

التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة

م.د. علاء عبد الحسن حبيب العبودي

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية

التقديم: ٣٤١ في ٢٠١٦/١١/٣

القبول: ٩٩ في ٢٠١٧/٣/٨

المخلص:

استهدف البحث الحالي التعرف :

- ١- التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. ٢- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقا للمتغير الجنس (ذكور اناث). ٣- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير التخصص الدراسي (علمي، إنساني). ٤- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير الترتيب الولادي، (الاول ، الثاني). ولغرض التحقق من ذلك استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي المعد وفق وجهة نظر ميهالي اذ تم تطبيقه على البحث البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الاساسية ، اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية ، بعد أن تم التحقق من خصائص المقياس السيكومترية ، توصل الباحث الى النتائج الآتية :
- ١- يتميز طلبة الجامعة بمستوى جيد من التدفق النفسي. ٢- للذكور والاناث مستوى متقارب من التدفق النفسي.
- ٣- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير التدفق النفسي على وفق التخصص (علمي ، انساني). ٤- ولا فرق في مستوى التدفق حسب الترتيب الولادي لهم رغم مظاهر البيئة المتباينة التي تحيط بهم. وفي ضوء تلك النتائج قدم الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات.

Psychological flow and its relationship with some variables among University learners

Dr. Alaa Abdulhassan Habib Al. aboodi

Mustansiriya of University / College of Basic Education

Abstract:

The present paper aims to identify the following:

- 1-Psychological flow among university students
- 2- Indication of the difference in the psychological flow among university students according to the gender variable (male females)
- 3-indication of the difference in the psychological flow among college students, according to the variable area of study (scientific, humane)
- 4- Indication of the difference in the psychological flow among college students, according to a variable arrangement congenital, (I, II)

In order to verify this, the researcher used the psychological flow prepared in accordance with the viewpoint Mihaly scale as it has been applied to the search reached (300) students of students of Basic Education College were chosen randomly cluster, after it has been verified scale properties psychometric, the researcher suggested the results derived

1-Characterized by university students, a good level of psychological flow.

For males and females equally matched by the psychological level of

2-flow there is no difference in the level of flow in the order of congenital them despite the disparate aspects of the environment that surrounds them.

In light of these findings the researcher presented a set of recommendations and proposals.

Keywords: Psychological flow, variables, Universitylearners .

الفصل الاول:

١ - مشكلة البحث:

تجاهل علماء النفس الجوانب الإيجابية لدى الإنسان لعقود طويلة ، وكان جل اهتمامهم بالجوانب السلبية، فمنذ عام (١٨٨٧م) حتى عام (٢٠٠٠) توجد (١٣٦٧٢٨) دراسة ويبحث عن الغضب والقلق والاكتئاب في مقابل (٨٦٥٩) دراسة عن الجوانب الإيجابية للشخصية، أي بنسبة (١٦: ١) (العدلي، ٢٠٠١:٣). ويرى الباحث أن الغاية القصوى التي يمكن تحقيقها في دراسات علم النفس هي تحقيق السعادة النفسية لدى الافراد والتي بدورها ستقوض جميع ما دونها من مشكلات نفسية اخرى .

ومفهوم التدفق Flow من بين أهم المفاهيم المرتبطة بحركة علم النفس الإيجابي (Csikszentmihalyi, 1996:87)، تلك الحركة التي أدخلت رسمياً في المسار الأكاديمي لعلم النفس سنة (١٩٩٨) عندما ترأس مارتين سيلجمان الجمعية الأمريكية لعلم النفس، ومحاولاته الدؤوبة هو ومجموعة أخرى من علماء النفس ممن كان لديهم تحفظات كثيرة على علم النفس بفروعه التقليدية الغارقة في التركيز والتصوير الحصري ، إن جاز القول لكل جوانب القصور والضعف في الشخصية الإنسانية بتبني المنظر الباثولوجي لإدخال علم النفس الإيجابي ضمن فروع علم النفس المعتمدة بهذه الجمعية.(ابو حلاوة، ٢٠١٣: ٢) والتدفق غاية كبرى في توظيف القدرات المعرفية والمهارات السلوكية في خدمة النشاط والتعرف على البيئة، فهو حالة يلتقي فيها الانتباه والدافعية والموقف فيؤدي الى نوع من التغذية الراجعة ، وهذا يعد خبرة راقية يترتب عليها آثار ايجابية اخرى منها خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة، وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية، وتنمية التخيل العقلي والتفكير الابداعي ومستوى الطموح ودافع الانجاز، وتنمية القدرة على مواجهة التحديات في الاداء، وتنمية الفاعلية الذاتية وتحمل المسؤولية (أباطه، ٢٠٠٠، ٣٦).

وتأسيساً على ما تقدم فإن مشكلة البحث الحالي تكمن في الاجابة عن السؤال الاتي؟ ما هو مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة ؟ وهل يختلف ذلك بحسب جنسهم وتخصصهم وترتيبهم الولادي؟

٢ - اهمية البحث:

يعتقد سيلجمان بأن علم النفس ينبغي أن لا يهتم بدراسة المرض والضعف والتلف فقط ، بل يفترض أن يهتم أيضا بدراسة مكامن القوة والفضائل الإنسانية، وعلم النفس لم يعد ينتظر وقوع الفرد في الحالة المرضية من أجل مساعدته في التغلب عليها بل تعدى ذلك إلى دراسة كيف يمكن لنا أن نجعل الفرد يعيش سعيداً في حياته في ضوء ما يمتلكه هو من قدرات وقابليات عقلية وبدنية من أجل تحقيق السعادة لديه (Seligman&Csikzentmihalyi,2000:7-10)، ومن هذه القناعة ولد(علم النفس الإيجابي Positive Psychology) الذي يهدف إلى قياس وفهم بناء

مكامن القوة الإنسانية وفضائلها نحو تطوير حياة أفضل ، فهو يركز في أوجه القوة عند الإنسان بدلاً من أوجه القصور ، وفي الفرص بدلاً من الأخطاء ، وتعزيز الإمكانات بدلاً من التوقف عند المعوقات ، أي إن الإنسان يجب إن لا يفكر في ما حدث له ويستسلم للأمر بل المهم أن يفهم ويدرك الموقف الذي حدث ويحدد طريقة تعامله معه ومدى سماحه له بالتأثير فيه (سليمان ، ٢٠٠٨: ٢٩-٣٠) . وكما هو معروف فإن علم النفس الإيجابي يركز في الجوانب الإيجابية الحيدة لدى الفرد ، والتي تساعد على العيش في مستويات مرتفعة من السعادة ، بمعنى الإحساس بالعواطف والمشاعر الإيجابية ، والشعور بأن الحياة جديرة بأن نعيشها ، لأن التفاؤل يدفع الفرد إلى تخطي الفشل ، وتحمل تحديات الحياة ، كما أن التسامح يحرر الفرد من الشعور بالمرارة والضعينة حول خبرات الماضي وآثاره السلبية (Alex et al,2006:3-13). لذا فان مفهوم حالة التدفق من المفاهيم السيكلوجية ذات المضامين الإيجابية، التي ربما يفرضي تقديمها وتحليلها وتبيين أبعادها وطرق رصدها وقياسها في البيئة العربية إلى تنشيط الاهتمام البحثي بالقضايا ذات العلاقة بحركة علم النفس الإيجابي لتأسيس وإقرار ما يصح تسميته بالتمكين السلوكي للشخصية العربية بالتركيز في الجوانب الإيجابية الخاصة بخبرة حالة التدفق التي تقتضي معانقة الحياة ، وتقبل مصاعبها، واعتبارها تحديات جديرة بأن تستنهض همة المواجهة واغتنامها كفرص أصيلة للتعلم ، ولتجويد الأداء الإنساني ليرتقي في مسار التميز، ثم الإتقان، ثم الإحسان (ابو حلاوة ، ٢٠١٣ : ١٠) لذا حاول الباحث في هذا البحث ان يسلط الضوء على قياس واحد من اهم ابعاد علم النفس الايجابي الحديث والذي لم يمض على تأسيسه اكثر من عشرين عاما محاولاً دعمه بالدراسة الحالية كخطوة اولى ، لادخال مفاهيمه قيد الدراسة العراقية.

لذا يعد مفهوم التدفق Flow من المفاهيم الإيجابية الحديثة التي تصل بالفرد الى اعلى درجة من توظيف طاقته النفسية ، والتي يصاحبها حالة من الرضا والافتتاح الذاتي مع تأجيل للطلبات والحاجات الشخصية للفرد مما يؤدي بالفرد الى المرور بخبرة من النوع الراقى تتضمن الانشغال الكامل بالنشاط أو العمل يصاحبه الوعي وتركيز الانتباه واحداث انسيابية في الاداء، وصولاً الى الخبرة المثلى(الاعسر وكفاني ، ٢٠٠٠ ، ٢٨٢).

فمعرفة العناصر والابعاد التي تكون حالة التدفق سوف تساعد القائمين على العملية التربوية على تبني المهارات العقلية ، والنفسية ، والاستراتيجيات السلوكية، والمعرفية ، التي تظهر حالة التدفق لدى الطالب والتي تسهم بشكل فعال في الانجاز الاكاديمي ، مع وجود التغذية الراجعة الذاتية التلقائية الداخلية من الطالب والخارجية الواضحة والسريعة من المدرس والتي تعزز الخبرة الذاتية الايجابية وتزيد من الاحساس بالاستمتاع بالأداء لدى الطالب في توجيهه نحو بلوغ هدفه (Vallerand & Losier,1999,94).

