

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علم النفس وعلوم التربية

مذكرة بعنوان:

## التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى تلميذ السنة الاولى ثانوي

(دراسة ميدانية بثانويتي عبد الكريم هالي وعبد القادر الياجوري بقمار-ولاية الوادي)

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة علوم التربية

تخصص: ارشاد وتوجيه

إشراف الأستاذة:

د. أسماء لشهب

إعداد الطالبان:

روان ركيبتي

عائشة منى لشلح

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة
د. عبد الرزاق باللموشي	أستاذ دكتور	رئيسا
د. أسماء لشهب	أستاذ محاضر -أ-	مشرفا ومقررا
د جميلة زيدان	أستاذ مساعد -ب-	مناقشا

السنة الجامعية: 2024 / 2023

## شكر و عرفان

الحمد لله كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه ، نحمد الله تعالى ونشكره ونستعينه على توفيقه لنا في اعداد هذه المذكرة ، فلولا فضل الله وهداه لما وصلنا الى هذا العمل.

نتقدم بجزيل الشكر والاعتراف والامتنان الى أستاذتنا الفاضلة الدكتورة "أسماء لشهب" وفقها الله ورعاها على ما تفضلت به علينا من اشراف وتعليم وتوجيه ، فقد كانت عوننا لنا في إتمام هذه المذكرة ونسأل الله العزيز القدير أن يجزيها عنا خير جزاء.

كما يدعونا واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن نتقدم بالشكر العميق الى كل من ساهم من قريب أو بعيد في إتمام هذا البحث المتواضع.

### ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن إمكانية وجود علاقة بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى عينة من تلاميذ السنة أولى ثانوي بمتقنة العلامة عبد القادر الياجوري وثانوية هالي عبد الكريم بمدينة قمار بالوادي، كما هدفت أيضا إلى الكشف عن دلالة الفروق لدى عينة الدراسة في التدفق النفسي والمرونة المعرفية تبعا لمتغير (التخصص) باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأجريت الدراسة عن عينة قدرها (235) تلميذ وتلميذة تم اختيارهم بطريقة

عشوائية طبقية منتظمة باستخدام أدوات جمع البيانات المتمثلة في : مقياس التدفق النفسي  
لنصيف (2015) ومقياس المرونة المعرفية لعبد الوهاب (2011). واعتمدت على عدد من  
الأساليب الإحصائية كعامل الارتباط بيرسون و اختبار"ت". وتوصلت الدراسة الحالية إلى  
النتائج التالية :

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ  
السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة  
أولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/  
جذع مشترك آداب).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة  
الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم  
وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب) لصالح تلاميذ الجذع المشترك علوم وتكنولوجيا أصحاب  
المتوسط الحسابي الأعلى.

**Abstract:**

The current study aimed to reveal the possibility of a relationship between psychological flow and cognitive flexibility among a sample of first-year secondary school students at the mastery of Abdul Qadir al-Yaguri and Hali Abdul Karim Secondary School in the city of Guemar in the Valley. It also aimed to reveal the significance of the differences among the study sample in psychological flow and cognitive flexibility depending on For the variable (specialization) using the descriptive correlational approach, the study was conducted on a sample of (235) male and female students who were selected in a stratified random manner using data collection tools represented by: Nassif's psychological flow scale (2015) and Abdel Wahab's cognitive flexibility scale (2011). It relied on a number Using statistical methods such as the Pearson correlation coefficient, the current study reached the following results:

- There is a statistically significant relationship between the degrees of psychological flow and cognitive flexibility among first-year secondary school students in the study sample.
- There are statistically significant differences between the average scores of psychological flow among first-year secondary school students in the study sample due to the variable of academic specialization, common core, sciences and technology/common core, arts.
- There are no statistically significant differences between the average scores of cognitive flexibility among first-year secondary school students in the study sample due to the variable of academic specialization, common core, sciences and technology/common core, arts.

## فهرس المواضيع

رقم الصفحة	العنوان
أ	شكر وعرفان
ب	ملخص الدراسة باللغة العربية
ج	ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
د	فهرس المواضيع
ز	فهرس الجداول
ح	فهرس الاشكال
09	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: الاطار العام للدراسة</b>	
13	1. اشكالية الدراسة
16	2. فرضيات الدراسة
17	3. أهداف الدراسة
17	4. أهمية الدراسة
18	5. التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة
18	6. الدراسات السابقة والتعليق عليها
<b>الفصل الثاني: التدفق النفسي</b>	
25	تمهيد
25	1. مفهوم التدفق النفسي
26	2. نظريات التدفق النفسي
28	3. أبعاد التدفق النفسي.
30	4. مكونات التدفق النفسي
30	5. أهمية التدفق النفسي
32	خلاصة الفصل

الفصل الثالث: المرونة المعرفية	
34	تمهيد
34	1. مفهوم المرونة المعرفية
35	2. نظرية المرونة المعرفية
38	3. أنواع المرونة المعرفية
39	4. خصائص الأشخاص ذوي المرونة المعرفية
40	5. أهمية المرونة المعرفية
41	خلاصة الفصل
الجانب الميداني	
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
44	تمهيد
44	1. منهج الدراسة
44	2. الدراسة الاستطلاعية
45	3. مجتمع وعينة الدراسة الأساسية
50	4. حدود الدراسة
51	5. أدوات الدراسة
56	6. الأساليب الإحصائية لمعالجة بيانات الدراسة
57	خلاصة الفصل
الفصل الخامس : عرض ومناقشة نتائج الدراسة	
59	تمهيد
59	1. عرض وتحليل نتائج الدراسة
63	2. تفسير ومناقشة نتائج الدراسة
71	خلاصة الفصل
72	خاتمة
75	قائمة المراجع
	الملاحق

## فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
45	يوضح توزيع تلاميذ متقنة العلامة عبد القادر الياجوري حسب الجذع المشترك والجنس	01
46	يوضح توزيع تلاميذ ثانوية الشهيد عبد الكريم هالي حسب الجذع المشترك والجنس	02
47	يوضح توزيع أفراد مجتمع وعينة الدراسة على المؤسستين ميدان الدراسة	03
48	يوضح نسبة تمثيل العينة لمجتمع الدراسة	04
49	يوضح توزيع تلاميذ عينة الدراسة على الجذعين المشتركين	05
49	يوضح تمثيل الجنسين في عينة الدراسة	06
52	يبين معامل ثبات مقياس التدفق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ	07
52	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد الفئة العليا والدنيا على مقياس التدفق النفسي	08
55	يبين معامل ثبات مقياس المرونة المعرفية بطريقة ألفا كرونباخ	09
55	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد الفئة العليا والفئة الدنيا على مقياس المرونة المعرفية	10
61	يوضح دلالة معامل الارتباط 'بيرسون' بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى التلاميذ عينة الدراسة	11
62	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات التدفق النفسي للتلاميذ عينة الدراسة تبعا لتخصصهم الدراسي(جذع مشترك علوم/جذع مشترك آداب)	12

63	يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة المعرفية للتلاميذ عينة الدراسة تبعا لتخصصهم الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)	13
----	--	----

### فهرس الاشكال

رقم الصفحة	العنوان	الرقم
47	يوضح نسبة تمثيل تلاميذ المؤسسات في مجتمع الدراسة	01
48	يوضح نسبة تمثيل تلاميذ المؤسسات في عينة الدراسة	02
49	يوضح نسبة تمثيل الجذعين المشتركين في عينة الدراسة	03
50	يوضح نسبة تمثيل الجنسين في عينة الدراسة	04
59	يوضح درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية	05
60	يوضح درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية باختلاف التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)	06



## مقدمة :

ان علم النفس الإيجابي هو تيار حديث في علم النفس يقدم صورة جديدة في قضايا الانسان النفسية فهو يركز على الفضائل التي تمكن الأفراد والجماعات من تحقيق أهدافها بدل التركيز على الصور السلبية في شخصية الفرد ، كما أنه يرتبط بالخبر الذاتية والسعادة الانفعالية الحالية المرتبطة بالزمن الحاضر الذي يعيشه الفرد بالإضافة الى ارتباطه الكامل بالأمل والتفاؤل بما يتعلق بزمن المستقبل.

فقد ركز أيضا علم النفس الإيجابي على عدة متغيرات إيجابية من بينها المرونة المعرفية والتدفق النفسي، ويعد هذا الأخير حالة يشعر فيها الفرد بالمتعة والسعادة عند القيام بمهمة معينة، ويعني وصول الفرد إلى ذروة العطاء مهما كان العمل في غاية الصعوبة، وله آثار إيجابية تبدو في تقوية الثقة بالنفس والوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي. كما يعتبر التدفق النفسي طاقة إيجابية ضرورية لجميع المراحل العمرية عامة، ومرحلة التعليم الثانوي بصفة خاصة. كونها مرحلة انتقالية يرافقها الكثير من التغيرات الفيزيولوجية التي تؤثر في شخصية المراهقين المتمدرسين؛ مما يجعلهم في أمس الحاجة الى اكتساب مهارات وقدرات تساعد على تخطي هذه التغيرات بإيجابية. وعلى رأسها المرونة المعرفية التي تلعب دورا حيويا في تحديد معالم شخصية التلميذ وتساعد في مواجهة المواقف الحياتية بشكل عام، والمواقف التعليمية بشكل خاص. من خلال إكسابه مستوى من الوعي يمكنه من مراقبة تفكيره والتحكم به وضبط انفعالاته، فالمرونة المعرفية لها أثر على الحالة الذهنية للتلميذ تجعله قادرا على معالجة الظروف الجديدة التي يتعرض لها. اذ تعمل على تنمية معارفه السابقة بما يتناسب مع هذه المواقف الجديدة وتزيد من دافعيته، بحيث يستطيع التلميذ التكيف مع جميع الحالات التي تواجهه بأكثر مرونة وتلقائية وإيجابية.

من هذا الإطار انطلقت الدراسة الحالية، والتي حاولت الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي، وتنقسم هذه الدراسة إلى جانبين أحدهما نظري والآخر ميداني حيث تضمن الجانب النظري ثلاثة فصول، على النحو التالي:

شمل الفصل الأول كل من إشكالية البحث وفرضياته وأهمية الدراسة وأهدافها وحدودها والتعريفات الإجرائية لمتغيراتها، كما أوردت بعض الدراسات السابقة ذات العلاقة. أما الفصل الثاني فتناول التدفق النفسي، حيث احتوى على مفهوم التدفق النفسي والنظريات المفسرة له وأبعاده ومكوناته وأهميته ، أما الفصل الثالث فخصص للمرونة المعرفية وتضمن مفهومها والنظريات المفسرة لها وأنواع المرونة المعرفية وخصائص الأشخاص ذوي المرونة المعرفية وكذلك أهمية المرونة المعرفية.

أما الجانب الميداني فقد شمل فصلين، ادرج في الفصل الرابع الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية: انطلاقا من المنهج، و الدراسة الاستطلاعية، وكذا مجتمع وعينة الدراسة الاساسية وحدودها وأدواتها والأساليب الإحصائية المعتمدة لتحليل البيانات، أما الفصل الخامس فتضمن عرض وتحليل نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها على ضوء الاطار النظري والدراسات السابقة، وأيضا تم التطرق الى خاتمة التي تشمل جملة من التوصيات، وفي الأخير تم طرح قائمة المراجع المعتمدة في هذه الدراسة والملاحق .

# الجانب النظري

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة.
- 2- فرضيات الدراسة.
- 3- أهداف الدراسة.
- 4- أهمية الدراسة.
- 5- التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة.
- 6- الدراسات السابقة والتعليق عليها.

## 1- إشكالية الدراسة :

يعتبر علم النفس الإيجابي فرعاً من الفروع الحديثة في علم النفس، والذي يركز على تحسين الأداء النفسي الوظيفي العام للإنسان إلى ما هو أبعد من مفهوم الصحة النفسية بمعناه التقليدي. وكتخصص علمي يهتم بتحقيق هدف مفاده فهم وتحديد العوامل التي تمكن الأفراد والمؤسسات والمجتمعات من التطور والازدهار وذلك من خلال توظيف كل ما هو أفضل في الأساليب العلمية في دراسة مشكلات الأفراد لتخلص من صور المعاناة النفسية، وبدل التركيز على هذه الصور السلبية أو المرضية بل بالتركيز على ما لدى الإنسان من مكامن قوة وفضائل إنسانية إيجابية (أبو حلاوة، 2014، 12).

وقد برزت في الآونة الأخيرة عدة مفاهيم حديثة في علم النفس الإيجابي كالصلابة النفسية وجودة الحياة والمرونة المعرفية والتدفق النفسي، ويعد هذا الأخير من المتغيرات التي ركز عليها علم النفس الإيجابي. حيث عرفه "دانيال جولمان (2000) 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 تقوي الفرد من الشعور بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق" (الصاوي، 2020، 11). وفي هذه الحالة يكون الفرد في تركيز تام بالنشاط أو العمل فيصبح في حالة نسيان لذاته وانخفاض الوعي بالزمان والمكان، فتكون لديه القدرة على التفاعل الإيجابي في مواجهة التحديات.

وقد برزت أهمية التدفق النفسي كونه وسيلة لتحسين الأداء والارتقاء به كما انه يعد بمثابة قوة تحفز الفرد داخليا وتعزز من أدائه وتمنحه مزيداً من التركيز والعزيمة والمثابرة، وما لذلك من اثر فعال في زيادة مستوى الأداء (خشبة، 2017، 20). وعليه فان التدفق النفسي لا يتم معرفته ولا يظهر إلا عند أداء الفرد لوظيفة أو مهمة والانغماس فيها والنجاح فيها، وهذا ما أكدت عليه دراسة سرايه وبن طراد (2018) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة، وأشارت نتائجها الى وجود

علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال عينة الدراسة (سرايه وبن طراد، 2018، 5). أي أن حالة التدفق النفسي تقترن بالإحساس بالبهجة والاستمتاع أثناء الاندماج في نشاط ما أو أثناء أداء مهمة معينة.

كما أن التدفق النفسي يزيد من التزام الفرد بما يقوم به من مهام وتحقيق ما يصبو إليه من أهداف، كما يزيد من مستوى طموحه ودافعيته للإنجاز، وينمي قدرته على مواجهة الصعوبات وتحمل المسؤولية (صبحي، 2021، 17). وعليه نجد أن الأفراد الذين يكونون في حالة تدفق نفسي يتمتعون ويتميزون عن الآخرين بتحقيق أهدافهم المستقبلية مع مراعاة خبراتهم السابقة وبذلك يزداد مستوى طموحهم. وهذا ما أكدت عليه دراسة الننتشة ومصري (2022) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل بفلسطين. وطبقت هذه الدراسة على (188) طالب وطالبة كما أظهرت النتائج وجود علاقة طردية موجبة دالة إحصائياً بين التدفق النفسي وبين الطموح الأكاديمي (الننتشة ومصري، 2022، 14).

بالمقابل، تشير المرونة المعرفية الى كيفية تعامل الناس مع معرفتهم والاستراتيجيات الممكنة للتعامل مع المهام التي تواجههم، وهذا ما أكده "سبايرووجينج (1990) الذي يرى أن الأفراد "الذين يستطيعون أن يتمثلوا معرفتهم في أكثر من منظور أو مهمة يمكن أن يكون تعاملهم مع التغيير في الموقف بسهولة اكبر، وهذا يدل على أنهم أكثر مرونة من الناحية المعرفية لما يمتلكون من قدرة وسرعة على إعادة هيكلة معرفتهم وإيجاد تدابير لتغيرات المواقف" (وحيد، 2017، 22). أي أن المرونة المعرفية تجعل الفرد قادراً على التكيف مع مواقف حياتية معينة وعلى إنتاج أفكار متنوعة جديدة تنطبق مع مشكل ما.

وتؤدي المرونة المعرفية دوراً مهماً ومستمرًا في معظم نواحي التعلم الإنساني من معرفة ولغة وإدراك وتعليم، فهي تعمل على تعبئة الطاقة لدى المتعلم وتحفزه نحو الهدف، وكذلك توجه سلوكه وتساعد على تغيير وتنويع طرق التعامل العقلي مع المشكلات (رضوان، 2021، 3)؛ فهي تشكل وعي المتعلم بقضاياها الذاتية والاجتماعية وكل ما يحدث حوله، وهذا ما أكدت

عليه دراسة عبد الخالق (2021) التي هدفت إلى بناء برنامج مقترح قائم على نظرية المرونة المعرفية لتنمية الوعي ببعض القضايا المعاصرة والدافعية للتعلم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية، وتوصلت إلى فاعلية تدريس البرنامج المقترح في التاريخ بالصف الثالث الإعدادي، حيث "أظهرت النتائج من خلال متوسطي درجات التلاميذ مجموعة البحث في التطبيقين القبلي والبعدي في الاختبار التحصيلي للقضايا المعاصرة ومقياس الوعي بها، وكذلك مقياس الدافعية للتعلم حيث جاءت دلالة الفروق عند مستوى 0.05 % لصالح القياس البعدي" (عبد الخالق، 2021، 391). فالمرونة المعرفية لها أثر على حالة الذهنية للطالب لمعالجة الظروف الجديدة التي يتعرض لها وكذلك تنمي معارفه السابقة بما يتناسب مع المواقف الجديدة وتزيد من دافعيته أي أن الطالب يستطيع التكيف مع جميع الحالات التي تواجهه بأكثر مرونة وتلقائية .

