

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة غرداية



كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا

التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم
الابتدائي بولاية غرداية

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

تحت إشراف الدكتورة:

تشعبت ياسمين

من إعداد الطالبة:

مسقي فرحة ناس

لجنة المناقشة:

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	الصفة
د. ياسمين تشعبت	أستاذة محاضرة أ	مشرفا ومقررا
د. بوسعيد مليكة	أستاذة	ممتحنا
أ. كحل عينو ياسين	أستاذ	رئيسا

الموسم الجامعي: 2023-2024م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ)

(سورة الزمر، الآية: 9)

"إهداء"

إلى من كانت سندي بدعائها في كل خطوة صغيرة أو كبيرة... إلى من أعيش لكسب

رضاها سنينا طويلة... والدتي الكريمة، برا بها وعرفانا بفضلها المعطاء...

ومن كان معينا إلى أن وصلت إلى هذه الدرجة العلمية، أخواتي العزيزات...

إلى كل من ساهم في تكويني الأكاديمي من أساتذة وزملاء...

وأخص بالذكر الدكتورة الفاضلة يسمينة تشعبت، التي لم تبخل علي بالعطاء...

إلى كل من كانت له يد في مساعدتنا من أهل الفضل والوفاء...

أهدي إليكم ثمرة عملي عساه ينال رضاكم...

"شكر وعرفان"

حمدا وصلاة وسلاما على خير الخلق أجمعين، سيدنا محمد وعلى آله وصحبه وسلم تسليما، أحمد الله تعالى أن وفقني لإتمام هذا العمل الدؤوب، ولا يسعني في هذا المقام إلا أن أتقدم بأسمى آيات الشكر والتقدير والامتنان للأستاذة المشرفة على إعداد هذه المذكرة الدكتورة يسمينة تشعبت على كل ما قدمته لي من دعم و توجيه و مساندة و تشجيع و صبر، خلال مسيرة إنسانية و علمية زاهرة و عابقة بالمودة و العطاء، فجزاها الله كل خير.

كل الشكر الموصول إلى أساتذتنا الأفاضل – أساتذة قسم علم النفس في جامعة غرداية – الذين لم ييخلوا علي بالتكوين العلمي في مشواري الجامعي.

وأتقدم بالشكر الجزيل للأساتذة المناقشين لقبولهم مناقشة هذه المذكرة، ولما بذلوه من جهد ووقت في قراءة هذا البحث وتقويمه.

كل الشكر والتقدير والامتنان لمن أكرمني الله بها: والدتي الكريمة وأخواتي على إخلاصهم وفيض عطائهم، وخالص دعائهم، وحنو مساعدتهم، فبارك الله فيكم جميعا.

والشكر الموصول إلى كل من ساعدني ووقف إلى جانبي، ومن كان له فضلا علي من

قريب أو بعيد، موجهها أو مرشدا مؤيدا أو معارضا

فشكرا لكم جميعا...

ملخص الدراسة:

ملخص الدراسة باللغة العربية:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى التدفق النفسي والصمود النفسي والعلاقة بينهما لدى أساتذة التعليم الابتدائي لولاية غرداية، وتكونت العينة من (61) فرداً تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من ابتدائيات المقاطعة الثانية لولاية غرداية، تراوحت أعمارهم ما بين (24 و53)، وتم تطبيق مقياس التدفق النفسي للموساوي والشطب (2016)، ومقياس الصمود النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور (2017).

وتمت معالجة البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية

(SPSS) وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أفراد العينة، كما أسفرت الدراسة عن وجود مستوى منخفض لكل من المتغيرين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أفراد العينة، بينما كشفت الدراسة الحالية إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط درجات الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية، وقد فسرت النتائج على ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة وثيقة الصلة بالدراسة الحالية.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، الصمود النفسي، التعليم الابتدائي.

Summary of the study in English:

The current study aimed to reveal the relationship between the psychological flow and the psychological resilience and the level of each of them among teachers of primary education in the state of Ghardaia. The sample consisted of (61) individuals who were selected by a stratified random sampling method from the primary schools of the second district of the state of Ghardaia. Their ages ranged between (42 and 53). The Psychological Flow Scale by Al-Moussawi and Al-Shattab (2016), and the Psychological Resilience Scale by Bassel Muhammad Abdullah Ashour (2017).

The data was processed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) The results of the study found that there was no statistically significant correlation between psychological flow and psychological resilience among the sample members. The study also resulted in a low level for both variables of psychological flow and psychological resilience among the sample members, while the current study revealed that there were no significant differences. There is a statistical difference between the average psychological flow scores and the average psychological resilience scores among primary education teachers due to the variable of age, gender, and seniority. The results were interpreted in light of theoretical frameworks and previous studies closely related to the current study.

Keywords : psychological flow, psychological resilience, primary education.

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
	إهداء
	شكر وعرفان
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
	فهرس الجداول
	فهرس الأشكال
	فهرس الملاحق
01	مقدمة
3	الجانب النظري
4	الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية
5	1. إشكالية الدراسة
9	2. تساؤلات الدراسة
10	3. فرضيات الدراسة
11	4. أهداف الدراسة
11	5. أهمية الدراسة
12	6. التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة
13	7. الدراسات السابقة
27	الفصل الثاني: التدفق النفسي
28	تمهيد
28	1. الخلفية التاريخية للتدفق النفسي
28	2. مفهوم التدفق النفسي
32	3. أهمية التدفق النفسي
33	4. أهم خصائص الشخصية المتدفقة

34	5. مكونات التدفق النفسي
35	6. نماذج التدفق النفسي
37	7. خبرة التدفق النفسي لدى المعلمين
39	8. النظريات المفسرة للتدفق النفسي
44	خلاصة الفصل
45	الفصل الثالث: الصمود النفسي
46	تمهيد
46	1. الخلفية التاريخية للصدوم النفسي
49	2. مفهوم الصمود النفسي
50	3. أبعاد الصمود النفسي
51	4. مكونات الصمود النفسي
53	5. أنماط الصمود النفسي
53	6. مراحل الصمود النفسي
54	7. سمات الصمود النفسي
55	8. العوامل المدعمة للصدوم النفسي
57	9. مقومات الصمود النفسي
57	10. النظريات المفسرة للصدوم النفسي
62	خلاصة الفصل
63	الجانب التطبيقي
64	الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة
65	تمهيد
65	1. منهج الدراسة
66	2. حدود الدراسة
66	3. الدراسة الاستطلاعية
67	4. تحديد عينة البحث وخصائصها

72	5. أدوات الدراسة
81	6. الأساليب الإحصائية
82	خلاصة الفصل
83	الفصل الخامس: عرض وتفسير النتائج
84	تمهيد
84	1. الإجابة على التساؤل الأول
86	2. الإجابة على التساؤل الثاني
88	3. الإجابة على التساؤل الثالث
90	4. الإجابة على التساؤل الرابع
97	5. الاستنتاج العام
97	6. المقترحات والتوصيات
98	قائمة المراجع
109	قائمة الملاحق

فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
56	جدول يوضح العوامل التي تدعم الفرد على تكوين الصمود النفسي	(1)
56	جدول يوضح العوامل التي تعيق الفرد على تكوين الصمود النفسي	(2)
69	جدول يوضح حجم العينة من حيث متغير الجنس	(3)
70	جدول يوضح حجم العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية	(4)
71	جدول يوضح حجم العينة حسب متغير الأقدمية	(5)
72	جدول يوضح حجم العينة من حيث متغير السن	(6)
74	جدول يوضح قيم الصدق التمييزي	(7)
76	جدول يوضح معامل الثبات الفا كرونباخ	(8)
77	جدول يوضح ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي	(9)

78	جدول يوضح قيم الصدق التمييزي	(10)
80	جدول يوضح معامل الثبات الفا كرونباخ	(11)
80	جدول يوضح ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي	(12)
84	جدول يوضح بعض المؤشرات الاحصائية على مقياس التدفق النفسي	(13)
85	جدول يوضح مستوى عينة الدراسة على المقياس	(14)
86	جدول يوضح مستويات الدلالة على مقياس الصمود النفسي	(15)
86	جدول يوضح بعض المؤشرات الاحصائية على مقياس الصمود النفسي	(16)
87	جدول يوضح مستوى عينة الدراسة على مقياس الصمود النفسي	(17)
88	جدول يوضح اختبار "Shapiro-wilk" و'كلمغروف-سيمنوف' لمعرفة التوزيع الطبيعي للبيانات	(18)
89	جدول نتائج اختبار معامل الارتباط بين التدفق النفسي والصمود النفسي	(19)
90	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي للتدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس	(20)
91	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي للتدفق النفسي تبعا لمتغير السن	(21)
92	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي للتدفق النفسي تبعا لمتغير الأقدمية	(22)
93	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي متوسط درجات الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس	(23)
95	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي متوسط درجات الصمود النفسي تبعا لمتغير السن	(24)
96	جدول يوضح نتائج تحليل التبيان الاحادي للصمود النفسي تبعا لمتغير الأقدمية	(25)

فهرس الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	رقم الشكل
36	شكل يوضح قناة التدفق النفسي حسب Csikszentmihalyi	(1)
52	شكل يوضح مكونات الصمود النفسي حسب جولدشتين و بروكس	(2)
60	شكل يوضح نموذج ريتشاردسون للصمود النفسي	(3)
68	شكل يوضح حجم العينة حسب متغير الجنس	(4)
69	شكل يوضح حجم العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية	(5)
70	شكل يوضح حجم العينة حسب متغير الأقدمية	(6)
71	شكل يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير السن	(7)

فهرس الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
110	ملحق يوضح مقياس التدفق النفسي للموساوي والشطب (2016)	(1)
113	ملحق يوضح مقياس الصمود النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور (2017).	(2)
115	ملحق يوضح عينة البحث حسب المتغيرات التصنيفية	(3)
116	ملحق يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التدفق النفسي والصمود النفسي	(4)
117	ملحق يوضح ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي	(5)
118	ملحق يوضح ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الصمود النفسي	(6)
119	ملحق يوضح يبين ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي	(7)
120	ملحق يوضح الفروق بين المتغيرات الوسيطة لمقياس الصمود النفسي	(8)
122	ملحق يوضح الفروق بين المتغيرات الوسيطة لمقياس التدفق النفسي	(9)

مقدمة

مقدمة:

يعد التدفق النفسي من مواضيع علم النفس الإيجابي أحد فروع علم النفس الحديث والذي ظهر كتيار أو اتجاه فكري حديث على يد مارتن سيلجمان Martin Silgman عندما ترأس الجمعية الأمريكية لعلم النفس عام (1998)، وقد دعا إلى التركيز على القوى والخبرات الإيجابية لدى البشر وتحرير الطاقات الداخلية الكامنة وتكريسها لخدمة الفرد بحد ذاته وكذا المجتمع.

وأدى ذلك إلى استقطاب مجموعة من علماء النفس منهم (Csikszentmihalyi) حيث ركز في دراساته على التدفق النفسي الذي يصل بالفرد إلى أعلى درجة لتوظيف طاقاته النفسية، وتكون حالة الرضا والسعادة مصاحبة لها. (Csikszentmihalyi, 1975, P33).

كما يعتبر التدفق النفسي من المتغيرات النفسية المهمة في علم النفس الإيجابي الذي يصل بالفرد إلى أعلى درجة لتوظيف الطاقة النفسية لأنه يرتبط بتوقع النتائج الإيجابية والاستبشار بالمستقبل، إضافة إلى اقترانه بالإحساس بالقدرة والفعالية الشخصية. والتدفق خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة والإبداع، ويترتب على هذا الشعور أثاراً إيجابية منها خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية.

تختلف وتتعد مجالات الحياة التي يتعايش معها الفرد ليلجأ إلى الكثير من السبل من أجل تحديد النطاق المناسب له للتأقلم مع كافة الأوضاع والظروف، ولعل من أبرز هذه المجالات المجال التربوي وبالأخص التعليم الابتدائي الذي يقف على إثره مؤطرين وأساتذة بحيث يعتبر المنطلق الأساسي في منظومة التعليم والتي تبنى فيها التعلّمات والمهارات القاعدية للمتعلم.

فدور الأستاذ مهم جداً في هذه المرحلة من التعليم، وقد يتعرض الأستاذ أثناء تأديته لمهامه للتوتر والضغطات، وهنا تتجلى أهمية الصمود النفسي والتي تحمي الفرد وتقيه من الخطر

عند تعرضه للضغوطات وتساعده على التكيف والتعايش الإيجابي معها وهذا انطلاقا من مصادر القوة الكامنة في شخصية الفرد والتي تساعده على العمل بكفاءة رغم التعرض لتلك الضغوطات. (الأعسر، 2011، ص 27).

وقد ذكر "جولمان" أن الفرد يستطيع دخول حالة التدفق بأقل طاقة ذهنية ممكنة، أي أن الفرد الذي يتمتع بصمود نفسي عال يتغلب على التحديات الضاغطة ويتكيف معها بهدف الوصول إلى حالة التدفق النفسي. وهذا ما نسعى للبحث فيه في دراستنا الحالية من خلال معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية.

الجانب النظري

الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية

تمهيد.

1. إشكالية الدراسة.
2. تساؤلات الدراسة.
3. فرضيات الدراسة.
4. أهداف الدراسة.
5. أهمية الدراسة.
6. التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة.
7. الدراسات السابقة.

1. إشكالية الدراسة:

تعتبر المدرسة الابتدائية من مؤسسات النسق الاجتماعي حيث يتلقى التلاميذ مختلف العلوم والمعارف اللازمة لتكوين الفرد وتطوير قدراته واستعداداته من أجل إنشاء جيل ذو قاعدة متينة ويمكن التنبؤ به مستقبلاً، خاصة إذا تم اعداده الإعداد الكافي، وعليه تعتبر هذه المرحلة من أهم مراحل التعليم وتنال اهتماماً كبيراً من أغلب دول العالم، فتبدل تلك الدول أقصى الإمكانيات لتزويد هذه المرحلة بالكادر التعليمي المتخصص من معلمين ومعلمات أصحاب كفاءة عالية لإعداد جيل يمكن أن يعول عليه مستقبلاً. ولإنجاح هذه المهمة وسط ضغوطات الحياة وتحمل المسؤوليات وتقبل مصاعبها واعتبارها تحديات جديدة بأن تستنهض همه المواجهة واغتنامها كفرص أصيلة للتعلم والارتقاء وتحسين الأداء الإنساني. (محمد السعيد، 2013، ص 45).

ويعتبر التدفق النفسي ظاهرة إيجابية وخبرة ذاتية تؤدي إلى تشكيل مجموعة من المهارات الفائقة أو العادات المكتسبة التي تساعد الفرد على الاستمتاع بأي شيء يفعله في الحاضر، وتزيد من إمكانية الاستمتاع بالتجارب المستقبلية، كما يجعل الفرد أكثر قدرة على التنظيم والسيطرة على وعيه، وعلى تأسيس نظام مرن وواضح يدفعه باتجاه التطور.

فالتدفق النفسي يحمل في طياته فكرة السعي نحو الإجابة، والقدرة على التركيز لساعات طويلة دون أن يشعر الفرد بالملل، والاغراق في التفكير إلى انخفاض الوعي

بالزمن والمكان، والإدراك الشديد بالمهام الواجب القيام بها ومواجهة المشكلات ومقاومة العوائق التي تؤدي بالفرد إلى الفشل في إنجاز عمله، وكذلك الإصرار والتحدي رغم كثرة المشكلات والأزمات. (أبو حلاوة، 2015، ص21).

والدخول في حالة التدفق يعتمد على تحقيق التوازن بين طاقات العمل وفرص العمل، وهذا التوازن الديناميكي قد يصبح هشاً إذا فاقت التحديات قدرات الفرد على إنجازها وبالتالي يشعر الفرد بالقلق، وفي حالة تفوق قدرات الفرد التحديات فيسترخي ويشعر بالملل، وهنا يضغط القلق على الفرد لتعديل مستوى المهارة من أجل الهروب من حالة النفور وإعادة تفعيل التدفق. (نيرمين حجازي التنشة، 2021، ص13)

وهذا ما أشار إليه عالم النفس المجري الأصل الأمريكي الجنسية (Csikszentmihalyi) ميهالي (1975) وهو أحد المؤسسين لعلم النفس الإيجابي ليصبح أحد المفاهيم الرائجة في هذا المجال، حيث يرى أن التدفق النفسي يعبر عن الحالة التي يصل إليها الفرد أثناء انغماسه في أداء مهمة ما، فهو يعتبر تدفق الخبرات الانفعالية الإيجابية أثناء النشاط الممارس حالة نفسية سارة تحدث في الحياة اليومية يمكن أن نشعر بها في العمل، أو المدرسة وتختلف درجاتها ومستوياتها تبعاً للنشاط المنجز، كما ترتبط بالاندماج الإيجابي مع المادة الدراسية من خلال التحدي والاستمتاع والقدرة على ضبط المواقف التعليمية وما ينتج عنه من معاني الاستمتاع والسعادة والإبداع. (سعيد، 2015، ص8)

كما ذكر علماء النفس الايجابي وجود شرطين للدخول في حالة التدفق النفسي وهما: إيجاد تحديات مدركة أو فرص لأداء نشاط يتناسب مع المهارات والقدرات التي يمتلكها الفرد، بحيث يكون التحدي متناسبا مع قدرات الفرد فلا يتجاوز هذا التحدي المدرك قدرات الفرد ولا تتجاوز قدرات الفرد ذلك التحدي الذي يقوم بأدائه. بينما الشرط الثاني هو تحديد هدف واضح قابل للتحقيق في ضوء قدرات ومهارات الفرد مع وجود تغذية راجعة فورية عما يحققه الفرد من تقدم يقربه من الهدف، فيتضح دور التغذية الراجعة في تنبيه الفرد إلى ما قد ينتابه من قلق أو ملل من أجل تعديل مستوى المهارة أو مستوى التحدي أو كليهما، حتى يتمكن الفرد من الخروج من حالة النفور والامتعاض والعودة مرة أخرى لحالة التدفق. (محمود، 2018، ص121)

إن مواضيع علم النفس الإيجابي تركز على إثراء القوى الإنسانية، فالإنسان يحمل بداخله القوة والضعف وبهما تتحد حياته. فعلم النفس الإيجابي هو المنحى الذي يعظم القوى الإنسانية باعتبارها قوى أصيلة في الإنسان. وترى صفاء الأعسر (2005) أن التدفق النفسي والصمود النفسي يعتبران من المفاهيم الإيجابية في علم النفس، فالصمود النفسي للفرد يساعده على تحطّي الضغوطات والأزمات والمشكلات وتجاوزها للوصول إلى تحقيق أهدافه. (صفاء، 2005، ص5)

فالصمود النفسي هو قدرة الفرد على حل المشكلات بكل فاعلية ومرونة وثقة على تجاوز المشكلات. فالثقة هي مصدر قوة لدى الفرد فهي تتجلى من خلال صمود

الفرد أثناء تعرضه للمواقف الصادمة ويسهل عليه الانتقال إلى مرحلة جديدة من التعايش الإيجابي مع ظروف الحياة وأزماتها.

وينظر إلى الصمود النفسي أنه عملية ديناميكية يمكن الأفراد من إظهار تكيف سلوكي عند مواجهتهم مواقف ضاغطة أو عصبية أو صادمة أو مأساوية. (علاء عبد الحسن حبيب، 2018، ص 307)

ويمكن الفرد من استعادة توازنه بعد التعرض للمواقف الضاغطة بل وقد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل مما يسمح بالفرد أن يصل إلى التدفق النفسي وهذا من خلال اتزانه مع نفسه وقدرته على مواجهة ما ينشأ داخله من صراعات وما يتعرض له من إحباطات ومدى قدرته على الصمود وتجاوز الأزمات وتوظيفها لتحقيق الأهداف وتطوير الأفراد.

فنظرا للمهام التي تسند إلى أساتذة التعليم الابتدائي في المدارس الابتدائية والتي تتطلب منهم الوقوف أمام المسؤوليات في مهنتهم وهم في حالة توتر وبذل جهودا أكبر من أجل إعداد الأجيال الجديدة ودمجها في إطار الحياة الاجتماعية وفق مناهج وخطط دراسية.

إن أستاذ التعليم الابتدائي يقوم بتعليم وتربية وتوجيه التلاميذ داخل وخارج القسم، وما يقوم به من أعمال وانشغالات في مجاله وميدانه الذي يحدث فيه الانغماس والتفاني إلى درجة نسيان نفسه أثناء قيامه بالمهام المرتبطة بالإدراك الشديد للنشاط ومستواه المناسب

من المهارات التي تلائم بيئته، محافظا على هدوئه واتزانه الذاتي عند التعرض للمواقف العصبية والضاغطة وأن تكون له القدرة على الصمود.

كما أشار سليمان (2015) إلى أن الصمود النفسي يتضمن دافعية تحت الفرد على المثابرة ومواصلة بذل الجهد والمحافظة على الاتجاه بغض النظر عن الظروف المتغيرة.

ويشير روتر (2006) في هذا الصدد أن الصمود النفسي لا يقتصر فقط على إعطاء الفرد درجة كبيرة من التفاؤل فيما يتعلق بالتغلب على التحديات الضاغطة والقدرة على التكيف معها وحسب بل ويمنح النتيجة الإيجابية نسبيا من تلك التحديات.

وفي هذا السياق ظهر علم النفس الإيجابي مؤخرا ليهتم بدراسة التدفق النفسي والاهتمام بالتركيز على الإنجاز بإبداع والصمود النفسي عند التعرض للمتاعب والصعاب والقدرة على التوافق الإيجابي مما يترتب عليه من نتائج إيجابية توصل أساتذة التعليم الابتدائي لأعلى تجليات الإبداع الإنساني بأقل طاقة ذهنية ممكنة. ولأهمية هذه الفئة جاءت دراستنا لتسلط الضوء على هذه المشكلة المتعلقة بالتدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي والمتمحورة حول التساؤلات التالية:

2. تساؤلات الدراسة:

- 1- ما مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية؟
- 2- ما مستوى الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية؟

3- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي

لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط

درجات الصمود النفسي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية؟

3. فرضيات الدراسة:

- يوجد مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية.

- يوجد مستوى مرتفع من الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة

التعليم الابتدائي.

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط درجات الصمود

النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية.

- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى

أساتذة التعليم الابتدائي.

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط درجات الصمود

النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية.

4. أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

- معرفة مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- معرفة مستوى الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- الكشف عن الفروق الدالة احصائيا بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغيرات السن والجنس والأقدمية.

5. أهمية الدراسة:

- تستمد الدراسة الحالية أهميتها من خلال طبيعة الموضوع الذي تناوله من جهة، ونوع المشكلة المطروحة من جهة أخرى، وبالتالي تكمن أهمية الدراسة في:
- تسليط الضوء على التدفق النفسي والصمود النفسي وهما متغيرين إيجابيين حديثين نسبيا لم ينالا قدرا وافيا من البحث في البيئة العربية بشكل عام وفي الجزائر بشكل خاص، باعتبارهما من المؤشرات الإيجابية لزيادة الإنتاجية أثناء أداء المهام.
 - يعد أستاذ التعليم الابتدائي الركيزة الأساسية في تربية وتعليم التلميذ، وبالتالي الاهتمام بجوانب حياته النفسية خاصة فيما يتعلق بالمتغيرات الإيجابية كالتدفق

والصمود النفسي، والتي تعد من المواضيع الهامة التي تزيد من فاعلية آدائه مما يعود بالنفع على الأستاذ والتلميذ والمدرسة.

- تناولت الدراسة متغير الصمود النفسي والذي يمثل قدرة الفرد على حل المشكلات بكل فاعلية ومرونة للتغلب على الضغوطات التي تؤدي إلى ظهور الاضطرابات النفسية.

