

# الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية

بحث نشر للحصول علي درجة الماجستير  
في تخصص الصحة النفسية

مقدم من الباحثة

**نجوى احمد زكي**

إشراف

**أ. د. م. نور محمد جلال**

أستاذ مساعد الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

**أ. د. سهام علي عبد الحميد**

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة حلوان

## ملخص البحث:

هدفت الدراسة إلى التحقق من دلالات صدق، وثبات «مقياس التدفق النفسي» شارك في الدراسة ٤٨٠ طالب وطالبة من المرحلة الثانوية العامة بمحافظة القاهرة، وكشفت نتائج الدراسة عن توفر الصدق الظاهري، والتمييزي، والبناء الداخلي، والتلازمي، وصدق البناء العملي، صدق المقارنة الطرفية، كما توفر للمقياس درجات ثبات جيدة من حيث الاتساق الداخلي، وعن طريق الإعادة، وأوصت الدراسة باستخدام المقياس في مجتمع الدراسة واستخراج معايير محلية لها. الكلمات المفتاحية: الخصائص السيكومترية، التدفق النفسي، طلاب المرحلة الثانوية.

## مقدمة:

يعتبر علم النفس الإيجابي احد فروع علم النفس الحديث والذي ظهر كتيار او اتجاه فكري حديث على يد مارتن سليجمان Martin Seligman عندما ترأس الجمعية الأمريكية لعلم النفس (١٩٩٨) وقد دعا إلى التركيز على القوى والخبرات الإيجابية لدى البشر وإثرائها بالبحوث والدراسات على اعتبار أن إثراءها له أثر فعال في إتاحة فرصة للفرد للنمو والتطور النفسي السليم وما لذلك من إنعكاسات على صحته النفسية والجسمية، وبالتالي تصبح حياته لها قيمة ومعنى بما يساهم في تحسين جودة الحياة بصفة عامة . وقد أدى ذلك إلى استقطاب مجموعة من علماء النفس الذين ركزوا في دراستهم على التدفق النفسي موضوع البحث الحالي (ابو حلاوة، ٢٠١٣ : ٢٩).

ويمثل التدفق النفسي الخبرة الإنسانية المثلى Optimal human experience المعجسة لأعلى تجليات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة بصفة عامة مكونة حالة تعكس مدى استغراق الفرد في الأنشطة أو الأعمال التي يؤديها استغراقا تاما ينسى ذاته فلا يشعر بمرور الوقت أو بمن حوله وكأن الفرد في حالة من غياب الوعي بكل ما حوله إلا الأنشطة او الأعمال التي يمارسها(العبيدي ١٩٨ : ٢٠١٩).

يعد التدفق النفسي بمثابة القوى الكاملة التي تدفع الفرد للنجاح فيما يمارسه، حيث يعمل على تزويد الإنسان بطاقة للتحكم والسيطرة على انفعالاته مع التحرر من وطأة الضغوط النفسية كما يساهم في تطوير أداء الفرد وزيادة دافعيته الذاتية، بالإضافة إلى زيادة الفاعلية في مساندة الفرد في كل ما يعترضه من عقبات لقاء تاديته لمهامه ويتأتى ذلك من خلال الأنساق التام بين الصفاء الفكري والهناء الوجداني والأداء الإيجابي

ويلعب التدفق النفسي دورا محوريا في أن تصبح حياة الفرد لها معنى وقيمة من خلال انغماسه بصورة كلية في أنشطة يجبها وبالتالي فهو يدفع من يتعايش معه ليس فقط للإبداع

وإنما إلى الوصول إلى أعلى تجليات الإبداع الإنساني (شطب والموسوى، ٢٠١١).

ويعرف التدفق النفسي بأنه حالة يكون فيها الإنسان مستغرقا تماما فيما يفعله مع تركيزه الشديد فيه بحيث لا يعي بإدراكه الحسي شيئا حوله إلا الفعل الجاري في تلك اللحظة، حيث يغيب إحساسة تمام بدورة الزمان والمكان، ويعرف كذلك بأنه حالة من نسيان الذات عكس التأمل والاجترار والقلق وعندما يصل المرء لتلك الحالة يستغرق تماما فيما يفعله. (جولمان، ١٣٩: ٢٠٠٠).

التدفق النفسي خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداء ويتحقق من خلال الأنشطة التام بالأداء وانخفاض مستوى الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، السرور التلقائي المصحوب بالمتعة أثناء العمل، ويصاحب التدفق النفسي العديد من الآثار الإيجابية كالسعادة، فالسعادة تؤثر وتتأثر بالتدفق النفسي فهي تؤثر في التدفق النفسي من جهة أن الشخصية السعيدة تمتلك العديد من السمات الإيجابية المتمثلة في الواقعية الذاتية، الثقة بالنفس، العمل المستمر، تقدير قيمة العمل، السيطرة على مشاعر القلق، وتحقيق الذات، التخطيط السليم قبل القيام به مع وضع حدود لطموحها بحيث يتماشى مع ما لديها من إمكانيات ومهارات، الحد من المشاعر السلبية، بالإضافة إلى الشعور المفعم بالحوية والحماس والتفاؤل والسعي إلى الأفضل والعمل من أجل إحراز النجاح والثابرة والذكاء مما يجعله يتجه لاهداف راقية وليست أهداف بعيدة المنال أو غير قابلة للتحقق.

