جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية

التدفق النفسي لدى مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

– دراسة وصفية على عينة من مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لولاية الوادي –

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس: تخصص علم النفس المدرسي

إعداد الطالبتين:
جهيدة ضيات
فتيحة بالعيد

إشراف الدكتور:
الساسي حوامدي

يوم 06/08/ 2024 أمام لجنة المناقشة المكونة من:

اسم ولقب الأستاذ	الدرجة العلمية	الجامعة الأصلية	الصفة
غربي عبد الناصر	أستاذ التعليم العالي	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	رئيساً
الساسي حوامدي	أستاذ محاضر أ	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	مشرفاً ومقرراً
محمد خماد	أستاذ محاضر أ	جامعة الشهيد حمه لخضر–الوادي–	مناقشاً

الموسم الجامعي:2023–2024

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بولاية الوادي والكشف عن ما إذا كانت هناك فروقاً في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت العينة من(70) مستشار ومستشارة، تم اختيارهم بطريقة المسح الشامل، وقد تم تطبيق مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش (**Jackson & Marsh** ، 1996) وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، وقد أوصت الدراسة بضرورة إقامة دورات وبرامج لتنمية التدفق النفسي، ونشر ثقافة علم النفس الإيجابي لدى مستشاري التوجيه.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي؛ مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.

Abstract:

The current study aimed to identify the level of psychological flow among school and vocational guidance and counseling counselors in the state of El Oued and to reveal whether there are differences in the level of psychological flow among the sample members due to the academic specialization variable. The study followed the descriptive approach, and the sample consisted of (70) male and female counselors. They were selected using a comprehensive survey method, and the psychological flow scale of Jackson and Marsh (Jackson & Marsh, 1996) was applied. The results showed a high level of psychological flow among the sample members. The results also showed that there were no statistically significant differences between the average scores of the sample members in... The level of psychological flow is due to the variable of academic specialization. The study recommended the necessity of establishing courses and programs to develop psychological flow, and spreading the culture of positive psychology among guidance counselors.

فهرس المحتويات	الصفحة
- ملخص الدراسة باللغة العربية:.....	أ
- ملخص الدراسة باللغة الأجنبية:.....	ب
- فهرس المحتويات:.....	ج
- فهرس الجداول:.....	هـ
- فهرس الملاحق:.....	و
- مقدمة:.....	ز
الإطار النظري للدراسة	
الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة	
1- إشكالية الدراسة:.....	**11**
2- فرضيات الدراسة:.....	**14**
3- أهمية الدراسة:.....	**14**
4- أهداف الدراسة:.....	**15**
5- حدود الدراسة:.....	**15**
6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:.....	**16**
الفصل الثاني: **التدفـــق النفســي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني**	
- **تمـهيد:**.....	**17**
1- أبعاد التدفق النفسي:.....	**18**
2-أهمية التدفق النفسي:.....	**23**
3-مراحل التدفق النفسي:.....	**24**
4-شروط التدفق النفسي:.....	**25**
5-خصائص التدفق النفسي:.....	**26**
6-أنواع التدفق النفسي:.....	**27**
7-خبرة التدفق النفسي:.....	**28**
8-النظريات المفسرة للتدفق النفسي:.....	**29**

- **خلاصة الفصل:**.....	**33**
الإطار الميداني للدراسة	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
- تمهيد:.....	**36**
1-منهج الدراسة:.....	**36**
2-مجتمع الدراسة:.....	**37**
3-أدوات جمع البيانات:.....	**40**
4-إجراءات الدِراسة الأساسية:.....	**42**
5-الأساليب الإحصائية:.....	**43**
- خلاصة الفصل:.....	**44**
الفصل الخامس: **عرض وتحليل النتائـج ومناقشتها**	
- **تمهيد:**.....	**46**
1- عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة:.....	**47**
1-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:.....	**47**
1-2-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:.....	**48**
2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات:.....	**49**
2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:.....	**49**
2-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:.....	**51**
3-خلاصة نتائج الدراسة والمقترحات :.....	**53**
- **قائمة المراجع:**.....	**58**
- **قائمة الملاحق:**.....	**62**

فهرس الجداول

الرقم	عناوين الجداول	الصفحة
01	يمثل تعداد وتوزيع أفراد مجتمع الدراسة.	37
02	يمثل تعداد وتوزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية.	38
03	يمثل تعداد وتوزيع أفراد عينة الدراسة الاساسية.	40
04	يمثل درجات بدائل الإجابة على مقياس التدفق النفسي.	41
05	يمثل معاملات الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي.	41
06	يمثل معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي.	42
07	يبين مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.	47
08	يوضح نتيجة اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لكشف دلالة الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس–علوم التربية–علم الاجتماع).	48

فهرس الملاحق

الملحق رقم(01): مقياس التدفق النفسي

مقدمة:

لم يعد علم النفس مجرد دراسة للاضطرابات والمشكلات النفسية، بل ظهر تيار حديث يتمثل في علم النفس الإيجابي، الذي يركز على كل ما هو إيجابي، ويقدم أفضل الطرق لمساعدة الأفراد على تنمية خصالهم الإيجابية وصولا لأعلى تجليات الصحة النفسية، وجودة الحياة بصفة عامة.

وهذا ما أكده كل من (**Seligman&Mihali**.1998) على أن علم النفس الإيجابي ليس علما لدراسة المرض والاستسلام والانهيار والانهزام النفسي، لكنه علم دراسة قوى وفضائل النفس الإنسانية وقيمها وليس هذا فحسب بل يقوم أيضا على تعظيم المهارة التي يمتلكها جميع الأفراد؛ وهي مهارة الكفاح من أجل بلوغ هدف ما والتي تؤدي إلى بناء السمات البشرية الإيجابية، واستخدامها في مكانها الصحيح.

ويعد التدفق النفسي أحد المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي، والتي تهدف إلى تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد، وتمثل ظاهرة إيجابية باعتبارها خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه أثناء إعمال التدبر والتفكر في حل بعض المشكلات، فيذوب الفرد في تنفيذ المهام والعمال المرتبطة بهذه المشكلات، مقترنا بحالة من النشوة والابتهاج، ويعاين من خلالها بهجة الحياة ويكتشف معناها، وتصبح حياته هادفة وجديرة بأن تعاش (غريب، 402 ،92).

فنرى أن مستشار التوجيه والارشاد المدرسي يعد من العوامل ذات التأثير الواضح في ارتقاء عملية التوجيه والارشاد المدرسي بل هو محور العملية التوجيهية لما يقوم به من دور هام في مساعدة التلاميذ على كيفية مواجهة المشكلات التي تعترضهم خلال مسارهم الدراسي للوصول بهم إلى بناء مشروعهم المستقبلي.

وضمن هذا الإطار، تأتي الدراسة الحالية للتعرف على مستوى التدفق النفسي لدى مستشار التوجيه والارشاد المدرسي لولاية الوادي.

واعتباراً لمنهج البحث العلمي القائم على التسلسل المنطقي في عرض وتقديم الأفكار والمعطيات، فقد قسمت الدراسة إلى **أربعة فصول** بواقع فصلين للإطار النظري، وفصيلين للإطار الميداني. فاشتملَ **الفصل الأول** من الإطار النّظري على تقديم موضوع الدراسة، حيث تم التناول فيه: إشكالية الدراسة، وفرضياتها، وأهميتها وأهدافها، وكذا التعاريف الإجرائية لمتغيراتها. أمّا **الفصل الثاني** من الإطار النظري فقد خصص لتناول مفهوم التدفق

النفسي، وأبعاده، بالإضافة إلى أهمية التدفق النفسي ومراحله وشروطه، وكذلك خصائص التدفق النفسي، وأنواعه، أيضا خبرة التدفق النفسي، والنظريات المفسرة للتدفق النفسي وأخيرا خلاصة الفصل.

أما في **الإطار الميداني** من الدراسة تضمن فصلين، سنتطرق في **الفصل الأول** من الجانب الميداني والذي يأتي في الترتيب **الثالث** إلى عرض الإجراءات المنهجية للدراسة، بدءا بعرض المنهج المستخدم في الدراسة، كذلك وصف مجتمع وعينة الدراسة وحدودها، أيضا أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية، لنبين بعدها إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية، وكذا أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليلها.

أما **الفصل الرابع** فقد تم من خلاله عرض وتحليل النتائج ومناقشتها في ضوء فرضيات الدراسة، ليختتم هذا الفصل بعرض خلاصة النتائج ومحاولة طرح مجموعة من المقترحات تخص مشكلة الدراسة.

الإطار النظري للدراسة

الفصل الأول: تقديم موضوع الدراسة.

الفصل الثاني: التدفـــق النفســي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

الفصل الأول:

تقديم موضوع الدراسة

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- حدود الدراسة

6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

1-إشكالية الدراسة:

أصبح الاهتمام بالإرشاد والتوجيه في عصرنا الحالي حتميةُ تمليها مجموعة من الاعتبارات أساسها حق الفرد في رسم معالم مستقبله، وبذلك فإن خدمات الإرشاد المدرسي تأتي متممة ومكملة للعملية التربوية وجزء هام لا يتجزأ منها، حيث يُعنى ويسهم في تنمية شخصية التلميذ بكل أبعادها. ومن هذا المنطلق فإن الإرشاد المدرسي هو فعل تربوي يتماشى ويتكامل مع ما تهدف إليه العملية التربوية والتعليمية، أي أنه يسعى إلى مساعدة التلميذ لتحقيق توافقه النفسي والمدرسي وفقاً لاستعداداته وقدراته وتطلعاته ومقتضيات المحيط الاجتماعي والاقتصادي، لتمكينه من بناء مشروعه الشخصي والقيام باختياراته المدرسية والمهنية عن دراية، أي أنه يحقق أهداف الفرد والجماعة.

بناء عليه؛ أولت الجزائر أهمية بالغة للتّوجيه في العملية التربوية وأدرجته في كافة النّصوص والمواثيق الرّسمية الخاصّة بقطاع التربية والتكوين منذ الاستقلال، كما نصت عليه الأمرية 1976 المتعلقة بالإصلاح التربوي في الجزائر وتعميم تعين المستشارين لما لهم من دور ريادي في العملية التوجيهية وتخصيص لكل منهم مؤسسة(متوسطة-ثانوية)، خاصة بعد استفادة قطاع التربية من عملية إدماج المستفيدين من جهازي المساعدة على الإدماج المهني والإدماج الاجتماعي لحاملي الشهادات كما أقر عليه المرسوم التنفيذي رقم: 19-336 المؤرخ في 09 ديسمبر 2019.

ومن خلال المراجعة لمحتوى النصوص والمناشير المحددة لمهام وأدوار مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في المؤسسات التعليمية أحدثها المنشور الوزاري رقم 1051 المؤرخ في 23 جوان 2018 يمكن تقسيم مهام مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني إلى أربعة محاور أساسية هي:

- محور الإعلام المدرسي.
- محور التوجيه المدرسي.
- محور الارشاد المدرسي.
- محور التقويم والمتابعة.

وحتى يقوم مستشار التوجيه بأداء كل هذه الأنشطة على أكمل وجه وملاحقة كل ما هو جديد في ميدان عملهم ورفع كفاءاتهم المهنية وتعزيز قدراتهم ومن ثمة الارتقاء بمستوى أداءهم في المؤسسات التربوية وجب تمتعه بالصحة النفسية، حيث يعد **التدفق**

النفسي(Psychological Flow Theory) من تجليات الصحة النفسية الإيجابية ووجوده الحياة ويترتب عليها آثار إيجابية وهو الشعور بالسعادة، والتدفق النفسي هو التوازن بين إدراك الفرد لمهاراته ولصعوبة النشاط ويكون الفرد على ثقة بأن كل شيء تحت السيطرة، التي تعزز بيئة العمل وتزيد من فاعلية الانجاز والشعور بالاستقرار النفسي ودعم الشخصية نحو مزيد من العطاء والابداع. وهذا ما أكد عليه كل من **(الظاهري والغنامي، 2023)** عندما تحدثى عن أهمية التدفق النفسي في بيئة العمل "**إن الموظفين الذين يتعرضون لخبرة التدفق النفسي يقومون بإعطاء العمل اهتماما خاصاً وتتركز جهودهم حول استكمال مهمتهم الوظيفية سعياً للمشاركة في تحقيق أهداف المنظمة**".

وعليه؛ يمكن القول أن التدفق النفسي كما يتضح سابقاً يمثل مهارة ايجابية في شخصية الفرد حيث يؤدي الى زيادة القدرة الانتاجية والكفاءة في انجاز العمل، وتحرر من الضغوط النفسية ولعل هذا ما دفعنا لتناول التدفق النفسي وخاصة في ظروف تتعلق بالتحديات والضغوط والصعوبات المهنية التي يعاني منها مستشار التوجيه كما أثبتته نتائج العديد من الدراسات، منها دراسة **(بوزناد، 2017)** والتي توصلت في نتائجها إلى أن التوجيه المدرسي في الجزائر لا يزال يعاني من وجود صعوبات في نشاطاته ومحاوره وهي صعوبات على صعيد الاعلام والاتصال وصعوبات على صعيد التوجيه والارشاد وصعوبات على صعيد التكفل والمرافقة وصعوبات على صعيد المتابعة والتقويم، وعدم قدرة الاصلاحات وكفاءتها في حل مشكلات التوجيه المدرسي و هو ما يؤثر على فعالية تدخل مستشار التوجيه وكذلك تنوع النشاطات الموكلة اليه(الا علام المدرسي، التقويم، التوجيه الدعم والمتابعة، التكوين، البحوث والدراسات) فإنه يصعب عليه تغطية نشاط واحد، فكيف يستطيع أن يغط باقي النشاطات.

