالات

إيجابية مليئة بالطاقة لتنظيم قواها مع ما يجري من فعل رهن، فإذا ما تملك الإنسان الملل أو التوتر أو القلق فإن ذلك يحول دون تدفق المشاعر، وتدفق المشاعر ما هو إلا خبرة يمر بها كل إنسان تقريبا من وقت لآخر وخاصة عندما تصل هذه الخبرة إلى ذروتها، أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة عليها، إن العلاقة المميزة لتدفق المشاعر هي الشعور بالفرح التلقائي أو حتى النشوة إلى أقصى حد. (محمد والعتابي، 2019، 402)

إن تدفق المشاعر حالة من "تسيان الذات Self Forget Fulness" عكس التأمل والاجترار والقلق فإذا وصل الإنسان إلى حالة تدفق المشاعر سيستغرق تماما في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد فيها الإحساس بذاته تماما، وأن الأفراد على الرغم من أنهم في حالة التدفق يصلون إلى الذروة في مستوى أدائهم فإنهم يهتمون بالكيفية التي يؤدون بها العمل، أو التفكير بالنجاح أو الفشل لأن مشاعر السرور والبهجة بالعمل نفسه هي فقط التي تحركهم وتحفزهم وأن تركيز الإنتباه على العمل الجاري هو جوهر التدفق، والتدفق يتطلب جهدا كبيرا للوصول إلى حالة من الهدوء والتركيز الكافي لبدء العمل وأن الوصول إلى هذه المنطقة الشعورية يأتي حين يجد الأفراد عمل تظهر فيه مهارتهم ويرتبطون به في مستوى يظهر كفاءتهم. (محمد والعتابي، 2019، 403)

12-2: نظرية التدفق النفسي "لتشكزينتمهالي":

ظهرت نظرية التدفق النفسي بعد عدة سنوات من تأمل "ميهاالي" لنتائج أبحاثه التي تناولت السبب في جعل بعض التجارب ممتعة ومثمرة للأفراد فيتجاوزونها حتى وإن لم تتحقق لهم أي عوائد خارجية. وقد دفعته نتائج هذه الأبحاث إلى توجيه وتركيز اهتمامه على جزئية هامة من الدوافع لم تحظ باهتمام من قبل الباحثين في مجال علم النفس، وهي تلك التي تولد الإثابة الناشئة من التفاعل المؤثر لشخص مع البيئة به.

هذه الإثابة هي ما أسماه حالة التدفق النفسي، فأشباع حاجات الفرد الأساسية تؤدي إلى وجود دافع وحافز لديه على الإكتشاف، والتعلم وتطوير مهاراته لتفاعل بشكل أكثر فعالية وكفاءة مع البيئة المحيطة به، وعند المشاركة في مثل هذه العملية، يستمتع الفرد بما يفعل ويسعى لخوض التجارب والخبرات دون انتظار أي مقابل من ورائها، حيث يصبح التطور هو عائدها وهذه المشاركة الممتعة هي ما أطلق عليه التدفق النفسي.(خشبة، 2017، 235)

وقد صنفت نظرية التدفق النفسي (1990) باعتبارها من أهم النظريات التي تهتم بوجود ما يسمى بالدوافع الفطرية والتي تركز على فكرة أن كل البشر لديهم الدوافع المشتركة في الأنشطة المختلفة والتي يمكن من خلالها استخلاص الخبرات المميزة أو الحصول على حالة من التدفق النفسي ويمكن وصف هذه الحالة بأنها تلك الحالة التي يقوم بها الأفراد عندما ينغمسون في عمل شيء مما يضيف عليهم أجواء من المرح والسرور ومن الواضح أن القدرة على الإنغماس والإستغراق في تلك الأنشطة لا يتلاشى مع تقدم العمر، وتتركز النظرية على عامل مهم يعد أحد العوامل الرئيسية لها وهو التوازن بين مستوى المهارات أو المهارات التي يمتلكها الفرد والتحدي المنبثق عن النشاط الذي يقوم به وقد تم إضافة بعض الخصائص الإضافية لها وهي فقدان الإحساس بالزمن، الشعور بالتركيز الشديد على الهدف، التغذية المرتدة، واستخدام المهارات بصورة قد تبدو عفوية.(خشبة، 2017، 235)

و قد تكلم "دانيال جولمان" مع "ميهايلي" عن التدفق ويرى بأن كل الناس تمر بمشاعر التدفق من وقت إلى آخر، خاصة عندما تصل هذه الخبرة إلى ذروتها أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة، وأحسن تعبير عن حالة التدفق هو نشوء علاقة حميمية بين شخصين عندما يتواجدان في كيان واحد ممتزج متناغم. (تركي وخضير، 2018، 383)

12-3: نظرية التحليل النفسي:

التدفق النفسي هو قدرة الفرد على أن يقوم بعمليات عقلية ونفسية اجتماعية على خير وجه، فلا يكون خاضعا لرغبات الهوى ولا يكون عبدا لقسوة الأنا الأعلى وعذاب الضمير، ولا يتم ذلك إلا إذا توزعت الطاقة النفسية توزعا يحوز الأنا الأعلى أغلبه ليصير قويا يستطيع أن يوازن بين متطلبات الهوى وتحذيرات الأنا الأعلى ومقتضيات الواقع.(الحربي، 2021، 55)

12-4 محاولة "جيرالد" و"مارلين"(1998):

وضع نظرية لتدفق في ضوء السمات الشخصية، وإفترضنا علاقة التدفق بالإبتكار، وقاموا بتسجيل مؤشرات التدفق من خلال الأنشطة المختلفة للمراهقين والشباب والتعرف عن مواقف إندماجهم وإستغراقهم في الأنشطة التي يمارسونها، وتوصلوا إلى أن الشخص المبتكر وهو في حالة تدفق يتميز بما يلي: تركيز الإنتباه والإستغراق في النشاط وإنعدام الشعور بالوقت والتغلب على الملل والسأم والشعور بالمتعة السعادة. ولخصت تلك المحاولة الى أن التدفق يمثل عنصرا من عناصر الموهبة، وأنه سمة من سمات الشخصية المبتكرة.(الجمال، 2019، 22)

خلاصة الفصل:

ينطوي التدفق النفسي ضمن مجال علم النفس الإيجابي، التي يصل فيه الفرد إلى أقصى درجات التركيز والاندماج مع إنخفاض الوعي بالزمان والمكان، ويعتبر خبرة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر، خصوصا عندما يمارس الفرد نشاط يحبه ويتوافق مع مهاراته وقدراته. وحسب ما يقول "تشكزينتمهالي" أن الراشد البالغ المتفوق يكون أكثر معايشة لفترات منظمة في حياته تسمى التدفق النفسي. لذلك وجب توفير ظروف ومناخ ملائم لحدوث خبرة التدفق خصوصا لدى المتفوقين دراسيا والفصل الحالي تطرق إلى هذا المفهوم بالتفصيل من خلال عرض التأصيل التاريخي للتدفق النفسي وتقديم مجموعة من التعريفات المختلفة، بالإضافة إلى أبعاده، عناصره، شروطه، وأهميته وخصائص الأفراد ذوي التدفق النفسي ولأهم النظريات المفسرة له، وفي الفصل التالي سنتطرق للإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة.

الجانِب المِيداني

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية

للدراصة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراصة

2. حدود الدراصة

3. مجتمع الدراصة

4. عينة الدراصة

5. أدوات الدراصة

6. الأساليب الأحصائية المستخدمة في الدراصة

خلاصة الفصل

تمهيد

بعد التعرف إلى الجانب النظري لدراسة الحالية، نحن الآن بصدد التطرق للجانب الميداني الذي يعتبر حلقة وصل بين الجانب النظري والنتائج المتحصل عليها، ومن أجل الحصول على نتائج دقيقة تساهم في التحقق من فرضيات الدراسة يجب على الباحث توخي الحذر في إختيار المنهج العلمي الملائم لطبيعة البحث، والأدوات المناسبة، والأساليب الإحصائية المناسبة وتوظيفها. لذلك فإن هذا الجزء من البحث يعتبر الركيزة الأساسية ومن خلال هذا الفصل سنتناول الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، من منهج ومجتمع الدراسة والدراسة الإستطلاعية والأساسية والأساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة.

1- منهج الدراسة:

المنهج هو الأسلوب الذي يستخدمه الباحث في دراسة ظاهرة معينة والذي من خلاله يتم تنظيم الأفكار المتنوعة بطريقة تمكنه من علاج مشكلة البحث. (المحمودي، 2015، 35) ونظرا لتعدد المناهج في العلوم الإجتماعية فإن طبيعة وموضوع الدراسة هو الذي يحدد طبيعة المنهج المتبع في الدراسة. حيث إقتضت طبيعة الدراسة الحالية استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي، إذ تسعى إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.

2- حدود الدراسة:

2 - 1 - المجال البشري: ويتمثل في (90) تلميذ وتلميذة من المتفوقين دراسيا.

2 - 2 - المجال المكاني: ويتمثل في المؤسسات التربوية التابعة لولاية الوادي وهي (ثانوية حليس محمد الصالح - ثانوية بدر الدين صالح - ثانوية بشوشة المختلطة - ثانوية العلامة عبد القادر الياجوري - ثانوية الشهيد هالي عبد الكريم - ثانوية شعبان عباس).

2 - 3 - المجال الزمني: يتمثل في الموسم الدراسي 2022 - 2023.

3- مجتمع الدراسة:

ويقصد به كامل أفراد أو الأحداث أو الظواهر أو المشاهدات موضوع البحث أو الدراسة (عبيدات، 1999، 84). وشمل مجتمع الدراسة المتفوقين دراسيا ببعض ثانويات ولاية الوادي الحاصلين على معدل (16) فما فوق، والمسجلين في السنة الدراسية 2023 - 2022.