(علام ٢٠٠٨: ٩٣٩).

ويؤدي التدفق النفسي الى تعزيز وزيادة مستوى السعادة لدى الفرد حيث يعد بمثابة دافعا أوليا و محركا أساسيا للوصول بالأداء إلى زروته فيترتب على شعور الفرد بالرضا والسعادة.

(سكوت وربن، ٢٠٠٠: ٢٨٧).

وتسهم القوائم والمقاييس المعدة في تقدير التدفق النفسي إسهاما كبيرا في عملية الكشف عن الحالة النفسية الايجابية، حيث إنها تقدم أدلة واقعية ومباشرة عن السلوك، كما أنها تستند

على نظريات القياس النفسي والتربوي الحديثة المعاصرة التي تؤكد على الملاحظة كأسلوب تقويم أساسي، وقد أقامت هذه الأدوات جسرا متينا بين المنحى السيكومتري، والمنحى الانطباعي السلوكي (القائم على الملاحظة).

وتأتي الدراسة الحالية للتحقق من صدق وثبات هذا المقياس، وذلك لنقص الكبير في مثل هذه الأدوات في البيئة المصرية.

### مشكلة البحث:

أولا : مؤشرات نظرية متصلة بأهمية دراسة التدفق النفسي . وقياسه، ومنها :

ان التدفق flow يمثل نموذجا للصحة النفسية الإيجابية التي تساهم في تحسين جودة الحياة، والإحساس بالسعادة . وبالرغم من انه ساد لفترة طويلة الاعتقاد بأن التدفق النفسي يعتبر مقصور فقط على الأفراد الموهوبين في مجالات الفنون والرياضات، فان الدراسات الحديثة اظهرت انه يرتبط أيضا بأنشطة الانسان اليومية في العمل . بل وفي أوقات فراغه، بشرط أن تكون هذه الأنشطة متسقة مع مهارات الفرد وقدراته فخبرة التدفق تحدث في كافة المجالات الإنسانية ؛ كقراءة كتاب ممتع أو قصة مسلية أو رواية مشوقة أو ممارسة رياضة مفضلة أو الإستماع الى الموسيقى، أو الاشتراك في الأنشطة الفنية، أو ممارسة البحث العلمي أو الاندماج في الأنشطة المدرسية والمجتمعية والدينية المختلفة .

ويمكن لأي نشاط يومي أن يكون سببا لحدوث التدفق النفسي ولكن يتوقف حدوث خبرة التدفق النفس على مدى اندماج الفرد في مهام تكون مثيرة للتحدي بالنسبة له وتتناظر في صعوبتها مع مستوى مهاراته، ويكون مدفوعا لها بشكل داخلي، ويتضمن التدفق التركيز المرتفع على المهام، والاستمتاع بها، والإستغراق الشديد فيها، دون التأثير بأية مشتتات داخلية أو خارجية والدراية المنخفضة بالذات . مع عدم الاحساس بمرور الوقت وفي التدفق تؤدي الأفعال بتلقائية، مع وجود احساس ذاتي بالتحكم ويكون الخوف من تقويم الآخرين منخفضا، ويصاحب ذلك الوجدان الموجب . وتعتبر نظرية التدفق قابلة للتطبيق على مجموعة متنوعة من المجالات العلمية الواعدة ؛ مثل : التربية وعلم النفس المدرسي، وتصميم ألعاب وبرامج الحاسوب (Shernoff & Csikszentmihalyi, 2009 : 131)

## ثانيا : مؤشرات إمبيريقية متصلة بأهمية دراسة التدفق النفسي :

كشفت نتائج دراسة محمد السيد (٢٠٠٩) عن انتشار التدفق النفسي بنسبة كبيرة بين طلاب وأنه يحدث في جميع المستويات الاجتماعية والاقتصادية . ويمكن استثماره في خدمة التعلم والاداء، كما أظهرت دراسة (Mustafa et al، 2010) ان الطلاب الذين أظهروا حالة التدفق كانوا أكثر اندماجا في مهام التعلم، كما انه يرتبط بشكل إيجابي بالاداء الأكاديمي الجيد - وكل الأنشطة تقريبا - سواء في مجالات العمل أو الدراسة أو التفاعلات مع الآخرين تعتبر قادرة على أحداث حالة التدفق النفسي.

وفي ضوء ما سبق ترى الباحثة أهمية دراسة وقياس مفهوم التدفق النفسي من خلال بناء أداة قياس ملائمة، تتوافر فيها الشروط السيكومترية المناسبة .

وتحتاج دراسة التدفق النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية إلى أدوات مناسبة، وذات خصائص سيكومترية جيدة للاستخدام في هذه المرحلة المهمة من الدراسة ومن ضمن هذه الأدوات المهمة المقياس الخاص بتشخيص السمات والخصائص السلوكية لدي العينة، لذا جاءت هذه الدراسة لبحث الخصائص السيكومترية للمقياس كما تسعى هذه الدراسة الى الإجابة عن الاسئلة الآتية:

### تساؤلات البحث :

1. ما الخصائص السيكومترية (الثبات والصدق والمعايير لمقياس التدفق النفسى لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

2. ماهي البنية العاملية للتدفق النفسى كما يكشف عنها التحليل العاملى الاستكشافى؟

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالى الى :

1. تحديد وتقدير الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسى على طلاب المرحلة الثانية .