كما توصلت نتائج دراسة كل من دراسة ودراسة **أولاد هدار (2020) و(بن عربية 2020)** إلى أن مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي له دور كبير في العملية التربوية، كما أنه يواجه عدة صعوبات وعراقيل في مساره المهني، في نفس السياق توصلت نتائج كل من **شهرة ومنصور(2022)** أن لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني الكثير من المعوقات أهمها(معوقات ذاتية تتعلق بالمستشار، ومعوقات تتعلق بالبيئة الارشادية ومعوقات تتعلق بأطراف العملية التربوية، ومعوقات تتعلق بمدير المؤسسة، ومعوقات تتعلق

بالبيئة الاجتماعية والثقافية). وهو نفسه ما توصلت إليه نتائج كل من دراسة **(بن حامد، 2024)**.

بناء على ما سبق يمكن القول أن التدفق النفسي يساعد الفرد على الاندماج في أنشطة الحياة والتغلب على الصعاب، حيث إن الموظفين الذين يتعرضون لخبرة التدفق النفسي يقومون بإعطاء العمل اهتماما خاصاً وتتركز جهودهم حول استكمال مهمتهم الوظيفية سعياً للمشاركة في تحقيق أهداف المنظمة، وهذا يؤكد على أهمية حالة التدفق في بيئة العمل(الظاهري والغنامي، 2023).

وقد تبلورت مشكلة الدراسة الحالية عندما لاحظنا من خلال عملنا كمستشاري للتوجيه والارشاد المدرسي والمهني أنها مهنة يعاني فيها المستشار من الكثير من الضغوط خاصة في مرحلة التعليم المتوسط الذي يعتبر فيها منصب حديث. ولكن بالرغم من ذلك لاحظنا أن هناك من لديه مستوى مقبول في ممارسة المهام بينما هناك من يشعر بأنه وصل إلى الاحتراق النفسي، من هنا برزت مشكلة الدراسة الحالية التي ترمي إلى التعمق في فهم فئة المستشارين والعوامل المؤثرة فيهم، فهم كغيرهم من الأفراد بالمهن الأخرى تواجههم مجموعة من المشكلات أثناء عملهم، ونظرا لكونهم يتعاملوا مع حالات انسانية ويحتاجون إلى رعاية مستمرة، فهم يواجهون مشكلات أخرى لا يواجهها أقرانهم بالمهن الأخرى.

وعليه يمكن تلخيص مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والمتوسط الفرضي.

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع).

2-فرضيات الدراسة:

في ضوء إشكالية الدراسة المحددة بالتساؤلات السابق ذكرها، أمكن صياغة فرضيات الدراسة كحلول مؤقته للتساؤلات المطروحة، محاولين في ذلك تغطية جوانب مهمة من الدراسة، والتعبير عمّا قد يكشفه الواقع من حقائق بعد إخضاع هذه الفرضيات للدراسة الميدانية، وتتمثل هذه الفرضيات فيما يلي:

- **الفرضية الأولى:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والمتوسط الفرضي.
- **الفرضية الثانية:** توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع).

3- أهمية الدراسة:

أولاً: الأهمية النظرية:

تتحدد أهمية البحث النظرية فيما يلي:

- إلقاء الضوء على متغير من أهم المتغيرات النفسية في المجال السيكولوجي وهو (التدفق النفسي) وإعطاءه مزيداً من البحث والدراسة، حتى يتضح بشكل أدق، كونه متغير حيوي وحديث في مجال الصحة النفسية.
- إعطاء تصور حول مفهوم التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.
- تظهر أهمية الدراسة في كونها تتناول موضوع التدفق النفسي، وما يمثله من جوانب القوة في شخصية الفرد.

ثانياً - من الناحية التطبيقية: تتمثل الأهمية التطبيقية في الاستفادة من الدراسة ونتائجها من خلال:

- قد يسهم هذا البحث في التعرف على احتياجات هذه الفئة، ومن ثم تقديم الخدمات النفسية اللازمة.
- كما قد يسهم هذا البحث في تطوير برامج لتنمية التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.

4-أهداف الدراسة: تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق جملة من الأهداف هي:

- التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.
- التعرف على الفروق في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني وفق المتغير (التخصص الأكاديمي).

5-حدود الدراسة:

تتمثل حدود الدراسة فيما يلي:

5-1-الحدود الموضوعية: تقتصر هذه الدراسة على معرفة مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التوجيه بالإضافة إلى دراسة هذه المستويات وفق للمتغير التخصص الدراسي(علم النفس-علوم التربية- علم الإجتماع).

5-2-الحدود الجغرافية (المكانية): تم تطبيق هذه الدراسة على المستشارين المنتمين لمديرية التربية على مستوى تراب ولاية والوادي.

5-3-الحدود البشرية: شملت الدراسة جميع مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والبالغ المدمجين والبالغ عددهم 100 مستشارا.

5-4-الحدود الزمنية: تم تطبيق أدوات البحث خلال شهري جانفي ومارس من السنة الدراسية 2023- 2024.

كما تحدد الدراسة الحالية بالأدوات المستعملة فيها والمنهج المتبع.

6- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

إن وضع الباحث لمتغيرات الدراسة في حدود معينة – التعريف الإجرائي- يجعل المهتمين بالمشكلة يفهمون المتغير بالطريقة التي يقصدها الباحث، لأن الباحثين بصفة عامة قد يختلفون أو يتفقون حول معاني ومضامين بعض المتغيرات، وتجنبا لأي إلتباس أو غموض قد يعيق فهم دراستنا والنتائج المتوصل إليها، فإنه من الضروري تقديم تعريفات إجرائية للمتغيرات الأساسية تبعاً للسياق الذي استخدمت فيه، وهي كما يلي:

- **التـــدفق النفســـي:** يمكـن تعريـف التـدفق النفســي إجرائيـا بأنــه حالــة داخليــة تمثـل الانغمــاس (الاســتغراق) التــام والكامــل فــي أداء مهمــة معينــة تتماشــى مــع قــدرات ومهــارات مستشــار التوجيــه والارشــاد المدرســي والمهنــي، بحيــث لا تكــون أعلــى من قدراته فتتسبب له بالقلق، ولا تكون بسيطة وسهلة تتسبب له بالملل.

ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليه أفراد العينة بعد استجابتهم على عبارات مقياس التدفق النفسي المستخدم في البحث الحالي.

الفصـل الثانـي:

التدفـــق النفســي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

- تمهيد

1- تعريف التدفق النفسي

2-أبعاد التدفق النفسي

3-أهمية التدفق النفسي

4-مراحل التدفق النفسي

5-شروط التدفق النفسي

6-خصائص التدفق النفسي

7-أنواع التدفق النفسي

8-خبرة التدفق النـفسي

9-النظريات المفسرة للتدفق النفسي

- خلاصة الفصل

تمهيد:

يلعب التوجيه المدرسي والمهني دورًا هاماً في تحقيق أهداف أي نظام تربوي يسعى لإعداد كفاءات قادرة على تبوء مواقع الصدارة في أي ميدان تقتحمه، ولبلوغ هذا الهدف تسخر له الدول العديد من الوسائل سواء كانت بشرية أو تقنية، والجزائر على غرار هذه الدول تسعى جاهدة لتوفير ذلك، فمن الوسائل البشرية التي تسخرها، نجد مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، الذي تقع على عاتقه مسؤولية مساعدة المتعلمين في سيرورة بناء مشاريعهم المستقبلية الدراسية والمهنية، من خلال سعيه الحثيث لجعل نشاطات التوجيه تسعي نحو تحقيق هذا الهدف.

لذلك وجب تمتع مستشار التوجيه بالصحة النفسية الإيجابية ووجوده الحياة، خاصة في هذه المهنة التي تتميز بالتحديات والضغوط المهنية التي يعاني منها مستشاري التوجيه والتي تتطلب القدرة على الانجاز رغم التحديات والشعور بقوة وحب العمل ليصل الى درجة مرضية في تحقيق اهداف عملية التوجيه، ويمثل التدفق النفسي مهارة ايجابية في شخصية الفرد حيث يؤدي الى زيادة القدرة الانتاجية والكفاءة في انجاز العمل، ولعل ذلك ما كان سبب في تناوله في هذه الدراسة.

ولذلك جاء هذا الفصل لتسليط الضوء على هذا المتغير، حيث سنتاول مفهوم التدفق النفسي وأبعاده بالإضافة إلى أهميته وخصائصه كما سيتم التطرق إلى أنواع التدفق النفسي وشروطه وكذا خبرته والنظريات المفسرة للتدفق النفسي.

1- تعريف التدفق النفسي(Psychological flow):

لقد اهتم علماء النفس بالمرض العقلي للإنسان وتعاسته وشقائه، وحققوا إنجازاً في هذا المجال، حيث توصل علماء النفس إلى قياس الأفكار التي لها علاقة بالجوانب السلبية في سلوك الإنسان، مثل القلق والخوف والاكتئاب، والانحراف والتطرف والغضب والفصام وغيرها من الاضطرابات النفسية والعقلية وجوانب السلوك اللاسوي، وكما توصلوا إلى كيفية الحد منها أو تخفيفها، أو علاجها، ولكن هذا الانجاز رغم أهميته لم يجعل الإنسان يحيا حياة لها معنى وجديرة بأن تعاش، حيث إنهم اهتموا بالعوامل السلبية، وأهملوا القوى الإيجابية والفضائل الإنسانية(زكي والنواب، 2018، 987).

إن الجذور التاريخية لدراسة التدفق تعود الى حوالي الستينات من القرن الماضي عندما بدأ **(كسيكزينتميهالي** وزملاؤه) من الباحثين بدراسة التدفق النفسي، وبعد أن أصبح شغوفاً بالفنانين الذين ينغمسون في عملهم خصوصاً الرسامين الذين يندمجون تماماً في فنونهم، ولذلك أصبحت بحوث التدفق النفسي سائدة في الثمانينات وفي التسعينات(**Csikszentmihalyi,** 2012, 5).

وفي هذا الصدد اشارت المصادر التاريخية أن **مايكل انجلو** وضع رسومه على السقف المعلق لكنيسة الفاتيكان فيما كان في حالة من التدفق، وقد ذكر أنه كان يرسم لأيام في بعض الأحيان وكان مستغرقاً تماماً في عمله حتى إنه لم يتوقف للطعام أو النوم حتى وصوله إلى نقطة الإغماء وكان يستفيق منتعشاً وعند دخوله في مرحلة الرسم مجدداً كان يدخل في حالة الاستغراق الكامل (**Schwartz & Robert,** 2004, 18).

ومن هنا يتضح أن التدفق النفسي له تاريخه في علم النفس، وأنه ينتمي إلى علم النفس الإيجابي، الذي أصبح يركز على القوى الإيجابية عند الإنسان، بدلاً من التركيز على النواحي السلبية والامراض والاضطرابات فقط، حيث إن الاهتمام بالنواحي الإيجابية تنمي عند الإنسان قدرات متعددة وتجعله يعيش الحياة بالمعنى الذي ينبغي أن تعاش به.

بدأ مفهوم التدفق النفسي مع بداية أبحاث وأعمال "تشكزينتهيمالي"، والذي أتبعه بالعديد من التعديلات وصولاً إلى مفهوم يتسم بالدقة يشرح فيه حالة التدفق النفسي مع تحديد أبعاده التي تصف هذه الحالة، كما قد عرفه أيضاً العديد من الباحثين الأجانب والعرب، وفيما يلي سنذكر أهم هذه التعريفات التي ارتأينا بأنها تخدم الدراسة الحالية:

1-1-التعريف اللغوي:

جاء في المعجم الوجيز(2002) أنه يتمركز التعريف اللغوي للتدفق حول السيولة والاندفاع بقوة فيقال: دفق الماء دفقا، أي امتلأ حتى يفيض الماء من جميع جوانبه، وادفق الماء وتدفق أي سال بقوة بشدة بقوة [في شدة وقوة](عبيدات، بوقصة، 2023، 54).

1-2- التعريف الاصطلاحي:

تعريف كسيكسزينتاميهالي: حالة يجد فيها الفرد نفسه مندمجا اندماجا تاما في النشاط أو العمل الذي يقوم به تجاهل تام لأي نشاطات أو مهام أخرى مع تحقيق حالة من الاستمتاع الشخصي (العروم وجحيدر، 2022، 18).

تعريف دانيال جولمان (2000): التدفق النفسي بأنه استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتى يبلغ ذروة الأداء ودرجة الامتياز فيها ويستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود كالشلال المتدفق، فإذا استطاع الفرد الوصول إلى هذه الحالة فهو يمثل أقصى درجة من الأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد من الشعور بالملل و الاكتئاب والتوتر والقلق (الصاوي، 2020، 229).

وقد عرفته أمال أباظة (2009، 03): التدفق النفسي بأنه يمكن تحديده في: الاستغراق التام أو الانشغال بالأداء، سرعة الأداء أو الوصول إلى مستوى عال من الأداء، الشعور بالسعادة، إنخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، نسيان احتياجات الذات، الاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء(أحمد وعبد الجواد، 2002، 09).

كما عرف أبو حلاوة (2013): وصف ميهالي (**Csikszentmihalyi**) التدفق بأنه حالة يركز فيها الفرد على مهمة بين يديه مع استبعاد المحفزات الداخلية والخارجية الأخرى. يندمج في هذه الحالة الوعي والفعل معاً، فيقوم الفرد بما يجب القيتم به بكل سهولة بدون انطباعات ناقدة لأفعال الفرد. تميل الأهداف إلى أن تصبح أوضح وتكون الوسائل.