وعليه فإن المرونة المعرفية تعد قدرة عقلية تساعد الفرد للوصول إلى الإتقان وتعزيز مهارة الإبداع وتسمح للفرد بالاطلاع على وجهات النظر المختلفة. وهذا ما أشارت إليه دراسة وحيد (2017) التي هدفت إلى الكشف عن دافعية الإتقان والمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة وطبقت هذه الدراسة على (450) طالب وطالبة، ومن أهم النتائج التي توصلت إليها وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى دافعية الإتقان والمرونة المعرفية (وحيد، 2017، 22). وفي هذا السياق يشير العتوم (2012) "إلى أن المرونة المعرفية تعد مكونا مهما من مكونات التفكير الإبداعي، وتشير إلى قدرة الفرد على التغيير التلقائي للحالة المعرفية بتغيير الموقف أو خصائصه وتعني القدرة على إنتاج عدد متنوع من الأفكار حول مشكلة أو موقف معين" (الهزيل، 2015، 4-5).

وتعتبر مرحلة التعليم الثانوي من أهم المراحل في حياة التلميذ، وذلك بسبب التغيرات التي تطرأ على جميع نواحي شخصيته وما يواجهه من صراعات وانفعالات نفسية، وتعد السنة الأولى ثانوي سنة مميزة في هذه المرحلة حيث تتزايد الضغوطات النفسية والمدرسية التي يضطر التلميذ إلى مواجهتها، ومن أبرزها تحسين مستوى تحصيله الدراسي فهو الذي يحدد

مساره العلمي والعملية ومن خلاله يتحصل التلميذ على التوجيه الذي يرغب فيه، وهذا الأخير له تأثير على شخصية التلميذ وإبراز هويته وتحقيق ذاته. وهذا ما أكد عليه ايركسون في نظريته بأن عملية تشكيل الهوية تنطلق أساساً من أزمة، وحلها يعطي المراهق القدرة على الاندماج، أي أن تشكل هوية المراهق عند اختيار المهنة، وتبني قيم يؤمن بها ويعيش وفقاً لها (بوتفنوشتات وبركو، 2017، 637). وبما أن التلميذ في هذه الفترة يحتاج إلى متغيرات إيجابية في بناء شخصيته، التي يركز عليها علم النفس الإيجابي، ومن بين هذه المتغيرات التدفق النفسي الذي يساعد على مواجهة الصعوبات التعليمية وتحمل المسؤولية وأيضاً المرونة المعرفية التي لها دور هام في عملية التعلم من معرفة ولغة وأدراك .

بناء عما سبق تحاول هذه الدراسة الإجابة على التساؤلات التالية :

- هل توجد علاقة بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي؟
- هل توجد فروق في مستوى التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)؟
- هل توجد فروق في مستوى المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)؟
- 2-فرضيات الدراسة :
- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب).

### 3-أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى:

- الكشف عن مستوى كل من التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
- الكشف عن إمكانية وجود علاقة بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي .
- الكشف عن الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب).
- الكشف عن الفروق في مستوى المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب).

### 4-أهمية الدراسة: تستمد هذه الدراسة أهميتها من:

- كونها تركز على تلاميذ مرحلة التعليم ثانوي والتي تعد مرحلة متوجة للمدرسة الجزائرية للانتقال إلى التعليم الجامعي.
- أهمية المتغيرات التي تدرسها ألا وهي التدفق النفسي والمرونة المعرفية كونها متغيرات يتناولها علم النفس الايجابي، الذي يركز على الجوانب الايجابية من شخصية التلميذ بدل التركيز على الجوانب السلبية مثل القلق والتوتر، ذات التأثير السلبي على أداء التلميذ في الوسط المدرسي.
- لفت انتباه الوصاية إلى الاهتمام بالمتغيرات الايجابية في الشخصية والتي منها التدفق النفسي والمرونة المعرفية وعلاقتها بتحسين المردود التعليمي للمؤسسات التربوية .

### 5-التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

## التدفق النفسي:

تم تبني التعريف الإجرائي الذي اعده(البهاص ،2010) والذي يعرفه على أنه " خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداء ويحدث من خلال الانشغال التام بالأداء ،وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء ونسيان احتياجات الذات والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل"(حداد،2022، 9). ويستدل عليه بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التدفق النفسي المستخدم في الدراسة الحالية.

## المرونة المعرفية:

ويقصد بها تلك القدرة العقلية ذات المرتبة العليا، ويمكن تعلمها واكتسابها بطرق شتى، وهذه القدرة ذات صبغة تطويرية يتمكن الفرد من خلالها من التعامل مع الخبرة التي تواجهه بأساليب واستراتيجيات مختلفة، ومن زوايا متعددة بما يتناسب مع ما يستجد في هذه الخبرة والمواقف(العارضة وجبر،2016، 599). ويستدل عليها في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة عند استجابتهم لمقياس المرونة المعرفية المعتمد.

## 6-الدراسات السابقة والتعليق عليها:

ترجع أهمية عرض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع التدفق النفسي والمرونة المعرفية دليلاً يساعدنا في التعرف على موضوع محل البحث والدراسة وكما أنها من بين المصادر التي يمكننا الاستعانة بها في مناقشة نتائج هذه الدراسة. ومن هنا سوف نقوم بعرض بعض الدراسات التي اهتمت بموضوع البحث وبمتغيرات متنوعة.

## الدراسات التي تناولت التدفق النفسي :

- دراسة عز الدين (2022): والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى أفراد عينة البحث بسوريا"، تألفت عينة البحث من (800) طالب وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية العنقودية واستخدمت المنهج الوصفي التحليلي كما اعتمد على الوسائل الإحصائية التالية : معامل ارتباط بيرسون ومعامل ألفا كرونباخ واعتمدت

الباحثة على مقياس التدفق النفسي ومقياس المرونة النفسية كما أظهرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى أفراد العينة (عز الدين، 2022، 60).

● **دراسة سرايه وبن طراد(2018):** بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي دراسة ميدانية على العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة" وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة، تكونت عينة البحث من سبعون (70) عامل دائم تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد اعتمدا الباحثان على المنهج الوصفي الارتباطي واعتمد أيضا على الأساليب الإحصائية التالية: طريقة التجزئة النصفية وألفا كرونباخ، واعتمدا على مقياسي التدفق النفسي والأداء الوظيفي كما توصلت النتائج بوجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة(سرايه و بن طراد، 2018، 1117).

● **دراسة عبد الملك (2019):** بعنوان " نموذج العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب جامعة حلوان"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مدى إمكانية التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية من خلال كل من التدفق النفسي وإدارة الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية بجامعة حلوان، تمثلت عينة الدراسة الأساسية من (324) طالبا وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية وقد اعتمد على مقياس التدفق النفسي وإدارة الذات و مقياس جودة الحياة الأكاديمية وقد أسفرت الدراسة عن النتائج التالية وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين جودة الحياة الأكاديمية وكل من التدفق النفسي وإدارة الذات لدى طلبة الجامعة عند مستوى الدلالة (0,01) (عبد الملك، 2019، 528).

● **دراسة الصوافي (2019):** بعنوان "التدفق النفسي وعلاقته بقلق الاختبار دراسة ميدانية على طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان" وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي ومستوى قلق الاختبار لدى أفراد العينة بناء على متغير النوع (ذكور - إناث) مع استخدام المنهج الوصفي الارتباطي وقد اختار الباحث عينة

الدراسة بطريقة عشوائية بسيطة وتكونت عينة الدراسة من (400) طالب وطالبة من الصف التاسع الأساسي واعتمد الباحث على الأساليب الإحصائية الآتية : اختبار "ت" للعينات المستقلة والمتوسطات الحسابية، واعتمدت الدراسة على مقياسي التدفق النفسي وقلق الاختبار وأسفرت الدراسة أن مستوى كل من التدفق النفسي وقلق الاختبار لدى عينة الدراسة كان متوسطا (الصوافي، 2019، 01).

#### الدراسات التي تناولت المرونة المعرفية :

● **دراسة رضوان (2021):** وهدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين المرونة المعرفية وكلا من فاعلية الذات البحثية ودافعية الإلتقان وأيضا هدفت إلى الكشف عن الفروق في متوسطات درجات أفراد عينة البحث الحالي من طلبة الدراسات العليا عن مقياس المرونة المعرفية وفاعلية الذات البحثية ودافعية الإلتقان وفقا لمتغيري النوع والتخصص، وتكونت عينة الدراسة من (250) طالب وطالبة من طلبة المسجلين للماجستير بجامعة الأزهر بالدهليقية وتم اختيارهم عشوائيا. واعتمد على المنهج الوصفي الارتباطي كما طبق الباحث مقياس المرونة المعرفية وفاعلية الذات ومقياس دافعية الإلتقان . وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائيا بين المرونة المعرفية وفاعلية الذات البحثية ودافعية الإلتقان وأيضا وجود فروق في متوسطات درجات أفراد عينة البحث عن مقياسي المرونة المعرفية وفاعلية الذات البحثية وفقا لمتغيري النوع والتخصص (رضوان، 2021، 02).

● **دراسة حمدان (2022):** بعنوان "أثر المرونة المعرفية كمتغير وسيط على العلاقة بين التفكير التأملي واستقلالية المتعلم لدى كلية التربية بجامعة أسيوط" وهدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين المتغيرات المرونة المعرفية واستقلالية المتعلم والتفكير التأملي لدى الطلاب المعلمين بكلية التربية وأيضا هدفت إلى الكشف عن الأثر المباشر للمتغيرين (المرونة المعرفية والتفكير التأملي) على متغير (استقلالية المتعلم) لدى الطلاب المعلمين، وبلغ حجم عينة البحث (237) طالب وطالبة بكلية التربية جامعة أسيوط واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي، كما طبق مقياس التفكير التأملي ومقياس المرونة المعرفية وقد اعتمد

الباحث على الأساليب الإحصائية التالية: معامل ألفا كرونباخ ومعاملات ارتباط بيرسون، وأشارت نتائج هذه الدراسة على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات الطلاب عينة البحث على كل من (مقياس المرونة المعرفية، استقلالية الذات، والتفكير التأملي) والمرونة المعرفية تؤثر كمتغير وسيط على العلاقة بين التفكير التأملي واستقلالية المتعلم (حمدان، 2022، 134).

● **دراسة وحيد (2017):** بعنوان "دافعية الإلتقان وعلاقتها بالمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة" وهدفت هذه الدراسة إلى كشف دافعية الإلتقان والمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة وأيضاً معرفة دلالة الفروق في المرونة المعرفية لديهم تبعاً لمتغيرات النوع الاجتماعي والصف الدراسي والتخصص الدراسي، وبلغ حجم العينة (450) طالباً وطالبة من جامعة القادسية والتي تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة واعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي وقد استخدم مقياس دافعية الإلتقان ومقياس المرونة المعرفية كما اعتمد على الوسائل الإحصائية التالية: مربع كاي واختبار  $t$ -test ومعامل ارتباط بيرسون. ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي تمتع طلبة جامعة القادسية للمرحلة الثانية والرابعة من الاختصاصين العلمي والإنساني للدراسة الصباحية بدافعية إلتقان ومرونة معرفية وأيضاً هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى دافعية الإلتقان ومرونة معرفية (وحيد، 2017، 9).

● **دراسة الهزيل (2015):** بعنوان "المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوي في بئر سبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتي" وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة مرحلة الثانوي وعلاقتها بالتنظيم الذاتي في ضوء متغيري الجنس والصف المدرسي وبلغ حجم هذه الدراسة (400) طالب وطالبة من مرحلة الثانوي في بئر سبع وتم اختيارهم بطريقة عشوائية وقد استخدم الباحث على المنهج الوصفي كما طبق مقياس المرونة المعرفية ومقياس تنظيم الذات، واعتمد أيضاً على الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات والانحرافات المعيارية ومعامل ارتباط بيرسون. وأشارت نتائج هذه الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية في مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة مرحلة الثانوي في بئر سبع تعزى إلى متغير الجنس

لصالح الذكور ولمتغير الصف المدرسي لصالح الصف الثانية ثانوي وأيضا ووجود فروق دالة إحصائيا في مستوى تنظيم الذات ككل لدى طلبة المرحلة الثانوي في بئر سبع تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور ولمتغير الصف المدرسي لصالح الصف الثاني الثانوي(الهزيل، 2015، 11) .

#### التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابق يتضح ما يلي:

-تعددت أهداف الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة ما بين دراسات تناولت متغير التدفق النفسي مع متغيرات أخرى، ودراسات تناولت متغير المرونة المعرفية مع متغيرات أخرى، كدراسة عبد الملك (2019) بعنوان نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية، ودراسة عادل سمير محمد حمدان (2022) بعنوان أثر المرونة المعرفية كمتغير وسيط على العلاقة بين التفكير التألمي واستقلالية المتعلم

-اتفقت الدراسات من حيث المنهج المعتمد لدراسة الموضوع وهو المنهج الوصفي الارتباطي إلا دراسة عيسى سلطان سلامة الهزيل (2015) التي اعتمدت على المنهج الوصفي، وأيضا دراسة عز الدين (2022) التي اتبعت المنهج الوصفي التحليلي.

- تفاوت عدد أفراد عينات الدراسات المعالجة لموضوع التدفق النفسي والمرونة المعرفية وذلك نظرا لاختلاف المجتمع الأصلي الذي طبق عليه، كدراسة مصطفى فاضل وحيد التي بلغ عدد أفراد العينة المدروسة إلى (450) طالب وطالبة من جامعة القادسية، في حين دراسة سرايه وبن طراد كان عددهم (70) عامل دائم بمديرية التجارة بورقلة.

- اختلفت الدراسات السابقة من حيث مجتمع الدراسة إلا أن معظمها طبقت على الجامعيين في حين الدراسة الحالية طبقت على تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي بما أنهم في مرحلة بناء شخصيتهم ومواجهة التحديات النفسية التي تطرا لديهم.

- اختلفت النتائج المتوصل إليها من خلال تلك الدراسات، على اختلاف عيناتها وبيئاتها الثقافية والاجتماعية. ومن أهمها نتائج دراسة الهزيل (2015) التي أسفرت بوجود فروق دالة

إحصائية في مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة مرحلة الثانوي في بئر سبع تعزى إلى متغير الجنس لصالح الذكور . ودراسة الصوافي (2019) أشارت إلى أن مستوى كل من التدفق النفسي وقلق الاختبار لدى عينة الدراسة كان متوسطا.

- وتحاول الدراسة الحالية دراسة علاقة التدفق النفسي بالمرونة المعرفية لدى عينة من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي كونها مرحلة ذات أهمية في تكوين شخصية الفرد، واستخدمت مقياس التدفق النفسي الذي أعده ناصيف (2015) ومقياس المرونة المعرفية الذي أعده عبدالوهاب (2011).

## الفصل الثاني: التدفق النفسي

تمهيد .

- 1- مفهوم التدفق النفسي.
  - 2- نظريات التدفق النفسي.
  - 3- أبعاد التدفق النفسي .
  - 4- مكونات التدفق النفسي .
  - 5- أهمية التدفق النفسي.
- خلاصة الفصل .

## تمهيد:

يعتبر التدفق النفسي من الجوانب المهمة والايجابية في شخصية الفرد ويحتاج إليه في جميع مراحل حياته وبفضله يستطيع الفرد تحقيق جميع أهدافه التي يرجوا إليها وهذا يشعره بالحب والتلذذ عند القيام بمهامه والتدبر في حل مشكلاته سواء كانت دراسية بصفة خاصة أم حياتية بصفة عامة. ففي هذا الفصل تم التطرق إلى مفهوم التدفق النفسي من وجهات نظر مختلفة ثم النظريات المفسرة له وكذلك أبعاده ومكوناته وأخيرا تم التطرق إلى أهمية التدفق النفسي.

### 1- مفهوم التدفق النفسي:

ينطوي مصطلح التدفق النفسي ضمن مجال علم النفس الايجابي، والذي يصل فيه الفرد إلى أعلى توظيف للطاقة النفسية لديه والتركيز الكلي.

يعد التدفق النفسي من المفاهيم الإيجابية الحديثة التي تصل بالفرد إلى أعلى درجة لتوظيف الطاقة النفسية والتي يصاحبها حالة رضا وسعادة مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية للفرد، وفي هذا الصدد يرى جولمان بأن التدفق غاية كبرى في توظيف الانفعالات في خدمة النشاط والتعرف على البيئة، وهو خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة و الانغماس في النشاط لدرجة نسيان الذات(العبودي، 2018، 149).

ويعرف علة أنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداة ويتحدد من خلال الاشتغال التام بأداة وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الاداء ونسيان احتياجات الذات والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل (البهاص، 2010، 121).

ويعرف(ميهاالي1990)، التدفق النفسي بأنه حالة الانغماس الكامل للذات في نشاط ما، أو هو التركيز على الحالة العقلية الإجرائية عندما يؤدي الفرد نشاطا، وهو في استغراق كامل وتركيز شعوري نشط، ومشاركة كاملة، فضال عن التمتع بهذه العملية من النشاط. كما تناول(Norman1996) حالة التدفق ورأى أنها تقابل كل الناس، وفيها يكون الشخص وكأنه

في حالة غيبوبة وعدم وعي بالذات، فهو يؤدي نشاطه أوتوماتيكيا و تلقائية دون وعي بالعالم الخارجي، وينغمس بالكامل فيه، مع عدم تأثير الظروف الخارجية كالضوضاء، وتتح صر كل حالات تشتيت الانتباه مع الشعور بالمتعة والبهجة(الأسود،2020، 58).