2. تحديد البنية العاملية لاختبار التدفق النفسى لدى طلاب المرحلة الثانية.

### أهمية البحث :

- توفر هذه الدراسة أداة مطورة ومناسبة ذات دلالات صدق وثبات كافية، يمكن استخدامها في البرامج التربوية والارشادية .
- أهمية الفئة التي تتناولها الدراسة الحالية وهي مرحلة التعليم الثانوى ومالها من تأثير بالغ الأهمية علي شخصية الفرد .
- ندرة الدراسات التي تناولت التدفق النفسي واثراء بعض المفاهيم النظرية الخاصة بعلم النفس الإيجابي .
- اثراء الأدبيات النفسية والعربية بمقياس التدفق النفسي، حيث يندر وجود المقاييس بشأنه في حدود علم الباحثة .
- المساهمة في اعداد البرامج النفسية والتربوية الهادفة إلى رفع مستوى التدفق لدي الطلاب أثناء أدائهم للأنشطة الدراسية المختلفة .

### محددات البحث :

- تحدد نتائج البحث الحالية من خلال :
- طبيعة العينة المستخدمة : وهم طلاب الصفين الأول والثاني بالمرحلة الثانوية المتفوقين والعاديين.
- الأداة المستخدمة : مقياس التدفق النفسي.
- حدودها الزمنية : حيث طبقت أدوات الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠٢٠-٢٠٢١ .
- حدودها المكانية : مدارس المرحلة الثانوية في محافظة القاهرة.

### مصطلحات البحث:

#### ▪ الخصائص السيكومترية:

- بقصد بها الخصائص القياسية للمقاييس النفسية والتربوية، مثل الصدق والثبات، حيث تم في هذه الدراسة التحقق من صدق وثبات مقياس التدفق النفسي.

## التدفق النفسي Psychological Flow :

مفهوم التدفق النفسي:

التعريف اللغوي :

يتمركز التعريف اللغوي للتدفق حول السيولة و الاندفاع بقوة فيقال : (دفق الماء دفقا، أي امتلا حتى يفيض الماء من جوانبه، و اندفق الماء و تدفق، أي سال بشدة و قوة) (المعجم الوجيز ٢٠٠٢، ص : ٢٣٠).

## التعاريف الاصطلاحية :

هناك عدة تعاريف للتدفق النفسي نذكر منها :

تعريف تشكز بنتميهالي (١٩٧٧) : «هو إحساس عارم يشعر به الفرد عندما يكون مندججا كليا مع الأداء، و يحدث التدفق عندما يتحول الفرد من الوضع المألوف إلى الانغماس فيه » (ابن الشيخ ٢٠١٥، ص : ١٩).

تعريف دانيل جولمان (٢٠٠٠) : « يقصد بالتدفق النفسي استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتى بلغ ذروة و درجة الامتياز فيها، يستمر هذا التدفق بعد ذلك بأقل مجهود كالشلال المتدفق فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق فإن ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد الإصابة بالملل و الاكتئاب و التوتر والقلق . (جولمان، ٢٠٠٠، ص : ١٣٤).

تعريف محمد السيد صادق (٢٠٠٩) : «هو خبرة خاصة بكل فرد، تحشت من وقت لآخر خاصة عندما يؤدي الفرد أقصى درجات الأداء، أو عندما يصل إلى مستويات أعلى من مستوياته المعتادة او السابقة ... وهي خبرة من النوع الراقى العلامة المميزة للتدفق في الشعور بالسرور التلقائي حتى النشوة أو الغبطة، إنها الحالة التي يستغرق فيها الناس كليا فيما يقومون به من اعمال، موجهين أقصى درجات الانتباه غير الموزع على العمل، بينما الوعي مصاحب للعمل بها .» (محمد سيد صادق، ٢٠٠٩، ص : ٣١٥).

تعريف أحمد أحمد سيد اليهاص (٢٠١٠) : «هو خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت

لآخر عندما يؤدي المهام باقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام باداء و انخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، و نسيان احتياجات الذات و السرور التلقائي المصحوب بالبهجة و المتعة أثناء العمل . (أحمد أحمد سيد البهاص، ٢٠١٠، ص ١٢١) .

تعريف محمد السعيد (٢٠١٣): « التدفق هو حالة نفسية داخلية تجعل الشخص يشعر بالتوحد مع ما يقوم به و التركيز التام فيما يقوم به و الاندفاع بحوية نحو الأنشطة، مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة (محمد السعيد، ٢٠١٣، ص : ٦٠) .

تعريف بن الشيخ (٢٠١٥): « التدفق الي هو حالة وجدانية آنية يمر الفرد عندما يمارس نشاطه المفضل، يحس من خلاله بان قدراته و مهاراته الشخصية بلغت أقصاها لمستوى يتمكن من خلاله مواجهة مختلف التحديات التي تطرحها المهمة التي يؤديها، و أثناءها يصبح الفرد مندجما كليا في الأداء بشكل ينسي من خلاله كل ما حوله و لا يركز إلا في النشاط الذي يقوم بين يديه، و هي خبرة تترك أثرا إيجابيا في شكل شعور بالسرور و المتعة لمجرد أنه يؤدي هذا النشاط» (ابن الشيخ، ٢٠١٥، ص : ٤٢) .