فضلاً عن أن الطالب الذي يكون على وعي بعملياته العقلية لا سيما عمليات التفكير وأساليب تعلمه ، والخصائص المميزة لبنائه المعرفي ، يكون أكثر ضبطاً وتحكماً وتنظيماً وقدرة على اشتقاق الاستراتيجيات المحققة لأهدافه، اذ يشجع الوعي (أبو رياش، ٣٧:٢٠٠٦)، لذا لا بدّ من دراسة مكامن القوة الإنسانية وفضائلها نحو تطوير حياة أفضل ، فهو يركز على أوجه القوة عند الإنسان بدلاً من أوجه القصور ، وعلى الفرص بدلاً من الأخطاء ، وتعزيز الإمكانات بدلاً من التوقف عند المعوقات ، أي إن الإنسان يجب إن لا يفكر في ما حدث له ويستسلم للأمر بل المهم أن يفهم ويدرك الموقف الذي حدث ويحدد طريقة تعامله معه ، ومدى سماحه له بالتأثير فيه (سليمان ، ٢٠٠٨ : ٢٩-٣٠).

لذا أهمية البحث الحالي تكمن في كشف مفهوم حالة التدفق النفسي والذي ربما يفضي في علاقته بالمفاهيم الديموغرافية أو البناءات السيكلوجية الأخرى إلى تبيين المضامين التطبيقية لهذه الحالة في عمليات التعليم والتعلم والإرشاد والعلاج النفسي ، التي يمكن توظيفها في الجوانب التطبيقية لاسيما الارشادية ، كما ويمكن بناء اداة لقياس مفهوم التدفق النفسي رفدا لمكتبتنا النفسية ، وللاستفادة من تلك الاداة من الباحثين مستقبلاً .

٣- اهداف البحث، يستهدف البحث الحالي التعرف على :-

- ١- التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة .
- ٢- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً للمتغير الجنس (ذكور اناث) .
- ٣- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير التخصص الدراسي (علمي، إنساني)
- ٤- دلالة الفرق في التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغير الترتيب الولادي، (الاول، الثاني) .

٤- **حدود البحث:** يتحدد البحث الحالي بطلبة كلية التربية الاساسية / الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية ، للدراسة الصباحية من كلا الجنسين (ذكور -اناث) ومن التخصصين (علمي - إنساني) للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦

٥- تحديد المصطلحات :

أولاً: التدفق Flow

عرّفه Mihalyicsiczentmihaly1975: " احساس (احساسات) كلية يشعر بها الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع المهنة او المهمة التي يقومون بها اي انها حالة من التركيز ترقى الى مستوى الاستغراق المطلق في الاداء ." (Csicszentmihaly, 1975: 36).

• تريفيو (Trivino 1992): " بأنه خبرة مثلى تحدث للناس في أوقات مختلفة، وذلك عندما يكونوا منشغلين في أعمالهم الى الحد الذي ينسون فيه ذواتهم ، ولا يشعرون بالزمان والمكان، يصاحبها شعور بالمتعة والسعادة " (Trivino, 1992, 59)

• نورمان (Norman 1996): " أنها حالة من الممكن ان تواجه كل انسان، التي يكون الشخص فيها وكأنه في حالة غيبوبة وعدم وعي بالذات وهو يؤدي بنشاطه تلقائياً دون وعي بالعالم الخارجي ، وينغمس بالكامل من دون ان تؤثر فيه الظروف الخارجية، كما وتتحسر كل حالات تشتت الانتباه لديه مع شعوره بالمتعة والبهجة (Norman, 1996, 12)

(جولمان ، ٢٠٠٠) : استغرق الانسان في اداء مهمة ما ، حتى يبلغ ذروة درجة الامتياز فيها ، ويستمر هذا التدفق بعد ذلك باقل مجهود كالتشلال المتدفق ، فاذا استطاع الفرد الى حالة التدفق فان ذلك يمثل اقصى درجة للاداء الايجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد الاصابة بالملل والاكئاب ، والتوتر ، والقلق ، (ابو حلاوة ٢٠١٣ : ٦٠)

ناكاتا (Nakata, 2000): " انه قدرة فائقة على الأنجاز ، تأتي من خلال ادراك الفرد لقدراته على التحدي والمواجهة " (Nakata, 2000: 15).

(بكار ٢٠٠٥) : حالة من نسيان الذات والغرق في عمل يملك كل إنتباه المرء وحواسه حتى يكاد لا يشعر بالعالم الخارجي من حوله، وتدعمه تدفق من العواطف الإيجابية مليئة بالطاقة والحيوية تعمل جميعها على صرف انتباهه تجاه العمل الذي يقوم به (بكار ، ٢٠٠٥ ، ٣٤) .

التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف التدفق النفسي ل (Mihalyicsiczentmihaly) 1975 والمشار اليه اعلاه .

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب المستجيب عند اجابته عن فقرات مقياس التدفق النفسي .

الفصل الثاني/ الاطار النظري:

إنّ الانسان بطبيعته يميل لان يكون ايجابيا اكثر منه لان يكون سلبيا ، فالانفعالات الايجابية توجد اثناء الضغوط المزمنة نفسية كانت او عضوية، كما اعتاد الناس أن يستخدموا الكلمات الايجابية أكثر من السلبية لوصف حالاتهم ، ويصفون حالاتهم بالسعادة بدلا من الاحباط لذا يمكن القول ان الجوانب الايجابية تسعى للتغلب على الجوانب السلبية (جبر، ٢٠١٣ : ٣٨) ويشكل علم النفس الايجابي الدراسة العلمية لكيفية تحقيق السعادة والاكتفاء الذاتي من الإنسان بغية اكتشاف كيفية العيش في الحياة بأكثر إنتاجية ممكنة ، ويركز علم النفس الإيجابي في مبدأ إن الناس كافة يريدون ان يعيشوا حياة سعيدة ومكتملة والمطلوب بناء نقاط قوة لدى الناس لجعل العالم مكانا أفضل (عوض، ٢٠١٠: ١٦).

أولاً/ الاطار النظري (نظرية تشكزنتهيمالي، ١٩٧٥ Csikzentimihalyi) في تفسير مفهوم التدفق النفسي:

التدفق النفسي من المصطلحات الأساسية التي طرحها عالم النفس المجري الأصل الأمريكي الجنسية (ميهالي تشكزنتهيمالي) في محاضرة له في سدني لأول مرة سنة (١٩٧٥) وهو أحد المؤسسين لعلم النفس الإيجابي ،حتى اصبح من المصطلحات الرائجة في هذا المجال أي علم النفس الايجابي ، والتدفق النفسي واحد من اهم الجوانب الايجابية التي يتصف بها الانسان ، فهو حالة نفسية داخلية تجعل الشخص يشعر بالتوحد مع ما يقوم به وبالتركيز التام فيما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة، وهو حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الاستغراق المطلق، في هذا الشعور الرائع بتملكك لمقاليد الحاضر وأدائك وأنت في قمة قدراتك"، وفي حالة" التعلم المثلي "يكون المتعلم في حالة من الاستغراق الكامل فيما يتعلمه، ويكون الفهم في أقصى درجاته (Alex et al,2006:3-13). ويرى (سيلجمان) وهو مؤسس علم النفس الإيجابي :((أن ما يجري في إطار علم النفس الإيجابي هو تعزيز القوة في الفرد ، وتوكيد بناء هذه القوة وليس مجرد رعاية الضعف)) ، فالمريض النفسي من وجهة نظر علم النفس الايجابي ليس بحاجة لتخفيف الحزن والكآبة والقلق النفسي فقط ، بل هو بحاجة شديدة لإشباع حاجاته ، وتحقيق قدر كبير من الرضا والسعادة وتقدير وتحقيق الذات وبحاجة للسمو والمتعة والتطور المستمر (Seligman, 2006:36).ويمكن تحقيق بناء القوة لدى الانسان من خلال مجموعة من الاستراتيجيات هي :

الشجاعة courage (الجرأة والبسالة)

مهارات التواصل الاجتماعي.

الاستبصار insight

التفاؤل optimism

المثابرة perseverance

الواقعية realism

القدرة على الاستمتاع بالحياة capacity for pleasure

السيطرة على الضغوط والمتاعب putting troubles into perspective

الانفتاح على المستقبل future-mindedness

تحديد الاهداف finding purpose (جبر ٢٠١٣ : ٢٩٠).

وتشير الدراسات والأبحاث التي أجريت في هذا الموضوع إلى أن الأشخاص السعداء أقل عرضة للمشكلات العائلية والأسرية أو المعاناة من الأمراض ومن ثم فهم أكثر قابلية ليعيشوا حياة فعالة

أطول من غيرهم (Rashed,2008:184-185). وقد جاء علم النفس الايجابي ليصحح خطأ الاهتمام بالامراض من خلال تحديدها ، والتركيز في جوانب القوة بدلا من جوانب الضعف ، وبناء اشياء جميلة في الحياة حتى يصبح الناس سعداء ، وتكوين الانسانية الممتازة (Peterson,2006:.2).

