

Psychological Flow of Post-Graduate Students at Tishreen University

Dr. Abeer Zaizafoun*

(Received 2 / 8 / 2024. Accepted 8 / 9 / 2024)

□ ABSTRACT □

The purpose of this study was to determine the level of Psychological Flow among post-graduate students at Tishreen University, as well as the differences in their Psychological Flow according to the variables: gender, academic level, and academic specialization.

The study's sample was selected by a proportional stratified random method, and the number of sample members was (424) students: (360) students in the master degree, and (64) students in the doctoral.

To achieve the aim of the study, the researcher used the descriptive research methodology, and the measure of psychological flow (prepared) which consists of (24) items.

The study showed this results: Most of post-graduate students have an average level of psychological flow, (73%) of their total. There are no statistical significant differences in psychological flow among the sample members according to gender. while there were statistical significant differences in psychological flow among the sample members according to academic level in favor of doctoral students. Also there were statistical significant differences in psychological flow among the sample members according to academic specialization in favor of scientific colleges students.

Keywords: Psychological Flow – Post-Graduate Students – Tishreen University.



Copyright :Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright under a CC BY-NC-SA 04

*Assistant Professor , Psychological Guidance Department, Faculty of Education, Tishreen University, Syria. abeer.zyzafoon@tishreen.edu.sy

التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين

د. عبير زيزفون*

(تاريخ الإيداع 2 / 8 / 2024. قبل للنشر في 8 / 9 / 2024)

□ ملخص □

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين، وكذلك تعرف الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات الجنس، المرحلة الدراسية، والتخصص الأكاديمي. تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية النسبية؛ إذ بلغ عدد أفراد العينة (424) طالباً وطالبة، توزعت إلى (360) طالباً وطالبة في مرحلة الماجستير، و(64) طالباً وطالبة في مرحلة الدكتوراه. ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، واستخدمت مقياس التدفق النفسي (قامت الباحثة بتطويره) والذي تكون من (24) بنداً.

وأظهرت الدراسة النتائج الآتية: يمتلك معظم طلبة الدراسات العليا مستوى متوسط من التدفق النفسي بنسبة (73.6%) من مجموعهم الكلي. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير الجنس. بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية لصالح طلبة الدكتوراه. وكذلك وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي لصالح طلبة الكليات العلمية.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي - طلبة الدراسات العليا - جامعة تشرين.



حقوق النشر :مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

* مدرس ، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة تشرين - اللاذقية: سورية. abeer.zyzafoon@tishreen.edu.sy

مقدمة

يعدُّ التدفق النفسي Psychological Flow من المفاهيم الهامة التي طرحها علم النفس الإيجابي، ويعود هذا المفهوم في نشأته إلى عالم النفس تشكزنتميهالي Csikszentmihalyi؛ والذي أوضح أن التدفق النفسي حالة من التوحد والتركيز التام، تتميز بالابتهاج الذي ينبع من الاستمتاع الداخلي الذي يستطيع الفرد من خلاله أن يتغلب على المعوقات الخارجية وأن يتعامل معها بشكل يمكنه من الاندفاع للعمل والتركيز التام، مع الإحساس بالنجاح في التعامل مع تلك المعوقات (Csikszentmihalyi, 1990, 35).

فالتدفق النفسي قوة مهمة في نجاح الفرد في الفعالية التي يمارسها؛ فهو يزوده بطاقة وقدرة على الوعي الذاتي والتحكم والسيطرة على انفعالاته والتحرر من الضغوط النفسية (Shtayyeh et al, 2015,14). وأشار جاكسون ومارش Jackson & Marsh إلى أن التدفق حالة يندمج فيها الفرد اندماجاً كبيراً في المهمة أو العمل الذي يقوم به؛ مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على الوجه الأكمل (Jackson & Marsh, 1996, 18).

هذا وقد ساهم علم النفس الإيجابي بطرحه لمفهوم التدفق النفسي بدور كبير في المجال التعليمي، وفي تقييم شخصية الطالب وتنمية جوانب القوة لديه؛ وبالتالي تحصينه مما قد يواجهه من مشكلات تتعلق بالعملية التعليمية. ويرى (Hoffman & Novak, 1996) أن للتدفق النفسي العديد من التأثيرات الإيجابية على الطالب منها تحسين التعلم والسلوك الاستكشافي والوجدان الموجب. كما تحقق خبرة التدفق الكثير من الأهداف التعليمية؛ فهي حالة انفعالية إيجابية تمثل أعلى درجة من درجات التعزيز للانفعالات التي تسيّر الأداء والتعلم، فضلاً عن زيادة المهارات الشخصية، والشعور بالابتهاج والمتعة أثناء القيام بالأداء والاستغراق فيه (Lessoued & Lessoued, 2020, 56). ومن هنا فإن التدفق النفسي يعدُّ من أهم الركائز الإيجابية في شخصية طلبة الدراسات العليا؛ إذ أن معيشة هذه الخبرة توفر لهم إحساساً بالاندماج في المهام التي يقومون بها، ولاسيما أنهم يقضون جلّ وقتهم في البحث العلمي الذي يتطلب مهارات بحثية وإبداعية.