انطلاقا من التعاريف سالفة الذكر اختارت الباحثة أن يعرف التدفق النفسي على أنه « هو الحالة التي يكون فيها الطالب و كأنه في حالة غيبوبة، فهو يؤدي نشاطه بصفة تلقائية دون الوعي بالعالم الخارجي، و إنغماسه الكامل فيه مع عدم تأثره بالظروف الخارجية، مع الشعور بالمتعة و البهجة أثناء تأدية نشاطه »

### مكونات التدفق النفسي

تقترن حالة التدفق النفسي بالمكونات التالية :

أهداف واضحة : وضع الفرد أهدافا واضحة وقابلة للإنجاز في ضوء قدراته و مهاراته الشخصية.

اندماج وتركيز: و هو اندماج الطالب في نشاط معين و تركيزه الشديد فيه وانغماسه التام فيه .

فقدان الشعور بالذات : و هو فقدان الوعي بالذات . أي عدم الاهتمام بالماضي أو المستقبل أو أي مثيرات أخرى غير ذي صلة بنشاط .

تشوه الإحساس بالوقت : و هو تغير الإحساس الداخلي بالوقت إما بسرعة مرور الوقت أو ببطء .

تغذية راجعة مباشرة و فورية : و هي وضوح النجاح و الفشل في مسار النشاط، و هي مهمة جدا لتوفير معلومات حول الأداء المراد تحقيقه .

التوازن بين التحديات و المهارات : و هو توازن بين تحديات الموقف و المهارات المطلوبة .

الشعور بالتحكم : إحساس الفرد بقدرته على ضبط الموقف أو النشاط، أي إمكانية التحكم و السيطرة .

الإثابة الداخلية للنشاط : بمعنى أن النشاط الذي يقوم به الفرد في حالة التدفق النفسي يحصل على مكافآت ذاتية داخلية بدلا من المكافآت ذات المصدر الخارجي في صورة الفرح أو المتعة التي تتبع عن النشاط ذاته .

#### أهمية التدفق النفسي :

- يمنح فرصة لضبط و التنظيم و السيطرة على الوعي أو الشعور .
- يسمح بتطوير و ازدهار الأفراد
- يشيد و يبني الرأس المال النفسي
- يتيح الوصول الى الخبرة المثالية
- يترتب على الشعور بالتدفق النفسي اثارا إيجابية منها خفض الشعور بالخوف و القلق و الملل و تقوية الثقة بالنفس و الاستقلالية و ينمي التخيل العقلي و التفكير الإبداعي . كما ينمي مستوى الطموح و الدافعية للإنجاز و تحمل المسؤولية و غيرها .

(محمد السعيد ٢٠١٣، ص : ١٨) .

#### كيفية تحقيق حالة التدفق النفسي

لخص ياسر عبد الكريم بكار (٢٠٠٥) النقاط الأساسية التي يمكن من خلالها للفرد أن يحقق حالة من التدفق النفسي نذكرها فيما يلي :

- ١ - عبر ممارسة الأعمال التي يحبها، و يجد في مزاولتها متعة كبيرة، و الأفراد ليسوا سواء في اختيار تلك النشاطات بل أن ذلك يعتمد بشكل كبير على ما يتقونه و ما يلامس نقاط القوة لديهم و التي تنشأ من خبرات قديمة أو مواهب توارثوها عبر حياتهم .
- ٢ - عبر ممارسة مستوى معقول من الصعوبة، فالأعمال السهلة تورث الكسل و الملل و الأعمال الصعبة تورث القلق و اليأس، لذا كانت أفضل الأعمال تلك التي تفوق بقليل إمكانياتنا و التي نجد بعض التعب بمزاولتها.
- ٣ - تركيز الانتباه الجاد على العمل الجاري و في اللحظة الحالية، وليس على الماضي (الأخطاء) أو المستقبل (المكاسب)، فالتركيز الحالي هو جوهر التدفق، و هذه الخطوة تتطلب قدرا من الجهد لكن ما أن يصل المرء إلى مرحلة التدفق النفسي تنطلق قوة دفع ذاتية تؤدي به إلى القيام بالعمل بكل هدوء ودون جهد عصبي يذكر (ابكار، ٢٠٠١ ص ١٧٠).

#### الدراسات السابقة :

- ١ - دراسة محمد السيد صديق (٢٠٠٩) بعنوان : « التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدي طلاب الجامعة » هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل الإعتماد لي النفس والمثابرة وفاعلية الذات والرضا عن الذات ومستوي الطموح وتحمل المسؤولية والدافع للإنجاز والثقة بالنفس والقلق والإكتئاب والإحباط واليأس والسأم والملل واللامبالاة وتكونت عينة الدراسة من (٦١٦) طالباً بمتوسط عمر زمني (٢٢) عاماً وسبعة أشهر وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :
- لا توجد علاقة بين التدفق وبعض المتغيرات الديموجرافية مثل النوع (ذكور وإناث) ونوع الدراسة نظرية أم عملية والمستوي الإجتماعي الإقتصادي.
- توجد علاقة سلبية بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل القلق والإكتئاب والإحباط واليأس والسأم والملل واللامبالاة.
- حالة التدفق كخبرة مثلي تحدث للأفراد (الذكور والإناث) وتحدث بصورة أكثر

تكرار لدي الذكور ولا يوجد فروق بين طلاب الكليات العملية والنظرية ولكنها تحدث بصورة أكثر تكراراً بين طلاب الكليات العملية وتحدث في جميع المستويات الإقتصادية والإجتماعية المختلفة الدنيا والمتوسطة والعليا .