- يمكن أن تسهم هذه الدراسة مع دراسات أخرى مشابهة في تطوير برامج تستهدف رفع مستويات التدفق النفسي بالتركيز على الصمود النفسي.

6. التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

التدفق النفسي: (Psychological Flow)

توصل (Csikszentmihalyi, 1975) لهذا المفهوم من خلال سلسلة أعمال ويقصد به: الحالة النفسية الداخلية التي يشعر الفرد من خلالها بالتركيز التام مع ما يقوم به، وهو بذلك يرتبط بحالة التعلم الأمثل التي وصفها **ميهالي** بأنها حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الاستغراق المطلق. (محمد السعيد، 2013، ص7)

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يتحصل عليها الأستاذ على مقياس التدفق النفسي للموساوي والشطب (2016).

الصمود النفسي: (Psychological Resilience)

عرفه كل من (Werner&Smith, 1992) على أنه القدرة على التعافي والعودة إلى الحياة بشكل متوازن نفسياً بعد حدوث خسارة له. أي يعني استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب بل ويوظفها لتحقيق نموه وتكامله. (زينب عبد المحسن درويش، ص1348)

ويعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الأستاذ من خلال مقياس الصمود النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور (2017).

7- الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات التي تناولت متغير التدفق النفسي:

دراسة عبد المجيد وعبد الباقي ولاشين (2016):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة المعلمين في ضوء متغيرات التخصص والنوع الاجتماعي والمستوى التعليمي للوالدين. كما هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة المعلمين. وقد تم استخدام مقياس التدفق النفسي وتكونت عينة الدراسة من (158) طالبا وطالبة من الطلبة المعلمين بجامعة حلوان بمصر. وأسفرت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي للوالدين لصالح الطلاب الذين مستوى تعليم

والديهم مرتفع، كما توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق

النفسي تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي. (عبد المجيد وعبد الباقي ولاشين، 2016)

دراسة فاطمة السيد حسن خشبة (2017):

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي وكل من السعادة والرضا الوظيفي والتسويق لدى المعلمين. كم هدفت الدراسة إلى الكشف عن إسهام متغيرات البحث في التنبؤ بالتدفق النفسي وكذلك الكشف عن تأثير بعض المتغيرات كالجنس وطبيعة المواد التي يدرسها المعلم (أدبية - علمية) نوع المؤسسة التي يعمل بها (أزهر - عام)، وكذلك متغير السن والدخل واللقب العلمي (معلم مساعد، معلم، معلم أولي، معلم خبير)، نوع المرحلة التعليمية التي يدرسها (ابتدائي، إعدادي، إعدادي وثانوي، ثانوي). وتكونت عينة البحث من 513 معلما منهم (253) ذكرا و(260) أنثى وقد تراوحت أعمارهم ما بين 25 و60 عاما، واستخدمت الباحثة مقاييس التدفق النفسي والسعادة والتسويق والرضا الوظيفي. وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين التدفق النفسي والسعادة والرضا الوظيفي، ووجود علاقة سالبة بين التدفق النفسي والتسويق وإسهام متغيرات البحث في التنبؤ بالتدفق النفسي ويعد متغير السعادة أفضل متغيرات البحث إسهاما في التنبؤ، كما أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى إلى طبيعة المواد المدرسة ونوع المؤسسة والسن ونوع

المرحلة التي يدرسها المعلم، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى إلى الدخل لصالح مرتفعي الدخل واللقب العلمي لصالح المعلم الخبير. (فاطمة السيد حسن خشبة، 2017)

دراسة سمية زكي، عبد العزيز أبو حية (2019):

هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة التدفق النفسي والرضا عن العمل بالانسجام الأسري لدى مبرمجي الكمبيوتر بالمؤسسات الحكومية بمحافظة غزة. بلغت العينة العشوائية (241) من مبرمجي الكمبيوتر في المؤسسات الحكومية وغير الحكومية. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي ومقياس التدفق النفسي (أباطة 2011)، واستباني الرضا عن العمل والانسجام الأسري (إعداد الباحثة 2018). واستخدمت الأساليب الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (ت)، وتحليل التباين الأحادي، واختبار شيفيه، معامل الارتباط بيرسون ومعامل الارتباط سبيرمان.

وأظهرت النتائج وجود علاقة ضعيفة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والانسجام الأسري ووجود علاقة ضعيفة بين كل من الرضا عن العمل والانسجام الأسري. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي والرضا عن العمل تعزى إلى متغير الجنس وعدد الأولاد وعدد سنوات الزواج، بينما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في كل من التدفق النفسي والرضا عن العمل تعزى إلى

عدد سنوات العمل وجهة العمل. وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الانسجام الأسري تعزى إلى متغير الجنس وعدد الأولاد وعدد سنوات الزواج وجهة العمل وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الانسجام الأسري تعزى إلى عدد سنوات العمل. (سمية زكي، عبد العزيز أبو حية، 2019،

دراسة مهريّة الأسود (2021):

هدفت الدراسة إلى الكشف إلى الكشف عن مستوى التفكير الإيجابي، والكفاءة الذاتية والتدفق النفسي، والتعرف على طبيعة هذه المتغيرات لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة، وعلى القدرة التنبؤية لكل من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية بحدوث التدفق النفسي، واتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي واستخدمت ثلاثة مقاييس وهي التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة، مقياس الكفاءة الذاتية لـ (سامر جميل رضوان)، ومقياس التدفق النفسي لـ (نصيف، 2015)، طبقت على عينة مكونة من 82 طالب وطالبة من جامعة ورقلة من أصل 300 تم اختيارها بطريقة عشوائية بسيطة وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أفراد العينة، وهذا يرجع إلى وجود علاقة وثيقة بين حالة التدفق والتعليم الجامعي على وجه التحديد وأن لديهم إبداع وارتفاع مستوى المهام والتحديات التي يواجهونها مما يخلق لديهم رغبة في تحقيقها وتنفيذها، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجة العينة في مستوى التدفق

النفسي يعزى لمتغير الجنس. وتفسر هذه النتيجة بأن طلبة الجامعة ذكورا وإناثا لا يختلفون فيما بينهم من حيث التوازن بين القدرات والتحديات المدرسة والأداء الدراسي، كما يدل على أنهم يتمتعون بقدر عالي ومتساوي يساعدهم على إدارة انفعالاتهم ويشجعهم على النجاح والاستمرار في الحياة بشكل إيجابي وسليم. وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت النتائج على وجود مستويات مرتفعة من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى أفراد العينة، كما أسفرت أيضا على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات ووجود قدرة تنبؤية لكل من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية على حدوث التدفق النفسي. (مهريّة الأسود، 2021)

الدراسة الأجنبية التي تناولت متغير التدفق النفسي:

دراسة (2012) (Giovanni Moneta) حول: التدفق النفسي والإبداع والدافعية الذاتية في العمل، وهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والإبداع والدافعية في العمل حيث طبق استبيان للتدفق النفسي، وقائمة أولويات العمل على عينة عشوائية مكونة من (367) موظف ومالك لأحدى الشركات. وبلغ متوسط العمر للعينة 33 عاما كلهم ذوي تعليم عال. وأسفرت نتائج الدراسة أن الدافعية الذاتية ترتبط ارتباطا وثيقا بالتدفق النفسي في العمل إذا كان مجال العمل يسمح بالأفكار الإبداعية للموظف، بينما لا يوجد ارتباط دال بين الدافعية الذاتية والتدفق النفسي في حالة

عدم السماح بالأفكار الإبداعية للموظف، وأكدت الدراسة على أهمية التناغم والتوافق بين الفرد وبيئته والذي بدوره يعزز وجود حالة التدفق في العمل.

(Giovanni Moneta, 2012)

ثانيا الدراسات التي تناولت متغير الصمود النفسي:

دراسة عصام الطلاع (2016):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لدى طلبة الجامعة الإسلامية بغزة وكذلك معرفة العلاقة بين الذكاء الروحي والصمود النفسي والكشف عن الفروق عن مستوى الذكاء الروحي والصمود النفسي لديهم تبعا لمتغيرات الجنس، والتخصص والمستوى الدراسي ومعرفة إلى أي مدى يمكن التنبؤ بالصمود النفسي من خلال الذكاء الروحي.

وتكون مجتمع الدراسة من 466 طالبا وطالبة من طلبة الجامعة الإسلامية بغزة اختبروا بطريقة العينة الطبقية العشوائية كما استخدم الباحث مقياس الذكاء الروحي من إعداده ومقياس الصمود النفسي من إعداد كونور دفيدسون (2003) ترجمة الباحث.

كما تم استخدام المنهج الوصفي وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق على مستوى الصمود النفسي تبعا لمتغير الجنس والمستوى التعليمي. (عصام الطلاع، 2016)

دراسة الجليلة (2018):

استهدفت دراسة الجلبة (2018) الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي وأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، بالإضافة إلى الكشف عن فاعلية البرنامج التدريبي في تنمية الصمود النفسي، وأثر ذلك في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. وتوزعت عينة الدراسة القصديّة كالتالي: مجموعة استطلاعية تبلغ 50 طالبة، ومجموعة ضابطة تبلغ 80 طالبة، ومن مجموعة الدراسة الوصفية البالغ عددها 206 طالبة من طالبات الفرقة الثانية بقسم علم النفس بكلية البنات بجامعة عين شمس.

وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي منهجا للدراسة وتطبيق مقياس الصمود النفسي لدى الطالبة الجامعية ومقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الطالبة الجامعية، وبرنامج تدريبي لتنمية الصمود النفسي لدى طالبات الجامعة لتحسين القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة موجبة بين الصمود النفسي وأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الطالبة الجامعية وفاعلية البرنامج التدريبي المستخدم في تنمية الصمود النفسي كمدخل لتحسين القدرة على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى أفراد المجموعة التجريبية. (الجلبة، 2018)

دراسة يسرى راضي إبراهيم الأفندي (2018):

هدفت دراسة يسرى راضي إبراهيم الأفندي (2018) إلى الكشف عن العلاقة بين الصمود النفسي والتوافق الزوجي وكذلك الرضا عن الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بمحافظة فيوم، وقد تم استخدام مقياس الصمود النفسي كونور

دفيدسون (2003) وتم تعريبه من قبل الباحثة وكما تم استخدام مقياس التوافق الزوجي من إعداد (ظريف شوقي محمد محسن، 1999) ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد (نجد الدسوقي).

كما تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن وقد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي تعزى إلى متغير مستوى التعليم لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. (يسرى راضي إبراهيم الأفندي، 2018)

دراسة شريف زهرة (2019):

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس - ماستر) بجامعة المسيلة، والكشف عن الفروق في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج قسم علم النفس تخصص علم النفس العيادي (ليسانس - ماستر)، وكذا الكشف عن الفروق في الصمود النفسي والتوجه نحو الحياة لدى الطلبة تبعاً لمتغير الجنس والمستوى الدراسي.

وقد تم تطبيق مقياس الصمود النفسي لباصل محمد عبد الله عاشور (2017) ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد الباحث نورس شاكر هادي (2008)، وقد طبقا على عينة عشوائية مكونة من (50) طالب وطالبة.

كما تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسط درجات المرونة ومتوسط درجات التوجه نحو الحياة لدى الطلبة. ووجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الصمود تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور. (شريف زهرة، 2019)

هبة عبد الغني أحمد حمودة (2023):

جاءت هذه الدراسة لبحث العلاقة بين الصمود النفسي وكل من التسامح والرضا الوظيفي لدى عينة من معلمي محافظة المنيا بالمرحلة الابتدائية والكشف عن الفروق في الصمود النفسي التي ترجع إلى كل من النوع ومكان العمل والتفاعل بينهما. ويسعى هذا البحث أيضا إلى الكشف عن علاقة الصمود النفسي لدى المعلمين بالتسامح والكشف عن علاقة الصمود النفسي بالرضا الوظيفي. ولقد طبقت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وتمثلت عينتها في (111) معلما و(239) معلمة، كما استخدمت الباحثة مقياسي الصمود النفسي والتسامح من إعدادها واستخدمت الرضا الوظيفي (رمضان، 2011) وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية. وأسفرت نتائج البحث وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين أبعاد الصمود وأبعاد الرضا الوظيفي، كما أسهم بُعدي إدارة الانفعالات والمرونة وحل المشكلات في التنبؤ بالتسامح، وأسهمت كل أبعاد الصمود النفسي (المرونة، حل المشكلات، إدارة الانفعالات، التفاؤل، الكفاءة الذاتية) في التنبؤ بالرضا الوظيفي لدى عينة البحث. (هبة عبد الغني أحمد حمودة، 2023)

الدراسة الأجنبية التي تناولت متغير الصمود النفسي:

دراسة (2013) (Ghetto & al): في اليابان، والتي هدفت إلى الكشف عن علاقة الصمود النفسي والصلابة النفسية والاكئاب والاحترق النفسي بين المرضات اليابانيات في مستشفى الطب النفسي، ولقد طبقت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وتمثلت عينتها 327 ممرضة تم اختيارها بطريقة عشوائية باستخدام مقاييس تقيس متغيرات الدراسة، والتي أسفرت نتائجها إلى وجود ثلاثة عوامل ترتبط بالصمود النفسي وهي: الإيجابية لدى المرضات والمهارة البينشخصية والتكيف في العمل، كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود ارتباط إيجابي بين الصمود النفسي وتقدير الذات والصلابة النفسية، بينما وجدت ارتباطات سلبية بين الصمود النفسي والاكئاب والاحترق النفسي بين المرضات. (Ghetto & al, 2013)

الدراسة التي تناولت كلا المتغيرين:

دراسة زهور سليم الجهني، مارية طالب الأحمدى (2022):

ساهم هذا البحث في التعرف على مستوى التدفق النفسي والصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة والكشف عن العلاقة بينهما، كما هدف إلى قياس إسهام الصمود النفسي بالتنبؤ بمستوى التدفق لديهن. واستخدم المنهج الوصفي المسحي الارتباطي للتعرف على مستوياتهما ودراسة العلاقة بينهما نظرا لكون المنهج يتناسب مع موضوع البحث وتساؤلاته. وبلغت عينة البحث 392 طالبة المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة.

وقد تم تطبيق مقياس التدفق النفسي (مقياس جاكسون ومارش، 2006) بعد تعديله من تعريب لبن الشيخ (2015) والتحقق من صدقه الظاهري. وتم تقنين مقياس الصمود النفسي (سرميني، 2015) على المجتمع السعودي. واستخدمت الأساليب الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار(ت)، وتحليل الانحدار الخطي المتعدد، معامل الارتباط بيرسون، ومعامل الثبات ألفا كرو نباخ.

وأظهرت نتائج الدراسة مستوى مرتفع من التدفق النفسي والصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. كما أظهرت نتائج البحث إسهام الصمود النفسي بالتنبؤ بالتدفق النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. وأنه كلما تحسن الصمود النفسي بمقدار وحدة تحسن مستوى التدفق النفسي. (زهور سليم الجهني، مارية طالب الأحدي، 2022)

التعقيب على الدراسات السابقة:

ارتبط موضوع التدفق النفسي في الدراسات السابقة بمجموعة من المتغيرات، كالإبداع، والدافعية الذاتية في، والسعادة، والرضا الوظيفي، والتسويق، والرضا عن العمل، والانسجام الأسري، والتفكير الإيجابي، والكفاءة الذاتية.

تناولت عدة دراسات العلاقة بين الصمود النفسي والعديد من المتغيرات كأساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، والتوافق الزوجي، والرضا عن الحياة، والذكاء الروحي، والتوجه نحو الحياة، والرضا الوظيفي، والصلابة، والاكنتاب، والاحترق النفسي، والتوجه نحو الحياة.

وفيما يلي تعقيب على الدراسات السابقة والدراسة الحالية:

- من حيث موضوع الدراسة:

اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة واحدة تناولت متغيري التدفق النفسي والصمود النفسي مع كدراسة (الجهني والأحمدي، 2022) واختلفت في إحدى متغيراتها عن بقية الدراسات.

- من حيث المنهج الدراسة:

يتفق منهج الدراسة الحالية (المنهج الوصفي الارتباطي) مع دراسة كل من (الأسود، 2021) ودراسة (الجلبة، 2018) ودراسة (زهرة، 2019) ودراسة (حمودة، 2023) ودراسة (Ghetto&al, 2013) ودراسة (Giovanni, 2012)، وتختلف عن الدراسات التي استعملت المنهج الوصفي المسحي على غرار دراسة (الجهني وآخرون، 2022)، كما اختلفت دراسة (الطلاع، 2016) ودراسة (عبد المجيد وآخرون، 2016) التي استعملت المنهج الوصفي، ودراسة (زكي وأبو الحية، 2019) التي استعملت المنهج الوصفي التحليلي، ودراسة (الأفندي، 2018) التي استعملت المنهج الوصفي الارتباطي المقارن.

- من حيث مجتمع الدراسة:

اتفقت الدراسة الحالية من حيث طبيعة مجتمع دراستها وهي أساتذة التعليم الابتدائي مع دراسة (حمودة، 2023) ودراسة (خشبة، 2017)، ودراسة (لاشين، 2016)

والتي كانت على الطلبة المعلمين، ودراسة(الأسود، 2021)، ودراسة(الجلبة، 2018)، ودراسة (الطلاع، 2016)، ودراسة(زهرة، 2019)، ودراسة(الجهني والأحمدي، 2022) التي كانت على الطلبة والطالبات، ومنها ما طبق على الممرضات كدراسة (Ghetto,2013)، ودراسة (Giovanni,2012) والتي طبقت على موظفي ومالك الشركات، ودراسة (الأفندي، 2018) التي طبقت على أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات، ودراسة (زكي وأبو الحية، 2019) على مبرمجي الكمبيوتر في المؤسسات الحكومية وغير الحكومية.

- من حيث أدوات الدراسة:

وفيما يتعلق بالمقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة، تبين أن الباحثين استخدموا مقاييس مختلفة مع مقياس التدفق النفسي، حيث تم استخدام مقياس التدفق النفسي ومقياس التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة ومقياس الكفاءة الذاتية لسامر جميل رضوان (1997) في دراسة (الأسود، 2021)، ومقياس التدفق النفسي ومقياس الرضا عن العمل والانسجام الأسري من إعداد الباحثة (2018) في دراسة (أبو الحية، 2019)، كما طبق مقياس التدفق النفسي في دراسة (لاشين، 2016)، وفي دراسة (خشبة، 2017) تم تطبيق مقياس التدفق النفسي ومقياس السعادة ومقياس الرضا الوظيفي ومقياس التسويق من إعداد الباحثة، ودراسة (Giovanni,2012) التي استخدمت مقياس الدافعية في العمل، أما الدراسات التي تناولت موضوع الصمود النفسي فقد استعملت عدة مقاييس،

على غرار دراسة (الجلبة، 2018) التي استخدمت مقياس الصمود النفسي ومقياس مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ومقياس الصمود النفسي ومقياس التوافق الزوجي من إعداد ظريف شوقي محسن (1999) ومقياس الرضا عن الحياة من إعداد (نجد الدسوقي) في دراسة (الأفندي، 2018)، كما استخدمت دراسة (الطلاع، 2016) مقياس الصمود النفسي ومقياس الذكاء الروحي من إعداد الباحث، ومقياس الصمود النفسي ومقياس التوجه نحو الحياة من إعداد نورس شاكر هادي (2008) التي استخدمت في دراسة (زهرة، 2019)، وفي دراسة (حمودة، 2023) تم استخدام مقياس الصمود النفسي ومقياس التسامح من إعداد الباحثة ومقياس الرضا الوظيفي من إعداد رمضان (2011)، كما تم استخدام مقياس الصمود النفسي ومقياس الصلابة النفسية ومقياس الاكتئاب ومقياس الاحتراق النفسي في دراسة (Ghetto, 2013)، أما عن دراسة (الجهني والأحمدي، 2022) فقد استخدمت مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش (2006) من تعريب بن الشيخ (2015) ومقياس الصمود النفسي لسرميني (2015).

الفصل الثاني: التدفق النفسي

تمهيد.

1. الخلفية التاريخية للتدفق النفسي.
2. مفهوم التدفق النفسي.
3. أهمية التدفق النفسي.
4. خصائص الشخصية المتدفقة.
5. مكونات التدفق النفسي.
6. نماذج التدفق النفسي.
7. خبرة التدفق النفسي لدى المعلمين.
8. مقومات الصمود النفسي:
9. النظريات المفسرة للتدفق النفسي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

تهدف الدراسات إلى إظهار علم النفس الإيجابي كأحد العلوم النفسية الحديثة التي ظهرت أواخر القرن العشرين على يد (Csikszentmihalyi) من أبرز دراساته التدفق النفسي الذي لديه دور في بناء الشخصية الإيجابية للفرد، وإعطاء أهم الركائز التي يتماشى معها الفرد من أجل استثمار ما هو إيجابي في حياته و مواجهة الحياة السلبية و الضاغطة التي تواجهه و ذلك وفق قوة التفكير الايجابي العقلاني و الواقعي في الشخصية لأنه يسعى إلى توظيف مكامن القوة في شخصية الفرد و مواجهة التحديات لهدف تحقيق التوازن المواقف مع المهارات الشخصية المطلوبة.

1- الخلفية التاريخية للتدفق النفسي:

يعد عالم النفس (Csikszentmihalyi) مكتشف مفهوم التدفق النفسي، ولقد كانت الجذور التاريخية الأولى لظهور الدراسات حول التدفق إلى الستينات من القرن الماضي حيث بدأ العالم ميهالي عام (1995) وزملائه بدراسة التدفق النفسي بعد أن قاموا بدراسة حالة الفنانين والرسامين وكيفية اندماجهم والاستغراق الذي هم فيه عندما يقومون بإعمالهم، ومن خلال ذلك أصبحت بحوث ودراسات عن التدفق سائدة في الثمانينات والتسعينات. حيث تم تقييم حالة التدفق النفسي بشكل ملحوظ خلال دراسات الفن والعلم والخبرة الجمالية والرياضة والكتابة الأدبية وذلك عبر أنواع الفعاليات، وخلال الثمانينات والتسعينات تم بناء مفهوم التدفق النفسي من الباحثين الذين يدرسون تعزيز الخبرة الايجابية مثل: اللعب، الرياضة، والفن، والطب، والدافعية الذاتية.

وقد كشفت التقارير التي تحصل عليها أنها عبارة عن خبرة مرضية جدا، تميزت بقدر كبير من التركيز يرقى إلى مستوى الاستغراق التام في النشاط تحدث لديهم من فترة إلى أخرى،

مع فقدان الوعي بالذات وبلوغهم ذروة الأداء إضافة إلى ذلك تشوه الإدراك بالزمن واختفاء كل المشاكل الانفعالية لديهم والإحساس بالمتعة العالية.

إن التدفق يعد من الاستراتيجيات الحديثة في علم النفس الإيجابي، إذ أنه يسير وفقاً لمبدأ غرس الكفاءة الذاتية والتفائل، إذ تتم استعمال هذه الفنيات لحفض القلق وأن قوة الشخصية يتم تنميتها من ضمن هذه الجوانب (زينب، 2019، ص 301)

2- مفهوم التدفق النفسي:

- لغة: يعرف التدفق لغة: دفق الماء دفقا، أي امتلأ حتى يفيض الماء من جوانبه وأدق الماء وتدفق، أي سال بشدة وقوة. (المعجم الوجيز، 2002، ص 230)

- اصطلاحاً: صيغ مصطلح التدفق للمرة الأولى سنة 1975 على يد (Csikszentmihalyi) حيث اعتبره إحساس كلي يشعر به الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها. (Csikszentmihalyi, 1975, P36)

كما يعد مفهوم حالة التدفق في علم النفس الإيجابي خبرة ذاتية تمثل ظاهرة إيجابية تتحقق عندما يذوب الفرد بالعمل والمهام مقارنة بحالة من النشوة والابتهاج تعني من خلالها بهجة الحياة ومن ثم يكشف معنى الحياة والهدف من الحياة ومن ثم تدفع الفرد إلى الإبداع بل إلى أعلى تجليات الإبداع الإنساني.