وتعرفه بن الشيخ (2015، 42-43): هو حالة وجدانية آنية يخبرها الفرد عندما يمارس نشاطه المفضل، يحس من خلاله بأبه قدراته ومهاراته الشخصية بلغت أقصاها لمستوى يتكمن من خلاله مواجهة مختلف التحديات التي تطرحها المهمة التي يؤديها، وأثناءها يصبح

الفرد مندمجا كليا في الأداء بشكل ينسى من خلاله كل ما حوله ولا يركز إلا في النشاط الذي بين يديه، وهي خبرة تترك أثرا إيجابيا في شكل شعور بالسرور والمتعة لمجرد أنه يؤدي هذا النشاط.

ومن هنا يمكن القول أن التعريفات السابقة تركز على ما يلي:

- التدفق النفسي حالة.
- يحدث التدفق النفسي عندما يصل الأداء إلى أعلى مستوياته.
- عندما يحدث التدفق التنفسي ينسى الفرد نفسه.
- لا يشعر الفرد أثناء التدفق بالزمان والمكان ولا بالعالم من حولة.
- يشعر الفرد أثناء التدفق بالسعادة والبهجة.

ومن ثم نستطيع أن نعرف التدفق النفسي بأنه: **حالة أو خبرة مثالية لدى مستشاري التوجيه والارشاد المدرسي والمهني تدفعهم لأداء الأنشطة المكلفين بها بدرجة عالية من الاتقان، وتجاهل حاجة النفس، والانشغال بالمهمات بشكل كبير، ونقص الوعي بالمكان والزمان، والسرور والبهجة العفوية، مع الاستمتاع بالعمل.**

2- **أبعاد التدفق النفسي:** لقد حدد ميهالى(**Mihaly**,1996) تسعة أبعاد رئيسية لحالة التدفق النفسي كالآتي:

2-1- التوازن بين التحديات والمهارت:

يعد التوازن بين مستوى تحديات والمهمة وقدرات الفرد ومهارته مطلبا أساسي لحدوث التدفق فالتدفق يتطلب توازنا بين المستوى المرتفع من متطلبات المهمة ومهارات الفرد فعندما يفوق مستوى مهارات الفرد تحديات المهمة فان هذا يولد الملل وفي حالة ما إذا كان مستوى تحديات المهمة أكبر من مستوى قدرات الفرد فإنه يولد القلق.

2-2- الدمج بين الفعل والوعي:

خلال التدفق يشعر الفرد بالاندماج الكلي فيما يقوم بهمن مهام، فالاندماج الشديد في نشاط ما يساعد على تركيز الانتباه على هذا النشاط وهذا من شأنه يساهم في تحقيق التدفق

وعندما يندمج الفرد في النشاط بشكل تام فإن النشاط سيبدو تلقائيا وكأنه يحدث بشكل أوتوماتيكي بل ويشعر بأن ذاته أصبحت جزء من المهمة .

2-3- الأهداف الواضحة:

يكمن للفرد أن يندمج في أي نشاط أن يخبر التدفق إذا كانت هناك أهداف واضحة وتغذية مرتدة فورية ووضوح الأهداف يعني معرفة الفرد بشكل جيد المطلوب فعله وإتباعه خطة محددة أما عدم وضوح الأهداف فهذا يجعل من الصعب التركيز على المهمة وإكمالها حتى النهاية .

2-4- التغذية المرتدة الفورية:

لابد من توافر تغذية مرتدة فورية أثناء أداء الأنشطة وقد تكون التغذية المرتدة داخلية أو خارجية وتفيد التغذية المرتدة الفورية الإيجابية في تعزيز الإحساس بالكفاءة الذاتية لأن التدفق يتطلب توافر قدرا من التحديات أو الصعوبات في النشاط وقد يحدث أحيانا فشل في الأداء ولهذا يحتاج الفرد المتدفق إلى أن يعرف نتائج ومستوى أدائه على النشاط

2-5- التركيز على المهمة:

التدفق يتطلب تركيزا كليا مرتفعا على المهمة أو النشاط مما يسهل على الأفراد بدء الإحساس بالتدفق ووجود اهداف واضحة للنشاط يساعد الفرد على تركيز إنتباهه على هذا النشاط وتركيز الإنتباه هو جوهر التدفق وهو في ذاته يتطلب مزيدا من الجهد، ويؤدي إلى جعل الفرد يندمج بشكل كلي في النشاط متناسيا ذاته وأي شيء آخر في الحياة من حوله.

2-6- الإحساس بالتحكم (السيطرة):

الفرد في حالة التدفق يكون لديه القدرة على التحكم في النشاط أيضا يكون لديه احساسا بالقوة والثقة بالنفس والهدوء والتفكير الإيجابي وينتج عن احساسه بالحرية وعدم قلقه من أدائه، فالتدفق ينطوي على الاندماج التام في النشاط مع الشعور بالسيطرة أو التحكم في أداء النشاط.

2-7- فقدان الوعي بالذات (الوعي الذاتي):

نتيجة للتركيز الشديد للفرد على المهمة فإنه يفقد إحساسه بذاته ولا يهتم بكيف تبدو صورته أمام الآخرين أو بما يفكر الآخرون فيه لدرجة فقدان الوعي بالذات بشكل تام.

2-8- تغيير الاحساس بالوقت:

ادراك الفرد للوقت أثناء التدفق يختلف عن إدراكه له في الانشطة العادية فالمتدفق يشعر أحيانا بأن الوقت يتقلص ويمتد في احيانا أخرى فمثلا قد يشعر بأن الساعة أثناء التدفق تمر على أنها بضع دقائق.

2-9- الخبرة ذاتية الهدف:

هذا البعد يضم كل الأبعاد السابقة ويرى كسيكزينتميهالي أن الخبرة ذاتية الهدف إنما تعني أن أداء المهمة أو النشاط يكون هدفا في ذاته دون النظر لأي تعزيزات أو مكافئات خارجية ناتجة عن هذا الأداء فالنشاط في حد ذاته يعتبر ممتعا ففي التدفق يكون الدافع لدى الفرد داخليا ولا ينتظر الفرد أي عائد من أدائه للنشاط.

ويحدد **محمد السيد (2009)** ثلاثة أبعاد للتدفق وهي:

- نسيان الذات.
- السرور التلقائي.

في حين تحدد **آمال أباظة (2011)** ثمانية أبعاد للتدفق وهي:

- إدارة الوقت بإيجابية.
- مستوى النشاط والعمل المرتفع مع الشعور بالمسؤولية.
- وضوح الهدف من ممارسة العمل أو النشاط.
- الاندماج الكامل في العمل أو النشاط.
- تركيز الانتباه ومواجهة التحديات.
- الشعور بالمتعة والدافعية أثناء الأداء.
- نسيان الذات والزمان والمكان أثناء الانشغال بالعمل.
- الأداء بتلقائية والسيطرة على اتخاذ القرارات وإجراء التعديلات.

كما حددت **أسماء فتحي وميرفت عزمي (2013)** الأبعاد التالية للتدفق:

- الإستغراق أو الانشغال التام بالأداء.

- سرعة الأداء.
- الوصول إلى مستوى عال من الأداء.
- الشعور بالسعادة.
- انخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء.
- نسيان احتياجات الذات.
- الاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء.

3- أهمية التدفق النفسي:

- يمنح فرصة للضبط والتنظيم والسيطرة على الوعي أو الشعور.
- يسمح بتطور وإزدهار الأفراد.
- يشيد ويبني الرأس المال النفسي.
- يتيح الوصول إلى الخبرة المثالية.
- يترتب على الشعور بالتدفق النفسي آثارا ايجابية منها خفض الشعور بالخوف والقلق والملل وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية وينمي التخيل العقلي والتفكير الابداعي كما ينمي مستوى الطموح والدافعية للإنجاز وتحمل المسؤولية وغيرها. (بلبقرة، 2018، 25)

ويمكن توضيح أهمية وفوائد التدفق النفسي في هذه النقاط كالآتي:

1-ردود فعل فورية : يساعد الشخص على التكيف المطالب المتغيرة ويتيح له الأداء للحفاض على حالة التدفق، فعند مواجهة مواقف جديدة ومشكلات اجتماعية صعبة تعيق إشباع حاجات الفرد وتمنعه من الوصول إلى هدفه لا يكفى لحلها الخبرات السابقة للفرد فقط، بل يحتاج حلها إلى تدفق نفسي ومهارات اجتماعية ووجدانية وعقلية تساعده على الحل الابداعي لهذه المشكلات وكيفية مواجهة هذه المواقف الجديدة بفاعلية حتى يتحقق التكيف المنشود.

2-فاعلية الذات وتحسين الاداء: نتيجة لما سبق الذي يعد في حد ذاته منبئا قويا بفاعلية الذات وارتفاع الأداء وتحسينه وزيادة الدافعية في إنجاز المهام المكلف بها وتحسين نوعية القرارات التي يتخذها.

3-التركيز المصحوب بالانتباه على العمل: عندما يبدأ التركيز العمدي المرتفع المصحوب بانتباه شديد على العمل فإن حالة التدفق تسير في ثلاثة مسارات:

الأول: التخفيف من الاضطراب الانفعالي مع تقديم الراحة النفسية.

والثاني: القيام بالعمل من غير بذل أي مجهود عقلي وجسدي كبير.

والثالث: عندما يجد الفرد عملا معينا فينشغل به وينغمس فيه على نحو يجعله يستثمر قدراته العقلية ومهاراته الوجدانية إلى أقصى درجة والمساهمة في تحسين نوعية القرارات التي يتخذها في حياته الاجتماعية والعقلية.

4- مراحل التدفق النفسي:

قبل الوصول إلى هذه الحالة يمر الانسان العقل البشري بمراحل نذكرها باختصار:

1- المعاناة The Struggle: وهي الحالة التي يكون فيها الشخص فاقد لقدراته على الاستيعاب ويكون لديه رهاب من كمية المعلومات التي يتوجب عليه تخزينها أو الأعمال التي يجب أن يقوم بها فيبدأ بمطالعتها دون أن يجني أي فائدة، أو يستنفذ طاقته في التفكير فيما سيقوم به والطريقة التي سيتبعها، فيشعر بالإعياء والفشل.

2- الاسترخاء Relaxation: في هذه المرحلة يقوم الانسان بأي نشاط خارجي، كالاستماع إلى الموسيقى أو ممارسة نوع من أنواع الرياضة القادرة على تحسين المزاج، فينتقل عقل الانسان من مرحلة المعاناة إلى مرحلة الاسترخاء.

3-التفكيك Fragmentation: بعد ملاحظة التغيرات التي تحدث لعقل الانسان نتيجة للاسترخاء بعد المعاناة، يعود من جديد لإنهاء عمله ولكن هذه المرة بطريقة مختلفة لا تستفيد قدر كبير من الطاقة، فيكون في هذه المرحلة قد أدرك حجم العمل الذي هو مقبل على القيام به ومدرك لمواطن صعوبته وسهولته، فيبدأ بتفكيكه وتجزئته ليقوم به على مراحل.

4-مرحلة التدفق الذهني Flow state: في هذه المرحلة ينعزل الانسان عن كل ما حوله لينفرد بعمله الذي يقوم به متجردا من كل ما هو محيط، يعيش في حالة من التوحد تكون فيها المعاناة مصدر سعادة ودافع للاستمرار لا مصدر احباط، وتتضمن حالة التدفق مشاعر إيجابية كالسعادة والرغبة في القيام بالشيء وسهولة ما قد تم استصعابه في مرحلة المعاناة، يشترط في حالة التدفق أن يكون العمل الذي يقوم به الانسان هو عمل يحبه إلا أنه يواجه بعض الصعوبات أو الضغط نتيجة التراكمات، أم الإقدام على عمل غير محبب لدى الانسان نفسه لا يمكن انجازه باتباع مراحل هذه الحالة وقد يعود إلى مرحلة المعاناة حتى بعد الانتهاء.

أي ترتبط حالة التدفق النفسي في علم النفس بحالة التعلم المثلى **(optimal learning)** لأن الانسان في كلتا الحالتين يكون أمام فرصة للتعلم ولتحسين الأداء الانساني فيرتقي في مسار التميز ثم الاتقان ثم الاحسان . وهذا ما يحدث غالبا للمبدعين وأيضا العلماء عند انجاز عمل ما يمرون بكل هذه المراحل ابتداء(براهيمي، بخليلي، 2023، 37- 39).

5- شروط التدفق النفسي:

تتفق كل من **أباظة (2012) وصديق (2009)** على أن حالة التدفق تحدث وفقا للشروط التالية:

- الانشغال الكامل بالنشاط أو العمل، مع ضعف الشعور بالذات أي نسيان الذات.
- الاستغراق التام بالأداء من نفسه كالشلال.
- الوصول إلى مستوى من الأداء.
- تركيز الاهتمام بالعمل مع انخفاض الوعي بالزمان والمكان.
- الشعور بأن الصعب وأداء الذرة أصبح طبيعيا وعاديا.
- توظيف الانفعالات إلى أقصى درجة في خدمة الأداء والتعلم.
- الشعور بالبهجة والغبطة والمتعة الحقيقية بالعمل.
- امتلاك الفرد مهارات أداء العمل والانشغال به والانغماس فيه على المستوى الذي يستثمر قدراته إلى أقصى درجة.
- سرعة الأداء.

- قوة الانفعال في توجيه الجهد بفاعلية في الأداء.
- التركيز العالي معه حيث تسير العملية في مسارين:

* **الأول:** يتكفل بقديم الراحة والتخفيف من الاضطراب الانفعالي .

* **الثاني:** يتكفل بتسيير القيام بالعمل من غير مجهود كبير(نصرات، 2022، 20، 21).