ويرى أبو حلاوة (2013) أن التدفق النفسي هو حالة فناء الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها فناء تاما ينسى به ذاته والزمن و الآخرين لیتجه باتجاه المثابرة ليصل في النهاية الأمر إلى إبداع إنساني من نوع فريد.

وكذلك عرفه : "ميهايلي تشكسيكزينتا ميهايلي" (1957) هو شعور الأفراد عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها(سرايه وبن طراد،2018، 1119).

من هنا نستطيع القول أن التدفق النفسي بأنه حالة النشوة وابتهاج يصل إليها الفرد أثناء الانغماس الشديد في عمل ما ويصبح في حالة غياب للوعي ليصل في نهاية الأمر إلى إبداع الإنساني.

## 2-نظريات التدفق النفسي:

تعددت النظريات المفسرة للتدفق النفسي ومن هذه النظريات نذكر منها:

### 2- 1 وجهة نظر كولمان:

إن حالة التدفق تمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم والانفعالات وحالة التدفق ليست مجرد انفعالات مناسبة وتسير في وجهة معينة، بل انفعالات إيجابية مليئة بالطاقة لتنظيم قواها مع ما يجري من فعل رهن ،فإذا ما تملك الإنسان الملل أو التوتر والقلق فان ذلك يحول دون تدفق المشاعر، وتدفق المشاعر ما هو إلا خبرة يمر بها كل إنسان تقريبا من وقت لآخر وخاصة عندما تصل هذه الخبرة إلى ذروتها، أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة عمليا،إن العلاقة المميزة لتدفق المشاعر هي الشعور بالفرح التلقائي أو حتى النشوة إلى أقصى حد. إن تدفق المشاعر حالة من "نسيان الذات" ForgetFulness Self عكس التأمل والاجترار والقلق فإذا وصل الإنسان إلى حالة تدفق المشاعر سيستغرق تماما في العمل الذي يقوم به هو إلى الدرجة التي يفقد فيها الإحساس بذاته تماما، وأن الأفراد على

الرغم من أنهم في حالة التدفق يصلون إلى الذروة في مستوى أدائهم فإنهم يبتمون بالكيفية التي يؤدون بها العمل، أو التفكير بالنجاح أو الفشل لأن مشاعر السرور والبهجة بالعمل نفسه هي فقط التي تحركهم وتحفزهم وأن تركيز الانتباه على العمل الجاري هو جوهر التدفق، والتدفق يتطلب جهدا كبيرا لموصول إلى حالة من الهدوء والتركيز الكافي لبدء العمل وأن الوصول إلى هذه المنطقة الشعورية يأتي حين يجد الأفراد عملا تظهر فيه مهاراتهم ويرتبطون به في مستوى يظهر كفاءتهم (الموسوي وشطب، 2016، 57).

## 2-2. نظرية التدفق النفسي لـ شكر نيميهاالي :

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الأصل Csikszentmihaly عام 1975 أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأشخاص بالولايات المتحدة الأمريكية، وكوريا، واليابان، وتايلاند، و أستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث أشركهم في مجموعة من الأنشطة، ولم يجد "ميهاالي" وصفا أقرب للتعبير عن ما عبر عنه هؤلاء الناس إلى تشبيهه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، وعلى هذا الأساس أطلق عليه مصطلح التدفق النفسي.

طبقا لنظرية التدفق، فإن الأنشطة تكون أكثر إمتاعا حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد، فإذا كان النشاط سهلا للغاية سينتج الملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق، أما حين يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيز شديد، وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تماما ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة (الأسود، 2020، 59).

وقد استخلص "ميهاالي" من إجابة الأشخاص الذين قابلهم، تسعة تصورات أو أبعاد رئيسة

للتدفق هي:

- 1- الأهداف الواضحة.
- 2- الاندماج والتركيز.
- 3- فقدان الإحساس بالوعي بالذات، اندماج الفعل في الوعي.
- 4- نشوة الإحساس بالوقت.
- 5- تغذية راجعة مباشرة وفورية.

- 6- التوازن بين القدرة والتحدي أو الصعوبة.
- 7- إحساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف أو النشاط.
- 8- الإثابة الداخلية للنشاط.
- 9- الاستمتاع الذاتي (Autotelic experiences)، والذي يشير إلى أن خبرات إثابة داخلية يشعر بها الفرد عند القيام بعمل، أو أداء نشاط، وإنجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته، دون انتظار الإثابة من الخارج.
- ويرى "شكرزنتيميهاالي" أن توفر مستوى التحدي المناسب سيسهل الدخول في حالة الانغماس المطلوبة وهناك ثالث عوامل للدخول في هذه الحالة؛ وهي :
- توفر هدف يوضح مقدار التقدم.
  - توفر تغذية راجعة فورية.
  - توفر مستوى تحدي مناسب في العمل (الأسود، 2020، 60-95).
- من خلال ما تقدم يمكن أن نستنتج أن النظريات التي تناولت التدفق النفسي، تؤكد على أن حالة فالتدفق النفسي تقترن بالإحساس بالبهجة والاستمتاع أثناء الاندماج في نشاط ما أو أثناء أداء مهمة معينة، وتقلل من الشعور الفرد بالملل وهذا يجعل الفرد أكثر تركيزا على النجاح لا الفشل.

### 3- أبعاد حالة التدفق النفسي:

صيغت أبعاد حالة التدفق حسب تصورات تننبوم، وفوجارتي، وجاكسون، (1999) في دراسة لهم للتحقق من صدق مقياس حالة التدفق لجاكسون وذلك باستخدام نموذج راش الإحصائي وبدأت الدراسة بالتأكيد على أن التدفق حالة سيكولوجية مثلى وصفت بالتفصيل في أعمال ميهالي وتم تبنيها أولاً في مجال الرياضة والأنشطة البدنية من قبل علماء علم النفس الرياضي وتم تبني الأبعاد التالية في هذه الدراسة:

أ)التوازن بين التحدي- المهارة balanceskill–challenge : ففي حالة التدفق يتوافر لدى الفرد إحساسا بأن قدراته ومهارته تتسق أو تتطابق مع المطالب التي تقتضيها المهام والأعمال والأنشطة التي يقوم بها .

ب)اندماج الفعل في الوعي والإدراك mergingawareness –Action :مما يوافر سياق يتحقق فيه اندماج عميق جدا في المهام وبالتالي صدور أفعال تلقائية ذاتية من قبل الفرد غالبا ما تكون ذات طابع سلس تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية .(أبو حلاوة، 2016، 98).

ج)أهداف شديدة الوضوح goals clear: ويقترن بذلك إحساس بالثقة واليقين والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به المرء .

د)تغذية راجعة مفهومة وغير feedback unambiguous: ففي حالة التدفق يتلقى المرء تغذية راجعة فورية وواضحة ويصاحب ذلك ثقة وتأكيد من أن كل شيء يسير وفق خطة شديدة الوضوح.

هـ)تركيز تام في المهم concentration on task at hand: مع إحساس تام بالاستغراق أو ما يعرف بأسر المهمة للمرء .

و) الإحساس بال ضبط والسيطرة consciousnesscontrol of sense: فالخاصية المميزة لهذا الإحساس أن حالة التدفق تحدث بدون مجهود شعوري.

ز)غياب شعور بالذات loss of self consciousness: فالاهتمام بالذات بتناقص إذ يصبح المرء متوحدا مع المهمة وجزء منها .

ح)تبديل إيقاع الزمن أو الوقت transformationoftime:فإما يمتلك المرء إحساس بأن الزمن يمر بسرعة شديدة أو ببطء شديد.

ط)الاستمتاع الذاتي experiencesautotelic: وهي غاية كون المرء في حالة تدفق وتتمثل إحساس يمتلك المرء بالقيام بالعمل أو المهمة أو النشاط كغاية في حد ذاته دون انتظار لإثبات أو مكافآت أو فائدة في المستقبل(أبو حلاوة، 2016، 98-99).

لقد تعددت وتنوعت أبعاد التدفق النفسي فعند توفرها في شخصية الفرد ينخفض الشعور بالقلق والخوف ويزداد شعور اللذة والاستمتاع عند القيام بعمل ما فتصبح دافعية الإنجاز ومستوى الطموح عنده اعلى ، مما يساهم في دور الفرد بإيجابية .

#### 4-مكونات التدفق النفسي :

- ذكر ناكاتا 2006 عن ميهاليكسكزنتمهالي أن هناك تسعة مكونات للتدفق النفسي هي :
- وضوح الأهداف إدراك المبادئ والتوقعات القابلة للتحقيق.
  - ضرورة توفر درجة عالية من الانتباه والتركيز.
  - الوعي الذاتي بالعمل والانجاز المطلوب.
  - الشعور بأهمية الوقت وان الوقت يمر بسرعة.
  - مواجهة مواقف التحدي مباشرة واتخاذ القرارات في الوقت المناسب.
  - إجراء التعديلات المناسبة وقت الضرورة وتحقيق التوازن بين القدرات من جهة والتحديات والمشكلات من جهة أخرى.
  - الإحساس بالمسؤولية والسيطرة الذاتية على المهام والتحديات.
  - زيادة الدافعية عن طريق المكافآت المجزية والمتعة في مواجهة التحديات.
  - العمل في بيئة ومناخ غير مزعج أو مهدد(عز الدين ،2022، 68- 97).
- ومن هنا نستطيع القول أن التدفق النفسي عملية لها مكونات كثيرة تجعل الفرد متزنا مع نفسه و متناغما مع ذاته ويتحرر من التوتر والقلق، ويصبح أكثر مرونة في تعاملاته مع الأشخاص الآخرين .

#### 5-أهمية التدفق النفسي :

-تجربة التدفق هي إحدى التجارب الرائعة اذ أن العلامة المميزة للتدفق هي الشعور بالمتعة التلقائية بل والشعور بالنشوة. ونظرا لان التدفق يخلف شعورا رائعا فهو شعور ذو مردود كبير بل حالة تجعل الشخص في حالة إغراق كامل لما يقوم به أو في حالة تركيز تام في المهمة

التي بين يديه مما يجعل الإدراك في حالة امتزاج تام مع الأفعال وهذه الحالة تجعل الانتباه مركزا في إطار المهمة التي بين يدي الشخص مع فقد الشعور الزمان والمكان .

-يمنح التدفق النفسي فرصة لضبط الوعي أو الشعور وتنظيمه والسيطرة عليه ويسمح بالتطور والازدهار للأفراد كما يمكن من تشييد أو بناء رأس المال النفسي ويسمح بالوصول إلى الخبرة المثالية.

-يتضمن التدفق النفسي دافعية تجعل الفرد يندفع باتجاه المحافظة على الاتجاه والمثابرة ومواصلة بذل الجهد بغض النظر عن حالة الإعياء أو التعب التي يعاني منها.

-ويعد التدفق الثروة النفسية الحقيقية التي يمكن من خلالها تحقيق الانجازات المختلفة والإبداع مع الوصول إلى قمة السعادة لدى الشخص الذي يعايش حالة التدفق.

-يحدث التدفق النفسي عدة آثار ايجابية في حياة الفرد كالتغلب على الشعور بالخوف وتقليل الملل واللامبالاة وتدعيم الثقة بالنفس والشعور بالاستقلالية وتنمية القدرة على التخيل.

-يشعر التدفق النفسي الفرد بالنمو والتطور وذلك لمطابقة مهاراته مع التحدي المطلوب فمشاركة الفرد في تحد يتماشى مع مستوى مهاراته أو أعلى منها بقليل يعزز الفائدة ويحقق الهدف لأنه يسمح له بصقل مهاراته وهذا يجعله يشعر بالإنجاز كما انه فرصة لشحذ مهاراته وصقلها (صبحي، 2021، 14-17).

إن لتدفق النفسي أهمية مهمة جدا في حياة الفرد حيث أنه تساعده في التخلص من الطاقات السلبية والتفكير بإيجابية من خلال انجاز الاعمال بكل أريحية وهدوء ،وهذا يؤثر على تنمية مهاراته الإبداعية وشعوره بالاستقلالية.

## خلاصة الفصل :

إن التدفق النفسي احد مفاهيم علم النفس الإيجابي ويشير هذا المصطلح إلى الشعور بالمتعة والسعادة عند القيام بالمهام ويعني وصول الفرد إلى ذروة العطاء مهما كان العمل في غاية الصعوبة، وله آثار إيجابية هي تقوية الثقة بالنفس و الوصول إلى حالة من الاستقرار النفسي. ففي هذا الفصل تم طرح تعريفات التدفق النفسي وأهم نظرياته وكذلك مكونات التدفق النفسي.

## الفصل الثالث : المرونة المعرفية

تمهيد.

- 1- مفهوم المرونة المعرفية .
  - 2- نظرية المرونة المعرفية .
  - 3- أنواع المرونة المعرفية.
  - 4- خصائص الأشخاص ذوي المرونة المعرفية.
  - 5- أهمية المرونة المعرفية.
- خلاصة الفصل.

## تمهيد:

تعد المرونة المعرفية السبب الحقيقي الكامن وراء ذكاء وتفوق الأفراد الاستثنائيين لأنها تعتبر المولد الأساسي للإبداع وبلوغ الغايات . وتعتبر كذلك قدرة الفرد على استعمال طرق غير تقليدية في حل المشكلات ومواجهتها بحيث تمكنه من السيطرة على المواقف المفاجئة. وسيتم في هذا الفصل التطرق إلى التعريف المرونة المعرفية بالإضافة الى النظرية المفسرة لها، وبعدها إلى أنواع المرونة المعرفية ثم خصائص الأشخاص ذوي المرونة المعرفية وفي الأخير إلى أهميتها على الصعيد النفسي والاجتماعي .

### 1- مفهوم المرونة المعرفية:

تباينت تعريفات المرونة بحسب الأبعاد التي تناولها الدارسون والباحثون في علم النفس المعرفي والاجتماعي .

فقد عرفها Molody&Gedeon, بأنها القدرة على التكيف في حال تغير المهام والمشكلات التي يواجهها الفرد كما أنها ترتبط بثلاثة عوامل معرفية وهي السعة المعرفية والذاكرة اللفظية وسرعة الاستجابة لموقف ما .

ويعرفها Deak بأنها قدرة الطالب على تغيير تفكيره من حالة إلى أخرى ومواجهة المتطلبات المختلفة للأحداث غير المتوقعة وهي تعد أحد مظاهر عملية تجهيز ومعالجة المعلومات وتتضمن تفعيل وتعديل العمليات المعرفية استجابة للمتطلبات المتغيرة للمهام وعوامل السياق وتشمل القدرة على تحويل الانتباه وانتقاء الاستجابات المناسبة (رضوان، 2021، 13)

حيث عرفها سبيرو بأنها عملية إعادة التمثيل التي تتطلب إعادة بناء المعرفة ومعالجتها لتوظيف المعرفة بغرض التكيف مع المواقف الجديدة وإنتاج البدائل حسب التغيرات ومتطلبات الموقف(قاسم، 2017، 99).

ويعرف دينز وفاندو المرونة المعرفية بأنها قدرة الفرد على التحول المعرفي والتكيف مع مؤثرات البيئة المتغيرة، مع انتاج حلول بديلة متعددة للمواقف الصعبة والمتغيرة ، ويعرفها

الهزيل بأنها قدرة الفرد المعرفية الذاتية التي تساعد على الانتقال من حالة معرفة الى أخرى بكل سهولة وتساعده على التكيف مع المواقف المتنوعة ومواجهة المشكلات والمواقف بأكثر من طريقة وفكرة (الرقاد،2018، 668).

وكذلك عرفها ( البدرمانى ) بأنها قدرة الطالب على التحول الذهني وتغيير الوجهة العقلية والعمليات المعرفية التي يستخدمها عند مواجهة المواقف الصعبة والمشكلات الجديدة غير المتوقعة باختلاف أنواعها وكذلك توليد وإنتاج الحلول والبدائل الجديدة والمتنوعة لتلك المواقف والمشكلات حتى يستطيع التعامل والتوافق مع المؤثرات والأحداث البيئية والمواقف الحياتية الجديدة والمتغيرة بكفاءة وفاعلية بما يساعده في حل مشكلات التواصل والتفاعل الاجتماعي والتي تتضمن الكفاءة الذاتية في المرونة المعرفية ،التفكير في فئات مختلفة، تقبل وجهات نظر الآخرين، لاستعداد للتكيف مع المواقف. (رضوان،2021، 14 )

نستنتج من التعريفات السابقة أن مفهوم المرونة المعرفية عبارة عن قدرة معرفية مرتفعة وتزيد من تكيف الشخص مع الظروف البيئية الغير متوقعة التي يواجهها، وأيضا اكتساب معارف جديدة إضافة إلى القديمة.

## 2- نظرية المرونة المعرفية لسبايروا:

لقد بدأت في منتصف الثمانينات من القرن الماضي ببروز العديد من الأبحاث حول هذه النظرية في الولايات المتحدة الأميركية على يد العالم سبايروا وزملائه، والتي كانت استجابة لظاهرة (الحد من التحيز) التي تنتج من التبسيط الزائد وتجزئة المعرفة فالتكرار وحده لا يمكن أن يكون الأفراد بنيات معرفية قوية والتي يحتاجونها للنجاح في التعامل مع السياقات البيئية المعقدة . ترى نظرية المرونة المعرفية انه لكي ننمي مهارات المعالجة المعرفية المرنة لدى المتعلمين يجب أن نقدم لهم المعرفة بطرق متنوعة ولأغراض مختلفة وبذلك نساعدهم على بناء الثبات المعرفية ( المياحي وراضي ،2019، 79 ).

