

التدفق النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى بعض لاعبات الكرة الطائرة

د / أحمد عوض عشبيه *

المخلص :

يهدف البحث إلى التعرف علي العلاقة بين مقياس حالة التدفق النفسي ومقياس السلوك التنافسي لدى لاعبات الكرة الطائرة تحت سنه (١٦) سنه من بعض لاعبات الكرة الطائرة لأندية سموحه ووادي دجلة وأصحاب الجياد بالاسكندرية، كما استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي، وتكونت عينة البحث الاساسية من (٤٠) لاعبه للكرة الطائرة، ومجموعة الدراسة الاستطلاعية وعددها (١٠) لاعبات، كما استخدم الباحث مقياس حالة التدفق النفسي الذي قام بإعداده / مجدي يوسف (٢٠٠٧) وذلك بعد إعادة تقنيه علي عينة من مجتمع البحث الحالي ومن خارج العينة الأساسية ويتكون المقياس من تسعة أبعاد هي (توازن التحدي مع المهارة- تغذية عكسية واضحة- وضوح الاهداف- التركيز في الأداء- الاحساس بالتحكم- الخبرة الذاتية الايجابية- الاندماج في الأداء- فقد الوعي الذاتي- تحول الوقت) بإجمالي عدد عبارات (٢٢) عبارة، كما قام الباحث باستخدام مقياس السلوك التنافسي الذي قامت بإعداده دورثي هاريس (١٩٨٤) بتقنين مقياس السلوك التنافس وقام (محمد علاوي) بتعريبه واختصاره إلى (٢٠) عبارة حيث بلغ عدد العبارات الايجابية للمقياس (٩) عبارات، وعدد العبارات السلبية (١١) عبارة، وقد استخدم الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة وتم تحليل بيانات البحث باستخدام البرنامج الإحصائي (Spss) ومن خلال عرض النتائج ومناقشتها استنتج الباحث مقياس حالة التدفق النفسي لدى لاعبات الكرة الطائرة عينة البحث تميز بمعاملات صدق وثبات عال والمقياس صالح للتعرف على مستوى حالة التدفق النفسي لدى لاعبات الكرة الطائرة، ومقياس السلوك التنافسي لدى لاعبات الكرة الطائرة عينة البحث تميز بمعاملات صدق وثبات عال والمقياس صالح للتعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبات الكرة الطائرة، كما أتضح أنه لا يوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات عينة البحث بين مقياس التدفق النفسي ومقياس السلوك التنافسي، ويوصي الباحث التركيز علي الاهتمام بالتدفق النفسي في الالعب الفردية والجماعية، وضرورة حث لاعبات الكرة الطائرة أثناء حضورهم للتدريب وقبل المنافسات على التمتع بالتدفق النفسي لمواجهة ظروف التدريب والمنافسات الرياضية المختلفة.

الكلمات المفتاحية : التدفق النفسي - السلوك التنافسي - الكره الطائرة

* أستاذ مساعد بقسم أصول التربية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الاسكندرية

Abstract

The research aims to identify the relationship between the psychological flow state scale and the competitive behavior scale of volleyball players under the age of (16) years from some volleyball players of Smouha clubs, Wadi Degla and horse owners in Alexandria. The researcher also used the descriptive survey method, and the basic research sample consisted of (40) volleyball players, and the exploratory study group, numbering (10) players. The researcher also used the psychological flow state scale that was prepared by / Magdy Youssef (2007), after re-ratting it on a sample from the current research community and outside the basic sample. The scale consists of nine dimensions (balance of challenge with skill- clear feedback- clarity of goals - focus in performance- sense of control- positive self-experience - integration in performance- loss of self-awareness- time shift) with a total number of (22) phrases. The researcher used the Competitive Behavior Scale prepared by Dorothy Harris (1984), codifying the Competitive Behavior Scale, and Muhammad Allawi Arabized and shortened it to (20) phrases, where the number of positive expressions for the scale was (9) phrases, and the number of negative expressions was (11) phrases. The researcher used the appropriate statistical methods, and the research data was analyzed using the statistical program (Spss). By presenting and discussing the results, the researcher deduced a measure of the state of psychological flow among female volleyball players. The research sample was distinguished by coefficients of sincerity and high stability. It is valid to identify the level of competitive behavior of female volleyball players, as it turned out that there is no statistically significant correlation between the scores of the research sample between the psychological flow scale and the competitive behavior scale. The researcher recommends focusing on paying attention to the psychological flow in individual and group games, and the need to urge volleyball players during their attendance at training and before competitions to enjoy the psychological flow to face the conditions of training and various sports competitions.

Keywords: flow Psychological – competitive behavior – volleyball

مقدمة البحث :

أصبح للإعداد النفسي دورة الفعال في عملية الإعداد والمتوازن للمنافسات الرياضية الذي يحقق أقصى مستويات الأداء الرياضي حيث يعتبر علم النفس من أهم العلوم التي ترتبط بالأنشطة الرياضية وذلك لأنه يساعد على حل الكثير من المشكلات ذات العلاقة بالأداء المهاري خلال عملية التدريب أو المنافسات الرياضية.

كما أن الاهتمام بتدريب المهارات النفسية للاعبين في الأنشطة الرياضية المختلفة يزيد من فاعلية الأداء ويؤدي إلي تحقيق الإنجاز المنشود عن طريق الاستمتاع بزيادة الرغبة في التدريب والمنافسة حيث أشارت النتائج في كثير من الدراسات العربية والأجنبية إلي أهمية تلك المهارات لوصول اللاعب إلي التميز في الأداء الكمي والكيفي في النشاط الممارس وتشير المهارات النفسية إلي تلك القدرات العقلية والخبرات الانفعالية التي تؤدي إلي حالة نفسية مثلي يؤدي اللاعب من خلالها بصورة جيدة. (٣ : ٣)

ويعد التدفق النفسي واحدا من اهم المؤشرات المستخدمة في علم النفس الإيجابي للاستدلال على الصحة النفسية للفرد.

ويقصد بالتدفق قدرة الفرد على دمج وعيه بالفعل وتنفيذه له بحيث يتحول الفعل الى صيغة آلية كاملة يقوم بها الفرد دون تدخل واع منه أي ان الفرد يقوم بالنشاط بشكل كامل دون إدراك واع للموقف الذي يقوم فيه بالنشاط. (١٢ : ٢٤٤)

ويعد مفهوم حالة التدفق من المفاهيم السيكولوجية ذات المضامين الإيجابية، التي ربما يفضي تقديمها وتحليلها وتبين أبعادها وطرق رصدها وقياسها في البيئة العربية إلي تنشيط الإهتمام البحثي بالقضايا ذات العلاقة بحركة علم النفس الإيجابي لتأسيس وإقرار مايصح تسميته بالتمكين السلوكي للشخصية العربية بالتركيز علي الجوانب الإيجابية الخاصة بخبرة حالة التدفق ومعانقة الحياة وتميز حالة التدفق النفسي بالتوازن بين إدراك الفرد لمهارته ولصعوبة النشاط وفي هذه الحالة من التوازن يكون الفرد علي ثقة بأن كل شئ تحت السيطرة ويتصف النشاط بالترابط وعدم التناقض في المتطلبات ودرجة عالية من التركيز مع فقدان الوعي الذاتي. (١٣ : ١١)

كما أن البحوث العلمية أعطت لحياة اللاعبين إهتماما خاصا وذلك في ظل محاولات إصلاح الأنشطة الرياضية ولأهمية وقيمة الدراسات التي تتناول حياة اللاعبين تؤكد على أهمية اللاعب اهمية التعرف عليه والاستماع والتحدث معه ولذا من الضروري التعرف على شخصية اللاعب وافكاره وتصوراته حتى نصل لفهم العملية التدريبية، واللاعب شأنه شأن اي

فرد في اي منظومة قد يتعرض للإرهاك والمشكلات النفسية التي تؤدي به الى عدم القدرة على العطاء وان يؤدي دوره في النشاط الرياضي، حيث يعتبر اللاعب من اكثر الاشخاص عرضة للضغوط حيث ان اللاعبين في اي نشاط رياضي غالبا ما يقعون تحت تأثير العديد من المعاناة و الاحباط وهذا قد يكون ناتج عن وضع الحالة التدريبية والمهارية، وهذه الضغوط في الغالب مصدرها البيئة المحيطة والعلاقة مع الزملاء واللاعبين وغيرهم. (٨: ١٥)

كما ترتبط المنافسة بمجموعة من المتغيرات التي يتعرض لها اللاعب قبل المنافسة وفي أثنائها، وقد تمتد في بعض الأحيان حتى بعد الانتهاء منها، لان ما يميزها عن ظروف التدريب هو زيادة حماس اللاعبين وارتفاع مستوى الدافعية لديهم، ولفهم هذه المتغيرات المصاحبة للأداء الناجح يتطلب ذلك معرفة التراكيب السيكولوجية التي ترتبط بالأداء المثالي وتساهم في تحديد مستوى ونوعية الأداء، وربما التدفق النفسي هو العامل النفسي الأساسي بوصفه خبرة ذاتية إيجابية تكون على ارتباط وثيق بالأداء المثالي والقيم (١٨: ١٤)

كما أن معظم الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي، وأن هناك عاملاً مهماً يحدد نتيجة جهودهم في أثناء المنافسات الرياضية في سبيل تحقيق الفوز وتسجيل الأرقام وهو العامل النفسي الذي يلعب دوراً مهماً ويتأسس عليه تحقيق التفوق. (٢٣: ٣)

ولتحقيق الهدف من قبل الرياضي يحتاج الى توجيه سلوكه نحو المنافسة الرياضية إذ أن السلوك التنافسي هو الاستجابات التي تصدر من اللاعب نتيجة احتكاكه بغيره من اللاعبين أو نتيجة اتصاله بالبيئة الخارجية من حوله ويتضمن السلوك بهذا المعنى كل ما يصدر عن اللاعب من عمل حركي أو تفكير أو سلوك لغوي أو مشاعر أو انفعالات أو إدراكات. (٢٣: ٤)