٢- أجرت أمال عبد السميع باظه (٢٠٠٩) دراسة بعنوان « دور المعلمة في تنمية التدفق النفسي لدي الأطفال » هدفت منها إلي إستخلاص دور المعلمة في تنمية وإظهار التدفق النفسي لدي الأطفال كخبرة إيجابية وإنشغال كامل بالبيئة، وتوصلت الدراسة إلي انه توجد علاقة إيجابية بين التدفق وبعض العوامل الشخصية مثل الإعتماد علي النفس والمثابرة وفاعلية الذات ومستوي الطموح وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس والدافع للإنجاز وعلاقة سلبية مع الرضا عن الذات .

٢- دراسة أبو حلاوة (٢٠١٣) والتي ألفت الضوء على حالة التدفق من حيث أبعادها وقياسها ومفهومها، والعلاقة بينها وبين مجموعة مفاهيم علم النفس الإيجابي ؛ مثل الإبداع ودافعية الإنجاز والحب والمرونة والنفسية فقد أشار الباحث إلى وجود علاقة ارتباطية دالة بين حالة التدفق النفسي وكل من الإبداع ودافعية الإنجاز والحب والمرونة النفسية .

### الإجراءات المنهجية للبحث:

#### منهج البحث:

استخدم في البحث الحالية المنهج الوصفي حيث استهدفت الدراسة الحالية تحديد مدى الكفاءة السيكمترية لمقياس التدفق النفسي.

#### مجتمع البحث:

تكون مجتمع البحث الحالي من طلاب المرحلة الثانوية للعام الدراسي (٢٠٢٠ / ٢٠٢١م).

#### عينة البحث:

تكونت عينة البحث النهائية من (٤٨٠) طالب وطالبة (بالصف الأول والثاني الثانوي) تم اختيارهم عشوائياً، بمتوسط عمري قدره (١٧) سنة من مجتمع البحث.

ادوات البحث :

مقياس التدفق النفسي (اعداد/ الباحثة)

الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

أ- الاتساق الداخلي للمقياس Internal Consistency Validity:

للتحقق من مدى ارتباط درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للبعد الذي تقيسه، والدرجة الكلية على المقياس، تم حساب معامل ارتباط بيرسون، بين درجة كل فقرة مع الدرجة الكلية على البعد الذي تنتمي اليه، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجات الابعاد والدرجة الكلية للمقياس، وجاءت النتائج على النحو الموضح في الجدول التالي:

جدول (1)

الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي

اتخاذ القرار		الوعي الذاتي		الاندماج في المهام		الخبرة الذاتية الإيجابية	
الارتباط بالبعد	العبارات	الارتباط بالبعد	العبارات	الارتباط بالبعد	العبارات	الارتباط بالبعد	العبارات
0.384	4	0.586	3	0.474	2	0.620	1
0.445	8	0.367	7	0.504	6	0.558	5
0.533	12	0.501	11	0.480	10	0.475	9
0.450	16	0.442	15	0.595	14	0.433	13
0.662	20	0.607	19	0.675	18	0.641	17
0.422	24	0.625	23	0.636	22	0.549	21
0.422	28	0.510	27	0.520	26	0.667	25
0.578	32	0.381	31	0.621	30	0.484	29
0.625	36	0.492	35	0.367	34	0.433	33
0.540	40	0.483	39	0.652	38	0.495	37

جميع معاملات الارتباط الواردة بالجدول دالة احصائيا عند مستوى (0.01)

## جدول (2)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس التدفق النفسي والدرجة الكلية عليه

م	الابعاد	الارتباط بالدرجة الكلية للمقياس
1	الخبرة الذاتية الإيجابية	0.490
2	الاندماج في المهام	0.516
3	الوعي الذاتي	0.529
4	اتخاذ القرار	0.601
جميع معاملات الارتباط الواردة بالجدول دالة احصائيا عند مستوى (0.01)		

يتضح من الجداول (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة عند مستوى دلالة (0.05 و 0.01) والذي يؤكد صدق الاتساق الداخلي للفقرات مع المقياس، وهذا يعني ان المقياس بوجه عام صادق ويمكن الاعتماد عليه.

### ب- الصدق البنائي:

للتحقق من الصدق البنائي Construct validity لمقياس التدفق النفسي استخدم التحليل العائلي الاستكشافي Exploratory factor analysis بطريقة المحاور الاساسية الأساسية Principal Axis Factoring، وقد بلغت قيمة Bartlett's (4164.83) test بدرجات حرية قدرها (780) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (0.01)، وبلغت قيمة (0.906) test (Kaiser-Meyer-Olkin (KMO وهي قيمة اكبر من 0.8، وتم الابقاء على العوامل التي يزيد جذرها الكامن عن الواحد الصحيح، مع اعتبار ان الفقرة تكون متشعبة على العامل إذا كان تشعبها على هذا العامل يزيد عن (0.3) وبناء على ذلك تم استخراج (4) عوامل فسرت (48.53%) من التباين الكلي للمقياس، اجريالتدوير المتعامد بطريقة فاريماكس Varimax، والجدول التالي يوضح تشعب انفقرات مقياس التدفق النفسي على العوامل الأربعة بعد التدوير:

جدول (3)