منذ ثمانينيات القرن الماضي وحتى الآن بدأ ميهالي بملاحظة الناس في اثناء ممارسة أنشطتهم وأعمالهم مثل العلماء والفنانين ولاعبي الشطرنج ومتسلكي الجبال ، وقد اكتشف من خلال الآف المقابلات الشخصية معهم تجربة ذاتية شائعة ، تشتمل على عناصر أدراكية وأنفعالية مميزة تناسب داخل الاف الافراد حيث أطلق عليها التدفق Flow ، وقدم وصفا لهذه الحالة التي تحدث للانسان من وقت لآخر، والتي يقضي فيها الفرد الكثير من الوقت في ممارسة ذلك النشاط الذي يمارسه وتصل بالفرد الى أعلى درجات توظيف طاقاته النفسية يصاحبها حالة من الرضا وتأجيل لرغباته واحتياجاته الشخصية (Csikzentimihalyi, 1990: 145). ولأنّ الأصل في خبرة حالة التدفق استغراق الإنسان بكامل منظومات شخصيته في مهمة تدوب فيها هذه الشخصية دون افتقاد للوجهة والمسار مع إسقاط للوقت أو للزمن من الحسابات، بمعنى أن تظل فعاليات من يتعايش مع خبرة حالة تدفق سارية وممتدة إلى أن يتم إنجاز المهمة مهما طالت المدة الزمنية، وهنا قد يعيش الإنسان حياته كلها في خبرة حالة تدفق واحدة يرى فيها ذاته، ويحقق بها إمكانياته ، ويشرب منها من معين الاستمتاع ، ويعاين بها بهجة الحياة (ابو حلاوة ، ٢٠١٣ : ١٠).

ويشير (سيكزنتيميهالي) الى بعض الامثلة لتبسيط تلك الفكرة الاساسية لحالة تدفق الخبرات منها وصفا لبعض الرسامين الذين قام بملاحظتهم فيقول : حينما كان يبدأ الفنانون بالرسم فأنهم لايمكنون من انتزاع انفسهم بعيداً عن ممارسة هذا النشاط ، وينسون الجوع والالتزامات الاجتماعية التي تقع على عاتقهم ويتجاهلون الزمن والتعب ، ويستمررون في الانهماك بنشاطهم لمدة طويلة وما ان تكتمل اللوحة او العمل الفني حتى يتوقف هذا السحر، ويحولون انتباههم على قطعة قماش فارغة أخرى للرسم عليها ، ويشعر الرسامون خلال هذا النشاط بالبهجة ، من دون النظر الى المردود المقابل لعملهم كالشهرة أو المال ، ويشير ايضاً الى أن هذه الحالة تحدث لكل الناس وفي مختلف الانشطة التي يمارسونها مثل العالم الذي يحاول ايجاد حل لمشكلة علمية معقدة ولاعب الشطرنج والموسيقي الذي يعزف قطعة موسيقية صعبة أو الذي قرأ كتاباً مثيراً والذي يعمل ويستغرق في عمله ، ففي جميع هذه النشاطات يخبر الافراد هذه الحالة النفسية ذاتها والتي تدعى بالتدفق اذ اقر بها العديد من الاشخاص عند وصف خبراتهم شديدة الانغماس كما وكأنهم محمولين على تيار (Current) فيه كل شيء يتحرك بسلاسة 15-9 : 1975 ، Csikszentmihalyi) ، لذا فإن تجربة التدفق الفينومولوجية خير مثال على القوة المحركة والكبيرة للسلوك والتي تظهر

عندما يندمج الفرد في نشاطات معرفية والتي تعكس مستوى عالي من التقدير الذاتي يؤدي الى الاستمتاع بالأداء؛ لن الدافعية لممارسة النشاط لا تستمر في الاساس مالم تكن هناك متعه (Sanaon&Haraciewicz,1996,42).

وعلى الرغم من أنّ نظرية التدفق لا تنكر أن للإنسان دوافع فطرية اساسية Basic Drives معينة تعمل على تحفيزه وينتج عنها استجابات محددة ، مثل رؤية الشخص الجائع للطعام ومن ثم تناوله ، أو تعلمه القيام باستجابة مرغوب فيها عند إثابته عليها ، أو إطفاء هذه الاستجابة المتعلمة عند تعريضه للعقاب، الى ان ذلك وبحسب هذه النظرية لا يفسر لوحده سبب تحمل الناس للجوع والعطش وانصرافهم عن الأشخاص المقربين اليهم عند ادائهم لعمل معين حتى لو يتم مكافأتهم عليه. (Csikszentmihalyi&Csikszentmihalyi,1988,17)

وغالبا ما يتوقف المرء عن الجوانب السوداوية متحوّلا الى الجوانب المضيئة في الحال تمكنه من استبصار الموقف بعناصر مفاجئة تحمل حلول متوالية وتدفعه لان يسلكوا سلوكا ايجابيا ، وهذا يجسد لنا معنى التدفق النفسي (جبر ، ٢٠١٣ : ٣٩-٤١) ، وللذات مجموعة من الاهداف الشخصية المرتبة بصورة هرمية التي تشكل بنية الذات ، وتحدد اولوية أي مجموعة جديدة من المعلومات التي تجد طريقها الى وعي الشخص على وفق هذا الهرم ، ويتم ترسيخ معظم الأهداف استناداً الى التعليمات الوراثية والاجتماعية غير أنّ للوعي درجة معينة من الاستقلالية في هذا الصدد ويصطلح على أية حالة تتضارب مع اهداف الفرد (بالأنثروبيا النفسية) Psychic Entropy أي التحول من حالة الانتظام الى حالة الانتظام (Csikszentmihaly , 1990: 9).

أما الحالة التي تكون فيها محتويات الشعور جميعها في حالة توافق وانسجام مع بعضها الآخر وانسجام مع أهداف الفرد التي تحددها الذات فتدعى (بالأنثروبيا التوافقية) Negentropy أو الخبرة المثالية Optimal Experience أو التدفق، فالخبرات ، والاستمتاع ، والرضا ، والسعادة ، ماهي الا صور للتدفق، لأن الذات تضع الأهداف من أجل ديمومتها، ففي حالة التدفق تكون الذات أشد إنسجاماً مع تراكيبها الذاتية وبنيتها الموجهة نحو هدف معين، لذلك يصبح التدفق أحد الاهداف المركزية للذات، وهذا ما يشار اليه بـ (نمائية الذات) Teleonomy of the Slef أو الميل الى البحث عن هدف يشكل صورة لخيار معين يتم التوصل اليه من بين بدائل كثيرة(Csikszentmihalyi&Csikzentimihalyi, 1988:24).

ولم تتوقف جهود هذا العالم البحثية عند هذا الحد ، بل حاول إستعمال الإستبيان للتحقق من امكانية قياس هذا المفهوم وتكميمه علمياً ولتحقيق هذا الغرض اجري دراسة تجريبية على مجموعة من الافراد (الذكور) في عمر (٥٠-٦٠) سنة وهم يمارسون اعمالهم، وكانوا مندمجين تماماً في العمل ويتمتعون به كثيراً، واستهدفت الدراسة الاجابة عن مجموعة من الاسئلة التي

وجهت الى المفحوصين من خلال سؤال رئيس هو: هل دخلت في حياتك في نشاط أو عمل أتسم بما يلي: (Csikszentmihalyi, 1988:13) ؟

شعورك بأنك مستعد ولديك التحكم في اداء النشاط الذي تمارسه.

أداؤك للعمل أو النشاط كان في احسن حالات الاداء.

تكون غير واع بالذات (نسيان الذات) في اثناء العمل أو النشاط.

الاندماج الكامل في النشاط أو العمل.

قضاء فترة طويلة من الوقت دون الاحساس بها.

الشعور بأن ممارسة النشاط أصبح هدفاً في حد ذاته.

التركيز مع الانتباه الكامل في النشاط او العمل.

الشعور بالمتعة اثناء ممارسة النشاط أو العمل.

والاجابة بنعم عن هذه الاسئلة تعني أن الفرد يكون في حالة تدفق ، وفي عام (١٩٨٩) اجرى دراسة تجريبية اخرى على مجموعة من الأفراد لدراسة خبرة التدفق لديهم عن طريق الاتصال بهم عشوائياً سبع مرات في اليوم ما بين الثامنة صباحاً والعاشر مساءً لمدة اسبوع، وقدم دراسة عن طريق الاستبانة للتعرف على مدى صدق نتائجه مع نتائج الدراسة التجريبية السابقة وتوصل الى تطابق نتائج الدراسة التجريبية السابقة مع نتائج التجربة العملية، ومن ثم أوضحت الدراسة امكانية اعداد الاستبيانات والاختبارات أو المقاييس المناسبة لقياس حالة التدفق علمياً (Csikszentmihalyi, 1989, 819).

ثم قدّم كسكزنتميهالي (Csikszentmihalyi, 1990) كتاباً بعنوان التدفق : علم نفس

التجربة المثالية (Flow : The Psychology of Optimal Experience)

صنف فيه مكونات حالة التدفق الى خصائص، اعتقد أنها عناصر مشتركة يمكن من خلالها التعرف على حالة التدفق وهي كالاتي :

١- الموازنة بين التحدي والمهارات Balance of challenge and skills والتي يحقق فيها الشخص التدفق عندما يوازن بين قدراته وتحديات الموقف في اعلى المستويات.

٢- وضوح الأهداف Clear of Goals : وفيها يدرك الفرد المبادئ والتوقعات القابلة للتحقيق، ولا يحتاج النشاط الى أن يكون موجهاً نحو تحقيق هدف معين غير قابل للتحقيق ، غير أنه يتعين وضع الأهداف الواضحة والقيام بالتحدي باستمرار حتى النهاية ولا بدّ ان تكون الاهداف ممكنة التحقيق غير أن هذا لا يعني أن تكون سهلة للغاية ، بل أن توضع بحيث لا تتعارض مع بعضها الآخر (كما في سلسلة الاهداف الفرعية الموضوعية ضمن مسار الهدف الرئيس).