4- عينة الدراسة:

4 - 1- العينة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية خطوة منهجية مهمة وهي من بين أهم المراحل التي يقوم بها الباحث لإجراء البحث العلمي وهي ذات أهمية كبيرة لكونها تساعد الباحث في جمع أنواع المعلومات والحقائق التي تخص موضوع بحثه وتكمن هذه الأهمية في أنها تجعل الباحث أكثر إتصالاً بالميدان كما تحدد له الطرق العلمية التي يتم بواسطتها دراسة الموضوع مهما كان نوعه. شملت العينة الإستطلاعية (30) تلميذ متفوق لتمثيل المجتمع الأصلي بكل صفاته وخصائصه، من مختلف التخصصات والمستويات من مجموعة من ثانويات ولاية الوادي، حيث تم إختيارهم بطريقة عشوائية عنقودية.

4- 1- 1- أهداف الدراسة الإستطلاعية:

- ✓ التعرف على مكان إجراء الدراسة المتعلقة بالبحث بشكل جيد.
- ✓ أخذ عينة أولية حتى تتمكن من قياس الخصائص السيكومترية للأداة.
- ✓ التأكد من وضوح اللغة المعتمدة وعدم وجود غموض في الكلمات.
- ✓ التعرف والتقرب من أفراد العينة والمتمثلة في المتفوقين دراسياً.

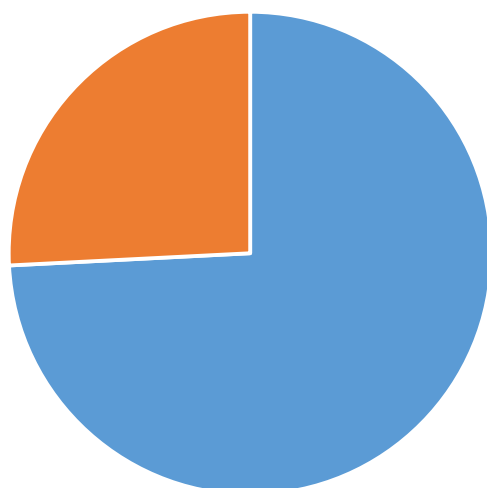
4- 2- عينة الدراسة الأساسية:

يساعد إختيار عينة الدراسة على توفير الوقت والجهد، وبوجود أنواع كثيرة للعينة، وقع الإختيار على العينة العشوائية العنقودية لأنها الأنسب في الدراسة الحالية. تمثلت عينة الدراسة الأساسية على التلاميذ المتفوقين دراسياً وقد بلغ عددها (90) المتمدرسين ببعض ثانويات ولاية الوادي (ثانوية حليس محمد الصالح - ثانوية بدر الدين صالح - ثانوية بشوشة المختلطة - ثانوية العلامة عبد القادر الياجوري - ثانوية الشهيد هالي عبد الكريم - ثانوية شعبان عباس)، وقد إعتمدت الدراسة على ثلاث متغيرات تصف خصائص العينة وهي: الجنس، المستوى الدراسي، والتخصص، كما تتميز العينة التي أخذت في الدراسة بعدة خصائص مشتركة تجعلها تعبر بصدق عن صفات المجتمع المدروس والجدول التالية توضح لنا الخصائص المدروسة والمتعلقة بالجنس والمستوى الدراسي والتخصص لأفراد العينة، حسب ما هو موضح في الجداول التالية:

الجدول (03): توزيع أفراد العينة حسب جنسهم والنسب المئوية لكل منهم.

المجموع	إناث	ذكور	
90	69	21	عدد التلاميذ
100	76	24	النسبة المئوية (%)

توزيع أفراد العينة حسب الجنس



■ إناث ■ ذكور ■ ■

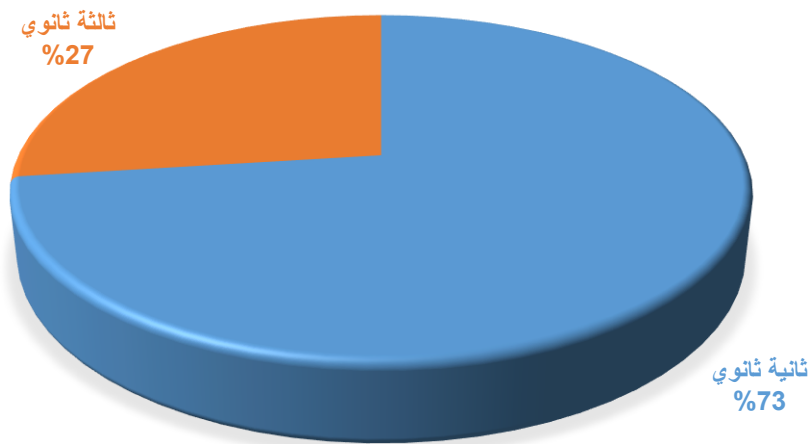
التمثيل البياني (01): توزيع أفراد العينة حسب الجنس.

من خلال الجدول رقم (03) والتمثيل البياني رقم (01) نجد أن توزيع أفراد العينة المأخوذة لدراسة غير متساوي العدد في متغير الجنس، حيث نجد أن عدد التلاميذ الذكور (21) تلميذ أي نسبة (24%) في حين أن عدد التلاميذ الإناث (69) أي نسبة (76%).

الجدول (04): توزيع أفراد العينة حسب مستواهم الدراسي والنسب المئوية لكل منهم.

المجموع	ثالثة ثانوي	ثانية ثانوي	
90	24	66	عدد التلاميذ
100	27	73	النسبة المئوية (%)

توزيع أفراد العينة حسب مستوى الدراسي



التمثيل البياني (02): توزيع أفراد العينة حسب المستوى الدراسي.

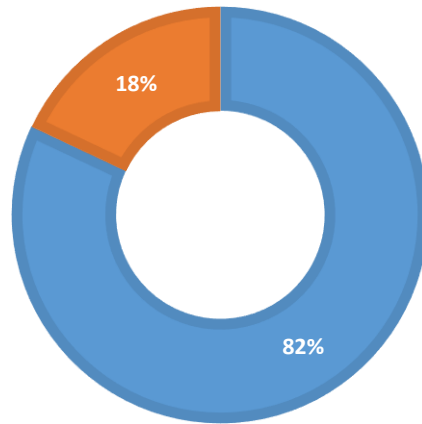
من خلال الجدول رقم (04) والتمثيل البياني رقم (02) نجد أن توزيع أفراد العينة المأخوذة لدراسة غير متساوي العدد في متغير المستوى الدراسي، حيث نجد أن عدد التلاميذ السنة الثانية ثانوي (66) تلميذ أي نسبة (73%) في حين أن عدد التلاميذ الإناث (24) أي نسبة (27%).

جدول (05): توزيع أفراد العينة حسب التخصص الدراسي والنسب المئوية لكل منهم.

المجموع	تقني رياضي	علوم تجريبية	
90	16	74	عدد التلاميذ
100	18	82	النسبة المئوية (%)

توزيع أفراد العينة حسب التخصص الدراسي

■ علوم تجريبية ■ تقني رياضي ■



التمثيل البياني (03): توزيع أفراد العينة حسب التخصص الدراسي.

من خلال جدول رقم (05) والتمثيل البياني (03) نجد أن توزيع أفراد العينة المأخوذة لدراسة غير متساوي العدد في متغير التخصص الدراسي، حيث نجد أن عدد التلاميذ تخصص علوم التجريبية (74) تلميذ أي نسبة (82%) في حين أن عدد التلاميذ تخصص تقني رياضي (16) أي نسبة (18%).

5- أدوات الدراسة:

1-5 مقياس الصمود النفسي:

✓ بيانات عامة: الجنس، العمر، المستوى الدراسي، التخصص، المعدل، مستوى الدراسي للوالدين، حفظ القرآن الكريم.

✓ وصف المقياس: إتمدت الباحثتان على مقياس ويجلند (Wagnild.2009) وترجمة "شيماء عزت باشا" و"إيمان نصرى شنودة" (2016) وتم تصميمه لكي يكون صورة مختصرة من مقياس الصمود الذي صممه "ويجلند" و"يونج" عام (1993)، وذلك بهدف التغلب على ملل المشاركون وتتكون الصورة المختصرة من (14) بند تم إختيارها من مقياس الصمود المكون من (25) بند موزعة على ثلاثة أبعاد (الإحساس بالمعنى، المرونة الذاتية، الإتزان) وقد صيغت تعليمة المقياس كالتالي: أمامك بعض العبارات

التي توضح رأيك في بعض أمور الحياة إقرأ كل عبارة جيدا ثم ضع علامة (X) تحت الخانة التي تحدد مدى إنطباق كل عبارة على كيفية رؤيتك لهذه الأمور.

جدول (06): أبعاد الصمود النفسي مع بنوده

الأبعاد	البنود
الإحساس بالمعنى	13 - 11 - 2 - 3 - 6 - 10
المرونة الذاتية	5 - 7 - 12 - 14 - 1
الإنتران	4 - 8 - 9

✓ طريقة تصحيح المقياس:

يتكون مقياس الصمود من (14) بند كما ذكرنا سابقا كلها في الإتجاه الموجب، حيث يجب عنها المفحوص من خلال إختيار أحد البدائل الأربعة (دائما، احيانا، نادرا، أبدا) وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (14) الى (56) وتشير الدرجة المرتفعة للجانب الإيجابي والزيادة في الصمود النفسي، وتم توزيع الدرجات على البدائل كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (07): توزيع درجات البدائل للمقياس الصمود النفسي.

البدائل	دائما	احيانا	نادرا	أبدا
توزيع الدرجات	4	3	2	1

5-1-1 الخصائص السيكمترية للمقياس:

• ثبات المقياس:

تم إستخراج معاملات ثبات الإختبار بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان، والاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، وفيما يلي عرض للنتائج:

الجدول (08): معاملات الثبات بطريقتي الاتساق الداخلي والتجزئة النصفية للمقياس الصمود

طريقة الحساب	كرونباخ α	التجزئة النصفية
النتائج	0.79	0.86

يتضح من الجدول رقم (08) السابق أن قيمة معامل α لكرونباخ تقدر ب (0.79)، والتجزئة النصفية بمعادلة جيتمان (0.86)، ومنه نستطيع القول أن المقياس يتمتع بدرجات عالية من الثبات.