إذ يمثل التدفق النفسي أعلى تجليات الصحة النفسية والخبرة الدافعة باتجاه تحسين نوعية الحياة من خلال الاستغراق التام في المهام للتوصل بالتأكيد إلى نتائج إبداعية (Al-barqi & Al-Sayed, 2024, 329). وإذا كان التدفق النفسي مطلباً أساسياً وهاماً وضرورياً للطلبة لتحقيق أهدافهم ونجاحهم وسعادتهم، فإنه أكثر أهمية بالنسبة لطلبة الدراسات العليا لتجويد أدائهم والوصول إلى الإبداع ولأنهم الأداة الفاعلة في تغيير وتطوير المجتمع. لهذا جاء هذا البحث لدراسة التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين.

مشكلة الدراسة

يواجه طلبة الدراسات العليا في الجامعات السورية الكثير من الضغوطات والصراعات النفسية والمشكلات المختلفة منها الاقتصادية والاجتماعية والأمنية جراء حرب طال أمدها. بالإضافة إلى معاناتهم من واقع أكاديمي فقير إلى مستلزمات البحث العلمي؛ مما قد يؤدي إلى تدني مستويات التدفق النفسي لديهم.

وهذا ما توصلت إليه دراسة (Csikszentmihalyi, 1996) حيث بينت بأن الضغوط النفسية التي تُفرض على الطلبة تؤثر سلباً على عملية التدفق النفسي لديهم، وتخلق نوعاً من عدم التوازن بين قدراتهم واستعداداتهم ونوع الدراسة أو العمل المطلوب منهم (Csikszentmihalyi, 1996, 114).

وقد عايشَت الباحثة هذه الضغوطات خلال فترة دراستها في مرحلتَي الماجستير والدكتوراه والتي تزامنت مع الحرب، بالإضافة إلى خبرتها في عملها الحالي في الجامعة من خلال ما يديه طلبة الدراسات العليا من تعب وإرهاق وعدم رضا عن الواقع وانعدام الشغف لمواجهة تحدياته؛ مما قد يضعف من مهاراتهم وقدراتهم والتدفق النفسي لديهم. وتجدر الإشارة إلى أن النظام التعليمي في سوريا وكذلك الطالب والأهالي يولون اهتمامهم للتحصيل الأكاديمي دون الالتفات إلى الحالة النفسية التي يشعر بها الطالب خلال مرحلة دراسته، ومنها مرحلة الدراسات العليا؛ حيث الاستغراق في التفكير بالتحصيل يطغى كلياً على تلك الأحاسيس والمشاعر التي يمكن أن تتناوب أثناء انشغاله بأداء مهامه العلمية.

وقد أوضح العطار أن التدفق النفسي يعبر عن أقصى مستويات الأداء مع الشعور بالسعادة والاستمتاع والاندماج بالعمل (El-Attar, 2019, 393). ونظراً لأن التدفق النفسي يعتبر من المتغيرات الإيجابية المهمة في عملية التعلم والنجاح؛ حيث يرتبط بتوقع النتائج الإيجابية إضافةً إلى اقترانه بالإحساس بالقدرة والفعالية الشخصية (Al-Ruwaili, 2019, 116). فقد أكدت نتائج دراسات عديدة أهمية التدفق النفسي في العملية التعليمية، منها دراسة (Ezzedine, 2021) التي أشارت بنتيجتها إلى العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى الطلبة، كما أكدت دراسة كل من (Ayoub & Al-Badawi, 2017) و (Michels, 2015) أن التدفق النفسي يسهم في إثارة الدافعية للتعلم، وأكدت دراسة كل من (Al-Barqi & Al-Sayed, 2024) و (Ibrahim et al, 2024) وجود علاقة بين التدفق النفسي وكل من اليقظة العقلية والإبداع؛ وكل هذه المتغيرات المشار إليها في الدراسات المذكورة أساسية ومهمة في العملية التعليمية بشكل عام وفي مرحلة الدراسات العليا بشكل خاص.

ونظراً لأن طلبة الدراسات العليا يمثلون أحد أهم الفئات في المجتمع لدورهم الفعال والهام في تحقيق البناء العلمي - المجتمعي السليم والمتطور، وجب الاهتمام بمتغير التدفق النفسي ودراسته لديهم؛ وذلك للخروج بنتائج تساعد على زيادة دافعيتهم واستمتاعهم بأداء مهامهم ووصولهم إلى أهدافهم.