٣- التغذية الراجعة غير الغامضة Unambiguous feedback : على الفرد ان يكون قادراً على تقويم اداءه بدقة في الوقت الذي يعرف فيه كل خطوة دقيقة في اي نشاط يقوم به ، ففي حال غياب التغذية الراجعة أو عدم وضوح هذه التغذية أو تأجيلها في وقتها ، يفقد الفرد الاحساس بالسيطرة ولا يتمكن تقويم التأثير الذي تحدثه افعاله، وما الذي ينبغي القيام به لتحسين الاداء ، وما الذي ينبغي تحاشيه.

٤- دمج النشاط بالوعي merging of activity and awarenss : وهنا لا يفكر الفرد بما يحيط به من أمور الحياة كالمكاسب المادية مثلاً ، بل أن جُل تفكيره ينصب على المهمة التي في متناول يده ويصبح النشاط الذي يؤديه هو كل ما يهمه ، وهذا ما يلحظه عليه الآخرون بسهولة.

٥- الاحساس المشوه بالزمن Distorted sense of time : في حالة التدفق المعرفي ، يفقد الفرد احساسه بالزمن ، وتمر الساعات وكأنها ثواني عند أدائه للمهمة ، وعلى الأرجح أن فقدان الاحساس بالزمن يعود الى الاستغراق الكامل بالمهمة أو النشاط.

٦ - فقدان الشعور بالذات Loss of self – consciousness : عندما ينهمك الافراد في العمل أو النشاط فأنهم ينسون جميع العوامل والقوى التي تعيقهم للوصول الى اهدافهم ، اذ يصف (كسكزنتيميهالي) ذلك بقوله : في حالة التدفق المعرفي فإن الشعور بالجسم يختفي ويختفي وعي الفرد بهويته الذاتية.

٧- الاحساس بالسيطرة Sense of control : فيها يشعر الفرد بالمسؤولية والسيطرة الذاتية على المهام والتحديات ، وذلك باستبعاد جميع العوامل والمثيرات التي من الممكن أن تؤثر في مستوى ودرجة انتباهه وتركيزه في النشاط لضمان استمراريته بالسيطرة على الموازنة ما بين تحديات النشاط الذي يؤديه وقدراته أو مهاراته ، حتى اكمال المهمة .

٨- الخبرة الايجابية Positive experience : وتعني الشعور بالمتعة والدافعية اثناء تأدية النشاط: وهو بمثابة محصلة الاداء (Csikszentmihalyi,1990,10).

واوضح سيكزنتيميهالي انها هنالك مجموعة من قنوات التدفق (flow channel)، وذكر انها تحدث عندما يمارس الشخص نشاطاً ، وهو يمتلك القدرات والمهارات التي تتناسب مع حجم ومطالب النشاط مع عدم وجود القلق والملل أو اللامبالاة والسأم موضحاً " اياه بالاتي :

- يحدث التدفق عندما يكون الفرد واعياً بحجم النشاط ومطالبه التي تتناسب مع القدرات والمهارات التي يمتلكها، ويكون قادراً على تقييم هذا النشاط.
- اذا كان مستوى النشاط اعلى من مستوى مهارة الفرد تظهر لديه حالة القلق.
- يحدث الملل أو السأم عندما يكون مستوى النشاط أقل بكثير من القدرات أو المهارات التي يمتلكها الفرد.

لذا يمكن القول أخيراً ووفقاً لعلم النفس الإيجابي فإنَّ حالة التدفق النفسي هي الخبرة الانسانية المثلى لا على حالات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة ، بصفة عامة ، كونها حالة تعني فناء الفرد في المهام والاعمال التي يقوم بها فناءً تاماً ، ينسى به ذاته والزمن ، والآخر كل الآخر ، كانه في حالة غياب للوعي ، بكل شيء آخر ماعدا هذه المهام ، والاعمال ، على ان يكون ذلك الدافع له باتجاه المداومة والمثابرة ليصل الى النهاية الى ابداع انساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحباً بها دون انتظار لأيّ تعزيز من نوع اخر (ابو حلاوة ، ٢٠١٣ : ٢٢) .

دراسات سابقة:

دراسة (هيركنتر وميهالي، ١٩٩٦) اختبرت هذه الدراسة مدى تطور خبرة التدفق النفسي أو ما تسمى بالخبرة الإيجابية المثلى خلال مرحلة المراهقة وهي دراسة طولية استكشافية وتحدث حالة التدفق عندما يكافأ الأفراد داخلياً عند وصولهم لأعلى مستويات المهارة والتحدي والتساؤل الرئيس في هذه الدراسة هو هل الزيادة في معدل التدفق يرتبط إيجابياً بالتغيرات المعرفية والانفعالية التي يكتسبها المراهق داخل المدرسة أو عن طريق ممارسة الأنشطة الخارجية؟ ، وتكونت عينة الدراسة من ٢٨١ مراهق خلال الصفوف السادس ، الثامن ، الثاني عشر أي من ١٢-١٦ عام وذلك بتطبيق بعض الأنشطة التي تصل بالفرد إلى حالة التدفق وتم متابعة هؤلاء الأفراد خلال هذه السنوات من خلال تجميع وتحليل ٣٢ تقرير ذاتي لكل فرد وأظهرت النتائج أن التدفق النفسي يزداد معه تقدير الذات والدافعية والقدرة على وضوح الأهداف (Heknter &Csiksyentimahlyi,1996).

دراسة (سوزيك واخرون، ١٩٩٩) طبقت هذه الدراسة على (١٥٩) طالباً جامعياً التي هدفت إلى قياس التدفق (وهو حالة نفسية تتسم بالتركيز والمتعة والدافعية الذاتية) كمنبئ للأسلوب القيادي والابتكارية في نظام الدعم للقرار الجماعي ووجدت النتائج أن حالة التدفق لها دور في رفع مستوى الابتكارية في الأسلوب القيادي (Sosik&et..al, 1999).

دراسة (كيلي، ٢٠٠٥) اختبرت هذه الدراسة التدفق النفسي الذي يكتسبه طلبة الجامعة من خلال الألعاب التعليمية على الانترنت، تكونت عينة الدراسة من ١٨ طالباً وطالبة وتم استخدام بعض الألعاب التعليمية المحددة التي صممت بطريقة تقيس حالة التدفق بالإضافة إلى استخدام بعض من المقاييس والمقابلات، وأشارت النتائج أن خبرة التدفق لها تأثير إيجابي على عملية التعلم باستخدام الألعاب التعليمية عن طريق الانترنت (Kiili,K,2005 183-198).

دراسة (كلاين واخرون ، ٢٠١٠) أراد الباحثون اختبار تأثير التدفق على مخرجات التعلم في أحد المقررات لدى طلاب الجامعة تم حساب الدرجة الكلية للتدفق من خلال تقسيمه إلى أربعة أبعاد وثلاثة أنشطة لسمات التدفق وذلك باستخدام اختبار الاختيار من متعدد ، مقياس الرضا الطلابي، نمو المهارات المدرك ، وأشارت النتائج إلى أن التدفق أثر على إدراك الطلاب لموضوع التعلم كما زاد من الرضا الطلابي لعملية التعلم لهذا المقرر (Klein, etal,2010 292-298).

الفصل الثالث/ منهجية البحث واجراءاته:

منهجية البحث : اتبع الباحث المنهج الوصفي في بحثه والقاضي بوصف الظاهرة وصفا دقيقا كما هي موجودة في الواقع .

اجراءات البحث : بغية تطبيق منهجية البحث اتبع الباحث الاجراءات الاتية:

أولاً/ مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث على (٦٩٧٣) طالباً وطالبة من كلية التربية الاساسية في الجامعة المستنصرية الدراسة الأولية الصباحية بواقع (٣٣٧٢)ذكورا و(٣٦٠١) إناثا ، كما موضح في جدول (١) .

جدول (١)

المجموع	الاناث	الذكور	الكلية
٦٩٧٣	٣٦٠١	٣٣٧٢	التربية الاساسية

ثانياً/ عينة البحث الأساسية:

تعدُّ عملية اختيار العينة عملية حاسمة واساسية في البحث العلمي ، فهي تحدد وتؤثر في جميع خطوات البحث، فاختيار العينة يجب أن يتم بناءً على إجراء يسمح لنا ان نقدر الدرجة التي يعد فيها افراد العينة ممثلين للمجتمع الذي تم انتقاؤهم منه ، فيما يتعلق ببعض المتغيرات ذات الصلة أو الدراسة التي نحن بصدد التخطيط للقيام بها (البطش وابو زينة ، ٢٠٠٧ ، ٩٥) .

وقد تألفت عينة البحث من (٣٠٠) طالب وطالبة من الصفوف الثالثة والرابعة من كلية التربية الاساسية في الجامعة المستنصرية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية (Stratified random Sample) ذات التوزيع المتناسب (Proportional distribution) بواقع (١٥٠) طالباً و(١٥٠) طالبة من اقسام التربية الفنية والتربية الاسرية والحاسبات والرياضيات كما موضح في جدول (٢).

الجدول (٢)

عينة البحث الأساسية حسب الأقسام والجنس والتخصص والمرحلة.

