



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي  
كلية العلوم الاجتماعية والانسانية  
قسم علم النفس وعلوم التربية



العنوان :

## التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة

مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إشراف الأستاذ:

د/ السعيد نصرات

إعداد الطالبتين :

- رجاء خلوط

- فتيحة زواري أحمد

أعضاء لجنة المناقشة:

المؤسسة	الصفة	الإسم واللقب
جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي	رئيساً	جاري بشير
جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي	مشرفاً و مقراً	السعيد نصرات
جامعة الشهيد حمة لخضر - الوادي	مناقشاً	جاري بشير

السنة الجامعية: 2022 / 2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# الإهداء

الحمد لله وكفى والصلاة على الحبيب المصطفى وأهله ومن وفى أما بعد :

الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا هذه ثمرة

الجهد والنجاح بفضلته تعالى مهداة إلى الوالدين الكريمين حفظهما الله وأدامهما نوراً

لدرربي ، لكل العائلة الكريمة التي ساندتني ولا تزال من إخوة وأخواتي، إلى الأستاذ

المشرف نصرات السعيد، وإلى رفيقات المشوار اللاتي قاسماني لحظاته رعاهم الله

ووفقهم وإلى كل قسم علم النفس وكل من أحبهم قلبي ومن كان له أثر في حياتي

وإلى جميع دفعة 2023 .

# شكر وعرفان

الحمد لله الذي هدانا لهذا وما كنا لنهتدي لوال أن هدانا الله والصلوة والسلام على نبينا محمد أشرف المرسلين، وعلى أله وصحبه أجمعين ومن سار على دربه إلى يوم الدين نشكر الله المعطي المنان الواحد المستعان، فنحمده سبحانه نخصي ثناء عليه وبعد:

فأتقدم بالشكر إلى كل من له الفضل في إيصال العلم والمعرفة منذ أول مراحل الدراس إلى يومنا هذا .... إلى كل من سهر على وقوف هذه الجامعة وقيامها بالعمل الذي أنشئت من أجله إلى أساتذتي الكرام خاصة الأستاذ المشرف نصرات السعيد الذي لم يبخل علينا بنصائحه وارشاداته كما أتقدم بجزيل الشكر إلى أمي وأبي اللذان ساهما في عملي بالدعاء لي وتسيير الحال والنجاح وعائلتي العزيزة الذين يقدمون لي الدعم والتشجيع للسير في عملي وإلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إتمام هذا العمل المتواضع .

وفى الأخير نرجو أن ينال جهدنا هذا القبول فحسبنا أننا اجتهدنا والكمال لله وحده .

## ملخص الدراسة بالعربية :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وبالتحديد جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي، وقد بلغت عينة الدراسة 93 طالبا من مختلف تخصصات علم النفس المدرسي وعلم النفس العيادي وكذا عينة من طلبة سنة أولى وثانية ليسانس، حيث تم اعتماد المنهج الوصفي، واستخدام مقياس التدفق النفسي من اعداد ناصيف 2015، حيث صيغت فرضيات الدراسة على النحو الآتي:

\_ يتمتع طلبة الجامعة بمستوى معتدل من التدفق النفسي.

\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى.

وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

\_ يتمتع طلبة الجامعة بمستوى جيد من التدفق النفسي.

\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى طلبة جامعة تعزى للمستوى والتخصص.

### **Study Summary in English :**

This study aims to explore the flow experience among university students, specifically at the University of Shuhada Hamah Lekhdar in El Oued. The study sample consisted of 93 students from various academic disciplines, including school psychology, clinical psychology, as well as a sample of first and second-year undergraduate students. The flow experience scale developed by Nassif (2015) was adopted, based on the **Csikszentmihalyi** theory (1996).

The study found several significant results, including the existence of a statistically significant relationship that confirms the presence of flow experience among the students of the University of Shuhada Hamah Lekhdar in El Oued. Moreover, the study revealed differences in the flow experience among students based on their academic disciplines and academic levels.

الفهرس

الفهرس

الصفحة	الموضوع
أ- ب	شكر وتقدير
ج	ملخص الدراسة بالعربية
د	ملخص الدراسة بالإنجليزية
هـ	فهرس المحتويات
ح	فهرس الجداول
1	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
4	<b>الفصل الأول : مشكلة الدراسة واعتباراتها</b>
5	إشكالية الدراسة
6	فرضية الدراسة
6	أهمية الدراسة
6	أهداف الدراسة
6	حدود الدراسة
7	التعاريف الاجرائية لمتغيرات الدراسة
8	<b>الفصل الثاني : التدفق النفسي</b>
9	تمهيد
9	تعاريف حول التدفق النفسي
11	النظريات التي تناولت التدفق النفسي
14	الدراسات السابقة
16	تعقيب الدراسات السابقة
18	ملخص الفصل الثاني
<b>الجانب الميداني</b>	
19	<b>الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة</b>

20	المنهج المستخدم في الدراسة
21	أدوات جمع البيانات
21	العينة
22	وصف المقياس
23	الأساليب الإحصائية المستخدمة
24	الخصائص السيكو مترية لمقياس التدفق النفسي
24	حساب الصدق
24	صدق الاتساق الداخلي
25	صدق المقارنة الطرفية
26	حساب الثبات
27	صدق الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي
29	ثبات مقياس تدفق النفسي
29	الدراسة الأساسية
31	خلاصة الفصل
32	الفصل الرابع: تفسير ومناقشة النتائج
33	عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
34	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
34	الفروقات حسب المستوى
35	الفروقات حسب التخصص
35	مناقشة نتائج الفرضيات
36	مناقشة الفرضية الأولى
36	مناقشة الفرضية الثانية
37	خلاصة الفصل
38	الخاتمة
40	قائمة المراجع

46 -43	الملاحق
--------	---------

# فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الجدول
21	توزيع افراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس السن	01
23-22	توزيع البنود عبر الابعاد	02
25	نتائج معامل الارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي	03
26	نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات المجموعتين الطريقتين على المقياس التدفق النفسي	04
27	نتائج معامل ثبات مقياس التدفق النفسي بطريقة الفاكرونباخ	05
28	يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة كل الفقرات ودرجة البعد التي ينتمي اليه من ابعاد اختبار التدفق النفسي	06
29	يوضح مقياس التدفق النفسي بطريقة الفاكرونباخ التجزئة النصفية	07
30	توزيع افراد العينة الأساسية حسب الجنس السن	08
33	يوضح ارتباط التدفق النفسي بكل بعد	09
34	نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات حسب المستوى على مقياس التدفق النفسي	10
35	نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات حسب التخصص على مقياس التدفق النفسي	11

# مقدمة

## مقدمة:

لم يعد علم النفس مجرد دراسة الاضطرابات والمشكلات النفسية، بل ظهر تيار حديث يتمثل في علم النفس الإيجابي، الذي تأسس (Seligman) سنة 1998، بعدما تم تنصيبه رئيساً للجمعية الأمريكية لعلم النفس، اين وجه دعوة لدراسة جوانب القوة في الشخصية، وتطوير قدرة الافراد على الوقاية من المشكلات النفسية وتجنب الوقوع فيها، من خلال تقديم تدخلات ارشادية لكيفية احداث التغييرات الإيجابية التي ترفع من رفاهيتهم، وهذا بإتباع الخارطة المفاهيمية التي "سيلجمان" وزملائه والتي تركز على ثلاث مجالات أساسية وهي: نقاط القوة في الشخصية، والانفعالات الإيجابية.

وقد بدا تركيز علم النفس الإيجابي على الدراسة العلمية لمحاور القوى البشرية، والبحث في كافة الظروف والعمليات التي تسهم في الأداء الأمثل للأفراد والجماعات والمؤسسات، وهذا بالاهتمام بمحددات السعادة وبالعوامل التي تقضي الى تمكين الانسان من العيش حياة مرضية ومشبعة يحقق فيها طموحاته، ويوظف فيها قدراته الى اقصى حد ممكن وصولاً الى الرضا عن الذات وعن الاخرين وعن العالم بصفة عامة.

يعد التدفق النفسي من المتغيرات النفسية المهمة في علم النفس الإيجابي، الذي يصل بالفرد الى اعلى درجة لتوظيف الطاقة النفسية لأنه يرتبط بتوقع النتائج الإيجابية والاستبشار بالمستقبل، إضافة الى اقترانه بالإحساس بالقدرة والفعالية الشخصية. والتدفق خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة، ويترتب على هذا الشعور اثار إيجابية منها خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة، وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية.