إن نظرية المرونة المعرفية تركز على أن عملية التعليم عملية معقدة متشعبة غير محددة البنية، وأن من التطبيقات التربوية لها هو تطبيق ما تعلمه الطالب المعلم في مواقف التدريس مع التأكيد على بناء المعرفة على مستويات التعليم المتقدمة.

## 2-1- مبادئ نظرية المرونة المعرفية:

تتضمن مجموعة من المبادئ المتجانسة والمترابطة والتي تكون بنية النظرية، وتحديد إطارها العام وإذا تم إتباع هذه المبادئ ستؤدي إلى الوصول إلى الأهداف التي وضعت حيث أن هذه المبادئ متناغمة ومتكاملة، كما أنها تنطلق من طبيعة النظرية وتسعى إلى تحقيق أهدافها.

-المبدأ الأول: تجميع المخطط من الصلابة إلى المرونة أي بناء المعرفة للمتعلمين من خلال خبراتهم التي يمرون فيها ومن واقع حياتهم لتتلاءم مع الاستخدامات المتنوعة للمعرفة في المواقف المختلفة، حيث يتم تغيير طريقة معالجتهم للمفاهيم من خلال توليد بنية معرفية جديدة، ويتم ذلك من خلال اجراء مقارنات بين الأمثلة المختلفة ليكتشفوا أنه لا يوجد مخطط واحد لتغطية الموقف الجديد، وبالتالي نقل وتعميم المعرفة من خلال تكوين تمثيلات معرفية مرنة للمفاهيم والمعلومات متعددة المستويات تمكنهم من تعديل معرفتهم المتاحة في الذاكرة مع متطلبات موقف المشكلة والتكيف معه (كرحان ومحمد، 2022، 282).

-المبدأ الثاني: تجنب التبسيط الزائد يقصد بهذا المبدأ تأكيد التشابك والترابط بين المفاهيم، أي أحداث ربط بين المفاهيم المختلفة من خلال عرض كل احتمالات التعقيد في المظاهر والمصطلحات والأسباب ومصادر البيانات للأفراد وذلك لتجنب الفهم السطحي للمواقف التي توجه الفرد.

- المبدأ الثالث: التأكيد القائم على الحالة يقصد بهذا المبدأ ضرورة تقديم عدد متنوع من الحالات تعمل بمثابة تطبيقات للمعرفة أو أمثلة للمتعلمين وذلك للابتعاد عن المشكلات التي تنجم عن استخدام عدد محدد من الحالات المتشابهة، إن هذا التنوع يدعم الأسس المفاهيمية لبناء المعرفة وكذلك يدعم السياقات المتنوعة لاكتساب هذه المعرفة

-المبدأ الرابع: تقديم المعرفة بطرق متعددة يقصد بهذا المبدأ تقديم المعرفة بطرق متعددة وإعطاء الفرصة للأفراد لكي يقدموا ما فهموه بطريقتهم الخاصة بالإضافة إلى جمع حالات متوافقة وأخرى مختلفة مع ما تم تقديمه .

-المبدأ الخامس: تقديم المحتوى بطرق متعددة يقصد بهذا المبدأ على ضرورة مساعدة الأفراد على تكوين المخططات المعرفية والتي تحتوي على معارف واقعية وإجرائية حتى ينجحوا في التعامل مع الحالات المتشابهة

-المبدأ السادس: دعم المعرفة المعتمدة على السياق يقصد بهذا المبدأ ضرورة تقديم المعرفة للأفراد من خبراتهم التي يمرون بها ومن واقع حياتهم التي يعيشونها.

ويضيف سانتوس (2011) أن المعرفة التي تم بناؤها هي نتاج الترابط والتفاعل بين النشاط الفعلي والمعلومات والأسس الثقافية وكذلك الأدوات المستعملة، لذلك يجب تقديم المعرفة بسياقاتها وأسسها الثقافية التي أنتجتها أي لا تعتمد في تقديمها على أدواتها فقط.

-المبدأ السابع: دعم التعقيد في المعرفة (الترابط) يقصد بهذا المبدأ الابتعاد عن اكتساب الأفراد معارف متجزئة بعيدة عن سياقها، إذ أنهم يحتاجون إلى تعرفهم على التناقضات من خلال تطبيق المعرفة في سياقات مختلفة وبالتالي عرضها من وجهات نظر مختلفة(المياحي وراضي،2019، 78- 79).

وبالتالي من خلال توفر هذه المبادئ في الفرد فقد يصبح شخص مرنا معرفيا وهذا يزرع فيه الثقة في ذاته، ويصبح أكثر إنتاجية وفاعلية، كما يضمن تحقيق أهدافه ويصل إلى غاياته.

## 2-2- أهداف نظرية المرونة المعرفية:

تتضمن نظرية المرونة المعرفية العديد من الأهداف التي تجعل الفرد أكثر تكيف في حياته ومع محيطه وأكثر مرونة في التعامل مع المعلومات القديمة واكتساب معارف جديدة ونت أهم أهدافها مايلي:

1. مساعدة المتعلمين على تعلم موضوع مهم ولكنه صعب: كثير من الموضوعات الأساسية نجدها صعبة في التعليم والتعلم وكثيرا ما يحدث لهذه الموضوعات حفظ الحقائق الموجودة بها والفهم السطحي لها بدلا من الفهم العميق ذي معنى لتلك الموضوعات .

2. تعزيز الاستعمال المرن للمعرفة في التعامل مع العالم الحقيقي :فالهدف الرئيسي لهذه النظرية هو تمكين المتعلمين من التطبيق المرن لمعرفتهم وكذلك تمكينهم من تكيف فهمهم وخبراتهم السابقة.

3. تغيير طرائق التفكير الأساسية: لا تسعى هذه النظرية لتغيير نوعية المعارف التي يكتسبها المتعلمين فقط وإنما تسعى أيضا إلى تغيير المعتقدات المعرفية التي يوظفها المتعلم عند استعمال واكتساب المعرفة .

4. دعم بيئات التعلم بالوسائط الفائقة لتعزيز التطبيق المرن للمعرفة: إذ تهدف النظرية إلى تصميم بيئات التعلم القائمة على الحاسوب إلى تقديم منظورات متعددة وغير خطية للمادة الدراسية وذلك لتحقيق الأهداف الثلاثة السابقة ( وحيد، 2017، 28 ).

إن تنوع أهداف المرونة المعرفية تجعل الفرد يقوم بتوليد المستمر للأفكار الجديدة استنادا الى المعارف السابقة فعندما تكون هناك مشكلة أو حدث يستطيع تخطيها بكل مرونة من خلال اكتسابه للمهارات الجديدة .

### 3- أنواع المرونة المعرفية :

لقد تم تصنيف المرونة المعرفية إلى نوعين:

-**المرونة التكيفية** : وهي قدرة الفرد على التغيير في أساليب تفكيره حينما تواجهه مشكلة معينة وتتطلب حلا وذلك من خلال تغيير في وجهته المعرفية وتظهر من خلال مواجهة الفرد مواقف الحياة العملية والتي تكون له بمثابة مشكلات و الوصول إلى حلول غير تقليدية لتلك المشكلات .

-**المرونة التلقائية** : وهي قدرة الفرد على إنتاج أكبر قدر ممكن من الأفكار المتنوعة حول موقف ما والانتقال من فكرة إلى أخرى حول مشكلة ما بسلاسة ومدى تنوع الأفكار والحلول

التي أنتجها دون التقيد بإطار معين حول الموقف أو المشكلة التي تواجهه . في ضوء مما سبق يستخلص البحث الحالي أن المرونة التكيفية تشير إلى قدرة الفرد أن يغير من وجهته المعرفية بما ينسجم مع سياق الموقف الذي واجهه. في حين أن المرونة التلقائية قدرة الفرد على الاستفادة من إمكاناته العقلية والبنية المعرفية لديه في إنتاج العديد من الأفكار حول موقف ما . أنه لا بد أن يكون لدى المتعلم القدرة على إدراك وجهات النظر المتعارضة والقدرة على توليد البدائل المتنوعة والقدرة على البناء والتعديل والتكيف المعرفي حتى يستطيع المواكبة مع تغيرات العصر (نبيل عبد المنصف، 2021، 131)

وفي ضوء مما سبق نرى أن المرونة التكيفية تشير إلى قدرة الفرد على أن يغير من وجهته المعرفية مع الموقف الذي يواجهه، في حين المرونة التلقائية تعبر عن قدرة الفرد على الاستفادة من معارفه ومكتسباته العقلية والمعرفية.

#### 4- خصائص الأفراد ذوي المرونة المعرفية:

- هناك عدة خصائص أساسية مميزة للأشخاص ذوي المرونة المعرفية أهمها :
- لا يتأثرون بالمشتتات الموجودة في المواقف لكونهم أكثر قدرة على التركيز والانتباه على عناصر الموقف.
  - يتسمون بالصحة النفسية والتوافق والسيطرة على تصرفاتهم والثقة بالنفس و ذو شخصية متحررة.
  - يتميزون بالذكاء والقدرات العقلية المتطورة والناضجة إذا كانوا أكثر خبرة منهم
  - يعترفون بأخطائهم ويتقبلون تصحيح الآخرين لأرائهم خصوصا إضافة إلى شكرهم لهم.
  - يتبعون وسائل حديثة في حل المشاكل التي تواجههم بدلا من أن يعتمدوا على وسائل قديمة كما تجدهم يرغبون في التعلم والتغيير وتجريب الجديد باستمرار
  - كما أنهم أقدر على التكيف ويستطيعون تعديل استجاباتهم بتغير ظروف البيئة وكذلك المواقف وربما يلجئون في بعض الأحيان إلى التغيير في البيئة في حد ذاتها -لديهم القدرة على توليد العديد من الفروض عن كيفية تطوير التفاعلات الاجتماعية.

-روح الدعابة: تعتبر روح الدعابة الجانب المضيء من الحياة لدى مرتفعي المرونة حيث تمثل القدرة على إدخال السرور على النفس (قاسم، 2017، 39).

نستخلص من هذه الخصائص للأشخاص ذوي المرونة المعرفية الدور الكبير الذي تلعبه هذه الأخيرة في تمييز سلوكيات الفرد وتكوين شخصيته و التعامل مع المواقف، وكذلك اكتساب معارف جديدة وتفعيل المعلومات القديمة.

#### 5- أهمية المرونة المعرفية:

لقد تناول العديد من الباحثون أهمية المرونة المعرفية في حياة الفرد وكيفية جعل حياته أكثر إيجابية وذات فاعلية ، يمكن تحديد أهميتها في عدة نقاط كما يلي:

-تساعد المتعلم في أن يكون متوازنا يبتعد عن التطرف في الحكم على الأمور واتخاذ القرارات ومسايرة الآخرين في بعض المواقف وفق قناعاته التي تتطلب نهجا ديمقراطيا.

-تجعل المتعلم أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات فالنظرة الإيجابية في الحياة هي التي تحدد مكانته وقيمه الاجتماعية لأنها سبب في العمل والحركة ، فالنظرة إلى الأشياء عند الفرد ينبغي أن تتسم بالإيجابية والتطلع والاستفسار عن الأشياء الغامضة أي يكون لديه حب الاستطلاع.

-تجعل لدى الطالب قابلية لتفهم الطرف الآخر وتفتح باب الحوار وتوسع مجال الصراحة بين الأفراد، تهون الأمور و تجعل الطالب يرى كل موقف يوضع فيه من جهة إيجابية فعالة مما يساعده التوازن المعرفي إن أهمية المرونة المعرفية تكمن في كونها وظيفة عقلية أدائية تساعد الفرد على تغيير وتنويع طرق التعامل العقلي مع الأمور بحسب طبيعتها، وبتحليل صعوبتها إلى عوامل يمكن الإحاطة بها والاستفادة منها في إيجاد الحلول. إن المرونة المعرفية توفر لسلوك الفرد السيطرة الإرادية على استراتيجياته المعرفية وتشجعه على الاستمرار في مواجهة الصعوبات كما أن في قدرته على إدارة الوقت والاتصال الإيجابي بالآخرين لها دوراً إيجابياً (رضوان، 2021، 16- 17) .

ومما سبق تتضح أن أهمية المرونة المعرفية دورها فعال في حياة الفرد فهي تبعده عن الجمود والصلابة الفكرية وتتيح له تقبل وجهات نظر وأفكار الآخرين المختلفة والمتعارضة مع وجهة نظره الخاصة .

### خلاصة الفصل:

إن المرونة المعرفية تمثل عنصرا حاسما في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع ضغوطات وتحديات الحياة وان الأشخاص ذوي المرونة المعرفية لديهم توازن انفعالي وثقة في النفس وقادرون على مسايرة الأمور والمواقف الصعبة التي قد يتعرضوا لها. ففي هذا الفصل تم تناول كل مفهوم المرونة المعرفية وخصائص الأشخاص ذوي المرونة المعرفية وفي الأخير تعرفنا على أهداف المرونة المعرفية.

**الجانب الميداني**

## الفصل الرابع :الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

### تمهيد

- 1- منهج الدراسة .
  - 2-الدراسة الاستطلاعية .
  - 3- مجتمع وعينة الدراسة الاساسية.
  - 4- حدود الدراسة.
  - 5- أدوات الدراسة.
  - 6 -الأساليب الإحصائية.
- خلاصة الفصل.

## تمهيد

بعد التطرق إلى الجانب النظري لهذه الدراسة سيتم التطرق إلى الجانب التطبيقي الذي يشتمل على الإجراءات المنهجية للدراسة والتي تعتبر خطوة ضرورية لاستكمال البحث وتتمثل هذه الإجراءات في الدراسة الاستطلاعية بكل ما تعنيه من صدق أداة وأساس ومنهج وكذا الفئة التي بنيت عليها هذه الدراسة والأساليب الإحصائية.

### 1-منهج الدراسة:

يعرف المنهج الوصفي كونه طريقة علمية يصف فيها الباحث الظاهرة بشكل كفي أو كمي ومن ثم طرح مجموعة من التساؤلات المبهمة والقيام بعملية تجميع للبيانات والمعلومات من خلال مجموعة من الأفراد التي تتضح فيهم الخصائص ومن ثم تحليلها لبلوغ النتائج والقيام بالتفسير. كما عرف منهجين آخرون المنهج الوصفي بأنه "طريقة للتحليل العلمي المتعلق بظاهرة محددة المعالم ومكررة الحدوث ،وبما يساعد في بلوغ نتائج بأسلوب موضوعي وبما يتواءم مع المعطيات الأولية المتاحة"(التاجر، 2021، 4).

وتتدرج الدراسة الحالية ضمن البحوث والدراسات الوصفية التي تحاول وصف ظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها، حيث تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره أحد المناهج العلمية لأنه يتناسب مع الدراسة الحالية .

### 2-الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أساسا جوهريا لبناء البحث كله ولهذا السبب فإن التقرير النهائي للبحث يجب أن يتضمن بشكل تفصيلي أو بشكل مختصر في مقدمة البحث على أن تدرج التفاصيل في ملاحق البحث وإهمال الكتابة عن الدراسة الاستطلاعية في البحث ينقص البحث أحد العناصر الأساسية فيه ويسقط عن الباحث جهدا كبيرا كان قد بذله فعلا في المرحلة التمهيدية للبحث (مختار، 1995، 48).

أجريت الدراسة الاستطلاعية في ثانوية بوضياف بوضياف بلدية تغزوت ولاية الوادي خلال الفصل الثاني من السنة الدراسية (2024/2023) وتم إجراء اختبار مقياس التدفق النفسي والمرونة المعرفية بالضبط في 20 فيفري 2024 إلى غاية 21 فيفري 2024 حيث تم توزيع

المقياس على العينة المكونة من (36) تلميذا من تلاميذ السنة أولى ثانوي للجذعين المشتركين (علوم/ آداب) من أجل التأكد من وضوح تعليمات الاختبار وفقراته. ويتضح أن تعليمات الاختبار مفهومة وفقراته واضحة كما تبين لنا أن التلاميذ قد تجاوبوا لأداة القياس. ومن أهم أهدافها :

- التعرف على ميدان الدراسة .
- التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة .
- التعرف على مجتمع الدراسة بدقة لمعرفة العينة المناسبة.
- استنتاج الصعوبات والعراقيل التي تعيق الباحث.

### 3- مجتمع وعينة الدراسة:

#### 3-1 مجتمع الدراسة:

هو مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا والتي تتركز عليها الملاحظات. وهو مجموعة عناصر لها خاصية أو عدة خصائص مشتركة تميزها عن غيرها من العناصر الأخرى والتي يجرى عليها البحث (يونسى وشينار وعماري، 2021، 530) . وفي الدراسة الحالية تشكل مجتمع الدراسة من (657) فردا من تلاميذ السنة أولى ثانوي جذع مشترك علوم وجذع مشترك آداب بمتقنة عبد القادر ياجوري وثانوية هالي عبد الكريم، من كلا الجنسين (ذكور، إناث) بنسبة متفاوتة، وذلك ضمن مقاطعة قمار ولاية الوادي.

جدول (01) يوضح توزيع تلاميذ متقن العلامة عبد القادر الياجوري حسب الجذع

#### المشترك والجنس

العدد الكلي		الاناث		الذكور		الجذع المشترك
النسبة	عدد التلاميذ	النسبة	عدد التلاميذ	النسبة	عدد التلاميذ	
%100	266	%48.87	130	%51.13	136	علوم وتكنولوجيا
%100	119	%57.14	68	%42.86	51	آداب
%100	385	%51.43	198	%48.57	187	العدد الإجمالي

نلاحظ من الجدول رقم (01) أن نسبة التلاميذ الذكور في جذع المشترك علوم وجذع مشترك آداب(48.57%) أقل من نسبة التلاميذ الاناث في جذع مشترك علوم وجذع مشترك آداب(51.43%). في حين أن العدد الكلي لتلاميذ جذع مشترك علوم(266) تلميذا أكبر من العدد الكلي لتلاميذ جذع مشترك آداب(119)تلميذا.