كما إن التغير المستمر في مكان وحالة وظروف المنافسة وموعد إجرائها وكذلك تغير المتنافسون وسماتهم ودرجة تحضيراتهم ومدى معرفتهم لبعضهم البعض وهذا يتطلب من الرياضي حل سريع للمهام الجديدة وتقييم الموقف واتخاذ القرارات المناسبة التي تؤثر في سلوك الرياضي وان أسباب السلوك تكمن في الدوافع وخبرات التعلم وتغيرات النضج، والسلوك قصدي وليس عشوائي فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات غرض يعمل السلوك على تحقيقه (١٧: ١٢٥)

وسيتظهر السلوك خلال الهجوم والدفاع في المحاولات الفردية التي يقوم بها اللاعب دون الاعتماد المباشر على زملائه في الفريق بالرغم من إمكانية التعاون معهم. (٢: ٨٣)

فالمنافسة هي مرحلة عليا في تركيب النشاط الرياضي فهي تسمح للجميع بمشاهدة جوانب القوة والضعف في النواحي البدنية والنفسية والمهارية وتعمل على تنمية وصقل هذه الصفات لدى الرياضي والتي تنعكس على السلوك التنافسي لديه من خلال استجابة لتفاعل حافزين في داخل الفرد الحافز الأول صاعداً للأعلى لمواصلة تحقيق قدرات اللاعب والحافز الثاني لمواصلة تقييم قدراته والمنافسين وانفعالات. (١٩ : ٩٠)

مشكلة البحث :

إتضح مشكلة البحث من خلال عمل الباحث في مجال تدريب الكرة الطائرة في بعض أندية محافظة الاسكندرية ونتيجة للإحتكاك المباشر مع اللاعبين في تلك المرحلة السنية خلال فترات الموسم التدريبي والمنافسات إتضح ان المهارات النفسية والحالة النفسية للاعبين أثناء التدريب وقبل المنافسة ووقت إنعقاد المسابقات من الامور الهامة التي تحسم نتيجة أدائهم وخاصة حالة التدفق النفسي والسلوك التنافسي لهن عامل مهم جدا على مستوى اللاعبين حيث يتاثر مستواهم بشده في المباريات وبالاخص في المنافسات، ولذلك رأى الباحث من خلال متابعتها لمباريات الكرة الطائرة أثناء المنافسات المحلية وجود تذبذب في أداء المرحلة السنية الخاصة بالبحث على الرغم من معرفته لبعض اللاعبين في التدريب وعدم تحقق النتائج المرجوة منهم مما دفع الباحث للوقوف على أسباب عدم إستقرار أداء اللاعبين في هذه المرحلة بأسلوب علمي للوقوف على أسبابها مما قد تساعد المدربين واللاعبين في تحسين مستواهم، وهنا ظهرت أهمية هذه الدراسة للتعرف علي نوع العلاقة بين حالة التدفق النفسي والسلوك التنافسي لدي بعض لاعبات الكرة الطائرة مما يؤدي إلى الإرتقاء بالعملية التدريبية والتنافسية وتحقيق أفضل النتائج في المباريات.

هدف البحث :

يهدف البحث الحالي إلي التعرف علي :

العلاقة بين مقياس حالة التدفق النفسي ومقياس السلوك التنافسي لدى بعض لاعبات الكرة الطائرة تحت سنه (١٦) سنه من لاعبي الكرة الطائرة ببعض أندية الإسكندرية (سموحه- وادي دجله- أصحاب الجياد)

فروض البحث :

في ضوء هدف البحث يضع الباحث هذه الفروض :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور وأبعاد مقياس حالة التدفق النفسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس السلوك التنافسي.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مقياس حالة التدفق النفسي والسلوك التنافسي لدى بعض لاعبات الكرة الطائرة تحت (١٦) سنة.

مصطلحات البحث :

- التدفق النفسي:

يعرفه "جاكسون ومارش" بأنه حالة يندمج فيها الفرد اندماجا كبيرا مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الأمثل، وينظر إليها على أنها حالة تغير للوعي يشعر فيها الفرد بالانغماس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معا. (٣٠: ١٨)

- السلوك التنافسي:

هو استجابة الفرد نحو موقف المنافسة الموضوعي تبعا لادراكه الذاتي لموقف

المنافسة. (٦: ٧٨)

الدراسات السابقة :

١- دراسة "أروي محمد رشاد محمد حسين" (٢٠٢٢) (٥) جاءت نتائج الدراسة مؤكدة على أن حالة التدفق النفسي تؤدي إلى ردود فعل إيجابية مؤثرة لدى اللاعبين في الألعاب الفردية.

٢- دراسة "كوثر محمود محمد رواش، وآخرون" (٢٠٢٢) (٢١) سعى البحث لبناء مقياس التدفق النفسي لدى الطالبات المتميزات رياضيا بكلية التربية الرياضية بالقاهرة، وخلص البحث إلى عدة توصيات منها تطبيق المقياس على الرياضيين بشكل عام وكافة المستويات الرياضية.

٣- دراسة "شيماء عبدالكريم علي محمد" (٢٠٢١) (١٦) أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة معنوية بين الطلاقة النفسية ودافع إنجاز النجاح لدى لاعبات التايكوندو، ووجود علاقة ارتباط غير دالة معنوية بين الطلاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبات التايكوندو.

٤- دراسة "توره أبو المعاطي فرج، مني أحمد أحمد موسى دويدار" (٢٠٢١) (٢٩) أظهرت نتائج البحث أن مقياس التدفق النفسي لدى حكام رياضة الجودو تميز بمعاملات صدق وثبات عال والمقياس صالح للتعرف على مستوى التدفق النفسي لدى حكام رياضة الجودو.

٥- دراسة "أحمد البيومي علي البيومي" (٢٠٢٠) (١) جاءت نتائج البحث مؤكدة على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مقياس جودة الحياة وفقا لمتغير الجنس لصالح الطلاب الذكور عن الإناث.

- ٦- دراسة "رامز عبدالستار حمادة محمد الشعراوي" (٢٠١٩) (١٤) نتائج البحث : وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي ودرجاتهم على مقياس التفكير الإيجابي ومقياس السلوك التوكيدي، حيث ارتبط التدفق النفسي إيجابياً بكل من السلوك التوكيدي والتفكير الإيجابي، أسهمت درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي لدى عينة الدراسة في التنبؤ بدرجاتهم في التدفق النفسي.
- ٧- دراسة "منى عادل عبادة محمد" (٢٠١٩) (٢٨) قد توصلت الباحثة إلى الاستنتاجات التالية: توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين المهارات النفسية ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي التنس (عينة البحث)، توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين السلوك التنافسي ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي التنس (عينة البحث)، توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائياً بين المهارات النفسية والسلوك التنافسي ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي التنس.
- ٨- دراسة "جار الله نايف محمد ناصر" (٢٠١٨) (٩) جاءت نتائج البحث مؤكدة على وجود فروق دالة إحصائية في التدفق النفسي بين عينة البحث من حيث نوع المسابقة لصالح لاعبي الميدان في جميع المحاور. واختتم البحث بالتوصية على مراعاة الفروق النفسية للاعبين ألعاب القوى بدولة الكويت وذلك أثناء وضع الأهداف وعدم تكليف الأفراد بمهام تفوق قدراتهم حتى لا تكون لها الأثر السلبي على الدافعية لدي هؤلاء الأفراد.
- ٩- دراسة "حسن إبراهيم" (٢٠١٨) (١٠) أشارت النتائج إلى ما يلي: ١. وجود علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة إحصائية بين حالة التدفق النفسي ومستوى الطموح لدى العينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق. ٢. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير العمر لصالح العمر الأكبر. ٣. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس مستوى الطموح تبعاً لمتغير العمر لصالح العمر الأكبر.
- ١٠- دراسة "حنان إبراهيم أبو موسى" (٢٠١٧) (١١) بناء مقياس يمكن من خلاله التعرف على التدفق النفس للرياضيين (بنات) تم بناء المقياس ومعايرته على لاعبي المدارس الرياضية وتحتوي على ٦٦ عبارة جميعها تعبر عن التدفق النفسي للرياضيين مقياس التدفق النفسي للرياضيين المقترح يتمتع بدرجة عالية من معاملات الصدق (صدق المحكمين-صدق الاتساق الداخلي-الصدق العاملي) يتمتع المقياس بمعامل ثبات مرتفع باستخدام معامل ألفا كرونباخ، كما أنه في حدود علم الباحثة أن العبارات التي تم

صياغتها في بناء مقياس التدفق النفسي للرياضيين قد تناول معظم النواحي التي قد يتعرض لها الرياضي.

١١- دراسة "محمد نعمة حسن" (٢٠١٧) (٢٧) تبرز أهمية البحث الحالي في دراسة العناصر الأساسية المتمثلة في الجانب النفسي من خلال تناول كل من الصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية لدى لاعبي العاب القوى من أجل رفع الحالة البدنية والصحة الفعلية كون الإعداد النفسي للرياضيين يعتبر أحد الأعمدة المهمة التي تركز عليها العملية التدريبية ومن أجل الحصول على مستوى الرياضي العالي كون مفهوم السلوك التنافسي له دور مهم في أداء المنافسات الرياضية

الدراسات الاجنبية :

١- دراسة "ماتياس Matias" (٢٠٠٦) (٣١) توصت الدراسة باستخدام الأساليب النفسية الفسيولوجية للدراسات باستخدام الأساليب النفسية الفسيولوجية للدراسات المستقبلية لقياس حالة التدفق النفسي لدي اللاعبين.

- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة :

لقد إستفاد الباحث من الدراسات السابقة عند تحديد الأهداف والتساؤلات، وتحديد إجراءات البحث، وإختيار عينة البحث من (١٤ - ١٦) سنة، وتحديد المقاييس المستخدمة في البحث، كما أن نتائج الدراسات أكدت علي أهمية التعرف علي العلاقة بين المقاييس النفسية لما لذلك من أهمية كبيرة في تطوير النواحي الادراكية للاعبين أثناء المنافسات الرياضية بشكل كبير.