وفي ظل هذه المعطيات جاءت هذه الدراسة لتبحث في حدوث التدفق النفسي لدى عينة من طلبة جامعة حمه لخضر بالوادي وفق خطة شملت اربع (4) فصول على الشكل التالي:

بالنسبة للجانب النظري فقد جاء الفصل الأول كمدخل للدراسة يتناول مشكلة الدراسة وما يتبعها من تساؤلات وفرضيات وإبراز أهداف الدراسة، وكذا أهميتها بالإضافة الى التعاريف

---

الإجرائية وأخيرا حدود الدراسة. في حين جاء الفصل الثاني متناولا مختلف التعاريف والمفاهيم المتعلقة بالتدفق النفسي بالإضافة الى مختلف النظريات المفسرة له. اما الفصل الثالث جاء فيه إجراءات تطبيق الدراسة الميدانية من تعريف المنهج المستخدم، كذلك وصف مجتمع وعينة الدراسة، بعدها والأساليب الإحصائية، ثم إجراءات تطبيق الدراسة. والفصل الرابع فقد حوى في طياته عرض نتائج الدراسة المتحصل عليها وتفسيرها من ثم خلاصة الدراسة وتقديم التوصيات والمقترحات، أخيرا قائمة المراجع والملاحق.

# الجانب النظري

## الفصل الأول

الفصل الأول: مشكلة الدراسة واعتباراتها

1- إشكالية الدراسة

2-فرضيات الدراسة

3-أهمية الدراسة

4-أهداف الدراسة

5-حدود الدراسة

6-التعريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

## 1- إشكالية الدراسة:

أي مجال عمل لا يخلو من المشكلات المختلفة السياق الاجتماعي للطالب الجامع للتدفق النفسي ومن بينها مجال التعليم بصفة عامة والجامعة بصفة خاصة الذي يعد من أهم المجالات المهنة التي تد، هما في حياة الافراد والمجتمعات يسعى إلى اعداد جيل متوزم مع الحياة العامة شهادة التعليم من تحول رقمي ما شكل عبئا إضافيا على طلبة الجامعة التي تعتبر مرحلة مصيرية (الجهني،449،2022) و لا يمكننا الحديث عن تربية حديثة تهتم بالمتعلم وتعمل على مساعدة المتعلم في بناء مشروعة الدراسي المهني وذلك عبر مساعدته في معرفة ذاته من ناحية ومعرفة متطلبات محيطه الخارجي من ناحية أخرى (زكي دس، ص984) وهذا ما جاء به علم النفس الايجابي ليس علما لدراسة المرض والاستسلام والانهييار والانهازم النفسي لكن علم دراسة قوى وفضائل النفس الانسانية وقيمها، ليس هذا فحسب بل يقوم أيضا على تعظيم المهارة التي يتكلف جميع الافراد مهارات الكفاح من أجل بلوغ هدف ما والتي يؤدي إلى بناء السمات البشرية الايجابية، واستخدمها في مكانها الصحيح وهذا ما أكده كل من silgmen seligmnf mihali1998 (الاسود ، 56،،2020)

- تتبع أهمية دراسة التدفق النفسي باعتباره حالة تسيطر على الفرد، وتمكنه من الإبداع، والوصول إلى الأداء المميز والأمثل، والتدفق كحالة نفسية داخلية تجعل الفرد يشعر بالتركيز على ما يقوم به، والاندماج بحيوية نحو الأنشطة مع الإحساس العام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة، وتأثير هذه الحالة على الشخصية وسماتها . ( د. محمد حميدة، 2019، ص253 )

وفي ضوء ما سبق أن مشكلة الدراسة الحالية تركز حول أن الطالب الجامعي قد تقع عليه العديد من الضغوطات التي تقلل من فاعلية وعطاؤه وينعكس أثاره على سلوكه فقد تجعله يصل إلى أن يفقد الثقة بالنفس ويصب منطويا فالطالب الجامعي في هذه المرحلة يبدأ في

التفكير في المستقبل والمهنة التي يريد الالتحاق بها ليحقق الاستقلالية والبحث على الذات ولكنه قد يواجه صعوبات تعوق وصوله لتحقيق أهدافه وطموحاته ، فكل هذه الضغوط الواقعة على الطالب تجعله يشعر بالتوتر واليأس والقلق والتشاؤم وعدم الحماس والانجاز وحدوث الاضطرابات النفسية وهذا ما دفع الطالبان إلى إجراء الدراسة الحالية وطرح الاشكال التالي:

- ما مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة؟

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى؟

## 2- فرضيات الدراسة:

\_ يتمتع طلبة الجامعة بمستوى معتدل في التدفق النفسي.

\_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى.

## 3-أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة في كون ان التدفق النفسي يدرس نفسية المرء من حيث قدرته على معانقة الحياة وتقبل المصاعب ومواجهة التحديات الصعبة ومن هنا تتجلى الأهمية في اسقاط التدفق النفسي وتقبل المصاعب لدى طلبة الجامعة خصوصا في طلبة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

## 4-أهداف الدراسة:

\_ التعرف على مستوى طلبة الجامعة في متغير التدفق النفسي .

\_ التعرف على وجود فروق في متغير التدفق النفسي تعزى لمتغير التخصص والمستوى الدراسي.

5- حدود الدراسة: تم اختيار عينة الطلبة الجامعيين لكلية العلوم الاجتماعية والإنسانية لسنة أولى ليسانس علوم إنسانية وثانية ليسانس علم النفس وثالثة ليسانس علم النفس العيادي وعلم النفس المدرسي في الموسم الدراسي الجامعي 2022\_2023 .

## 6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات للدراسة:

**تعريف التدفق النفسي اصطلاحا:** عرفه "جاكسوه" و"مارش" التدفق النفسي بأنه حالة يندمج فيها الفرد إنساني كبيرا مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية العقلية على النحو الامثل، وينظر إليها أنها حالة تغير للوعي يشعر فيها الفرد بالانعكاس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معا. (د. دليا يسرى يحي الصاوي 2020-224)

**تعريف التدفق النفسي اجرائيا:** بانه حالة التحدي لدى الطالب الجامعي، التي يحاول فيها توظيف مهاراته وخبراته، في أداء المهمة ويستغرق استغراقا كاملا في هذه المهمة، فضلا عن تركيز كل انتباهه في حل مهمة التحدي والاستفادة منها، والمرتبطة بدرجة استجابته على المقياس التدفق النفسي ل(ناصر، 2015) المستخدم في هذه الدراسة.

### الطالب الجامعي:

- هو ذلك الشخص الذي سمحت له كفاءته العلمية بالانتقال من المرحلة الثانوية إلى مرحلة التكوين المهني أو الفني العالي إلى الجامعة تبعا لتخصصه الفرعي بواسطة شهادة أو دبلوم، يمتاز بنوع من الذكاء ومجموعة من المعارف العلمية، له طموحات وأهداف يتطلع إليها المجتمع، سمحت له شهادته العلمية بأن يلتقي تعلما عاليا في مؤسسة علمية راقية. ( شرقي سعيدة، 2017، ص 9 ) .

# الفصل الثاني

الفصل الثاني: التدفق النفسي

تمهيد

1-تعريف حول التدفق النفسي

2-النظريات التي تناولت التدفق النفسي

3-الدراسات السابقة

4-تعقيب الدراسات السابقة

4-خلاصة الفصل

## الفصل الثاني: التدفق النفسي

### تمهيد:

يعتبر التدفق النفسي كأحد المفاهيم النفسية في مجال علم النفس الإيجابي، ظاهرة إيجابية باعتباره خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد ذاته في أثناء عملية التفكير وأعمال العقل في حل بعض المشكلات، ويتسع التدفق النفسي للعديد من المفاهيم والتعاريف المختلفة، سنحاول الامام بأهمها في هذا الفصل:

### 1-تعريف حول التدفق النفسي:

تمثل حالة التدفق بالمعنى الذي توصف به أدبيات علم النفس الايجابي الخبرة الانسانية المثلي optimal human expemmce المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الايجابية وجود الحياة بصفة عامة لكونها حالة تعني غناء الفردي في المهام والاعمال التي يقوم بها فناء تاما يسنى به ذاته والوسط والزمن الاخر عدا هذه المهام أو الأعمال على أن يكون كل ذلك مقترنا حالة من النشوة والمثابرة ليصل في نهاية الامر إلى إيداع إنساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحبا بها الحالة مطلوبة لذاتها ويمكن فيها، وفيما متضمنة من معاناة سر الرفاهية و المعاناة الشخصية والاحساس العام بجودة الحياة ، لكونها تضي المعنى والقيمة علة هذه الحياة .(بو حلاوة ،2013، ص08)