6- خصائص التدفق النفسي:

6-1- التدفق النفسي عملية كلية:

تعني ضرورة النظر إلى الانسان باعتباره شخصية كلية وبالتالي يصدق التدفق النفسي على المجالات المختلفة في حياة الفرد وليس على مجال جزء من حياته كذلك يصدق التدفق النفسي على المظاهر والمسالك الخارجية للفرد ولحياته الداخلية وتجاربه الشعورية من حيث الرضا عن نفسه وعن العالم في العمل والدراسة أو الزواج والعلاقات الانسانية بوجه عام.

6-2- التدفق النفسي عملية نشوئية تطورية ارتقائية:

وهذا يعني في اعتبارنا حاجات الفرد و دوافعه في كل مرحلة من مراحله العمرية وخصائصها ومتطلباتها.

6-3- التدفق النفسي عملية وظيفية:

ويقصد به أن التدفق النفسي سليما كان أو مريضا ينطوي على وظيفة إعادة الاتزان أو تحقيق التوتر الناشئ من صراع قوي بين الذات والموضوع، فالتدفق ليس مجرد عملية لحفظ التوتر وإنما لتحقيق الذات وتحقيق الوجود الانساني كموقف من العالم.

6-4- التدفق النفسي عملية ديناميكية:

التدفق النفسي هو المحصلة النهائية للصراع بين القوى والصراع بين الذات والموضوع وهو سلسلة متصلة لا تنتهي، فالتدفق النفسي عملية مستمرة من صراع القوى فكلما أوقف الصراع وأزيل التوتر نشأ صراع جديد يتطلب القيام بعملية توافق وهكذا.

6-5- التدفق النفسي عملية نسبية:

ليس هناك تدفق نفسي تام فقد يكون الفرد متوافقا في فترة معينة من حياته وقد يكون غير متوافق في فترة أخرى.

5-6- التدفق النفسي عملية اقتصادية:

توفر عملية التدفق النفسي جزء من الطاقة المستنفذة في الصراع بين القوى المختلفة.

ومما سبق ترى الباحثة أن التدفق موجود في كل مراحل عمر الانسان من المفيد ان يربط الشخص عمله بتحديات حتى يدخل في حالة تدفق سواء كان هذا الشخص طالب أو موظف أو مدير يريد أن يرتقي بالموظفين لديه بشرط أن تتوفر المهارة التي تساعد على انجاز العمل فعندها يحدث التدفق(نصرات، 2022، 21-22).

7 – أنواع التدفق النفسي:

1- **التدفق النفسي القائم على النشاط:** يحصل هذا التدفق عن طريق القيام بأنشطة ترفيهية دون تفكير أي أنشطة تنطوي على مهارات جسدية مثل (تسلق الصخور).

2- **التدفق النفسي القائم على التفكير:** يحصل عن طريق القيام بأنشطة ترفيهية وتكون هنا قائمة على التركيز أكثر وليس على الحركة أو بذل الجهد الذي يفكر بشكل أكبر واهتماماته تكون متجهة أكثر نحو عملية التفكير وليس عملية الفعل أي على الأداء المعرفي والرمزي مثل (الشطرنج)(براهيمي، بخليلي، 2023، 39).

3- **التدفق النفسي السلبي:** يحدث هذا النوع من التدفق عن طريق البيئة المحيطة بالفرد كما ويحدث في الكثير من الأحيان اثناء وقت المنافسات، ويكون مصحوبا باستشارة عالية وبالتالي يؤدي الى تكوين انطباع سيء عن خبرة التدفق لدى الأفراد لدرجة أنهم يحاولون تجنب حدوث هذه الخبرة.

4- **التدفق النفسي الإيجابي:** يحدث هذا النوع من التدفق عندما يقود الفرد في تجميع افكاره ويركز طاقته على عمل ما مثل التمتع بالنشاط الترفيهي المفضل لديه لهذا فإن الكثير من الأفراد الذين يعانون من التدفق السلبي بكره لديهم رضا أقل من الأفراد الذين يمتلكون التدفق الايجابي(البكري وزغير، 2017، 195).

التمييز بين التدفق النفسي الايجابي والسلبي:

يكون التمييز من خلال التغذية الراجعة عن العمل أو المهمة التي نقوم بها : إذا خرجت من المهمة وكنت تشعر بالطاقة الحب والرغبة في الحياة والشعور بالإنجاز أكثر فهو تدفق

نفسي إيجابي وإذا خرجت من المهمة وكنت تشعر بالتوتر، القلق، تململ، فهو تدفق نفسي سلبي(براهيمي وبخليلي، 2023، 39-40).

8- خبرة التدفق النفسي:

وتشير إلى المصاحبات النفسية التي تشمل بالنشوة والابتهاج والاحساس بالجدارة والقيمة الشخصية التي تنتاب الفرد أثناء وصوله حالة التدفق حتى يصل إلى ما يطلق عليه الخبرة المثالية، ومن خلال ما سبق يتضح أن:

- حالة التدفق هي أحد مفاهيم علم النفس الايجابي حيث يشير هذا المصلح إلى الشعور بالمتعة والسعادة وبالتالي فهو يهتم بالجوانب الايجابية لدى الفرد.
- حالة التدفق تعني وصول الفرد لذروة الأداء مهما كان العمل صعبا.
- التدفق حالة من حالات التركيز والانتباه الشديد والانغماس في أداء الأعمال.
- حالة التدفق تشير إلى تلك الطاقة الداخلية عند الفرد وهي الدافعية الداخلية التي يعمل الفرد وفقا لها دون النظر إلى النتائج أو العوائد أو الحوافز التي يحصل عليها جراء اتمام هذا العمل.
- حالة التدفق تشترط وجود مهارات لدى الفرد تقابل التحديات الصعبة التي تواجهه فهو يشترط التساوي بين كلا من المهارات والتحديات.
- التدفق يعني الشعور بالاستمتاع الذاتي والسعادة لمجرد القيام بالعمل أو النشاط.
- أثناء حالة التدفق ينسى الفرد الوقت فهو يمر على الفرد بدون شعور به أثناء القيام بالعمل.
- أثناء حالة التدفق يبتعد الفرد عن الشعور بالملل لقلة العمل أو القلق لكثافة الأعمال عليه.
- التدفق يرتبط بجودة أداء الفرد.
- حالة التدفق هي حالة الانتباه والتركيز والاندماج العقلي والشعوري تحدث للفرد أثناء قيامه بالمهام تؤدي إلى إنجاز المهام بأقصى درجات الأداء وبأقل جهد شريطة أن تكون الأهداف واضحة أمام الفرد وأن تكون قدراته ومهاراته مناسبة لما يواجهه من تحديات (نصرات، 2022، 24-25).

9- الآراء النظرية المفسرة للتدفق النفسي:

9-1- نظرية كسيكزنيتاميهالي:

هو واضع النظرة الأولى وصاحب المصطلح كما ذكرنا سابقا، وقد كانت نظريته هذه خلاصة بحوث متواترة منذ سبيعينيات القرن الماضي وإلى يومنا هذا، وقد صاغ هذا المفهوم من خلال بحوث دراسته لكل ما يمكن ان يؤدي بالبشر إلى المتعة او البهجة، فقد أكتشف أن الناس في الأعمال ومن كل الجنسيات والاهتمامات يقرون باندماجهم في الانشطة بطريقة متشابهة، وفي حين نصبح مستغرقين تماما في نشاط ما نفقد معه احساسنا بذواتنا ويتغير احساسنا بالوقت.

ويعتقد تشيكيزنتيمهالي 1992 أنه من السهل جدا بالنسبة للدماغ البشري أن يكون سلبيا، بمعنى الانتباه الزائد والانشغال الكبير في معالجة الاحداث السلبية التي تتضمن المخاطرة أو احتمالات التهديد وبالتالي التركيز على الانفعالات والمشاعر السلبية، وبالنسبة للبشر عادة ما تزيد هذه السلبية ومصادر التهديد، بل يجعلنا أكثر قدرة على تأسيس نظام مرن وواضح، ويدفعنا باتجاه التطور وتنمية أنفسنا كأفراد.

وقد لاحظ العالم أن حالة التدفق هذه تحدث لدى كثير من الناس حتى أولئك الذين يمارسون انشطة دون مقابل مادي، وتحدث عندما يقضي الفرد اثناءها كثيرا من الوقت أو النشاط الذي يمارسه ويكون النشاط هدفا في حد ذاته، حيث يشعر الفرد بالمتعة والسرور.

وقد وضع تشيكيزنتيمهالي في محاضرة له بسيدني عام 1999 ما يقصد بخبرة التدفق النفسي، إذ يرى أن إلا أنشطة المثالية في قناة التدفق تتحرك خارج اطار القيود والتحديات مع سيطرة المرء على مهاراته التي تحرره من البلادة النفسية والسلوكية.

والتدفق أو الانشغال بالنشاط في الحياة المنتجة يكون من كافة القدرات أو المواهب التي يستعملها الفرد لمواجهة التحديات التي تواجهه في الحياة، ان الانشغال بالإنجاز وتدفق المواهب نشاطا وانتاجا بعد المكافأة العادية لمن يوظفها في حياته.

والانشغال بالحياة المنتجة التي تتدفق انجازاتها لا يتولد عنها السرور والمتعة بالشعور باللذة الجسمية، ولكنها بالضرورة يتولد عنها الشعور بالرضا والسعادة وتحقيق الذات، وتحقيق السمو وضبط الذات.

كما يرى أن تدفق نشاط القدرات والمواهب ما هو إلا خبرة مرتبطة بما تنتجه هذه القدرات والمواهب بما يجعل الفرد قادرا على مواجهة التحديات عمليا(العروم وجحيدر، 2022، 26-27).

9-2- نظرية دانيال جولمان:

يرى دانيال جولمان أن كل الناس تمر بمشاعر التدفق من وقت لأخر خاصة عندما تصب هذه الخبرات إلى ذروتها أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة وأحسن تعبير عن حالة التدفق نشوة علاقة حميمية بين شخصين عندما يتواجدان في كيان واحد ممتزج ومتناغم والتدفق هو أحسن حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجة لتعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء والتعلم فإن استطاع الشخص دخول منطقة التدفق فإن الانفعالات التي تعزز الأداء أنها لا تكون محدد انفعالات وعواطف تنساب في اتجاه معين بل تكون انفعالات ايجابية مليئة بالطاقة والحيوية وتنظم قوامها مع ما يجرى من نشاط راهن وإذا تملك الفرد الملل والاكتئاب والتوتر فإن ذلك يحول دون تدخل المشاعر، كما يرى أن هناك عدة وسائل للوصول إلى حالة التدفق كتركيز الانتباه الحاد على العمل الجاري لأن التركيز العالي هو جوهر التدفق ويبدو أن هذه الحركة تغذية راجعة عندما يكون المرء على الاستعداد في هذه الحالة من التدفق، فالتدفق يتطلب جهدا كبيرا للوصول إلى حالة التركيز الكافي لبدء العمل والانتباه هنا وتوعية مسترخية على الرغم من شدة التركيز وهذه الخطوة الأولى تتطلب قدرا كبيرا من الجهد وبمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة دفع ذاتي الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالات وتأدية العمل دون جهد.

من جهة أخرى يعتبر "جولمان" أن التدفق النفسي حالة من الثبات الانفعالي إلا في حالة النشوة الخفيفة والتي تمثل دافعا كبيرا(براهيمي، 2022، 39).

9-3 – نظرية سليجمان:

أوضح المصاحبات النفسية لحالة التدفق تدور حول ما اسماه سيلجمان (بالحياة ذات معنى)، إذ طرح سيلجمان في نظرية (السعادة الحقيقية) ثلاث أنواع من السعادة يمكن قياسها علميا والتحكم فيها وهذه العناصر هي: الحياة السارة، والاندماج في الحياة، والحياة ذات معنى.

ويعني سيلجمان بـــ "الحياة السارة" نجاح تتابع المشاعر الايجابية عن الماضي والحاضر والمستقبل، فالمشاعر الإيجابية نحو الحاضر تنقسم إلى فئتين وهما: "الملذات والإرضاء"، تتمثل الملذات بـــ (الملذات الجسدية، ومستوى هذه الملذات)، فالملذات الجسدية هي المشاعر الإيجابية التي تأتي مباشرة من خلال الحواس مثل : المشاهدة الممتعة والأصوات الجيدة والروائح، أما مستوى الملذات فهي لحظة انطلاق المشاعر الأكثر تعقيدا من الملذات الحسية مثل (الفرح، الراحة، الاسترخاء) وما شابه ذلك وهي مشاعر ذاتية، أما الإرضاء فهي الأخرى فئة من المشاعر الايجابية عن الحاضر وهي على عكس الملذات إنها تلك المشاعر التي ترافق الأنشطة التي لا يرغب الجميع في أدائها مثل: القراءة، تسلق الصخور، والرقص وغيرها فالعواطف الايجابية ليست ترفا ولكنها حاجة عابرة.

أما الاندماج في الحياة فأراد بها سيلجمان ما يصح تسميته بـــ (حياة التعهد والالتزام) التي تنتهج المشاركة من الآخرين في مجالات عدة منها: العمل والعلاقة الحميمية وهي مرادفة لمفهوم التدفق الذي نادى به "كسيكزنتميهالي" والذي يعني به: اندماج الفرد في مهمة ما حتى يبلغ ذروة الأداء ويصل درجة الامتياز في الأداء بحيث يستمر التفوق بعد ذلك إلى مجهود أي أن التدفق النفسي الذي يشعر به المرء يحدث عندما يندمج بصورة مثالية في أنشطته الأساسية المفضلة، وتحدث هذه الحالة للمرء عندما تتسق وتتطابق إمكانياته وقدراته مع المهمة او العمل الذي يقوم به، أو يندمج فيه مثل شعوره بالثقة عندما ينجز المهمات التي تواجهها ويعتقد سيلجمان بأن الاندماج في الحياة نمط أقل أهمية للسعادة مقارنة بالسعادة التي يحصل عليها الفرد من الأنشطة الهادفة ذات المعنى، ولا يختلف كسكزنتميهالي كثيرا عن تصور سيلجمان في هذه النقطة إذ أشار إلى أن التدفق النفسي مفهوم خال أو مجرد من القيمة، فقد يكون الفرد في حالة من التدفق أثناء ارتكابه عملا ارهابيا على سبيل المثال أو لعب البوكر الذي لا يسهم بالضرورة في الصالح الاجتماعي العام ويفيد كسكزنتميهالي أن الحياة ذات معنى والدلالة هي الحياة التي تتضمن النقاط التالية:

01 * بدلا من أن يكون التدفق نتاج سلسلة من الأهداف الغير مترابطة لابد من أن يندمج الفرد في تحركاته من مجموعة عامة من التحديات أو المصاعب التي تخلع أو تسقط معنى وغرضا وقيمة على أي شيء يفعله.