**جدول (02) يوضح توزيع تلاميذ ثانوية الشهيد عبد الكريم هالي حسب الجذع المشترك**

### والجنس

العدد الكلي		الاناث		الذكور		الجذع المشترك
النسبة	عدد التلاميذ	النسبة	عدد التلاميذ	النسبة	عدد التلاميذ	
%100	183	%45.9	84	%54.1	99	علوم وتكنولوجيا
%100	89	%52.81	47	%47.19	42	آداب
%100	272	%48.16	131	%51.84	141	العدد الإجمالي

يتضح من الجدول رقم (2) أن نسبة الذكور لتلاميذ جذع مشترك علوم وجذع مشترك آداب(51.84%) أكبر من نسبة الاناث في جذع مشترك علوم وجذع مشترك آداب(48.16%). في حين أن العدد الكلي لتلاميذ جذع مشترك علوم (183) أكبر من العدد الكلي لتلاميذ جذع مشترك آداب(89).

### 3-2 عينة الدراسة الأساسية:

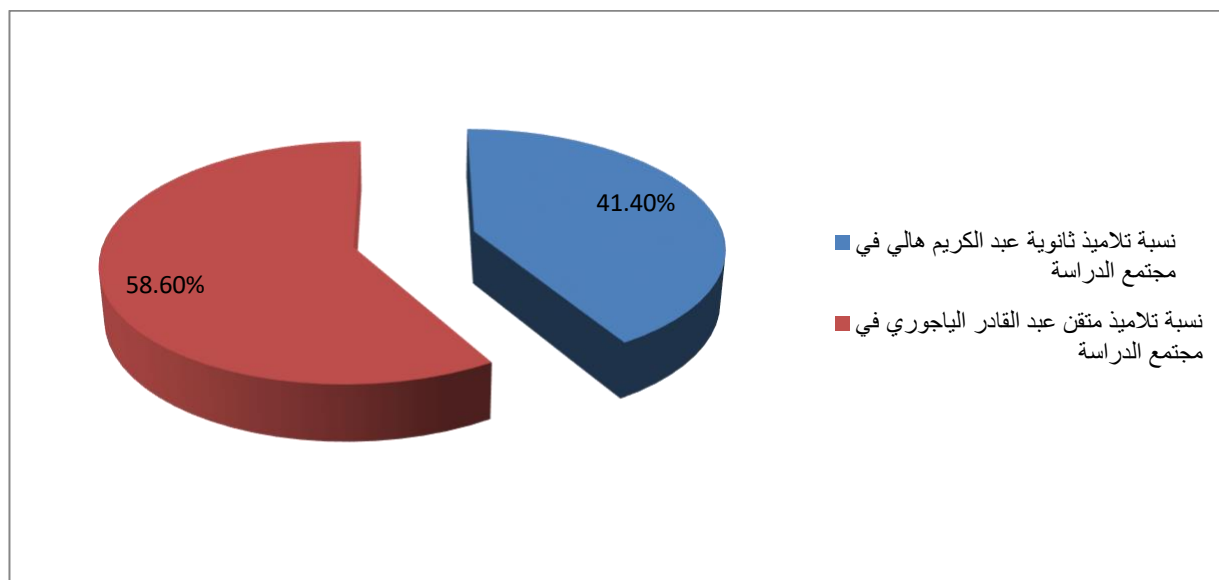
من اجل دراسة علمية لا بد من وضع منهجية تتوافق مع طبيعة البحث ، في إطار هذه المنهجية يتم تحديد نوع العينة المختارة كأساس البحث، حيث يعرفها موريس أنجرس " أنها مجموعة فردية من عناصر مجتمع البحث. كما أنها ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا"(در، 2017، 313 ). بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (235) تلميذا وتلميذة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية التطبيقية منتظمة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي بثانوية الشهيد عبد الكريم هالي ومتمن العلامة عبد

القادر الياجوري من شعبتي جذع مشترك علوم وجذع مشترك آداب، وذلك في الموسم الدراسي (2024/2023).

جدول (03) يوضح توزيع أفراد مجتمع وعينة الدراسة على المؤسستين ميدان الدراسة

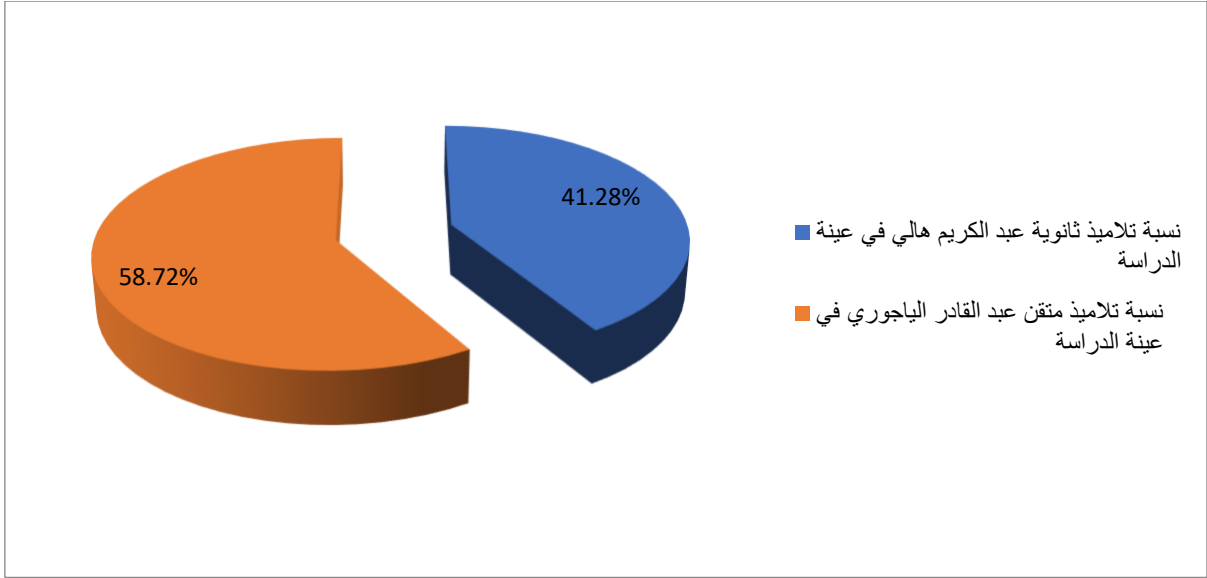
عينة الدراسة		مجتمع الدراسة		المؤسسة
النسبة	عدد التلاميذ	النسبة	عدد التلاميذ	
%58.72	138	%58.60	385	متقن عبد القادر الياجوري
%41.28	97	%41.40	272	ثانوية عبد الكريم هالي
%100	235	%100	657	العدد الإجمالي

يتضح من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة تلاميذ متقنة عبد القادر الياجوري ونسبة تلاميذ ثانوية عبد الكريم هالي في عينة الدراسة متقاربة مع نسبة تمثيل المؤسستين في مجتمع الدراسة.



شكل رقم (01) يوضح نسبة تمثيل تلاميذ المؤسستين في مجتمع الدراسة

نلاحظ من الشكل رقم (01) أن نسبة تلاميذ متقنة عبد القادر الياجوري في مجتمع الدراسة متفاوتة على نسبة تلاميذ ثانوية عبد الكريم هالي في مجتمع الدراسة.



### شكل رقم (02) يوضح نسبة تمثيل تلاميذ المؤسسات في عينة الدراسة

يتضح من خلال الشكل رقم (02) أن نسبة تلاميذ متقن عبد القادر الياجوري في عينة الدراسة أكبر من نسبة تلاميذ ثانوية عبد الكريم هالي في عينة الدراسة.

### جدول (04) يوضح نسبة تمثيل العينة لمجتمع الدراسة

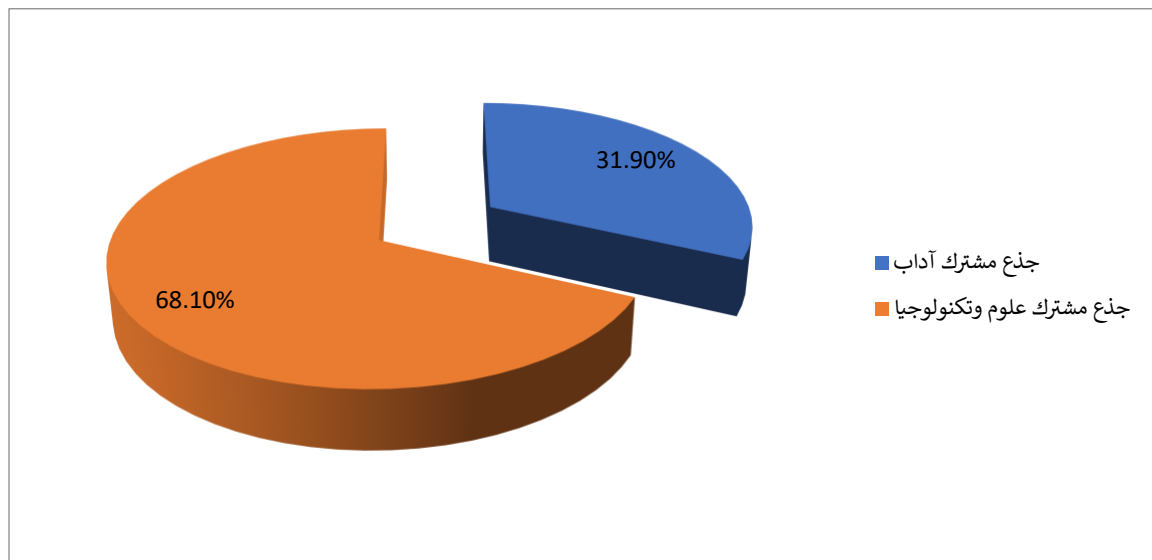
المؤسسة	عدد أفراد المجتمع	عدد أفراد العينة	نسبة تمثيل العينة للمجتمع
متقن عبد القادر الياجوري	385	138	35.84%
ثانوية عبد الكريم هالي	272	97	35.66%
المجموع	657	235	35.77%

نلاحظ من الجدول رقم (04) أن مجموع عدد أفراد المجتمع الدراسة بلغ (657) فرداً، ونسبة تمثيل العينة للمجتمع هي (35.77%) ويبلغ عدد أفراد العينة (235) فرداً.

**جدول (05) يوضح توزيع تلاميذ عينة الدراسة على الجذعين المشتركين**

النسبة	عدد أفراد عينة الدراسة	الجذع المشترك
68.1%	160	علوم وتكنولوجيا
31.9%	75	آداب
100%	235	الحجم الكلي لعينة الدراسة

يبين الجدول رقم (05) أن نسبة تلاميذ عينة الدراسة لجذع مشترك علوم وتكنولوجيا متفاوتة مع نسبة تلاميذ عينة الدراسة لجذع مشترك آداب.



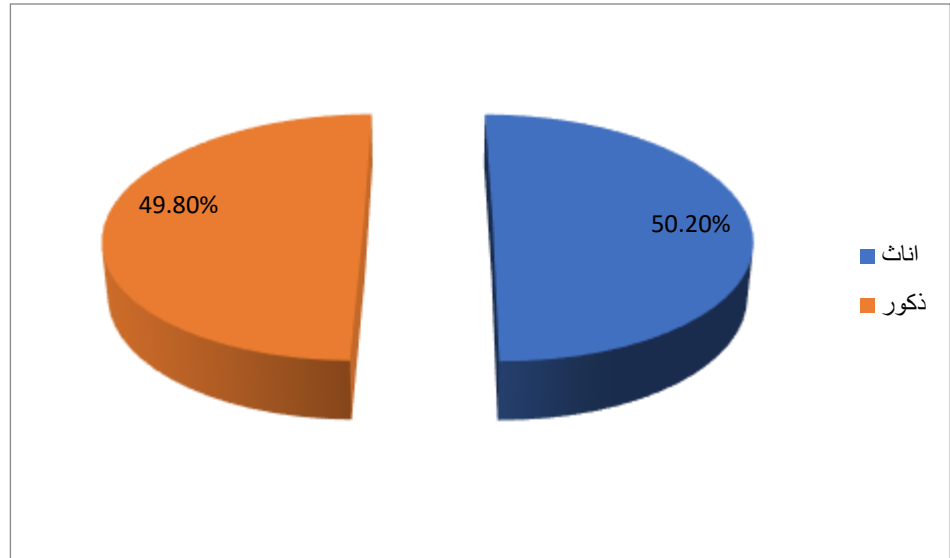
**شكل (03) يوضح نسبة تمثيل الجذعين المشتركين في عينة الدراسة**

يوضح الشكل رقم (03) أن نسبة تلاميذ جذع مشترك علوم وتكنولوجيا (68.10%) تتفاوت مع نسبة جذع مشترك آداب (31.90%).

**جدول (06) يوضح تمثيل الجنسين في عينة الدراسة**

النسبة	عدد الافراد	الجنس
49.8%	117	ذكور
50.2%	118	اناث
100%	235	الحجم الكلي لعينة الدراسة

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن نسبة الذكور (49.8%) ونسبة الإناث (50.2%) من الحجم الكلي للعينة التي بلغ حجمها (235) تلميذاً.



#### شكل (04) يوضح نسبة تمثيل الجنسين في عينة الدراسة

نلاحظ من خلال الشكل رقم (04) ان نسبة الاناث (50.20%) في عينة الدراسة متقاربة مع نسبة الذكور في عينة الدراسة (49.80%).

#### 4 - حدود الدراسة :

تتمثل حدود الدراسة فيما يلي :

- الحدود البشرية: وتمثلت في تلاميذ السنة أولى ثانوي الذين بلغ عددهم إلى 235 تلميذاً وتلميذة.
- الحدود المكانية: أجريت الدراسة بمتقن العلامة عبد القادر الياجوري وثانوية الشهيد عبد الكريم هالي بلدية قمار ولاية الوادي.
- الحدود الزمانية: أجريت هذه الدراسة الميدانية في الفترة الممتدة من 10 مارس 2024 إلى 15 مارس 2024 خلال الموسم الدراسي 2023/2024.
- كما وتحدد الدراسة بالأدوات المعتمدة فيها وخصائصها السيكمترية، والمنهج المعتمد.

## 5- أدوات الدراسة :

لغرض جمع بيانات الدراسة الحالية، تم الاعتماد مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية:

### 3-1- مقياس التدفق النفسي:

**وصف المقياس:** أعده ناصيف (2015) ويحتوي على (30) بنداً. يشمل خمسة بدائل: تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي أحياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي أبداً، تقديراتها كما يلي: من الأولى إلى الخامسة على الترتيب. أعدت جميع البنود بالاتجاه الموجب. وقد قام صاحب المقياس بحساب الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي على النحو التالي:

#### 1- الثبات: تم التأكد من ثبات المقياس من خلال طريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

يتضح أن معامل ثبات أبعاد مقياس التدفق النفسي وفق معادلة ألفا كرونباخ كان بين (0.74) و(0.80) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بقدر مناسب من الثبات، وتم أيضاً حساب ثبات المقياس بتطبيق معادلة "جثمان"، وكانت قيمة الثبات تقدر ب (0.86) وعليه يمكن القول أن هذا المقياس ثابت. ويمكن استخدامه في الدراسة الأساسية (حداد، 2022، 53).

#### 2- الصدق: تم التأكد من ثبات المقياس من خلال صدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق الداخلي. حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (7.82) عند مستوى الدلالة (0.001) وعليه فإن بنود المقياس تميز تمييزاً واضحاً بين الفئة العليا والفئة الدنيا، وهذا ما يؤكد أن المقياس صادقاً، ويمكن تطبيقه على العينة الأساسية. إن معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.37) و(0.77) وهذا ما يدل على الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده (حداد، 2022، 51-52).

وفي الدراسة الحالية تمت إعادة حساب معاملات الصدق والثبات، على النحو التالي:

### 1- الثبات:

## طريقة ألفا كرونباخ:

يعتبر معامل ألفا كرونباخ من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار المكون من درجات مركبة ومعامل ( $\alpha$ ) يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده.

جدول (07) يبين معامل ثبات مقياس التدفق النفسي بطريقة ألفا كرونباخ:

المقياس	عدد البنود	العينة	معامل الثبات ألفا	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	30	36	0.86	0.01

نلاحظ من قراءة الجدول أعلاه أن معامل الثبات ألفا كرونباخ للتدفق النفسي مرتفع مما

يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة ثبات جيدة.

2-الصدق:

-المقارنة الطرفية:

للتأكد من صدق الأداة تم اعتماد طريقة المقارنة الطرفية:

جدول (08) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد الفئة العليا والفئة الدنيا على

مقياس التدفق النفسي

الاتجاه الفرق	مستوى الدلالة عند 0.01	ت المجدولة	ت المحسوبة	ن	الفئة الدنيا	الفئة العليا	التدفق النفسي
لصالح الفئة العليا	دال	2.5	10.63	22	11	11	عدد التلاميذ
					80.72	118.9	المتوسط الحسابي (م)
					9.27	7.47	الانحراف المعياري (ع)

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (10.63) أكبر من القيمة المجدولة (2.5) عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد الفئتين العليا والدنيا لصالح أفراد الفئة العليا. وعليه فللمقياس القدرة على التمييز بين متوسطي درجات الفئتين العليا والدنيا، وبالتالي فهو يتمتع بمستوى صدق يجعله صالح لجمع بيانات الدراسة الحالية.