### 1-1 مفهوم التدفق:

تعددت تعريفات التي تبادلت كل لتدفق ، حيث وجد الباحث أنه عرفه كل من clarke and hawnth1994 بأنه خبرة ذاتية تتوافق فيها مهارات الفرد مع مستويات التحدي، ويصاحبها درجات عالية من الشعور بالسعادة وعرفت csikszentmihalg بأنه حالة من الوعي الكبير التي يحدث فيه اندماج كبير بين الوعي والفعل لدى الفرد وكذلك اندماج الحالة العقلية الجسدية معا، ويصل فيها الفرد لذروة الاداء من خلال الانتباه والاستغراق التام في العمل المحدد الواضح أمام الفرد وعرفته كل من " الاعسر والكفافي " بأنه حالة من حالات الذكاء

العاطفي في احد تجلياته وربما يمثل التدفق الغاية القصوى أو الدرجة النهائية في توظيف الانفعالات في خدمة الاداء والتعليم وفي التدفق لا شعوري الانفعالات تجرد فقط بل توظيف نشاط ، وإيجابية وتنسيق مع العمل يباشره الفرد (إبراهيم 2021، ص 133-134)

## 1-2 مفهوم التدفق النفسي:

يعد التدفق النفسي flowpsrchological من بين أهم المفاهيم الايجابية في حركة علم النفس الايجابي ففي بداية الامر كان العمل على التدفق يتمثل فيعلم النفس وبشكل الاساسي في نطاق الاتجاه الانساني، حيث يستند الاطار التصوري على أفكار وتصور أن علماء النفس الانسانيين الذين ركزوا اهتمامهم على الجوانب الايجابية في الطبيعة الانسان حيث تحقيق الذات والذي يعتبره "ماسلو" هو دافع الوجود الانساني .

ويعرفه "ميهاالي" بأنه حالة يكون الفرد مندمجا أو مستغرقا بصورة تامة في نشاط ما من أجل النشاط في حد ذاته، وفيها ينسى المرء ذاته ويتطير الزمن من بين يديه دون الشعور بذلك ، ويحد في تتالي أو تدفق تلقائي لكل فعل وكل حركة وتفكير في وحدة مسار كان الفرد يعزف مقطوعة موسيقية وبالتالي فهي حالة تستولي على المرء بكافة منظومات الشخصية وتدفعه إلى توظيف كل قدراته وإمكاناته ومهاراته إلى أقصى حد ممكن ، وهو بهذا المعنى يمثل أعلى تجليات الظاهرة الابداعية والتدفق هو حالة ينشغل فيها الفرد في النشاط ما حيث لا يبدو أن هناك شيء آخر مهم في ذلك الوقت كون التجربة ممتعة جدا ، يقوم الفرد بعمل ذلك مهما كلفه الامر لتحقيق هذا الشيء كما عرفه "جاكسوه" و"مارش" التدفق النفسي بأنه حالة يندمج فيها الفرد إنساني كبيرا مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية العقلية على النحو الامثل ، وينظر إليها أنها حالة تغير للوعي يشعر فيها الفرد بالانعكاس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معا. (الصاوي 2020، 224)

### 1-3 تعريف التدفق النفسي:

اصطلاحا :

عرفته "أمال" بأنه الاستغراق التام أو الاستغلال بالأداء ، وسرعة الاداء للوصول إلى مستوى عالي من الاداء ، والشعور بالسعادة و انخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الاداء ونسيان احتياجات الذات ، والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم والدقة الاداء.

(جوهر -1442هـ -273)

### 2- النظريات التي تناولت التدفق النفسي:

1-2 نظرية ميهالي Csikszentmihalyi : رأى بأنها حالة دافعية بشكل كامل وذلك

لتسخير Csikszentmihalyi التدفق النفسي وفق ما ذكره الانشطة والحركات وذلك ليتم خدمة الاداء النهائي، ويتم وصف التدفق النفسي بأنه حالة الشعور بالتمتع العضوي والتلقائية أثناء المهمة نقلا عن مؤمن في نظرية ميهالي أن الاعمال والانشطة حيث تكون Csikszentmihalyi إذا يرى أكثر تمتعا النشاط بالسهولة يؤدي إلى الملل، أما إذا شعر الفرد بالاندماج في نشاط يتطلب التركيز الشديد وإن التحديات والمهارات المطلوبة متساوية تماما حيث ينتج عن هذا الشعور بالمتعة. (زينب ماجد محمد 2019-ص402)

### 2-2 نظرية مارتين سيلجمان

إن أوضح المصاحبات النفسية لحالة التدفق النفسي تدور حول ما أسماه سيلجمان ( بالحياة ذات معنى) إذا طرح سيلجمان في نظرية (السعادة الحقيقية) ثلاث أنواع من السعادة يمكن قياسها علميا والتحكم فيها وهذه العناصر هي: الحياة السارة والاندماج في الحياة ذات معنى ويعنى سيلجمان ب"الحياة السار" نجاح تتابع المشاعر الايجابية عن الماضي والحاضر والمستقبل، فالمشاعر الايجابية عن الماضي تولد الارتياح والتفاعل والامل والثقة نحو المستقبل، أما المشاعر الايجابية نحو الحاضر تنقسم إلى فئتين وهما :

" الملذات والارضاء " تتمثل الملذات (الملذات الجسدية ، ومستوى هذه الملذات) فالملذات الجسدية هي المشاعر الايجابية التي الجيدة والروائح، أما مستوى الملذات فهي لحظة انطلاق المشاعر الاكثر تعقيدا من الملذات الحسية مثل (الفرح بالراحة الاسترخاء) ، وما شابه ذلك وهي مشاعر ذاتية وأما الارضاء فهي الاخرى فئة من المشاعر الايجابية عن الحاضر وهي على عكس الملذات إنها تلك المشاعر التي ترافق الانشطة التي لا يرغب الجميع في أدائها مثل : القراءة ، تسلق الصخور والرفض وغيرها فالعواطف الايجابية ليست ترفا ولكنها حاجة عابرة

أما الاندماج في الحياة فأراديها سيلجمان تسميته ب(حياة التعهد والالتزام ) التي تنتهج المشاركة من الاخرين في مجالات عدة منها، العمل والعلاقة الحميمة وهي مرادفة لمفهوم التدفق الذي نادى به كسكر نتميهالي والذي يعني به :اندماج الفرد في مهمة ما حتى يبلغ دورة الاداء ويصل درجة الامتياز في الاداء بحيث عندما يندمج بصورة مثالية في أنشطة الاساسية المفصلة وتحدث هذه الحالة للمرء عندما تتسق وتتطابق إمكانياته وقرارته مع المهمة أو العمل الذي يقوم به ، أو يندمج فيه مثل شعوره بالثقة عندما ينجز المهمات التي يوجهها ويعتقد سيلجمان بأن الاندماج في الحياة نمط أقل أهمية للسعادة مقارنة التي يحصل عليها الفرد من الانشطة الهادفة ذات المعنى، لا يختلف كسكر نتميهالي كثيرا عن تصور سليجمان هذه النقطة ، فقد يكون الفرد في حالة من التدفق أثناء ارتكابه عملا إرهابيا على سبيل المثال الاجتماعي العام . ( صواتش -2021، ص21، 22)

فالتدفق النفسي يتحقق عندما يتناسب التحديات ( سواء الكبيرة منها أو البسيطة ) جيدا مع القدرات وفيها يلي يقدم " سيلجمان " خطوات لمزيد من التدفق :

- التعرف على المميّزة .

- اختيار العمل الذي يتيح استخدام يوميا .

- جعل العمل الحالي عملا جذبا بالطريقة التي تتيح استخدام القوى المميّزة فيه بدرجة كبيرة

- اختيار الموظفين الذين تؤدبهم قواهم المميزة العمل الذي سيقومون به مع توفير مجالا للعاملين بأن يقوموا بالعمل في نطاق الاهداف المخطط لها، ويرى كذلك أن المكونات الاساسية التي جعلها ميهالي أبعاد التدفق قد غاب عنها ( وجود شعور إيجابي ) مثل المتعة والنشوة أو أي نوع من أنواع التداعي، وهذا هو جوهر التدفق والشعور موجودات فقط لتصحيح المسار أما عندما يكون ما نفعله عملا بلا متعة فإنه لا حاجة لهما (ابراهيمى صباح ص46).

2-3 نظرية ديسي ورايان (beci -Ryani2004) طور ديسي ورايان نظرية تقرير مصير الذات the oryof-self determination هي نظرية في علم النفس الايجابي positife psychology المتعلق بالدافعية التي تفرض أي الفرد يكافح حتى يكون متحكما ذاتيا ويكون سلوكه اختياريا وقصديا ومحفزا ذاتيا ، إذا أن السلوك المدفوع بشكل مستقل ذاتيا يتم تنبيه انطلاقا من الادارة الذاتية التي تصدر عن رغبة ذاتية في حين إن السلوك الذي يفنقر إلى الاستقلالية يكون مدفوعا بضوابط خارجية أو بقيود أو ضغوط مفروضة، أما أن تكون نابعة من قوى اجتماعية أو ظرفية أو غرامات داخلية

- وإذا كان رديسي ورايان يرون أن الدافع إذا كان داخليا ويريد الفرد الانهاك في النشاط فهو لا يحتاج إلى حافز خارجي للبدء في السلوك فالدافع الداخلي يعزز السعادة الانسانية والانهاك في النجاح من الناحية ، من الناحية أخرى يوفر الدافع الخارجي المكافآت بشكل منفصل عن السلوك بحد ذاته.(عماد عيد الامير نصيف2015،ص106) .