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

03 * أن تستغرق الأنشطة الهادفة ذات المعنى حياة الفرد لتصبح تصرفاته وأفعاله متطابقة بتناغم من أغراضه أو أهدافه وبهذا المعنى فإن حالة التدفق كخبرة نفسية ممتعة تتحقق عندما يحدث نوع من التوازن بين الحالات النفيسة المقترنة بطبيعة العلاقة بين مستوى المهارة ومستوى المهمات أو التحديات.

9-4- نظرية ديسي ورايان (Deci Rayan ،2004):

طور ديسي ورايان نظرية تقرير مصير الذات وهي نظرية في علم النفس الايجابي **Positive PSycology** المتعلق بالدافعية التي تفترض أن الفرد يكافح حتى يكون متحكما ذاتيا ويكون سلوكه اختياريا قصديا ومحفزا ذاتيا إذ أن السلوك المدفوع بشكل مستقل ذاتيا يتم تبنيه انطلاقا من الإرادة الذاتية التي تصدر من رغبة ذاتية، في حين أن السلوك الذي يفتقر إلى الاستقلالية يكون مدفوعا بضوابط خارجية أو بقيود أو ضغوط مفروضة، أما تكون نابعة من قوى اجتماعية أو ظرفية أو إرغامات داخلية.

وإذا كان (ديسني ورايان) يرون أن الدافع إذا كان داخليا ويريد الفرد الانهاك في النشاط فهو لا يحتاج إلى حافز خارجي فالدافع الداخلي يعزز السعادة الانسانية والانهاك في النجاح من الناحية، ومن الناحية الأحرى يوفر الدافع الخارجي المكافآت بشكل منفصل عن السلوك حد ذاته(خلوط وزواري أحمد، 2022، 13).

وفي هذا الصدد يمكن الإشارة إلى ما توصلت إليه دراسة كل من ابي حامدة وكسكز نتميهالي اذا ظهرت النتائج أن التمتع بالتحدي يتوسط عن طريق الدافع الداخلي، كذلك توصلت الى أن المشتركين اكثر متعة في الدوافع الداخلية والنشاطات الموجهة نحو الهدف مثل (الاختبارات او الدروس).

وتوصلت دراسة كل من ديسي وريان إلى أن الأفراد يكونون مدفوعين داخليا يحدث عندهم التدفق للخيرة لبعض الوقت فالدافعية الداخلية مستقلة ونابعة من الذات وصادرت رغبات داخلية مع ضبط توجيه داخلي أصيل ويصاحبها اهتمام بالنشاط انغماس فيه ودرجة عالية من درجة عالية من الارتياح ممارسة مع ذاته تآلف مع الذات، فالسلوك الناتج من

الدافعية الداخلية يجب مكافآته في ممارسته ذاتها، أي بأنه لا يمارس النشاط من أجل غاية خارجية وإنما يمارس لما يحمله من هوى ذاتي، فالشاعر والأديب والمبدع والباحث الذي ينغمس في نشاطه يكون مدفوعا في رغبة ذاتية بصرف النظر عن مردودها الخارجي .

وهكذا نجد ديسي وريان قد أكدوا على أن الدافعية تصل أقصاها في الدراسة والعمل حيث تتفاعل الدافعية الداخلية مع المتكاملة ذاتيا والتي تعني تبني الأهداف الخارجية ذاتيا وبشكل واعي ومهم شخصيا وعن قناعة وهنا يصبح الواجب الوظيفي مصدر متعة ذاتية ومدفوعا بدافع داخلي فيما يتجاوز نتائجه من تقديمات ومكانة وسمعة، إذ تتجلى الهوية المهنية في الأداء وذلك هو الشرط المؤسس للانجازات الكبرى فرديا وجماعيا(حداد، 2022، ص، 26،25).

خلاصة الفصل:

التدفق النفسي من المفاهيم الايجابية فهو يسهم في ارتفاع مستوى أداء الفرد من خلال خفض الشعور بالخوف والقلق والملل وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية وكذلك ينمي التخيل العقلي والتفكير الابداعي وبالتالي تحقيق النجاح والتميز والاتقان في الاداء الفردي.

الإطار الميدانـي للدراسة

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة.

الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة.

الفصل الثالث:

الإجراءات المنهجية للدراسة

- تمهيد

1- منهج الدراسة

2-مجتمع الدراسة

3-أدوات جمع البيانات

4-إجراءات الدِراسة الأساسية

5-الأساليب الإحصائية

- خلاصة الفصل

تمّهيد:

إن توصل أي باحث إلى نتائج دقيقة واضحة في بحثه، يرتبط مباشرة بما أستخدم من أساليب منهجية لمعالجة موضوع الدراسة.

وحتى نتحصل على نتائج دقيقة للدراسة الحالية سنقوم من خلال هذا الفصل بإبراز جميع الإجراءات والخطوات المتبعة، وكذا أهم الأساليب المستخدمة للحصول على نتائج دقيقة وهذا من خلال تحديدنا للمنهج المتبع، وعرض فرضيات الدراسة التي سيتم التحقق منها إما بالإثبات أو النفي من خلال النتائج المتحصل عليها.

كما سيتم إبراز أهداف وإجراءات الدراسة الإستطلاعية وأهم نتائجها، إضافة إلى تحديد ميدان الدراسة والعينة التي تم إجراء الدراسة عليها والأدوات المستخدمة في جمع البيانات، لنبين بعدها إجراءات تطبيق الدراسة الأساسية، وكذا أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في تحليلها.

1- المنهج المتبع في الدراسة:

قد اختلفت المناهج بإختلاف المواضيع المطروحة حيث لا يعتبر الباحث حرًا في إختيار المنهج الذي يستخدمه، ولكن طبيعة الظاهرة المدروسة أو طبيعة موضوع البحث هما اللذان يحددان نوعية المنهج المستعمل.

وقد ارتأينا إتباع **المنهج الوصفي** لدراسة المشكلة موضوع بحثنا والمتمثلة في التعرف عن مستوى التدفق النفسي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، باعتبار أن المنهج الوصفي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار وحجم الظاهرة"(عباس ونوفل والعبسي وأبو عواد، 2006، 74).

ونظراً لأن البحث العلمي يرتبط بأبعاد زمنية ومكانية متعددة، ويسعى لتحقيق أهداف مختلفة فإنه يتطلب بلا شك تعددا في أساليب تطبيقه(العساف، 1995، 180).

وبناء عليه؛ اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي بأسلوبيه الاستكشافي (المسحي) والفارقي. حيث تم الإعتماد على الأسلوب الإستكشافي بغرض الاجابة عن التساؤل الأول باعتباره يهدف لمعرفة مستوى التدفق النفسي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي، أما اعتمادنا على **الأسلوب السببي المقارن** للإجابة عن التساؤل الثاني لأنه يهدف إلى تحديد

أسباب الحالة الراهنة للظاهرة موضوع الدراسة وتحديد علاقات العلة بالمعلول(علام، 2004، 219) وسيمكننا من دراسة الاختلاف في مستوى التدفق النفسي لدى مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي بإختلاف متغير الدراسة الوسيط والمتمثل في التخصص الأكاديمي(علم النفس–علوم التربية– علم الاجتماع).

2– مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع الدراسة بأنه مجتمع البحث الذي يزمع الباحث دراسته، ومجتمع الدراسة المستهدف هو مجتمع فرعي من مجتمع كبير(الأسود، 2021، 88) وفي البحث الحالي تكون مجتمع الدراسة من جميع مستشاري التوجيه والارشاد المدرسي والمهني المدمجين بناء على المرسوم التنفيذي رقم 19–336 المؤرخ في 09 ديسمبر 2019 المتضمن إدماج المستفيدين من جهازي الإدماج المهني والإدماج الاجتماعي لحاملي الشهادات، والمنتمين إلى مديرية التربية لولاية الوادي للسنة الدراسية 2023–2024. وفي ما يلي تعداد وتوزيع أفراد المجتمع حسب التخصصات.

جدول (01): يمثل تعداد وتوزيع أفراد مجتمع الدراسة

التخصصات	التعداد	النسب المئوية
علم النفس	**49**	**%49**
علوم التربية	**19**	**%19**
علم الاجتماع	**32**	**%32**
المجموع	**100**	**%100**

يتضح من خلال الجدول رقم (01) أن عدد المستشارين الذين ينتمون إلى تخصصات علم النفس والبالغ عددهم (49) مستشار للتوجيه أي بنسبة 49% تفوق عدد المستشارين الذين ينتمون إلى تخصص علم الاجتماع والبالغ عددهم (32) أي بنسبة 32% من مجتمع الدراسة وفي الأخير تخصص علوم التربية والبالغ عددهم(19) مستشار للتوجيه أي بنسبة 19% من مجتمع الدراسة أي أن مجتمع الدراسة يغلب عليها تخصص علم النفس.

2–1– عينة الدراسة الإستطلاعية:

تعتبر الدراسية الإستطلاعية أساسًا جوهريا لبناء البحث كله، وإهمال الكتابة عن عليها ينقص البحث أحد أهم العناصر الأساسية فيه، ويسقط عن الباحث جهدا كبيرًا كان قد

بذله فعلا في المرحلة التمهيدية للبحث(مشري،2013، 219)، لذا يتم من خلالها التحقق من صلاحية أدوات جمع البيانات التي يستخدمها الباحث، بالإضافة إلى معرفة مختلف الصُعوبات والنقائص التي قد يصادفها أثناء التطبيق لتداركها فيما بعد، ولهذا أجريت الدراسة الإستطلاعية الحالية من أجل تحقيق الأهداف التالية:

- تحديد مجتمع وعينة الدِّراسة الأساسية وخصائصها بدقة، من خلال التَّعرف على عدد المستشارين المتواجدين على مستوى مديرية التربية لولاية الوادي، بالإضافة إلى التأكد من توفر متغير الدراسة والمتمثل في التخصص الأكاديمي(علم النفس–علم الاجتماع).
- إستشراف العوائق والصعوبات أثناء تطبيق الدراسة الأساسية.
- التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي على عينة الدراسة.

بعد ضبط الإحصائيات المتعلقة بعدد المستشارين، تم توزيع أداة الدراسة على عينة إستطلاعية خلال الأسابيع الثلاثة الأولى من شهر جامفي 2024، حيث وزعت الإستبيانات من طرف الباحثتين على عينة بلغ عددها (30) مستشارا ومستشارة، والتي أختيرت بطريقة عشوائية طبقية أختيرت بطريقة التناسب، والتي يعرِّفها (عطية، 2009، 100) "**تستخدم هذه العينة عندما يكون المجتمع غير متجانس ويمكن تقسيمه إلى فئات أو طبقات متجانسة فيما بينها في الخصائص التي يمكن أن تؤثر في نتائج البحث**". وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة، حيث تم جمع الإستمارات والتأكد من أن الإجابات في كل إستمارة تستوفي جميع البنود والتأكد من توفر البيانات وفي الأخير كانت خصائص عينة الدراسة الإستطلاعية كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (02): يمثل تعداد وتوزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية

التخصصات	التعداد	النسب المئوية	حجم العينة المسحوبة من كل طبقة
علم النفس	**49**	**%49**	**15**
علم الاجتماع	**32**	**%32**	**09**
علوم التربية	**19**	**%19**	**06**
المجموع	**100**	**%100**	**30**

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن عدد المستشارين الذين ينتمون إلى تخصصات علم النفس والبالغ عددهم (49) مستشار للتوجيه تم سحب منهم بطريقة التناسب (15) مستشار، أما عدد المستشارين الذين ينتمون إلى تخصص علم الاجتماع والبالغ عددهم

(32) أي بنسبة 32% من مجتمع الدراسة تم سحب منهم (09) مستشارين، فكان عدد المستشارين المسحوبين(06) تخصص علوم التربية والبالغ عددهم(19) مستشار للتوجيه أي بنسبة 19% من مجتمع الدراسة، أي أن عينة الدراسة الاستطلاعية يغلب عليها تخصص علم النفس.

ومن هنا نكون قد حددنا أفراد عينة الدراسة الإستطلاعية، وبناء عليه، حققت الدراسة الإستطلاعية النتائج التالية:

– تم تطبيق مقياس التدفق النفسي على المستشارين والتحقق من خصائصه السيكومترية وإعتماده في هذه الدراسة.

– تحديد مجتمع وعينة الدِّراسة الأساسية وخصائصها بدقة، من خلال التَّعرف على عدد المستشارين المتواجدين على مستوى مديرية التربية لولاية الوادي، بالإضافة إلى التأكد من توفر متغيرات الدراسة: التخصص الأكاديمي (علم النفس–علوم التربية–علم الاجتماع).

– تحديد الصِّعوبات الممكن أن تعترضنا في توزيع الإستمارات مقياس التدفق النفسي في الدراسة الأساسية.