وحالة التدفق النفسي تعتبر قوة دافعية كبيرة عندما يندمج الفرد اندماجاً كلياً في النشاط والذي يعكس مستوى عالياً من التقدير الذاتي يؤدي إلى الاستمتاع والإبداع فإن الدافعية الداخلية لممارسة النشاط تستمر ما لم تكن هناك متعة. (زكي، 2015، ص 989)

حيث يعرفها (Csikszentmihalyi): على أنها حالة نفسية داخلية تجعل الشخص يشعر بالتوحد مع ما يقوم به والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع هذه الأنشطة التي وصفها بأنها حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الاستغراق المطلق، في هذا الشعور الرائع بتملكك لمقالييد الحاضر وأدائك وأنت في قمة قدراتك. (محمد السعيد، 2013، ص6)

ولأن الأصل في خبرة حالة التدفق استغراق الإنسان بكامل منظومات شخصيته في مهمة تدوب فيها 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 وطموحاته. (Csikszentmihalyi, 1990, page 32)

وكما تتمثل حالة التدفق النفسي في القدرة الفائقة على الإنجاز الذي لا يتأثر إلا من خلال معرفة الفرد قدراته على التحدي والمواجهة التي لا تحدث إلا بزيادة الدافعية لديه مع استخدام المهارات الاجتماعية أي مهارات التواصل وفيها يكون القلق منخفضاً والفرد بعيداً عن الإحباط واليأس واللامبالاة. (مريم، ص 231)

كما تناول (Narmmoun 1997): حالة التدفق ورأى أنها تقابل كل الناس وفيها يكون الشخص وكأنه في حالة غيبوبة وعدم الوعي بالذات فهو يؤدي نشاطه أوتوماتيكياً وبتلقائية دون وعي بالعالم الخارجي وينغمس بالكامل فيه مع عدم تأثير الظروف الخارجية كالضوضاء وتنحصر كل حالات تشتيت الانتباه مع الشعور بالمتعة والبهجة. وهي حالة يشعر فيها الفرد في نشاط ما بحيث لا يبدو أن هناك شيء آخر مهم في ذلك وتكون هذه

التجربة ممتعة جدا ويقوم فيها الفرد بعمل ذلك مهما كلفه الأمر لتحقيق هذا الشيء ولكي يصل الفرد لهذه الحالة لا بد أن يمر ببعض الخطوات. (مهريّة الأسود، 2021، ص 59)

و يرى أيضا **دنيال جولمان (2000)** : أن التدفق حالة نسيان الذات عكس التأمل و الاحترام و القلق فإن وصل الإنسان إلى حالة التدفق يستغرق تماما في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفتقد فيها الوعي بذاته تماما بهذا الاحساس تكون لحظات التدفق لحظات غياب الذات، و بالرغم من الوصول الأفراد إلى أقصى درجات الانغماس في الأداء ، إلا أنهم لا يدركون كيفية القيام بذلك الآن الشعور بالسرور هو الدافع و المحفز لهم و من فوائد التدفق النفسي أنه يسهم في التخفيف من الاضطرابات الانفعالية من القلق و الاكتئاب حيث أن التدفق النفسي يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم. (أسماء فتحي بادسي، ص 98)

ويعرفه **محمد سيد صادق (2009)**: أنه خبرة خاصة بكل فرد، تحدث من وقت لآخر خاصة عندما يؤدي الفرد أقصى درجات الأداء، أو عندما يصل إلى أعلى مستوياته وهي خبرة من النوع الراقى، والعلامة المميزة للتدفق هي الشعور بالسرور التلقائي حتى النشوة أو الغبطة. إنها الحالة التي يستغرق فيها الناس كليا فيما يقومون به من أعمال، موجهين أقصى درجات الانتباه على العمل محافظين على الوعي أثناء العمل. (صادق، 2009، ص316)

وأشار **شاهين والبحري وعبد الفتاح (2017)**: إلى أن التدفق النفسي حالة عقلية يكون فيها الفرد مغمورا بشعور من التركيز والانهماك الكامل في النشاط، مع الاهتمام بالنجاح في هذا النشاط والتركيز مع نقص الشعور بالذات أي العمل بالوعي.

كما يعد التدفق النفسي عملية تتضمن شقين هما: اتزان الفرد مع نفسه وتناغمه مع ذاته وقدرته على مواجهة ما ينشأ داخله من صراعات وما يتعرض له من احباطات، ومدى

تحرره من التوتر والقلق الناجم، ونجاحه في التوفيق بين دوافعه ونوازعه المختلفة وانسجامه مع ظروف البيئة المادية. (نيرمين حجازي، 2021، ص15)

انطلاقاً من التعاريف السابقة يمكننا أن نعرف التدفق النفسي على أنه: "حالة تركيز تام وانغماس الفرد في أداء مهامه والاندماج التام مع العمل حتى يبلغ أقصاه وانخفاض الوعي بالذات والمكان والزمان أثناء الأداء مع الإحساس بالمتعة والسعادة والرضا".

3- أهمية التدفق النفسي:

يعد التدفق النفسي حالة يجد فيها الفرد نفسه مندمجا اندماجا تاما في النشاط أو العمل الذي يقوم به من تجاهل تام لأي نشاطات أو مهام أخرى، مع تحقيق حالة من الاستمتاع الشخصي. ويترتب عن هذه الحالة آثارا إيجابية منها خفض الشعور بالخوف والملل وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية وينمي التخيل العقلي والتفكير الإبداعي، كما ينمي مستوى الطموح والدافعية للإنجاز وتحمل المسؤولية وغيرها. (بن الشيخ، 2015، ص40) وتكمن أهمية التدفق النفسي فيما يلي:

- يسمح التدفق النفسي بتطوير وازدهار الأفراد.
- يمنح التدفق النفسي فرصة للضبط والتنظيم والسيطرة على الوعي والشعور.
- يتيح التدفق النفسي للوصول إلى الخبرة المثالية.
- تبيان المضامين التطبيقية لحالة التدفق في عمليات التعليم والتعلم. (بلقيرة، 2018، ص25)

4- أهم خصائص الشخصية المتدفقة:

الوضوح: فالفرد المتدفق يعرف تماما ما يريد وما لديه من أهداف واضحة يسعى لتحقيقها من خلال خطة محددة.

القياس: أي قدرة الفرد على وضع طرق مناسبة لقياس مدى تقدمه نحو تحقيق الأهداف.

التركيز: أي القدرة على التركيز على ما يتم عمله ووعي الفرد بالأهداف التحكم في حياته وأنه ليس ضحية لبيئته.

الالتزام: أي قدرة الفرد المتدفق على إلزام النفس أن يؤدي سلوكا إيجابيا يرتبط بتحقيق الأهداف المطلوبة.

التحدي: أي رغبة الفرد في البحث المستمر عن التحديات الجديدة وأن يضع بالاستمرار أهدافا واضحة ومتطورة.

تحقيق المواءمة: تكون بين التحديات التي يوجهها الفرد ومستوى المهارات التي يمتلكها.

عدم النظر بحسرة إلى الإخفاقات السابقة: وعدم التفكير فيها كثيرا ولكن التركيز بدلا من ذلك على النشاط الذي يؤدي إلى تحقيق الأهداف.

التحدي الذاتي الإيجابي: كأن يقول الفرد لنفسه "أنا قادر على القيام بما هو مطلوب مني" وغيرها من العبارات الإيجابية.

القدرة على التعامل: وهي أن يكون الانسان قادرا على التعامل مع الأخطاء التي يقع فيها ويتحكم في القلق التي ينتابه.

عدم الشعور: ألا يشعر بمرور الوقت أثناء الانهماك في النشاط أو العمل (seligman2002). (زهرة، 2016 ص 317)

5- مكونات التدفق النفسي:

تتسم حالة التدفق النفسي حسب تصور (Csikszentmihalyi) بالمكونات التالية:

أ- أهداف واضحة: وضع الفرد أهداف واضحة وقابلة للإنجاز في ضوء قدرته ومهاراته الشخصية.

ب- اندماج وتركيز: وهو اندماج الشخص في نشاط معين وتركيزه الشديد فيه وانغماسه التام فيه.

ج- فقدان الشعور بالذات: وهو فقدان الوعي بالذات أي عدم الاهتمام بالماضي أو المستقبل أو أي مثيرات أخرى غير ذي صلة بالنشاط.

د- تشوه الإحساس بالوقت: وهو تغير الإحساس الداخلي بالوقت إما بسرعة مرور الوقت أو ببطء مروره.

هـ- تغذية راجعة مباشرة وفورية: وهي وضوح النجاح والفشل في مسار النشاط وهي مهمة جدا لتوفير معلومات حول الأداء المرء.

و- التوازن بين التحديات والمهارات: وهي توازن بين التحديات والمواقف والمهارات الشخصية المطلوبة.

ز- الشعور بالتحكم: إحساس الفرد بقدرته على ضبط الموقف أو النشاط أي إمكانية التحكم والسيطرة.

الإثابة الداخلية النشاط: بمعنى أن النشاط الذي يقوم به الفرد في حالة التدفق يحصل على مكافئات ذاتية دافعة بدلا من مكافئات ذات المصدر الخارجي في صورة الفرح أو المتعة التي تتبع عن النشاط ذاته (بلبقره 2013، ص 25) نقل عن (صواش خلود، 2021/2020، ص 25 - 26).

6- نماذج التدفق النفسي:

يوجد عدة من النماذج المفسرة للتدفق النفسي يمكن تخليصها فيما يلي:

نموذج قنوات التدفق:

استندت هذه النماذج على تعريف (Csikszentmihalyi) للتدفق القائم على العلاقة بين التحديات المتضمنة في المهمة والمهارات التي يمتلكها الفرد، وتحاول هذا النماذج تفسير حالة التدفق من خلال قنوات الخاصة بالمستوى المرتفع، والمنخفض من التحديات والمهارات وافتراضات أنه يمكن التنبؤ بالتدفق، من خلال مستوى تحديات النشاط ومهارات الفرد وتشمل هذه النماذج ما يلي:

1- نموذج ثلاث قنوات:

ويفترض ميهالي (1975) أن التدفق يحدث من خلال التناسق بين مهارات الفرد وتحديات النشاط سواء كان كلاهما في مستوى مرتفع، أو مستوى مرتفع من التحديات مع مستويات منخفضة من المهارات، أما الملل فيحدث عندما يتكافأ المستوى المنخفض من التحديات مع المستوى المرتفع من المهارات.

2- نموذج الأربع قنوات:

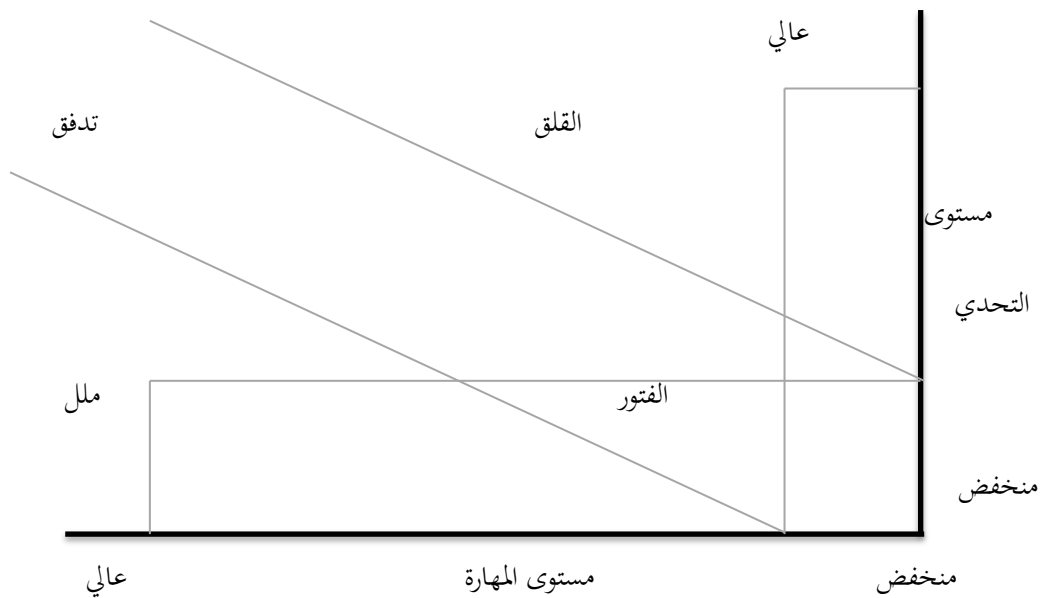
في ضوء الدراسات الأمبريقية تمت إعادة صياغة النماذج السابقة ليحوي أربعة قنوات بدلا من ثلاثة ويضيف ميهالي (1989) أن هذا النموذج حالة من التعاطف والتي تحدث عندما يقابل المستوى المنخفض من المهارات مستوى منخفض من التحديات.

(Csikszentmihalyi, 1990, page, 45)

3- نموذج ثمانية القنوات:

وهو امتداد طبيعي لنموذج أربعة قنوات وتمت إضافة هذه القنوات وهي كالتالي: الإثارة والسيطرة والتحكم والاسترخاء والاضطراب. ويفترض ميهالي (1988) في هذا النموذج أن الإثارة تحدث عندما يقابل مستوى مرتفع من تحديات النشاط مستوى معتدلا من مهارات الفرد بينما يحدث استرخاء عندما يقابل مستوى منخفضا من التحديات مستوى معتدلا من المهارات، أما الاضطراب فيحدث عندما يقابل مستوى معتدلا من التحديات مستوى منخفضا من المهارات، وتحدث السيطرة والتحكم عندما يواجه المستوى المعتدل من التحديات المستوى المرتفع من المهارات. ولكن هذا النموذج لم يقدم أي معلومات إضافية يمكن من خلالها التنبؤ بالتدفق. (خزام وآخرون، 2016، ص318)

الشكل رقم 01: يوضح قناة التدفق النفسي حسب Csikszentmihalyi



النماذج السلبية:

تسعى هذه النماذج إلى دمج التحديات مع المهارات وصولاً إلى عدد من المفاهيم الإضافية المرتبطة بالتدفق وتشمل:

أ- نموذج Ghani Supsik and Rooney 1991 :

ويفترض هذا النموذج أن السيطرة (التحكم) والتحديات يعتبران ركيزتان للتدفق فيمكن من خلال تحديات النشاط ومدى قدرة الفرد على التحكم في هذه التحديات والسيطرة عليها والتنبؤ بالتدفق من خلال ثمانية بنود وأربعة منها تقيس الاستمتاع والأربعة الأخرى تقيس تركيز الانتباه (Pearce et al ,2004).

ب- نموذج Ghani and Deshpande 1994 :

يفترض هذا النموذج أن التحديات ليست وحدها المسؤولة عن حدوث التدفق وإنما بجانب المهارات فالتدفق يحدث عندما ينظر المستوى المرتفع من التحديات والسيطرة قد تؤدي إلى التدفق أي أن المهارات تؤثر بشكل مباشر على التدفق كالتحديات تماماً.

ج- نموذج Hoffman and Novak 1996 Conceptual Model of Flow :

يعتمد هذا النموذج على الحاسب الآلي ويفترض هذا النموذج أن التدفق يحدث من خلال المستويات المرتفعة من التحديات والمهارات في وجود تركيز انتباه شديد على المهام (Novak et al 1997).

7- خبرة التدفق النفسي لدى المعلمين:

يشير (أبو الحلاوة) إلى أن خبرة التدفق يقصد بها المصاحبات التي تنتاب المرء عندما يتعايش مع حالة التدفق وغالبا ما تكون هذه المصاحبات متبلورة حول الشعور بالنشوة

والابتهاج والسعادة التامة والإحساس بالجدارة والقيمة الشخصية والإثابة الداخلية. (أبو الحلاوة، 2013، ص 18)

بينما يشير العبيدي (2016) إلى أن الأصالة في خبرة حالة التدفق استغراق الإنسان بكامل منظومات شخصية في مهمة تذوب فيها هذه الشخصية دون افتقاده الوجهة والمسار مع اسقاط للوقت أو الزمن من الحاجيات بمعنى أن تفضل فعاليات من يتعايش مع خبرة حالة التدفق سارية وممتعة إلى أن يتم إنجاز المهمة طلبت المدة الزمنية. (العبيدي، 2016، ص 198)

كما ترتبط خبرة التدفق بحالة التعلم المثالي Optimal Learning التي وصفها (ميهالي) الباحث بجامعة شيكاغو حيث يكون المتعلم في حالة من الاستغراق الكامل فيما يتعلمها ويكون الفهم في أقصى درجاته. ويتضح مما سبق أن خبرة حالة التدفق النفسي تعمل على ذوبان شخصية الفرد في أداء المهمة القائم بأدائها، فهو منهمك في أداء مهمته لا يشعر بالعالم من حوله يشعر بالسعادة والسرور في حالته هذه حتى يتم إنجاز مهمته على أكمل وجه على أن يكون كل ذلك مقترنا بحالة من النشوة والابتهاج والصفاء الذهني الدافع له باتجاه المداومة والمشاعر ليصل في نهاية الأمر إلى الإبداع الإنساني، وتكون المعاناة مقبولة دون انتظار لأي تعزيز. (صواش خلود، 2021/2020، ص 30-31)

يعيش المعلم خبرة التدفق النفسي في القسم مع تلاميذه، وهو يؤدي مهمته حيث تتصف خبرة التدفق لديهم بـ:

- الاهتمام والمشاركة: تحدث خبرة التدفق لدى المعلمين إلا عندما يكون لديهم اهتماما وهدفا واضحا أو حتى تصورات مشتركة مع تلاميذهم حول هذه الاهتمامات والأهداف، مما يجعل المعلم منغمسا في النشاط حيث يكون نموذجا لإبراز قيمة التعلم، ويشركهم في عملية التعلم ويجفزههم وما يزيده تدفقا هو مشاركة تلاميذه في مستويات صعبة من الدرس.

- **التواصل الأصيل:** يشير **فان لير (1996)** أن عملية الانغماس في عملية التعلم خاصة أساسية لدى الأشخاص الذين يعملون في مجال التعليم وهذا بفضل التواصل الأصيل بين المعلم والمتعلمين نتيجة التواصل الدائم في القسم، وتبنى هذه الأصالة في العلاقة بفضل عمليات الحكم الذاتي والاحترام والنزاهة الأخلاقية مع الآخرين.

- **العفوية وعدم القدرة على التنبؤ بحدوث التدفق:** حيث يحدث التدفق لدى المعلمين بشكل عفوي دون أن يتم التخطيط لذلك. وتشير البيانات المجمعة في إطار كل من الأصالة والعفوية إلى أن التدفق قد يكون ذو صلة بقضايا التحكم الذاتي للمعلمين، والحكم الذاتي هو حرية السماح لرغبات المتعلم الحقيقية دخول القسم، والسعي وراء تحقيق هذه الرغبات حتى ولو كانت لا تتطابق مع خطة الدرس.

- **لحظات التعلم:** يرى المعلم أثناء دخوله حيز التدفق النفسي للتعلم على أنه عملية عامة وشاملة، أي أن عملية التعلم تحدث للمتعلمين وله أيضا بمعنى أنه يكتسب نفس المعرفة.
Snyder, p120_123) (Christine Tardy and Bill

نستنتج مما سبق أن شروط حدوث حالة التدفق عند المعلمين هي نفسها شروط حدوثها عند أي فرد يقوم بنشاطه المفضل، على شرط أن يكون التعليم هو النشاط المفضل حتى نقول أن المعلم عاش حقا خبرة التدفق النفسي باعتباره معلما.

8- النظريات المفسرة للتدفق النفسي:

نظرية التحليل النفسي لفرويد (1957): يرى فرويد أن التدفق النفسي عملية غالبا ما تكون لاشعورية، أي أن الأفراد لا تعي الأسباب الحقيقية لبعض سلوكياتهم، فالشخص المتدفق نفسيا هو الشخص الذي يستطيع إشباع المتطلبات الضرورية له بوسائل مقبولة اجتماعيا. كما يرى فرويد أن التدفق النفسي يتحقق عندما تكون الأنا عند الفرد بمثابة المدير المنفذ للشخصية، أي أن الأنا الذي يسيطر على كل من الهو والأنا الأعلى ويتحكم

فيهما ويدبر حركة التفاعل مع العالم الخارجي تفاعلا تراعى فيه المصلحة الشخصية بأسرها ومالها من حاجات وبأداء الأنا لوظائفه بحكمة واتزان يسود الانسجام ويتحقق التدفق النفسي. أما إذا تخلى الأنا عن قدر أكبر مما ينبغي من سلطته للهو أو الأنا الأعلى فإن ذلك يؤدي إلى انعدام التوافق، ويرى فرويد أن العصاب والذهان ما هو إلا شكل من أشكال سوء التوافق، وقد أعطى فرويد ثلاث مسميات للشخصية المتوافقة والمتمتعة بالصحة النفسية وهي كالتالي: قوة الأنا، القدرة على العمل، القدر على الحب. (حجازي، 2021، ص 25)

نظرية Csikszentmihalyi:

ظهرت نظرية التدفق النفسي سنة (1990) بعد عدة سنوات من تأمل ميهالي في أبحاثه التي تناولت السبب الذي جعل بعض التجارب متعبة و مثمرة الأفراد فيجتازونها حتى وإن لم يتحقق لهم أي عوائد خارجية، وقد دفعته نتائج هذه أبحاث إلى توجيهه وتركيز اهتمامه على جزئية هامة من الدوافع التي لم تحط باهتمام من الباحثين في مجال علم النفس وهي تلك التي تولد الاثابة الناشئة من التفاعل المؤثر للشخص مع البيئة المحيطة وهذه الاثابة هي ما أسماه حالة التدفق النفسي بإشباع حاجات الفرد الأساسية تؤدي إلى وجود حافز و الدوافع لديه على الاكتساب و التعلم، و تطوير مهارات التفاعل بشكل أكثر فعالية و كفاءة مع البيئة المحيطة به، و عند المشاركة في مثل هذه العملية يستمتع بهذا ويسعى لخوض التجارب و الخبرات دون انتظار أي مقابل من وراءها، حيث يصبح التطور هو عائدها و هذه المشاركة الممتعة هي ما أطلق عليه التدفق النفسي.

و قد تم تصنيف نظرية التدفق النفسي عام (1990) باعتبارها من أهم النظريات التي تهتم بوجود ما يسمى بالدوافع الفطرية التي تتركز على فكرة أن كل البشر لديهم الدوافع للمشاركة في الأنشطة المختلفة و التي يمكن من خلالها استخلاص الخيارات أو الحصول

على حالة من التدفق النفسي، ويمكن وصف هذه الحالة: بأنها تلك الحالة التي يقوم الأفراد بوصفهم عندما ينغمسون في عمل شيء ما يضيف عليهم أجواء من المرح و السرور، و من الواضح أن القدرة على الانغماس و الاستغراق في تلك الأنشطة لا تتلاشى مع تقدم العمر و تتركز النظرية على عامل مهم يعد أحد العوامل الرئيسية لها و هو التوازن بين مستوى المهارة أو المهارات التي يملكها الفرد و التحدي المنبثق عن النشاط الذي يقوم به. وقد تم إضافة بعض الخصائص لها وهي فقدان الإحساس بالزمن والشعور بالتركيز الشديد على الهدف والتغذية الراجعة، واستخدام المهارات بصورة قد تبدو عفوية.