إجراءات البحث :

المنهج المستخدم :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث الحالي.

مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** بعض أندية محافظة الاسكندرية (نادي سموحه- نادي وادي دجله- نادي أصحاب الجياد).

- **المجال الزمني:** الموسم التدريبي والمنافسات في الفترة خلال أشهر سبتمبر وأكتوبر ونوفمبر ٩، ١٠، ١١ / ٢٠٢٢.

عينة البحث :

إشتملت عينة البحث الاساسية على (٤٠) لاعب من لاعبي الكرة الطائرة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من بين لاعبي أندية محافظة الاسكندرية (تحت ١٦ سنة)، كما أجريت

الدراسة الاستطلاعية على (١٠) لاعبين من عينة العينة البحث الكلية ولكن من خارج العينة الأساسية، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١)

يوضح النسبة المئوية لعينة الدراسة الأساسية والأستطلاعية من المجموع الكلي لعينة البحث

النسبة المئوية %	العدد	التوصيف الإحصائي العينة
٨٠,٠٠	٤٠	عينة الدراسة الأساسية
٢٠,٠٠	١٠	عينة الدراسة الإستطلاعية
١٠٠	٥٠	المجموع

يتضح من الجدول (١) الخاص بالنسبة المئوية لعينة الدراسة الأساسية والأستطلاعية من المجموع الكلي لعينة البحث حيث بلغت عينة الدراسة الأساسية (٤٠ فرد بنسبة ٨٠,٠٠%) وبلغت عينة الدراسة الإستطلاعية (١٠ فرد بنسبة ٢٠,٠٠%).

أدوات ووسائل جمع البيانات :

المقابلة الشخصية :

أجري الباحث العديد من المقابلات الشخصية مع الخبراء من ذوي الاختصاص في علم النفس الرياضي وعلم النفس العام والاختبارات والقياس لغرض التعرف على آرائهم حول موضوع البحث، وكذلك مع عينة البحث لتسليم وتسلم المقاييس والرد علي إستفساراتهم حول بنود وعبارات المقاييس.

المقاييس:

- مقياس حالة التدفق النفسي : إعداد مجدي يوسف (٢٠٠٧)

- مقياس السلوك التنافسي : إعداد دورثي هاريس وقام بتعريبه محمد حسن علاوي (١٩٩٨)

١- مقياس حالة التدفق النفسي :

إستخدم الباحث المقياس الذي قام بإعداده / مجدي يوسف (٢٠٠٧) ملحق (١) وذلك بعد إعادة تقنينه علي عينة من مجتمع البحث الحالي ومن خارج العينة الأساسية ويتكون المقياس من تسعة أبعاد هي (توازن التحدي مع المهارة- تغذية عكسية واضحة- وضوح الاهداف- التركيز في الأداء- الاحساس بالتحكم- الخبرة الذاتية الايجابية- الاندماج في الأداء- فقد الوعي الذاتي- تحول الوقت) بإجمالي عدد عبارات (٢٢) عبارة والجدول التالي يوضح مقياس حالة التدفق النفسي :

جدول (٢)

محاور وأبعاد مقياس حالة التدفق النفسي

م	المحاور والأبعاد	عدد العبارات	أرقام العبارات بالمقياس
١	توازن التحدي مع المهارة	٢	١٠، ١
٢	تغذية عكسية واضحة	٢	١٣، ٤
٣	وضوح الأهداف	٢	١٢، ٣
٤	التركيز في الأداء	٤	٢١، ١٩، ١٤، ٥
٥	الاحساس بالتحكم	٢	١٥، ٦
٦	الخبرة الذاتية الايجابية	٣	٢٠، ١٨، ٩
٧	الاندماج في الأداء	٢	١١، ٢
٨	فقد الوعي الذاتي	٢	١٦، ٧
٩	تحول الوقت	٣	٢٢، ١٧، ٨

الدراسة الاستطلاعية :

تم إجراء الدارسة الإستطلاعية فى الفترة من ٢٠٢٢/٩/٥م الى ٢٠٢٢/٩/١٢م على عينه من لاعبات الكرة الطائرة وقد تم إختيار عينه الدراسة الإستطلاعية بالطريقة العمدية من المجتمع الأصلي لها ومن خارج عينه البحث الأساسية ولها نفس الخصائص والشروط. المعاملات العلمية لمقياس حالة التدفق النفسي الخاص بعينة البحث :

أولاً : صدق المقياس :

للتأكد من صدق المقياس قام الباحث بالتالى :

١- صدق المحتوى :

تم إيجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق آراء الخبراء والمختصين فى مجال علم النفس الرياضى وعلم النفس العام والاختبار والقياس لأجل التأكيد من صدق المقياس وبناء على ملاحظاتهم وتم الموافقة على جميع فقرات المقياس التدفق النفسى و بذلك يعد المقياس صادق ومنطقى فى قياس حالة التدفق النفسى الموضوع لأجلها.

٢- صدق الاتساق الداخلى :

جدول (٣)

قيم الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسى ن = ١٠

م	المحاور والأبعاد	عدد العبارات	معامل الارتباط (ر)
١	توازن التحدي مع المهارة	٢	٠,٨٨٦ **
٢	تغذية عكسية واضحة	٢	٠,٧٥٤ *
٣	وضوح الأهداف	٢	٠,٨٥٢ **
٤	التركيز فى الأداء	٤	٠,٧٦٢ *
٥	الاحساس بالتحكم	٢	٠,٦٥٨ *

تابع جدول (٣)

قيم الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي ن = ١٠

م	المحاور والأبعاد	عدد العبارات	معامل الارتباط (ر)
٦	الخبرة الذاتية الايجابية	٣	* ٠,٦٦٧
٧	الاندماج في الأداء	٢	* ٠,٦٨٤
٨	فقد الوعي الذاتي	٢	* ٠,٦٩٣
٩	تحول الوقت	٣	* ٠,٧٢٦

قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٤٩

يتضح من الجدول (٣) أنه يوجد ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستمارة مما يدل على درجة الإتساق الداخلي للاستمارة ككل وإنه صالح للتطبيق.

ثانيا : ثبات المقياس :

تم التعرف على ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس التدفق النفسي على عينة قوامها (١٠) من لاعبات الكرة الطائرة الموافق ٢٠٢٢/٩/١٢ وقد أسفرت نتائج التطبيق إن المقياس على درجة عالية من الثبات.

جدول (٤)

معامل ألفا كرونباخ الكلي للمقياس التدفق النفسي قيد البحث

م	المقياس	معامل ألفا كرونباخ
١	التدفق النفسي	٠,٨٩٨

يتضح من جدول (٤) معامل ألفا كرونباخ الكلي للمقياس التدفق النفسي قيد البحث أن تراوحت قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغ (٠,٨٩٨) وهذه القيمة أكبر من ٠,٧٠ مما يشير إلى ثبات المقياس.

٢- مقياس السلوك التنافسي :

قامت دورثي هاريس (١٩٨٤) بتقنين مقياس السلوك التنافس وقام (محمد علاوي) بتعريبه واختصاره إلى (٢٠) عبارته ملحق (٢) ويتضمن المقياس عبارات إيجابية بلغ عددهم (٩) عبارات وهي (٢، ٣، ٦، ٨، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٧)، وعبارات سلبية بلغ عددهم (١١) عبارة وهي (١٥، ١٦، ١٨، ١٩، ٢٠، ٧، ٩، ١٤، ٥، ١، ٤).

المعاملات العلمية لمقياس السلوك التنافسي الخاص بعينة البحث :

أولاً : صدق المقياس :

للتأكد من صدق المقياس قام الباحث بالتالي :

صدق الاتساق الداخلي :

للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (١٠) لاعبات من لاعبات الكرة الطائرة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث، ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين المجموع الكلي للمقياس، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٥)

قيم الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي ن = ١٠

م	معامل الارتباط (ر)	م	معامل الارتباط (ر)
١	* ٠,٦٢٥	١١	* ٠,٧١١
٢	* ٠,٥٩٨	١٢	* ٠,٧٣٦
٣	* ٠,٧٥٣	١٣	* ٠,٦٨٢
٤	* ٠,٧١٢	١٤	* ٠,٦٨٥
٥	* ٠,٦٢٣	١٥	* ٠,٦٩٣
٦	* ٠,٦٥٦	١٦	* ٠,٧٦٨
٧	* ٠,٦٧٦	١٧	* ٠,٧٥٨
٨	* ٠,٦٢٣	١٨	* ٠,٧٩٦
٩	* ٠,٧٥٨	١٩	* ٠,٧٨٧
١٠	* ٠,٧٥٤	٢٠	* ٠,٦٨٦

قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٥٤٩

يتضح من الجدول (٥) أنه يوجد ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاستمارة مما يدل على درجة الإتساق الداخلي للاستمارة ككل وإنه صالح للتطبيق.

ثانياً : ثبات المقياس :

تم التعرف على ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس السلوك التنافسي على عينة قوامها (١٠) من لاعبات الكرة الطائرة الموافق ٢٠٢٢/٩/١٢، وقد أسفرت نتائج التطبيق إن المقياس على درجة عالية من الثبات، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (٦)
معامل ألفا كرونباخ الكلي للمقاييس قيد البحث

م	المقياس	معامل ألفا كرونباخ
١	السلوك التنافسي	٠,٨٨٨

يتضح من جدول (٦) معامل ألفا كرونباخ الكلي للمقاييس قيد البحث أن تراوحت قيمة معامل ألفا كرونباخ بلغ (٠,٨٨٨) وهذه القيمة أكبر من ٠,٧٠ مما يشير إلى ثبات المقاييس.