يوضح تشبعات عبارات مقياس التدفق النفسي بالعوامل المستخرجة باستخدام التحليل  
العاملية الاستكشافي (بعد التدوير)

العبارات	العامل (1)	العامل (2)	العامل (3)	العامل (4)	الاشتراكيات
1	0.025	0.616	0.260	0.118	0.462
2	0.589	0.428	0.052	0.193	0.570
3	0.011	0.156	0.705	0.094	0.530
4	0.102	0.150	0.103	0.710	0.548
5					
0.370			0.180	0.094	0.468
0.538					
6	0.729	0.240	0.230	0.122	0.657
7	0.110	0.074	0.621	0.134	0.421
8	0.171	0.470	0.073	0.581	0.593
9	0.268	0.508	0.313	0.101	0.438
10	0.650	0.068	0.009	0.073	0.433
11	0.447	0.143	0.528	0.046	0.501
12	0.156	0.223	0.212	0.728	0.649
13	0.083	0.671	0.135	0.063	0.479
14	0.534	0.229	0.250	0.014	0.400
15	0.141	0.201	0.707	0.232	0.614
16	0.069	0.204	0.030	0.669	0.495
17	0.219	0.513	0.384	0.215	0.505
18	0.576	0.179	0.260	0.035	0.433
19	0.239	0.060	0.650	0.205	0.525
20	0.047	0.475	0.310	0.624	0.713

العبارات	العامل (1)	العامل (2)	العامل (3)	العامل (4)	الاشتركيات
21	0.228	0.661	0.309	0.063	0.588
22	0.720	0.141	0.043	0.160	0.566
23	0.286	0.142	0.494	0.056	0.349
24	0.017	0.148	0.149	0.672	0.496
25	0.161	0.506	0.351	0.117	0.419
26	0.638	0.428	0.111	0.087	0.610
27	0.115	0.108	0.579	0.157	0.385
28	0.131	0.127	0.089	0.653	0.468
29	0.340	0.407	0.288	0.041	0.366
30	0.680	0.013	0.211	0.103	0.518
31	0.070	0.216	0.456	0.098	0.269
32	0.078	0.328	0.171	0.491	0.384
33	0.194	0.527	0.019	0.010	0.316
34	0.574	0.206	0.093	0.400	0.541
35	0.422	0.071	0.505	0.117	0.452
36	0.183	0.258	0.268	0.465	0.388
37	0.195	0.647	0.040	0.290	0.542
38	0.444	0.140	0.275	0.267	0.364
39	0.184	0.246	0.561	0.402	0.571
40	0.272	0.228	0.183	0.478	0.388
الجذر الكامن	5.17	4.85	4.76	4.63	التباين الكلي =
نسبة التباين المفسر	12.92	12.13	11.90	11.58	48.53

من الجدول (٣) يتضح ان:

- الفقرات (2، 6، 10، 14، 18، 22، 26، 30، 34، 38) كانت أكثر تشبعا على العامل الأول، حيث بلغت قيمة الجذر الكامن (5.17)، وكانت نسبة التباين المفسر

لهذا العامل (12.92%) وذلك بعد اجراء التدوير باستخدام طريقة فاريماكس Varimax، ومن خلال دراسة محتوى الفقرات التي تشبعت على العامل الأول، نجد انها تتناول (الاندماج في المهام).

● الفقرات (1، 5، 9، 13، 17، 21، 25، 29، 33، 37) كانت أكثر تشبعا على العامل الثاني، حيث بلغت قيمة الجذر الكامن (4.85)، وكانت نسبة التباين المفسر لهذا العامل (12.13%) وذلك بعد اجراء التدوير باستخدام طريقة فاريماكس Varimax، ومن خلال دراسة محتوى الفقرات التي تشبعت على العامل الثاني، نجد انها تتناول (الخبرة الذاتية الإيجابية).

● الفقرات (3، 7، 11، 15، 19، 23، 27، 31، 35، 39) كانت أكثر تشبعا على العامل الثالث، حيث بلغت قيمة الجذر الكامن (4.76)، وكانت نسبة التباين المفسر لهذا العامل (11.90%) وذلك بعد اجراء التدوير باستخدام طريقة فاريماكس Varimax، ومن خلال دراسة محتوى الفقرات التي تشبعت على العامل الثالث، نجد انها تتناول (الوعي الذاتي).

● الفقرات (4، 8، 12، 16، 20، 24، 28، 32، 36، 40) كانت أكثر تشبعا على العامل الرابع، حيث بلغت قيمة الجذر الكامن (4.63)، وكانت نسبة التباين المفسر لهذا العامل (11.58%) وذلك بعد اجراء التدوير باستخدام طريقة فاريماكس Varimax، ومن خلال دراسة محتوى الفقرات التي تشبعت على العامل الرابع، نجد انها تتناول (اتخاذ القرار).