• صدق المقياس:

تم حساب معامل الصدق بطريقة الإتساق الداخلي للمقياس حيث يتم قياسه عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل بند والبعد الذي ينتمي إليه.

جدول (09): معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الأول).

رقم البند	قيمة الارتباط	مستوى دلالة
13	0.94	0.01
11	0.94	0.01
02	0.36-	0.05
03	0.31	غير دالة
06	0.80	0.01
10	0.69	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن قيم ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الأول) تتراوح ما بين (0.36 و 0.94) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الأول مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (03) حيث تميز بمعامل ارتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول (10): معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثاني).

رقم البند	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
05	0.55	0.01
07	0.77	0.01
12	0.95	0.01
14	0.91	0.01
01	0.1-	غير دالة

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن قيم ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثاني) تتراوح ما بين (0.55 و 0.95) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الثاني مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (01) حيث تميز بمعامل ارتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول (11): معاملات ارتباط كل بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثالث).

رقم البند	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
08	0.89	0.01
04	0.49	0.01
09	0.86	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (11) أن قيم ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثالث) تتراوح ما بين (0.49 و 0.89) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الثالث مقبولة.

5- 2 مقياس التدفق النفسي:

✓ **بيانات عامة:** الجنس، العمر، المستوى الدراسي، التخصص، المعدل، مستوى الدراسي للوالدين، حفظ القرآن الكريم.

✓ **وصف المقياس:**

إعتمدت الباحثتان على مقياس من إعداد "الهادي السيد عبده" و"فاروق السيد عثمان" (2018) الذي يتكون من (110) بند متوزعة على (11) وقد صيغت تعليمة المقياس

كالتالي: أمامك بعض العبارات التي توضح رأيك في بعض أمور الحياة إقرأ كل عبارة جيداً ثم ضع علامة (X) تحت الخانة التي تحدد مدى إنطباق كل عبارة على كيفية رؤيتك لهذه الأمور.

جدول (12): أبعاد مقياس التدفق النفسي مع بنوده

الأبعاد	البنود
البعد الأول: الأفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة	1 - 5 - 9 - 55 - 62 - 80 - 91 - 103 - 109
البعد الثاني: اندماج الفعل بالوعي	2 - 10 - 16 - 17 - 33 - 56 - 63 - 81 - 92 - 104
البعد الثالث: فقدان الوعي	3 - 11 - 18 - 32 - 47 - 71 - 82 - 93 - 105 - 110
البعد الرابع: الإحساس بالضبط والسيطرة على المواقف المهمة.	4 - 19 - 34 - 49 - 50 - 66 - 72 - 83 - 94 - 106
البعد الخامس: فقدان الإحساس بالوقت	6 - 20 - 35 - 36 - 67 - 73 - 84 - 95 - 107
البعد السادس: الإستمتاع الذاتي حيث القيام بالنشاط كغاية	7 - 22 - 37 - 48 - 58 - 65 - 74 - 85 - 96
البعد السابع: تغذية رجعية فورية	8 - 23 - 24 - 38 - 39 - 68 - 75 - 86 - 97 - 98
البعد الثامن: الشعور بإمتلاك القدرة على النجاح في المهمة	12 - 25 - 26 - 40 - 51 - 59 - 70 - 76 - 87 - 99
البعد التاسع: الشعور بالإستغراق في الخبرة يفوق أي متطلبات أخرى.	13 - 27 - 41 - 42 - 52 - 69 - 77 - 88 - 100 - 108
البعد العاشر: أهداف واضحة نحو إتجاه العمل	14 - 28 - 30 - 43 - 46 - 53 - 61 - 78 - 89 - 101

60 – 54 – 45 – 44 – 31 – 29 – 15 102 – 90 – 79 –	البعد الحادي عشر: التوازن بين التحدي والمهارة
---	---

✓ طريقة تصحيح المقياس:

مقياس التدفق يتكون من (110) بند كما ذكرنا كلها في الإتجاه الموجب، حيث يجيب عنها المفحوص من خلال إختيار أحد البدائل الخمسة التالية (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً) وتتراوح الدرجة الكلية على المقياس من (110) إلى (550) وتشير الدرجة المرتفعة للجانب الإيجابي والزيادة في التدفق النفسي وتم توزيع الدرجات على البدائل كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (13): توزيع درجات البدائل لمقياس التدفق النفسي

إطلاقاً	نادراً	أحياناً	غالباً	دائماً	البدائل
1	2	3	4	5	توزيع الدرجات

5- 2- 1 خصائص السيكمترية للمقياس:

• ثبات المقياس:

تم إستخراج معاملات ثبات الإختبار بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة جيتمان، والاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا لكرونباخ، وفيما يلي عرض للنتائج:

جدول (14): معاملات الثبات بطريقتي الاتساق الداخلي وجيتمان

طريقة الحساب	لكرونباخ α	جيتمان
النتائج	0.97	0.97

يتضح من الجدول رقم (14) أن قيمة معامل α لكرونباخ تقدر ب (0.97)، والتجزئة النصفية بمعادلة جيتمان (0.97)، ومنه نستطيع القول أن المقياس يتمتع بدرجات عالية من الثبات.

• **صدق المقياس:**

تم حساب صدق بطريقة الإتساق الداخلي عن طريق إيجاد معاملات إرتباط بين درجة كل بند والبعد الذي ينتمي له.

جدول (15): معاملات إرتباط البند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الأول)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
01	0.81	0.01
05	0.80	0.01
09	0.80	0.01
55	0.67	0.01
57	0.63	0.01
62	0.72	0.01
80	0.75	0.01
91	0.87	0.01
103	0.76	0.01
109	0.82	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (15) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الأول) تتراوح ما بين (0.63 و 0.87) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الأول مقبولة.

جدول (16): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثاني)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
02	0.54	0.01
10	0.05	غير دالة
16	0.72	0.01
17	0.45	0.05
33	0.56	0.01
56	0.72	0.01
63	0.74	0.01
81	0.76	0.01
92	0.72	0.01
104	0.78	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (16) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثاني) تتراوح ما بين (0.45 و 0.78) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد الثاني مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (10) حيث تميز بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول (17): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثالث)

رقم بند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
03	0.53	0.01
11	0.61	0.01
18	0.68	0.01
32	0.25	غير دالة
47	0.50	0.01
71	0.73	0.01
82	0.43	0.05
93	0.52	0.01
105	0.55	0.01
110	0.52	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثالث) تتراوح ما بين (0.50 و 0.73) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد الثالث مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (32) حيث تميز بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول(18): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الرابع)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
04	0.72	0.01
19	0.01	غير دالة
34	0.72	0.01
49	0.74	0.01
50	0.64	0.01
66	0.59	0.01
72	0.68	0.01
83	0.74	0.01
94	0.77	0.01
106	0.71	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (18) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الرابع) تتراوح ما بين (0.64 و 0.77) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الرابع مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (19) حيث تميز بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول(19): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الخامس)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
06	0.73	0.01
20	0.45	0.05
21	0.65	0.01
35	0.35	غير دالة
36	0.35	غير دالة
67	0.69	0.01
73	0.35	غير دالة
84	0.69	0.01
73	0.45	0.05
84	0.67	0.01
95	0.65	0.01
107	0.71	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (19) أن قيم ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الخامس) تتراوح ما بين (0.35 و 0.73) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد الخامس مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البنود (35 و 36 و 73) حيث تميزت بمعامل ارتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول (20): معاملات ارتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد السادس)

رقم البند	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة
01	0.48	0.01
22	0.63	0.01
37	0.64	0.01
48	0.84	0.01
58	0.68	0.01
64	0.66	0.01
65	0.40	0.05
74	0.44	0.05
85	0.69	0.01
96	0.60	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (20) أن قيم ارتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد السادس) تتراوح ما بين (0.40 و 0.69) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد السادس مقبولة.

جدول (21): معاملات ارتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد السابع)

رقم البند	قيمة الارتباط	مستوى دلالة
07	0.43	0.05
23	0.74	0.01
24	0.26	غير دالة
38	0.36	غير دالة
39	0.40	0.05
68	0.58	0.01
75	0.42	0.05
86	0.05	غير دالة

0.01	0.66	97
0.01	0.59	98

يتضح من خلال الجدول رقم (21) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد السابع) تتراوح ما بين (0.42 و 0.59) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد السابع مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (24 و 38 و 86) حيث تميزت بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول(22): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الثامن)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
12	0.73	0.01
25	0.79	0.01
26	0.36	0.05
40	0.73	0.01
51	0.38	0.05
59	0.72	0.01
70	0.72	0.01
76	0.55	0.01
87	0.59	0.01
99	0.66	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم(22) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الثامن) تتراوح ما بين (0.36 و 0.79) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد الثامن مقبولة.

جدول(23): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد التاسع)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
13	0.54	0.01
27	0.89	0.01
41	0.71	0.01
42	0.26	غير دالة
52	0.56	0.01
69	0.69	0.01
77	0.68	0.01
88	0.71	0.01
100	0.70	0.01
108	0.72	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (23) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد التاسع) تتراوح ما بين (0.54 و 0.89) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائياً ومنه نقول أن قيم بنود البعد التاسع مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (42) حيث تميز بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

جدول(24): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد العاشر)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
14	0.76	0.01
28	0.82	0.01
30	0.62	0.01
43	0.46	0.01
46	0.64	0.01
53	0.73	0.01
61	0.69	0.01
78	0.72	0.01
89	0.71	0.01
101	0.87	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (24) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد العاشر) تتراوح ما بين (0.64 و 0.87) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد العاشر مقبولة.