التوصيف الاحصائي للمقاييس :

قام الباحث بإستخراج التوصيف الاحصائي للمحاور والمقاييس لعينة الدراسة الاساسية والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (٧)
التوصيف الإحصائي للمحاور قيد البحث لدى عينة الدراسة الأساسية ن = ٤٠

الترتيب	نسبة الموافقة %	المتوسط المرجح	عدد العبارات	معامل الألتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	أكبر قيمة	أقل قيمة	الأبعاد والمحاور
٧	٧٦,٥٠%	٣,٨٣	٢	٠,٢٨	١,٣٣	٧,٦٥	١٠,٠٠	٥,٠٠	توازن التحدي مع المهارة
٣	٨١,٢٥%	٤,٠٦	٢	٠,٠٣	١,٢٠	٨,١٣	١٠,٠٠	٦,٠٠	تغذية عكسية واضحة
٥	٧٧,٥٠%	٣,٨٨	٢	٠,٢٤-	١,٣٥	٧,٧٥	١٠,٠٠	٥,٠٠	وضوح الأهداف
٩	٧٤,٥٠%	٣,٧٣	٤	٠,٠٣	٢,٩٢	١٤,٩٠	٢٠,٠٠	١٠,٠٠	التركيز في الأداء
٤	٧٨,٧٥%	٣,٩٤	٢	٠,٥٦-	١,٤٥	٧,٨٨	١٠,٠٠	٤,٠٠	الاحساس بالتحكم
٦	٧٦,٨٣%	٣,٨٤	٣	٠,٥٣	١,٦٦	١١,٥٣	١٥,٠٠	٩,٠٠	الخبرة الذاتية الايجابية
٢	٨٢,٥٠%	٤,١٣	٢	٠,٧٦-	١,٣٣	٨,٢٥	١٠,٠٠	٥,٠٠	الاندماج في الأداء
١	٨٢,٧٥%	٤,١٤	٢	٠,٠٥	١,٠٩	٨,٢٨	١٠,٠٠	٦,٠٠	فقد الوعي الذاتي
٨	٧٥,١٧%	٣,٧٦	٣	٠,٠٢	٢,٠٥	١١,٢٨	١٥,٠٠	٦,٠٠	تحول الوقت
	٧٧,٨٤%	٣,٨٩	٢٢	٠,٣٨	١٠,٨٧	٨٥,٦٣	١١٠,٠٠	٦٤,٠٠	مجموع التدفق النفسي
	٦٠,٨١%	٢,٢٢	٢٠	٠,٦٨	٦,٦٨	٤٤,٣٣	٥٧,٠٠	٣٤,٠٠	مجموع السلوك التنافسي

يتضح من الجدول رقم (٧) الخاص بالتوصيف الإحصائي للمحاور قيد البحث لدى عينة الدراسة الأساسية أن قيم معامل الالتواء لجميع المتغيرات جاءت قريبة من الصفر حيث إنحصرت قيم معامل الالتواء ما بين (-٠,٧٦) إلى (٠,٦٨).
المعالجات الإحصائية:

تم إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام برنامج SPSS Version 25 وذلك عند مستوى ثقة (٠,٩٥) يقابلها مستوى دلالة (احتمالية خطأ) ٠,٠٥ وهي كالتالي :

- معامل ألفا كرونباخ
- المتوسط الحسابي.
- معامل الالتواء.
- الانحراف المعياري.
- معامل الانحدار الخطي المتعدد بالطريقة الكلية.
- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بعبارات مقياس التدفق النفسي

جدول (٩)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (توازن التحدي مع المهارة) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

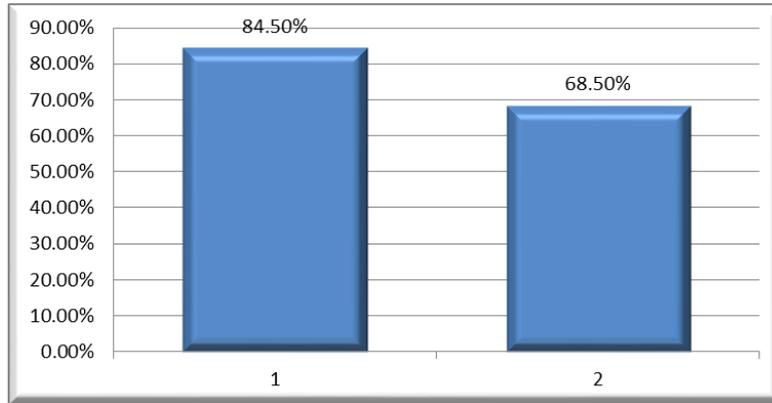
الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي الموزن بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		متايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الاحصائية للعبارات
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
١	%٨٤,٥٠	٠,٨٠	٤,٢٣	١٨,٢٠	%٠,٠٠	٠	%٢,٥٠	١	%١٥,٠٠	٦	%٤٠,٠٠	١٦	%٤٢,٥٠	١٧	١
٢	%٦٨,٥٠	١,٠٣	٣,٤٣	٣,٤٠	%٠,٠٠	٠	%٢٠,٠٠	٨	%٣٧,٥٠	١٥	%٢٢,٥٠	٩	%٢٠,٠٠	٨	١٠

* قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية = ٤، ٩، ٤٩، عند درجة حرية = ٣، ٧، ٨٢، عند درجة حرية = ٢، ٥، ٩٩

يتضح من الجدول رقم (٩) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (توازن التحدي مع المهارة) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٦٨,٥٠% إلى ٨٤,٥٠%)، وهذا يتفق مع ما أشار إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) نقلا عن ميهالي ان تجربة التدفق تتطلب وجود توازن بين التحدي المدرك والمهارات اللازمه للمهام التي يقوم بها اللاعب وبصفة خاصة حينما يكون مستوى

التدفق أعلى مقارنة بمستوى التحدي والمهارات المتدني، وهذا التوازن بين التحديات والمهارات هو تغيير مبدئي لعملية التدفق. (٢٣: ١٤)

وهذا يتفق مع ما ذكره ربيعة بن الشيخ (٢٠١٥) أن التدفق يتحقق عندما تتناسب التحديات سواء كبيرة منها أو البسيطة جيدا مع القدرات وركز على أهمية العمل على اعتباره الوقت المثالي لحدوث التدفق النفسي لأنه على خلاف وقت الفراغ يبني كثيرا من ظروف التدفق داخل العمل، إذ أن في العمل عادة ما تكون هناك أهداف وقواعد وأداء واضح وهو ما يشجع على التركيز ويقلل من التشتت إلى الحد الأدنى. (١٥: ٦)



الشكل البياني رقم (١) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (توازن التحدي مع المهارة)

لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١٠)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (تغذية عكسية

واضحة) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية العبارات
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
٢	%٧٧,٠٠	٠,٩٨	٣,٨٥	*١٥,٢٠	%٠,٠٠	٠	%١٥,٠٠	٦	%١٠,٠٠	٤	%٥٠,٠٠	٢٠	%٢٥,٠٠	١٠	٤
١	%٨٥,٥٠	٠,٥٥	٤,٢٨	*١٩,٨٥	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٥,٠٠	٢	%٦٢,٥٠	٢٥	%٣٢,٥٠	١٣	١٣

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤=٩,٤٩، عند درجة

حرية ٣=٧,٨٢، عند درجة حرية ٢=٥,٩٩

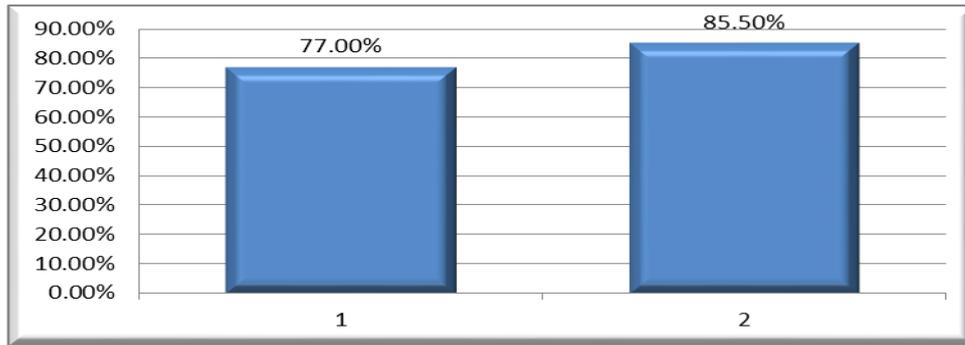
يتضح من الجدول رقم (١٠) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة

المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (تغذية عكسية واضحة) لمقياس التدفق النفسي

لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع

كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٧,٠٠% إلى ٨٥,٥٠%)، حيث يتفق الباحث مع مجدي يوسف (٢٠٠٨) أن التغذية العكسية تهدف إلى تحسين الأداء وتصحيح الأخطاء مع التعرف على المفاهيم العامة والمرتبطة بالأداء بالإضافة إلى زيادة الدافعية للفوز مع ضبط الاستثارة والتحكم في مستويات التوتر والقلق، كما تعمل على زيادة الثقة بالنفس مع القدرة على إعادة التركيز عند ارتكاب الأخطاء. (٢٢: ٤٧١)

ويتفق الباحث مع ما أشار إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) أنه أثناء النشاط توجد تغذية عكسية واضحة ومحددة وقد تكون التغذية العكسية داخلية خلال الجسم أو خارجية مثل المدرب، الزملاء في الفرق، والجمهور، وبناء على معرفة الخطوة التالية أو الهدف بوضوح والحصول على تغذية عكسية ايجابية، يعد الرياضيين للأداء المستمر بتوقعات ايجابية ودافعية عالية المستوى. (٢٣: ١٦)



الشكل البياني رقم (٢) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (تغذية عكسية واضحة) لمقياس

التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١١)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (وضوح الاهداف)

لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن = ٤٠

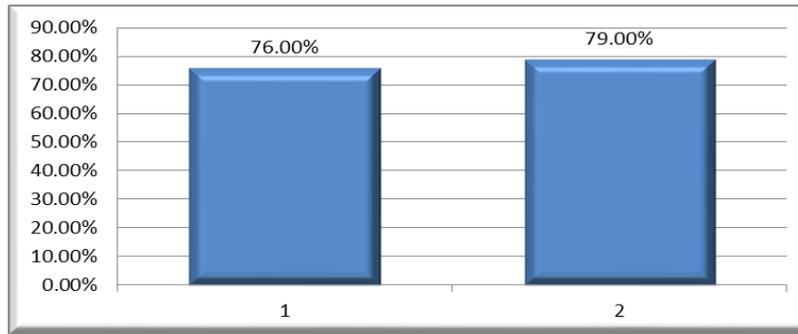
الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		البيانات الاحصائية العبارات	م
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار		
٢	٧٦,٠٠%	٠,٨٥	٣,٨٠	*١٣,٤٠	٠	٠	٧,٥٠%	٣	٢٥,٠٠%	١٠	٤٧,٥٠%	١٩	٢٠,٠٠%	٨	٣	١
١	٧٩,٠٠%	٠,٨١	٣,٩٥	*٢٤,٤٠	٠	٠	٧,٥٠%	٣	١٢,٥٠%	٥	٥٧,٥٠%	٢٣	٢٢,٥٠%	٩	١٢	٢

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤ = ٩,٤٩، عند درجة

حرية ٣ = ٧,٨٢، عند درجة حرية ٢ = ٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١١) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (وضوح الاهداف) لمقياس التدفق النفسى لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٦,٠٠% إلى ٧٩,٠٠%).