واقترحت النظرية أن التجارب المعقدة هي جوهرها حيث تؤدي إلى تجربة مثلى والتي تعرف بالتدفق، والذي يؤدي إلى أعلى مستويات الأداء، كما يقود إلى السلوكيات الاستكشافية والتكرار المستمر للنشاط وبذلك فهو يسهم في تحقيق مستوى أفضل للأداء، وبعد ظهور نظرية التدفق النفسي لميهالي ظهرت محاولة جيرالد ومارتين لتفسير التدفق النفسي من خلال سمات الشخصية وأن هناك علاقة بين التدفق والابتكار. حيث قام بتسجيل مؤشرات التدفق من خلال الأنشطة المختلفة التي يمارسها الشباب وصغار السن والتي يمكنهم من خلالها أن يشعر بحالة التدفق وتوصل إلى أن التدفق أحد العناصر العامة للابتكار كما أنه أحد سمات الشخصية المبتكرة. (جلید شروق، 2009 ص 20)

نظرية مارتن سليجمان: (Martin Seligman):

يرى "مارتن سليجمان" أن المصاحبات النفسية لحالة التدفق النفسي تدور حول ما أسماه (بالحياة ذات معنى)، إذ طرح "مارتن سليجمان" في نظرية السعادة ويمكن قياسها علمياً والتحكم فيها وهذه العناصر هي:

1- الحياة السارة أو المبهجة: والتي تتضمن خبرات تجلب السرور والانشراح كما تتضمن انفعالات ايجابية كبيرة.

2- الانغماس: أو الاندماج في الحياة أو الحياة التي تستغرق طاقات ونشاطات الإنسان.

3- الحياة ذات معنى أو الدلالة وقيمة: ويعتبر "مارتن سليجمان" أن الاندماج في

الحياة مماثل لمفهوم التدفق والخبرة المثالية لدى "ميهاى"، كما يرى أنه أقل أهمية من

السعادة التي يتحصل عليها الإنسان من الأنشطة الهادفة ذات المعنى، وقد وافق في

نفس السياق "ميهاى" تصور "سليجمان" بأن التدفق مفهوم خالي أو مجرد من

القيمة فقد يكون الإنسان في حالة التدفق أثناء ارتكابه عملا إرهابيا على سبيل

المثال أو لعب البوكر الذي لا يسهم بالضرورة في الصالح الاجتماعي العام. (سامية

عرعار، 2016 ص 65)

ركز "سليجمان" على أهمية العمل واعتباره الوقت المثالي لحدوث التدفق النفسي لأنه

داخل العمل يجد ذاته، ففي العمل عادة ما تكون هناك أهدافا وقواعد وأداء واضحا أو

هناك مردودا عن الكيفية التي تؤدي بها العمل سواء كانت بدرجة الجودة أو السوء وهو

عادة ما يشجع على التركيز ويقلل من التشتت إلى حد أدنى وفي الكثير من الحالات يتراوح

العمل بين الصعوبات والمواهب بل وحب أقوى لدى العامل. أي يتحقق التدفق عندما

تناسب التحديات (سواء الكبيرة منها أو البسيطة) جيدا مع القدرات وفيما يلي يقدم

"سليجمان" خطوات لمزيد من التدفق:

- التعرف على قواك المميزة.

- اختيار العمل الذي يتيح استخداما يوميا.

- جعل العمل الحالي عملا جذابا بالطريقة التي تتيح استخدام القوى المميزة فيه بدرجة

أكبر.

- اختيار الموظفين وتوفير المجال للعاملين بأن يقوموا بالعمل في نطاق الأهداف المخطط

لها. (سليجمان، 2005 ص 222، 223)

ويرى كذلك أن المكونات الأساسية التي جعلها ميهالي أبعادا للتدفق قد غاب عنها (وجود شعور ايجابي) مثل المتعة والنشوة أو أي نوع من أنواع التداعي، وهذا هو جوهر التدفق والشعور موجودان فقط لتصحيح المسار أما عندما يكون ما نفعله عملا بلا متعة فإنه لا حاجة لهما. (سليجمان، 2002 ص 119)

نظرية دانيال جولمان:

يرى "دانيال جولمان" أن كل الناس تمر بمشاعر التدفق من وقت لآخر خاصة عندما تصل هذه الخبرات إلى ذروتها أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة، وأحسن تعبير عن حالة التدفق نشوة علاقة حميمة بين شخصين عندما يتواجدان في كيان واحد ممتزج متناغم. والتدفق هو أحسن حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجة لتعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء والتعلم. فإن استطاع الشخص دخول منطقة التدفق فإن الانفعالات التي تعزز الأداء لا تحدد انفعالات و عواطف تنساب في اتجاه معين بل تكون انفعالات ايجابية مليئة بالطاقة و الحيوية و تنظم قوامها مع ما يجري من نشاط راهن و إذا تملك الفرد الملل و الاكتئاب و التوتر فإن ذلك تحول دون تدفق المشاعر ، كما يرى أن هناك عدة وسائل للوصول إلى حالة التدفق كتركيز الانتباه الحاد على العمل الجاري لأن التركيز العالي هو جوهر التدفق و يبدو أن هذه الحركة تغذية راجعة عندما يكون المرء على استعداد في هذه الحالة من التدفق ، فالتدفق يتطلب جهدا كبيرا للوصول إلى حالة التركيز الكافي لبدء العمل و الانتباه هنا و توعية مسترخية على الرغم من شدة التركيز و هذه الخطوة الأولى تتطلب قدرا كبيرا من الجهد و بمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة الدفع الذاتي الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالات و تأدية العمل دون جهد .

من جهة أخرى يعتبر "جولمان" أن التدفق النفسي حالة من الثبات الانفعالي إلا في حالة النشوة الخفيفة والتي تمثل دافعا كبيرا. (جولمان، 2000 ص 137،135)

تعقيب على نظريات التدفق النفسي:

من خلال ما ذكر سابقا في تفسير التدفق النفسي نجد الجميع يعتبر أن التدفق النفسي خبرة إيجابية بالنسبة للمتدفق والأداء معا، لما تخلفه من إحساس لديه بالمتعة والنشوة والرغبة في استعادة تلك المشاعر.

لم تتفق التوجهات النظرية حول المدى الذي يمكن أن تبلغه تلك الإيجابية فمارتن سيلجمان مثلا اعتبرها خبرة تستغرق كل طاقات الفرد الإيجابية لكنها تبقى دون مستوى السعادة فهي خبرة انغماس في الحياة لا أكثر.

أما ميهالي فقد وضح أنه رغم كل ما تتضمنه تلك التجربة من إيجابيات وما لها من انعكاسات بالنسبة للفرد والأداء إلا أنها تبقى خالية من القيمة. أي أن التدفق النفسي بكل إيجابياته خبرة مرتبطة بنوع أداء الفرد وميوله واهتماماته.

خلاصة الفصل:

انطلاقا مما سبق يمكن القول إن التدفق النفسي من المفاهيم السيكلوجية ذات المضامين الايجابية لكونه خبرة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر، وخاصة عندما يؤدي الفرد أقصى درجات الأداء، أو عندما يصل إلى مستويات أعلى من مستوياته المعتادة، ولذا يجب توفير الملائمة لحدثه في المجال الذي يسعى لتطوير مردودية إنتاجه والفصل الحالي تطرق إلى هذا المفهوم بشيء من التفصيل وذلك من خلال تقديم أصل هذا المصطلح وتعريف مختلفة له وكذا مكوناته وأبعاده وأهميته والنظريات المفسرة له.

الفصل الثالث: الصمود النفسي

تمهيد.

1. الخلفية التاريخية للصدود النفسي.
2. مفهوم الصمود النفسي.
3. أبعاد الصمود النفسي.
4. مكونات الصمود النفسي.
5. أنماط الصمود النفسي.
6. مراحل الصمود النفسي.
7. سمات الصمود النفسي.
8. العوامل المدعمة للصدود النفسي.
9. مقومات الصمود النفسي.
10. النظريات المفسرة للصدود النفسي.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

إن موضوع الصمود النفسي من المواضيع التي اهتم بها علم النفس الإيجابي للحاجة الملحة لدراستها، مما لها من تأثير كبير في حياة الأفراد في تحقيق الصحة النفسية والنظرة الإيجابية للحياة...، حيث يتعرض الإنسان في حياته إلى الكثير من التغيرات والاضطرابات التي تؤثر سلباً على مجريات حياته ونمط تفكيره وتسبب له الكثير من المتاعب النفسية والسلوكية وبالتالي تؤثر على مدى قدرته على ممارسة نشاطاته اليومية كالمعتاد وتترك آثاراً سلبية على حياة الفرد عامة، لذلك فإن الصمود النفسي وقدرة الفرد على التحمل والتكيف ومرونته في التعامل مع هذه الأحداث بمثابة عنصر مهم من عناصر المقاومة والبقاء بشكل متوافق دون الإصابة بالاضطرابات.

1- الخلفية التاريخية للصمود النفسي:

ظهر مفهوم الصمود النفسي حديثاً نسبياً، وحظي باهتمام العلماء والباحثين في مجال علم النفس الإيجابي. وقد ركزت الدراسات فيه على دور عوامل الوقاية والحماية في إدارة المحن والأزمات، مما يجعل هذا المفهوم يحتل الصدارة في مجال ما يسمى ببحوث المخاطر. (غادة علي هادي، 2021، ص 413)

بدأت دراسة الصمود النفسي منذ خمسين عاماً (1950) ويعتد أرون ويلدافاسكي (Aaron Wildavsky) من الذين أصلوا لمفهوم الصمود في العلوم الاجتماعية وهذا من خلال كتابه "البحث عن الأمان Safety for searching" حيث قدم مفهوم الصمود على أنه مفهوم فكري له دور فعال وأساسي في هاجس الوقاية من المخاطر. (عرفات حسين أبو مشايخ وجميل حسن الطيراوي، 2018، ص 21)

وحسب (عرفات حسين أبو مشايخ وجميل حسن الطيراوي (إشراف)، (2018) فإن الصمود بناءً وافد من علم المواد، ويصف المواد التي تستعيد خواصها بعد التعرض للطرق أو

التمدد أو الانكماش وغيرها من المؤثرات الخارجية. وهو يحمل نفس المعنى الذي يحملها الصمود في علم النفس ويعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب لتحقيق النمو المتكامل. وقد ظهرت دراسات الصمود منذ خمسين عاما، ولكنها نشطت في العشرين عام الأخيرة حيث زاد عدد الباحثين وتنوعت المادة العلمية، وكانت البداية في ملاحظة أطفال أو شباب تعرضوا لمحن وصعاب ترتبط في الأغلب بنواتج سلبية كالتسرب المدرسي أو الجنوح ومظاهر العداء الاجتماعي أو الاضطراب النفسي. ولكنهم وعلى الرغم مما تعرضوا له حققوا النجاح والتكامل على المستوى الشخصي والمهني والاجتماعي. (صفاء الأعسر، 2011، ص 9-71)

لقد تقدمت دراسة الصمود النفسي عبر ثلاث موجات خلال العقود الثلاثة وهي:

الموجة الأولى:

تضمنت دراسات الصمود مناحي تضم التركيز على الأفراد الذين يتصفون بالصمود النفسي وتسمى لدراسة أوجه الاختلاف بينهم وبين غيرهم ممن يواجهون نفس المحن والمخاطر ولكنهم لم يصمدوا أمامها. أي أن هذه الموجة اهتمت بالعوامل والخصائص الذاتية والبيئية المرتبطة بالصمود وأرست بعض قواعد دراسة الصمود، وقدمت المصطلحات الرئيسة التي تيسر التواصل بين الباحثين والممارسين على المستويين النظري والتطبيقي. من بين هذه المصطلحات: المحن والصعاب، الخطر، عوامل الخطر، المقومات، الموارد والعوامل التعويضية، العوامل الوقائية، الكفاءة النفسية الاجتماعية، مهمات النمو. (بزوييري كمال، 2022، ص 608)

الموجة الثانية:

اهتمت بكيفية عمل المتغيرات والعوامل الداخلية والخارجية السلبية واليجابية من أجل إعادة التوازن وتحقيق التوافق أو الانكسار وفقدان التوازن. حيث تم غرس الصمود النفسي

داخل النظم النمائية والايكولوجية مع التركيز على دور العلاقات والنظم خارج الأسرة، وإلى محاولات للاهتمام بالعمليات البيولوجية الاجتماعية والثقافية، ودمجها في دراسات الصمود.

يمثل المنحى الايكولوجي التفاعلي في دراسة الصمود النفسي نقلة حاسمة في دراسة الصمود النفسي من دراسة الفرد إلى التركيز المنفتح على شبكة التفاعل مع الأسرة والمجتمع.

الموجة الثالثة:

تركز هذه الموجة على التدخل من أجل تحسين الصمود النفسي وتعتبر أيضا نقطة تلتقي عندها الأهداف والنماذج ومناهج من العلوم الوقائية ودراسات الصمود النفسي الطبيعية أو التلقائية.

كما تضمنت الموجة الثالثة دراسات تجريبية لاختبار نظرية الصمود النفسي وركزت على برامج الإثراء والتدخل، وناقشت الفرق بين اضطراب المجتمع واضطراب الفرد الذي يملك قوى يمكن تعظيمها لبناء توجه عقلي يؤكد على الصمود ويقاوم الانكسار. ومن أشهر هذه البرامج وأكثرها مصداقية برنامج جامعة بنسلفانيا، وهو أحد البرامج العديدة في مجال التعلم الاجتماعي الانفعالي والذي حقق نتائج إيجابية خاصة في المناطق المحرومة. (عرفات حسين أبو مشايخ وجميل حسن الطيراوي (إشراف)، 2018، ص 25-26)

الصمود النفسي من وجهة نظر الإسلام:

إن مفهوم الصمود النفسي واسع بحيث يعبر عنه في القرآن بالصبر، والذي ذكر في مائة موضع في القرآن والآيات في الأمر بالصبر وبيان فضله لقوله تعالى: (يا أيها الذين آمنوا استعينوا بالصبر والصلاة إن الله مع الصابرين) البقرة: 153

حيث جاء في كتاب الله العزيز بيان يحثنا على الصبر عن البلاء والرضا بالقضاء والقدر خيره وشره. كما جاء أيضا فضل الصبر على الأذى ومقابلة الإساءة والجهل بالإحسان

والحلم والصفح لقوله تعالى: (وعباد الرحمن الذين يمشون على الأرض هونا وإذا خاطبهم الجاهلون قالوا سلاما) الفرقان:63

كما يوصينا رسولنا الكريم عليه أفضل الصلاة والتسليم بالصبر والصمود في المحن والشدائد لقوله صلى الله عليه وسلم: "إنما الصبر عند الصدمة الأولى" حديث صحيح

2- مفهوم الصمود النفسي:

لغة:

ورد الصمود في معجم الوسيط بمعنى: صمد، صمدا وصمودا أي: ثبت ثباتا. كما اشتق المصدر صمود من الفعل الثلاثي (ص م د)، وصمد الشيء بمعنى ثبت واستمر. (إبراهيم أنيس، عبد الحليم منصر وآخرون، 2004، ص522)

اصطلاحا:

عرفت الجمعية الأمريكية لعلم النفس APA الصمود بأنه: عملية التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد، والصدمات والنكبات، أو الضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر مثل: المشكلات الأسرية ومشكلات العلاقات مع الآخرين وضغوط العمل...

ويعرفه كل من ويرنر وسميث (Werner&Smith, 1992): بأنه قدرة الفرد على التعافي والعودة للحياة بشكل متوازن نفسيا بعد حدوث خسارة له. (زينب عبد المحسن درويش، ص1348)

والصمود عند ماستن (Masten, 2009) يعني القدرة على استعادة الفرد لتوازنه بعد التعرض للمحن والصعاب، بل قد يوظف هذه المحن والصعاب لتحقيق النمو والتكامل. وهو بالتالي مفهوم ديناميكي يحمل في معناه الثبات كما يحمل أيضا معنى الحركة.

وعرفت الموسوعة البريطانية (Encyclo Britannica, 2004) أن الصمود النفسي هو عملية ديناميكية تسير إلى قدرة الشخص على التعامل بفاعلية مع المحن.

كما يعرف الصمود النفسي أنها تلك العملية الدينامية التي تؤدي إلى التوافق الجيد والمواجهة الإيجابية للشدائد والصدمات والأزمات النفسية التي قد يواجهها الفرد، سواء كانت مشكلات اجتماعية أو كوارث طبيعية أو حروب دامية أو غيرها من الصدمات العنيفة.

كما ينطوي هذا المفهوم على القدرة على التعافي من التأثيرات السلبية لهذه الشدائد والنكبات وتجاوزها بشكل إيجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار. إضافة إلى ذلك فالصمود النفسي يعد أحد السمات النفسية التي لا تتأثر بالنوع أو بنسبة الذكاء، إلا أن الخبرات والتفكير بصفاء وعقلانية في مواجهة الضغوط الحياتية، كما تعمل التنشئة الاجتماعية السليمة كعوامل وقائية تدعم ظهور الصمود النفسي بنسب مرتفعة عند مواجهة الضغوط والأزمات. (شاكر محمد أحمد البشراوي ووسام كردي غداب العزاوي، 2018، ص 389)

من خلال هذه التعاريف نستطيع القول أن الصمود النفسي هو مجموعة السمات الإيجابية في الشخصية والتي يتم ترجمتها في شكل أداء وسلوك وأفعال تسهم في التكيف مع الوضع الراهن والمواجهة الإيجابية الفعالة.

3- أبعاد الصمود النفسي:

اعتمد الباحث (باسل محمد عبد الله عاشور، 2017) في مقياسه للصمود النفسي ثلاثة أبعاد وهي كالتالي:

الكفاءة الشخصية: ذكر باندورا (Bandura) أن معتقدات الكفاءة الشخصية تلعب دوراً في تنظيم الدافعية للإنجاز ويقول أن الأشخاص يحفزون أنفسهم ويقومون بتشكيل

المعتقدات حول ما يستطيعون القيام به ويضعون أهدافا لأنفسهم ويخططون مسارات العمل المصمم لتحقيق مستقبل ذو قيمة جيدة. (حوراء عباس، 2016، ص351)

حل المشكلات: إن أسلوب حل المشكلات يحتاج إلى مهارات محددة تساعد الفرد على مواجهة ضغوط الحياة وإيجاد الحلول واتخاذ القرارات المناسبة وبناء على ذلك فإن حل المشكلات سلوك معرفي يحاول فيه الفرد إيجاد طرق عامة للتعامل معها وهذا التوجه الإيجابي يؤدي بالفرد إلى التوافق والابتعاد عن القلق والاكتئاب. (حنين محمود محمد، 2017، ص19)

المرونة: إن الشخصية المرنة لها القدرة على التعامل مع ظروف الحياة والحوار والتفاعل مع الآخرين. كما أن مرونة الأنا تكون واضحة المعالم وهي التي تكشف طبيعة المهارات والاتجاهات والقدرات الخاصة للأفراد، وتساعدهم على مواجهة تحديات الحياة ومخاطرها. (مازن فواز، 2013، ص20)

4- مكونات الصمود النفسي:

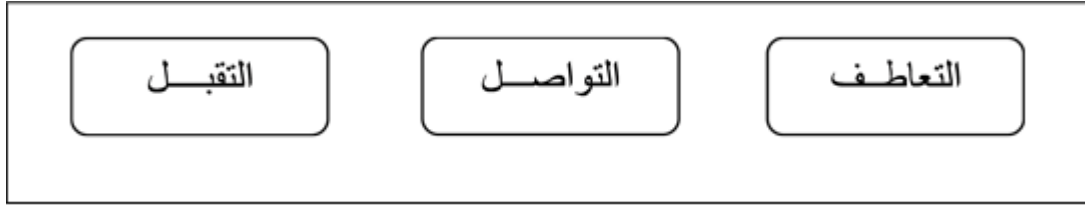
يرى الباحث **جولد ستن** أن هناك ثلاث مكونات أساسية للصمود النفسي وهي كالتالي:

- **التعاطف:** وهو قدرة الفرد على التفاعل مع مشاكل الآخرين مما يخلق الاحترام بين الأفراد.

- **التواصل:** حيث يساعد الفرد على التعبير عن أفكاره ومشاعره وتحديد أهدافه وقيمه وحل مشكلاته. كما يلعب التواصل دورا مهما في التمتع بأسلوب حياة مرنة تمكنهم من التعبير عن أفكارهم ومشاعرهم بوضوح ودبلوماسية، ويضعون افتراضات وأهدافا وقيما واضحة تمكنهم من حل المشكلات بفاعلية.

- **التقبل:** أي تقبل الفرد لذاته والآخرين وذلك عن طريق تحديد أهدافه ودافعياته، وفهمه لمشاعره وتعبيره عنها وتحديد نقاط قوته للاستخدام الأمثل. (رشيد حسين، 2018، ص292).

الشكل رقم 02 : يوضح مكونات الصمود النفسي حسب جولدشتين و بروكس



في حين يرى كل من دير وجينيس (Guinness Mc& Dyer) أن للصمود النفسي أربع مكونات هي:

- النهوض وتخطي العقبات التي يواجهها الفرد في حياته.
 - الإحساس بالذات وقبول ما تقدمه الحياة من أحداث.
 - النزعة نحو غاية ما والمثابرة حتى يتم إنجاز الهدف الذي يسعى إليه الفرد رغم ما يواجهه من صعوبات.

- القدرة على إدخال الآخرين في حياتنا أثناء الظروف الصعبة أو أثناء مرور الفرد بمصائب وصعوبات في الحياة ورفضه التعامل مع الأفراد ورغبته في الانعزال. (عرفات حسين أبو مشايخ وجميل حسن الطيراوي، 2018)

يشير (Davidsanet,2005) إلى أن الصمود متغير نفسي متعدد الأبعاد يتضمن متغيرات أساسية منها ما هو مزاجي ومنها ما هو معرفي وهي كالتالي:

- **المزاج الإيجابي:** وهو من المكونات الأساسية للصمود النفسي لمستويات مرتفعة من الانفعالات الإيجابية مما يساعد الفرد على تجاوز الخبرات الصادمة كلما تعرض لها.

وتقبل الفرد لذاته من خلال نظره الإيجابية والشجاعة والقدرة على الفعل. (بشير معمرية، 2012، ص15)

5- أنماط الصمود النفسي:

لقد تم استخلاص أربعة أنماط وندرجها في النقاط التالية:

- **النمط الفلسفي:** ويشير هذا النمط إلى أهمية نظرة الفرد لنموذج الحياة وتتضمن المعتقدات التي يمكن أن ترقى بالصمود مثل الإيمان، أي أن المعنى الإيجابي يمكن أن نجده في كل الخبرات التي نمر بها. إضافة إلى التنوع في المعطيات الشخصية للأفراد الصامدين من خصائص جسمانية أو شخصية أو ذهنية أو معرفية.
- **النمط الارتباطي:** ويتعلق هذا النمط بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقته بالآخرين، ويمكن أن تتدرج هذه العلاقات من علاقات وثيقة إلى علاقات حميمة، إلى علاقات تشمل نظام المجتمع الأوسع.
- **النمط التنظيمي:** ويشمل هذا النمط تلك الجوانب الفردية التي ترتقي بتنظيم الصمود في مواجهة ضغوط الحياة، ويمكن أن تتضمن الإحساس بالقيمة الذاتية، الإحساس بالسيطرة والارتكاز على الذات، الصحة الجسمية الجيدة.
- **النمط الموقفي:** ويحدد هذا النمط تلك الجوانب المشاركة في الربط ما بين الفرد والموقف الضاغط، ويمكن أن يتضمن قدرة الفرد على حل المشكلات، والقدرة على تقييم المواقف والاستجابات، والاستعداد لاتخاذ الأفعال والتدابير المناسبة لمواجهة هذا الموقف. (الطالع، 2016، ص 50)

6- مراحل الصمود النفسي:

يمر الفرد عند تعرضه للأزمات والمحن بالمراحل التالية:

- مرحلة التدهور : **Deteriarating**

وتبدأ هذه المرحلة بمشاعر الغضب والإحباط وتنمو هذه المشاعر مع الفرد وتظهر في إلقاء اللوم على الآخرين والتقليل من قيمة الذات وقد تطول أو تقصر هذه الفترة، ويرجع ذلك إلى مكونات شخصية الفرد وخبراته السابقة.