#### ج. صدق المقارنة الطرفية:

أخذت الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي محكا للحكم على صدق ابعاده، كما أخذ أعلى وأدنى 25% من الدرجات لتمثل مجموعة أعلى 25% الطلاب المرتفعين، وتمثل مجموعة أدنى 25% من الدرجات الطلاب المنخفضين، وباستخدام اختبار "ت" في المقارنة بينالمتوسطات الحسابية للمجموعتين جاءت النتائج على النحو التالي:

## جدول (4)

## صدق المقارنة الطرفية لمقياس التدفق النفسي

الدلالة الإحصائية	قيمة "ت"	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المجموعة	مقياس التدفق النفسي
0.01	10.91	58	2.19	24.37	30	العليا	الخبرة
			2.03	19.40	30	الدنيا	الذاتية الإيجابية
0.01	19.67	58	1.28	27.53	30	العليا	الاندماج
			1.99	19.03	30	الدنيا	في المهام
0.01	17.89	58	1.11	26.87	30	العليا	الوعي
			1.94	19.57	30	الدنيا	الذاتي
0.01	13.73	58	1.46	25.17	30	العليا	اتخاذ
			2.07	18.80	30	الدنيا	القرار
0.01	33.40	58	2.12	103.94	30	العليا	الدرجة الكلية
				3.54	76.80	30	الدنيا

يتضح من الجدول (٤) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين متوسطات مجموعة المرتفعين (اعلى ٢٥٪) ومتوسطات مجموعة المنخفضين (اقل ٢٥٪) في جميع المكونات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي، مما يدل على صدق المقارنة الطرفية للمقياس.

د . ثبات المقياس:

(١) الثبات باستخدام معادلة الفا كرونباخ:

للاطمئنان على ثبات مقياس التدفق النفسي باستخدام معامل الفا كرونباخ، حيث تم تطبيق مقياس التدفق النفسي على عينة استطلاعية قدرها (١٢٠) طالب وتم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة الفا كرونباخ كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (5)

معاملات الثبات (باستخدام معادلة الفا كرونباخ) لمقياس التدفق النفسي

م	الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات (الفا كرونباخ)
1	الخبرة الذاتية الإيجابية	10	0.792
2	الاندماج في المهام	10	0.777
3	الوعي الذاتي	10	0.761
4	اتخاذ القرار	10	0.804
	المقياس ككل	40	0.811

ويتضح من الجدول (5) ان قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة الفا كرونباخ كانت جميعها أكبر (٧, ٠)، مما يدل على ان المقياس يتمتع بثبات مقبول.

(٢) الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية:

للاطمئنان على ثبات مقياس التدفق النفسي باستخدام طريقة التجزئة النصفية، حيث تم تطبيق مقياس التدفق النفسي على عينة استطلاعية قدرها (١٢٠) طالب وتم حساب ثبات المقياس باستخدام معادلة سبيرمان-براون للتجزئة النصفية كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (6)

معاملات الثبات (باستخدام سبيرمان-براون) لمقياس التدفق النفسي

م	الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات (معادلة سبيرمان-براون)
1	الخبرة الذاتية الإيجابية	10	0.792
2	الاندماج في المهام	10	0.777
3	الوعي الذاتي	10	0.761
4	اتخاذ القرار	10	0.804
	المقياس ككل	40	0.837

ويتضح من الجدول (٦) ان قيم معاملات الثبات باستخدام معادلة الفا سيرمان- براون كانت جميعها أكبر (٧, ٠)، مما يدل على ان المقياس يتمتع بثبات مقبول.

#### الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لتحليل نتائج الدراسة الحالية تم استخدام برنامج IBM SPSS v.26 وتم الاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. معامل ارتباط بيرسون.
3. التحليل العاملي الاستكشافي.
4. معامل الفا كرونباخ لحساب الثبات.
5. معادلة سيرمان- براون لحساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية.
6. اختبار «ت» للعينات المستقلة.

#### نتائج البحث:

هدف البحث الحالي إلى التحقق من دلالات صدق، وثبات « مقياس التدفق النفسي وكشفت النتائج عن توفر الصدق الظاهري، حيث لم تقل نسب الاتفاق على عبارات القائمة عن (٩٠٪)، وتوفر للمقياس دلالات الصدق صدق البناء الداخلي، وأيضاً توفرت له دلالات الصدق التلازمي، كما توفر للمقياس صدق البناء العاملي، إذ كشف التحليل العاملي عن وجود اربع عوامل يتشعب عليها ابعاد المقياس جميعها، كما توفر للمقياس درجات ثبات جيدة من حيث الاتساق الداخلي.

وهذه النتائج تدل على صلاحية المقياس للتطبيق في مجتمع البحث الحالي للإسهام في ترشيح طلاب اخري في نفس المرحلة وكذلك في البحث العلمي المتعلق بالطلاب من يعيشون حالة التدفق النفسي .

ومما سبق يتضح ان المقياس النفسي للتدفق النفسي تتمتع بخصائص سيكومترية جيدة وذلك مما يجعل هذا المقياس صالح للتطبيق في البيئة المصرية.

### التوصيات والمقترحات:

في ضوء نتائج الصدق والثبات التي توصل إليها البحث الحالي توصي الباحثه باستخدام مقياس التدفق النفسي في المرحلة الثانوية بمحافظة القاهرة وتطبيقها علي المراحل الاخرى، كما توصي باستخدامها في البحث العلمي في مجال التدفق النفسي، وتقترح تطبيقها على عينات أخرى في مجتمعات اخرى، وفي انشاء البرامج التربوية والارشادية.