وهذا يتفق مع ما أشار إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) أن الهدف الواضح أثناء النشاط الرياضي يشير إلى معرفة الأفراد معرفة جيدة بما يجب أن يفعلوه، فبدون هدف واضح نجد أن الرياضيين قد يجدون صعوبة للتركيز على المهام، على سبيل المثال يعرف الرياضيين عملية الأداء في الملعب وتوابع الحركات لذلك تصبح الحركات أوتوماتيكية بدرجة تركيز عالية. (٢٣: ١٦)



الشكل البياني رقم (٣) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (وضوح الاهداف) لمقياس

التدفق النفسى لعينة البحث

جدول (١٢)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (التركيز في الأداء)

لمقياس التدفق النفسى لعينة البحث ن = ٤٠

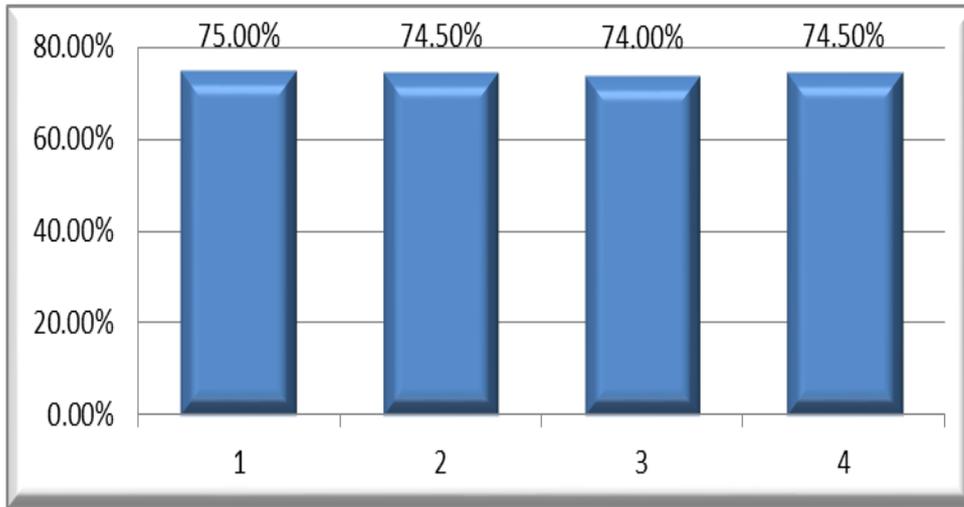
الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الاحصائية العبارات	٥
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار		
١	%٧٥,٠٠	٠,٩٣	٣,٧٥	٧,٤٠	%٠,٠٠	٠	%١٠,٠٠	٤	%٢٧,٥٠	١١	%٤٠,٠٠	١٦	%٢٢,٥٠	٩	٥	١
٢	%٧٤,٥٠	٠,٩٦	٣,٧٣	٦,٢٠	%٠,٠٠	٠	%١٢,٥٠	٥	%٢٥,٠٠	١٠	%٤٠,٠٠	١٦	%٢٢,٥٠	٩	١٤	٢
٤	%٧٤,٠٠	٠,٨٥	٣,٧٠	*١٢,٠٠	%٠,٠٠	٠	%٥,٠٠	٢	%٤٠,٠٠	١٦	%٣٥,٠٠	١٤	%٢٠,٠٠	٨	١٩	٣
٣	%٧٤,٥٠	١,٠٦	٣,٧٣	٢,٢٠	%٠,٠٠	٠	%١٥,٠٠	٦	%٢٧,٥٠	١١	%٢٧,٥٠	١١	%٣٠,٠٠	١٢	٢١	٤

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤ = ٩,٤٩، عند درجة

حرية ٣ = ٧,٨٢، عند درجة حرية ٢ = ٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٢) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (التركيز في الأداء) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٤,٠٠% إلى ٧٥,٠٠%).

وفي هذا الصدد يرى ستيفان وفالكو Stefan & Falcon 2008 أن التدفق حالة نفسية داخلية تجعل الشخص يشعر بالتوحد مع ما يقوم به والتركيز التام مما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع احساس عام بالنجاح مع هذه الأنشطة ومضيفا أن مصطلح التدفق من المصطلحات الأساسية التي طرحها عالم النفس المجري الاصل الامريكي الجنسية "ميهالي" وهو أحد المؤسسين لعلم النفس الايجابي ليصبح من المصطلحات الرائجة في المجال. (٣٣: ٢) حيث أشار أسامة راتب (٢٠١٥) إلى أن العديد من اللاعبين لديهم مقدرة التركيز ولكن أغلبهم يستحوذ عليهم موضوع أو فكرة تسبب تشتت انتباههم، من الأهمية مساعدة الناس في التركيز في اللحظة الراهنة والأداء الحالي وتجنب القلق أو التفكير في النتائج. (٧: ٦٩)



الشكل البياني رقم (٤) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (التركيز في الأداء) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١٣)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الاحساس بالتحكم)
لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

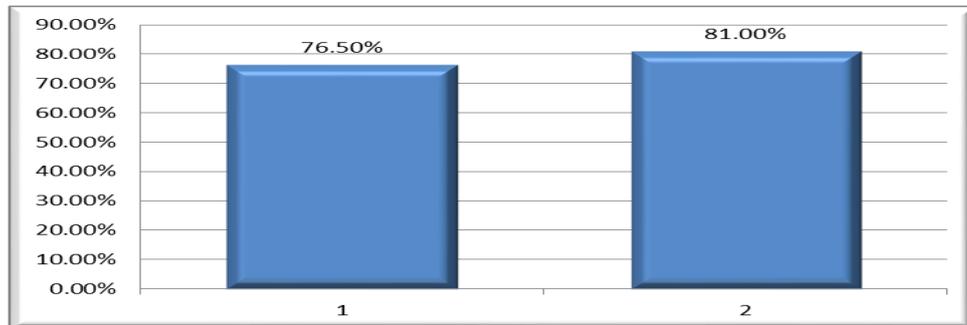
الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرحم بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
٢	٧٦,٥٠%	٠,٩٨	٣,٨٣	١٢,٢٠*	٠%	٠	١٥,٠٠%	٦	١٢,٥٠%	٥	٤٧,٥٠%	١٩	٢٥,٠٠%	١٠	٦
١	٨١,٠٠%	٠,٧٥	٤,٠٥	٢٩,٦٠*	٠%	٠	٥,٠٠%	٢	١٠,٠٠%	٤	٦٠,٠٠%	٢٤	٢٥,٠٠%	١٠	١٥

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤=٩,٤٩، عند درجة حرية ٣=٧,٨٢، عند درجة حرية ٢=٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٣) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الاحساس بالتحكم) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٦,٥٠% إلى ٨١,٠٠%).

وهذا يتفق مع ما يشير إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) بأنه في حالة التدفق يشعر الأفراد بالسيطرة والتحكم في النشاط ويمكن أن يوصف ذلك أيضا كاحساس بالقوة، بالثقة، بالهدوء والتماسك التام والافكار الايجابية بناء على الاعتقاد بأن مهاراتهم بعيدة عن القلق أثناء الاداء، وأنه من خلال تشجيع مباشر لأحد الرياضيين أصبح في حالة يوصفها بالتركيز القوي والدافئ، أريد أن انطلق وأحتضن العالم، اشعر بطاقة عارمة للتأثير علي بشئ جميل وجذاب، فالاحساس بالسيطرة يعني بأن الانشطة ايجابية وأصبحت متقنة حتى عند وجود مخاطر بالغة.

(٢٣: ١٨)



الشكل البياني رقم (٥) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (الاحساس بالتحكم) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١٤)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الخبرة الذاتية الإيجابية) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

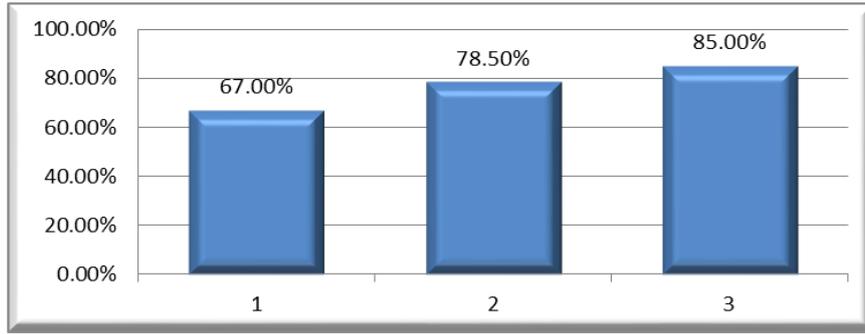
الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجم بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية للعبارات
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
٣	%٦٧,٠٠	١,٠٠	٣,٣٥	٦,٦٠	%٠,٠٠	٠	%٢٠,٠٠	٨	%٤٢,٥٠	١٧	%٢٠,٠٠	٨	%١٧,٥٠	٧	٩
٢	%٧٨,٥٠	٠,٦٩	٣,٩٣	*٢٩,٠٠	%٠,٠٠	٠	%٢,٥٠	١	%٢٠,٠٠	٨	%٦٠,٠٠	٢٤	%١٧,٥٠	٧	١٨
١	%٨٥,٠٠	٠,٧١	٤,٢٥	*٢٧,٦٠	%٠,٠٠	٠	%٢,٥٠	١	%٧,٥٠	٣	%٥٢,٥٠	٢١	%٢٧,٥٠	١٥	٢٠

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤=٩,٤٩، عند درجة حرية ٣=٧,٨٢، عند درجة حرية ٢=٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٤) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الخبرة الذاتية الإيجابية) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٦٧,٠٠% إلى ٨٥,٠٠%).