2–2– عينة الدراسة الأساسية طريقة إختيارها وحجمها:

تم تطبيق الدراسة على جميع أفراد المجتمع، فقد تم الحصر الشامل للمجتمع الأصلي ويعني هذا الأخير– الحصر الشامل– حسب(العسَّاف، 1995) "كل من يمكن أن تعمم عليه نتائج البحث"(العسَّاف، 1995، 93)، والمتمثل في جميع مستشاري التوجيه والارشاد المدرسي والمهني المدمجين بناء على المرسوم التنفيذي رقم 19–336 المؤرخ في 09 ديسمبر 2019 المتضمن إدماج المستفيدين من جهازي الإدماج المهني والإدماج الاجتماعي لحاملي الشهادات، والمنتمين إلى مديرية التربية لولاية الوادي للسنة الدراسية 2023–2024 والبالغ عددهم (70) مستشار ومستشارة، حيث تم ارسال الاستمارات إلكترونياً والذين لم تصلهم تم توزيعها عليهم ورقياً وقد تم استرجعها جميعا وفي ما يلي جدول يوضح أفراد العينة الأساسية حسب خصائصها:

جدول (03): يمثل تعداد وتوزيع أفراد عينة الدراسة الاساسية

التخصصات	التعداد	النسب المئوية
علم النفس	34	%48.57
علم الاجتماع	23	%32.85
علوم التربية	13	%18.57
المجموع	70	%100

يتضح من خلال الجدول رقم (03) أن عدد المستشارين ذوي تخصص علم النفس والبالغ عددهم (34) مستشار أي بنسبة 48.57% تفوق عدد المستشارين في تخصصات الأخرى، حيث بلغ عدد المستشارين تخصص علم الاجتماع (23) أي بنسبة32.85% أما تخصص علوم التربية والبالغ عددهم(13) مستشار أي بنسبة **18.57%**% من عينة الدراسة، بمعنى أن عينة الدراسة الأساسية يغلب عليها المستشارين ذوي تخصص علم النفس.

3- أدوات جمع البيانات:

إن قيمة ومصداقية البحوث العلمية تتوقف على قدرة الباحث في تحديد الأدوات المناسبة التي يستخدمها في جمع البيانات المتعلقة بموضوع الدراسة وبناؤها بطريقة تجعله يثق بالنتائج المتوصل إليها.

وعلى الرغم من تعدد أدوات جمع البيانات، إلا أن لكل موضوع معين أداة مناسبة له وتتمثل أداة الدراسة الحالية في مقياس التدفق النفسي.

- **وصف مقياس التدفق النفسي:** تم الاعتماد في الدراسة الحالية على مقياس التدفق النفسي المعد من طرف الباحث(**Jackson & Marsh**، 1996) والمكون من (36) عبارة إيجابية والتي تمثل أبعاد التدفق النفسي المقدمة من طرف (**csikszentmihalyi**)، وقد تم ترجمة المقياس من لغته الإنجليزية إلى للغة العربية من الطلبة، وتم الاعتماد على مقياس لكيرت الخماسي في تصحيح المقياس، حيث أعطيت درجة لكل بديل من بدائل الإجابة على النحو الوضح في الجدول أدناه.

جدول (04): يمثل درجات بدائل الإجابة على مقياس التدفق النفسي

البديل	يحدث دائما	يحدث غالبا	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
الدرجة	01	02	03	04	05

المصدر: من إعداد الطالبتين

- **الخصائص السّيكومترية للمقياس:**

لكي يتأكد الباحث من صلاحية الأداة ويثق في نتائجها، عليه أولاً أن يتأكد من صِدقها وثُباتها حتى يعدٌ قابلاً للْتطبيق، وهذاما تم في دراستنا، حيث تم التأكد من صدق وثبات المقياس في البيئة العربية والبيئة المحلية.

1-صدق المقياس: إذ يعرف صٌدق الإختبار بمدى صلاحية الإختبار لقياس ما وضع لقياسه.(مقدم ، 2003، 146)، وقد تم حساب الصٌدق بعدة طرق منها:

طريقة الإتساق الداخلي: وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي لعبارات المقياس، فكانت النتائج كتالي:

جدول (05): يمثل معاملات الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي

العبارة	معامل الارتباط (PER)	العبارة	معامل الارتباط (PER)	العبارة	معامل الارتباط (PER)	العبارة	معامل الارتباط (PER)
01	0.20	10	0.82	19	0.84	28	0.23
02	0.11	11	0.89	20	0.88	29	0.51
03	0.77	12	0.87	21	0.77	30	0.39
04	0.86	13	0.85	22	0.75	31	0.65
05	0.77	14	0.76	23	0.27	32	0.22
06	0.86	15	0.86	24	0.51	33	0.41
07	0.83	16	0.93	25	0.40	34	0.65
08	0.84	17	0.52	26	0.56	35	0.33
09	0.77	18	0.79	27	0.29	36	0.59

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم(05) والتي تمثل معامل الاتساق الداخلي (معاملات الإرتباط) بين كل عبارة من عبارات مقياس التدفق النفسي والدرجة الكلية للمقياس حيث نلاحظ أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس جاءت موجبة بأعلى قيمة (0.93)، وأقل قيمة بلغت(0.11) وهي معاملات دالة إحصائية عند

مستوى دلالة (0.01)، وعليه يمكن أن نحكم على مقياس التدفق النفسي أنه صادق ويقيس ما أعد لقياسه.

2-ثبات المقياس: يقصد بثبات الإختبار مدى الدقة والإتساق أو إستقرار نتائجه فيما لو طبّق على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين(مقدم، 2003، 152).

إعتمدنا في حساب ثبات المقياس على البيئة المحلية على طريقة "α كرونباخ" وهي من أهم مقاييس الإتساق الداخلي للإختبار ومعامل(α) يربط ثبات الإختبار بثبات بنوده، على إعتبار أن المقياس يحتوي على أكثر من بديلين للإجابة أي (5 بدائل)(معمريه، 2007، 184). فكانت النتيجة كتالي:

جدول (06): يمثل معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي

عدد العبارات	معامل ألفاكرونباخ
36	**0.76**

المصدر: من إعداد الطالبتين اعتماد على نتائج برنامج SPSS V20

من خلال النتيجة الموضحة في الجدول رقم(06) والتي تمثل معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي نجد أنه قد بلغت قيمته (0.76) وهي قيمة عالية تمكن من الحكم على أن مقياس التدفق النفسي المستخدم يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات.

بعد التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس تم إعتماده في الدراسة الحالية.

4- إجراءات الدِراسة الأساسية:

بعد التَأكد من صلاحية المقياس الموجّه للمستشارين، قمنا بعملية تطبيقه في الميدان، حيث تم إرسال المقياس إلكترونيا عبر البريد الالكتروني لجميع مستشاري التوجيه والارشاد المدرسي والمهني المدمجين المنتمين إلى مديرية التربية لولاية الوادي للسنة الدراسية 2023-2024، وذلك خلال الثلاث أسابيع الأولى من شهر مارس العام 2024 حيث تم ارسال الاستمارات إلكترونياً والذين لم تصلهم تم توزيعها عليهم ورقياً وقد تم استرجعها جميعا. وتمت هذه الإجراءات من طرف الباحثتين أثناء الاجتماعات التنسيقية، وبعد تفريغ النتائج المتحصّل عليها تمت المعالجة الإحصائية بواسطة الأساليب الإحصائية التالية:

5- الأساليب الإحصائية:

يحتل الإحصاء والتقنيات الإحصائية أهمية بالغة في الأبحاث العلمية الحديثة إذ لا تخلو أي دراسة ميدانية من معالجات إحصائية تتعرض لأصل الظاهرة المدروسة فتصور واقعها في قالب قياسي رقمي وتنتهي إلى إبراز اتجاهها وعلاقتها بالظواهر الأخرى التالية، لذا يلجأ الباحث إلى جمع المعطيات الخاصة بالدراسة ويعمل على تحليلها ومعالجتها إحصائياً وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع المنهج المتبع في الدراسة وطبيعة البيانات والتساؤلات والفرضيات للوصول إلى مناقشتها.

وبما أن هذه الدراسة تندرج ضمن الدراسات الوصفية الاستكشافية فإن الأساليب الإحصائية المناسبة هي:

- **المتوسط الفرضي:** هو عبارة عن قيمة نظرية أو فرضية لمجموعة من البيانات، أو هو عبارة عن المتوسط النظري لمدى الدرجات على مقياس معين، ويستفاد من الوسط الفرضي كطريقة مختصرة لإيجاد الوسط الحسابي أو في الحكم على الوسط الحسابي الفعلي لمجموعة من البيانات إن كان أعلى أو أقل من الوسط الفرضي فإن كان أعلى من الوسط الحسابي الفعلي دّل ذلك على إرتفاع مستوى العينة في صفة أو سمة ما وإن كان أقل من الوسط الفرضي دّل ذلك على انخفاض مستوى العينة(يوسف، 2015).

وقد استخدم في هذه الدراسة من أجل معرفة مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، أي كلما ارتفعت درجة أفراد العينة على المتوسط الفرضي دّل ذلك على وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.

- **اختبار "ت" لعينتين مرتبطتين (T-test paired sample):** يستخدم اختبار "**ت**" عندما تكون عينة البحث مجموعة واحدة، تعرضت لقياس قبلي وقياس بعدى (قبل وبعد التدريب)، فإنه يمكن حساب الفرق بين متوسطي درجات القياس القبلي ودرجات القياس البعدى لنفس العينة(الدردير، 2006، 70).

ويمكن الاستفادة منه في هذه الدراسة لمعرفة مستوى التدفق النفسي لدى مستشار التوجيه وذلك بحساب الفروق بين المتوسط الفرضي للمقياس والمقدر بـ(108) ومتوسط درجات العينة على مقياس التدفق النفسي.

- **تحليل التباين الأحادي(One Way ANOVA)** يستخدم تحليل التباين أحادي الاتجاه في الكشف عن الفروق بين درجات مجموعتين أو أكثر من الأفراد في خصائص الشخصية في حالة وجود متغير مستقل(تصنيفي) واحد، يتضمن عدة مستويات هي المجموعات، والثاني متغير تابع واحد(الدردير،2006، 81).

ويمكن الاستفادة منه في هذه الدراسة لمعرفة مدى الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس–علوم التربية–علم الاجتماع).

- خلاصة الفصل:

تطرقنا في هذا الفصل إلى أهم الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية إبتداء من المنهج المتبع كإطار عام للدراسة، ثم التّطرق إلى مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية، ثم أدوات الدراسة وأخيرا عرض كيفية تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية والأساليب الإحصائية المناسبة.

الفصل الرابع:
عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة

- تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية

2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة في ضوء الفرضيات

2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى

2-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية

3- خلاصة نتائج الدراسة والمقترحات

تمهيد:

باعتبار أن الهدف من هذه الدراسة هو قياس مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، وبعد تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية وتفريغ بياناتها ومعالجتها إحصائياً، سيتم من خلال هذا الفصل التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني باختلاف متغير التخصص الأكاديمي، فبعد تحليل المعطيات المتحصل عليها والإجابة على تساؤلات البحث من خلال عرض نتائج الدراسة حسب ترتيبها.

وقصد الوصول إلى فهم أعمق لتلك المعطيات والأرقام، فإننا سنحاول من خلال هذا الفصل أيضاً الربط بين الجوانب النظرية والإمبريقية للبحث عن طريق مناقشة أهم النتائج التي أسفرت عنها.

1-عرض وتحليل نتائج فرضيات الدراسة:

1-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والمتوسط الفرضي.**

وللتحقق من صحة هذه الفرضية، وللكشف مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، استخدم اختبار "T" لعينتين مرتبطتين (**T-test paired sample**)، وذلك بحساب الفروق بين المتوسط الفرضي للمقياس والمقدر بـ(108) ومتوسط درجات العينة على مقياس التدفق النفسي. والجدول التالي يوضح النتائج المحصل عليها:

جدول (07):

يبين مستوى التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني

المتغير	المتوسط الفرضي=108						
	المتوسط الحسابي	لانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"		مستوى الدلالة	مستوى sig
				المجدولة	المحسوبة		
التدفق النفسي	133.37	17.49	69	1.65	12.13	0.05	0.000

يتضح من خلال الجدول رقم(07) أن عدد أفراد العينة يساوي (70)، وقيمة المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي بلغت (133.37) بانحراف معياري قدره (17.49)، ولبيان دلالة الفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي(108) تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة، وقد بلغت قيمة (ت) (12.13) وهي أكبر من (ت) المجدولة، وبلغ مستوى الدلالة (0.000)، ليتضح من خلال هذه النتائج أن هناك فروق بين المتوسط التجريبي لدرجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني وبين المتوسط الفرضي. وبالنظر إلى قيم المتوسطات الحسابية يتضح أن المتوسط التجريبي أعلى من المتوسط الفرضي وما أثبتته قيم إختبار (ت) للدلالة الفروق وبالتالي يمكن القول أن هناك مستويات مرتفعة للتدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.

ومنه تم قبول الفرضية الموجبة والتي تنص على أنه: **توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والمتوسط الفرضي.**

2-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على أنه: "**توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع)**".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية، وللكشف عن الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطات الحسابية لدرجات أداء **مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني على مقياس التدفق النفسي باختلاف متغير التخصص الأكاديمي(علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع)**، استخدم اختبار تحليل التباين الاحادي (**One Way ANOVA**)، والجدول التالي يوضح النتائج المحصل عليها:

جدول (08):

يوضح نتيجة اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لكشف دلالة الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "f"	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
بين المجموعات	412.826	02	**206.413**	**0.66**	0.51	غير دالة
داخل المجموعات	20715.516	67	**309.187**			
المجموع	21128.343	69	/			

يتضح من الجدول رقم(08) أن نتائج تحليل التباين الأحادي حيث بلغت قيمة(ف) **0.66** بقيمة احتمالية بلغت 0.516 وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) أي أنها غير دالة إحصائيا، وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع).