المجموع الكلي	العدد	المرحلة	التخصص	الجنس	القسم
٧٥	٤٠	الثالثة	انساني	ذكور	التربية الفنية
	٣٥	الرابعة		اناث	
٧٥	٣٥	الثالثة	انساني	ذكور	التربية الاسرية والمهن الفنية
	٤٠	الرابعة		اناث	
٧٥	٤٠	الثالثة	علمي	ذكور	الحاسيات
	٣٥	الرابعة		اناث	
٧٥	٣٥	الثالثة	علمي	ذكور	الرياضيات
	٤٠	الرابعة		اناث	
٣٠٠	٣٠٠				المجموع

ثالثاً/ أداة البحث:

مقياس التدفق النفسي: لغرض بناء أداة قياس مفهوم التدفق النفسي قام الباحث بالخطوات الآتية: تحديد المفهوم المراد قياسه والاطلاع على ما تيسر من مقاييس الشخصية المتوفرة محليا وعربيا وعالميا .

ب-الاطلاع على النظريات ذات العلاقة بمفهوم البحث الحالي ولاسيما نظرية ميهالي .

ج-الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة.

د- صياغة مجالات المقياس وذلك من خلال تحديد خمسة مجالات مع تعريفاتها في ضوء النظرية المتبناة في البحث الحالي وهذه المجالات هي (الرضا عن الاداء ، والثقة بالأداء ، ووضوح الاهداف ، والتغذية الراجعة ، والاندماج الذاتي) .

هـ- صياغة فقرات المقياس، اذ تم جمع (٢٥) فقرة موزعة على مجالات المقياس والملحق (١) يوضح ذلك.

الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

بغية تحقيق اهداف البحث ولغرض التأكد من صلاحية أداة البحث لقياس ما اعدت لأجله قام

الباحث بما يأتي:

أولاً/ صدق المقياس:

يعدّ الصدق من الخصائص المهمة في الاختبارات والمقاييس النفسية فالاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة او الظاهرة التي وضع لأجل قياسها، وصدق الاختبار يتعلق بالهدف الذي اعدّ الاختبار من اجله وبالقرار الذي يتخذ استنادا الى درجاته (الشيخلي،٧٠:٢٠٠١) ومن اجل ان يوصف الاختبار بانه صادق لا بد ان تتوافر فيه مؤشرات كثيرة تشير اليه وكلما زادت المؤشرات لمقياس معين زادت ثقنتنا به. (anastsi & urbina : 2010 : 141) لذلك استعمل الباحث عدة مؤشرات لاستخراج صدق وثبات المقياس وهذه المؤشرات هي:

أ : (الصدق الظاهري) face validity

وهو يدل على المظهر العام للمقياس، او الصورة الخارجية له من حيث نوع المفردات، وكيفية صياغتها ومدى وضوح الفقرات ومناسبتها لقياس السمة المراد قياسها، والتعرف عليها، وان عرض المقياس على مجموعة من المحكمين الغرض منه الحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها ظاهرياً (Ebel & Frriable , 2009 :243) ولأجل ذلك تم عرض المقياس بصورته الاولية (ملحق ١) على مجموعة من المحكمين (ملحق ٢) لبيان صلاحية تطبيقه لقياس الظاهرة المراد قياسها ظاهرياً، إذ إن مجرد اتفاق اكثر المحكمين على صلاحية الفقرات يعد صدقا ظاهريا (الطار، ١٩٧٥: ٩٢) وقد اتفق جميع المحكمين على صلاحية المقياس لما اعد لأجله وجاءت نسبة الاتفاق ١٠٠% .

تعليمات المقياس:

اعد الباحث للمقياس تعليمات الإجابة وحرص على أن تكون تعليمات المقياس واضحة وسهلة ودقيقة إذ إن لتعليمات المقياس تأثيراً في المفحوص، فكلما تكون واضحة ومبسطة كلما تقل أخطاء الإجابة (الجبوري، ١٩٩٠، ص٩٦). ولذلك وضعت تعليمات الإجابة على فقرات المقياس التي تتضمن اختيار بديل واحد فقط من البدائل الخمسة المخصصة للفقرة وذلك بوضع علامة (٧) في الحقل المخصص للبديل المختار من المستجيب مع التأكيد عدم وجود إجابة صحيحة أو خاطئة، وان الإجابة الصحيحة هي التي تتناسب المستجيب نفسه، فضلاً عن تأكيد عدم كتابة الاسم وإن الإجابات ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط مع الحفاظ على سريتها، وعدم ترك أي فقرة بدون إجابة ملحق (٣).

وضوح تعليمات المقياس وفقراته:

الهدف من هذه التجربة هو التثبت من مدى وضوح فقرات المقياس والتعليمات وكذلك معرفة الوقت الذي يستغرقه الطلبة للإجابة عن فقرات المقياس وتعرف الصعوبات التي تواجه عملية التطبيق ، وتم اختيار عينة عشوائية مكونة من (٥٠) طالباً وطالبة بواقع (٢٥) طالباً و(٢٥) طالبة اختيروا من قسمي التربية الفنية والرياضيات ، من طلبة كلية التربية الاساسية طلب منهم أن يسألوا ، او يدونوا ملاحظاتهم تحريرياً على الفقرات التي يكتنفها الغموض ، وكان الباحث ثبت الزمن الذي يستغرقه المستجيب بعد تسليمه الاستمارات، فضلاً عن مناقشته في أية ملاحظات عن التعليمات أو الفقرات، وبعد انتهاء التطبيق استخرج الباحث متوسط الفترة الزمنية التي استغرقت للإجابة عن فقرات المقياس فكانت (١٧) دقيقة .

تصحيح المقياس:

إن تصحيح المقياس يعني تكميم استجابة الفرد على المقياس ،اي وضع درجة لاستجابة كل فرد على كل فقرة من المقياس ، ويتم استخراج الدرجة الكلية بجمع درجات الاستجابات على فقرات المقياس. ولأجل الحصول على الدرجة الكلية للمقياس، فقد أعدَّ الباحث لكل فقرة (5) بدائل متدرجة الإجابة ، فالأسلوب الخماسي في تدرج البدائل يعد من الأساليب المستعملة في العديد من المقاييس الشخصية وانه اكثر تناسباً مع طلبة الجامعة وذلك لمنحهم حرية اكثر في اختيار البديل المناسب (الدليمي، ١٩٩٧ : ٢١٢). ولأجل ذلك ترجم سلم الإجابة اللفظي إلى سلم رقمي وكما يأتي :

أعطيت الفقرات (ذات الاتجاه الايجابي) التي تقيس التدفق النفسي الأوزان الآتية :

(تنطبق عَلَيَّ دائماً) (٥) درجات.

(تنطبق عَلَيَّ غالباً) (٤) درجات.

(تنطبق عَلَيَّ أحياناً) (٣) درجات.

(تنطبق عَلَيَّ نادراً) (٢) درجتان.

(لا تنطبق عَلَيَّ) (١) درجة واحدة .

إما الفقرات (ذات الاتجاه السلبي) التي تقيس ضعف التدفق النفسي ، فقد أعطيت الأوزان الآتية:

(تنطبق عَلَيَّ دائماً) (١) درجة واحد.

(تنطبق عَلَيَّ غالباً) (٢) درجتان.

(تنطبق عَلَيَّ أحياناً) (٣) درجات.

(تنطبق عَلَيَّ نادراً) (٤) درجات.

(لا تنطبق عَلَيَّ) (٥) درجات

ب : صدق البناء : لقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال :-

التحليل الاحصائي للفقرات

ان الخصائص السيكومترية للمقياس تعتمد على حد كبير على خصائص فقراته التي تعدّ خصيصتنا القوة التمييزية للفقرات ومعاملات صدقها، ومن أهم هذه الخصائص (الكبيسي ، ٢٠١٠ : ص ١١٢) .

وتشير أدبيات القياس النفسي والتربوي الى ان تحليل فقرات المقياس إحصائياً يؤدي الى تحسين نوعيه الفقرات من خلال اكتشاف مواطن الضعف منها ، وإعادة صياغتها واستبعاد غير الصالح منها فضلاً عن انه يكشف عن الاتساق الداخلي لفقرات المقياس (Anastasi,1988,p.155). ولأجل ذلك قام الباحث بما يأتي :

استخراج القوة التمييزية للفقرات

يعدّ حساب القوة التمييزية للفقرات من المتطلبات الأساسية لبناء المقاييس النفسية المرجعية المعيار، التي تعتمد أساساً في قياس الظاهرة على الفروق الفردية (Ebel, 1972:p.399). و لغرض بيان الفقرة التي يمكن ان تقيس الظاهرة من الفقرة التي لا تقيس الظاهرة قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (٣٠٠) طالب وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة ولأجل حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات عينة التحليل الاحصائي فقد استخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين في درجات كل فقرة، اذ وجد ان "القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية لها" (Eills, 1976 : 56) وقد استعمل أسلوب المجموعات المتطرفة في الدرجة الكلية عند حساب القوة التمييزية للفقرات، اذ رتب درجات أفراد العينة من أعلى درجة إلى أوطأ درجة كلية، ثم حدد الباحث المجموعتين المتطرفتين المتضادة بنسبة ٢٧% من أفراد العينة في كل مجموعة إذ إن هذه النسبة توفر حجماً مناسباً في كل مجموعة وتبايناً جيداً بينهم (Anstasi, 1988.208) والجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