وهذا يتفق مع ما أشار إليه ميهالي (Mihaly) (2003) أن الطبيعة الذاتية للنشاط الرياضي هي التي تدفع اللاعب من داخله للقيام بهذا النشاط، يصف بالتحديد حالة الارتياح النفسي الإيجابي التي تتولد لدى اللاعب عند القيام به والذي يشعر لدقائق مهما كان نوه حيث ترى في أوصاله هذه المشاعر الإيجابية تجاه هذا النشاط، وأثناء تلك الخبرة الناتجة عن معايشة تلك المتعة يتدفق هذا الشعور الإيجابي وينغمس اللاعب ويتعايش مع ما يسفر عنه النشاط الرياضي الممارس من تغيير إيجابي للمشاعر الوجدانية. (٣٢)

ويتفق الباحث مع أسامة اراتب (٢٠١٥) أن التخطيط الجيد والتطبيقات الصحيحة للمفاهيم النفسية التربوية يعني أن الناشئ يطور من قدراته البدنية والمهارية وذلك يكسبه المزيد من المفهوم الإيجابي نحو نفسه، كما أن توفير خبرات النجاح وإتاحة الفرصة للناشئ لمعرفة مدى تقدمه يؤثر إيجابيا على جوانب النمو النفسي المتعددة مثل الثقة في النفس، الشعور بالرضا والنجاح، ويتوقع أن يمتد هذا التأثير الإيجابي في مجالات الحياة المختلفة مثل : النادي - المدرسة - جماعة الاصدقاء. (٧ : ٤٩)



الشكل البياني رقم (٦) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (الخبرة الذاتية الايجابية)
لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث
جدول (١٥)

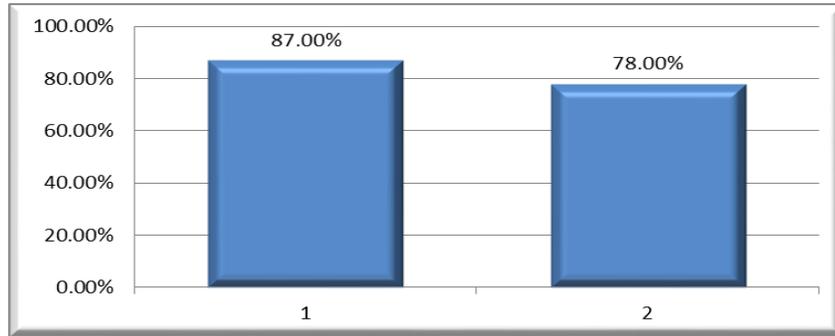
يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الاندماج في
الأداء) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية للعبارة	م
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار		
١	%٨٧,٠٠	٠,٧٤	٤,٣٥	*٢٦,٠٠	%٠,٠٠	٠	%٢,٥٠	١	%٧,٥٠	٣	%٤٢,٥٠	١٧	%٤٧,٥٠	١٩	٢	١
٢	%٧٨,٠٠	٠,٨١	٣,٩٠	*٣٥,٠٠	%٠,٠٠	٠	%١٠,٠٠	٤	%٧,٥٠	٣	%٦٥,٠٠	٢٦	%١٧,٥٠	٧	١١	٢

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤=٩,٤٩، عند درجة حرية ٣=٧,٨٢، عند درجة حرية ٢=٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٥) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (الاندماج في الأداء) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٨,٠٠% إلى ٨٧,٠٠%).

وتتفق الباحثة مع ما أشار إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) نقلا عن جروج هيربرت ميد George Herbertmod أن الأنا تختفي عند الاندماج كليا في النشاط والوصول لحالة التدفق النفسي وعبر أحد متسلكي الصخور في دراسة قديمة عن التدفق قائلا " انت تكون مندمج فيما تفعله ولا تفكر عن نفسك كشئ منفصل عن النشاط الذي تقوم به، فأنت لم تعد ملاحظا مشاركا، مشارك فقط، أنت تتحرك بانسجام مع شئ آخر، ان اندماج الفعل المرتبط بالنشاط كما في النشاط كما في النشاط البدني يخلق صورة ذهنية ووعي بالنفس وبالبيئة المحيطة وهذا يعني أن الناس تشعر بكل شئ يرتبط بالفعل والوعي القائم على التركيز القوي. (٢٣: ١٥)



الشكل البياني رقم (٧) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (الاندماج في الأداء) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١٦)

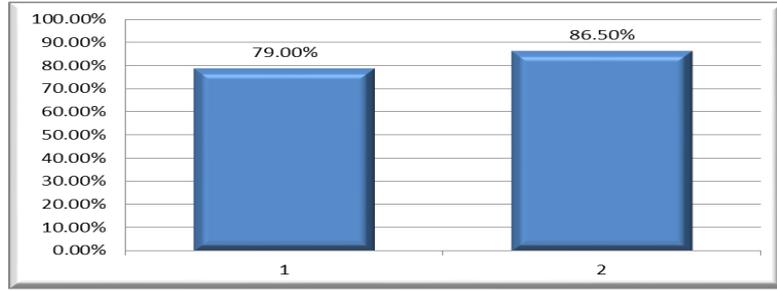
يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (فقد الوعي الذاتي) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن=٤٠

الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية للعبارات	م
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار		
٢	%٧٩,٠٠	٠,٨٥	٣,٩٥	*١٣,٠٠	%٠,٠٠	٠	%٥,٠٠	٢	%٢٢,٥٠	٩	%٤٥,٠٠	١٨	%٢٧,٥٠	١١	٧	١
١	%٨٦,٥٠	٠,٤٧	٤,٣٣	*٤,٩٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٠,٠٠	٠	%٦٧,٥٠	٢٧	%٣٢,٥٠	١٣	١٦	٢

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤=٩,٤٩، عند درجة حرية ٣=٧,٨٢، عند درجة حرية ٢=٥,٩٩، عند درجة حرية ١=٣,٨٤

يتضح من الجدول رقم (١٦) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (فقد الوعي الذاتي) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٧٩,٠٠% إلى ٨٦,٥٠%).

ويتفق الباحث مع ما أشار إليه مجدي يوسف (٢٠١٧) بأن فقدان الوعي الذاتي يعني الاحساس بالتححرر من الوعي الذي يرتبط بصفة عامة بالاهتمام الذاتي السلبي أو الشك النفسي وهذا يرتبط ارتباطاً وثيقاً بخبرة التركيز العالي في المهام وقت القيام بها، ان فقد الوعي الذاتي أثناء التدفق يعني أن الأفراد يركزون تركيزاً كاملاً لذلك فإن فكرة ظهورهم أمام الآخرين أو حتى ما يقوله الآخرين عند سلوكهم حينما يخلو بأنفسهم تختفي وبذلك يتواجد النشاط في أذهانهم. (٢٣: ١٨)



الشكل البياني رقم (٨) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (فقد الوعي الذاتي) لمقياس

التدفق النفسي لعينة البحث

جدول (١٧)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (تحول الوقت)

لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث ن = ٤٠

الترتيب	نسبة الموافقة %	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي الموزن بالأوزان	مربع كاي	غير موافق بشدة		غير موافق		محايد		موافق		موافق بشدة		الدلالات الإحصائية العبارات
					%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%	تكرار	
٢	%٧٢,٠٠	٠,٨٧	٣,٦٠	*١٠,٤٠	%٠,٠٠	٠	%١٠,٠٠	٤	%٣٥,٠٠	١٤	%٤٠,٠٠	١٦	%١٥,٠٠	٦	٨
١	%٨٥,٠٠	٠,٦٣	٤,٢٥	*٣٩,٦٠	%٠,٠٠	٠	%٢,٥٠	١	%٢,٥٠	١	%٦٢,٥٠	٢٥	%٢٢,٥٠	١٣	١٧
٣	%٦٨,٥٠	٠,٩٨	٣,٤٣	٥,٤٠	%٠,٠٠	٠	%١٧,٥٠	٧	%٤٠,٠٠	١٦	%٢٥,٠٠	١٠	%١٧,٥٠	٧	٢٢

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ عند درجة حرية ٤ = ٩,٤٩، عند درجة

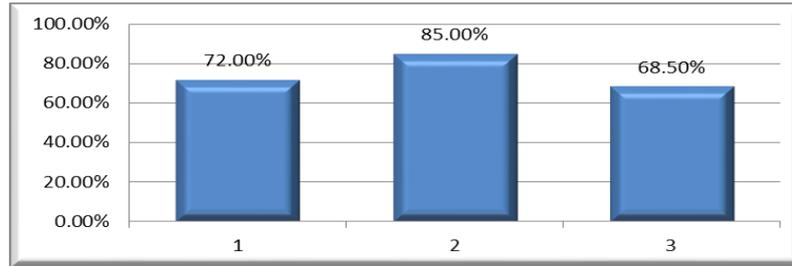
حرية ٣ = ٧,٨٢، عند درجة حرية ٢ = ٥,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٧) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات بعد (تحول الوقت) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معظم العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٦٨,٥٠% إلى ٨٥,٠٠%).

وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد زغلول (٢٠١٦) نقلا عن ميهالي بأن معظم المتدققين يرون أن الزمن قد بدا لهم كأنه انقضى بسرعة حيث يشعرون بأن الساعات الطوال التي قضاها في المهمة كانت كدقائق معدودات لكن في كثير من الأحيان يحدث العكس، فالبعض يرى أن هناك منعطفات مهمة احتاجت منهم في الحقيقة إلى لحظات لكنهم أحسوا أنهما دقائق أو ساعات طوال، وهو ما يمكن وصفه بلحظات الذروة التي مرت كأنها دهور.