- كما أظهرت دراسة بوشيوكي 2006 ضرورة تمتع الفرد بالقدرة على إدارة الوقت والتفاعل بالإيجابية مع الآخرين وصولا لقدرة مهمة جدا لدى الانسان، وهذا ما يعرف بالتدفق أو القدرة الفائقة على الانجاز (العنزي2008، ص10،23) وهو بمثابة القوى الكامنة التي تدفه

الفرد للنجاح فيما يمارسه (خشبة 2017، 2022) إذا يعتبر العامل الحاسم في تكوين المعنى والهدف من الحياة وإضفاء المغزى والقيمة عليها ومن تم تدفع من يتعايش معها إلى الإبداع (الاسود 2020، ص56) . ويعرف ( جاكسون وماشر) التدفق النفسي بأنه حالة من التجربة النفسية الايجابية والتي تحدث ارتباط وتناغم قام بالأداء في حال تساوي التحديات المطلوبة من الفرد مع مهاراته الشخصية، كما يعد حالة ممتعة في جوهرها إذا يختبر الفرد وضوحاً بالأهداف وتركيزاً كاملاً و انخراطاً تاماً في النشاط وما يصاحب ذلك من استمتاع كبير وتحرر من الوعي الذاتي ( الجهني2022،ص451)

وهذا ويعتبر التدفق النفسي من المفاهيم الهامة في عام نفس الايجابي التي يترتب عنه نواتج ايجابية، كما أنه يساعد الفرد على تأجيل رغباته وحاجاته الشخصية وبذلك يمر الفرد بخبرة من النوع الراقى يصل إلى الخبرة المثلي وهذا ما نادى به سيلجمان 2000(علي 2020،ص32) .

### 3- دراسات سابقة :

بعد الاطلاع على التراث النظري لموضوع الدراسة، توصلت الباحثان إلى جملة من الدراسات السابقة والتي تم ترتيبها زمنياً على النحو الآتي:

- دراسة (Asakawa.2010) التي هدفت إلى التعرف على خصائص الشخصية الذاتية، وخبرات التدفق النفسي لدى الطلبة الجامعيين في اليابان ووجدت أن الطلبة الذين يمتلكون خصائص شخصية ذاتية، وخبرات تدفق حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس تقدير الذات، ولديهم إستراتيجيات تدفق أفضل.

- ودراسة عبد الجواد وأحمد(2013) التي هدفت إلى التعرف على إسهام كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة المتفوقين دراسياً، وتكونت العينة من (130) طالبا وطالبة من كلية التربية بجامعة المنيا وأظهرت

النتائج وجود مستوى من التدفق النفسي لدى عينة الدراسة وعدم وجود فروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث.

- أما دراسة ناصيف (2015) فقد استهدفت قياس التدفق النفسي والتعاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا، وموازنة الفروق في المتغيرات الثلاثة وفق متغيري النوع والتخصص الدراسي، طبقت الدراسة على عينة تكونت من (200) طالبا وطالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين المتغيرات، وكذا عدم وجود فروق دالة إحصائية وفق متغير النوع في التدفق النفسي.

- ودراسة عبد الواحد (2015) التي هدفت إلى قياس التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، والتعرف على العلاقة بين التدفق وتنظيم الذات والتفكير الشمولي، وتكونت العينة من (400) طالب وطالبة من الجامعة المستنصرية وأظهرت النتائج أن طلبة الجامعة لديهم تدفق عالي، ووجدت فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق تبعاً لمتغير النوع، ولصالح الإناث.

- أما دراسة حيدر وشطب (2016) فقد هدفت إلى دراسة التدفق النفسي وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة، ومعرفة الفروق في متغيري الدراسة الجنس والتخصص الدراسي، تم اختيار عينة بلغت (400) طالب وطالبة من جامعة القادسية، وأظهرت النتائج أن هناك تدفق نفسي وتفكير إيجابي لدى طلبة الجامعة كما أظهرت عدم وجود فروق في التدفق النفسي تبعاً للجنس ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.

- ودراسة العبيدي (2016) التي هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، فضلا عن التعرف على التدفق لدى الطالبة وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي، وطبقت الدراسة على عينة بلغت (200) طالب وطالبة من جامعة بغداد، وبعد تطبيق مقياس التدفق النفسي الذي أعدته الباحثة، أظهرت النتائج أن أفراد العينة لديهم تدفق

نفسية، كما بينت النتائج عدم وجود فروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث وكذلك أظهرت النتائج وجود فروق في التدفق النفسي بين طلبة التخصص العلمي وطلبة التخصص الإنساني.

- أما دراسة زكي والنواب (2018) فقد هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (400) طالب وطالبة من جامعة بغداد واستخدم الباحثان مقياس التدفق النفسي (Marsh & Jackson, 1996)، وقد أظهرت النتائج أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتدفق النفسي مقارنة بمتوسط المجتمع الذي ينتمون إليه.

- ودراسة الكرعوي (2018) التي هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي والرضا عن صورة الجسم والتحصيل الدراسي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (103) طالباً، وأظهرت النتائج أن الطلبة يمتلكون تدفقاً نفسياً، كما أظهرت وجود علاقة طردية موجبة بين التدفق النفسي والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة. (الأسود، 2020، 60)

#### خلاصة الفصل الثاني

تأسيساً على ما سبق تعرفت الباحثتان على التدفق النفسي النفسي بأنه تلك الحالة التي يكون فيها الفرد مندمجاً كلياً في أداء مهمة ما، في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات هذه المهنة، بحيث يكون الفرد مستشعراً الاستماع التام لقيامه بهذه المهمة دون وجود دافع أو تحفز خارجي، وفاقداً الشعور بالوقت والوعي بالذات، مع وجود تغذية راجعة واضحة وفورية أثناء الأداء .

#### التعليق على الدراسات السابقة :

اتفقت الدراسة الحالية مع الدراسات التي تم ذكرها، في أنها استهدفت قياس مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، غير أن دراسة ( Aswak,2010 ) ربطت التدفق النفسي بتقدير الذات والقلق، ودراسة عبد الجواد وأحمد (2013) ربطت كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي بالتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة المتفوقين دراسياً، أما دراسة ناصيف

(2015) فقد ربطت التدفق النفسي بالتقاول المتعلم والابداع الانفعالي، وكذلك دراسة حيدر وشطب (2016) تناولت التدفق النفسي وفق التفكير الايجابي، أما دراسة الكرعاعي (2018) فربطت التدفق النفسي بصورة الجسم والتحصيل الدراسي .

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع مجمل الدراسات المستعرضة في اعتمادها على المنهج الوصفي، واستخدامها للاستبيان لقياس التدفق النفسي، وكذلك تناولها لعينة طلاب الجامعة .

كما تناولت دراسة كل من ( عبد الجواد وأحمد، 2013 وناصيف، 2015 وعبد الواحد، 2015 وحيدر وشطب، 2016 والعبيدي، 2016 ) الفروق في التدفق النفسي باختلاف الجنس وتناولت دراسة (حيدر وشطب، 2016 والعبيدي، 2016) الفروق في التدفق النفسي باختلاف التخصص الدراسي، أما الدراسة الحالية فقد تميزت بكونها دراسة وصفية تحليلية تهدف إلى معرفة مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة ورقلة، وفي ضوء بعض المتغيرات (الجنس، والتخصص الدراسي، والمستوى الدراسي ) . ( الأسود، 2019، ص 61 ).

#### 4- خلاصة الفصل :

- تأسيسا على ما سبق تعرفت الباحثتان على التدفق النفسي بأنه تلك الحالة التي يكون فيها الفرد مندمجا كليا في أداء مهمة ما، في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات هذه المهنة، بحيث يكون الفرد مستشعرا الاستماع التام لقيامه بهذه المهمة دون وجود دافع أو تحفز خارجي، وفاقدا الشعور بالوقت والوعي بالذات، مع وجود تغذية راجعة واضحة وفورية أثناء الأداء .