القوة التمييزية لفقرات مقياس التدفق النفسي باستخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
٤.٤٦٨	٠.٧٩٣	٤,٣١٤	٠,٧٣١	٤,٧٢١	١
٤.٠٨٥	٩٥٦٣	٣.٩٦٣	٠,٧٢٧	٤,٤٣٥	٢
٤.٠٩٧	٩٢٦٣	٣.٦٠١	٩,٠٠٠	٤,٤٣٢	٣
٠.٧٤٦	١.١١١١	٢.٧٨٧	١,٢٥٧٠	٢,٩٠٧	٤
٤.٩٧٦	١.٣٢٦٧	٢.٠١٨	١,٣٢٥٤	٢,٣٤٢	٥
٥.٠٤٤	١.٠٩٣٢	٣.٣٩٨	١,٩٢٢	٤,١٤٨	٦
٤.٤٥٩	١.٠٩٦٩	٣.٧٤٠	٩,٤١٨	٤,٣٦١	٧
٦.٩٠٨	١.١٧٩٩	٣.٥١٨	٧,١٤٠	٤,٣٣٥	٨
٣.٣٧٩	١.١٩٩٢	٣.٦٦٦	١,٢٥٦٨	٤,١٦٦	٩
٧.٠٣٤	١.١٥٢٠	٣.٦٦٦	٧١٢	٤,٥٨٣	١٠
٥.٧٧٢	١.١٠٣٦	٣.٤٨١	٩٣٧٨	٤,٢٨٧	١١
٤.١٢٣	١.٢١٤٢	٢.٧٥٩	١,٢٩٢٩	٣,٤٦٣	١٢
٥.٨٠٠	١.٢٩٤٢	٣.٢٦٨	٩٨٤٣	٤,١٧٥	١٣
٥.٠٣٧	١.١٤٥٢	٣.٦٥٧	٩٢٣١	٤,٣٧٠	١٤
٦.٠٥٧	١.١٤٥	٣.٤٢٥	١,٠٣٠٦	٤,٣٢٤	١٥
٧.٧٦٩	١.٠١١٧	٣.٦٩٦	٦٤٧٩	٤,٦٩٤	١٦
٨.٢٨٢	٩٣١٩	٣.٥٢٧	٦٧٤٤	٤,٤٤٤	١٧
٤.٥١٥	١.٣١٤٦	١.٩٤٣	١,١٨٣٤	٣,٩٦٣	١٨
٣.٧٢١	١.٢٠١٠	٢.٦٥٧	١,١٠١١	٣,٢٤٠	١٩
٦.٠٣١	١.٠٢١٩	٣.٧٥٩	٧٩١٣	٤,٥٠٩	٢٠
٩.٦٤١	١.٠٨٩٤	٣.٤٩٠	٦٦٧٤	٤,٦٧٥	٢١
٤.٧٤٦	١.١٧٧٧	٢.٥٧٤	٩٩٣٧	٣,٢٧٧	٢٢
٧.٥٩٦	١.٢٣١٦	٣.١٨٥	١,٠٧٤١	٤,٣٧٩	٢٣
٥.٢١٠	١.٢٢٢٣	٣.٠٣٧	١,٢٠٧٠	٣,٨٩٨	٢٤
١.٠٠٠	١.١٠٠٧	٣.١٤٨	١,٣٣٧١	٣,٣١٤	٢٥

نلاحظ من الجدول اعلاه أن جميع الفقرات كانت مميزة عدا الفقرتين (٤ و ٢٥) فلم تكن ذات دلالة احصائية.

٢- علاقة درجة الفقرة الكلية بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة):

يُعدُّ صدق الفقرات مؤشراً على قدرتها لقياس المفهوم الذي يقيسه الاختبار أو المقياس، وذلك من ارتباطها بمحك خارجي أو داخلي ، وحين لا يتوافر محك خارجي، فإنَّ الدرجة الكلية للمقياس هي أفضل محك داخلي (Anstasi,1988 :.201) وتعدُّ هذه الطريقة من ادق الوسائل المستخدمة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس (الكبيسي ،٢٠١٠: ٤٦). وتحقيقاً لذلك اختار الباحث عينة عشوائية من استمارات استجابات عينة التمييز ، تكونت من (١٠٠) استمارة ، خضعت للتحليل الإحصائي ، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط (بيرسون) وتبين أنَّ جميع الفقرات دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٨) ماعدا الفقرتين (٤ ، ٢٥) فقد كانت غير دالة احصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (٠.٠٩٨) وهي الفقرات ذاتها التي سقطت عند استخراج معاملات التمييز لفقرات المقياس والجدول (٤) يوضح ذلك

جدول (٤)

يوضح ارتباط درجة الفقرة الكلية بالدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	رقم الفقرة
٠.٢٨٦	١
٠.٢٥٦	٢
٠.٢٦٥	٣
٠.٠٢٦	٤
٠.١٢٤	٥
٠.٢٧٦	٦
٠.٢٦٧	٧
٠.٣٩٣	٨
٠.٣٢٠	٩
٠.٤١٣	١٠
٠.٣٣١	١١
٠.٤٢٨	١٢
٠.٣٤٦	١٣
٠.٢٦٣	١٤
٠.٣٤٥	١٥
٠.٣٧٢	١٦
٠.٤٠٥	١٧
٠.٢٥٧	١٨
٠.١٧٨	١٩
٠.٣٠٤	٢٠
٠.٤٧٣	٢١
٠.٢٩٠	٢٢
٠.٤٠٧	٢٣
٠.٣٤٢	٢٤
٠.٠٢٧	٢٥

ثانياً/ ثبات المقياس (Reliability of Scale): يشير الثبات الى درجة استقرار المقياس عبر الزمن واتساقه الداخلي ودقته فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك الافراد(عودة، ١٩٨٥: ١٤٤). وهناك طرق متعددة لاستخراج الثبات وقد اكتفى الباحث بطريقتين هما طريقة الاتساق الداخلي ، و طريقة الاختبار واعادة الاختبار وكما يأتي :

١- طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معامل الفا - كرونباخ

انّ هذا المعامل يزود الباحثين بتقدير جيد للثبات في اغلب المواقف (nannaly , 1978 p: 230) ، وتقوم هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين المعاملات لمجموعة الثبات على الفقرات الداخلة بالاختبار جميعها (عودة، ١٩٨٥: ٣٥٤) ، والاتساق الداخلي يتحقق اذا كانت الفقرات تقيس المفهوم نفسه ، ولاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة تم استخراج معامل الفا للمقياس الحالي وبلغ (٠.٨٨) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه لاغراض هذا البحث .

٢- طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: (Test- Retest Method)

تم إيجاد الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق الاختبار مرتين ، وبفاصل زمني مدته (١٥) يوماً على عينة عشوائية طبقية مؤلفة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الاساسية، وتم استخراج معامل الثبات من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطلبة في التطبيق الأول ودرجاتهم في التطبيق الثاني . وبلغ معامل الارتباط (٠.٨٣) ويمكن القول أن معامل الثبات بهذا المقدار يعد مقبولاً بالميزان العام لتقويم دلالات معامل الارتباط (Gronland, 1981:102).

وصف المقياس بصورته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص القياسية المتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات، أصبح مقياس التدفق النفسي بصيغته النهائية مكوناً من (٢٣) فقرة ملحقة (٣) ، وبذلك فان الدرجة الكلية للمقياس في حدها الأعلى (١١٥) ، وفي حدها الأدنى (٢٣) درجة ، وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث الأساسية .

التطبيق النهائي للمقياس:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية والبالغة (٣٠٠) طالب وطالبة ، وقد أوضح الباحث انّ فائدة التطبيق هي للأغراض البحث العلمي وان نجاح الباحث في بحثه يعتمد على الدقة والجدية في الاجابة عن جميع الفقرات.

قدم الباحث استمارة المقياس والتعليمات المرفقة معها وورقة الاجابة عن الفقرات جميعها وان وقت الإجابة استغرق (٣٠-٣٥) دقيقة ، وقد امتدت مدة التطبيق من (٢٠١٥/١١/١٥) ولغاية (٢٠١٥/١١/٢٣) .

الوسائل الاحصائية المستعملة في البحث الحالي :

- معامل ارتباط بيرسون : لحساب العلاقة بين متغيرات البحث كما استخدم ايضا لحساب ثبات المقياس بطريقة الاختبار واعادة الاختبار
 - T-test لعينتين مستقلتين : لحساب تمييز فقرات المقياس .
 - T-test - لعينة واحدة .
 - معادلة الفا-كرونباخ لاستخراج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي.
 - تحليل التباين الثلاثي.
- تم تطبيق تلك الوسائل من خلال الاستعانة ببرنامج الحقيبة الاحصائية SPSS

الفصل الرابع/ نتائج البحث:

أولاً/ عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول : التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة.