(١٧:٢٦)

وفي هذا الصدد ترى فايزه باكير (٢٠١٢) أن تحول الوقت ناتج عن حدوث حالة من التدفق العميق جداً، أما اختلاف تفسير الاحساس بمرور الزمن فراجع إلى كون النشاط أصلاً متعلق بعامل الزمن أم لا، فالسباحون والمتسابقون مثلاً يبدو لهم أن الزمن كان سريعاً للغاية في حين لاعبو التنس وراقصوا الباليه يرون العكس تماماً. (٢٠ : ٣٥)



الشكل البياني رقم (٩) الخاص بنسب الموافقة لعبارات بعد (تحول الوقت) لمقياس التدفق النفسي لعينة البحث

عرض ومناقشة النتائج الخاصة بعبارات مقياس السلوك التنافسي:

جدول (١٨)

يوضح التكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات مقياس السلوك التنافسي لعينة البحث ن = ٤٠

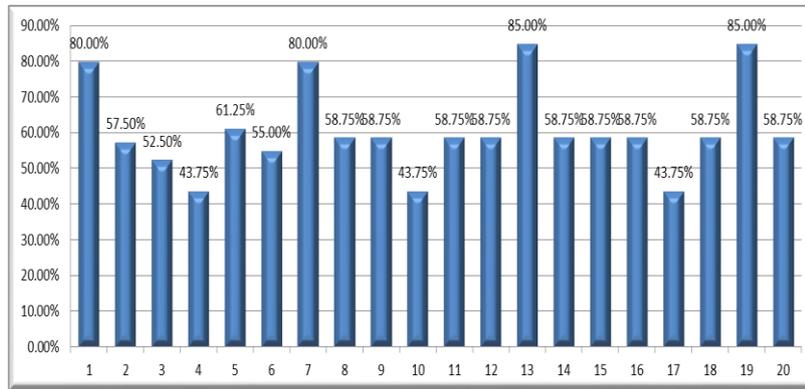
م	الدلالات الاحصائية للعبارة	دائماً			أحياناً		نادراً		مربع كاي	المتوسط الحسابي المرجح بالأوزان	الانحراف المعياري	نسبة الموافقة %	الترتيب
		تكرار	%	تكرار	%	تكرار	%						
١	١	٢٨	%٧٠,٠٠	٨	%٢٠,٠٠	٤	%١٠,٠٠	*٢٤,٨٠	٢,٦٠	٠,٦٧	%٨٠,٠٠	٣	
٢	٢	٩	%٢٢,٥٠	٢٨	%٧٠,٠٠	٣	%٧,٥٠	*٢٥,٥٥	٢,١٥	٠,٥٣	%٥٧,٥٠	١٥	
٣	٣	٨	%٢٠,٠٠	٢٦	%٦٥,٠٠	٦	%١٥,٠٠	*١٨,٢٠	٢,٠٥	٠,٦٠	%٥٢,٥٠	١٧	
٤	٤	٧	%١٧,٥٠	٢١	%٥٢,٥٠	١٢	%٣٠,٠٠	*٧,٥٥	١,٨٨	٠,٦٩	%٤٣,٧٥	١٨	
٥	٥	١٥	%٣٧,٥٠	١٩	%٤٧,٥٠	٦	%١٥,٠٠	*٦,٦٥	٢,٢٣	٠,٧٠	%٦١,٢٥	٥	
٦	٦	٩	%٢٢,٥٠	٢٦	%٦٥,٠٠	٥	%١٢,٥٠	*١٨,٦٥	٢,١٠	٠,٥٩	%٥٥,٠٠	١٦	
٧	٧	٢٧	%٦٧,٥٠	١٠	%٢٥,٠٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,٦٠	٠,٦٣	%٨٠,٠٠	٤	
٨	٨	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	٦	
٩	٩	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	٧	
١٠	١٠	٧	%١٧,٥٠	٢١	%٥٢,٥٠	١٢	%٣٠,٠٠	*٧,٥٥	١,٨٨	٠,٦٩	%٤٣,٧٥	١٩	
١١	١١	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	٨	
١٢	١٢	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	٩	
١٣	١٣	٣٢	%٨٠,٠٠	٤	%١٠,٠٠	٤	%١٠,٠٠	*٣٩,٢٠	٢,٧٠	٠,٦٥	%٨٥,٠٠	١	
١٤	١٤	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	١٠	
١٥	١٥	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	١١	
١٦	١٦	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	١٢	
١٧	١٧	٧	%١٧,٥٠	٢١	%٥٢,٥٠	١٢	%٣٠,٠٠	*٧,٥٥	١,٨٨	٠,٦٩	%٤٣,٧٥	٢٠	
١٨	١٨	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	١٣	
١٩	١٩	٣٢	%٨٠,٠٠	٤	%١٠,٠٠	٤	%١٠,٠٠	*٣٩,٢٠	٢,٧٠	٠,٦٥	%٨٥,٠٠	٢	
٢٠	٢٠	١٠	%٢٥,٠٠	٢٧	%٦٧,٥٠	٣	%٧,٥٠	*٢٢,٨٥	٢,١٨	٠,٥٥	%٥٨,٧٥	١٤	

*قيمة مربع كاي الجدولية معنوية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٩٩

يتضح من الجدول رقم (١٨) وشكل بياني (١٠) الخاص بالدلالات الإحصائية الخاصة بالتكرار والنسبة المئوية ومربع كاي ونسبة الموافقة لعبارات مقياس السلوك التنافسي لعينة البحث وجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع العبارات، حيث كانت قيمة (مربع كاي) المحسوبة أكبر من قيمة (مربع كاي) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥)، وتراوحت نسب الموافقة لجميع العبارات ما بين (٤٣,٧٥% إلى ٨٥,٠٠%)، ويرجع الباحث هذه النتيجة الى أن اللاتعبات في هذه المرحلة السنوية يتميزون باضطرابات في عملية التوجه لتحقيق الأهداف، وذلك لأن استعداد اللاتعبات لمواجه مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق في ضوء معيار معين من معايير التفوق عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفعالية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل إحراز بطولة ما أو التفوق في مواقف المنافسة الرياضية تتولد لديه طاقة نفسية عالية تزيد من دافعيتهم للإنجاز والحرص على تحقيق أفضل أداء ويتميز بدرجة عالية من الثقة بالنفس. (٢٥: ١٤٢)

كما تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة منى عادل (٢٠١٩) (١٠) حيث توصلت إلي وجود علاقة ارتباطية ودالة إحصائية بين السلوك التنافسي ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي التنس (عينة البحث)، توجد علاقة ارتباطية ودالة إحصائية بين المهارات النفسية والسلوك التنافسي ومستوي الأداء المهاري لدي لاعبي التنس.

كما تتفق تلك النتائج مع نتائج دراسة شيماء عبدالكريم (٢٠٢١) (١٦) حيث أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دالة معنوية بين الطلاقة النفسية ودافع إنجاز النجاح لدى لاعبات التايكوندو، ووجود علاقة ارتباط غير دالة معنوية بين الطلاقة النفسية والسلوك التنافسي لدى لاعبات التايكوندو.



الشكل البياني رقم (١٠) الخاص بنسب الموافقة لعبارات مقياس السلوك التنافسي لعينة البحث

جدول رقم (١٩)
العلاقة بين أبعاد ومحور التدفق النفسي ومحور السلوك التنافسي

الأبعاد والمحاور	توازن التحدي مع المهارة	تغذية عكسية واضحة	وضوح الاهداف	التركيز في الأداء	الاحساس بالتحكم	الخبرة الذاتية الايجابية	الاندماج في الأداء	فقد الوعي الذاتي	تحول الوقت	مجموع التدفق النفسي	مجموع السلوك التنافسي
توازن التحدي مع المهارة	١										
تغذية عكسية واضحة	٠,٢٠٤	١									
وضوح الاهداف	٠,١٧٨	*٠,٣٣٥	١								
التركيز في الأداء	٠,٠٣٠	**٠,٥٣٠	**٠,٧٠١	١							
الاحساس بالتحكم	٠,١٣٦	**٠,٣٩١	**٠,٧٧٩	**٠,٦٦٣	١						
الخبرة الذاتية الايجابية	**٠,٤٦٧	**٠,٤٩٢	٠,٢٤٢	**٠,٥١٣	٠,٢٢٩	١					
الاندماج في الأداء	٠,١٢٣	٠,٣٠٠	**٠,٨٧٢	**٠,٦٣٩	**٠,٧٨٣	٠,١٣٦	١				
فقد الوعي الذاتي	٠,٢٦٣	**٠,٤٠٥	**٠,٦٢٤	**٠,٧١٤	**٠,٥١٠	**٠,٤٢٩	**٠,٥١٧	١			
تحول الوقت	٠,٠٥٥	**٠,٥١٦	**٠,٨٣٨	**٠,٨٨٠	**٠,٨٠٣	**٠,٣٨٥	**٠,٧٩٩	**٠,٦٧٩	١		
مجموع التدفق النفسي	*٠,٣١٧	**٠,٦٢٢	**٠,٨٤٠	**٠,٩٠١	**٠,٨٠٢	**٠,٥٩٥	**٠,٧٧٩	**٠,٧٧٢	**٠,٩٢٥	١	
مجموع السلوك التنافسي	٠,٠٦٨	٠,١١٣	٠,١٢٠	٠,٠٣٤-	٠,٢٠٥	٠,٠٩٦-	٠,٢٣٥	٠,٠٤٠	٠,٠٧٧	٠,٠٨٧	١

*معنوي عند مستوى ٠,٠٥ **معنوي عند مستوى ٠,٠١

يتضح من الجدول رقم (١٩) الخاص بالعلاقة بين أبعاد ومحور التدفق النفسي ومحور السلوك التنافسي عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد ومحور التدفق النفسي