# الجانب الميداني

## الفصل الثالث

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1-المنهج المستخدم في الدراسة

2-أدوات جمع البيانات

3-العينة

4-وصف المقياس

5\_الأساليب الإحصائية المستخدمة

6\_الخصائص السيكو مترية لمقياس التدفق النفسي

7\_الدراسة الأساسية

8 - خلاصة الفصل

## تمهيد

عقب تطرقنا للجانب النظري ولذا سوف نتعرض في هذا الفصل لإجراءات الدراسة الميدانية حيث سوف نستعرض توضيح الخطوات المبدئية للبحث من اختيار المنهج المتبع والأدوات التي سوف تطبق والدراسة الاستطلاعية التي من خلالها نقوم بدراسة الخصائص السيكومترية للأدوات ثم نتناول الدراسة النهائية حيث يتم فيها توضيح العينة النهائية المعتمدة وكذا المعالجة الإحصائية للبيانات.

**1- المنهج المستخدم في الدراسة:** يعرف المنهج بأنه الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للإشكالية من أجل اكتشاف الحقيقة والبرهنة عليها (الدين، 2003، صفحة 90)، حيث أنه لا تخلو أي دراسة على منهج علمي يرتبط ويتناسق مع طبيعة الموضوع المدروس، وتسعى هذه الدراسة إلى تسليط الضوء على التدفق النفسي لدى الطلبة الجامعيين في جامعة حمه لخضر بالوادي، وبناء عليه فقد تعددت المناهج التي استخدمتها الدراسة وفقا لما يرمي لتحقيق أهدافها وحل الإشكالية الخاصة بها التي تدور حولها، وعليه فقد تم اعتماد المناهج البحثية التالية:

**المنهج الوصفي:** يرتكز هذا المنهج على وصف الظاهرة المدروسة وإبراز خصائصها وتحليل عناصرها، وتجلي ذلك في وصف الجانب النظري المتعلق بموضوع الدراسة، كما يسر هذا المنهج الوصف الشامل لكل متغير تضمنته الدراسة بغية الوصول إلى تمحيص دقيق وفهم جلي للظاهرة المدروسة، وهكذا نجد أن المنهج الوصفي الارتباطي هو المنهج المتبع، والذي يهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بينها (وآخرون، 2014، صفحة 77).

## 1- أدوات جمع البيانات:

في دراستنا اخترنا الاستبيان كأداة لجمع البيانات التي نراها أنسب ولذا أعدنا استبيان يشمل مقياس لمتغير الدراسة وهو التدفق النفسي، وفيما يأتي نقوم بعرضه وعرض خلاصة الخصائص السيكومترية للمقياس.

## 2- العينة:

**الدراسة الاستطلاعية:** تعد الدراسة الاستطلاعية من الإجراءات الميدانية التي تسمح بالتقرب من ميدان البحث على الظروف المحيطة بالظاهرة دراستها والإمكانيات المتوفرة، كما تساعده على ضبط متغيرات بحثه وتقنين أدوات جمع البيانات .

تمت الدراسة الاستطلاعية خلال الموسم الجامعي 2022\2023 في 11 ديسمبر 2022 على عينة من الطلبة 35 طالب من مختلف التخصصات وذلك قصد التأكد من وجود التدفق النفسي لدى الطلبة الجامعيين ثم حساب الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة .

### جدول رقم (01) توزيع أفراد العينة الاستطلاعية حسب الجنس والسن

الجنس	التكرار	النسبة	السن	التكرار	النسبة
ذكور	01	%0.04	18 - 25	27	%90
إناث	29	%99.96	26 - 41	3	%10
المجموع	30	%100	المجموع	30	%100

المصدر: من اعداد الطالبتين

نلاحظ من الجدول 01 أن نسبة الذكور 0.04 % أما نسبة الاناث فقد كانت نسبتها 99.96 % مما يمكننا القول أن العينة الاستطلاعية تهيمن عليها نسبة الاناث بشكل كبير وذلك بناء على انجذاب الجنس الانثوي لهذا التخصص. وقد تمايزت العينة أعمار عينة الدراسة بين (18-41) سنة، وقد تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة.

### 3- وصف المقياس:

تمثلت أداة الدراسة في مقياس التدفق النفسي من اعداد (ناصيف، 2015، ص 104) حيث تبني الباحث نظرية كسكز نتيماهالاي (1996) إذ عرف التدفق بحالة من التركيز العميق، تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مهمات تتطلب تركيزا شديدا ومثابرة .

يحتوي هذا المقياس على (34) بندا يجاب عن كل منها، تبعا لخمسة بدائل كما يلي: تتطبق علي دائما، تتطبق علي أحيانا، تتطبق علي نادرا لا تتطبق علي أبدا، وتتراوح تقديرها الكمية بين (1-2-3-4) على الترتيب، وقد اعدت جميع عبارات المقياس في لاتجاه الزيادة في مستوى التدفق النفسي لديه، حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين ( 34 إلى 160)، وتشير الدرجة (34) الى المستوى ضعيف من التدفق النفسي، أما الدرجة (96) إلى مستوى معتدل من التدفق النفسي، بينما تشير الدرجة (160) الى مستوى مرتفع من التدفق النفسي، وعليه يتحدد التدفق النفسي من خلال الدرجة الكلية التي يحصل عليها افراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي المستخدم في هذه الدراسة، وينقسم مقياس التدفق النفسي إلى (9) ابعاد تمثلت فيما يلي :

جدول رقم (02) توزيع البنود عبر الأبعاد

الرقم	ابعاد التدفق النفسي	ارقام العبارات	عدد البنود
01	الشخصية ذاتية القصد	4-3-2-1	4
02	الأهداف الواضحة	8-7-6-5	4
03	التوازن بين مستوى القدرة والتحدي	12-11-10-9	4
04	التركيز	16-15-14-13	4

3	19-18-17	ضبط الموقف أو النشاط	05
4	23-22-21-20	تغذية راجعة غير غامضة	06
3	26-25-24	اندماج الوعي بالفعل	07
3	29-28-27	إحساس مشوه بالزمن	08
5	34-33-32-31-30	فقدان الشعور بوعي الذات	09

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

### 5\_ الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لمعالجة البيانات المتحصل عليها بعد تطبيق الدراسة الأساسية اعتمدت الأساليب الإحصائية التالية

- اختبار "ت" لعينة واحدة لحساب الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي  
 - معامل الارتباط المتعدد: يستخدم لقياس العلاقة والارتباط بين المتغير تابع ومتغيرين مستقلين أو أكثر، وقد استخدم في دراسة العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة في الفرضية .

- معامل الانحدار الخطي المتعدد: وهو أسلوب احصائي يمكننا من التنبؤ بدرجة الرد في أحد المتغيرات بناء على درجاته في عدد من المتغيرات، وأطلق على المتغيرات التي نستخدمها في التنبؤ بالمتغيرات المستقلة، والمتغير الذي يراد التنبؤ به بالمتغير التابع (البلوي، 2007، ص 7) واستخدم معامل الانحدار المتعدد في الفرضية الثانية.

- حجم الأثر: يعرف كوهين حجم الأثر بأنه "درجة تواجد الظاهرة في مجتمع ما " وهو يدل على الدلالة العملية للنتيجة المتوصل إليها ويمكن اعتماد المعايير التالية للدلالة على مقدار حجم الأثر: (Cohen، 1997)

بالنسبة لمعامل الانحدار الخطي المتعدد:

0.01 بسيط

0.06 متوسط

0.14 كبير

ولقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستعمال حزمة البرنامج الاحصائي في العلوم الاجتماعية (SPSS22) والتي حصلنا من خلالها على النتائج التي نعرضها في الفصل الموالي

### 6\_ الخصائص السيكو مترية لمقياس التدفق النفسي

تم مقياس الخصائص السيكو مترية لهذا المقياس للتأكد من مدى صلاحيته في البيئة المحلية، واستخدم حساب الصدق والثبات بعدة طرق نعرضها فيما يلي:

#### 6\_1 حساب الصدق:

ويقصد بالصدق أن يقيس المقياس فعلا القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع لقياسه لتأكد من صدق المقياس من خلال:

#### 6\_2 صدق الاتساق الداخلي:

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي درسنا معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس، وذلك بجمع درجات كل بعد منفردا لكل فرد من أفراد العينة الاستطلاعية، ثم قمنا بحساب الدرجة الكلية لأبعاد كل مقياس، ثم نحسب ارتباط درجات كل بعد مع الدرجة الكلية باستخدام معامل الارتباط بيرسون وباستعمال برنامج SPSS فكانت النتائج المتحصل عليها كالتالي:

حيث تم التحقق من الاتساق الداخلي، بحساب معامل ارتباط بيرسون درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت النتائج كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول (03) نتائج معامل ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

الرقم	البعد	درجة الارتباط	دلالة البند
01	الشخصية ذاتية القصد	0,580	0.00093**
02	الأهداف الواضحة	0,679	0.00093**
03	التوازن بين مستوى القدرة والتحدي	0.739	0.00093**
04	التركيز	0.690	0.00093**
05	ضبط الموقف أو النشاط	0.538	0.00093**
06	تغذية راجعة غير غامضة	0.582	0.00093**
07	اندماج الوعي بالفعل	0.606	0.00093**
08	إحساس مشوه بالزمن	0.056	0.59293

\*\*دالة عند 0,01 \* دالة عند 0,05

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.056) و (0.739) ما يدل على صدق الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده، وهذا ما يشير إلى أن مقياس التدفق النفسي يتمتع بقيمة عالية من الصدق ونستطيع تطبيقه على العينة الأساسية.