### 3-2- مقياس المرونة المعرفية:

**وصف المقياس:** تم تبني مقياس المرونة المعرفية الذي أعده عبد الوهاب (2011) والمكون من (26) فقرة، وقد صممت فقرات هذا المقياس باستخدام مقياس ليكرت خماسي التدرج، الذي اشتمل على درجات الاستخدام الآتية: (5) موافق بشدة - (4) موافق - (3) محايد - (2) لا أوافق - (1) لا أوافق بشدة. وأعدت جميع البنود بالاتجاه الموجب، وقد قام صاحب المقياس بحساب خصائصه السيكومترية على النحو التالي:

**1-الثبات:** تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة الإعادة لمقياس المرونة المعرفية ولكل بعد من أبعاد المقياس وحساب معامل ارتباط بيرسون بين مرتي التطبيق وطريقة الاتساق الداخلي باستخدام طريقة ألفا كرونباخ .

أن معامل الثبات الكلي للمقياس قد بلغ (0.89) أما معامل الثبات لأبعاد المقياس الفرعية فقد بلغت بين (0.87-0.82) وكان أعلى معامل ثبات لبعد المرونة التكيفية إذ بلغ (0.87) وأدنى معامل ثبات لبعدا لمرونة التلقائية إذ بلغ (0.82) وهي معاملات ثبات مقبولة وتفي بأغراض الدراسة الحالية. كما أن معامل الثبات للمقياس ككل كان مرتفعاً حيث بلغ (0.96)، أما معامل الثبات لأبعاد المقياس الفرعية فقد بلغت (0.92-0.95) . وكان أعلى معامل ثبات لبعد المرونة التلقائية (0.95)، وأدنى معامل ثبات لبعد المرونة التكيفية (0.92)، وهي معاملات ثبات مقبولة وتفي بأغراض الدراسة الحالية(العارضة وجبر، 2016، 599).

**2-الصدق:** تم تأكد من صدق المقياس بالاعتماد على معاملات صدق المحكمين. حيث استخرج الباحث صدق محتوى الأداة بعرضها بصورتها الأصلية (30) فقرة على (5) محكمين مختصين في علم النفس التربوي من جامعة البلقاء التطبيقية والجامعة الهاشمية، وطلب منهم الحكم على كل فقرة من فقرات الأداة من حيث: الوضوح، وسلامة الصياغة اللغوية، ثم الإضافة أو الحذف أو التعديل، وأية ملاحظات يرونها هامة، وبناء على آراء المحكمين وملاحظاتهم، تم اعتماد الأداة بصورتها النهائية التي تكونت من (26) فقرة، إذ تم التوصية باستبعاد فقرتين من كل بعد لعدم مناسبتها من وجهة نظر المحكمين، وكذلك التوصية باستخدام تدرج ليكرت الخماسي (بدلاً من الثلاثي كما في المقياس الأصلي) لتوسيع خيارات الطالب عند الإجابة على فقرات المقياس .

وفي الدراسة الحالية تمت إعادة حساب معاملات الصدق والثبات، على النحو التالي:

### **1-الثبات:**

**طريقة ألفا كرونباخ:**

جدول (09) يبين معامل ثبات مقياس المرونة المعرفية بطريقة ألفا كرونباخ:

المقياس	عدد البنود	العينة	معامل الثبات ألفا	مستوى الدلالة
المرونة المعرفية	26	36	0.75	0.01

نلاحظ من قراءة الجدول أعلاه أن معامل الثبات ألفا كرونباخ للتدفق النفسي مرتفع مما

يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة ثبات جيدة.

2-الصدق:

-المقارنة الطرفية:

للتأكد من صدق الأداة تم اعتماد طريقة المقارنة الطرفية:

جدول (10) يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات أفراد الفئة العليا والفئة الدنيا على

مقياس المرونة المعرفية

المرونة المعرفية	الفئة العليا	الفئة الدنيا	ن	ت المحسوبة	ت المجدولة	مستوى الدلالة عند 0.01	اتجاه الفرق
عدد التلاميذ	11	11					لصالح
المتوسط الحسابي (م)	134.4	104.8	22	10.96	2.5	دال	الفئة العليا
الانحراف المعياري (ع)	4.71	7.62					

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة "ت" المحسوبة (10.96) أكبر من القيمة

المجدولة (2.5) عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية

بين متوسطي درجات أفراد الفئتين العليا والدنيا لصالح أفراد الفئة العليا. وعليه فللمقياس القدرة على التمييز بين متوسطي درجات الفئتين العليا والدنيا، وبالتالي فهو يتمتع بمستوى صدق يجعله صالح لجمع بيانات الدراسة الحالي

#### 6- الأساليب الإحصائية:

تم الاعتماد في عملية تحليل البيانات على تقنيات الإحصاء الوصفي وتقنيات الإحصاء التحليلي ويمكن ذكرها كالآتي :

- تقنيات الإحصاء الوصفي: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والدوائر النسبية، والمنحنيات والمدرجات التكرارية.

#### - تقنيات الإحصاء التحليلي:

• معامل الارتباط بيرسون ، الذي يستخدم في حساب قيمة العلاقة بين المتغيرين متصلين ، وتتوزع قيمهما توزيعاً اعتدالاً بشرط ألا يقل عدد الأفراد عن 30 فرداً (الدريد، 2006، 176). وكلما زادت القيمة المطلقة لمعامل الارتباط كلما ابتعدت النقط عن الخط المستقيم ويكون بذلك الارتباط خطياً قوياً. وكلما قلت القيمة المطلقة لمعامل الارتباط كلما ابتعدت النقط عن الخط المستقيم وبالتالي يكون الارتباط ضعيفاً.

• معامل ألفا كرونباخ :- Alpha Cronbach ويعتبر معامل ألفا حالة خاصة من معادلة كيو درور يتشاردسون . ويمثل معامل ألفا متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار إلى بطرق مختلفة ، وبذلك فإنه يمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء الاختبار . ويتم حساب تباين كل بند من بنود الاختبار ثم مجموع البيانات ، وكذلك تبايننا لدرجة الكلية للاختبار ، وتشرط أن تقيس بنود الاختبار سمة واحدة فقط . وتستخدم هذه المعادلة في المقاييس والاختبارات متعددة الاختيارات وليست الثنائية (أبو هاشم ، 2006 ، 09 ) .

• اختبار (ت) والذي يستخدم لقياس دلالة الفروق بين متوسطات المرتبطة وغير المرتبطة وللعينات المتساوية وغير متساوية (أبو النيل ، 1987 ، 231) .

## خلاصة الفصل :

بعد التطرق لمنهج الدراسة والتعريف بمجتمعها وعينتها ووصف أدواتها المستخدمة لجمع بياناتها وشرح خصائصها السيكومترية وطرق وأساليب استخراجها وتحديد الأساليب الإحصائية المعتمدة لتحليل تلك البيانات واختبار فرضيات الدراسة سيتم في الفصل الموالي عرض النتائج المتواصل إليها وتفسيرها.

## الفصل الخامس : عرض ومناقشة نتائج الدراسة

### تمهيد

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة.

2- تفسير ومناقشة نتائج الدراسة.

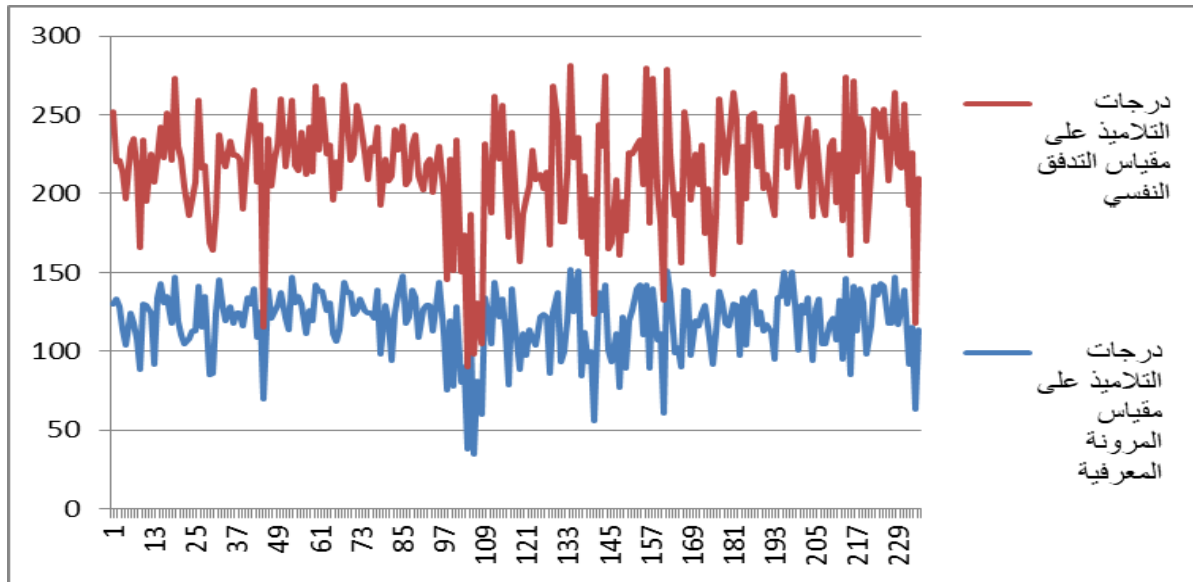
خلاصة الفصل

## تمهيد:

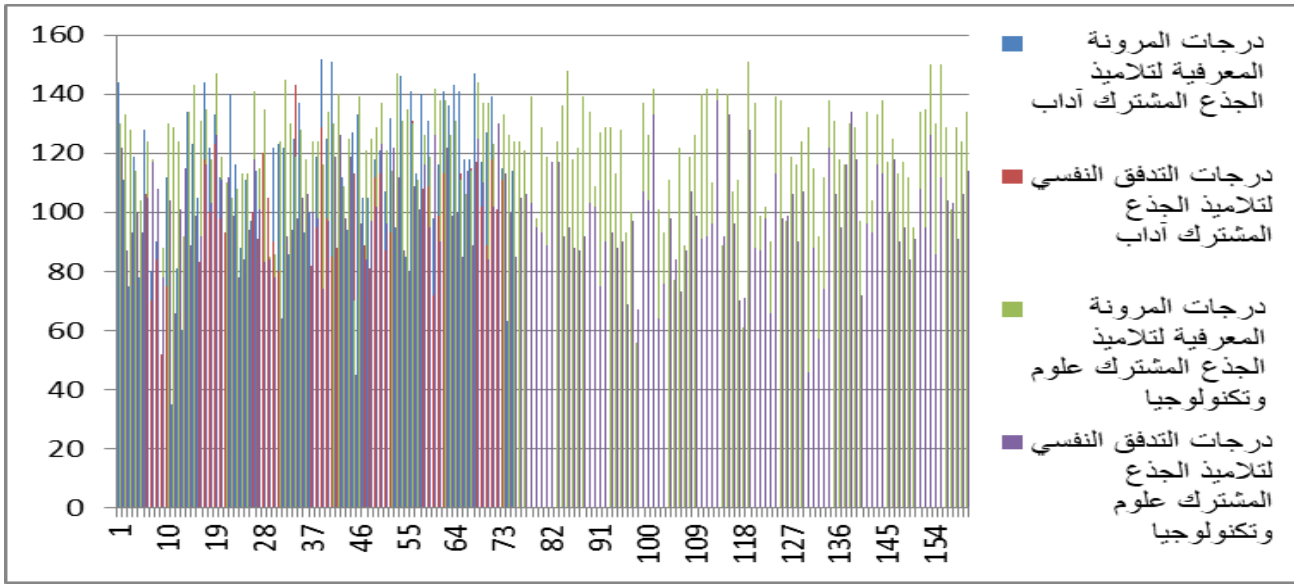
بعد التطرق الى إجراءات منهج الدراسة الحالية وتفرغ نتائج كل من مقياس التدفق النفسي ومقياس المرونة المعرفية لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي، سيتم عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة بالاستناد على الدراسات السابقة التي تناولت نفس الموضوع أو مواضيع مشابهة لها من خلال عرض نتائج الفرضيات، وبعد ذلك سيتم تفسير النتائج المتحصل عليها ومناقشتها وتعد مرحلة تفسير النتائج ومناقشتها من أهم مراحل البحث العلمي.

### 1 - عرض وتحليل نتائج الدراسة

قبل التطرق الى عرض نتائج اختبار فرضيات الدراسة، سيتم التطرق الى عرض الدرجات الخام التي تحصل عليها التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية:



شكل (05) يوضح درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية يتبين من خلال الشكل رقم (06) أن درجات التلاميذ في مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية ، متقاربة تراوحت ما بين (100-250) درجة.



شكل (06) يوضح درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي التدفق النفسي والمرونة المعرفية باختلاف التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/ جذع مشترك آداب)

نلاحظ من خلال الشكل رقم (06) أن درجات تلاميذ عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي لتلاميذ الجذع مشترك آداب كانت منخفضة بالنسبة الى مقياس المرونة المعرفية. أما درجات المرونة المعرفية لتلاميذ الجذع مشترك علوم وتكنولوجيا مرتفعة على درجات مقياس التدفق النفسي. أي أن درجات تلاميذ عينة الدراسة كانت متفاوتة مقارنة بين مقياس التدفق النفسي مقياس المرونة المعرفية وذلك باختلاف التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم / جذع مشترك آداب).

### 1.1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

التي تنص على أنه " لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة." وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط "بيرسون"، والجدول رقم (08) يوضح النتيجة المتوصل إليها:

**جدول (11) يوضح دلالة معامل الارتباط "بيرسون" بين التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى التلاميذ عينة الدراسة**

متغيرات الدراسة	قيمة معامل الارتباط "بيرسون"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	0.60	233	0.01
المرونة المعرفية			

يتضح من الجدول أعلاه أن قيمة معامل الارتباط "بيرسون" قد بلغت (0.60)؛ وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة؛ وتدل قيمة معامل الارتباط على أنها علاقة طردية متوسطة.

**1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:**

التي تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي (جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)"، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لمتوسطين غير مرتبطين وعينتين غير متساويتين، والجدول رقم (09) يوضح النتيجة المتوصل إليها:

جدول رقم (12): يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات التدفق النفسي للتلاميذ عينة الدراسة تبعا لتخصصهم الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)

التدفق النفسي	جذع مشترك علوم وتكنولوجيا	جذع مشترك آداب	ن	ت المحسوبة	ت الجدولة	مستوى الدلالة عند 0.05	اتجاه الفرق
عدد التلاميذ	160	75	235	1.5	1.9	غير دال	/
المتوسط الحسابي (م)	98.11	94.3					
الانحراف المعياري (ع)	17.03	19.2					
		4					

ويتضح من النتائج الواردة في الجدول (09) أن قيمة "ت" المحسوبة (1.5) أصغر من القيمة الجدولة (1.9) عند مستوى الدلالة (0.05)، وعليه تقبل الفرضية الصفرية التي تنص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)".

### 1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

التي تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)", وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لمتوسطين غير مرتبطين وعينتين غير متساويتين، والجدول رقم (10) يوضح النتيجة المتوصل إليها:

جدول رقم (13): يوضح دلالة الفروق بين متوسطي درجات المرونة المعرفية للتلاميذ عينة الدراسة تبعا لتخصصهم الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)

اتجاه الفرق	مستوى الدلالة عند 0.05	ت المحسوبة	ت المجدولة	ن	جذع مشترك علوم وآداب	جذع مشترك علوم وتكنولوجيا	المرونة المعرفية
لصالح تلاميذ الجذع المشترك علوم وتكنولوجيا	دال	1.9	2.6	235	75	160	عدد التلاميذ
					112.66	121.08	المتوسط الحسابي (م)
					24.96	17.50	الانحراف المعياري (ع)

يبين الجدول (10) أن قيمة "ت" المحسوبة (2.6) أكبر القيمة المجدولة (1.9) عند مستوى الدلالة (0.05)، وعليه ترفض الفرضية الصفرية وتقبل بديلها التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)، وتبين قيمتي المتوسطين الحسابيين (121.08) و(112.66) أن هذه الفروق لصالح تلاميذ الجذع المشترك علوم وتكنولوجيا أصحاب المتوسط الحسابي الأعلى.

## 2- تفسير ومناقشة النتائج:

### 2-1- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

والتي نصت على انه "لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي عينة الدراسة", وقد أثبتت قيمة معامل ارتباط

بيرسون" وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية. وتبين قيمة معامل الارتباط(0.60)على أنها علاقة طردية متوسطة .

وتتشابه هذه الدراسة مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات كدراسة عز الدين (2022) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية وبلغ حجم عينتها(800) طالب وطالبة. وكان من أهم النتائج المتوصل إليها "وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى أفراد العينة"(عز الدين ، 2022، 60).

كما تتقاطع مع ما توصلت اليه دراسة سرايه وبن طراد(2018) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة، وتكونت عينة البحث من(70) عاملا دائما تم اختيارهم بطريقة عشوائية وأشارت نتائجها إلى " وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والأداء الوظيفي(سرايه وبن طراد،2018، 1118). ودراسة همام(2022) التي أكدت على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين كل من المرونة النفسية والأداء الوظيفي لدى أخصائي خدمة الفرد ، وبلغ حجم عينتها (48) أخصائي . وكان من أهم نتائجها أن المرونة النفسية تلعب دورا كبيرا في تحديد جودة الأداء المهني فكلما زادت نسبة المرونة النفسية زادا مستوى الأداء المهني للأخصائي(همام ،2022، 246).