- مرحلة التكيف: **Adaption**

وهي قدرة الفرد على التكيف بعد اجتيازه مرحلة التدهور وهذا من خلال اتخاذ بعض التدابير والإجراءات للتعامل مع عوامل الخطر.

- مرحلة التغاضي: **Recovering**

تعتبر هذه المرحلة امتدادا لمرحلة التكيف حيث يحاول الفرد فيها تحسين مستوى أدائه النفسي كما كان عليه قبل أن يتعرض للمحنة.

- مرحلة النمو: **Growing**

حيث يتعلم الفرد في هذه المرحلة المهمة من المحن والأزمات التي تعرض لها، ويصل بهذا التعلم إلى مستوى مرتفع من الأداء النفسي يفوق أدائه من قبل وهو ما يسمى باستعادة التوازن الفردي للفرد في الاتجاه التصاعدي. (أزهار عبد المعطي، 2017، ص25)

7- سمات الصمود النفسي:

ويتسم الأفراد ذوي الصمود النفسي بعدد من السمات وهي كالآتي:

- امتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة.

- الإحساس بالهدف في الحياة.

- ارتفاع مستوى تقدير الذات وفاعلية الذات.

- إقامة علاقات جيدة مع الآخرين.

- المساهمة في الحياة.
- تقبل المشاعر السلبية ومحاولة تخطي الخبرات السلبية.
- امتلاك أساليب لمواجهة الضغوط متوافقة مع طبيعة الفرد والموقف.
- الانفعال الإيجابي وروح الدعابة.
- امتلاك المهارات الفاعلة في حل المشكلات.
- المرونة.
- التعامل الصحيح مع الضغوط واعتبارها تحديات ينبغي مواجهتها.
- الايمان بأن الضغوط يمكن أن تزيد الفرد قوة. (بشير معمرية، 2012، ص 47)

8- العوامل المدعمة للصمود النفسي:

- هناك مجموعة من العوامل التي تساعد على استمرارية الصمود النفسي لدى الأفراد والتي تعمل على تعديل الآثار السلبية الناتجة عن مواقف الحياة الضاغطة ومن بين هذه العوامل:
- وجود الرعاية والدعم والثقة والتشجيع سواء من داخل الأسرة أو من خارجها.
 - فاعلية الفرد في التكيف مع الضغوط النفسية.
 - حكمة الفرد في وضع خطط واقعية لنفسه والتي تساعد على حل المشكلات التي تواجهه.
- وقد أوضح (Palmer) أن هناك مجموعة من العوامل تدعم الفرد على تكوين الصمود النفسي وأخرى تعوق الفرد على الاستمرارية في الصمود وتتضح هذه العوامل من خلال الجدولين التاليين:

الجدول (1) يوضح العوامل التي تدعم الفرد على تكوين الصمود النفسي:

عوامل تتعلق بالفرد	عوامل تتعلق بالأسرة	عوامل تتعلق بالبيئة
-مركز التحكم الداخلي -الجاذبية والمرح -المهارات الاجتماعية -الوعي الشخصي نسبة الذكاء المرتفعة	-العلاقة القوية مع أحد الوالدين - دعم الوالدين لأبنائهما -العلاقات الوطيدة بين الآباء والأبناء -الوثام السري بين الوالدين	-اكتساب القيم الاجتماعية -الخبرات والتجارب المدرسية الناجحة -التدين والإيمان القوي

المصدر: (عبد المعطي، 2017، ص24)

أما العوامل التي تعيق الصمود النفسي لدى الأفراد فهي كالتالي:

الجدول (2) يوضح العوامل التي تعيق الفرد على تكوين الصمود النفسي:

عوامل تتعلق بالفرد	عوامل تتعلق بالأسرة	عوامل تتعلق بالبيئة
-مشاكل التواصل الاجتماعي -تأخر النمو -العوامل الوراثية -صعوبات التعلم -الأمراض المزمنة	-الكراهية بين الآباء والأبناء -انفصال الوالدين -سوء المعاملة -الاضطرابات الوالدية -عدم الوعي بالإرشاد الأسري	-عدم القدرة على السيطرة على الأزمات والمحن -التمييز العنصري -المستوى الاجتماعي المنخفض

المصدر: (الأطرش، 2021، ص642)

9- مقومات الصمود النفسي:

يرى (أبو حلاوة 2013) أن للصمود النفسي العديد من المقومات لخصها فيما يلي:

- **نضج العلاقات الشخصية المتبادلة:** وهي قدرة الأفراد على بناء العلاقات الشخصية والاجتماعية.

- **تنمية الاستقلالية الذاتية:** حيث يعتمد الفرد على نفسه في اتخاذ القرارات التي تتعلق بمستقبله وحياته، وفي نفس الوقت تقبل نصائح الآخرين واستخلاص ما يتلاءم منها مع ذاته.

- **القدرة على التعامل مع العواطف:** وهي نمو قدرة الفرد على ضبط عواطفه وانفعالاته بحيث يتعامل معها بمرونة ويعيها لضبطها في المواقف التي تتطلب ذلك. (سليمون، 2005، ص101)

- **تنمية الكفاية:** وهي بناء قدرات الفرد العقلية والجسمية والاجتماعية، بحيث تصل إلى درجة المهارة والكفاية وتساعد على التوافق مع متطلبات الحياة المختلفة.

- **تبلور الذات:** يقصد بها تنمية قدرات الفرد على فهم ذاته وإمكانياته والعمل على تنميتها، ويضع ذاته ضمن إطار معين حيث يتلاءم مع الواقع، والشعور الواضح بشخصيته وتأثيرها على كل من يحيط به. (هادي، 2021، ص415)

10- النظريات المفسرة للصمود النفسي:

النظرية الوجودية:

تركز هذه النظرية على تحليل وجود الفرد في عالم معقد، ويرى "فرانكل" أن الوجودية تعني "محاولات الشخص ليشعر بوجوده من خلال إيجاد معنى لهذا الوجود، ثم يتولى أعماله الخاصة كلما حاول أن يعيش طبقاً لقيمه ومبادئه"، وعلى ضوء ذلك ترى أن الأفراد قادرون

على مواجهة الظروف الصعبة وتحويل حوادث الحياة المجهدة إلى احتمالات وفرص لمصلحتهم. فالبشر وحدهم القادرون على اختيار سلوكهم في أي وقت، وطبقا لهذا فإن الفرد الذي يتحمل درجة عالية من الضغوط دون أن يصاب بالمرض فإن له بناء شخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغوط.

إذن مفهوم الصمود النفسي طبقا للنظرية الوجودية يمكن النظر إليه على أنه تحمل مسؤولية الفعل والقرار الحر باعتماد العقل عن طريق تحمل الأحداث الضاغطة ومواجهتها من خلال وجود هدف في الحياة. (البشراوي وآخرون، 2018، ص 393)

نظرية النماء الذاتي (Saalkvatine et al, 1998):

حيث جاء في هذه النظرية أن أعراض الناجين من الضغط النفسي للصدمة هي أعراض الاستراتيجيات التكيفية التي تنشأ لإدارة التهديدات من أجل تكامل وسلامة الذات، ومن المتوقع أن تتأثر ضمن مجالات الذات بالأحداث الصادمة. (باسل محمد عبد الله عاشور ونبيل كامل محمد، 2017، ص 21)

وقد أشار إلى خمس مناطق ذاتية تتأثر بالأحداث المؤلمة وهي كالتالي:

المنطقة الأولى: وهي الطريقة المعتادة لفهم الذات والعالم بما في ذلك الروحانيات.

المنطقة الثانية: وهي قدرة التسامح والدمج المؤثر والحفاظ على الاتصال الداخلي مع الذات والآخرين.

المنطقة الثالثة: حيث تتأثر بالموارد اللازمة لتلبية الحاجات النفسية بطرق ناجحة مثل القدرة على مراقبة الذات.

المنطقة الرابعة: وتتأثر بمفهوم الحاجات النفسية المركزية والتي تعكس وتتضح في المخططات المعرفية الممزقة في خمس مجالات (السلامة، الثقة، السيطرة، الاحترام، العلاقة الحميمة).

المنطقة الخامسة: وهي نظام الإدراك الحسي والذاكرة ويشمل كلا من التكيفات البيولوجية والخبرات الحسية. (عبد الفتاح وآخرون، 2014، ص 101)

نظرية التوسع والبناء: (Fredrikson)

لقد وصف (Fredrikson) النظرية في أن العواطف الإيجابية التي تخزن لبناء المصادر الشخصية للفرد تدعى نظرية التوسع والبناء، حيث المصادر المخزنة (الأمل - التفاؤل) يمكن أن تسحب لاحقاً للموائمة الناجحة مع الظروف السلبية، وتساعد العواطف الإيجابية البناء الفردي للصمود النفسي وتلك العواطف الإيجابية قد تثير فروقا فردية في الصمود النفسي، كما يزيد الانفعال الإيجابي من موائمة مصادر الأفراد من خلال توسيع انتباههم وإدراكهم وزيادة المرونة والتفكير الناقد. (أسيل صبار محمد، 2015، ص 612)

نظرية ريتشاردسون (Richardson, 2002):

تعتبر نظرية ريتشاردسون من أوائل النظريات في تفسير مفاهيم الصمود، حيث تفسره على أنه القوة التي توجد داخل عملية الصمود النفسي والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار والحكمة، وأن يكون على تناغم تام مع المصدر الروحي للقوة. ويكمن الفرض الأساسي لهذه النظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي، وهو الذي يسمح لنا بتكيف الجسم والعقل والروح مع ظروف الحياة الحالية، حيث تؤثر الضغوط النفسية والأحداث البغيضة والأحداث الأخرى في الحياة وتتأثر بصفات الصمود وإعادة التكامل مع الصمود السابق والتفاعل بين الضغوط النفسية اليومية والعوامل الوقائية، وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد إلى أربع نتائج هي:

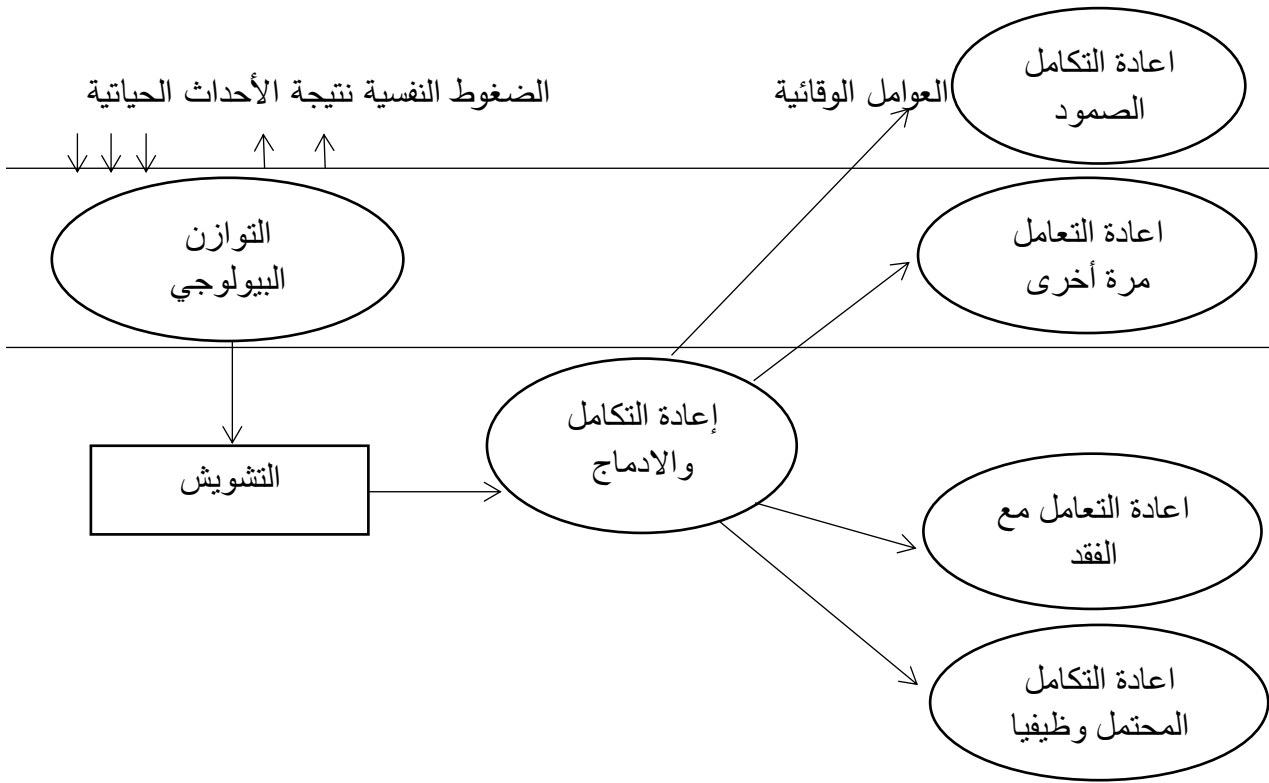
- إعادة تكامل الصمود، حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن.

- الشفاء مع فقد مما يرسخ مستوى أدنى للتوازن.

- العودة إلى توازن الجهد الذي يبذل لتجاوز الأزمة.

- تكون حالة مختلفة وظيفيا، حيث تستخدم السلوكيات المدمرة للذات لمواجهة الضغوط النفسية، ومن ثم يمكن اعتبار أن الصمود يتجه نحو قدرات المواجهة الناجحة. (باسل محمد عبد الله عاشور ونبيل كامل محمد دخان، 2017، ص21)

الشكل رقم (03): يوضح نموذج ريتشاردسون للصمود النفس



(المصدر: عبد الفتاح حليم، 2014، ص101)

نظرية روتر (Rutter, 2006):

قدم "روتر" مقارنة بين الصمود النفسي كعملية أو آلية وبين كونه متغير أو عامل، لأن أي من هذه المتغيرات قد تشكل عامل خطر في أحد الظروف وعامل ضعف في ظروف أخرى، وقد تحدث صاحب النظرية عن مفهوم الآليات التي تحمي الأفراد

الاضطرابات النفسية التي تصاحب حدوث الشدائد والمحن، وأن التغيير في هذه الاضطرابات يقل وتخف حدته عندما يتغير التقييم لعوامل الخطر، وعندما يستطيع الفرد التكيف الناجح في بعض الظروف فإن تأثير الدرجة الكبيرة لهذا الخطر تقل وبشكل واضح، وإن عوامل الحماية تعمل في الوقت المناسب لتخفيف الخطر والخبرات الصادمة، وهذه العوامل تتمثل في قوة الشخصية والتماسك الأسري والدعم الاجتماعي، وتتضمن في محتواها الاستقلالية والكفاءة الذاتية والثقة بالنفس والآفاق الاجتماعية الإيجابية لبناء شبكة من العلاقات الاجتماعية تساهم في ظروف الحياة القاسية. (باسل محمد عبد الله عاشور ونبيل كامل محمد دخان، 2017، ص22)

نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر:

يرى (Luther et al,2000) أن الصمود النفسي هو تلك العملية الدينامية التي تشمل التوافق الإيجابي مع أثر سياق المصائب. وأن الصمود النفسي هو نوعية الأسس التي تتبنى عملية التكيف الناجح والتحويل على الرغم من المصائب. وتعتمد تلك النظرية على مفهوم أن هناك نوعين من العوامل وهما: عوامل خطر وعوامل وقائية والتي تمكن الفرد من الأداء المتكيف وتنشأ هذه العوامل من الفرد والأسرة والمدرسة والمجتمع. ويرى أصحاب هذه النظرية أن عوامل الصمود تتفاعل مع عوامل الخطر لتقليل الأضرار السلبية والخطرة للأحداث، وقد طور الباحثون قوائم توضح طبيعة الشخصية الصامدة وتتضمن هذه القوائم: ارتفاع معدل الذكاء، وجهة الضبط الداخلية، فاعلية الذات، وجهة النظر الإيجابية.

أما عوامل الخطر قد تنبثق من الأسرة والبيئة المحيطة بالطفل وتتمثل في: الاضطرابات الأسرية، الطلاق، المشاكل الصحية التي قد يعاني منها الطفل أو الأسرة. أما التهديدات البيئية الأكثر شيوعاً فتتمثل في عيش الطفل في حي خطر، كما أن هناك عوامل وقائية

تحمي الفرد بالرغم من وجود عوامل الخطر وهذا يتحدد بطبيعة التفاعل بين تلك العوامل بنوعيتها. (سيرميني، 2015، ص 10)

تعقيب على نظريات الصمود النفسي:

ركز نموذج ماستن وكوتسورث على العوامل الفردية والاجتماعية والأسرية للفرد بينما أهم الجوانب النفسية، في حين نظرية العوامل الوقائية وعوامل الخطر على عوامل الوقاية والخطر بين المرء والبيئة التي يعيش فيها كما نجد نظرية التوسع والبناء ركزت على تأثير العواطف الإيجابية كالأمل والتفاؤل في صمود الفرد وقدرته على اجتياز المحن والصعاب التي تواجهه أثناء حياته اليومية، ونظرية رتشاردسون التي افترضت أن الصمود يتأثر بالتوازن بين الجانب الجسمي والعقلي والنفسي والبيولوجي. كم نجد نظرية النماء الذاتي التي تحدثت على أعراض الاستراتيجيات التكيفية التي تنشأ لإدارة التهديدات التي تكون من أجل حفظ حياة الإنسان، كما أن نظرية روتر أقرت بالعوامل الأسرية وقوة شخصية الفرد لمواجهة المحن لتحقيق الصمود النفسي. أي أن الصمود يتأثر بكل العوامل السابقة الذكر على حد سواء من عوامل فردية واستعدادات بيولوجية وعوامل أسرية وكذلك يتأثر بعوامل البيئة والتجربة.

خلاصة الفصل:

تطرق في هذا الفصل إلى لمحة شاملة عن الصمود النفسي، بدءاً من الخلفية التاريخية لظهور هذا المصطلح وتحديد مفهومه، كما تمت الإشارة إلى أبعاده ومكوناته إضافة إلى أنماطه الأربعة الفلسفية والتنظيمية والارتباطية والموقفية، ثم عرضت مراحل الصمود وسمات الشخصية الصامدة كامتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة والإحساس بالهدف في الحياة وكذا ارتفاع مستوى تقدير الذات وفاعلية الذات...، إضافة إلى العوامل المؤثرة والمعيقة للصمود النفسي، واختتمت الفصل بعرض بعض النظريات التي وضعها بعض المشتغلين في هذا المجال لتفسير الصمود النفسي ودوره في التعامل مع ظروف الحياة وتجاوزها.

الجانِب

التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.

1. منهج الدراسة.
2. حدود الدراسة.
3. الدراسة الاستطلاعية.
4. تحديد عينة البحث وخصائصها.
5. أدوات الدراسة.
6. الأساليب الإحصائية.

خلاصة الفصل.

تمهيد:

بعد التطرق في الجانب النظري إلى تحديد إشكالية الدراسة، وما يتعلق بها من متغيرات خصص جزء من الدراسة للجانب التطبيقي الذي يحتوي على الجانب المنهجي الذي يبرز أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات المتحصل عليها، وعلى جانب خاص بعرض نتائج الدراسة وتفسيرها ومناقشتها على ضوء الفرضيات المقدمة، وأخيراً تقديم الاستنتاج العام للدراسة.

1- منهج الدراسة:

المنهج عبارة عن مجموعة من العمليات والخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق أهداف بحثه وبالتالي فتحديد المنهج أمر ضروري للبحث، إذ هو الذي ينير الطريق ويساعد البحث في ضبط أبعاد وأسئلة وفروض البحث. (خير الله، 1982، ص 79)

وعليه فإن موضوع الدراسة هو الذي يفرض على الباحث استخدام منهج دون غيره، لذلك تختلف المناهج باختلاف المواضيع، وحتى يتمكن الباحث من دراسة موضوعه دراسة علمية فإن تحديد المنهج المتبع يعد خطوة هامة وضرورية.

وانطلاقاً من طبيعة موضوع الدراسة والمعلومات المراد الحصول عليها وهي التعرف على التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية. ومن خلال الأسئلة التي نسعى للإجابة عليها فقد استخدمنا المنهج الوصفي، وهو الذي يقوم على رصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية في فترة زمنية معينة أو عدة فترات لأجل التعرف على الظاهرة أو الحدث من حيث المحتوى والمضمون، والوصول إلى نتائج وتعميمات تساعد على فهم الواقع وتطويره (غنيم، 2010)، ثم تفسير النتائج المتوصل إليها بطريقة علمية موضوعية (عبيدات، 1999)

2- حدود الدراسة:

- الحدود الزمانية: تم إجراء الدراسة الحلية ابتداء من (20 فيفري 2024) إلى غاية شهر ماي من الموسم 2024/2023.

- الحدود المكانية: تم إجراء هذه الدراسة على مستوى المدارس الابتدائية المتواجدة بالمقاطعة الثانية بولاية غرداية.

3- الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة هامة وأساسية في البحوث العلمية، ويقصد بها تلك المحاولات البحثية التجريبية التي يقوم بها الباحث على مستوى محدود من عمله في إطار إنجاز مصغر للبحث لأجل استطلاع ميدانه، واكتشاف النهج الذي سيسلكه في مرحلة الإنجاز النهائي لدراسته، وذلك قبل شروعه في التنفيذ الفعلي للبحث كله، وهي خطوة بحثية تمهيدية ضرورية في البحث العلمي، خصوصا في البحوث الكبيرة التي يواجه فيها الباحث صعوبات كبيرة، لذا فهو بحاجة لمثل هذه الدراسات التمهيدية لاستكشاف طبيعة تلك الصعوبات، وما يسود مجتمع البحث من عناصر الانسجام، والاختلاف... (مرسلي، 2010)

كما تهدف الدراسة الاستطلاعية إلى التعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي، وكذا التأكد من الخصائص السيكمترية لأدوات الدراسة (مروان، 2000: ص38).

وقد طبقت الدراسة الاستطلاعية في دراستنا الحالية على مستوى ابتدائيات المقاطعة الثانية لولاية غرداية التي ينتمي إليها مجتمع الدراسة وقد شملت الدراسة الاستطلاعية على (30) أستاذ من مختلف المدارس الابتدائية بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، وكان الهدف من

هذه الدراسة الأولية هي التحقق من أدوات البحث من وصحة أدوات جمع البيانات التي تم اختيارها والتأكد من خصائصها السيكمترية وهي:

- تطبيق المقاييس المستخدمة لقياس الظاهرة موضوع الدراسة، والتأكد من سلامتها من حيث اللغة، وضوح التعليمات وال فقرات وبدائل الأجوبة.

- تقدير الوقت اللازم لإجراء الدراسة الأساسية والفترة الزمنية المناسبة لذلك.

- التعرف على الظروف التي سيتم فيها إجراء الدراسة الأساسية ورصد مختلف الصعوبات التي قد تؤثر على تطبيقها.

- التأكيد من تمتع أدوات الدراسة بالخصائص السيكمترية التي تعطينا الثقة لاستخدامها.

4- تحديد عينة البحث وخصائصها:

1-4 مجتمع الدراسة:

يقصد بمجتمع الدراسة جميع الأفراد أو الأشياء أو الأشخاص الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث، فهو جميع العناصر التي لها علاقة بمشكلة الدراسة التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج الدراسة عليها، ويسعى إلى إشراك جميع أفراد ذلك المجتمع، وتكمن صعوبته في كون عدد أفراد المجتمع قد يكون كبيراً، لا يستطيع الباحث إشراكهم جميعاً، لهذا يلجأ في تلك الحالة إلى اختيار مجموعة جزئية من مجتمع البحث، تسمى "بعينة البحث" (عباس وآخرون، 2014)، و على هذا الأساس يتكون مجتمع الدراسة الحالية من أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية للسنة الدراسية 2024/2023م حيث بلغ عدد الأساتذة (90) أستاذ.