جدول(25): معاملات إرتباط بند بالبعد الذي ينتمي إليه (البعد الحادي عشر)

رقم البند	قيمة الإرتباط	مستوى الدلالة
15	0.74	0.01
29	0.54	0.01
31	0.86	0.01
44	0.57	0.01
45	0.74	0.01
54	0.34	غير دالة
60	0.74	0.01
79	0.81	0.01
90	0.84	0.01
102	0.77	0.01

يتضح من خلال الجدول رقم (25) أن قيم إرتباط البنود بالبعد الذي تنتمي إليه (البعد الحادي عشر) تتراوح ما بين (0.54 و 0.86) ودالة عند (0.01 و 0.05) وهي قيمة دالة إحصائيا ومنه نقول أن قيم بنود البعد الحادي عشر مقبولة وعلى هذا الأساس تم حذف البند (54) حيث تميز بمعامل إرتباط منخفض ومستوى دلالة أقل من (0.05).

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

لا يخلو أي بحث علمي من إستعمال أساليب إحصائية لمعالجة المتغيرات وقد إتبع في هذه الدراسة الأساليب التالية:

- ✓ معامل الارتباط بيرسون: يستعمل في إختبار الفروض الارتباطيه وتحديد قوة الارتباط بين ظاهرتين أو متغيرين.
- ✓ تحليل الإنحدار الخطي: لحساب قيمة التنبؤ.
- وذلك عن طريق استخدام برنامج الرزم الإحصائية في العلوم الإجتماعية "SPSS"
- ✓ إختبار"ت" لتحديد مدى دلالة الفروق.

خلاصة الفصل:

تم تقديم في هذا الفصل أهم الإجراءات المنهجية المتبعة انطلاقاً من منهج الدراسة، ثم مجتمع البحث وحدود الدراسة، ثم عرض العينة الإستطلاعية والأساسية وأدوات الدراسة وتقدير الخصائص السيكومترية لها، ثم إعطاء لمحة عن الأساليب الإحصائية لدراسة الأساسية التي سيتم من خلالها معالجة الفرضيات التي سوف يتم عرضها ومناقشتها في الفصل اللاحق.

الفصل السادس: عرض وتفسير

ومناقشة نتائج الدراسة الأساسية

تمهيد

- 1- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى
- 2- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية
- 3- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة
- 4- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة
- 5- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة
- 6- عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية السادسة

الاستنتاج العام

اقتراحات الدراسة

تمهيد:

تفيد الدراسة الحالية إلى البحث في طبيعة العلاقة بين الصمود النفسي والتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا في بعض من ثانويات ولاية الوادي وإمكانية التنبؤ بدرجات التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي، كما تبحث في معرفة مدى وجود فروق في كل من المتغيرات التالية: الجنس والتخصص وبعد المعالجة الإحصائية لفرضيات الدراسة، ثم التوصل إلى النتائج التي سيتم عرضها وتحليلها من خلال هذا الفصل.

1- عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على: توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا.

تم قياس هذه الفرضية باستخدام معامل الارتباط "بيرسون"، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، تحصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول (26): معامل ارتباط بيرسون بين الصمود النفسي والتدفق النفسي.

المتغيرات	قيمة الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الصمود النفسي	0.65	0.01	دالة
التدفق النفسي			إحصائياً

يتضح من خلال النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (26) أن قيمة معامل الارتباط r بلغت (0.65) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، ومنه نقبل الفرضية البحثية التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا، وعليه نقول بأنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا. وهي علاقة طردية موجبة، أي كلما أنه زاد مستوى الصمود النفسي زاد مستوى التدفق النفسي، والعكس كلما نقص مستوى أحدهما نقص الآخر.

و تتفق هذه النتيجة مع دراسة الجهني (2022) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية" التي وجدت علاقة موجبة بينهما بقيمة ارتباط بلغت (0.49^{**}) ، "صميذة" (2019) بعنوان "علاقة المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى المراهقين في ضوء المشاركة في الأنشطة اللاصفية" حيث بينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات المرونة النفسية والتدفق النفسي بقيمة ارتباط (0.13^{*}) . ودراسة ودراسة العنزي (2017) بعنوان "مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقته باتزانهن الإنفعالي" بقيمة ارتباط (0.52^{**}) ودراسة بلبقرة (2018) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة" بقيمة ارتباط بلغت (0.37^{**}) ودراسة تركي وخضير (2018) "التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير

المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا" أظهرت علاقة موجبة بينهما بقيمة ارتباط (0.37^{**})، كما إتفقت مع دراسة الشريبي (2021) "الصمود النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج" وقد أظهرت علاقة موجبة بقيمة ارتباط بلغت (0.40^{**}). ودراسة عاشور (2017) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالإتزان الإنفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية بقطاع غزة" بقيمة ارتباط (0.39^{**}) ودراسة جميل والسباب (2020) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة" حيث أظهرت علاقة موجبة بقيمة ارتباط بلغت (0.41^{**}).

ودراسة عبد الفتاح وحليم (2014) "الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات" حيث أظهرت علاقة موجبة بقيمة ارتباط (0.38^{**}) و (0.55^{**}) على التوالي. ودراسة شريف (2019) "الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلبة المقبلين على التخرج" حيث أظهرت نتائج هذه الدراسة علاقة طردية موجبة بقيمة ارتباط بلغت (0.38^{**}).

في حين بلغت قيمة ارتباط الدراسة الحالية (0.65^{**}) وبالمقارنة بالدراسات التي تم عرضها مسبقا تعد هذه أعلى قيمة ارتباط وذلك راجع لخصائص العينة لأنهم من "المتفوقين دراسيا" حيث يتمتعون بدرجة عالية من الإتزان العاطفي والإنفعالي أمام مختلف المشكلات التي تعترضهم ويتوافقون معها بسهولة دون أي اضطرابات سلوكية أو إنفعالية، كما يتمتعون بمستويات ذكاء عالية وقدرات عقلية متطورة ومهارات متعددة تمكنهم من إنجاز المهمات المطلوبة منهم بفاعلية أكبر خصوصا إذا كان مستوى التحديات متوافق أو أعلى بقليل من مستوى المهارات.

وبمراجعة الأدبيات والاطار النظري التي تناولت التدفق النفسي والصمود النفسي توصلنا إلى بعض نقاط التشابه بينهما ويظهر ذلك من خلال: تمتع الأفراد ذوي الصمود النفسي بالتصميم والعزيمة وفيها يصمد الفرد حتى إكمال المهمة وتحقيق الهدف، ويكون لديه إعتقاد قوي القدرة على حل المشكلات التي يواجهها، وتكوين إتجاه إيجابي مع نفسه ومع الآخرين. بينما يتمتع الأفراد ذوي التدفق النفسي المرتفع بأنهم يحرصون على إتمام الأعمال الموكلة إليهم في أوقاتها المحددة، ولا يلجئون إلى تأجيل المهام حتى وقت لاحق،

كما أنهم يتصفون بأعلى مستويات من الطموح الذاتي، ويتصفون بالاهتمام وحب الاستكشاف والانفتاح واستمرار كفاءتهم الذاتية.

من ناحية أخرى يساعد التدفق على التكيف مع المطالب المتغيرة فعند مواجهة مواقف جديدة ومشكلات إجتماعية صعبة تعيق إشباع حاجات الفرد وتمنعه من الوصول إلى هدفه لا يكفي حلها الخبرات السابقة للفرد، بل يحتاج حلها إلى تدفق نفسي ومهارات إجتماعية ووجدانية وعقلية، تساعد على الحل والإبداع لهذه المشكلات وكيفية مواجهة هذه المواقف الجديدة بفاعلية حتى يتحقق التكيف المنشود. في حين أن الأفراد ذوي المستويات المرتفعة من الصمود النفسي لديهم القدرتهم على حل المشكلات لأنهم يمتلكون مخزون من الإستراتيجيات لحل المشكلة، كما يتميزون بارتفاع مستوى تقدير الذات ومستوى الفاعلية الذاتية، وبأن لديهم شبكة إجتماعية قوية للحصول على الدعم، كما أنهم يستخدمون إنفعالات إيجابية للوصول إلى حالة من الإتزان النفسي والإنفعالي.

من جهة أخرى يرى "سليجمان" أن خبرة التدفق المتبلورة حول الشعور بالنشوة والإبتهاج والسعادة التامة والإحساس والقيمة الشخصية والإثابات الداخلية، تشبه ما سماه هو "قضية المعنى" في كتابه "السعادة الحقيقية" حيث أوضح أن الحياة السارة أو المبهجة والتي تتضمن الخبرات تجلب السرور والإنشراح، كما تتضمن إنفعالات إيجابية كثيرة. وأن الإنغماس أو الاندماج في الحياة تستغرق طاقات ونشاطات الإنسان، في حين نجد أن من ثمرات الصمود النفسي هو النظرة الإيجابية للحياة أو ما يسمى "إدراك معنى الحياة" أي كلما كان الإنسان متحلي بخاصية الصمود، كان أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات، فالنظرة الإيجابية في الحياة، هي التي تحدد أيضا مكانته وقيمه الإجتماعية لأنها سبب في العمل والحركة وعامل في الفاعلية والعزم، كما يلعب الصمود النفسي دور كبير تطويرالنضج الإنفعالي والإجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم حوله والقدرة على تحمل مسؤوليات الحياة ومواجهة ما يقابله من مشكلات وتقبل الفرد حياته والشعور بالرضا والسعادة. أي ان كلا المتغيرين يساهمان في إمداد الفرد بمشاعر إيجابية وإثابات داخلية ويعملان على تحسين الأداء والتقدم به إلى الأفضل ومنه تحقيق الصحة النفسية لدى الفرد.

2- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية على: يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.

للتنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط وتحصلنا على النتائج المبينة في الجداول التالية:

جدول (27): تحليل التباين للانحدار بين التدفق النفسي كمنبئ به والصمود النفسي كمنبؤ.

نموذج الانحدار	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	مستوى الدلالة	معامل ارتباط R	معامل التحديد R2
الانحدار	133280.242	1	133280.242	64.572	0.000	0.651	0.423
البواقي	181635.858	88	2064.044				
المجموع	314916.100	89					

يتبين من الجدول رقم (27) إمكانية التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي باستخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط، حيث بلغت قيمة "F" لتحليل تباين للانحدار الصمود النفسي على التدفق النفسي (64.572) وهي قيمة دالة إحصائيا وبالتالي يمكن التنبؤ بالتدفق النفسي من خلال الصمود النفسي.

ملائمة النموذج: من خلال جدول (27) بلغت قيمة معامل التحديد (0.423)، وهذا يعني أنه (42.3%) من التباين في المتغير التابع التدفق النفسي مفسر بالتغير في المتغير المستقل الصمود النفسي. ومستوى دلالة F تساوي (0.000) وهي قيمة اقل من (0.05)، وهذا دليل بأن النموذج ذو أهمية إحصائية. والجدول رقم (28) يوضح معاملات الانحدار (Beta) الصمود النفسي على التدفق النفسي.

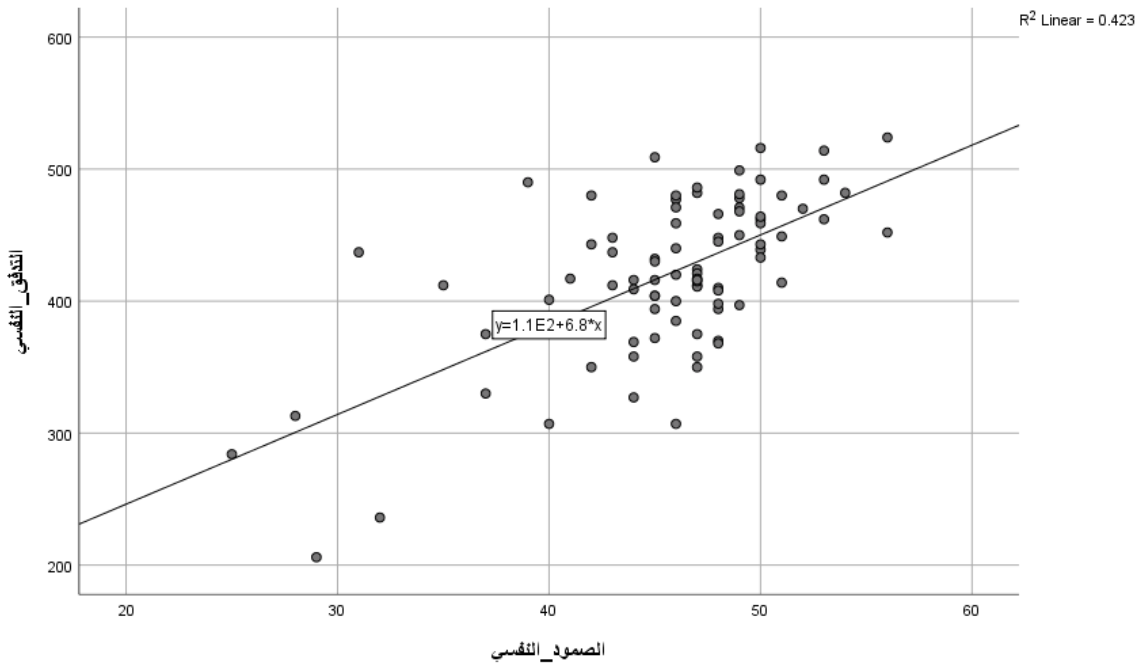
جدول (28): نتائج إنحدار الصمود النفسي على التدفق النفسي.

النموذج	معامل الإنحدار (Beta)	قيمة t	مستوى الدلالة	القرار
الثابت	110.190	2.841	0.006	دالة إحصائية
الصمود النفسي	6.800	8.036	0.000	

يتضح من خلال الجدول رقم (28) أن قيمة ثابت الإنحدار في معادلة الإنحدار تساوي (110.190) وهي دالة إحصائية، وقيمة معامل إنحدار الصمود النفسي تساوي (6.800) لتصبح المعادلة كالتالي:

$$\text{التدفق النفسي} = 110.190 + 6.800 \times \text{الصمود النفسي}$$

أي أن زيادة وحدة معيارية من الصمود النفسي يقابلها زيادة (6.800) وحدة معيارية من التدفق النفسي، ونسبة التباين المفسر (0.423) أي أن الصمود النفسي فسر (42.3%) من تباين التدفق النفسي.



الشكل (04): معادلة إنحدار النموذج

وتوافقت هذه النتيجة مع دراسة الجهني (2022) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالتدفق النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية" حيث أظهرت أنه يمكن تفسير التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي والعكس بنسبة (16%). كما توافقت أيضا مع دراسة "صميذة" (2019) بعنوان "علاقة المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى المراهقين في ضوء المشاركة في الأنشطة اللاصفية" حيث أظهرت مساهمة متغير المرونة النفسية في التنبؤ بأداء الطلاب على مقياس التدفق النفسي.

ونفسر إسهام الصمود النفسي بالتنبؤ بالتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا إلى المميزات التي يمنحها الصمود النفسي للفرد الذي يختبر حالة التدفق من القدرة على التكيف والمرونة والتركيز في المهام المطلوبة بصرف النظر على نوعية المواقف الضاغطة والتحديات التي تواجهه.

كما أن حالة التدفق حالة نادرة وليست كل خبرة يمر بها الإنسان تؤهله لخوض حالة التدفق، ولا شك في أن تمتع الإنسان بدرجة معينة من الصمود النفسي يمكنه من الإحساس بتجربة التدفق ومعاشتها، كما ذكر "أبو حلاوة" و"شريبيني" (2016) أنه لا يمكن للمرء أن يجبر نفسه على خوض حالة التدفق، فحالة التدفق يتم الدخول فيها أثناء التعامل مع نشاط ما أو أداء مهمة معينة، وهي حالة أكثر احتمالا للحدوث عندما يندمج الشخص بكامل منظومات شخصيته في أداء مهمة أو نشاط بدافعية داخلية تامة. ولا شك أن التلميذ المتفوق المتمتع بدرجة عالية من الصمود النفسي لديه فرصة أكبر لمعايشة خبرة التدفق وذلك لأن تحقق الصمود النفسي لا يكون إلا عن طريق إكتساب خبرات متراكمة والتي تعزز لديه العلاقات الإجتماعية والتنظيم الإنفعالي والصبر والقدرة على حل المشكلات وفاعلية الذات وهذه الخبرات تتطلب تفاعل مع الآخرين وخوض تجارب مختلفة، من جهة أخرى تتطلب تجربة التدفق التركيز على اللحظة الحاضرة، والاندماج والإحساس بالضبط والإحساس بالإستمتاع، وتحديد أهداف واضحة ومتوازنة مع المهارات وهذا ما يصل بنا إلى أنه هناك تأثير للصمود النفسي على التدفق حيث أن الصمود يخلق لنا شخصية متوازنة سوية ولديها القدرة على النمو والتطور ورفع مستوى الأداء وبالتالي فهي بيئة خصبة لتحقيق حالة التدفق.

3- عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، حصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول (29): نتائج اختبار ت يوضح الفروق بين الجنسين في مقياس التدفق النفسي.

مجموعتين المقارنة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
ذكور	21	444.00	44.943	2.208	88	0.03	دالة
إناث	69	411.96	61.595				إحصائيا

من خلال الجدول رقم (29)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث يساوي (411.96) بانحراف معياري يساوي (61.595)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي (444.00) بانحراف معياري يساوي (44.943)، في حين بلغت قيمة "T" (2.208) عند درجة حرية (88) بمستوى دلالة (0.03) وهي دالة إحصائية، بناءً على ذلك نقبل الفرضية البحثية والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس. ونقول توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس لصالح الذكور.

وإتفقت هذه الدراسة مع دراسة بلبقرة (2018) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة" التي أوضحت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس لصالح الذكور، وإتفقت مع دراسة محبوب (2020) بعنوان " التدفق النفسي وعلاقته بالانفعال لدى عينة من ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية بمكة المكرمة في جائحة كورونا (كوفيد - 19)" التي أوجدت وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي حسب متغير الجنس لصالح الذكور.

كما توصلت دراسة عز الدين (2022) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة" التي أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في متوسطات التدفق النفسي. وتوصلت دراسة أحمد (2019) بعنوان "نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة" حيث أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في درجات التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وتوصلت مع دراسة خشبة (2017) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الإيجابية في ضوء الديمغرافية لدى المعلمين" حيث أظهرت نتائج هذه الدراسة فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث.

وهذا يعود إلى أساليب التنشئة الاجتماعية والدور الاجتماعي للفرد (الذكر) وإعطائه الإستقلالية الذاتية وشعوره بها مما يزيد من ثقته بنفسه وإعتماده على ذاته وهو ما أدى إلى زيادة قدرته على التعامل مع بيئته المحيطة به بفاعلية إيجابية.

كما يمكن أن تفسر أيضا إلى النمط الأسري التي تفرض قيودا على الفتاة خصوصا بعد تخطيها سن البلوغ فتقل حريتها في التفاعل الاجتماعي مع الغرباء والجنس الآخر مقارنة بالذكور، وهذه الخبرات سواء الاجتماعية أو الحياتية المختلفة تحفز على حالة التدفق التي تفنقدها الأنثى.