ويمكن تفسير هذه النتيجة كون أن التدفق النفسي من المتغيرات الإيجابية المهمة في عملية التعلم والنجاح حيث يرتبط بمجموعة من المتغيرات الإيجابية كما أنه يساعد الفرد على مواجهة الصعوبات والتحديات التي قد تواجهه في حياته وهذا ما أكد عليه csikszentmihalyi(1994) بأن التدفق النفسي يوفر للفرد حياة كاملة تستحق العيش ويحسن الرفاهية الذاتية لديه كما أنه يمكنه الاستفادة من العواقب التي تواجهه، وكلما قضى الفرد المزيد من الوقت في هذه الحالة كانت جودة الحياة لديه أفضل وزاد شعوره بالسعادة(المرشود ،2022، 264). أي أن السعادة النفسية ترتبط بشخصية الفرد وطريقة تفكيره التي يحتاج فيها الى مرونة معرفية التي تمكنه من تقبل الأفكار المتنوعة وتغيير أسلوب التفاعل، وهذا يعني أن المرونة المعرفية تعتبر عاملا مهما في السعادة النفسية للفرد. وهذا ما أكدته دراسة قاسم وعبد الله

(2018) التي هدفت الى التعرف على طبيعة العلاقة بين السعادة النفسية والمرونة المعرفية لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج، وبلغ حجم عينتها (297) طالب وطالبة وكان من أبرز نتائجها وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة احصائيا بين درجات أفراد العينة على مقياس السعادة النفسية ومقياس المرونة المعرفية ( قاسم وعبد الله ، 2018 ، 83).

ويمكن تفسير كل هذه النتائج بأن البيئة التعليمية لسنة أولى ثانوي توفر درجة جيدة من التركيز للمتعلم والاندماج في المهام المكلف بها؛ مما يساعد على تمتع المتعلم بمستوى مقبول من التدفق النفسي والمرونة المعرفية، وهذا ما يستدل عليه من خلال قيمة المتوسطين الحسابيين للمرونة المعرفية (121.08) وللتدفق النفسي (98.11). حيث يصبح لدى الفرد سرعة في التكيف مع المواقف الطارئة والمرونة في المعارف والتعامل مع الاحداث الجديدة، وهذا يزيد من إحساسه بالثقة واليقين بما سيقوم به من أداء. وهذا ما أكد عليه Deak بأن المرونة المعرفة تجعل الطالب قادرا على تغيير تفكيره من حالة إلى أخرى ومواجهة المتطلبات المختلفة للأحداث غير المتوقعة وهي تعد أحد مظاهر عملية تجهيز ومعالجة المعلومات وتتضمن تفعيل وتعديل العمليات المعرفية، و استجابة للمتطلبات المتغيرة للمهام وعوامل السياق وتشمل القدرة على تحويل الانتباه وانتقاء الاستجابات المناسبة (رضوان، 2021، 13). أي أن الفرد يصبح في حالة اندماج في مهام معينة وتكون لديه قدرة في تغيير تفكيره ومعارفه حسب كل مهمة فيدخل في حالة انغماس وتركيز عميق مع نشاط وانخفاض الوعي بالزمان والمكان، وهذا ما أكد عليه (ميهالي) في نظريته للتدفق النفسي على أن الأنشطة تكون أكثر إمتاعا حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد، فإذا كان النشاط سهلا للغاية سينتج الملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق ولقد استخلصها "في تسعة أبعاد وهي الأهداف الواضحة. الاندماج والتركيز، فقدان الإحساس بالوعي بالذات، نشوة الإحساس بالوقت، تغذية راجعة مباشرة وفورية، التوازن بين القدرة والتحدي أو الصعوبة، إحساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف أو النشاط، لإثابة الداخلية للنشاط، الاستمتاع الذاتي(الأسود، 2020، 59).

في حين اختلفت هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة العنزى (2017) التي هدفت الى التعرف على التدفق النفسي لدى طالبات جامعة الجوف وعلاقته باتزانهن الانفعالي وبلغ حجم

عينتها (479) من طالبات من مرحلة البكالوريوس، وكانت من أبرز نتائجها عدم وجود علاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي (العزى، 2017، 2610). حيث أن الافراد الذين لا يتسمون باتزان انفعالي في طبيعة شخصيتهم فهذا يؤثر على كيفية التعامل مع وجهات النظر المختلفة ويصبح لديه عدم تقبل للمعارف الجديدة؛ أي غير مرن معرفيا. وهذا ما أكد عليه رضوان في دراسته حيث أشار الى أن "المرونة المعرفية تساعد المتعلم في أن يكون متوازنا انفعاليا فيبتعد عن التطرف في الحكم على الأمور واتخاذ القرارات ومسايرة الآخرين في بعض المواقف وفق قناعاته التي تتطلب نهجا ديمقراطيا ،فيصبح أكثر إيجابية في تعامله مع ما يدور حوله من موجودات، فالنظرة إلى الأشياء عند الفرد ينبغي أن تتسم بالإيجابية والتطلع والاستفسار عن الأشياء الغامضة أي يكون لديه حب الاستطلاع"(رضوان، 2021، 16 - 17)

وقد يعود هذا الاختلاف الى طبيعة أفراد عينة الدراسة كونهم في مرحلة توجيهية مهمة تحدد مصيرهم الدراسي، حيث أنهم مكلفون باتخاذ قرار التوجيه الدراسي الذي يسيطر على تفكيرهم، وهذا يزيد عندهم الإحساس بالتدفق النفسي وهذا الأخير أكد عليه البهاص على أنه " حالة تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداة ويتحدد من خلال الاشتغال التام ، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الاداء ونسيان احتياجات الذات والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل" (البهاص ،2010، 121). وهذا يجعلهم يسعون الى توظيف كل طاقاتهم والتغلب على الصعوبات التي قد تواجههم وهذا يولد لديهم المرونة المعرفية . وهذه الأخيرة تساعد الطالب على تغيير تفكيره من حالة إلى أخرى ومواجهة المتطلبات المختلفة للأحداث غير المتوقعة وهي تعد أحد مظاهر عملية تجهيز ومعالجة المعلومات وتتضمن تفعيل وتعديل العمليات المعرفية استجابة للمتطلبات المتغيرة للمهام وعوامل السياق وتشمل القدرة على تحويل الانتباه وانتقاء الاستجابات المناسبة(رضوان، 2021 ، 14).

## 2-2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات التدفق النفسي لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي(جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/جذع مشترك آداب)، ويتضح من النتائج أن قيمة "ت" المحسوبة(1.5) أصغر من القيمة المجدولة(1.9) عند مستوى الدلالة(0.05)، وعليه تقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق أي انه لا توجد فروق بين تلاميذ الجذعين المشتركين.

وهو ما يتفق مع ما توصلت إليه دراسة الننتشة ومصري ( 2021 ) التي هدفت إلى التعرف على طبيعة الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل حسب متغيرات (الجنس - التخصص- الجامعة- الحالة الاجتماعية)، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي ، وأجريت الدراسة على عينة تكونت من ( 188 ) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المتاحة ،وتوصلت الدراسة إلى "عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات المحافظة الخليل تعزى لمتغير التخصص"(الننتشة ومصري،2021،12). وكذا دراسة خشبة (2017) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة المواد التي يدرسها المعلم (أدبية-علمية) وتكونت عينة البحث من (513) معلما بواقع (253) ذكرا و(260) أنثى، وقد تراوحت أعمارهم ما بين 25-60 عاما وقد أسفرت النتائج عن "عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي ترجع إلى طبيعة المواد(أدبية-علمية)"(خشبة،2017،212).

ويمكن تفسير هذه النتائج كون أن التدفق النفسي يتضمن شقين هما اتزان الفرد مع نفسه وتناغمه مع ذاته وقدرته على مواجهة الصراعات وكذلك انسجام الفرد مع الظروف البيئية المادية(العزى،2017،2310).أي أن أفراد عينة الدراسة الحالية لديهم مستوى عالي من التدفق النفسي وهذا يعود إلى البيئة الاجتماعية وطبيعة معاملة كل من الأساتذة والأولياء التي تعزز ثقتهم بأنفسهم وتقديرهم لذواتهم وتكليفهم بمسؤوليات تجعل لديهم القدرة في التعامل ومواجهة الصعوبات. وهذا ما أكدت عليه دراسة محمد و العوتابي (2019) التي هدفت إلى التعرف على مستوى دلالة الفروق للتدفق النفسي وفقا لمتغيرات (النوع-التخصص- الصف)،

وطبقت الباحثة المقياس على عينة عددها (375) طالب وطالبة وقد توصلت إلى تمتع طلبة الجامعة بالتدفق النفسي وبدلالة إحصائية و "عدم وجود فروق ذو دلالة إحصائية للتدفق النفسي وفق متغيري النوع والتخصص" (محمد والوعوتابي، 2019، 01).

في حين اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة عبد المجيد، وعبد الباقي، والشين (2016) التي هدفت إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى الطالب المعلم، والتعرف على الفروق في مستوى التدفق وفق متغيرات (النوع-التخصص-مستوى تعليم الوالدين)، طبق المقياس على عينة من (158) طالبا وطالبة بكلية التربية من جامعة حلوان، ومن بين النتائج التي خلصت إليها: "توجد فروق تبعا لمتغير التخصص (علمي-أدبي) لصالح العلمي (عبدالمجيد وعبدالباقي والشين، 2016، 01).

وقد يرجع هذا الاختلاف والفرق في اختلاف طبيعة أفراد عيني الدراستين، فعينة الدراسة الحالية تتمثل في تلاميذ مرحلة الثانوية أما دراسة عبد المجيد وآخرون (2016) فكانت عينتها من الطلبة الجامعيين. حيث أن المرحلة الثانوية عبارة عن مرحلة مراقبة حساسة يكون التلاميذ فيها معرضين إلى القلق وعدم الاتزان في قدراتهم ومهاراتهم الشخصية، على عكس طلبة الجامعة الذين يتمتعون بالاستقلالية واتخاذ القرارات لوحدهم بعيدا عن المجتمع مع قدرتهم على مواجهة تحديات الحياة، والاستقرار النفسي والاتزان مع قدراتهم الشخصية والأهداف المحددة لديهم. وهذا ما أكد عليه Csikszentmihalyi (1996) كون أن التدفق يحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزا شديدا ومثابرة، ومواصلة بذل جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقق أيضا عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي، أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة، خاصة المهمات ذات الأهداف المحددة، والتي تقدم تغذية راجعة فورية (الأسود، 2020، 68).

## 2-3- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي نصت على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المرونة المعرفية لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص الدراسي ( جذع مشترك علوم وتكنولوجيا/ جذع مشترك آداب) " وتبين قيمتي المتوسطين الحسابيين (121.08)

و(112.66) أن هذه الفروق لصالح تلاميذ الجذع المشترك علوم وتكنولوجيا أصحاب المتوسط الحسابي الأعلى.

وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة رضوان (2021) التي هدفت إلى فحص العلاقة بين المرونة المعرفية وكلا من فاعلية الذات البحثية ودافعية الإلتقان وأيضا هدفت إلى الكشف عن الفروق في متوسطات درجات أفراد عينة البحث والتي بلغ حجمها (250) طالب وطالبة من الطلبة المسجلين في الماستر بجامعة الأزهر بالدهقالية حيث أكدت "وجود فروق في متوسطات درجات أفراد عينة البحث عن مقياسي المرونة المعرفية وفاعلية الذات البحثية وفقا لمتغيري النوع والتخصص" (رضوان، 2021، 01).

كما تتفق أيضا مع دراسة البوريني (2017) التي هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة المعرفية لدى طالبات كلية الأميرة عالية في ضوء متغيرات التخصص والمستوى الدراسي والتي طبقت على عينة قدرها (118) طالبة تم اختيارهن بطريقة عشوائية وقد توصلت نتائج هذه الدراسة إلى "وجود فروق ذات دلالة إحصائية على جميع أبعاد المرونة المعرفية تعزى لمتغير التخصص" (البوريني، 2017، 157).

ويمكن تفسير هذه النتائج كون أن المرونة المعرفية تتمثل في قدرة التلاميذ على تبني استراتيجيات لحل المشكلات في المواقف الجديدة، والقدرة على التنوع في أداء المهام والأنشطة المختلفة في نفس الوقت (العساف والزق، 2020، 425). أي أن التلاميذ الذين يتمتعون بمرونة معرفية عالية يعود هذا إلى طبيعة شخصيتهم التي تميل إلى التكيف مع جميع المواقف التي يمكن أن يتعرضوا لها وأن المرونة المعرفية تؤثر إيجابيا في عملية الانتباه لديهم وتزيد من نشاطهم المعرفي وإكسابهم كفاءة ذاتية وأكاديمية. وهذا ما أكدت عليه دراسة الحربي (2023) التي هدفت إلى معرفة مستوى كل من اليقظة الذهنية والمرونة المعرفية والكفاءة الذاتية الأكاديمية، التي طبقت على عينة قدرها (451) طالبة من مرحلة البكالوريوس وتم اختيارهن بطريقة عشوائية وأظهرت نتائجها بأن "المرونة المعرفية تسهم في التنبؤ بصورة جيدة وناجحة بالكفاءة الذاتية الأكاديمية" (الحربي، 2023، 96).

كما اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات كدراسة العساف و الزق (2020) والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الثانوي في لواء الجامعة (الجماعة الأردنية )، والتي طبقت على عينة قدرها(364) طالبا وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية وقد توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات طلاب المرحلة الثانوية في المرونة المعرفية تعزى لمتغيري التخصص الدراسي(العساف و الزق،2020، 30).

وقد يكون هذا الاختلاف راجع طبيعة أفراد عينة الدراسة الأخيرة كونهم طلبة في الجامعة وهذا يخول لهم حرية أكثر في أسلوب دراستهم حيث يسمح لهم بممارسة هواياتهم والاطلاع على العديد من المعارف الجديدة التي تزيد من تفاعلهم الاجتماعي وتبادل الآراء و وجهات النظر، وأيضا التعرض لمواقف غير مألوفة تتطلب منهم التمتع بدرجات عالية من المرونة المعرفية . وهذا ما أكد عليه (Deak) بأن المرونة المعرفية هي قدرة الطالب على تغيير تفكيره من حالة إلى أخرى ومواجهة المتطلبات المختلفة للأحداث غير المتوقعة وهي تعد أحد مظاهر عملية تجهيز ومعالجة المعلومات وتتضمن تفعيل وتعديل العمليات المعرفية استجابة للمتطلبات المتغيرة للمهام وعوامل السياق وتشمل القدرة على تحويل الانتباه وانتقاء الاستجابات المناسبة( رضوان، 2021 ، 14).أي أن المرونة المعرفية تمثل عنصرا حاسما في تحديد الطريقة التي يتفاعل بها الأفراد ويتعاملون مع ضغوطات وتحديات الحياة وان الأشخاص ذوي المرونة المعرفية لديهم ثقة في النفس وقادرون على مسايرة الأمور والمواقف الصعبة التي قد يتعرضوا لها و تجعل الفرد يقوم بتوليد المستمر للأفكار الجديدة استنادا إلى المعارف السابقة فعندما تكون هناك مشكلة أو حدث يستطيع تخطيطها بكل مرونة من خلال اكتسابه للمهارات الجديدة.

## خلاصة الفصل

في هذا الفصل تم عرض النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة من خلال الاختبار الميداني لفرضيات الدراسة، كما تم تفسيرها وتحليلها ومناقشة هذه النتائج مدعمة بدراسات سابقة التي أمكننا الاطلاع عليها وكذا الاطار النظري.

## خاتمة:

تندرج هذه الدراسة ضمن انشغالات المهتمين بعلم النفس الإيجابي ويعد هذا الأخير تياراً يهتم بالمواجهة الإيجابية للفرد وضبط أفكاره السلبية، فهو يختص بجميع المراحل العمرية بصفة وعامة ومرحلة التعليم الثانوي بصفة خاصة. هذه الأخيرة التي تعد من أهم المراحل في المسار التعليمي للفرد كونها تتسم بمجموعة من الخصائص والتغيرات النفسية التي تطرأ على شخصية التلميذ، فهو بحاجة إلى متغيرات إيجابية كالتدفق النفسي والمرونة المعرفية لمواجهة هذه التغيرات، والتي سعت هذه الدراسة إلى تسليط الضوء عليها وعلى العلاقة التي قد تربطهما لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي.

ومن هذا المنظور تسعى هذه المتغيرات الإيجابية إلى تنمية شخصية التلميذ ومساعدته على استثمار كل ما يملك من قدرات واستعدادات للوصول إلى السعادة النفسية، لذا ركزت الدراسة على متغيري التدفق النفسي والمرونة المعرفية كونهما ذوا أهمية كبيرة في مواجهة الصعوبات النفسية والدراسية التي يواجهها التلميذ خلال مساره التعليمي، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين درجات التدفق النفسي والمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الأولى ثانوي عينة الدراسة؛ وتدل قيمة معامل الارتباط (0.60) على أنها علاقة طردية متوسطة.