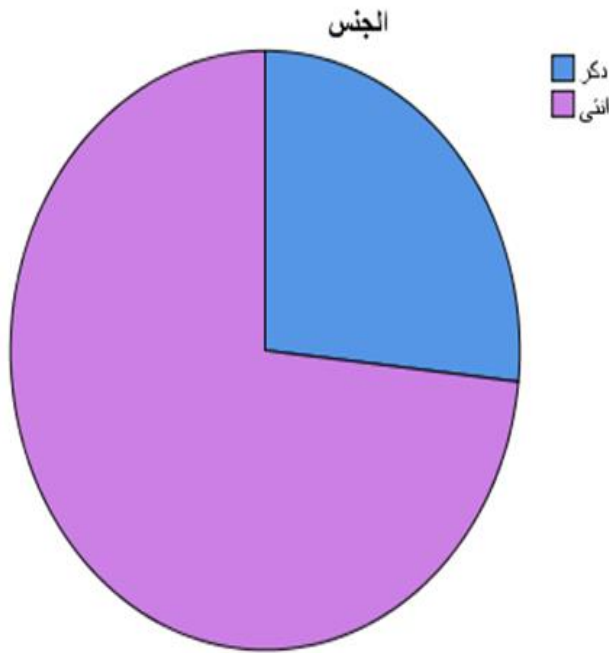
2-4 عينة الدراسة:

عبارة عن مجموعة الأفراد أو المفردات أو الوحدات التي يتم اختيارها من مجتمع الدراسة لتمثل هذا المجتمع به البحث محل الدراسة، ولذا فإن عينة البحث يجب أن تحتفظ بجميع خصائص المجتمع الأصلي حتى تكون ممثلة له. (الشربيني وآخرون، 2013، ص 205)

وقد أجريت الدراسة الحالية على مجموعة من أساتذة التعليم الابتدائي، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من ابتدائيات المقاطعة الثانية لولاية غرداية، وفي هذه العينة يتم انتقاء الأفراد بشكل عشوائي من قبل الباحث لأنها تتيح فرصا متساوية لأي فرد من الأفراد المجتمع أن يتم اختياره في العينة. (حنون، 2023، ص 199)، وقد عدد أفراد عينة الدراسة بـ(61) أستاذا في التعليم الابتدائي، وانقسمت حسب المتغيرات التصنيفية إلى ما يوضحه الجدول أدناه:

3-4 خصائص عينة البحث حسب المتغيرات التصنيفية:

الشكل رقم (04): يوضح حجم العينة حسب متغير الجنس



الجدول رقم (03) يوضح حجم العينة من حيث متغير الجنس

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الجنس
26.7%	08	الذكور
73.3%	22	الاناث
100%	30	المجموع

يمثل الجدول حجم العينة حسب متغير الجنس، ومنه نلاحظ أن نسبة الإناث كانت أكبر مشاركة بـ (22) أستاذة بنسبة (73%)، أما نسبة الذكور كانت بـ (8) أساتذة بنسبة (26%).

الشكل رقم (05): يوضح حجم العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية

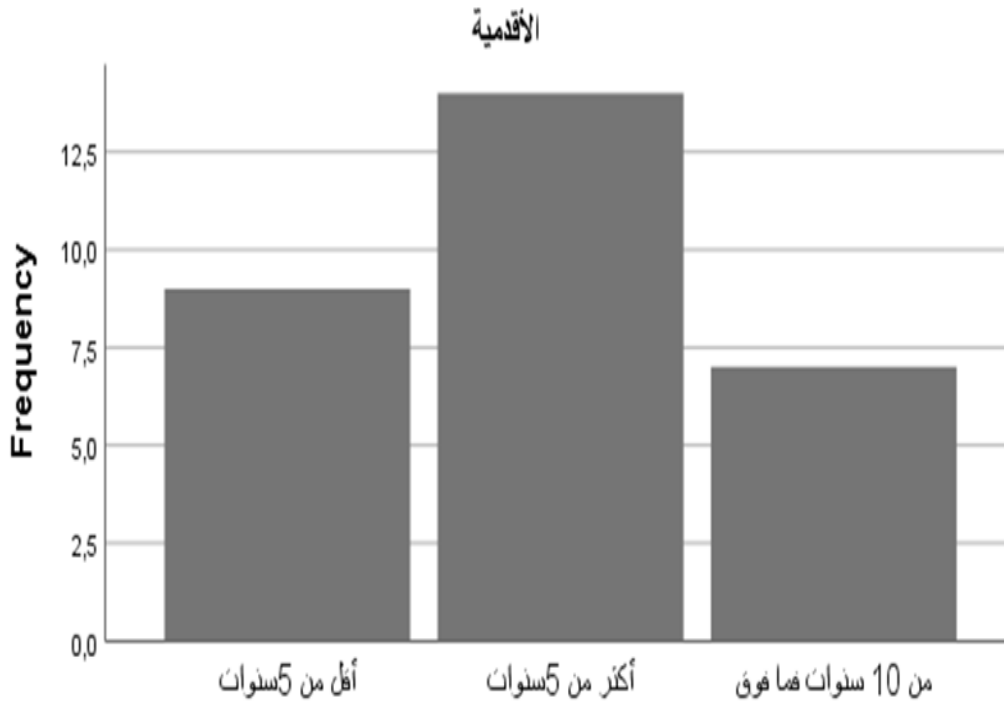


الجدول رقم (04) يوضح حجم العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الحالة الاجتماعية
65%	17	أعزب
35%	13	متزوج
100%	30	المجموع

يمثل الجدول حجم العينة حسب متغير الحالة الاجتماعية، ومنه نستنتج أن نسبة المتزوجين كانت ب (13) أستاذ بنسبة (35%)، أما نسبة العزاب كانت ب (17) أستاذ بنسبة (65%).

الشكل رقم (06): يوضح حجم العينة حسب متغير الأقدمية

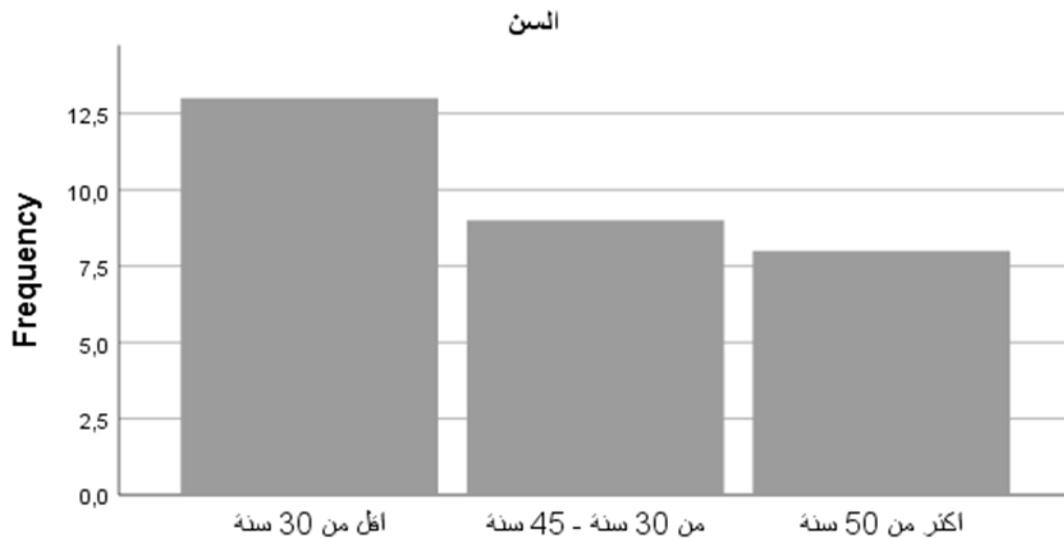


الجدول رقم (05) يوضح حجم العينة حسب متغير الأقدمية

النسبة المئوية	عدد الأفراد	الفئة
30%	09	أقل من 5 سنوات
46.07%	14	أكثر من 5 سنوات
23.03%	07	من 10 سنوات فأكثر
100%	30	المجموع

يمثل الجدول حجم العينة حسب متغير الأقدمية، ومنه نلاحظ أن أغلب الأساتذة كان لهم خبرة لأكثر من 5 سنوات بتعداد (14) أستاذ بنسبة (46%)، أما نسبة الأساتذة الأقل خبرة لأقل من 5 سنوات كانوا بتعداد (9) أساتذة بنسبة (30%)، أما الأساتذة الأكثر خبرة بمدة تراوحت 10 سنوات فما فوق كانوا بتعداد (7) أساتذة بنسبة (23%).

الشكل رقم (07): يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير السن



الجدول رقم (06) يوضح حجم العينة من حيث متغير السن

النسبة المئوية	عدد الأفراد	السن
30%	09	أقل من 30 سنة
46.07%	14	من 30 سنة- 40 سنة
23.03%	07	من 40 سنة الى 50 سنة فما فوق
100%	30	المجموع

يمثل الجدول حجم العينة حسب متغير السن، ومنه نلاحظ أن أغلب الأساتذة كانوا من الفئة الأقل من 30 سنة بتعداد (9) أساتذة بنسبة (30%)، أما نسبة الأساتذة الذين تتراوح أعمارهم من 30 سنة الى 40 سنة كانوا بتعداد (14) أساتذة بنسبة (46%)، أما الأساتذة الأكبر سنا 10 كانوا بتعداد (7) أساتذة بنسبة (23%).

5- أدوات الدراسة:

تعتبر أدوات الدراسة الوسيلة التي يعتمد عليها الباحث في جمع البيانات ذات العلاقة بموضوع بحثه، ويتوقف البحث الميداني على فعالية الأدوات المستخدمة فيه ومدى ملاءمتها لموضوع الدراسة، وقد طبقت كلا من:

5-1_ مقياس التدفق النفسي: إعداد الموساوي والشطب (2016).

وصف المقياس:

ويعطي مقياس التدفق النفسي تقديرا كميا للتدفق النفسي لدى الفرد، ويتكون من (20) عبارة.

مكونات مقياس التدفق النفسي:

يتكون مقياس التدفق النفسي من أربعة أبعاد وهي:

أ- أهداف واضحة قابلة للإنجاز في ضوء قدرات ومهارات الفرد: تقيسه (5) عبارات وهي: (1، 2، 3، 4، 5)

ب- اندماج الشخص وتركيزه في نشاط معين وانغماسه التام فيه: تقيسه (5) عبارات وهي: (1، 2، 3، 4، 5)

ج- الإحساس بسرعة الوقت وعدم الانتباه إلى المتطلبات الذاتية: تقيسه (5) عبارات وهي: (1، 2، 3، 4، 5)

د- وضوح النجاح والفشل وتعديل الفرد لأفعاله تبعاً لذلك: تقيسه (5) عبارات وهي: (1، 2، 3، 4، 5)

5-2- طريقة تصحيح مقياس التدفق النفسي:

تم الاستجابة على مقياس التدفق النفسي بالاختيار من خمسة بدائل هي: (تنطبق على تماماً - تنطبق علي غالباً - تنطبق علي أحياناً - تنطبق علي نادراً - لا تنطبق على أبداً)، وتعطى الأوزان (1. 2. 3. 4. 5) على التوالي بينما تصحح الفقرات السلبية، بينما تصحح الفقرات السلبية بإعطائها أوزاناً معكوسة.

5-3- الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

وفيما يلي سنتطرق إلى الشروط السيكومترية التي تمت مراعاتها في بناء الأداة لأجل اختبار صلاحيتها، وذلك بالاعتماد على نتائج استجابات أفراد العينة الاستطلاعية المتكونة من (30) أستاذ بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية؛ وقد قمنا بحساب صدق وثبات أداة الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) إصدار (26).

1. الصدق:

صدق المقارنة الطرفية " التمييزي " لمقياس التدفق النفسي عند أساتذة التعليم

الابتدائي:

يعرف الصدق بأنه مدى استطاعة أداة القياس، قياس ما هو مطلوب قياسه (مقدم، 2003: ص 146) ويعني ذلك أنه يتوجب على الباحث تحديد ما يريد قياسه، وإعداد أداة تحقق ذلك ومنه تكون صادقة، وللتأكد من الصدق للأدوات تم الاعتماد على الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وقد تم حساب صدق الأداة بصدق المقارنة الطرفية، والتي تعرف حسب معمريّة" أنها قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها (معمريّة، 2002: ص 187) وفي هذه الدراسة تمّت المقارنة بين (33%) من المستوى العلوي مع (33%) من المستوى السفلي ثمّ بعد ذلك طبّق اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العينتين، وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول الآتي:

الجدول رقم (07): يوضح قيم الصدق التمييزي

مستوى الدلالة Sig	قيمة "ت"	درجة الحرية	العينة الدنيا (ن=10)		العينة العليا (ن=10)	
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
0.00	9.709	18	4.73	72.30	8.02	100.90

يتبين لنا من الجدول رقم (07) أن حجم العينة الاستطلاعية لأساتذة التعليم الابتدائي هو (30) حيث كانت المجموعة العليا والدنيا تمثل (33%) أي عدد أفراد المجموعتين هو (10) كما تشير البيانات في الجدول، وقد كان المتوسط الحسابي للفئة العليا والدنيا على التوالي كان (100.90) و (72.30)، والانحراف المعياري للفئة العليا والفئة الدنيا على التوالي كان (8.02) و(4.73)، وبلغت قيمة "ت" المحسوبة (9.709) عند مستوى

الدلالة (0.00 Sig) وهي أصغر من (0.01) وهذا يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين ، إذا فمقياس التدفق النفسي يتمتع بصدق المقارنة التمييزية.

2. الصدق الذاتي لمقياس التدفق النفسي:

وهو الذي يمثل العلاقة بين الصدق والثبات، ويقوم هذا النوع من الصدق على الدرجات التجريبية بعد التخلص من أخطاء المقياس، أي أنه الدرجات الحقيقية للمقياس، ويمكن تفسير ذلك بأن الدرجات الحقيقية أصبحت هي المحك الذي ينسب إليه صدق الاختبار، وبما أن ثبات الاختبار هو في الواقع عبارة عن معامل الارتباط بين الدرجات الحقيقية عندما تتم إعادة تطبيق الاختبار على نفس المجموعة، فإن الصدق الذاتي أو الحقيقي يعبر عما يتوبه الاختبار حقيقة من القدرة التي يقيسها خالية من أي أخطاء (عبد الرحمان، 2008).

يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار "ثبات"، ويعد بمثابة الحد الأقصى لما يمكن أن يصل إليه معامل صدق الاختبار، ولهذا فإن الأهمية القصوى للصدق تكمن في تحديد النهاية العظمى لمعاملات الصدق التجريبي والصدق العملي، أي الحد الأعلى لمعامل صدق الاختبار يساوي معامل صدقه الذاتي، وبذلك لا يمكن أن تتجاوز القيمة العددية لمعامل صدق الاختبار معامل صدقه (الذاتي فؤاد، 1978).

وفي دراستنا الحالية قمنا بحساب الصدق الذاتي لمقياس الكلبي والذي يساوي الجذر التربيعي للثبات، فوجدنا قيمة الصدق الذاتي هي (0.849) وهذه القيمة قريبة من (1) وهذا يدل على الصدق الذاتي للمقياس.

3. ثبات مقياس التدفق النفسي:

قمنا في هذه الدراسة باستخدام أسلوبين من أجل التحقق من ثبات الأداة وهما:

-الاتساق الداخلي

-التجزئة النصفية

4. ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي:

يشير الثبات إلى الدرجة الحقيقية التي تعبر عن أداة الفرد على اختبار ما، ومعنى ثبات الدرجة أن المفحوص يحصل عليها في كل مرة يختبر فيها سواءا بالاختبار نفسه أو بصورة مكافئة له تقيس الخاصية نفسها (صفوت فرج، 2007، ص: 295) وقد تم التحقق من ثبات أداة الدراسة بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية المكونة من (30) أستاذ، تم حساب معامل الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (08) يوضح معامل الثبات الفا كرونباخ

المحور	عدد العبارات	Cronbach's Alpha
التدفق النفسي	20	0.264

من خلال الجدول رقم (08) نجد أن معامل الثبات لمقياس التدفق النفسي بلغ (0.264) وهي قيمة مرتفعة تعني أن لمقياس التدفق النفسي معاملات ثبات عالية.

5. ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي: أظهرت نتائج تطبيق التجزئة النصفية ما يلي:

جدول رقم (09) يوضح ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي

التدفق النفسي	الأسلوب المستخدم	قيمة المعامل
الجزء الأول	الفا كرونباخ	0.570
الجزء الثاني	الفا كرونباخ	0.369
معامل سوبرمان براون	0.537	
معامل جيثمان للتجزئة النصفية	0.573	

تبين أن قيمة معاملات الارتباط لمقياس التدفق النفسي أكبر من (0.369) وهي بذلك معاملات عالية توحى بثبات عالي لدرجات الاستبيان.

وانطلاقاً من كل ما سبق في معاينة الصدق والثبات وبالنظر إلى قيمة معامل "الفاكرونباخ" المرتفعة، فإن مقياس التدفق النفسي تميز بصدق وثبات عاليين.

5-2_ مقياس الصمود النفسي: إعداد باسل محمد عبد الله عاشور (2017).

1. وصف المقياس:

يعطي مقياس الصمود النفسي تقديراً كمياً للصمود النفسي لدى الفرد، ويتكون من (25) عبارة.

2. طريقة تصحيح مقياس الصمود النفسي:

قام الباحث باستخدام مقياس ليكرت الخماسي وهو (تنطبق دائماً، تنطبق غالباً، تنطبق أحياناً، تنطبق نادراً، لا تنطبق) حيث أن الدرجات في العبارات الإيجابية تأخذ الترتيب التالي (4 . 3 . 2 . 1 . 0) وفي العبارات السلبية تأخذ الترتيب التالي (0 . 1 . 2 . 3 . 4).

3. الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود النفسي:

وفيما يلي سنتطرق إلى الشروط السيكومترية التي تمت مراعاتها في بناء الأداة لأجل اختبار صلاحيتها، وذلك بالاعتماد على نتائج استجابات أفراد العينة الاستطلاعية المتكونة من (30) أستاذ بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية؛ وقد قمنا بحساب صدق وثبات أداة الدراسة باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) إصدار (26).

3-1- الصدق:

صدق المقارنة الطرفية " التمييزي " لمقياس الصمود النفسي عند أساتذة التعليم الابتدائي:

يعرف الصدق بأنه مدى استطاعة أداة القياس، قياس ما هو مطلوب قياسه (مقدم، 2003: ص 146) ويعني ذلك انه يتوجب على الباحث تحديد ما يريد قياسه، وإعداد أداة تحقق ذلك ومنه تكون صادقة، وللتأكد من الصدق للأدوات تم الاعتماد على الاستبيان كأداة لجمع البيانات، وقد تم حساب صدق الأداة بصدق المقارنة الطرفية، والتي تعرف حسب معمريّة" أنّها قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها (معمريّة، 2002: ص 187) وفي هذه الدراسة تمّت المقارنة بين (33%) من المستوى العلوي مع (33%) من المستوى السفلي ثمّ بعد ذلك طبّق اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسطي العيّنتين، وكانت النتيجة مثلما هو موضح في الجدول:

الجدول رقم (10): يوضح قيم الصدق التمييزي

مستوى الدلالة sig	قيمة "ت"	درجة الحرية	العينة الدنيا (ن=10)		العينة العليا (ن=01)	
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
0.00	9.709	18	4.73	72.30	8.02	100.90

يتضح من الجدول رقم (10) أنه بعد حساب قيمة (ت) المحسوبة والتي قدرت ب (9.709) ومقارنتها ب قيمة (ف) والتي تساوي (2.948)، ودرجة حرية (18)، عند مستوى الدلالة (0.00)، بالتالي هذا يعني أنّه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، إذًا فالمقياس له القدرة على التمييز بين طرفي الخاصية وعليه فمقياس الصمود النفسي يتمتع بصدق المقارنة الطرفية.

3-2- الصدق الذاتي لمقياس الصمود النفسي:

يقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار "√ ثبات"، ويعد بمثابة الحد الأقصى لما يمكن أن يصل إليه معامل صدق الاختبار، ولهذا فإن الأهمية القصوى للصدق تكمن في تحديد النهاية العظمى لمعاملات الصدق التجريبي والصدق العاملي، أي الحد الأعلى لمعامل صدق الاختبار يساوي معامل صدقه الذاتي، وبذلك لا يمكن أن تتجاوز القيمة العددية لمعامل صدق الاختبار معامل صدقه الذاتي (فؤاد، 1978).

وفي دراستنا الحالية قمنا بحساب الصدق الذاتي للمقياس الكلي والذي يساوي الجذر التربيعي للثبات، فوجدنا قيمة الصدق الذاتي هي (0.893) وهذه القيمة قريبة من (1) وهذا يدل على الصدق الذاتي لمقياس الصمود النفسي.

3-3- الثبات:

قمنا في هذه الدراسة باستخدام أسلوبين من أجل التحقق من ثبات الأداة وهما:

- الاتساق الداخلي

- التجزئة النصفية

1. ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الصمود النفسي:

يشير الثبات إلى الدرجة الحقيقية التي تعبر عن أداة الفرد على اختبار ما، ومعنى ثبات الدرجة أن المفحوص يحصل عليها في كل مرة يختبر فيها سواء بالاختبار نفسه أو بصورة مكافئة له تقيس الخاصية نفسها (صفوت فرج، 2007، ص 295) وقد تم التحقق من ثبات أداة الدراسة بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية المكونة من (30) أستاذ، تم حساب معامل الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ وكانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (11) يوضح معامل الثبات الفا كرونباخ

المحور	عدد العبارات	Cronbach's Alpha
الصمود النفسي	25	0.423

من خلال الجدول رقم (11) نجد أن معامل الثبات للاستبيان ككل بلغ (0.423) وهي قيمة مرتفعة تعني أن لمقياس الصمود النفسي معاملات ثبات عالية.

2. ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي: أظهرت نتائج تطبيق التجزئة النصفية ما يلي:

جدول رقم (12) يوضح ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي

القيمة المعامل	الأسلوب المستخدم	الصمود النفسي
0.355	الفا كرونباخ	الجزء الأول
0.660	الفا كرونباخ	الجزء الثاني
	0.530	معامل سوبرمان براون
	0.920	معامل جيتمان للتجزئة النصفية

تبين أن قيمة معاملات الارتباط لمقياس الصمود النفسي أكبر من (0.355) وهي بذلك معاملات عالية توحى بثبات عالي لدرجات الاستبيان.

وانطلاقاً من كل ما سبق في معاينة الصدق والثبات وبالنظر إلى قيمة معامل "الفا كرونباخ" المرتفعة، فإن مقياس الصمود النفسي تميز بصدق وثبات عاليين.

6- الأساليب الإحصائية:

قمنا بتفريغ وتحليل مقاييس الدراسة الحالية عن طريق استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الاصدار (v26)، وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي لحساب متوسط درجات أفراد العينة في الاختبار.
- الانحراف المعياري لحساب تشتت درجات أفراد العينة.
- النسب المئوية لحساب صدق الاختبار المطبق.
- التجزئة النصفية لحساب صدق الاختبار المطبق.
- اختبار "ت" للفروق بين متغيرات الدراسة.
- اختبار "ت" لعينة واحدة وذلك لحساب الفرضية العامة للدراسة.
- اختبار "الفاكرونباخ" لحساب ثبات الاتساق الداخلي.
- اختبار معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة وقوة الارتباط بين المتغيرات.
- اختبار التباين الأحادي أنوفا.