كما يرجع إلى طبيعة الدور الاجتماعي للإناث حيث ينشغلن في هذه المرحلة العمرية بمهام أخرى في الحياة غير الدراسة كالأشغال المنزلية وغيرها على غرار الذكور الذين يتفرغون بالكامل للدراسة واكتساب المعارف. كما أن الذكور يعتبرون أكثر صبرا على المهمات، ويقضون أطول وقت في معالجة المهام وهم أكثر تحديدا للأهداف.

برغم من أن عدد الإناث يفوق عدد الذكور في عينة الدراسة حيث بلغ عدد إناث العينة (69) وعدد الذكور (21) إلا أن التدفق النفسي كان مرتفع عند الذكور، وربما يعود إلى أن عينة الدراسة التي تنتمي إلى شعبة علوم تجريبية وتقني رياضي، وكما هو معروف أن الذكور أكثر ميلا للتخصصات العلمية والتقنية مقارنة بالإناث اللواتي لديهن ميولات للتخصصات الأدبية واللغات الأجنبية، وبذلك يكون الذكور أكثر حظوظا في خوض تجربة التدفق النفسي مقارنة بالإناث.

كما يمكن تفسير ذلك إلى الفروق بين الجنسين حيث تظهر الدراسات أن هناك زيادة في نسبة السيثورونين لدى الإناث مما هو لدى الذكور، حيث ترتبط زيادة نسبته بالخوف والخل وانخفاض الثقة بالنفس والعدوان والإكتئاب والتهيج الإنفعالي.(السلطي، الريماوي، 2009، 52)

وهذه الإنفعالات تعيق فرصة تجربة حالة التدفق حيث أن من سمات الشخصية ذات التدفق العالي التحدي والمغامرة والتحدث الإيجابي مع النفس والثقة (العبودي، صالح 2017، 153)، وهذا ما تقتقد الأنثى بسبب الزيادة في هرمون السيثورونين.

4- عرض وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

تنص الفرضية الرابعة على: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، حصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول (30): نتائج اختبار ت يوضح الفروق بين الجنسين في مقياس الصمود النفسي.

مجموعتين المقارنة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
ذكور	21	46.48	4.045	0.917	88	0.15	غير دالة
إناث	69	45.17	6.097				

من خلال الجدول رقم (30)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة الإناث يساوي (45.17) بانحراف معياري يساوي (6.097)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة الذكور يساوي (46.48) بانحراف معياري يساوي (4.045)، في حين بلغت قيمة "T" (0.917) عند درجة حرية (88) بمستوى دلالة (0.15) وهي قيمة غير دالة إحصائية، بناءً على ذلك نرفض الفرضية البحثية والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس. ونقول أنه لا توجد فروق دالة

إحصائيا بين متوسطات درجات التلاميذ على مقياس الصمود النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وتوافقت هذه النتائج مع دراسة أبو مشياخ (2018) بعنوان "الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معلمي المعاقين عقليا بقطاع غزة" حيث أوضحت بعدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي حسب متغير الجنس.

وتوافقت أيضا مع دراسة عاشور (2017) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بالإتزان الإنفعالي لدى ممرضي العناية الفائقة بمستشفيات الحكومية بقطاع غزة" ودراسة "القيرواني" (2017) بعنوان "الصمود النفسي لدى الأخصائيين النفسيين والإجتماعيين" وتعارضت مع دراسة "الشريبيني" (2021) بعنوان "الصمود النفسي وعلاقته بجودة حياة العمل لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج" التي أوضحت أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس.

ونفسر هذه النتيجة إلى كثرة الصعوبات والمحن التي يتعرض لها التلاميذ بصفة عامة والمتفوقين منهم بصفة خاصة خلال المراحل التعليمية المختلفة التي يمرون بها، كما يمكن إرجاع ذلك إلى تأثير العوامل الإجتماعية على كلا الجنسين والبيئة التي أصبحت أصبحت تهتم بالتعليم ولا تفرق بين الذكور والإناث وإزدياد الوعي في المجتمع، كل هذا أدى إلى الاهتمام بالذكور والإناث على حد سواء، فإنعكس إيجابا على الإناث وتكوين شخصياتهم فجعل لهم مستوى عالي من الصمود، وبالتالي عدم وجود فروق بينهم وبين الذكور.

ويمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء طبيعة الظروف التي نشأ فيها كلا الجنسين، فهم نشؤوا في نفس الظروف ولا زالوا يعيشونها وبالتالي يمكن أن يكون لدى الإناث مستوى جيد ومساوي للذكور في درجة الصمود وذلك لتشابه الظروف المعاشة، كما أن البيئة المحلية بما فيها من صعوبات تشجع الطلبة من كلا الجنسين على مواجهة المشاق وإيجاد الطرق والإستراتيجيات اللازمة للتكيف معها.

تفسر "سونيا لوثر" الصمود النفسي بأنه عملية دينامية التي تشمل التوافق الإيجابي بين عوامل الخطر وعوامل الوقاية التي تمكن الفرد من الأداء المتكيف، وترى النظرية أن عوامل الوقاية تتفاعل مع عوامل الخطر لتحسين أو الإقلال من الأضرار السلبية والخطرة للأحداث.

وقد وضع الباحثون قوائم للسمات الشخصية الصامدة حيث تضمنت قوائم الوقاية إرتفاع معدل الذكاء، المزاج السهل وفاعلية الذات وتقدير الذات، في حين أن عوامل الخطر تنبثق من الأسرة المحيطة كالطلاق والأمراض والتهديدات البيئية.

أي أن نموذج عوامل الوقاية وعوامل الخطر التي وضعتها "سونيا لوثر" من الممكن أن تسهم في تعزيز التكيف وإعداد الفرد من كلا الجنسين للتحديات القادمة.

وتؤدي عوامل الوقاية والخطر دورا مهما في تقليل الهوية بين الجنسين في مستوى الصمود النفسي، ففي هذا النموذج تتفاعل عوامل الخطورة وعوامل الوقاية لتقليل حدوث التبعات السلبية، وتعزيز النتائج الإيجابية، ولعل تلك العوامل لا تختلف باختلاف الجنس فهي عوامل يشترك فيها الطلبة كلهم ذكورا كانوا أم إناث.

كما أن هذه نظرية تؤكد على أن السمات الشخصية كالذكاء وفاعلية الذات والنظرة الإيجابية تلعب دور في تعزيز الصمود النفسي بغض النظر على جنسه.

5- عرض وتفسير الفرضية الخامسة:

تنص الفرضية الخامسة على: توجد فروق دالة احصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، حصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول (31): نتائج اختبار ت يوضح الفروق بين التخصصين في مقياس التدفق النفسي.

مجموعتين المقارنة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
علوم تجربة	74	414.54	60.104	-1.696	88	0.09	غير دالة
تقني رياضي	16	442.06	52.435				

من خلال الجدول رقم (31)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة تخصص علوم تجريبية يساوي (414.54) بانحراف معياري يساوي (60.104)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة تخصص تقني رياضي يساوي (442.06) بانحراف معياري يساوي (52.435)، في حين بلغت قيمة "T" (1.696) عند درجة حرية (88) بمستوى دلالة (0.09) وهي قيمة غير دالة إحصائياً، بناءً على ذلك نرفض الفرضية البحثية والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسياً حسب متغير التخصص. ونقول أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات التلاميذ على مقياس التدفق النفسي تعزى لمتغير التخصص.

إنفقت هذه النتيجة مع دراسة العتابي ومحمد (2019) بعنوان "معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة" ودراسة الهجين وإبراهيم (2021) "التدفق النفسي وعلاقته بالعمليات ما وراء معرفية لدى طلبة الجامعة" التي أظهرت نتائجها عدم وجود فروق في متوسطات التدفق النفسي حسب متغير التخصص.

وتفسر هذه النتيجة أن الدخول في حالة التدفق يعتمد على طبيعة التلميذ وسماته الشخصية التي تسمح له بدرجة عالية من التركيز في الأداء المهمة حتى يفقد إحساسه بالوقت، فالتلميذ يعيش تجربة التدفق عندما يكون هناك توازن بين قدراته ومهاراته والوضعية التعليمية التي تواجهه بغض النظر عن التخصص، وكذلك حب التلميذ للمواد الدراسية له دور في الاندماج في حالة التدفق حيث أن الفرد يجد حالة التدفق في أي نشاط يحبه مهما كان بسيط. كما أن لخصائص العينة دور حيث أن المتفوقين دراسياً بصرف النظر عن تخصصاتهم الدراسية يتمتعون بدرجة عالية من القدرة على تحديد الأهداف بوضوح، ووضع خطط لتنفيذها بدقة، كما أنهم يدركون بأن كل شيء تحت سيطرتهم.

وتحدث حالة التدفق هذه حسب ما يرى "شيكزينتميهالي" عندما يكون هناك نوع من التوازن بين مستوى المهارة ومستوى التحدي الذي تفرضه المهمة، الخاصة المهام ذات الأهداف الواضحة والتي يتحصل له بموجب التفاعل معها تغذية راجعة فورية، أي أن الطالب يشعر بقدرته على إيجاد الحلول المبتكرة والتركيز التام مع المهام اعتماداً على مهاراته ومدى توازنها مع التحديات التي تواجهه بعيداً على التخصص.

أي أن التدفق يتأثر بما يمتلكه الفرد من سمات ومهارات شخصية مختلفة وهذا ما أظهرته دراسة "خشبة" (2017) بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديمغرافية لدى المتعلمين" التي طبقت على طلبة الجامعة وأظهرت أن التدفق يحدث للجميع الأفراد بصرف النظر على التخصص، فهو حالة يمكن استثمارها في خدمة الأداء والتعلم لدى جميع الفئات.

6- عرض وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

تنص الفرضية السادسة على: توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

تم قياس هذه الفرضية باستخدام اختبار ت لعينتين مستقلتين، بواسطة نظام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، حصلنا على النتائج المبينة في الجدول التالي:

جدول (32): نتائج اختبار ت يوضح الفروق بين التخصصين في مقياس الصمود النفسي.