ومحور السلوك التنافسي حيث تراوحت قيمة (ر) المحسوبة ما بين (٠,٢٣٥، ٠,٠٣٤) وهذه القيم أقل من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ وعند مستوى ٠,٠١

إستخلاصات البحث :

- ١- العوامل والمهارات النفسية ضرورية للاهتمام بها في اعداد الرياضيين في الالعاب الجماعية.
- ٢- مقياس حالة التدفق النفسي لدى لاعبات الكرة الطائرة عينة البحث تميز بمعاملات صدق وثبات عال والمقياس صالح للتعرف على مستوى حالة التدفق النفسي لدى لاعبات الكرة الطائرة.
- ٣- مقياس السلوك التنافسي لدى لاعبات الكرة الطائرة عينة البحث تميز بمعاملات صدق وثبات عال والمقياس صالح للتعرف على مستوى السلوك التنافسي لدى لاعبات الكرة الطائرة.
- ٤- عدم وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين درجات عينة البحث على مقياس التدفق النفسي ومقياس السلوك التنافسي.
- ٥- أسهمت درجات اللاعبات في السلوك التنافسي في التنبؤ بدرجاتهم في مقياس حالة التدفق النفسي قيد البحث
- ٦- حالة التدفق النفسي تؤدي إلى ردود فعل إيجابية مؤثرة علي أداء اللاعبات بشكل جيد.
- ٧- حالة التدفق النفسي مسئول عنه ثلاث سمات ذاتية هي (اندماج الوعي في الأداء- الاحساس بالتحكم والانضباط- تحول الوقت).
- ٨- التفوق في المهارات السيكلوجية يساهم في تحسين الأداء وخبرة التدفق النفسي.

التوصيات :

- ١- التركيز علي الاهتمام بالتدفق النفسي في الالعاب الفردية والجماعية.
- ٢- ضرورة حث لاعبات الكرة الطائرة أثناء حضورهم للتدريب وقبل المنافسات على التمتع بالتدفق النفسي لمواجهة ظروف التدريب والمنافسات الرياضية المختلفة.
- ٣- ضرورة الاهتمام بتنمية المهارات النفسية (التدفق النفسي- السلوك التنافسي) لناشئات الكرة الطائرة لما لها من دور ايجابي في تحسين مستوي الأداء المهاري في التدريب والمنافسة.
- ٤- ضرورة تطبيق المقياس على الرياضيين بشكل عام وعلى كافة المستويات الرياضية.

- ٥- ضرورة التدريب على استخدام إستراتيجيات تطوير حالة التدفق النفسي لدى لاعبي الألعاب الجماعية.
- ٦- ضرورة الاهتمام بتواجد أخصائي نفسي يعمل علي تنمية المهارات النفسية داخل كل فريق لما له من تأثير إيجابي علي مستوي الأداء.
- ٧- وضع العوامل النفسية وبرامج الاعداد النفسي قدرا هاما في تخطيط برامج التدريب.
- ٨- اجراء المزيد من الدراسات التي تتناول التدفق النفسي علي رياضات اخري.

((المراجع))

أولا: المراجع العربية :

- ١- أحمد البيومي علي البيومي (٢٠٢٠): التدفق النفسي وعلاقته بجودة الحياة لدى الطالب المعلم بكلية التربية الرياضية، بحث منشور بالمجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، المجلد/العدد: مج ٤٠
- ٢- أحمد أمين فوزي، طارق محمد بدر الدين (٢٠٠١): سيكولوجية الفريق الرياضى، ط ٤، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٣- أحمد فتحي الزيات، أسامة مصطفى رياض، أشرف فتحي عبدالمحسن، سامح فوزي عبدالفتاح (٢٠٠٢): الصحة العامة، النور للكمبيوتر والطباعة، القاهرة.
- ٤- أحمد ماهر (١٩٩٨): السلوك التنظيمي مدخل بناء المهارات، الإسكندرية، دار الجامعة
- ٥- أروي محمد رشاد محمد حسين (٢٠٢٢): دراسة تحليلية لحالة التدفق النفسي لدى اللاعبين في الألعاب الفردية، بحث منشور بالمجلة العلمية لعلوم الرياضة بجامعة المنوفية، جامعة المنوفية - كلية التربية الرياضية، المجلد/العدد: مج ٢، ٢٤
- ٦- أسامة كامل راتب (١٩٩٧): علم النفس الرياضي المفاهيم والتطبيقات (ط ٢)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٧- أسامة كامل راتب (٢٠١٥): الدعم النفسي للناشئ (المدرّب-الآباء)، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- أمال عبدالسميع باظه (٢٠١١): الكمالية السوية والعصابى ط ١، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ٩- جار الله نايف محمد ناصر (٢٠١٨): دافعية الإنجاز وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدى لاعبي مسابقات الميدان والمضمار بدولة الكويت، بحث منشور بمجلة

- علوم الرياضة وتطبيقات التربية البدنية، جامعة جنوب الوادي- كلية التربية الرياضية بقنا، المجلد/العدد: ٩ع
- ١٠- حسن ابراهيم (٢٠١٨): حالة التدفق النفسي وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق بحث منشور بمجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، جامعة البعث، سوريا، المجلد/العدد: مج ٤٠، ١٧ع
- ١١- حنان إبراهيم أبو موسى (٢٠١٧): بناء مقياس "حالة" التدفق النفسي للرياضيين "بنات"، بحث منشور بمجلة سيناء لعلوم الرياضة جامعة العريش- كلية التربية الرياضية المجلد/العدد: مج ٢، ٢ع
- ١٢- دانيال جولمان (٢٠٠٠) : الذكاء العاطفي، ترجمة ليلي الجبالي، مراجعة محمد يونس، الكويت، سلسلة عالم المعرفة
- ١٣- راما بسام الدرويش (٢٠١٥): نوعية الحياة وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس.
- ١٤- رامز عبدالستار حمادة محمد الشعراوي (٢٠١٩) :تأثير التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي على أبعاد التدفق النفسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية جامعة العريش، بحث منشور بمجلة سيناء لعلوم الرياضة، جامعة العريش - كلية التربية الرياضية، المجلد/العدد: مج ٤، ٢ع
- ١٥- ربيعة بن الشيخ (٢٠١٥): علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي دراسة ميدانية على عينة من اساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي.
- ١٦- شيماء عبدالكريم علي محمد (٢٠٢١): علاقة الطلاقة النفسية بدافعية الإنجاز الرياضي والسلوك التنافسي لدى لاعبات التايكوندو، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنات، المجلد/العدد: مج ٦٤
- ١٧- عبد الرحمن عدس ونايف قطامي (٢٠٠٠): مبادئ علم النفس، ط ٤، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان.
- ١٨- عبد العزيز عبد المجيد محمد (٢٠٠٨): سلسلة الإعداد النفسي للرياضيين- الطلاقة النفسية، دار العلوم للطباعة والنشر، القاهرة.
- ١٩- على محمد مطاوع (١٩٧٧): سيكولوجية المنافسات، دار المعارف، القاهرة.

- ٢٠- **فايزة باكير (٢٠١٢):** تصميم برنامج تدريسي لمادة النحو وفق نظرية التدفق في الصف الأول الثانوي، دراسة تجريبية في ثانويات محافظة دمشق، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة دمشق.
- ٢١- **كوثر محمود محمد رواش، مها علي عبده سويلم، ريم أحمد إبراهيم إبراهيم، سامية عبدالنواب أبو العنين (٢٠٢٢):** بناء مقياس التدفق النفسي لدى الطالبات المتميزات رياضيا بكلية التربية الرياضية بالقاهرة، بحث منشور بالمجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنات المجلد/العدد: مج ٧١
- ٢٢- **مجدي حسن يوسف (٢٠٠٨):** الاستراتيجيات المعرفية والدافعية للتصور لدى اللاعبين في المجال الرياضي، المؤتمر الاقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرقص التعبيري لمنطقة الشرق الأوسط.
- ٢٣- **مجدي حسن يوسف (٢٠١٧):** التدفق النفسي في المجال الرياضي (مفاهيم- تحليل- تطبيق)، دار الوفاء لدينا الطباعة، الاسكندرية.
- ٢٤- **محمد احمد الديو (٢٠٠٧):** حالة الطلاقة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين كرة الطائرة، مجلة كلية التربية البدنية الرياضية المجلد رقم ٤٠ العدد ٧٦ كلية التربية البدنية والرياضية، جامعة الزقازيق مصر.
- ٢٥- **محمد حسن علاوي (٢٠٠٢):** علم نفس التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٦- **محمد حمدي محمد زغول (٢٠١٦):** الثقة الرياضية وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة جنوب الوادي.
- ٢٧- **محمد نعمة حسن (٢٠١٧):** الصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالسلوك التنافسي، بحث منشور بمجلة علوم التربية الرياضية جامعة بابل - العراق كلية التربية الرياضية المجلد/العدد: مج ١٠، ٦٤
- ٢٨- **منى عادل عبادة محمد (٢٠١٩) :** المهارات النفسية والسلوك التنافسي وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي بطولة الجمهورية للتنس (2018) ، بحث منشور بمجلة علوم الرياضة - جامعة المنيا - كلية التربية الرياضية، المجلد/العدد: مج ٣٢، ج ١

٢٩- نوره أبو المعاطى فرج، مني أحمد أحمد موسى دويدار (٢٠٢١): التدفق النفسي لدى
حكام رياضة الجودو في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، بحث
منشور مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية المجلد/ العدد: ٥٨ع،

ج ٣

ثانيا : المراجع الأجنبية :

- 30- Jackson, S.A., & Marsh, H.W (2003):** Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. Journal of sport and exercise psychology, Volume 18.
- 31- Matias Kivikangas (2006):** Psychophysiology of flow experience An explorative study, University of Helsinki, Faculty of Behavioral Sciences, Department of Psychology.
- 32- Mihaly csikszentmihalyi & Hunter,J.(2003) :** Happines in everyday life: The uses of exerceince sampling. Journal of Happiness Studies Volume,4,
- 33- Stefan Engeser&Falko Rothenberg (2008):** "Flow, performance and moderators of challenge- skill", Motive Emoi, Springer science Business media.