كما أفادت الدراسات السابقة إلى أن التدفق النفسي والمرونة المعرفية يلعبان دوراً مهماً ومميزاً لدى التلاميذ عامة وتلاميذ مرحلة التعليم الثانوي خاصة، كون التدفق النفسي حالة تقترن بالإحساس بالبهجة والاستمتاع أثناء الاندماج في نشاط ما أو أثناء أداء مهمة معينة، وتقلل من الشعور بالفرد بالملل وهذا يجعل الفرد أكثر تركيزاً على النجاح لا الفشل. كما تعد المرونة المعرفية ذات دور فعال في حياة الفرد فهي تبعده عن الجمود والصلابة الفكرية وتتيح له تقبل وجهات نظر وأفكار الآخرين المختلفة والمتعارضة مع وجهة نظره الخاصة .

على ضوء هذه النتائج ، خلصت الدراسة إلى جملة من التوصيات أهمها:

- إجراء المزيد من الدراسات التي تستهدف علاقة التدفق النفسي بالمرونة المعرفية لدى عينات أخرى من تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي أو طلبة مرحلة الجامعة.

- اجراء مزيد من الدراسات حول متغيرات الدراسة وربطها بمتغيرات أخرى .
  - اعداد برنامج ارشادي لتنمية التدفق النفسي لدى تلاميذ سنة أولى ثانوي وهو ما يعد مؤشرا جيدا لتدعيم قدراتهم على التعامل بإيجابية.
  - تدريب التلاميذ على المرونة المعرفية من خلال ورش عمل لها مردود إيجابي على جوانب متعددة في شخصيتهم.
  - اعداد برامج تدريبية تهدف الى تطوير مهارات المرونة المعرفية لدى تلاميذ مرحلة التعليم الثانوي.
  - تصميم برامج تربوية ونفسية ارشادية هدفها تعزيز وتنمية هذه المتغيرات الإيجابية.
  - نشر الوعي وتوجيه الاهتمام أكثر بمتغيرات علم النفس الإيجابي لدى تلاميذ مرحلة التعليم وثانوي ولدى طلبة الجامعة.
- وفي الأخير نشكر المولى عز وجل على إتمام هذا العمل ونسأله العلم النافع.

# قائمة المراجع

## قائمة المراجع

- أبو حلاوة، محمد السعيد(2014). علم النفس الإيجابي ماهيته ومطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية. مصر: عالم الكتب.
- أبو حلاوة، محمد السعيد والشربيني عاطف مسعد الحسيني(2016).علم النفس الإيجابي نشأته وتطوره ونماذج من قضاياها . القاهرة: عالم الكتب.
- أبو النيل، محمود السيد(1987).الإحصاء النفسي والاجتماعي والتربوي .ط5. لبنان : النهضة العربية والنشر.
- أبو هاشم ،حسن محمد(2006).الخصائص السيكومترية لأدوات القياس في البحوث النفسية والتربوية باستخدام spss . 1-40.
- الأسود، مهريه و الأسود ،الزهرة (2020). التدفق النفسي لدى طلبة قاصدي مباح ورقلة. مجلة العلوم النفسية والتربوية .6(1). 55- 69 .
- البهاص، سيدة أحمد(2010).التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الانترنت دراسة سيكومترية إكلينيكية .المؤتمر السنوي الخامس عشر . مركز الارشاد. جامعة عين شمس.
- التاجر،محسن(2021).المنهج الوصفي، قسم انسانيات والعلوم الإنسانية، مكتبة النور .
- بوتفوشات، حميدة و مزوز ،بركو(2017).أزمة الهوية لدى المراهق -مقاربة نفسية اجتماعية-.حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية والإنسانية . (20) . 663-691.
- البوريني، إيمان سعيدو الرقاد، خالد هناء، وائل منور الربضي ، رعدة ميشيل عرنكي(2017). مستوى المرونة المعرفية لدى طالبات كلية الأميرة عالية الجامعية في الأردن في بعض المتغيرات. المجلة السعودية للتربية الخاصة. 3 (1). 157-186
- حداد ،سمية (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من تلاميذ السنة الثانية ثانوي بثانوية مفدي زكرياء . مذكرة لنيل شهادة الماستر علم النفس المدرسي: الجزائر.

- الحربي، إبراهيم سعد هتون و الحربي، نوار محمد سعد (2023). اليقظة العقلية والمرونة المعرفية كمنبئات بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طالبات جامعة أم القرى. مجلة علوم تربوية ونفسية. (7). 96-120.
- حمدان، عادل سمير محمد (2022). أثر المرونة المعرفية كمتغير وسيط على العلاقة بين التفكير التأملي واستقلالية المتعلم لدى طلاب كلية التربية. المجلة العلمية لكلية التربية - جامعة أسيوط. 38 (8). ج2. 134-165.
- خشبة، فاطمة السيد حسن (2017). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديموجرافية لدى المعلمين. المجلة المصرية للدراسات النفسية مصر. 27 (96). 221-316.
- در، محمد (2017). أهم المناهج وعينات وأدوات البحث العلمي. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية. 1 (9). 309-325.
- الدردير، عبد المنعم (2006). الاحصاء البارمترى واللابارمترى في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، ط1، مصر: عالم الكتب.
- رضوان، محمد سعد (2021). المرونة المعرفية وعلاقتها بالفاعلية الذاتية البحثية ودافعية الإلتقان لدى طلبة الدراسات العليا. مجلة الإرشاد النفسي. 1 (25). 2-89.
- الرقاد خالد، هناء (2018). الأمن النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة البلقاء الأردن. مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية. العدد (41). 665-677.
- سرايه، الهادي وبن طراد، زينة (2018). التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي. مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية. العدد (35). 1117-1130.
- الصاوي، يحي يسرى داليا (2020). التدفق النفسي وعلاقته بالذات الإيجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين وغير المشاركين. مجلة دراسات تربوية واجتماعية. المجلد 26. الرقم المسلسل للعدد 1. 219-280.

- صبحي، مروة(2021).التدفق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل المهني واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى الطلاب المعلمين ببرنامج التربية الخاصة .مجلة تطوير الأداء الجامعي 16.(2).641-764.
- الصوافي ،محمد بن ناصر بن سعيد (2019).التدفق النفسي وعلاقته بقلق الاختبار . المجلة الالكترونية الشاملة متعددة التخصصات . العدد(15).1-22.
- العارضة ، محمد و جبر ،عبد الله (2016). حالات الهوية النفسية وعلاقتها بالمرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية .مجلة كلية التربية. 169(3).579- 636.
- عبد الخالق، فتحي و عبد الخالق ،أحمد (2021).برنامج مقترح في التاريخ على نظرية المرونة المعرفية لتنمية الوعي ببعض القضايا المعاصرة والدافعية للتعلم لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية . مجلة كلية التربية جامعة عين شمس. مصر. 2 (45). 345- 400.
- عبد المجيد، ماجدة عبد السلام ولاشين ،ثرثيا يوسف وعبد الباقي، سلوى محمد (2016). التدفق النفسي للطلاب المعلم لدى عينة من طلاب كلية التربية. دراسات تربوية واجتماعية. 25 (4) . 997-1022.
- عبد الملك ،احمد (2019) . نمذجة العلاقة السببية بين التدفق النفسي وإدارة الذات وجودة الحياة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. المجلة التربوية. 66(66). 1-75.
- العبودي، طارق محمد بدر وصالح علي عبد الرحيم(2018).علم النفس الإيجابي. عمان : الدار المنهجية للنشر والتوزيع.
- العبودي، علاء (2018). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. مجلة الاستاذ . 3 (255). 123-148
- عز الدين، رازان نديم(2022).التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة البحث.مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس.19 (4).58-96.
- عزي ،إيمان(2020). محاضرات في بناء الاختبارات للسنة الثانية علم النفس . كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية بالنادي. الجزائر. جامعة الشهيد حمه لخضر.1-19.

- العساف ،هنا عوده والزق ، أحمد يحي(2020).مستوى المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات .مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية. العدد(29) .441-424.
- العنزي ، مريم نزال سليمان (2017).مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقته باتزانهن الانفعالي لدى طالبات جامعة جوف. مجلة بحوث كلية الاداب.30 ( 117 ). 2309-2333.
- قاسم ،إسماعيل قاسم آمنة و محمود محمد عبد الله، سحر(2018) .السعادة النفسية في علاقتها بالمرونة المعرفية والثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج. المجلة التربوية.(53).80-145.
- قاسم ، سالي صلاح عنتر (2017) .الفروق في استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية في ضوء كل من الصلابة النفسية والمرونة المعرفية لدى الأساتذة الجامعيين الممارسين لمهام إدارية .مجلة دراسات تربوية ونفسية.32 (96) .11-139.
- كرحان ،مشاعل صالح مانع ومحمد ،هدى شعبان(2022).الذكاء الانفعالي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى التلميذات ذوات صعوبات التعلم.المجلة العربية لعلوم الاعاقة والموهبة.6(24).271-314.
- محمد ،زينب ماجد والعتابي ،عبد الله مجيد . تشرين الثاني(2019).معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة . مجلة كلية التربية .(37).395-420.
- مختار ، محي الدين (1995).بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير، مجلة جامعة قسنطينة للعلوم الإنسانية. عدد خاص .46-63.
- المرشود، جوهرة بنت صالح (2022).فاعلية برنامج اثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينة من طالبات كلية التربية جامعة القصيم. مجلة العلوم التربوية. 1 (29) .263-313.

- الموسوي، حيدر عبد العزيز و شطب، انس أسود(2016). التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة .مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية. (18).51-92.
- المياحي، ناظم حذية إيمان وراضي، أفراح طعمه(2019).المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الإعدادية.مجلة أبحاث علوم الموائى 2. (1).75-92.
- نبيل عبد المنصف ،رحاب وعبد الوهاب، منى عرفه و محمد عبد الستار ،انتصار (2021).أثر استخدام إستراتيجية الخرائط الذهنية الالكترونية في تدريس الاقتصاد المنزلي لتنمية المرونة المعرفية ومهارة اتخاذ القرار لدى تلميذات المرحلة الإعدادية.بحوث عربية في مجلات التربية النوعية.( 21) .121-160.
- الننتشه، نيرمين و مصري، ابراهيم ( 2022). التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل .مجلة جامعة فلسطين التقنية خضوري للأبحاث . 10(4).84-104.
- الهزيل ،سلامة و عيسى سلطان (2015). المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوي في بئر سبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتي. رسالة مكملة لنيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي تخصص (نمو وتعلم).جامعة عمان العربية: عمان .
- همام ثابت ،هند على (2022)المرونة النفسية وعلاقتها بجودة الأداء المهني لدى أخصائي خدمة الفرد.المجلة العلمية للخدمة الاجتماعية .20 (2).246-276.
- وحيد، مصطفى فاضل (2017). دافعية الإتقان وعلاقتها بالمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير آداب في علم النفس التربوي. جامعة القادسية: العراق .
- يونسى ،عيسى و شينار، سامية و عماري ،عائشة (2021). العينة وأسس المعاينة في البحوث الاجتماعية .مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية.2( 7) .528-539.

الملاحق

جامعة الشهيد حمه لخضر-الوادي-

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس علوم التربية

عزيزي التلميذ، عزيزتي التلميذة ...

في اطار الاعداد لمذكرة الماستر نقوم بدراسة ميدانية ونحتاج فيها لمساعدتكم. لذا نرجو تعاونكم معنا بالإجابة على كل عبارات المقياس بصراحة وصدق لضمان الوصول الى نتائج صادقة نسترشد بها في دراستنا. وذلك بوضع علامة (x) أمام العبارة التي تتماشى مع رأيكم. علما أنه لا توجد اجابة صحيحة وأخرى خاطئة، فلكل منا رأيه وظروفه الخاصة..مع التأكيد أن هذه الإجابات سوف تحظى بسرية تامة ولن تستعمل إلا لغرض البحث العلمي . شاكرين ومقدرين حسن تعاونكم معنا.

البيانات الشخصية :

الجنس: ذكر  أنثى   
التخصص: علمي  أدبي

مقياس التدفق النفسي

رقم	العبارات	دائما	كثيرا	أحيانا	نادرا	أبدا
0	بدا الدرس مثير وممتع لي .					
0	انجز واجباتي بدقة ولا أشعر بأي جهد أو تعب يذكر .					
0	الدراسة في الثانوية ولدت لدي شعور بالبهجة والسرور .					
0	وجدت التجربة الدراسية ذات مردود إيجابي كبير .					
0	أعرف بوضوح ما أريد فعله دراسيا .					
0	أضع أهدافا محددة و واضحة في دراستي .					
0	أشعر أن أهدافي تتحقق بسلاسة في دراستي .					
0	أبحث باستمرار عن الأهداف التي تعطي لنفسي تحديا .					
0	قدراتي توازي التحدي العالي لدراستي .					

					أثناء الأداء الدراسي كانت لدي فكرة جيدة عن مستوى أدائي	1
					أجد أن الدراسة في الثانوية مثيرة لان فيها تحد عال.	1
					ينصب تركيزي بالكامل على ما أفعل أثناء الدرس.	1
					أشعر بصفاء ذهن غير عادي أثناء الدرس.	1
					أشعر أنني أفهم كل كلمة يقولها الأستاذ.	1
					خلال الدرس أحصل على المعلومات على النحو الأمثل حتى عندما تعلقوا الضوضاء من حولي.	1
					أشعر أنني مهيبٌ بشكل كاف لمواجهة متطلبات الدراسة في الثانوي.	1
					لدي القدرة على ضبط ومقاومة الملل والقلق خلال الدرس.	1
					أستطيع السيطرة على المثيرات الخارجية أثناء القراءة.	1
					بدا واضحا لي أنني أتقنت واجباتي الدراسية جيدا.	1
					أنا واع بمستوى كفايتي في الدراسة في الثانوية.	2
					يمكنني أن أتبين من خلال الأسلوب الذي أؤدي به دروسي مدى جودة ما أفعله.	2
					لم أرض إلا بمستوى تعلم أفضل فيما أرغب القيام به من أعمال.	2
					نشاطي الدراسي بدا لي وكأنه يحدث تلقائيا.	2
					أشعر بالاندماج الكامل فيما أتعلمه أثناء الدرس.	2
					بدا الوقت وكأنه يتغير مرة للأسرع وأخرى للأبطأ أثناء الدرس.	2
					لم أشعر بالوقت عندما كنت أؤدي واجباتي الدراسية.	2
					بعض الأوقات يبدو كأن سير الاحداث الدراسية يحدث بصورة بطيئة.	2

					2	في الدرس أشعر أنني أقل وعيا بذاتي ومشكلاتي الشخصية.
					2	لم أكن قلقا حول أدائي أثناء الدرس .
					3	لم أبدأ اهتماما لما قد يظنه زملائي بي أثناء الدرس.

### مقياس المرونة المعرفية

رقم	العبارات	موافق تماما	موافق	موافق إلى حد ما	غير موافق	غير موافق إلى حد ما	غير موافق إطلاقا
0	اعمل على إعادة بناء المشكلة لكي أصل إلى حلها.						
0	اعتبر أن من يتمسك برأيه اتجاه موقف ما جامدا فكريا.						
0	يمكنني تغيير وجهتي الذهنية حول المشكلة التي تواجهني.						
0	أنوع في اتجاهات تفكيري حول المواقف المتعددة التي تواجهني.						
0	أسعى لكي أتوائم مع مكونات المشكلة لكي أصل إلى حلها.						
0	أسعى للوصول إلى حلول للمشكلة حتى لو بدت مستحيلة.						
0	لا تزعجني الظروف الطارئة التي تواجهني في المواقف المختلفة.						

						اعدل من سلوكي بناء على متطلبات المشكلات التي تواجهني.	0
						أحاول التعايش مع المشكلة التي تواجهني لكي أتمكن من حلها.	0
						أسعى لتكوين ارتباطات بين أفكارى تجاه موقف ما وأنماط سلوكي.	1
						احل المشكلة إلى عناصر بسيطة حتى أتمكن من إنتاج أفكار متنوعة لحلها.	1
						ادخل في نقاشات وحوارات حول المشكلة حتى أتمكن من إنتاج أفكار متنوعة لحلها .	1
						أوظف إمكانياتي المهارية التي تتناسب مع المشكلات التي تواجهني حتى أتمكن من حلها.	1
						أؤمن بأن تنوع الفرد في أفكاره يجعله متميزا عن غيره.	1
						اعتبر الفرد المتقيد بأفكاره فردا لا مباليا وغير مكترث.	1
						أطوع أفكاري حتى تتناسب مع المشكلة التي تواجهني.	1
						لا أقيد أفكاري تحت إطار محدد أثناء مواجهتي للمشكلة.	1
						انتقل من فكرة لأخرى طالما يفيدني ذلك في مواجهة موقف ما.	1

						أغير من اتجاهاتي نحو موضوع ما طالما يؤدي هذا إلى نتائج ايجابية.	1
						أسعى لإنتاج اكبر قدر ممكن من الأفكار حول أي مشكلة تواجهني.	2
						أؤمن بأن استخدام الأفكار الغير التقليدية تسهم في حل أي مشكلة تواجهني.	2
						اهتم بالأفكار المتنوعة حتى لو بدت غريبة حول المشكلة التي تواجهني.	2
						أسعى لإنتاج اكبر قدر ممكن من الأفكار حول موضوع ما عند مشاركة الآخرين فيه.	2
						لا يقلقني إنتاج الأفكار المتنوعة حول موضوع ما حتى لو بدت تلك الأفكار غريبة.	2
						اكرر من محاولاتي المختلفة لحل المشكلة التي تواجهني مهما كلفني ذلك وقت وجهد.	2
						اعتقد أن تكراري في تنوع الأفكار حول المواقف التي تواجهني تخرجني من الجمود الفكري.	2