ومنه تم رفض الفرضية الموجبة والتي تنص على أنه: توجد فروق بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى أفراد العينة والمتوسط الفرضي عند مستوى دلالة إحصائية (0.05) وقبول الفرضية البديلة والتي تنص على أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع).

2-2- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

نتعرض فيما يلي إلى مناقشة النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية على أساس الخلفية النظرية لموضوع الدراسة واستناداً إلى ما أمكننا الإطلاع عليه من دراسات سابقة.

2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

من خلال النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية تحققنا من أن أفراد العينة تتمتع بمستوى عالي من التدفق النفسي، وهذا يتفق مع ما توصلت إليه نتائج العديد من الدراسات في هذا المجال، حيث تتفق نتائج الدراسة الحالية كثيرا مع ما توصلت إليه نتائج دراسة كل من **(الظاهري والغنامي، 2023)** والتي كان من ضمن أهدافها معرفة مستوى التدفق النفسي لدى عينة من المرشدين التربويين في المملكة العربية السعودية فتوصلت إلى أن مستوى التدفق النفسي كان مرتفع.

في نفس السياق توصلت دراسة**(محبوب، 2020)** والتي كان من ضمن أهدافها معرفة درجة التدفق النفسي لدى عينة من ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية بمكة المكرمة في جائحة كورونا (كوفيد-19) فتوصلت إلى أن مستوى التدفق النفسي كان مرتفع.

في حين اتفقت نتائج دراسة **الرويلي(2019)** إلى حدٍ ما مع نتائج الدراسة الحالية، حيث أشارت نتائجها إلى أن مستوى التدفق النفسي لدى المرشدين الطلابيين في محافظة طريف بالمملكة العربية السعودية كان مستوى متوسطا.

ونعزو هذا الارتفاع في مستوى التدفق النفسي إلى المناخ الاجتماعي الداعم الذي يحفز المستشارين على التدفق النفسي، وهو ما يتوفر في المؤسسات التربوية لأن أصبح هناك تصور واضح لدور مستشار التوجيه من طرف المجتمع وأهمية تواجده في المؤسسات التربوية، وهذا كله دعمته عملية الإدماج الأخيرة التي استفادة قطاع التربية حيث أصبح كل مؤسسة يوجد بها مستشار للتوجيه بل في المؤسسات الكبيرة التي يتجاوز عدد تلاميذها 1000 يوجد بها مستشارين، حيث إن خبرة التدفق تحدث بطريقة عفوية عندما تكون الظروف المحيطة مهيئة ومسهلة لذلك، وهذا ما نلمسه في حديث المستشارين أثناء الاجتماعات التنسيقية.

كما يمكن أن تعود إلى وجود قدر من الاستمتاع لدى المستشارين بعملهم وقيامهم بواجبهم المهني، يعد دافعا داخليا يؤدي إلى حدوث خبرة التدفق، وكذلك وجود تغذية راجعة

فورية من المجتمع والإدارة والمحيطين والمتمثلة تقييم التقارير الفصلية من طرف مدير المؤسسة ومدير مركز التوجيه ونسبة الطعون واللقاءات الإعلامية مع الأولياء والمشاركة في مجالس الأقسام، كل ذلك يقدم تغذية راجعة للمستشار التي من شأنه أن تؤدي إلى حدوث خبرة التدفق.

كما قد تعود هذه النتيجة إلى أن أغلب المستشارين ينظرون إلى المهنة على أنها مصدر عيشهم ويسعون من خلالها إلى تحقيق ذاتهم، وممارسة تخصصاتهم الأكاديمية في الميدان، خاصة وأن جميع أفراد العينة من المستفيدين من جهازي الإدماج المهني والإدماج الاجتماعي لحاملي الشهادات بناء على المرسوم التنفيذي رقم 19-336 المؤرخ في 09 ديسمبر 2019، كانوا يمارسون أعمال إدارية بعيدة عن تخصصاتهم مما يجعلهم يبذلون فيها أقصى ما يستطيعون وبالتالي يزيد من شعور المستشارين بانتمائهم لمهنتهم وإلى مكان عملهم، وإقبالهم تجاه المدرسة والعمل، والحالة الذهنية الإيجابية والتصورات الجيدة عن عمله ستقودهم بلا شك إلى حالة من الانغماس والاستغراق في العمل بحيث قد لا يشعر بنفسه ولا بمحيطه الذي يتواجد فيه، فيتصرف بتلقائية تامة، ويمارس عمله بإقبال شديد مع التلاميذ نظرا لاستمتاعه بالعمل وتصوراته الذهنية الإيجابية تجاه المهنة وطبيعة العمل الإرشادي، خاصة بعد التجربة التي مرُو بها ومعاناة التهميش في الإدماج. وهذا يتفق مع نتائج الدراسات السابقة والتراث النظري فقد ذكر عبد الكريم وأبو الوفا (2020) **"أن التفاضل والتكامل شرطان أساسيان لحدوث حالة التدفق، الأول وهو التفاضل يعني توحد رغبات وحاجات المستشار مع النشاط المهني الذي يمارسه، أما التكامل فهو توحد رغبات وحاجات المرشد مع رغبات وحاجات الآخرين. ويمكن اعتبار الآخرين هنا "المدرسة والتلاميذ" حيث يحاول المستشار إذا شعر بالتكامل مع رغبات المدرسة وحاجات التلاميذ إلى أن يمارس العمل برغبة الذاتية وبتلقائية تامة غير مصطنعة، وذلك بسبب حالة التدفق النفسي التي يمر بها والتي تتضمن الانغماس والاستمتاع".**

بالإضافة إلى ذلك فإن نتيجة الدراسة الحالية جاءت منسجمة مع الإطار النظري فيما ذكر عن عناصر ومكونات حالة التدفق النفسي التي وضعها **ميهالي** في تنظيره عن المفهوم، والتي تتكون من المعادلة التالية: **(SKills + Challenges=Flow)** حيث أن البيئة المدرسية والعمل التربوي بطبعه يتخلله الكثير من التحديات، ومن هذه التحديات إن قابلت مستشارا لديه من المهارات ما يكافئ التحديات التي تواجهه، وبالتالي هذا يجره إلى الدخول في حالة التدفق النفسي.

كما يمكن أن نعزو هذه النتيجة إلى أن التدفق النفسي يحدث لدى ذوي الخبرة الأقل كونهم يحرصون على إثبات الذات، مما يزيد من دافعيتهم، بالإضافة إلى رغبته في التميز، وبذل المزيد من الجهد في سبيل إنجاز المهام ومن ثم يكونون أكثر في التدفق من ذوي الخبرة الأكثر، وتدعم نتيجة السابقة دراسة **(الظاهري والغنامي، 2023)**، التي كشفت نتائجها على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد المجموعة التجريبية قبل وبعد تطبيق البرنامج التدريبي لصالح التطبيق البعدي.

2-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

من خلال النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية تحققنا من أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي(علم النفس-علوم التربية-علم الاجتماع).

يمكن إرجاع هذه النتائج التي توصّلت إليها الدّراسة الحاليّة إلى وضوح أهداف المهام التي يقوم بها المستشار كما جاءت في المنشور الوزاري رقم (1051) المؤرخ في 23 جوان 2018 الذي يحدد إجراءات تنظيمية لمهام ونشاطات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني يؤدي إلى الإحساس بالثقة واليقين بما سيقوم به من أداء، لأن وضوح الأهداف من مكونات التدفق النفسي وهذا بدوره يؤدي إلى حل المشكلات، خاصة ما تعلق منها باختلاف التخصصات، حيث يشير في هذا السياق(**Nakamura, & Csikszentmihalyi, 2009, p.90**) "**يكمن للفرد أن يندمج في أي نشاط أن يخبر التدفق إذا كانت هناك أهداف واضحة وتغذية مرتدة فورية ووضوح الأهداف يعني معرفة الفرد بشكل جيد المطلوب فعله وإتباعه خطة محددة أما عدم وضوح الأهداف فهذا يجعل من الصعب التركيز على المهمة وإكمالها حتى النهاية**".

كما يمكن أن تعود هذه النتيجة وهي عدم وجود فروق بين التخصصات إلى تركيزهم الكبير أثناء التكوين في فترة التربص وسعيهم لتعلم مهام مستشار التوجيه لأن كلهم تم تثبيتهم حديثا، وهذا ما **يسمى بخبرة التدفق النفسي كما** وصفها ميهالي تشكزينتميهالي أن خيرة التدفق ترتبط بحالة التعلم المثلى (**optimal learning**) من خلال بحثه بجامعة شيكاغو بأنها: "**حالة من التركيز ترقي إلى مستوي الاستغراق المطلق في هذا الشعور الرائع بتملك الفرد مقاليد الحاضر وأدائه وهو في قمة قدراته) وفي حالة (التعلم المثلي) يكون المتعلم في حالة من الاستغراق الكامل فيما يتعلمه، ويكون الفهم في أقصي درجاته**"(علي، 2019، 28).

وأيضا قد تعود هذه النتيجة إلى توفر الظروف المناسبة والملائمة المساعدة في ظهورها مثل صغر حجم المقاطعة فالمستشار المعين بالثانوية يغطي الثانوية فقط، أما المستشار المعين بالمتوسطة فيغطي الابتدائيات التابعة للمتوسطة فقط، هذا التخفيف في حجم المقاطعة يجعل المستشارين مفرغين للعمل الارشادي، وأصبح لهم مكاتب خاصة وهذا يجعلهم يركزون على مؤسسة واحدة فقط فالتدفق النفسي في بعد من أبعاده كما أشار إليه**(أبو حلاوة، 2013)** يتطلب تركيزا كليا مرتفعا على المهمة أو النشاط مما يسهل على الأفراد بدء الإحساس بالتدفق ووجود اهداف واضحة للنشاط يساعد الفرد على تركيز إنتباهه على هذا النشاط وتركيز الإنتباه هو جوهر التدفق وهو في ذاته يتطلب مزيدا من الجهد، ويؤدي إلى جعل الفرد يندمج بشكل كلي في النشاط متناسيا ذاته وأي شيء آخر في الحياة من حوله.

وعليه؛ فهي تظهر بدون تخطيط مسبق من قبل القائم بها، وهذا ما أثبتته نتائج الفرضية الأولى وهو المستوى المرتفع للتدفق النفسي، حيث يشير **(محجوب، 2021)** في هذا السياق بأن "خبرة التدفق النفسي لا ترتبط بعدد السنوات العمل أو سنوات الخبرة بقدر ما ترتبط بالاستعدادت الشخصية وتوفر الظروف البيئية التي تتيح لظهور هذه الخبرة المثالية من التدفق النفسي. وهذا يتفق مع نتيجة دراسة **(ابن الشيخ، 2015)** واليت توصلت إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً في درجة التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي تبعاً لمتغير الخبرة.

وأيضا قد تعود هذه النتيجة إلى الرضا الوظيفي لأن بدوره يعزز التدفق النفسي حيث يشير **Myers & Diener** نقلا عن (خشبة، 2017) **"أن الرضا الوظيفي يعزز من الشعور بالانتماء ويوفر شبكة من العلاقات الإنسانية ويساعد الفرد على بناء كيان مجتمعي له. والعكس صحيح فعدم الرضا الوظيفي يخلف آثار سلبية تتمثل انخفاض مستوى التدفق النفسي والذي يظهر في صورتين أولها: وجود تحديات تفوق مهارات الشخص أو الوقت المتاح لإنجازها عندها يرتفع مستوى القلق والتوتر. ثانيهما: وجود تحديات أقل بكثير من مهارات الفرد أو الوقت المتاح لإنجازها عندها يظهر الملل وبين الملل والقلق، وتوجد منطقة وسطى يستطيع الفرد خلالها أن يوازن بين التحديات التي يواجهها والمهارات التي يمتلكها عندها يشعر بالسعادة ويرتفع مستوى التدفق النفسي لديه".**

كما يمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى دور الاجتماعات التنسيقية النصف الشهرية التي تعقد بمركز التوجيه وما يتلقاه من احتكاك بالمستشارين الذين لديهم خبرة والتكوين حول كل نشاط يتم برمجته بطريقة منظمة حسب التوزيع السنوي الخاص بنشاطات مستشار التوجيه.

 في النقاط التي يمكن من خلالها الفرد أن يصل للتدفق وهي "تركيز الانتباه الحاد على العمل الجاري وفي اللحظة الحالية، وليس على الماضي (الأخطاء) أو المستقبل (المكاسب)، فالتركيز العالي هو جوهر التدفق، وهذه الخطوة تتطلب قدرا من الجهد، لكن ما إن يصل المرء إلى مرحلة التدفق حتى تنطلق قوة دفع ذاتية تؤدي به إلى القيام بالعمل بكل هدوء ودون جهد عصبي يذكر **(دياب، 2018)**.