مجموعتين المقارنة	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "T"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
علوم تجريبية	74	45.55	5.664	0.272	88	0.78	غير دالة
تقني رياضي	16	45.13	5.987				

من خلال الجدول رقم (32)، نجد أن المتوسط الحسابي لمجموعة تخصص علوم تجريبية يساوي (45.55) بانحراف معياري يساوي (5.664)، وأن المتوسط الحسابي لمجموعة تخصص تقني رياضي يساوي (45.13) بانحراف معياري يساوي (5.987)، في حين بلغت قيمة "T" (0.272) عند درجة حرية (88) بمستوى دلالة (0.78) وهي قيمة غير دالة إحصائية، بناءً على ذلك نرفض الفرضية البحثية والتي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية متوسطات الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير

التخصص. ونقول أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات التلاميذ علو مقياس الصمود النفسي تعزى لمتغير التخصص.

وتوافقت هذه النتائج مع دراسة خليل (2017) بعنوان "الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات" التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي حسب متغير التخصص. ودراسة دخان (2021) بعنوان "الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة" حيث أوضحت عدم وجود فروق دالة إحصائية في الصمود النفسي حسب متغير التخصص.

وإختلفت مع دراسة محمد (2020) بعنوان "الفروق في الصمود النفسي لطلاب المرحلة الثانوية وفقا لبعض المتغيرات الديمغرافية" حيث توصلت نتائج الدراسة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في الصمود النفسي حسب متغير التخصص.

وتفسر هذه النتيجة إلى أن الصمود النفسي يعتمد على جملة من الخصائص أهمها النظرة الإيجابية التي يتمتع بها الأفراد ذوي الصمود النفسي بغض النظر على تخصصهم الدراسي، هذه الإنفعالات الإيجابية تساعدهم على تخطي الصعوبات والأحداث الحياتية الأليمة.

ويرجع الباحثون ذلك لكون الصمود النفسي يتأثر بعوامل عدة غير التخصص الدراسي، مثل التنشئة الاجتماعية، وأساليب المعاملة الوالدية والتفاعل مع البيئة المحيطة، إضافة إلى الأفكار والبنى الإدراكية التي كونها الفرد على نفسه وعن الأحداث التي تمر به، كل تلك العوامل تؤدي دورا هاما في تشكيل الصمود لدى الفرد، وذلك ما غيب الفروق بين التخصصات.

الإستنتاج العام:

في ختام هذه الدراسة تم التوصل إلى أنه هناك علاقة بين الصمود النفسي والتدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا، وإمكانية التنبؤ بدرجات التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.

وهذا ما يفسر أن هؤلاء التلاميذ يمتلكون درجات عالية من الصمود النفسي توجههم بطريقة إيجابية لمواجهة التحديات والصعوبات التي تواجههم في الحياة وتمكنهم من تحقيق أهدافهم الحياتية من خلال إندماجهم مع المهمات وتحسينهم لأدائهم وتقديم الأفضل، وفسح المجال أمامهم لإطلاق طاقاتهم الكامنة فيكتشف التلميذ إبداعاته الداخلية أثناء إستمتاعه وإندماجه في أداء المهام والإرتقاء بها دون انتظار المدح أو الثناء من الآخرين، بل يشعر بالمتعة والفرح والإبتهاج في نفسه، لذلك وجب الاهتمام بهذه المضامين الإيجابية في المرحلة الثانوية كونها مرحلة إنتقالية في حياة التلميذ فهي بوابة الحياة الجامعية كما تعتبر مرحلة صعبة أيضا بكل ما تحمله من تحديات ومشكلات.

تبعاً لنتائج الدراسة في ضوء ما تم عرضه في الإطار النظري والدراسات السابقة والنتائج الإحصائية المتحصل عليها في الجانب الميداني، وإنطلاقاً من الهدف الرئيسي وهو الكشف عن وجود علاقة دالة إحصائية بين درجات الصمود النفسي ودرجات التدفق النفسي وإمكانية التنبؤ بدرجات التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي لدى المتفوقين دراسيا.

أيضا توصلت الدراسة الحالية إلى وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات التدفق النفسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.

وعدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات الصمود النفسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس والتخصص.

وعدم وجود دالة إحصائية في متوسطات التدفق النفسي لدى التلاميذ المتفوقين دراسيا حسب متغير التخصص.

إقتراحات الدراسة:

1. زيادة الوعي وتوجيه الاهتمام بمتغيرات علم النفس الإيجابي لدى التلاميذ خصوصا التدفق النفسي والصمود النفسي لما لهما دور كبير في تحقيق التفوق والنجاح.
2. القيام بدراسات تربط التدفق النفسي والصمود النفسي مع متغيرات إيجابية أخرى.
3. إجراء دراسات مشابهة على عينات أخرى (طلبة جامعين، أساتذة..)
4. إعداد برامج لاكساب وتنمية التدفق النفسي والصمود النفسي للتلاميذ خصوصا الراسيين لما لهما من دور كبير في تحسين الأداء ومواجهة التحديات وبذلك تحقيق التفوق.
5. توجيه المعلمين إلى الاهتمام بحالة التدفق النفسي كخبرة يمكن إستغلالها في العملية التعليمية عن طريق تهيئة العوامل والظروف التي تساعد على وجود تعليمهم لمهارات حالة التدفق لدى التلاميذ.
6. الاهتمام بفئة المتفوقين دراسيا فهم ركيزة الأساسية للمجتمع للنهوض به وتحقيق التطور والإزدهار.

قائمة المراجع

قائمة المراجع:

- إبراهيم، تامر شوقي(2014).الصمود النفسي وعلاقته بكل من الضغوط النفسية و الصلابة النفسية و الرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة الرسمية لدراسات النفسية*. 24 (85). 137- 200.
- أحمد، أسماء فتحي وعبد الجواد، ميرفت عزمي زكي(2012).التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسيا من الطلاب الجامعيين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*. 23 (78).
- أحمد، عبد الملك أحمد(2020). *نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات والجودة الحياتية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة*. كلية التربية، جامعة حلوان.
- الأسود، مهربية(2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*. 6 (1). 55-69.
- الأعسر، صفاء(2011). *الصمود النفسي لدى الأطفال*. ط1، القاهرة: المركز القومي لترجمة.
- باطة، آمال عبد السميع(2011). *التدفق النفسي*. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- البهاص، سيد أحمد(2010). *التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت*. المؤتمر السنوي الخامس عشر. مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين الشمس، 129 - 198.
- بوحفص، عبد الكريم(2016). *أسس ومناهج البحث في علم النفس*. ديوان المطبوعات الجامعية. ط2. الجزائر.
- تركي، صفاء حامد وخضير، مروان ياستن(2018). التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*. (59). 375-411.
- الجزار، نجور صابر عبد المطلب(2021). التدفق النفسي وعلاقته بالعمليات ما وراء معرفة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية*. جامعة المنوفية، (3)، 469 - 500.

الجمال، محمد عاطف(2019). التدفق النفسي لذوي الإحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، منشورة، صحة نفسية.

جميل، سري أسعد والسباب، ازهار محمد مجيد(2020). الصمود النفسي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة. دراسات العلوم الإجتماعية والإنسانية. 47 (2).344-355.

جميل، فاطمة عبد الله (2010). إستراتيجيات المعلمين في التعامل مع المتفوقين دراسيا في المدارس الثانوية الحكومية من وجهة نظر المعلمين والمديرين. رسالة ماجستير، في الإدارة التربوية كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية.

الجهني، زهور سليم(2022). التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. مجلة التربية. 2(193).447-484.

الحربي، فاتن هادي(2021). مستوى الرضا الحياتي والتدفق النفسي لدى طالبات كلية عنيزة بالمملكة العربية السعودية. مجلة الدراسات الإجتماعية. 27 (2).51- 73.

حسناوي، سامية (2020). عوامل التفوق في المدرسة الجزائرية، دراسة ميدانية ببعض المتوسطات بمدينة المسيلة، رسالة ماستر، منشورة، علم إجتماع التربية، جامعة محمد بوضياف: المسيلة.

أبو حلاوة، محمد السعيد والشريبي، عاطف مسعد الحسيني(2016). علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها. ط1. القاهرة: عالم الكتب.

أبو حلاوة، محمد السعيد(2013). حالة التدفق المفهوم الأبعاد والقياس. الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية العربية. عدد(29).

خشبة، فاطمة السيد حسن(2017). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية في ضوء المتغيرات الديمغرافية لدى المعلمين. المجلة الرسمية لدراسات النفسية. 27(96).223- 316.

خليل، عفراء إبراهيم(2017). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الأستاذ. العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الخامس. 19- 36.

رزق، زينب شعبان وهيبة، محمد أحمد علي(2021). الصمود النفسي وعلاقته بالمناعة النفسية والإزدهار النفسي لدى الطالب المعلم. مجلة الإرشاد النفسي. 2(68). 56-97.

رزق، إسلام وتواوة، إبتسام(2021).الصمود النفسي إتجاه جائحة كورونا كمنبئ بالدافعية للإنجاز لدى تلاميذ المتفوقين دراسيا. رسالة ماستر، غير منشورة، علم نفس مدرسي. جامعة الوادي: الجزائر.

الرفاعي، صباح قاسم سعيد(2018). التفكير الإيجابي والتدفق النفسي كمنبئان للتوافق الدراسي لدى طالبات الديبلوم العالي لتربية. مجلة العلوم التربوية. 2(113). 371-400
زكي، ألق ثائر والنواب، ناجي محمود ناجي(2015).التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.مركز البحوث النفسية.2(28).983-1024.

السلطي، ناديا سميح، الريماوي، محمد عودة(2009). التعلم المستند إلى الدماغ. ط1. الأردن: دار المسيرة.