للتحقق من الهدف تم تحليل إجابات عينة البحث البالغة (٣٠٠) طالب وطالبة، وتبين أن المتوسط الحسابي للعينة (٣٢٦,٣٥٦) بانحراف معياري (٢,٤٠١) والمتوسط الفرضي للمقياس (٦٩) ، ولمعرفة دلالة الفرق تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة (One Sample T-test) وتبين أن القيمة التائية المحسوبة (٣٤,٧٨٢) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩) ، وهذا يعني وجود فروق دالة احصائياً بين المتوسطين الحسابيين ، لصالح المتوسط الحسابي للعينة ، والجدو(٥) يوضح ذلك

جدول (٥)

نتائج الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الحسابي الفرضي لمستوى الفشل المعرفي لدى طلبة الجامعة

دلالة الفرق	مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي للعينة	العينة
		الجدولية	المحسوبة				
دال احصائياً	٠,٠٥	١,٩٦	٣٤,٧٨٢	٦٩	٢,٤٠١	٣٢٦,٣٥٦	٣٠٠

وتعزى هذه النتيجة الى أنّ مجتمعنا على الرغم من الظروف الصعبة التي مرّ بها ، إلا أن الطلبة يتمتعون بقدرة على ضبط سلوكهم والالتزام بقيمهم العلمية ، من خلال اعتزازهم بتخصصاتهم العلمية ، وقد يكون للتنشئة الاسرية دوراً بارزاً في زيادة الوعي لدى الطلبة من خلال التشجيع الواضح، وتعزيز الثقة بالأعمال التي يقومون بها ابناؤهم فضلاً عن دور المؤسسة التعليمية ، وما لها من اثار ايجابية في ذلك ، و في ضوء ما جاء بنظرية ميهالي، فإنّ الفرد في

جميع مراحلها النمائية يتولد لديه احساس بالإبداع ، وتنمو لديه روح التفاؤل، ويكون صورة مشرقة عن دوره في الحياة الاجتماعية، وهذه الصورة هي التي تجعله يهتم بمواهبه اذا ما تمكنت البيئة التي يعيش فيها من رفد تلك المواهب وتنميتها بصورة ايجابية تمكنه من تفعيلها وتطبيقها في حياته الاجتماعية بشكل عام، اما اذا تجاهل الآخرون تلك المواهب، فربما سوف يعزف الفرد عن تنميتها وربما تنطفئ وتضمحل لهذا السبب أو غيره إذن فالمواهب يجب ان تعزز بشكل او باخر والغرض من ذلك بقاء ديمومتها واستمرارها. وبشكل عام فإن هذه النتائج جاءت منسجمة تقريبا مع دراسة (هيركنتروميهاالي، ١٩٩٦) ودراسة (سوزيك واخرون، ١٩٩٩) فضلا عن دراسة (كلاين واخرون، ٢٠١٠،

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفرق في التدفق النفسي وفقا لمتغيرات (الجنس : ذكور - اناث، التخصص: علمي انساني، الترتيب الولادي الاول، الثاني):

ولتحقيق هذا الهدف استعمل الباحث تحليل التباين الثلاثي لمتغير التدفق النفسي وفقا

لمتغيرات :

١- الجنس

ب-التخصص

ت -الترتيب الولادي) ، كما في الجدول (٦)

جدول (٦)

يوضح الفروق في متغيرات البحث باستخدام تحليل التباين الثلاثي

مستوى الدلالة عند 0.05	القيمة الفاتية		متوسط مجموع المربعات	مجموع المربعات	درجات الحرية	مصادر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
الفرق غير دال	٣.٨٦	١,٧١٩	٢٨٢٣,٣٥٥	٢٨٢٣,٣٥٥	١	الجنس
الفرق غير دال	٣.٨٦	١.٥٧٦	١٦٤١.٥٣٢	١٦٤١.٥٣٢	١	التخصص
الفرق غير دال	٣.٨٦	٠.٤٨٩	٥٠٩.٦٩٥	٥٠٩.٦٩٥	١	الترتيب الولادي
الفرق غير دال	٣.٨٦	٢.٩٨٢	٣١٠٥.٢٥٧	٣١٠٥.٢٥٧	١	الجنس ، التخصص
الفرق غير دال	٣.٨٦	٠.٠٠٩٦	٤٥.٧٦١	٤٥.٧٦١	١	الجنس ، الترتيب الولادي
الفرق دال	٣.٨٦	٤.٥٤٣	٤٧٣٠.٠٩٦	٤٧٣٠.٠٩٦	١	التخصص الترتيب الولادي
الفرق غير دال	٣.٨٦	٠.٩٨٤	١٣٧٦.٥٠	١٣٧٦.٥٠	١	الجنس التخصص الترتيب الولادي
		١٣٩٧.٨٨٥	٢٩٢	٤٠٨١٨٢.٦٤٦	١	الخطأ
			٢٩٩	٤١٨٩٠.١٠٠٠	١	الكلية

١- الجنس (ذكور - اناث) و نلاحظ من الجدول اعلاه وبنحو عام فإنه لا يوجد فرق بين الذكور والاناث في التدفق النفسي وفق متغير الجنس ، اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (١,٧١٩) وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) ، وهذا إن دلّ على شيء انما يدلّ على ان التدفق النفسي ليس له علاقة بمتغير الجنس حسب هذه النتيجة .

ب- التخصص (علمي ، انساني)

نلاحظ من الجدول اعلاه أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير التدفق النفسي على وفق متغير التخصص (علمي ، انساني) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (١,٥٧٦) وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) بمعنى انه لا يوجد تباين بين طلبة التخصص العلمي والانساني في التدفق النفسي بحسب ما اشارت اليه نتيجة البحث الحالي .

الترتيب الولادي (الاول - الثاني) : بملاحظة الجدول اعلاه نرى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متغير التدفق النفسي على وفق الترتيب الولادي (الاول - الثاني) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠,٤٨٩) وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٨٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) بمعنى انه لا يوجد تباين بين الترتيب الولادي (الاول ، الثاني) لطلبة الجامعة في متغير التدفق النفسي، اما فيما يخص التفاعل بين متغير الجنس (ذكور اناث) والتخصص (علمي - انساني) حسب الترتيب الولادي في التدفق النفسي ، فكانت كالاتي

جدول (٧)

جدول (٧)

يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير التدفق النفسي وفقا لمتغيرات (الجنس ، التخصص ، حسب الترتيب الولادي)

الجنس	التخصص	الترتيب الولادي	العدد	المتوسط	الانحراف
الذكور	علمي	الاول	٣١	٣٢٣.٤٥١٦	٢٩.٧٦٠٠
		الثاني	٢٤	٣١٠.٣٧٥٠	٣١.٤١٨١
		المجموع	٥٥	٣١٧.٧٤٥٥	٣١.٧٨٨
	انساني	الاول	٤٨	٣٢٢.٤١٦٧	٣٤.٧٠٨٤
		الثاني	٤٧	٣٣٢.٠٩٥٢	٢٩.٧٢٩٨
		المجموع	٩٥	٣٢٧.٩٩٩	٣٢.١٨٨٥
	المجموع	الاول	٧٩	٣٢٢.٨٢٢٨	٣٢.٦٦١٧
		الثاني	٧١	٣٢٦.١٠٣٤	٣٢.١١٢٥
		المجموع	١٥٠	٣٢٤.٥٤٢٢	٣٢.٣١٨٤
الاناث	علمي	الاول	٤٦	٣٣١.٨٩١٣	٣٠.٦٠٨٨
		الثاني	٤٢	٣٢٥.٣٣٣٣	٣٩.٢٢٠٩
		المجموع	٨٨	٣٢٨.٧٦١٤	٣٤.٩٣٤١
	انساني	الاول	٢٥	٣٢٦.٨٥٢٣	٢٧.٩٩٠٨
		الثاني	٣٧	٣٢٧.١٠٣٤	٣٥.٣٢١٩
		المجموع	٦٢	٣٢٦.٩٥٢١	٣٠.٩٩٢٨
	المجموع	الاول	٧١	٣٢٨.٥٨٢١	٢٨.٩٠١٠
		الثاني	٧٩	٣٢٦.٣٦٠٠	٣٦.٨٢٦٢
		المجموع	١٥٠	٣٢٧.٦٣٢٥	٣٢.٤٦٨٨

فيما يخص التفاعلات بين متغير التدفق النفسي وبين متغيرات (الجنس والتخصص والترتيب الولادي) ، وبالنظر للجدول اعلاه نلاحظ الاتي :

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تفاعل (الجنس والتخصص) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوب (٢.٩٨٢) وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) .

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تفاعل (الجنس والترتيب الولادي) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠.٠٠٩٦) وهي اصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣.٨٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) .

توجد فروق ذات دلالة احصائية في تفاعل (التخصص والترتيب الولادي) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٤.٥٤٣) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣.٨٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢) .

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في تفاعل (الجنس والتخصص والترتيب الولادي) اذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (٠.٩٨٤) وهي اصغر من القيمة الجدولية (٣.٨٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجتي حرية (١ و ٢٩٢)

الاستنتاجات:

بموجب نتائج البحث يستنتج ما يأتي:

- ١- يتميز طلبة الجامعة بمستوى جيد من التدفق النفسي وربما يكون ذلك نتيجة لأساليب التنشئة الاجتماعية الهادفة الى تنمية شخصياتهم لمساعدتهم على مواجهة متطلبات الحياة بنجاح.
- ٢- للذكور والاناث مستوى متقارب من التدفق النفسي ولا فرق في مستوى التدفق حسب التخصص الدراسي (علمي ، انساني) و الترتيب الولادي لهم رغم مظاهر البيئة المتباينة التي تحيط بهم.

التوصيات:

استنادا إلى نتائج البحث يوصي الباحث بما يأتي:

- ١- الاهتمام بالإعداد النفسي والتربوي والاجتماعي لطلبة الجامعة من خلال اسرهم والمجتمع المحيط بهم عن طريق إقامة الدورات التثقيفية والإرشادية الهادفة إلى تعريف أولياء الأمور بخصائص ومميزات مرحلة الدراسة الجامعية.
- ٢- الاهتمام بتحديث المناهج وتضمينها ببرامج لتنمية التدفق النفسي، ولاسيما المراحل الأولية في التعليم . لان التدفق النفسي يعزز بالتدريب والاهتمام فضلا عن الخبرة،، لذا يفضل التدريب عليه في بداية عمر الانسان .
- ٣- توجيه اهتمام وزارتي التربية والتعليم العالي بتأسيس نوادي علمية تهتم بتنمية وتدريب القدرات التفكيرية لدى الطلبة من خلال اعداد برامج خاصه لهذا الغرض وتطبيقها، بإشراف أساتذة متخصصين وأكفاء في هذا المجال ، وان توفر كل مستلزمات بناء الانسان المعنوية والمادية.
- ٤-مساعدة الطلبة على تنمية مواهبهم والاندماج في الاعمال التي تمثل هواياتهم ومعرفة قدراتهم وإمكاناتهم الذاتية والعمل على توفير المتطلبات الاساسية التي تبلور تلك المواهب .