### 6\_3 صدق المقارنة الطرفية:

تم تطبيق المقياس على العينة الدراسة الاستطلاعية، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين وتم الحصول على النتائج المبينة في الجدول التالي:

**جدول (04) نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات المجموعتين الطريفتين على مقياس التدفق النفسي**

القيم الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
مج عليا	94.7778	10.81784	-10.4222	2	0.01
مج دنيا	105.200	13.30148	-10.4222	90	0.01

**المصدر:** من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

من خلال النتائج الموضحة في الجدول أعلاه نلاحظ أن المتوسط الحسابي لفئة المجموعة العليا بلغ (94.7778) بانحراف معياري قدره (10.81784) بينما بلغ المتوسط الحسابي للفئة الحسابي لفئة المجموعة الدنيا (105.200) بانحراف معياري قدره (13.30148)، وبلغت قيمة "ت" المحسوبة (10.4222) عند مستوى دلالة (0.01) وعليه فإن المقياس له قدرة تمييزية وهذا ما يؤكد أن المقياس صادق.

**4-6 حساب الثبات:**

**معامل ألفا لكرونباخ:**

بعد تطبيق المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية، تم حساب الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ على المقياس وكانت النتائج هي موضحة فيما يلي:

جدول رقم(05) نتائج معامل ثبات مقياس التدفق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ

معامل	الأبعاد	معامل	الأبعاد
الفكرونباخ		ألفا كرونباخ	
0.404	ضبط الموقف	0.304	الشخصية الذاتية
0.380	التغذية الراجعة	0.601	الأهداف الواضحة
0.436	الاندماج	0626	التوازن
0.275	الإحساس	0.537	التركيز
0.777	08		المقياس ككل

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ثبات مقياس التدفق النفسي وفق معاملة ألفا كرونباخ كان مساويا ل(0.777) معاملات الثبات بالنسبة لأبعاد المقياس تراوحت بين (0.275-0.626) وهي قيم مرتفعة وهذا ما يؤكد تمتع المقياس بمستوى عالي من الثبات.

### 5-6 صدق الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي.

الجدول الموالي يبين نتائج صدق الاتساق الداخلي للتدفق النفسي

جدول رقم (06) يوضح معاملات الارتباط بين الدرجة كل الفقرات ودرجة البعد التي ينتمي إليه من أبعاد اختبار التدفق النفسي:

التركيز		التوازن بين مستوي القدرة والتحدي		الأهداف الواضحة		الشخصية الذاتية القصد	
معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات
**0.642	13	**0.664	09	**0.633	05	**0.519	01
**0.687	14	**0.653	10	**0.706	06	**0.525	02
**0.670	15	**0.734	11	**0.724	07	**0.652	03
**0.675	16	**0.543	12	**0.749	08	**0.667	04

(\* ) تدل على مستوى الدلالة 0.05 و(\*\*) تدل على مستوى الدلالة 0.01

إحساس مشوه بالزمن		اندماج الوعي بالفعل		تغذية راجعة غير غامضة		ضبط الموقف أو نشاط	
معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات	معامل الارتباط	الفقرات
**0,593	27	**0.584	24	0.070	20	**0.798	17
**0.724	28	**0.675	25	**0.361	21	**0.706	18
**0.531	29	**0.732	26	**0.404	22	**0.593	19
**1,000	30			*0.241	23		

(\* ) تدل على مستوى الدلالة 0.05 و(\*\*) تدل على مستوى الدلالة 0.01

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

يتضح من الجداول رقم(06) السابقة أن قيم معامل الارتباط معظم بند المقياس محصور بين (1.00/0.070) وهي قيم دالة إحصائياً بمستوى دلالة يتراوح بين (0.01-0.05)،

مما يشير أن عبارات المقياس تتمتع بدرجة صدق جيدة يمكن الاعتماد عليها في إجراء الدراسة.

#### 6-6 ثبات مقياس تدفق النفسي:

تم تأكد من ثبات الأداة بطريقتين ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية:

جدول رقم (07) يوضح مقياس التدفق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية:

التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ	معامل الثبات
0.668	0.777	التدفق النفسي

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

نلاحظ من الجدول أن قيم معاملات الثبات للمقياس بلغت مستويات مقبولة، فقد تمتع المقياس الكلي بمعامل ثبات مقبول، حيث وصلت قيمة المعامل إلى نسبة 0.777 وهي قيمة جيدة جدا تعكس ثبات درجات الأفراد على المقياس الكلي.

#### 7- الدراسة الأساسية:

أجريت الدراسة الأساسية على عينة من طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر، وقد تم اختيارهم حسب طريقة العينة العشوائية البسيطة، وهي العينة التي اختيرت بطريقة يكون لكل عنصر وفرد في المجتمع نفس فرصة الاختيار، وأن اختيار أي فرد أو عنصر لا يرتبط باختيار أي فرد أو عنصر آخر ، والوصول إلى العينة العشوائية يمكن استخدام الجداول العشوائية وبرامج في الحاسوب ومن فوائد العينة العشوائية انها تكون في الغالب ممثلة للمجتمع عن الطريق هذا النوع يكون لكل فرد من افراد المجتمع فرصة متساوية الأن يمثل ضمن العينة أو تكون العينة العشوائية البسيطة مقيدة حينما يكون المجتمع الأصلي متجانسا في خصائصه

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (70) طالبا من جامعة حمه لخضر بالوادي، من كلا الجنسين (ذكور \_ إناث ) وتتراوح سنهم بين (18\_41) سنة، بعد توزيع الاستبيانات وبعد عملية الفرز لم نتمكن من استرجاع (05) استمارة، وعند التصحيح الغي (02) استمارة لعدم استكمال الإجابة على بعض البنود وقد وزعت استمارات أخرى لإستخلاف الاستمارات المفقودة وفي ما يلي جدول يوضح افراد العينة الأساسية حسب المستويات الدراسية:

**جدول رقم (08) توزيع أفراد العينة الأساسية حسب الجنس والسن**

الجنس	التكرار	النسبة	السن	التكرار	النسبة
ذكور	03	%5	25 - 18	53	%84
إناث	60	%95	41-26	10	%16
المجموع	63	%100	المجموع	63	%100

المصدر: من اعداد الطالبتين

## 8- خلاصة الفصل

تناولنا في هذا الفصل الخطوات الإجرائية والتي تمثلت في تحديد المنهج المستخدم الذي هو المنهج الوصفي المناسب لهذه الظاهرة واختيار العينة عن طريق أسلوب العينة العشوائية من مجتمع الدراسة وتناولنا الدراسة الاستطلاعية واستخدمنا أدوات جمع البيانات الممثلة في مقياس التدفق النفسي حيث " تأكدنا من صدقه وثباته بطرق مختلفة وتعرضنا إلى الأساليب الإحصائية المستعملة، وقد استخدمنا البرنامج الاحصائي SPSS من أجل تفرغ البيانات ومعالجتها وستعرض النتائج ما توصلنا اليه في الفصل الموالي.

# الفصل الرابع

الفصل الرابع: تفسير ومناقشة النتائج

تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

3- مناقشة نتائج الفرضيات

خلاصة الفصل

## تمهيد

عادة ما تكون النتائج المتوصل اليها من خلال الدراسة الميدانية، هي همزة وصل ما بين المعطيات الميدانية والواقعية.

وقد تناولنا في الفصول الأولى إلى الجوانب المتعلقة بالتدفق النفسي، وكذا مختلف الجوانب التطبيقية المرتبطة بالتدفق النفسي باتباع مختلف الخطوات المنهجية والأساليب الإحصائية، لنصل إلى المعطيات الإحصائية نحاول في هذا الفصل عرض النتائج حسب فرضيات الدراسة واستنتاج المعطيات والأرقام المتحصل عليها.