سليجمان، مارتين(2002). السعادة الحقيقية. ط1، القاهرة: دار العين لنشر.

الشريبي، عاطف مسعد الحسيني(2021). الصمود النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس في دول الخليج. مجلة العلوم التربوية.(17).96-124.

شريف، زهرة(2019). الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة. رسالة ماستر. منشورة. علم النفس العيادي. جامعة المسيلة: الجزائر.

شوقي، ابراهيم تامر(2014). الصمود النفسي وعلاقته بكل من ضغوط النفسية والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة طلاب الجامعة. المجلة الرسمية لدراسات النفسية. 24 (85). 137-200.

صالح، عايدة شعبان الديب(2014). الصمود النفسي وعلاقته بإستراتيجيات مواجهة تحديات الحياة المعاصرة لدى النساء الأرامل بقطاع الغزة. دراسات عربية في التربية وعلم النفس. (50). 347-386.

صديق، محمد(2009). التدفق النفسي وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة. دراسات نفسية. 19(2)، 313-357.

ظفراني، هنادي بنت محمد بنت أحمد(2021). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية بإدارة تعليم صبيا. رسالة ماجستير. الإرشاد النفسي، جامعة جزران: المملكة العربية السعودية.

عاشور، محمد عبد الله(2017). الصمود النفسي وعلاقته بالإتزان الإنفعالي لدى ممرضين العناية الفائقة بمستشفيات الحكومية في قطاع غزة. رسالة ماجستير. منشورة. الصحة النفسية المجتمعية. الجامعة الإسلامية: غزة.

عبد الفتاح، فاتن فاروق وحليم، شري مسعد(2014). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. مجلة كلية التربية. جامعة بورسعيد. 15(1)، 90-134.

عبد الفتاح، ولاء(2020). التدفق النفسي كمنبئ بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى عينة من طالبات الجامعة. مجلة العلوم الإجتماعية. 7(5). 250-271.

عبد، عبد الهادي وعثمان، فاروق السيد(2018). مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

العبودي، بدر، صالح، علي عبد الرحيم(2017). علم النفس الإيجابي. ط1. الأردن: الدار المنهجية للنشر والتوزيع.

عبيدات، محمد(1999). منهجية البحث العلمي. ط2. عمان: دار وائل للنشر.

العبيدي، ندى عبد الكريم عايش(2019). فاعلية برنامج إرشاي بأسلوب الحديث الذاتي لتنمية الصمود النفسي لدى طالبات المرحلة المتوسطة. رسالة ماجستير. الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي. جامعة ديالى: العراق.

عز الدين، رزان(2022). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية. مجلة إتحاد الجامعات للتربية وعلم النفس. 9(4)، 61-96.

علي، محمد عبد القادر عبد الموجود(2018). الفروق بين مرضى النمط الثاني من السكري والأصحاء في الصمود النفسي والمعتقدات الصحية وتنظيم الذات. *المجلة المصرية لعلم النفسي الإكلينيكي والإرشادي* 6.(3) 337-370.

العنزي، مريم نزال سليمان(2017). مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقته بإتزانهن الإنفعالي. *مجلة بحوث كلية الآداب. جامعة الجوف*، 2309-2333

عيسى، ماجد محمد عثمان والخولي، منال علي محمد(2021). الإحترق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة خلال جائحة كوفيد. *مجلة التربية*. 5 (189).100-173.

الغبور، سماح محمد جمعة(2019). فاعلية برنامج إرشادي لبعض إستراتيجيات الصمود النفسي وأثر في خفض العجز المتعلم والكفاءة الإجتماعية والتوافق المدرسي لدى عينة من المراهقات نوي صعوبات التعلم. رسالة دوكتورة. منشورة. تربية خاصة. جامعة الأزهر: مصر.

القره غولي، حسين أحمد سهيل، العكلي، جبار وادي باهض(2019). الأمن الفكري وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالب المرحلة الإعدادية. *مجلة البحوث التربوية والنفسية*. 16 (61).

قرواني، إسراء عبد النبي عبد الحميد(2017). الصمود النفسي لدى الأخصائيين النفسيين بالمنيا. *مجلة الإرشاد النفسي بكلية التربية*. 3(3) 1-19.

محمد، زينب ماجد والعتابي، عبد الله مجيد(2019). معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية*. 3(37) 396-420.

المحمودي، محمد سرحان علي(2015). *مناهج البحث العلمي*. ط3. صنعاء: دار الكتب.
أبو مشياخ، عرفات حسين(2018). *الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معلمي المعاقين عقليا في قطاع غزة*. رسالة ماجستير. منشورة. الصحة النفسية المجتمعية. الجامعة الإسلامية: غزة.

أبو مشياخ، عرفات حسين(2018). *الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود لدى معيالي المعاقين عقليا في قطاع غزة*. رسالة ماجستير، منشورة، صحة نفسية، مجتمعية، الجامعة الإسلامية، غزة.

الموسوي، عبد العزيز حيدر(2016). *التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة*. مجلة كلية التربية للبنات لعلوم الإنسانية. (18)، جامعة الكوفة النجف الأشرف، العراق.

النتشة، نرمين حجازي(2021). *التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى طلبة الدراسات العليا بمحافظة الخليل*. رسالة ماجستير. منشورة. الإرشاد النفسي والتربوي: الخليل.

والصلابة النفسية والرجاء لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة الرسمية لدراسات النفسية*. 24 (85). 137-200.

الوكيل، سيد أحمد محمد(2017). *الكفاءة السيكمترية لمقياس كونور دافيد سون لصمود النفسي*. مجلة كلية الآداب. (16)، 29-73.

يونس، سلمى(2015). *علم النفس الإيجابي*. مجلة الشرق الأوسط لعلم النفس الإيجابي. 1(1)، 45-59.

Dowrick , KoKanoric , Hegarty, Griffithes ,fi, a Gun,J(2008).Resilience and depression: perspectives from primary care , *Heaalth* , 12,(4),439-452.

Jung, Y, Mira, B.P, & Patton, S.N.(2009) Consumer adoption of TV: Examining Psychological flow and media contenet computer in human behavior. (25).124- 129.

Kassin, S. (2003). *Psychology*, New Jersey: Prentice-Hall. Inc.

Lutz, R & Guiry, M.(1994). *Intense consumption experience peaks performance and flow presented at winter Marketing Educator Conferenec*, st. Petersburg FL, February.

- Maslow, A. (1968). *Toward a psychology of being*. New York, Van Nostrand Reinhold company
- Mihaly , C. Isabella, S.(1992) *Optimal experience studies of flow in conscious – ness*. London: Cambridge up.
- Mihaly , Csikzentmihaly (1990). *Flow The Psychology Of Optimal Experience*. .New York: Haper and Row
- Newman , R.(2002). The rood to resilience Monitor on psychology,(33)-9-62
- Palmer , N(1997).Resilience in adult children of alcoholics:Anon – pathological approach to social workpractice.*Health a social* 3.(201) , 23-209
- Schaffer, O (2013) *Crafiting Fun user experiences*. A method of facilitate flow([http /human factor.com / fun experience.Asp](http://humanfactor.com/fun_experience.Asp)) human factor International.

الملاحق

الملحق (01): يمثل قيمة ثبات مقياس التدفق النفسي.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.977	110

الملحق (02): يمثل قيم صدق البعد الأول لمقياس الصمود النفسي.

		Correlations						
		البعد الأول	بند 13	بند 11	بند 2	بند 3	بند 6	بند 10
البعد الأول	Pearson Correlation	1	.948**	.943**	-.360-*	.319	.805**	.696**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.047	.080	.000	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 13	Pearson Correlation	.948**	1	.935**	-.431-*	.139	.684**	.666**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.015	.455	.000	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 11	Pearson Correlation	.943**	.935**	1	-.387-*	.129	.693**	.646**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.032	.488	.000	.000
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 2	Pearson Correlation	-.360-*	-.431-*	-.387-*	1	-.079-	-.157-	-.535-**
	Sig. (2-tailed)	.047	.015	.032		.672	.399	.002
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 3	Pearson Correlation	.319	.139	.129	-.079-	1	.498**	-.092-
	Sig. (2-tailed)	.080	.455	.488	.672		.004	.622
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 6	Pearson Correlation	.805**	.684**	.693**	-.157-	.498**	1	.275
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.399	.004		.135
	N	31	31	31	31	31	31	31
بند 10	Pearson Correlation	.696**	.666**	.646**	-.535-**	-.092-	.275	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.002	.622	.135	
	N	31	31	31	31	31	31	31

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

الملحق رقم (03): نتائج الفرضية الثالثة

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات التدفق النفسي لدى المتفوقين دراسيا حسب متغير الجنس.

Group Statistics					
	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التدفق النفسي	ذكر	21	444.00	44.943	9.807
	أنثى	69	411.96	61.595	7.415

Independent Samples Test											
Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means								
								95% Confidence Interval of the			
								Difference			
			F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
النفسي	Equal variances assumed		1.057	.307	2.208	88	.030	32.043	14.512	3.203	60.883
	Equal variances not assumed				2.606	45.070	.012	32.043	12.295	7.281	56.806

الملحق (04): يمثل نتائج الفرضية الثانية.

يمكن التنبؤ بدرجات التدفق النفسي من خلال الصمود النفسي.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.651 ^a	.423	.417	4.347

a. Predictors: (Constant), النفسي_التدفق

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	133280.242	1	133280.242	64.572	.000 ^b
	Residual	181635.858	88	2064.044		
	Total	314916.100	89			

a. Dependent Variable: النفسي_التدفق

b. Predictors: (Constant), النفسي_الصمود

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	110.190	38.781		2.841	.006
	النفسي_الصمود	6.800	.846	.651	8.036	.000

a. Dependent Variable: النفسي_التدفق