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل أهم الخطوات المتبعة في الدراسة الميدانية، منهج الدراسة المتبع ومتغيراتها، وكذا أهداف وإجراءات الدراسة الاستطلاعية، ثم تطرقنا إلى الأدوات المستخدمة لجمع البيانات، لنعرض بعد ذلك إجراءات الدراسة الأساسية وتحديد مجتمع الدراسة والعينة، بعد ذلك عرضنا إجراءات تطبيقها وأدوات التحليل الإحصائي للبيانات المحصل عليها، ونحاول في الفصل الموالي عرض وتحليل النتائج ومناقشتها.

الفصل الخامس: عرض وتفسير النتائج

تمهيد

1. الإجابة على التساؤل الأول.
2. الإجابة على التساؤل الثاني.
3. الإجابة على التساؤل الثالث.
4. الإجابة على التساؤل الرابع.
5. الاستنتاج العام.
6. المقترحات والتوصيات.

قائمة المراجع.

قائمة الملاحق.

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرضاً مفصلاً لتحليل البيانات والإجابة عن تساؤلات الدراسة، واختبار صحة فرضياتها، وأهم التوصيات والاقتراحات التي تم التوصل إليها.

1. عرض وتفسير نتائج التساؤل الأول:

تنص هذه الفرضية على وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية، تم تحديد مستوى التدفق النفسي بناءً على طول الفئة الذي تم استخراجها بحساب الدرجة الكلية للمقياس من الجانب النظري له للحكم على مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية بولاية غرداية والتي تمثلت في:

- الدرجات التي تكون بين (من 20 / 46.66) يكون مستوى التدفق النفسي فيها منخفض.

- الدرجات التي تكون بين (46.67 / 73.32) يكون مستوى التدفق النفسي فيها متوسط.

- الدرجات التي تكون بين (46.67 / 73.32) يكون مستوى التدفق النفسي فيها مرتفع .

جدول رقم: (13) يوضح بعض المؤشرات الاحصائية على مقياس التدفق النفسي

أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	أعلى درجة	أدنى درجة
61	40.00	8.21	43.00	60	28

جدول رقم: (14) يوضح مستوى عينة الدراسة على المقياس

المستوى	الدلالة	عدد الأفراد	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي
46.66-20	منخفض	45	73.77%	
73.32-46.67	متوسط	16	26.22%	40.00
100-73.33	مرتفع	00	00%	
المجموع		61		100%

من إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

يتضح من خلال الجدول (14) أن أغلب أفراد العينة تمركزوا في درجات منخفضة حيث بلغ عددهم (45) أستاذ بنسبة (73 %)، يتسمون بدرجة منخفضة من التدفق النفسي، أما بالنسبة لعدد الأساتذة الذين سجلوا درجات متوسطة بلغ عددهم (16) أستاذ بنسبة (26%)، ونلاحظ عدم تسجيل درجات مرتفعة على المقياس، كما بلغ المتوسط الحسابي لأفراد العينة (40.00)، بالتالي يمكن القول أن مستوى التدفق النفسي منخفض لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية.

تفسير التساؤل الأول:

توصلنا إلى أن مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي منخفض بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، بحيث نرى أن حالة التدفق النفسي تظهر بتوفر الشروط والظروف الملائمة والمساعدة على ظهورها فهي تظهر بطريقة عفوية دون تخطيط مسبق لها، بالتالي فالبيئة الاجتماعية والثقافية بالمنطقة لا توفر للأساتذة الشروط والظروف الملائمة لظهوره فالضغوطات الكبيرة التي تقع على عاتق الأساتذة كضغوط الوقت، والتعامل مع سلوكيات التلاميذ المرهقة، ونقص الموارد اللازمة لتحقيق أهدافه التعليمية كلها عوامل نرى أنها

ساهمت في انخفاض مستوى التدفق النفسي لديهم، ومنه تتفق دراستنا مع دراسة حمودة(2023) التي توصلت لانخفاض مستوى التدفق النفسي لأفراد العينة.

2. عرض وتحليل وتفسير نتائج التساؤل الثاني:

تنص هذه الفرضية بوجود مستوى مرتفع من الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية، تم تحديد مستوى الصمود النفسي بناء على طول الفئة الذي تم تحديدها في السابق، كمرجعية للحكم على مستوى التدفق النفسي.

جدول رقم: (15) يوضح مستويات الدلالة على مقياس الصمود النفسي

الدلالة	المستوى
منخفض	من 25 الى 58.33
متوسط	من 58.34 الى 91.66
مرتفع	من 91.67 الى 125

جدول رقم: (16) يوضح بعض المؤشرات الاحصائية على مقياس الصمود النفسي

أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	أعلى درجة	أدنى درجة
61	47.52	9.477	46.000	75	35

جدول رقم: (17) يوضح مستوى عينة الدراسة على مقياس الصمود النفسي

المستوى	الدلالة	عدد الأفراد	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي
58.33-25	منخفض	51	83.60%	
91.66-58.34	متوسط	10	16.40%	47.52
125-91.67	مرتفع	00	00%	
المجموع		61	100%	

يتضح من خلال الجدول (17) أن أغلب أفراد العينة تمركزوا في درجات منخفضة حيث بلغ عددهم (51) أستاذ بنسبة (83%)، يتسمون بدرجة منخفضة من الصمود النفسي، أما بالنسبة لعدد الأساتذة الذين سجلوا درجات متوسطة بلغ عددهم (10) أستاذ بنسبة (16%)، ونلاحظ أيضا عدم تسجيل درجات مرتفعة لأفراد العينة على المقياس، كما بلغ المتوسط الحسابي لأفراد العينة (47.52)، ومنه نستنتج أن مستوى الصمود النفسي منخفض لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية.

تفسير التساؤل الثاني:

توصلنا من خلال التحقق من الفرضية أن مستوى الصمود النفسي منخفض لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، ونفسر ذلك بظروف العمل كضغط الوقت والالتزامات التربوية وتحضير الاختبارات ورفع التقارير الإدارية، فالصمود النفسي هو القدرة على التكيف والتحمل في وجه التحديات والضغوطات بالتالي نعتقد أن أساتذة التعليم الابتدائي بغرداية يعانون من ظروف عمل غير ملائمة كأعباء التنقل للمؤسسة، وغياب الموارد اللازمة في المؤسسات وذلك لحداثة المنشآت المدرسية بالمنطقة فظروف العمل لعبت

دورا كبيرا في انخفاض مستوى الصمود النفسي لديهم ، وذلك حسب (نظرية جزماري1984)، التي أقرت على تأثير العوامل الخارجية في مستوى الصمود النفسي، ومنه تختلف النتيجة المتوصل اليها مع دراسة الأحمدي (2022) التي توصلت لارتفاع مستوى الصمود النفسي لدى أفراد العينة.

3. عرض وتحليل وتفسير نتائج التساؤل الثالث:

تنص هذه الفرضية على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية، للتحقق من هذه الفرضية تم التحقق من الشروط البارامترية لدراسة هذه العلاقة، من ثم حساب معامل الارتباط بين المتغيرين لمعرفة طبيعة العلاقة كما هو موضح في الجداول التالية:

جدول رقم (18) يوضح اختبار "Shapiro-wilk" و'كلمغروف - سيمنوف' لمعرفة التوزيع

الطبيعي للبيانات

Kolmejevov- Smirnov			'Shapiro-wilk"			
Siig	قيمة الاختبار	درجة الحرية	قيمة الاختبار	Siiig	درجة الحرية	
0.086	0.200	61	0.968	0.110	61	التدفق النفسي

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

- الارتباط دال إحصائيا عند مستوى (0.05)

يوضح الجدول رقم (18) أن قيمة الدلالة لاختبار 'شايرو-ويلك' بلغت (0.968) وهي غير دالة احصائيا عند (0.11) وهذا يعني ان توزيع البيانات طبيعي ومعتدل، كما

بلغت قيمة الدلالة لاختبار 'كولمغروف- سمينوف' ب (0.200) وهي غير دالة احصائيا عند (0.08)، ومن خلال كل ما سبق تحققت شروط "البارامترية" ومنه سنقوم باستخدام معامل الارتباط بيرسون وهذا للتمكن من اختبار الفرضية اختبارا دقيقا.

الجدول رقم (19) نتائج اختبار معامل الارتباط بين التدفق النفسي والصمود النفسي

مستوى الدلالة Siiiig	معامل الارتباط (Person)	عدد الأفراد	الصمود النفسي		التدفق النفسي	
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
0.071	0.233	61	46.00	9.477	8.218	40.00

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

-الارتباط دال إحصائيا عند مستوى (0.05)

يوضح الجدول رقم (19) أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين التدفق النفسي والصمود النفسي بلغت (0.233) بقيمة (0.07)، وهي غير دالة احصائيا بقيمة (0.05)، ومنه نستنتج عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية بولاية غرداية.

تفسير التساؤل الثالث:

توصلنا بعد التحقق من الفرضية أنه لا يوجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، كما هو موضح في الجدول (19)، ورجع ذلك للاختلاف بينهما في التأثير على المعلم، فالتدفق النفسي هو حالة من التركيز العميق والارتياح التام خلال القيام بنشاطه، بينما الصمود النفسي هو القدرة على التكيف والتحمل في وجه التحديات والضغوطات، بالإضافة إلى تأثير العوامل الثقافية و الاجتماعية و النفسية لدى المعلمين المختلفة في المقاطعة الثانية لولاية غرداية، ومنه نجد دراسة الأحمدي (2022) التي توصلت في دراسة أقامتها بالمدينة المنورة إلى أنه كلما تحسن الصمود النفسي بمقدار وحدة تحسن مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة. وبالتالي يمكن القول أن التدفق النفسي والصمود النفسي ليس لديه أي تأثير على المعلم.

4. عرض وتحليل وتفسير نتائج التساؤل الرابع:

تنص هذه الفرضية على وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط درجات الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية، وقد تم استخدام اختبار التباين الأحادي (One Way Anova) . الذي يستخدم في حالة متغير كمي يتبع التوزيع الطبيعي مع متغير كينفي ثلاثي البدائل وذلك لاختبار الفروقات في آراء عينة الدراسة.

الجدول رقم (20) يوضح نتائج تحليل التباين الأحادي للتدفق النفسي تبعا لمتغير الجنس

مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة إحصائيا	0.278	6,13	42,84	الذكور
		8,96	40,35	الاناث

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

-دالة احصائيا عند الدلالة المعنوية 0.05

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لمستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس، حيث جاءت قيمة (ف) 1.200 بقيمة احتمالية (0.27) وهي أكبر من الدلالة الاحصائية (0.05) وهي غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس وهذا راجع لتقارب المتوسطات الحسابية، ومنه توصلنا لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، فقد اختلفت هذه الدراسة مع نتائج دراسة خشبة (2017) لعدم وجود فروق في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس، ويمكن ان نفسر ذلك بتشارك نفس البيئة والظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش فيها الأساتذة بالإضافة إلى المعتقدات والأفكار السائدة عند الأساتذة داخل المنطقة، بما فيها المعتقدات، المعرفية، الاقتصادية، والاجتماعية، وتشابه الظروف الحياتية التي تجمع جميع الأساتذة باختلاف جنسهم.

الجدول رقم (21) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي للتدفق النفسي تبعاً لمتغير السن

مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائيا	0.322	5,93	39,31	أقل من 30 سنة
		8,93	40,82	من 30 إلى 40 سنة
		9,14	43,31	من 41 إلى 50 سنة

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

-دالة احصائيا عند الدلالة المعنوية 0.05

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه باختلاف السن، حيث جاءت قيمة (ف) 1.157 بقيمة احتمالية (0.32) وهي أكبر من الدلالة الاحصائية (0.05) وهي غير دالة إحصائيا ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير السن وهذا راجع لتقارب المتوسطات الحسابية.

بعد التحقق توصلنا لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير السن لأساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية، ونرى أنه من المنطقي أن يكون مستوى التدفق النفسي عاماً لجميع الفئات العمرية وذلك لتشارك نفس البيئة الاجتماعية والتنظيمية، كما أن التدفق النفسي يظهر بتوفر الشروط والظروف الملائمة والمساعدة على ظهوره فهي تظهر بطريقة عفوية دون تخطيط مسبق لها بالتالي ليس لديها ارتباط بالسن، وهذا ما توصلت إليه دراسة خشبة (2017) بعدم وجود فروق ذات دلالة في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير السن لدى المعلمين.

الجدول رقم (22) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي للتدفق النفسي تبعاً لمتغير

الأقدمية

مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائيا	0.122	8,39	39,94	أقل من 5 سنوات
		7,77	39,39	أكثر من 5 سنوات
		8,07	44,20	أكثر من 10 سنوات

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

-دالة احصائيا عند الدلالة المعنوية 0.05

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لمستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية، حيث جاءت قيمة (ف) 2.180 بقيمة احتمالية (0.12) وهي أكبر من الدلالة الاحصائية (0.05) وهي غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية وهذا راجع لتقارب المتوسطات الحسابية

بعد التحقق من الفرضية توصلنا لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية لأساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية، ونفسر ذلك على تشارك نفس البيئة الاجتماعية ونفس المعتقدات والأفكار السائدة في المنطقة لأساتذة التعليم الابتدائي بجميع الفئات العمرية، بحيث نرى أن التدفق النفسي هو حالة شعور لا ترتبط بالأقدمية. ومنه اخلفت هذه النتيجة مع دراسة عبد العزيز (2019) التي أسفرت بوجود فروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير للأقدمية.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى للمتغيرات الديمغرافية (الجنس، السن، الأقدمية) من وجهة نظر اساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية.

الجدول رقم (23) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي متوسط درجات الصمود النفسي

تبعاً لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدلالة الاحصائية	مستوى الدلالة
الذكور	49,00	11,43	0.418	غير دالة احصائياً
الاناث	46,85	8,51		

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

- دالة احصائيا عند الدلالة المعنوية 0.05.

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لمستوى الصمود النفسي تبعاً لمتغير الجنس، حيث جاءت قيمة (ف) 0.665 بقيمة احتمالية (0.41) وهي أكبر من الدلالة الاحصائية (0.05) بالتالي هي غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي تبعاً لمتغير الجنس ويرجع ذلك لتقارب المتوسطات الحسابية.

أسفرت نتيجة الفرضية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي لأساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية تبعاً لمتغير الجنس، وهذا ما أسفرت عليه أيضاً دراسة الطلاع (2016) التي توصلت لعدم وجود فروق في الصمود النفسي تبعاً لمتغير الجنس، ونفسر ذلك بتشارك نفس البيئة والظروف الاجتماعية والثقافية التي يعيش فيها الأساتذة بالإضافة إلى المعتقدات والأفكار السائدة والظروف الحياتية عند الأساتذة في المنطقة التي تجمعهم باختلاف جنسهم. كما نجد أيضاً أن الضغوط العملية كضغط الوقت والالتزامات التربوية وتحضير الاختبارات والتقارير الإدارية، تؤثر على انخفاض مستوى الصمود لديهم وذلك حسب (نظرية جرمازي 1984)، التي أقرت على تأثير العوامل الخارجية في مستوى الصمود النفسي.

الجدول رقم (24) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي متوسط درجات الصمود النفسي

تبعاً لمتغير السن

مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائيا	0.631	8,37	45,84	أقل من 30 سنة
		9,27	48,65	من 30 إلى 40 سنة
		10,93	47,84	من 41 إلى 50 سنة

المصدر: إعداد الطالبة بناء على نتائج برنامج (SPSS)

-دالة احصائيا عند الدلالة المعنوية 0.05

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لمستوى الصمود النفسي تبعاً لمتغير السن، حيث جاءت قيمة (ف) 0.464 بقيمة (0.63) وهي أكبر من الدلالة الاحصائية (0.05) وهي غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي تبعاً لمتغير السن وهذا يرجع لتقارب المتوسطات الحسابية.

بعد التحقق من الفرضية توصلنا لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصمود النفسي تبعاً لمتغير السن، وهذا ما أسفرت عليه أيضاً دراسة خشبة (2017) بالتوصل لعدم وجود الفروق في مستوى الصمود النفسي باختلاف السن، ونرى أنه من الطبيعي التوصل لهذه النتيجة لتشارك الأساتذة نفس البيئة التعليمية والاجتماعية لجميع الفئات العمرية، كما نجد أن الأساتذة يتشاركون نفس أعباء العمل تقريبا داخل المؤسسة كضغط الوقت والالتزامات التربوية والتحضير للاختبارات ورفع التقارير الادارية.

الجدول رقم (25) يوضح نتائج تحليل التباين الاحادي للصدوم النفسي تبعاً لمتغير

الأقدمية

مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة احصائياً	0.409	6,13	45,00	أقل من 5 سنوات
		10,98	48,43	أكثر من 5 سنوات
		10,08	48,75	أكثر من 10 سنوات

يوضح الجدول أعلاه نتائج تحليل التباين أحادي الاتجاه لمستوى الصدوم النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية، حيث جاءت قيمة (ف) 0.909 بقيمة (0.40) وهي أكبر من الدلالة الإحصائية (0.05) وهي غير دالة إحصائياً ومنه نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصدوم النفسي تبعاً لمتغير الأقدمية وهذا راجع لتقارب المتوسطات الحسابية.

تفسير التساؤل الرابع:

توصلت النتيجة لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصدوم النفسي لأساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية تبعاً لمتغير الأقدمية، ونفسر ذلك أنه من الطبيعي التوصل لهذه النتيجة لتشارك جميع الأساتذة نفس البيئة التعليمية والاجتماعية وتأدية نفس أعباء العمل تقريبا داخل المؤسسة كضغط الوقت والالتزامات التربوية والتحضير للاختبارات ورفع التقارير الادارية، وذلك لطبيعة عمل المؤسسات التربوية.

5. الاستنتاج العام:

خلصت نتيجة دراستنا الحالية إلى أن:

- مستوى التدفق النفسي لدى اساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية منخفض.
- مستوى الصمود النفسي لدى اساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية منخفض
- لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بالمقاطعة الثانية لولاية غرداية.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ومتوسط درجات الصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير السن ومتغير الجنس والأقدمية.

6. التوصيات والمقترحات:

- اقتراح بناء برنامج تدريبي للمعلمين يساعدهم على تطوير مهارات إدارة الضغوط وإدارة الوقت.
- أن تولى المؤسسات المدرسية بولاية غرداية عناية خاصة بالمعلمين وذلك لأهميتهم في المجتمع.
- العمل على المحافظة على مستوى الصمود النفسي والارتقاء به إلى أقصى الدرجات.
- خلق قنوات اتصال فعالة بين كل من الإدارة المسؤولة والمعلمين، قصد إيصال آراء ومقترحات المعلمين.
- إجراء دراسة للكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والصحة النفسية لدى المعلمين.

قائمة المراجع

قائمة المراجع باللغة العربية:

قائمة الكتب والمعاجم والقواميس:

1. القرآن الكريم
2. إبراهيم، أنيس، عبد الحليم منصر، عطية الصوالحي، خلف الله أحمد. (2004). المعجم الوسيط (ط.4). مكتبة الشروق الدولية. مصر
3. إبراهيم، مروان. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. (ط.1). مؤسسة الوراق. عمان.
4. السيد، فؤاد. (1978). علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري. (د.ط). دار الفكر العربي. القاهرة.
5. بشير، معمريّة. (2002). القياس النفسي وتصميم أدواته للطلاب والباحثين. سلسلة دراسات منشورات الخبر.
6. بشير، معمريّة. (2012). علم النفس الإيجابي اتجاه جديد لدراسة القوى والفضائل الإنسانية سيكولوجية الطيبين والحياة الطيبة. (د.ط). دار الخلدونية للنشر والتوزيع باتنة الجزائر.
7. جولمان، دانيال. (2000). الذكاء العاطفي (ترجمة ليلي الجبلي، د.ط). دار المعرفة. الكويت.
8. ربحي، مصطفى، عليان، عثمان غنيم. (2010). مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق. (د.ط). دار صفاء للنشر والتوزيع. عمان.
9. زكرياء، الشربيني وآخرون. (2013). مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية. (ط.1). مكتبة الشقري. السعودية.

10. سيلجمان، مارتين. (2002). السعادة الحقيقية استخدام علم النفس الإيجابي الحديث. (ط.1). مكتبة جرجير. الرياض.
11. سيلجمان، مارتين. (2005). السعادة الحقيقية استخدام علم النفس الإيجابي الحديث. (ط.2). مكتبة جرجير. الرياض.
12. صفاء، الأعسر. (2011). الصمود لدى الأطفال. (ط.1). المركز القومي للترجمة. القاهرة.
13. صفاء، الأعسر. (2005). السعادة الحقيقية: استخدام الحديث لعلم النفس الإيجابي تبين أكثر ما لديك لحياة أكثر إنجازا. (ط.1). دار العين للنشر. القاهرة.
14. صفوت، فرج. (2007). القياس النفسي. (ط.6). مكتبة الانجلو مصرية. مصر.
15. عباس، وآخرون. (2014). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس. (ط.2). دار المسيرة. عمان.
16. عبد الرحمان، بدوي. (2008). مناهج البحث العلمي. (ط.1). مركز عبد الرحمان بدوي. مصر.
17. عبد الحفيظ، مقدم. (2003). الإحصاء والقياس النفسي والتربوي: مع نموذج من المقاييس والاختبارات. (ط.2). ديوان المطبوعات الجزائرية. الجزائر.
18. عبيدات، محمد وآخرون. (1999). منهجية البحث العلمي. (ط.2). دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع. عمان.
19. محمد السعيد، أبو الجواد أبو حلاوة (2013). المرونة النفسية ماهيتها ومحدداتها وقيمتها الوقائية. (د. ط). إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية. مصر.
20. محمد السعيد، أبو حلاوة. (2013). حالة التدفق، المفهوم والأبعاد والقياس. (د. ط). إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية. مصر.

21. مصطفى، حجازي. (2012). إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي. (ط.1). التنوير للطباعة والنشر والتوزيع. بيروت.

22. عبد الحفيظ، مقدم. (2003). الإحصاء والقياس النفسي والتربوي: مع نموذج من المقاييس والاختبارات. ديوان المطبوعات الجزائرية.

قائمة الرسائل والمذكرات:

20 - أحمد، بلبقرة. (2018). التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي دراسة ميدانية على عينة من العمال الدائمين بمديرية التجارة بولاية ورقلة. [مذكرة ماستر منشورة]. جامعة قاصدي مرباح ورقلة. الجزائر.

<http://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/handle/123456789/18545>

21- أسماء، فتحي بادسي. (2018). مستوى المرونة النفسية لدى الطالبة الجامعية العاملة. [مذكرة الماستر]. جامعة محمد خيضر بسكرة. الجزائر.

<http://archives.univ-biskra.dz/handle/123456789/14402>

22- أزهار، عبد المعطي غيث. (2017). الشعور بالأمل كمتغير وسيط بين الصمود النفسي والضغط النفسي لدى أمهات الأطفال المعاقين بعد العدوان على غزة. [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الأقصى. فلسطين.

https://portal.qader.org/cached_uploads/download/2020/01/28

23- إيمان، مصطفى سرميني. (2015). تنمية مهارات الصداقة والصمود النفسي لخفض أعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة. [رسالة دكتوراه منشورة]. جامعة عين شمس كلية البنات. مصر.

<http://research.asu.edu.eg/handle/12345678/10676>

24- باسل، محمد عبد الله عاشور، ونبيل كامل محمد. (2017). الصمود النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضى العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية في قطاع غزة. [رسالة ماجستير منشورة]. فلسطين.

<https://search.mandumah.com/Record/821064>

25- ربيعة، بن الشيخ. (2015). علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة قاصدي مرباح. ورقلة.