## المراجع:

### أولاً-المراجع العربية:

- أماني عطية فرج (2017): فاعلية برنامج قائم علي نظرية التعلم المستند إلي إندماج في تحسين الإيثار والتدفق النفسي لدي طلاب الثانوية العامة دكتوراه - كلية التربية - جامعة حلوان .
- سيد أحمد أحمد البهاجي (2010): التدفق النفسي والقلق الإجتماعي لها عنه من المراهقين مستخدمي الأترنت (دراسة سيكومترية - الكلكة) المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإسناد النفسي، جامعة عين شمس، م1، ص 117 - 169 .
- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة (2013): حالة التدفق - المفهوم - الأبعاد - القياس، حاري الإصدار المتسلسل لكتاب الشبكة، العدد 19، الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم .
- محمد محمد منصور عبد الرازق (2014): مهارات ماوراء المعرفة وعلاقتها بالتفكير الإبتكاري والتدفق النفسي وفعاليه برنامج قائم علي مهارات ماوراء المعرفة لتنمية التدفق النفسي لدي عينه من طلاب المرحلة الثانوية العامة الموهوبين - رسالة دكتوراه ن كلية الآداب - جامعة المنصورة
- محمود مغازي (2014): فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في تنمية التدفق النفسي والأقدام علي المخاطرة المحسوبة لدي طلاب الجامعة دكتوراه - كلية التربية - جامعة كفر الشيخ .
- محمد السيد صديق (2009): التدفق وعلاقته لبعض العوامل المكتسبة لدي طلاب الجامعة - دراسة 4 نفسية المجلد التاسع عشر، العدد الثاني - القاهرة - رابطة الأخصائيين النفسيين المعرفية .

## ثانياً-المراجع الأجنبية:

7) Seo (2011) the relationship Among pro rustication Flow, and academic achievement social Behaviorm and per sonality vol. 39 (2) 2011, PP. 209.

8) Aube, Caroline, Buraelle, Rousseau Vincent (2014), Flow Experience and team performance, the role of team goal commitment and information exchange motival and Emotion Vol. 38 (1) Feb. 2014 . PP. 120-130.

9) Kogen, S.S Morris, t. walt A (2014) Imagery in tervaention to Increase flow state and performance in competition, the sport psychology Vol. 28 (1) . Mar 2014 PP. 48-59.

10) Joo4 (2015) Motivalion instruchional jesigen, flow and acafem-ic achievement at akovean online university A structural equation mudelivly study, jour nae of computing in higher education Vol. (27) (1) Apr. 2013 . PP. 28-46.

### ملحق رقم (1)

#### مقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية

م	العبارات	دائماً	أحياناً	نادراً
1)	لديك ثقة في نفسك			
2)	أندمج فيما أقوم به من أعمال			
3)	لا أشعر بالزمن أثناء عملي			
4)	استطيع تحديد الأولويات المطلوب تنفيذها			
5)	تتطلع لمستقبل مشرق			
6)	تخطي قبل العمل يزيد الإيجابية أثناء المهمة			
7)	اخطط لأي مهمة قبل أدائها			
8)	اراقب و اراجع ادائي للمهام			
9)	أنت سعيد في حياتك ؟			

- |  |     |
|--|-----|
| احتفظ بنشاطي أثناء تأديتي المهام التي أقوم بها       | 10) |
| انفذ المهمة في الوقت المحدد لها                      | 11) |
| أؤدي اعمالي باتقان                                   | 12) |
| أنت قادر على مواجهة المشكلات الدراسية بكفاءة         | 13) |
| أقوم بالمهمة بعفوية دون الحاجة الى التفكير           | 14) |
| اشعر بالمنافسة مع ذاتي                               | 15) |
| اميل الى توضيح العقبات لتمكين التغلب عليها           | 16) |
| الشعور بالإحباط يلازمني كثيرا                        | 17) |
| هل تشعر بالانتماء لاصدقائك؟                          | 18) |
| لدي دافع داخلي على الاستمرارية في المهام             | 19) |
| أؤدي عملي بطريقة او توماتيكية لمهاراتي               | 20) |
| لدي قدرة على تحقيق طموحي الدراسي المستقبلي           | 21) |
| اشعر بالسيطرة التامة على المهمة التي اعمل بها        | 22) |
| اهتم بتفاصيل المهمة                                  | 23) |
| أجد نفسي في اي عمل أقوم به                           | 24) |
| تشعر باليأس و هبوط همتك بسهولة                       | 25) |
| انسى كل ما هو حولي عند القيام بالمهام                | 26) |
| اميل لتوزيع العمل على فترات                          | 27) |
| امتلك مواجهة ادارة الازمات اثناء العمل               | 28) |
| أنت راض عن مظهرك الخارجي                             | 29) |
| افقد الوعي بالزمن عندما اكون في المهمة الذي اقوم بها | 30) |
| انشغل بما يحيط بي اثناء اداء المهمة                  | 31) |
| اشعر بأنسياب افكاري اثناء اداء المهام                | 32) |
| اشعر بنسيان اهتماماتي الذاتية اثناء اداء المهام      | 33) |
| لا ارغب في الراحة حتى استكمال المهمة                 | 34) |
| لدي مرونة في مواجهة الظروف الطارئة                   | 35) |
| تعطي نفسك قدر من النوم الكافي للمحافظة على صحتك      | 36) |

الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية

---

			انا استمتع اثناء القيام بمهمتي	37)
			اشعر بتثيت انتباهي اثناء المهمة	38
			اقدم البدائل للحلول	39)
			تحرص على المشاركة الإيجابية الإجتماعية مع الآخرين	40)