### 1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية الأولى على ما يلي يتمتع طلبة الجامعة بمستوى معتدل في التدفق النفسي

#### جدول رقم(09) يوضح ارتباط التدفق النفسي بكل بعد

الرقم	ابعاد التدفق النفسي	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
01	الشخصية ذاتية القصد	0,580	0.00093**
02	الأهداف الواضحة	0,679	0.00093**
03	التوازن بين مستوى القدرة والتحدي	0.739	0.00093**
04	التركيز	0.690	0.00093**
05	ضبط الموقف أو النشاط	0.538	0.00093**
06	تغذية راجعة غير غامضة	0.582	0.00093**
07	اندماج الوعي بالفعل	0.606	0.00093**
08	إحساس مشوه بالزمن	0.05	0.59293

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

يتبين لنا من الجدول رقم (09) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون تراوحت بين (-0.056-0.739) وأغلبها دالة احصائية وكلها موجبة مما يدل على وجود علاقة طردية بين البنود المعتمدة والتدفق النفسي. أي أن طلبة الجامعة لديهم تدفق نفسي

## 2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

تتص الفرضية الثانية على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى. وعليه يتبين أن هذه الفرضية تنقسم الى شطرين الأول حسب التخصص والثاني حسب المستوى.

### 1-2 الفروقات حسب المستوى

جدول رقم (10) يبين نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات حسب المستوى على مقياس التدفق النفسي

القيم الفئات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
أولى ليسانس	27	94.7778	10.81784	10.4222	0.01
ثانية ليسانس	35	105.2000	13.30148	10.2222-	0.01
ثالثة ليسانس	31	106.3548	11.79420	11.5706-	0.01

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

يتبين لنا من الجدول رقم (10) أن الانحراف المعياري للمستويات الثلاث وكلها دالة احصائياً مما يدل على وجود فروقات بين المستويات للتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.

## 2-2 الفروقات حسب التخصص

جدول رقم (11) يبين نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات حسب التخصص على مقياس التدفق النفسي

القيم الفئات	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"ت" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
علم نفس عيادي	27	94.7778	10.81784	10.4222	0.01
علم نفس مدرسي	35	105.2000	13.30148	10.2222-	0.01

المصدر: من اعداد الطالبتين بالاعتماد على مخرجات برنامج SPSS

يتبين لنا من الجدول رقم (11) أن الانحراف المعياري للتخصصين دال احصائياً مما يدل على وجود فروقات بين التخصصات للتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة

## 3- مناقشة نتائج الفرضيات

انطلاقاً من النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية، يمكن تفسير النتائج في ضوء النظريات العلمية بمتغيرات الدراسة ومناقشة هذه النتائج على ضوء ما كشفته بعض الدراسات السابقة ومقارنتها بنتائج هذه الدراسة وقد افترضت هذه الدراسة فرضيتين: الأولى هي أن يتمتع طلبة الجامعة بمستوى معتدل في التدفق النفسي والثانية تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى واتضح من خلال المعالجة الإحصائية النتائج التالية:

### 3-1 مناقشة الفرضية الأولى:

#### يتمتع طلبة الجامعة بمستوى معتدل في التدفق النفسي

هذه النتيجة موافقة لما جاءت به النظرية الإنسانية حيث أكدت أن حدوث التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي له أهمية كبيرة، حيث يجعله منهما بكل كيانه في مهمة تثير دوافعه الذاتية الداخلية، ويصل به إلى حالة مختلفة من الإيجابية تدفعه باتجاه الإنجاز، وتحقيق الذات، وتقديم أقصى مستويات العطاء والكفاءة والابداع، مع إحساس عام بالنجاح، وهذا ما أثبتته نتائج الدراسة المتحصل عليها حيث أن جميع الأبعاد ترتبط بالتدفق النفسي بدلالة إحصائية جميعها ماعدا الإحساس الذي لا يعبر عن التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر في العينة محل الدراسة.

### 3-2 مناقشة الفرضية الثانية:

#### توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى

هذه النتيجة موافقة لما جاءت به النظرية الإنسانية حيث أكدت أنه توجد فروقات بين المستوى أي بين الأولى ليسانس والثانية ليسانس وكذا الثالثة ليسانس في التدفق النفسي، وأيضا توجد فروقات بين متوسطات التخصص وبين متوسطات المستوى.

## خلاصة الفصل

من خلال اجرائنا للدراسة التطبيقية والنتائج المتحصل عليها ومناقشتها في هذا الفصل توصلنا الى أن طلبة جمعة الشهيد حمة لخضر يتمتعون بتدفق نفسي وهذا التدفق بفروقات مختلفة بين المستويات وكذا بين التخصصات.

الختامة

## الخاتمة

من خلال اجرائنا لهذه الدراسة المعنونة بالتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة والتي شملت مصطلح التدفق النفسي الذي يندرج ضمن مجال الارشاد النفسي وفي مجال علم النفس، واكتست الدراسة أهمية كونها من الدراسات التي تبحث في فحوى التدفق النفسي خصيصا لدى الجامعيين، وحاولت الدراسة الوصول الى نتائج موضوعية يمكن الوثوق بها وذلك من خلال اجراء دراسة نظرية حول التدفق النفسي مختلف المصطلحات والمفاهيم المرتبطة به، وكذا النظريات المفسرة له، وعلى هذا الأساس تم اختيار المنهج الوصفي كمنهج مناسب لوصف هذا المتغير، أما في الجانب الميداني فقد تم توزيع استبيان على عينة عشوائية من طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي لمختلف المستويات الأولى والثانية والثالثة بكلية العلوم الاجتماعية بما في ذلك تخصصي علم النفس العيادي وعلم النفس التربوي، وتم بعد ذلك محاولة قياس صدق وثبات المقياس المدروس من خلال البرنامج الاحصائي SPSS وقد أسفرت النتائج المتحصل عليها كما يلي:

- يتمتع طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر بمستوى معتدل في التدفق النفسي هذه النتيجة تم التوصل اليها من خلال اختبار الفرضية الأولى للدراسة حيث تبين أن جميع الأبعاد ترتبط بالتدفق النفسي بدلالة إحصائية جميعها ماعدا الإحساس الذي لا يعبر عن التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الشهيد حمه لخضر في العينة محل الدراسة.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى للتخصص والمستوى هذه النتيجة تم التوصل اليها من خلال اختبار الفرضية الثانية للدراسة حيث تبين أنه توجد فروقات بين المستوى أي بين الأولى ليسانس والثانية ليسانس وكذا الثالثة ليسانس في التدفق النفسي، وأيضا توجد فروقات بين متوسطات التخصص وبين متوسطات المستوى.

## توصيات الدراسة:

من خلال ما توصلت اليه نتائج الدراسة توصي الباحثان بـ:

- أن تقوم الجامعة بنشر ثقافة علم النفس الإيجابي وجر التدفق النفسي لدى الطلبة الجامعيين نحو التفكير بإيجابية.
- ضرورة تشكيل الأنشطة والبيئات التي تساعد على احداث تدفق نفسي في مختلف المراحل الدراسية وتنمية هذه الخبرة واستغلالها في ترقية العملية التعليمية.

# قائمة المراجع

قائمة المراجع:

1. إبراهيم صباح ، إبراهيمي أسماء المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة ، دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر بسكرة 2022
2. أحمد إبراهيم ساعد الغامدي 2021-التدفق وعلاقته ببعض المتغيرات لدى كلية طلبة قسم التربية الفنية بكلية جامعة الباحة ن بحوث في التربية الفنية والفنون المجلد 21-العدد 03
3. أحمد اليومي على 2020التدفق النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى الطالب المعلم بكلية التربية الرياضية ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، المجلد 40-العدد 40
4. ألق تأثير زكي، ناجي النواب (دس) التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة ديالي، العدد 28 جزء (2) الثاني
5. جوهر بنت صالح المرشود ، فعالية برنامج إثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينية من طالبات كلية التربية جامعية القصيم ، قسم علم النفس -جامعة الامام عبد الرحمان الفيصل ، العدد 29-1442هـ
6. زهور سليم الجهني، التدفق النفسية وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة، مجلة التربية العدد 193 يناير 2022 م الجزء (2)ن جامعة الازهر كلية التربية بالقاهرة .
7. زينب ماجد محمد ، د. عبد الله مجيد العتابي جامعة وسط كلية ، التربية للعلوم الانسانية مجلة كلية التربية -العدد السابع و الثلاثون ذو القعدة (2019) معرفة التدفق النفس لدى طلبة الجامعة