<https://dspace.univ-ouargla.dz/jspui/handle/123456789/9134>

26- سمية، زكي، عبد العزيز أبو حية. (2019). التدفق النفسي والرضا عن العمل وعلاقتها بالانسجام الأسري لدى مبرمجي الكمبيوتر بالمؤسسات الحكومية بمحافظة غزة. [أطروحة دكتوراه منشورة]. جامعة الأقصى. فلسطين.

https://journals.ekb.eg/article_82855.html

27- شريف، زهرة. (2019). الصمود النفسي وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى الطلبة المقبلين على التخرج: دراسة ميدانية على طلبة الليسانس والماستر. [مذكرة ماستر]. جامعة المسيلة. الجزائر.

<https://theses-algerie.com/1033584859275353>

28- صواش، خلود. (2021). مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أعوان الشبه طبي بعض المؤسسات الاستشفائية بالمسيلة. [مذكرة ليسانس]. جامعة المسيلة. الجزائر.

<https://theses-algerie.com/3529268292159031>

29- عرفات، حسين أبو المشايخ، جميل حسن الطيراوي. (2018). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالصمود النفسي لدى معيلين المعاقين عقليا في قطاع غزة. [رسالة ماجستير منشورة]. الجامعة الإسلامية غزة. فلسطين.

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=128594>

30- مازن، فواز الشماط. (2013). مرونة الأنا كمؤشر وقائي من سيطرة الميول الاكتئابية والأفكار الانتحارية. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة دمشق. سوريا.

https://cpc.journals.ekb.eg/article_42852_2caef0240c811fefbbe8f7a4fc9b92e7

31- محمد، عصام الطلاع. (2016). الذكاء الروحي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة غزة. فلسطين.

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=128996>

32- محمد، حنين محمود جميل. (2017). درجة تفعيل التعليم الدعوي لدى مديري المدارس الخاصة في محافظة مأدبا من وجهة نظر المعلمين. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة الأردن. الأردن.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-763256>

33- مهريّة، الأسود. (2021). التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمنبعات بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على طلبة من جامعة قاصدي مرباح. [أطروحة دكتوراه منشورة]. جامعة الوادي. الجزائر.

<https://dspace.univ-eloued.dz/items/d4d318e7-4cc6-4b19-a9ad-170cf21584f5>

34- نيرمين، حجازي. (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة خليل. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة الخليل. فلسطين.

<http://dspace.hebron.edu/xmlui/handle/123456789/976>

35- هبة، عبد النبي، أحمد حمودة. (2023). الصمود النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية وعلاقته بالتسامح والرضا الوظيفي. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة المنيا. مصر.

https://lib.mans.edu.eg/eulc_v5/Libraries/Thesis/12974839

36- ورد، مختار، عبد السميع الجلبة. (2018). فاعلية برنامج لتنمية الصمود النفسي لدى الطالبة الجامعية لتحسين أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة. [رسالة دكتوراه منشورة]. جامعة عين الشمس. مصر.

<https://search.emarefa.net/detail/BIM-931011>

37- يسرى، راضي، إبراهيم الأفندي. (2018). الصمود النفسي وعلاقته بكل من التوافق الزوجي والرضا عن الحياة لدى أمهات الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة. [رسالة ماجستير منشورة]. جامعة الفيوم. مصر.

http://srv3.eulc.edu.eg/eulc_v5/Libraries/Thesis/12493709

قائمة المنشورات والمجلات العلمية:

38- أسيل، صبار محمد. (2015). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة النازحين وغير النازحين، مجلة الآداب، 114(1)، 603-616.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-700687>

39- العبيدي، عفراء إبراهيم. (2016). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي. مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 3(1)، 197-214.

<https://search.emarefa.net/detail/BIM-769419>

40- ألف، ثائر زكي. (2015). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسية. 28(1)، 987-1024.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-940865>

- 41- الموساوي، عبد العزيز حيدر، الشطب، أنيس أسود. (2016). التدفق النفسي علوم
وقف التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة. 18(10)، 50-92.
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-696180>
- 42- بزوبيري، كمال. (2022). الصمود النفسي في ضوء التفسيرات الحديثة. مجلة قبس
للدراستات النفسية والاجتماعية. 6 (2). 603-617.
<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/203237>
- 43- بشير، معمريه. (2012).، معنى الحياة مفهوم أساسي في علم النفس الإيجابي. المجلة
العربية للعلوم النفسية. (6) ، 34-35.
<https://www.google.com/89978449>
- 44- حوراء، عباس. (2016). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة
النازحين في جامعة بابل. مجلة كلية التربية الأساسية. (30)، 227-252.
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-759027>
- 45- خزام، نجيب، وإبراهيم، تامر، وغنيم، زهراء. (2016). تقدير الخصائص
السيكومترية لمقياس التدفق النفسي على عينة من طلبة الجامعة.، مجلة الارشاد النفسي.
1(48)، 309-340.
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-822764>
- 46- رشيد، حسين. (2018). التمرد النفسي وعلاقته بالقبول الاجتماعي لدى طلبة
المدارس الإعدادية في مركز في مدينة أربيل وفقا لبعض المتغيرات. مجلة أبحاث كلية التربية
الأساسية. 15(2)، 453-472.
<https://search.emarefa.net/detail/BIM-894541>

47- زهرة، سالم علي قشقش، كنز حسن علي منصور دله. (2016). الصمود النفسي لدى عينة من أمهات أطفال التوحد. مجلة جامعة سبها للعلوم الإنسانية. 2(1)، 179-189.

<https://search.emarefa.net/detail/BIM-1420421>

48- زهور سليم الجهني، مارية طالب الأحمدى. (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بالمدينة المنورة. مجلة التربية (الأزهر). 41(11)، 454-484.

https://journals.ekb.eg/article_233630.html

49- زينب، عبد المحسن درويش. (2016). الانبساطية والمساندة الاجتماعية كمنبئات بالصمود النفسي لدى النساء الأرامل في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. المجلة العلمية بكلية الآداب. (29)، 1341-1393.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-826015>

50- زينب، ماجد محمد العتايي، عبد الله مجيد. (2019). معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. 37(3)، 395-420.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1053197>

51- سامية، عرعار وآخرون. (2016). خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكلوجية الإبداع والسعادة نموذجاً. مجلة تطوير العلوم الاجتماعية. 9(2)، 102-118.

<https://www.asjp.cerist.dz/en/article/38666>

52- سليمان، ريم. (2005). الصمود النفسي ومعنى الحياة والتدفق من وجهة نظر علم النفس الإيجابي، دراسة تحليلية لصمود الجيش العربي السوري. مجلة تشرين للبحوث والدراسات العلمية. 37 (4)، 89-105.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-809919>

53- شاكور، محمد أحمد البشرأوي، وسام، كردي، غداب العزأوي. (2018). المرونة النفسية والتوجه نحو الحياة والسلك الدراسي للطلاب الجامعيين. مجلة تكريت للبحوث الجامعية. 25(12)، 387-420.

<https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1215798>

54- صادق، محمد سيد. (2009). التدفق النفسي وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة. معهد الدراسات التربوية.

[ps://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-802005](https://search.emarefa.net/ar/detail/BIM-802005)

55- عبد المجيد، ماجدة ولاشين، ثريا عبد الباقي، سلوى. (2016) التدفق النفسي للطلاب المعلم لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة حلوان في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. دراسات تربوية واجتماعية. 22(1)، 102-118.

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=124879>

56- علاء، عبد الحسن حبيب. (2018). القدرة على اتخاذ القرار وعلاقتها بالصمود النفسي لدى طلبة كلية التربية الأساسية. مجلة أبحاث الذكاء. 13(28)، 174-192.

<https://search.emarefa.net/detail/BIM-242204>

57- غادة، علي هادي. (2021). تطور الصمود النفسي لدى المراهقين المتعافين من فيروس كورونا. مجلة الدراسات المستدامة. 3(1)، 407-427.

<search.emarefa.net/ar/detail/BIM-1481037>

58- فاتن، فاروق عبد الفتاح، شيري، مسعد حليم. (2014). الصمود النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته بكل من الحكمة وفاعلية الذات لديهم. مجلة كلية التربية. 15(1)، 90-134.

<http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=124549>

59- فاطمة، السيد حسن خشبة. (2017). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين. المجلة المصرية للدراسات النفسية. 96(27)، 221-316.

<https://search.emarefa.net/detail/BIM-842289>

المراجع باللغة الأجنبية:

- الكتب الأجنبية:

-60 Colbi Pearce &al. (2004). Short introduction to Promoting Resilience in Children, Jessica Kingsley Publishers, London.

-61 Csikszentmihalyi, MIHALYI. (1975). Flow: The Psychology of optimal experience. Harper & Row, New Work.

-62 Csikszentmihalyi, MIHALYI. (1990). Finding Flow: The psychology of engagement with Everyday life. Basic Books. New Work .

-63 Goldstein. (2009). resilience in children. Ed. Handbook. USA.

-64 Masten A-s, O'Dougherty Wright processes in Development, in S .

-65 Rutter, M. (2006). Resilience As a dynamic concept: developement and Psychopathology. (24). National library of medicine. usa.

-66 Werner & Smith. (2001). Overcoming the odds: High- Risk children from birth to adulthood. cornel university press. new work.

المقالات العلمية:

-67 Christine Tardy and Bill Snyder. (2004). Thats why I do It: Flow and Efl teachers' practices. ELT journal. 58(2),45 -60.

<https://www.researchgate.net/publication/31148112>

قائمة الملاحق

- الملحق رقم 01:

مقياس التدفق النفسي للموساوي والشطب (2016)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

جامعة غرداية

قسم علم النفس

أستاذي الفاضل / أستاذتي الفاضلة:

تحية طيبة وبعد، في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي تقوم الطالبة بإجراء دراسة ميدانية بعنوان: التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي. ولتحقيق هدف الدراسة أضع بين يديك استبيان التدفق النفسي، والمطلوب منك هو قراءة الفقرات قراءة جيدة ثم الإجابة بكل صدق وأمانة بوضع علامة في الخانة التي تناسب سلوكك عند أدائك مهمتك النبيلة، مع عدم ترك فقرة بدون إجابة مع العلم أنه لا توجد إجابة خاطئة وأخرى صحيحة، وهذه الإجابات لا تستعمل إلا لغرض البحث العلمي فقط.

البيانات الأولية:

الجنس: ذكر: أنثى:

الأقدمية في العمل:

أقل من 5 سنوات: أكثر من 5 سنوات: من 10 سنوات فما فوق:

السن:

مقياس التدفق النفسي:

أ- أهداف واضحة قابلة للإنجاز في ضوء قدرات ومهارات الفرد:

رقم العبارة	الفقرات	تنطبق تماما	غالبا	أحيانا	نادرا	لا تنطبق علي أبدا
1	أشعر أن الخطوات لإنجاز أي مهمة تعطي لي واضحة					
2	أرى أن النشاط الذي أكلف به ليس فيه تفاصيل واضحة.					
3	لدي القدرة على إنجاز الواجبات التي أكلف بها بإتقان					
4	أحاول اقتراح بعض الحلول التي أكلف بها بإتقان					
5	أشعر بالارتياح عندما يكلفني الآخرون بإنجاز عمل ما					

ب- اندماج الشخص وتركيزه في نشاط معين وانغماسه التام فيه:

رقم العبارة	الفقرات	تنطبق تماما	غالبا	أحيانا	نادرا	لا تنطبق علي أبدا
1	اندمج بالمهمة المكلف بها وأكاد لا أرى سواها					
2	أركز على تفاصيل النشاط الذي أكلف به					
3	أرتب خطوات إنجاز العمل حسب أهميته					
4	المهمة التي أقوم بها تبعدني عن سلوك الآخرين من حولي					

					أجد نفسي منسجما بإنجاز المهمة المكلف بها	5
--	--	--	--	--	--	---

ج- الإحساس بسرعة الوقت وعدم الانتباه إلى المتطلبات الذاتية:

رقم العبارة	الفقرات	تنطبق تماما	غالبا	أحيانا	نادرا	لا تنطبق علي أبدا
1	أشعر أن الوقت يمضي سريعا وأنا أنجز المهمة التي أكلف بها					
2	لا أنتبه إلى إشباع حاجاتي الشخصية عندما أكون منهمكا في إنجاز نشاط ما					
3	الوقت ممتع أثناء أداء المهمة المكلف بها					
4	أكاد أنسى نفسي أثناء قيامي بعمل ما					
5	أشعر بالملل عند أداء مهمة أكلف بها					

د- وضوح النجاح والفشل وتعديل الفرد لأفعاله تبعا لذلك:

رقم العبارة	الفقرات	تنطبق تماما	غالبا	أحيانا	نادرا	لا تنطبق علي أبدا
1	لدي القدرة على تعديل خطواتي لتحقيق أهداف مهمة					
2	الفشل يراودني قبل القيام بأي مهمة أكلف بها					
3	أشعر بالارتياح عندما أرى نفسي أسير بالاتجاه الصحيح في إنجاز أي نشاط ما					
4	انتقاد الآخرين لعملي يريك إنجازي للمهمة					
5	إحساسي بنجاح الخطوة الأولى لإنجاز المهمة تحفزني إلى خطوات أكثر إيجابية					

- الملحق رقم 02:

مقياس الصمود النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور (2017).

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

جامعة غرداية

قسم علم النفس

أستاذي الفاضل / أستاذتي الفاضلة:

تحية طيبة وبعد، في إطار التحضير لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي تقوم الطالبة بإجراء دراسة ميدانية بعنوان: التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي. ولتحقيق هدف الدراسة أضع بين يديك استبيان الصمود النفسي، والمطلوب منك هو قراءة الفقرات قراءة جيدة ثم الإجابة بكل صدق وأمانة بوضع علامة في الخانة التي تناسب سلوكك عند أدائك مهمتك النبيلة، مع عدم ترك فقرة بدون إجابة مع العلم أنه لا توجد إجابة خاطئة وأخرى صحيحة، وهذه الإجابات لا تستعمل إلا لغرض البحث العلمي فقط.

البيانات الأولية:

الجنس: ذكر: أنثى:

الأقدمية في العمل:

أقل من 5 سنوات: أكثر من 5 سنوات: من 10 سنوات فما

فوق:

السن:

الرقم	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق غالبا	تنطبق أحيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق
1	أعمل على تحقيق أهدافي مهما كانت العقبات					
2	أستطيع صياغة أفكارى بطريقة مناسبة					
3	أعالج أموري الحياتية بنفسي					
4	تجعلني طبيعى محبوبا لدى زملائي في العمل					
5	أقدم المشورة لزملائي عند حاجتهم إليها					
6	تدفعني نجاحات الماضي لمواجهة صعوبات المستقبل					
7	أعمل على تنمية قدراتي العلمية بشتى الطرق					
8	أحترم الوقت وأستثمره بشكل مناسب					
9	أجمع المعلومات الكافية حول المشكلة للوصول لحلها					
10	أنتصرف بحكمة مع المواقف المفاجئة					
11	أقوم بانتقاء أفضل الخيارات من بدائل متعددة					
12	أشعر بالسعادة عند الحصول على نتيجة مرضية					
13	أشعر بالانزعاج النفسي إذا فشلت في حل مشكلة					
14	أجد من يقف معي عند مواجهتي لمشكلة ما					
15	يمكنني حل مشكلاتي بمساعدة زملائي في العمل					
16	أحدد ما يواجهني من مشكلات بصورة واضحة ودقيقة					
17	أستفيد من خبراتي السابقة في تخطي الأزمات					
18	أواجه المشكلات ولا أنتظر تأزمها					

					19	تتفق نتائج قراراتي مع توقعاتي لحل المشكلة
					20	أرى أن وقوع المشكلة يكسبني خبرة جديدة للتعلم
					21	أشعر بالرضا عند تعاملي مع المواقف المختلفة بطريقة مرنة
					22	أحاول التعايش مع الأحداث التي تواجهني لأتمكن من حلها
					23	الحوار والمناقشة مع الزملاء يجعلني أكثر قدرة على الإنتاج في العمل
					24	أقبل تغيير وجهة نظري طالما يؤدي إلى نتائج إيجابية
					25	أشارك في رحلات ترفيهية مع زملائي من حين لآخر

- الملحق رقم 3: عينة البحث حسب المتغيرات التصنيفية:

Frequencies

Statistics

		الجنس	الأقدمية	السن	الاجتماعية_الحالة
N	Valid	61	61	61	61
	Missing	0	0	0	0

Frequency Table

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ذكر	19	31,1	31,1	31,1
	انثى	42	68,9	68,9	100,0
Total		61	100,0	100,0	

الأقدمية

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
--	--	-----------	---------	---------------	--------------------

Valid	سنوات 5 من أقل	18	29,5	29,5	29,5
	سنوات 5 من أكثر	23	37,7	37,7	67,2
	فوق فما سنوات 10 من	20	32,8	32,8	100,0
Total		61	100,0	100,0	

السن

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	سنة 30 من أقل	19	31,1	31,1	31,1
	سنة 40 الى سنة 30 من	23	37,7	37,7	68,9
	سنة 50 الى سنة 40 من	19	31,1	31,1	100,0
Total		61	100,0	100,0	

الاجتماعية_الحالة

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	اعزب	30	49,2	49,2	49,2
	متزوج	31	50,8	50,8	100,0
Total		61	100,0	100,0	

- الملحق رقم 4: يبين صدق المقارنة الطرفية لمقياس التدفق النفسي والصمود النفسي

T-Test

Group Statistics

	المبحوثين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	العليا	10	51,40	1,838	,581
	الدنيا	10	43,70	1,059	,335

Independent Samples Test

Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	

									Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	1,370	,257	11,478	18	,000	7,700	,671	6,291	9,109
	Equal variances not assumed			11,478	14,386	,000	7,700	,671	6,265	9,135

T-Test

Group Statistics

	المبحوثين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الدرجات	العليا	10	45,60	4,006	1,267
	الدنيا	10	31,90	2,470	,781

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الدرجات	Equal variances assumed	1,618	,220	9,206	18	,000	13,700	1,488	10,574	16,826
	Equal variances not assumed			9,206	14,979	,000	13,700	1,488	10,528	16,872

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	28	93,3
	Excluded ^a	2	6,7
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

- الملحق رقم 5: يبين ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,570
		N of Items	10 ^a
	Part 2	Value	,369
		N of Items	10 ^b
Total N of Items			20
Correlation Between Forms			,402
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,573
	Unequal Length		,573
Guttman Split-Half Coefficient			,573

a. The items are: 1س, 2س, 3س, 4س, 5س, 6س, 7س.

b. 8س, 9س, 10س.

b. The items are: 11س, 12س, 13س, 14س, 15س, 16س, 17س, 18س, 19س, 20س.

- الملحق رقم 6: بين ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الصمود النفسي

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	96,7
	Excluded ^a	1	3,3
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,332	25

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
--	--	---	---

Cases	Valid	29	96,7
	Excluded ^a	1	3,3
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,655	20

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	96,7
	Excluded ^a	1	3,3
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

الملحق رقم 7: يبين ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصمود النفسي

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	-,311 ^a
		N of Items	13 ^b
	Part 2	Value	,103
		N of Items	12 ^c
Total N of Items		25	
Correlation Between Forms			-,127 ^d
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		-,290 ^d
	Unequal Length		-,225 ^d

Guttman Split-Half Coefficient	-,274
--------------------------------	-------

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

b. The items are: 30س, 29س, 28س, 27س, 26س, 25س, 24س, 23س, 22س, 21س, 33س, 32س, 31س.

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	29	96,7
	Excluded ^a	1	3,3
	Total	30	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Part 1	Value	,643
		N of Items	11 ^a
	Part 2	Value	,412
		N of Items	10 ^b
Total N of Items			20
Correlation Between Forms			,443
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		,614
	Unequal Length		,614
Guttman Split-Half Coefficient			,610

a. The items are: 11س, 10س, 9س, 8س, 7س, 6س, 5س, 4س, 3س, 2س, 1س.

b. The items are: 20س, 19س, 18س, 17س, 16س, 15س, 14س, 13س, 12س, 11س.

الملحق رقم 8: يبين الفروق بين المتغيرات الوسيطة لمقياس الصمود النفسي

Oneway

Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ذكر	19	49,0000	11,43581	2,62356	43,4881	54,5119	36,00	75,00
انثى	42	46,8571	8,51848	1,31443	44,2026	49,5117	35,00	75,00
Total	61	47,5246	9,47735	1,21345	45,0973	49,9519	35,00	75,00

ANOVA

الصمود_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	60,070	1	60,070	,665	,418
Within Groups	5329,143	59	90,324		
Total	5389,213	60			

Oneway

Descriptives

الصمود_النفسي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
أقل من 5 سنوات	18	45,0000	6,13572	1,44620	41,9488	48,0512	35,00	55,00
أكثر من 5 سنوات	23	48,4348	10,98274	2,29006	43,6855	53,1841	35,00	75,00
من 10 سنوات فما فوق	20	48,7500	10,08321	2,25467	44,0309	53,4691	36,00	75,00
Total	61	47,5246	9,47735	1,21345	45,0973	49,9519	35,00	75,00

ANOVA

الصمود_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	163,811	2	81,905	,909	,409
Within Groups	5225,402	58	90,093		
Total	5389,213	60			

Oneway

Descriptives

الصمود_النفسي

N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
				Lower Bound	Upper Bound		

قائمة الملاحق

أقل من 30 سنة	19	45,8421	8,37498	1,92135	41,8055	49,8787	35,00	65,00
من 30 سنة الى 40 سنة	23	48,6522	9,27170	1,93328	44,6428	52,6616	37,00	75,00
من 40 سنة الى 50 سنة	19	47,8421	10,93040	2,50761	42,5738	53,1104	36,00	75,00
Total	61	47,5246	9,47735	1,21345	45,0973	49,9519	35,00	75,00

ANOVA

الصمود_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	84,943	2	42,472	,464	,631
Within Groups	5304,270	58	91,453		
Total	5389,213	60			

الملحق رقم 9: يبين الفروق بين المتغيرات الوسيطة لمقياس التدفق النفسي

Oneway

Descriptives

التدفق_النفسي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
ذكر	19	42,8421	6,13970	1,40854	39,8829	45,8013	33,00	58,00
انثى	42	40,3571	8,96285	1,38300	37,5641	43,1502	28,00	60,00
Total	61	41,1311	8,21883	1,05231	39,0262	43,2361	28,00	60,00

ANOVA

التدفق_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	80,782	1	80,782	1,200	,278
Within Groups	3972,169	59	67,325		
Total	4052,951	60			

Oneway

Descriptives

التدفق_النفسي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
أقل من 5 سنوات	18	39,9444	8,39798	1,97942	35,7682	44,1207	29,00	60,00
أكثر من 5 سنوات	23	39,3913	7,77957	1,62215	36,0272	42,7554	28,00	53,00
من 10 سنوات فما فوق	20	44,2000	8,07596	1,80584	40,4203	47,9797	30,00	59,00
Total	61	41,1311	8,21883	1,05231	39,0262	43,2361	28,00	60,00

ANOVA

التدفق_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	283,328	2	141,664	2,180	,122
Within Groups	3769,623	58	64,993		
Total	4052,951	60			

Oneway

Descriptives

التدفق_النفسي

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
أقل من 30 سنة	19	39,3158	5,93532	1,36166	36,4551	42,1765	29,00	50,00
من 30 سنة الى 40 سنة	23	40,8261	8,93742	1,86358	36,9613	44,6909	28,00	56,00
من 40 سنة الى 50 سنة	19	43,3158	9,14727	2,09853	38,9069	47,7246	30,00	60,00
Total	61	41,1311	8,21883	1,05231	39,0262	43,2361	28,00	60,00

ANOVA

التدفق_النفسي

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	155,436	2	77,718	1,157	,322
Within Groups	3897,515	58	67,199		
Total	4052,951	60			