المقترحات:

في ضوء نتائج البحث يقترح الباحث إجراء الدراسات الآتية:

- ١- دراسة مماثلة على عينات اخرى غير طلبة الجامعة كالفنانين وغيرهم .
- ٢- دراسة ارتباطيه بين متغيرات البحث (التدفق النفسي وعلاقته بالحديث الذاتي لدى طلبة الجامعة)
- ٣- اجراء دراسة تتناول التدفق النفسي لدى الطلبة في التخصصات الطبية و الهندسية .

المصادر:

١. إبراهيم، أباطه، ونانسي ناغور (٢٠٠٠) اثر التعلم في اختيار الاستراتيجيات التعليمية ورقة مقدمة إلى الندوة الإقليمية في صعوبات التعلم، عمان، الأردن.
٢. ابو حلاوة محمد سعيد (٢٠١٣)، جودة الحياة المفهوم الابعاد المؤتمر العلمي، كلية التربية، جامعة دمنهور.
٣. الأعرس، صفاء و علاء الدين احمد كفاي (٢٠٠٠) الذكاء الوجداني، مصر، القاهرة، دار قباء للنشر.
٤. البطش، محمد وليد، و أبو زينة، فريد كامل (٢٠٠٧): مناهج البحث العلمي تصميم البحث والتحليل الإحصائي، (ط١) دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
٥. بكار، ياسر عبدالكريم (٢٠٠٥) القرار بين يديك ط١، مركز الراهية للتنمية الفكرية، دار البيروت، دمشق.
٦. جبر، محمد جبر (٢٠١٣) علم النفس الايجابي، ط٢ الاسماعيلية مصر.
٧. الدليمي، احسان عليوي ناصر (١٩٩٧): اثر اختلاف تدرجات بدائل الاجابة للخصائص السايكومترية لمقاييس الشخصية تبعاً للمراحل الدراسية، اطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية/ ابن رشد، جامعة بغداد.
٨. سليمان، عبدالعظيم (٢٠٠٨) الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة، الجامعة الاسلامية المجلد السادس، العدد الاول: ٥٨٧-٦٣٢.
٩. الشبخلي، هالة ابراهيم (٢٠٠١) بناء اختبار التفكير المتشعب عند تلاميذ الصفوف الرابعة والخامسة والسادسة (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ابن رشد جامعة بغداد.
١٠. العدلي، عادل محمد (٢٠٠١)، فعالية التوافق واشباع الحاجات النفسية في نقصان الشعور بالاغتراب لدى المسنين، المؤتمر الاقليمي العربي الثاني لرعاية المسنين، القاهرة جامعة حلوان: ٢٥٧-٩٠.
١١. العطار، عباس علي (١٩٧٥) اثر استخدام اسلوبي الاستكشاف والتأكيد في التجارب المختبرية على تنمية التفكير العلمي، اطروحة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الاولى جامعة بغداد.
١٢. الكبيسي، وهيب مجيد (٢٠١٠): القياس النفسي بين التطوير والتطبيق، (ط١)، العالمية المتحدة، بيروت
13. Anastasia (1988): psychological Testing, New York Macmillan The E.d.
14. Anastasia, A. & Urbina, S. (1997): Psychological Testing, (7th) ed, Prentice Hall, New Jersey.
15. Csikszentmihalyi, M. (1988). Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness. Cambridge: Cambridge University Press.
16. Csikszentmihályi, Mihály (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience'. New York: Harper and Row
17. Csikszentmihalyi, M & Le Fevre, Judith (1989): Optimal Experience in work and Leisure. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 56, No. 5: PP. 815-822.
18. Csikszentmihalyi, M. (1975a). Beyond Boredom and Anxiety. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
19. Ebel, R. L. (1972): Essential of educational measurement 2th, New Jersey: Prentice Hall, Inc, Englewood Cliffs USA.
20. Ellis, J.D.: (1976), Teacher development in advanced technology. Journal of science Education and technology, 1.1.
21. Groulan, J. A. and Satish P. Deshpande (1981): Task characteristics and the experience of optimal flow in Human-computer Interaction, The Journal of Psychology, Vol. 128, No. 4, PP. 381-391.
22. Heknter, Joel, M & Csikszentmihalyi, Mihaly (1996): "A longitudinal exploration of flow and intrinsic motivation in adolescents", Paper presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association, New York.
23. Kiili, K (2005): "Content creation challenges and flow experience in educational games the IT-Emperor", Internet and higher education, v8 n3 p183-198.

24. Klein, Barbara D, Rossin, Don, Guo, Yi Maggie, Ro, Young K (2010): "An examination of the effects of flow on learning in a graduate-level introductory operations management course", Journal of education for business, v85 n5 p292-298.
25. Nakat, Y. (2000). Motivation and Experience in Foreign Language Learning. Peter Lang Publishing. Opinion Papers Reports-Evaluative, Izmir and Istanbul, Turkey August, p: 4.
26. Norman, D. (1996). Optimal Flow, Arts Education Policy Review, 97(4), 35-38.
27. Nunnally, J.C (1978): Psychometric theory, New York MC Graw-Hill.
28. Peterson, C., (2006) A Primer in positive psychology, New York, oxford university press.
29. Sanan & Harciwz, R., (1996), Quality Of life, vol 1. conceptualization and measurement Washington dc: American association mental retardation.
30. Seligman, M. E. P. (2006) the optimistic child, a proven to program to safe guard children agents deoression and blued lifelong resilience, new York Houghton Mifflin company.
31. Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, 55, 5-14.
32. Sosik, John J, Kahai, Surinder S, Avolio, Burce, J (1999): "Leadership style, Anonymity, and creativity in group decision support systems: The mediating role of optimal flow", Journal of Creative Behavior, v33 n4 p227-56.
33. Vallerand, J. & Losier, S.K. (1999): Psychophysiology of flow experience: an explorative study, Masters' Thesis, Department of Psychology, University of Helsinki.

References:

- 1) Anastasia (1988): psychological Testing, New York Macmillan The E.d.
- 2) Anastasia, A. & Urbina, S. (1997): Psychological Testing, (7th) ed, Prentice Hall, New Jersey.
- 3) Csikszentmihalyi, M. (1988). Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness. Cambridge: Cambridge University Press.
- 4) Csikszentmihalyi, Mihaly (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience'. New York: Harper and Row
- 5) Csikszentmihalyi, M & Le Fevre, Judith (1989): Optimal Experience in work and Leisure. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 56, No. 5: PP. 815-822.
- 6) Csikszentmihalyi, M. (1975a). Beyond Boredom and Anxiety. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- 7) Ebel, R. L. (1972): Essential of educational measurement 2th, New Jersey: Prentice Hall, Inc, Englewood Cliffs USA.
- 8) Ellis, J.D.: (1976), Teacher development in advanced technology. Journal of science Education and technology, 1.1.
- 9) Groulan, J. A. and Satish P. Deshpande (1981): Task characteristics and the experience of optimal flow in Human-computer Interaction, The Journal of Psychology, Vol. 128, No. 4, PP. 381-391.
- 10) Heknter, Joel, M & Csikszentmihalyi, Mihaly (1996): "A longitudinal exploration of flow and intrinsic motivation in adolescents", Paper

- presented at the Annual Meeting of the American Educational Research Association, New York.
- 11) Kiili,k (2005): "Content creation challenges and flow experience in educational games the IT-Emperor", Internet and higher education,v8 n3 p183-198.
 - 12) Klein,BarbaraD,Rossin,Don,Guo,YiMaggie,Ro,Young K (2010): "An examination of the effects of flow on learning in a graduate-level introductory operations management course", Journal of education for business,v85 n5 p292-298.
 - 13) Nakat, Y. (2000). Motivation and Experience in Foreign Language Learning. Peter Lang Publishing. Opinion Papers Reports-Evaluative, Izmir and Istanbul, Turkey Augus, p: 4.
 - 14) Norman, D. (1996). Optimal Flow, Arts Education Policy Review, 97(4), 35-38.
 - 15) Nunnally , J.C (1978):Psychometric theory, New York MC Graw-Hill.
 - 16) Peterson ,ch , (2006) A Primer in positive psychology , New York , oxford university press.
 - 17) Sanan&Harciwz , R ,(1996) , Quality Of life , vol 1. conceptualization and measurement Washington dc : America association mental retardation .
 - 18) Seligman , m (2006) the optimistic child , a proven to program to safe guard children agents deoression and blued lifelong resilience , new York Houghton Mifflin company .
 - 19) Seligman, M. E. P., &Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. American Psychologist, 55, 5–14.
 - 20) Sosik,JohnJ,Kahai,Surinder S, Avolio,Burce,J (1999):"Leadership style ,Anonymity,and creativity in group decision support systems :The mediating role of optimal flow", Journal of Creative Behavior ,v33 n4 p227-56.
 - 21) Vallerand, J.&Losier,S.K.(1999): Psychophysiology of flow experience: an explorative study, Masters' Thesis, Department of Psychology, University of Helsniki..