8. صواش خلود رواية -جلید شروق - سواعدية ياسمين ، مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أعوان الشبه الطبي في ضوء بعض المتغيرات المختارة ، دراسة ميدانية بالمؤسسات الاستشفائية العمومية للصحة الجورية بالمسيلة ، جامعة محمد بوضياف
9. عماد عبد المير نصيف ، التناول المتعلم والابداع الانفعالي و علاقتها بالتدفق النفسي ، أطروحة مقدمة إلى مجلس كلية الآداب في جامعة بغداد وهي من متطلبات نيل شهادة دكتوراه فلسفة في علم النفس -2015).
10. فاطمة السيد حسن خشبة 2017 التدفق النفسي وعلاقته بعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية لدى المعلمين المجلة المصرية للدارسات النفسية، العدد96 المجلد27 كلية الدارسات الانسانية ، فهلية، مصر
11. محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة 2013-حالة التدفق -كتاب الالكتروني شبكة العلوم النفسية ، خارج إصدار المتسلسل لكتاب الشبكة
12. مريم نزال سليمان الغنزي ، 2008 مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقتها باتزان من الانفعالي ن مجلة بحوث كلية الادب ، جامعة الجوف
13. مهرية الاسود -الزهرة الاسود سنة 2020، التدفق النفسي لدى طلبة الشهيد حمة لخضر الوادي ورقلة العدد6 المجلد1 ، مجلة العلوم النفسية والتربوية
14. الياس يسرى الصاوي -التدفق النفسي وعلاقته بالذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المتشاركين وغير المتشاركين في الانشطة الطلابية ، جامعة 6أكتوبر مجلد 26. العدد ،يونيو 2020بمدرس بقسم علم نفس بكلية التربية
15. شروخ صلاح الدين. (2003). منهجية البحث العلمي لدى الطلبة الجامعيين. عنابة: دار العلوم للنشر .
16. عباس وآخرون. (2014). مدخل الى المناهج البحث في التربية وعلم النفس. عمان ،الاردن: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

17. ناصيف عماد عبد الأمير (2015). التفاؤل المتعلم والابداع الانفعالي وعلاقتها بالتدفق النفسي. أطروحة دكتوراه غير منشورة . جامعة بغداد، العراق.
18. البلوي سامي(2007)، التحليل الاحصائي، الأردن، جامعة مؤتة، كلية العلوم التربوية .

الملاحق

الملحق رقم 01 نتائج ارتباط كل بعد بالتدفق النفسي

Correlations

		التفانقي	الشخصية	الأهداف	التوازن	التركيز	ضبط	تعبية	انتماج	احساس	فقدان
التفانقي	Pearson Correlation	1	,580**	,679**	,739**	,690**	,538**	,582**	,606**	,056	,180
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,592	,084
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
الشخصية	Pearson Correlation	,580**	1	,425**	,534**	,402**	,238	,106	,303**	-,150	-,027
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000	,021	,312	,003	,151	,796
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
الأهداف	Pearson Correlation	,679**	,425**	1	,546**	,405**	,419**	,179	,228	-,087	,013
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,000	,000	,086	,028	,407	,900
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
التوازن	Pearson Correlation	,739**	,534**	,546**	1	,546**	,319**	,182	,392**	-,060	,037
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000	,002	,082	,000	,568	,725
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
التركيز	Pearson Correlation	,690**	,402**	,405**	,546**	1	,483**	,194	,395**	-,115	-,048
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000		,000	,062	,000	,271	,648
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
ضبط	Pearson Correlation	,538**	,238	,419**	,319**	,483**	1	,150	,199	-,242	,115
	Sig. (2-tailed)	,000	,021	,000	,002	,000		,151	,056	,019	,270
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
تعبية	Pearson Correlation	,582**	,106	,179	,182	,194	,150	1	,278**	-,027	,057
	Sig. (2-tailed)	,000	,312	,086	,082	,062	,151		,007	,801	,586
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
انتماج	Pearson Correlation	,606**	,303**	,228	,392**	,395**	,199	,278**	1	,074	,149
	Sig. (2-tailed)	,000	,003	,028	,000	,000	,056	,007		,483	,155
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
احساس	Pearson Correlation	,056	-,150	-,087	-,060	-,115	-,242	-,027	,074	1	,207
	Sig. (2-tailed)	,592	,151	,407	,568	,271	,019	,801	,483		,047
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93
فقدان	Pearson Correlation	,180	-,027	,013	,037	-,048	,115	,057	,149	,207	1
	Sig. (2-tailed)	,084	,796	,900	,725	,648	,270	,586	,155	,047	
	N	93	93	93	93	93	93	93	93	93	93

الملحق رقم 02 نتائج الفروقات بين المتوسطات حسب المستوى

Descriptives

التفانقي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
اطلي لسان	27	94,7778	10,81784	2,08189	90,4984	99,0572	74,00	114,00
داويه لسان	35	105,2000	13,30148	2,24836	100,6308	109,7692	68,00	130,00
دالده لسان	31	106,3548	11,79420	2,11830	102,0287	110,6810	85,00	135,00
Total	93	102,5591	13,00373	1,34842	99,8811	105,2372	68,00	135,00

الملحق رقم 03 نتائج اختبار "ت" الفروق بين المتوسطات المجموعتين الطريفتين  
على مقياس التدفق النفسي

التدفق النفسي

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2325,561	2	1162,781	7,909	,001
Within Groups	13231,363	90	147,015		
Total	15556,925	92			

الملحق رقم 04 الفروقات بين المتوسطات حسب المستوى

T-Test

Group Statistics

التخصص	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
علم النفس عيادي التدفق النفسي	27	94,7778	10,81784	2,08189
علم النفس المدرسي	35	105,2000	13,30148	2,24836

الملحق رقم 05 ألفا كرونباخ

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,777	30

## الملحق رقم 06 : استبيان

أخي أختي الطالبة في إطار إعداد مذكرة لنيل شهادة ليسانس تخصص علم النفس العيادي نضع في متناولك هذا الاستبيان الذي يمثل مجموعة من الفقرات الرجاء الإجابة عنها كاملة وبدقة وذلك فقط بوضع (X) أمام الإجابة التي تراها مناسبة لك بكل صراحة وقناعة مع العلم أن هذه المعلومات تستخدم لغرض البحث العلمي فقط مع ضمان السرية التامة .

## - المعلومات الأولى :

الجنس :

المستوى :

العمر :

التخصص :

الرقم	العبارات	دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
1	بدا الدرس مثير وممتع لي					
2	أنجز واجباتي بدقة ولا أشعر بأي جهد أو تعب يذكر					
3	الدراسات الجامعية ولدت لدي شعور بالبهجة والسرور					
4	وجدت التجربة الدراسية ذات مردود إيجابي كبير					
5	أعرف بوضوح ما أريد فعله دراسيا					
6	أضع أهدافا محددة وواضحة في دراستي					
7	أشعر أن أهدافي تتحقق بسلامة في دراستي الجامعية					
8	أبحث باستمرار عن الأهداف التي تعطي لِنفسي تحديا					
9	قدراتي توازي التحدي العالي للدراسات الجامعية					
10	أثناء الأداء الدراسي كانت لدي فكرة جيدة عن مستوى أدائي					
11	أجد أن الدراسات الجامعية مثيرة لأن فيها تحد عال					
12	ينصب تركيزي بالكامل على ما أفعل أثناء الدرس					
13	أشعر بصفاء ذهن غير عادي أثناء الدرس					

					14	خلال الدرس أحصل على المعلومات على النحو الأمثل حتى عندما تعلمه الضوضاء من حولي
					15	أشعر أنني أفهم كل كلمة يقولها الأستاذ
					16	أشعر بأنني مهياً بشكل كافي لمواجهة متطلبات الدراسات الجامعية
					17	لدي قدرة على ضبط ومقاومة الملل والقلق خلال الدرس
					18	أستطيع السيطرة على المثيرات الخارجية أثناء القدرة
					19	بدا واضحاً لي أنني أتقنت واجباتي الدراسية جيداً
					20	أنا واع بمستوى كفايتي في الدراسات الجامعية
					21	يمكنني أن أتبين من خلال الأسلوب الذي يؤدي به دروسي مدى إجادتي لما أفعله
					22	لم أرضى إلا بمستوى تعلم أفضل فيما أُرغب القيام به من أعمال
					23	نشاطي الدراسي بدأ لي وكأنه يحدث تلقائياً
					24	أشعر بالاندماج الكامل فيما أتعلمه أثناء الدرس
					25	بدا الوقت وكأنه يتغير مرة للأسرع وأخرى للأبطأ أثناء الدرس
					26	لم أشعر بالوقت عندما كنت تؤدي واجباتي الدراسية
					27	بعض الأوقات يبدو كأن سير الأحداث الدراسية يحدث بصورة بطيئة
					28	في الدرس أشعر أنني أقل وعياً بذاتي ومشكلاتي الشخصية
					29	لم أكن قلق حول أدائي أثناء الدرس
					30	لم أبدي اهتماماً لما قد يظنه زملائي بي أثناء الدرس