3- خلاصة نتائج الدراسة والمقترحات:

إنبثقت الدراسة الحالية من دراسات سابقة وملاحظات ميدانية، التي اعتبرت من أن التوجيه المدرسي يعد من أهم الخدمات التي أخذت المدرسة الحديثة على عاتقها القيام بها، وبما أن نجاح عملية التوجيه والإرشاد المدرسي يعتمد إلى حد كبير على فعالية مستشار التوجيه والارشاد المدرسي والمهني، وحتى يتسنى له تقديم المساعدة للتلاميذ عليه أن يتوفر على الصحة النفسية الإيجابية وجودة حياة بصفة عامة ويعد التدفق النفسي الخبرة الانسانية المثلى المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية، بل يعد القوى الكامنة التي تدفع الفرد للنجاح فيما يمارسه، حيث يعمل على تزويد الإنسان بطاقة للتحكم والسيطرة على انفعالاته مع التحرر من وطأة الضغوط النفسية كما يسهم في تطوير أداء الفرد وزيادة دافعيته الذاتية، بالإضافة إلى دوره الفعال في مساندة الفرد في حل ما يعترضه من عقبات متوقعة أثناء تأديته لمهامه ويتأتى ذلك من خلال الاتساق بين الصفاء الفكري والهناء الوجداني والأداء الإيجابي.

ونظراً لأن مستشار التوجيه يحتاج إلى أن يكون على قدر من التدفق النفسي هو ضمن اهتمامات علم النفس الإيجابي، نتمنى أن يعي بها المستشار وأن تكون ضمن خدمات الإرشاد التي يقدمها للتلاميذ بهدف مساعدتهم على تحقيق التكيف والتوافق النفسي، ومن أجل تطوير أنفسهم وتحقيق ذواتهم، وكقوة دافعة لمواجهة مصاعب الحياة وتحدياتها وتحقيق نوع من السعادة وبناء الشخصية الإيجابية لجعلها في أفضل حالاتها والوصول بها إلى أعلى تجليات الصحة النفسية وهو الهدف الأسمى لعلم النفس الإيجابي ولخدمات التوجيه.

بناء عليه؛ جاءت هذه الدراسة والتي خلصت إلى النتائج التالية وذلك إنطلاقا من إطارها النظري الذي تم تناوله، والجانب الميداني وفرضيات الدراسة والإجراءات المنهجية المتبعة للتحقق من الفرضيات:

❖ توجد فروق بين متوسط درجات التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني والمتوسط الفرضي عند مستوى دلالة إحصائية (0.05).

❖ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (علم النفس–علوم التربية–علم الاجتماع).

- **توصيات الدراسة:**

بناءً على ما سبق تقترح الباحثتين مايلي:

– ضرورة الاهتمام بعلم النفس الإيجابي وتبيان أهميته من خلال التطرق إلى مفاهيمه ومتغيراته سواء بالندوات أو البحوث أو تقديم المحاضرات.

– إلى القائمين على العملية التعليمية ضرورة إجراء مزيد من الدراسات والبحوث حول موضوع التدفق النفسي في شتى المجالات، خاصة وأن الدراسات التي أجريت علي ذات الموضوع في البيئة العربية ما زالت قليلة نسبياً.

– بذل الجهد في من طرف مراكز التوجيه للمحافظة على التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، ووضع برامج إرشادية للمستشارين أثناء الاجتماعات التنسيقية لتحسينه.

- **مقترحات الدراسة:**

ومن هنا تقترح الباحثتين إجراء دراسات مكملة لهذه الدراسة:

- إجراء دراسة تشمل عينة أكبر للحصول على نتائج أكثر دقة.
- دراسة التدفق النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى لدى نفس العينة.
- دراسة أثر برنامج إرشادي على التدفق النفسي لدى مستشاري التّوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.
- دراسة التدفق النفسي مع متغيرات أخرى مثل (سمات الشخصية، والتفاؤل، والكفاءة الذاتية).

وفي الختام، تبقى النتائج المتحصل عليها من خلال هذه الدراسة صحيحة في إطار حدود العينة المختارة والأداة التي تم اعتمادها، وهو ما يمهد لسلسة من الأحداث التي يمكن القيام بها من قبل باحثين آخرين.

قـــائمة المـــراجع

1- قائمة المراجع باللغة العربية

2- قائمة المراجع باللغة الأجنبية

3- المناشير الوزارية

1-المراجع العربية:

الأسود، مهرية والأسود، الزهرة (2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح. ورقلة. ***مجلة العلوم النفسية والتربوية***. 6(02). 55-69.

أولاد هدار، الشيخ وقريشة، خالد (2020). معوقات الإرشاد والتوجيه في المؤسسات التعليمية من وجهة نظر مستشاري التوجيه والإرشاد دراسة ميدانية بورقلة. ***مجلة إسهامات للبحوث والدراسات***. 01(05).308-325.

البراغيتي، محمود خليل ووادي، أحمد أنور(2022). علاقة التدفق النفسي بالكفاءة المهنية للأخصائيين النفسيين العاملين مع المتضررين نفسياً من جائحة كورونا(كوفيد 19). ***مجلة علوم التربية الرياضية***. 15(01). 337-390.

براهيمي هاجر، وبخليلي سارة (2023). ***التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الأطباء الجراحين. دراسة وصفية ارتباطية على عينة من الأطباء الجراحين في ولايتي بسكرة وأولاد جلال***. شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي. جامعة محمد خيضر. بسكرة.

براهيمي، صباح (2022). ***المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة. دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر بسكرة***. شهادة الماستر في علم النفس تخصص عيادي. جامعة محمد خيضر. بسكرة.

البكري، لؤي وصبا زغير.(2017). تأثير تمرينات الاسترخاء التخيلي في التدفق النفسي للاعبي الريشة الطائرة بأعمار(17-19) سنة. ***مجلة كلية التربية الرياضية: جامعة بغداد***. 29(03). 191-210.

بلبقرة، أحمد عبد الله (2018). ***التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي دراسة ميدانية على عينة من العمال الدائمين بمديرية التجارة. مذكرة مقدمة شهادة الماستر الاكاديمي***. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

بن الشيخ، ربيعة (2015). ***علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي. دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي***. شهادة الماجستير في علم النفس التربوي. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

بن حامد، لخضر (2023). معيقات التوجيه المدرسي السليم–دراسة ميدانية بثانويات ومتوسطات ولاية المسيلة. ***مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية***. 08(01).227–246.

بن حامد، لخضر (2023). معيقات التوجيه المدرسي السليم–دراسة ميدانية بثانويات ومتوسطات ولاية المسيلة. ***مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية***. 08(01).227–246.

بوزناد، سميرة(2017). التوجيه المدرسي من خلال الإصلاحات التربوية في الجزائر: الولقع والصعوبات. ***مجلة الباحث الاجتماعي***. (17). 129–142.

الجزار، نجوى صابر(2021). التدفق النفسي وعلاقته بعمليات ما وراء المعرفة لدى طلبة الجامعة. ***مجلة كلية التربية***. (03). 469–500.

حداد، سمية(2022). ***التدفق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي مفدي زكرياء ولاية غرداية***. كلية العلوم الاجتماعية والانسانية قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر .

خشبة، فاطمة السيد حسن(2017). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى المعلمين. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***. 27(96). 221–316.

خلوط رجاء، زواري أحمد فتيحة.(2023). ***التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مذكرة مكملة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس تخصص علم النفس العيادي***. جامعة حمة لخضر الوادي. الجزائر.

الرويلي، النشمي بشير(2019). اليقظة العقلية والمرونة والتدفق النفس ي لدى المرشدين الطلابيين في محافظة طريف بالمملكة العربية السعودية– دراسة مقارنة بين المرشدين الجدد والقدامى. ***مجلة العلوم التربوية والنفسية***.3(07). 114–130.

زكي، ألق ثائر والنواب، ناجي محمود (2018). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. ***مركز البحوث النفسية***، ج2(28). 983– 1024.

شهرة، فيصل ومنصور، مصطفى (2022). واقع معوقات العملية الارشادية في المؤسسات التربوية الجزائرية(دراسة استكشافية من وجهة نظر عينة من مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بولاية الوادي). ***مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع***. 06(03).308-325.

الظاهري، حامد عبد الله، الغنامي، فاطمة حمدي نافع(2023). التدفق النفسي كمتغير وسيط بين الانتماء المهني والكفاءة الإرشادية لدى عينة من المرشدين التربويين في المملكة العربية السعودية. ***مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس(ASEP)***. 06(146).313-358.

عبد الجواد، ميرفت عزمي وأحمد وأسماء فتحي(2013). التفكير الايجابي والسلوك التوكيدي كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسيا من الطلاب الجامعيين. ***مجلة المصرية للدراسات النفسية***. 23(78). 58-97.

عبيدات سمير وبوقصة صفاء(2023). ***فعالية الذات والدافعية الأكاديمية كمتنبئ بالتدفق النفسي لدى طلبة قسم علم النفس بجامعة تبسة***، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر L.M.D .

العروم، أسماء وجحيدر، رميصاء (2022). ***التدفق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة. دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بولاية الوادي.*** مذكرة مكملة تدخل ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر شعبة التربية الخاصة تخصص ارشاد وتوجيه. جامعة الشهيد حمة لخضر. الوادي. الجزائر.

محمد أمين محبوب، حنان(2020). التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من ممرضي العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية بمكة المكرمة في جائحة كورونا (كوفيد – 19). ***مجلة ديالى***. (85). 239-290.

نصرات الرميصاء، ونصرات مريم (2022).***علاقة التدفق النفسي بالعنف المدرسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي. شهادة ماستر في علم النفس تخصص علم النفس المدرسي***. جامعة الشهيد حمة لخضر. الوادي. الجزائر.

يحي الصاوي، داليا يسرى (2020). التدفق النفسي وعلاقته بالذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين وغير المشاركين في الأنشطة الطلابية. ***مجلة دراسات تربوية واجتماعية***. 26 . 220-279.

Csikszentmihalyi, M. (2012). flow(psychology) 19 Wikipedia Articles www.mark faster.net\ struc\ mihaly_Csikzentmihalyi-wiki.pdf
Schwartz, C.(2004).“No way is way: the power of artistry in psychotherapy” Annals of the American psychotherapy 6 (1), (1535- 4075):18-21.en. Wikipedia.org\wiki\ flow-(psychology).

2-الوثائق والمناشير:

منشور رقم 1051 مؤرخ في 23 جوان 2018 **المتعلق بالإجراءات تنظيمية لمهام ونشاطات مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني المعينين بالمتوسطات.** وزارة التربية الوطنية.

قائمة الملاحق

جامعة الشهيد حمه لخضر بالوادي

كلية العلوم الاجتماعية والانسانية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

السلام عليكم ورحمة الله تعالى وبركاته.

أخي المستشار– أختي المستشارة تحية طبية وبعد:

في إطار إنجاز مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر، نضع بين أيديكم هذه الاستمارة ونرجو منكم التكرم والإجابة على فقراتها وذلك بقراءة العبارة جيدا ثم اختيار البديل الذي تراه مناسبا وذلك بوضع علامة (X) أمام الفقرة التي تناسبك، علما أنه لا توجد إجابات صحيحة واجابات خاطئة فالإجابة صحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك بصدق، وأعلمك أن إجابتك ستحظى بالسرية التامة ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

معلومات عامة:

– التخصص الأكاديمي:

علم النفس: ☐ **– علوم التربية:** ☐ **– علم الإجتماع** ☐

وفي الأخير تقبلوا مني فائق التقدير والاحترام.

رقم الفقرة	بنود الأداة	البدائل				
		يحدث دائما	يحدث غالبا	يحدث أحياناً	يحدث نادراً	لا يحدث أبداً
01	اتحدى الصعاب واعتقد أن مهاراتي تمكنني من مواجهتها					
02	اتصرف على نحو صحيح دون التفكير بمحاولة القيام بذلك					
03	اعرف بوضوح ما أريد القيام به					
04	ادرك حقا على نحو واضح أن أدائي مستمر					
05	أركز انتباهي كليا فيما أقوم به					
06	اسيطر على ما أقوم به من مهام					
07	أقلق بما يفكر به الآخرين عني					
08	أحس بأن الوقت يتغير (يبطئ أو يسرع) أثناء النشاط					
09	استمتع حقا بخبراتي					
10	أدرك بأن قدراتي تتناسب وصعوبات المواقف التي أواجهها					
11	يتملكني احساس كأن الأشياء تحدث تلقائيا					
12	أمتلك احساس قوي بالنزوع نجو تنفيذ ما خططت له					
13	أعي جيدا كيف أؤدي المهام والنشاطات اليومية					
14	أتمتع بالثبات الذهني فيما يحدث دون بذل أي جهد					
15	أشعر بأني استطيع السيطرة على ما أؤدي من أعمال					
16	اتجاهل التفكير في تقييم الآخرين لي					
17	أفقد الاحساس بالوقت عندما استغرق بالعمل					
18	أحب الشعور بالإنجاز وتتملكني ارادة الفوز به ثانيتاً					
19	أشعر بأنني كفئ على نحو البي متطلبات الموقف العالية					
20	انجز المهام تلقائيا دون تفكير					
21	اعرف جيدا الاهداف التي أروم تحقيقها					
22	تتملكني فكرة جيدة عندما أقوم جيد وكيف أقوم به					
23	يتملكني تركيز كلي حينما أقوم بنشاط هادف					
24	أدرك سيطرتي الكاملة على الوعي					
25	افقد الاحساس بالذات عندما استغرق في تأدية المهام					
26	اشعر وكأن الوقت يمر بسرعة					
27	أجد أن تجاربي تركت لي شعور كبير بالبهجة					
28	أشعر بالتوازن بين مهارتتي الشخصية وما أوجه من تحديات					
29	أعمل الأشياء عفويا وتلقائيا دون الحاجة إلى التفكير					
30	أحدد أهدافق على نحو واضح					
31	أدرك أن نشاطي جيد وكيف أنجزه					
32	أصرف ذهني كليا عما يحدث حولي والتركيز على مهمتي					
33	اضبط تصرفاتي على نحو تام					

34	اهتم بما يقوله الأخرين عني					
35	أفقد الوعي بالزمن على نحو عادي					
36	استمتع بتجاربي واعدها مجزية للغاية					