انطلاقاً من كل ما سبق، بالإضافة إلى قلة الدراسات المحلية؛ حيث توجد دراسات محدودة تناولت التدفق النفسي وما زالت هناك حاجة إلى مزيد من الدراسات في هذا المجال، يمكن تحديد مشكلة الدراسة بالسؤال الآتي:

ما مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين؟

أهمية الدراسة

- الأهمية النظرية: تستمد الدراسة أهميتها من النقاط الرئيسة الآتية:

1. الموضوع الذي تتناوله وهو التدفق النفسي؛ لما له من أهمية كبيرة في تحرير واستثمار الطاقات الكامنة لدى الأفراد وتحقيق الصحة النفسية لديهم، ولأسيما طلبة الدراسات العليا.
2. أهمية العينة المستهدفة بالدراسة وهم طلبة الدراسات العليا، والتي لها دور كبير في تقدم المجتمع ونموه من خلال المساهمة في إيجاد الحلول المتعلقة بالمشكلات المجتمعية كافة وتطبيق نتائج برامج الدراسات العليا للرفق بالمجتمع ودفعه إلى التقدم والنمو.
3. تعد هذه الدراسة إضافة متواضعة لأدبيات علم النفس التربوي وعلم النفس الإيجابي؛ حيث تعدّ من الدراسات القليلة التي تناولت متغير التدفق النفسي على المستوى المحلي.

- الأهمية التطبيقية:

1. قد تفيد نتائج هذه الدراسة الجهات المعنية ولاسيما وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والجامعات لاتخاذ التدابير اللازمة لتحسين واقع وبرامج الدراسات العليا وتوفير الظروف التي تشجع الطلبة وتحسن مستوى التدفق النفسي لديهم.
2. قد تفيد نتائج هذه الدراسة مراكز الإرشاد النفسي والأكاديمي في إعداد برامج إرشادية وقائية لتنمية المهارات الأكاديمية والشخصية وتنمية مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا.
3. قد تفيد نتائج هذه الدراسة في فتح المجال لإجراء بحوث ودراسات تتناول متغير التدفق النفسي مع متغيرات أخرى متنوعة، وعلى فئات عمرية مختلفة.

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف:

1. مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين.
2. الفروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين تبعاً لمتغير الجنس (ذكر - أنثى).
3. الفروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه).
4. الفروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي (كليات إنسانية - كليات علمية).

فرضيات الدراسة: تم اختبار الفرضيات عند مستوى دلالة 0.05

1. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكر - أنثى).
2. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه).
3. لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي (كليات إنسانية - كليات علمية).

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية

- التدفق النفسي Psychological Flow: هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزاً ومثابرة ومواصلة وبذل جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقق أيضاً عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي المرتبط بالمهمة ذات الأهداف المحددة والتي تقدم تغذية راجعة (Csikszentmihalyi, 1996, 46).

ويعرّف إجرائياً: بأنه حالة يندمج فيها طالب الدراسات العليا اندماجاً كبيراً في المهمة أو العمل الذي يقوم به؛ مما يؤدي إلى أداء للمهمات والواجبات المطلوبة على الوجه الأكمل، مع تحقيق حالة من الاستمتاع الشخصي. ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي المستخدم في الدراسة، والمحددة بمدى درجات يتراوح بين 24 و 120 درجة.

- طلبة الدراسات العليا: تعرفهم الباحثة بأنهم الطلبة المقيدون والملتحقون بإحدى مراحل الدراسات العليا (ماجستير - دكتوراه)، وتطبق عليهم أنظمة وقوانين الكلية والجامعة التابعين لها.

وتعرفهم إجرائياً: بأنهم الطلبة المقيدون والملتحقون بمرحلة الدراسات العليا (ماجستير - دكتوراه) في كليات جامعة تشرين للعام الدراسي 2023/2024، والذين طبقت عليهم أداة الدراسة طوعاً.

الإطار النظري

مفهوم التدفق النفسي:

ظهر مصطلح التدفق النفسي لأول مرة على يد تشكزنتميهالي (Csikszentmihalyi, 1975) والذي عرفه بأنه إحساس كلي يشعر به الفرد عندما يتصرف باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقوم بها (Csikszentmihalyi, 1975, 35). ثم وصفه عام (1990) بأنه "حالة يجد الفرد نفسه فيها مندمجاً بصورة تامة في النشاط أو العمل الذي يقوم به، مع تحقق حالة من الاستمتاع الشخصي يختبرها الفرد لمجرد القيام بالعمل أو المهمة (Csikszentmihalyi, 1990, 36).

في حين يرى جاكسون وآخرون (Jackson et al, 2001) أن التدفق النفسي حالة نفسية مثلى تحدث عندما يوجد توازن بين التحديات المتضمنة في النشاط والمهارات، وهو حالة من التركيز تصل لدرجة الاستيعاب المطلق في النشاط (Jackson et al, 2001, 130). أما باظة (2011) فقد عرفت التدفق النفسي بأنه عبارة عن الاستغراق أو الانشغال التام بالأداء، وسرعة الأداء، والوصول إلى مستوى عالي من الأداء، والشعور بالسعادة، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء (Baza, 2011, 140).

ويعرفه بن الشيخ (2015) بأنه حالة وجدانية آنية يمر بها الفرد عندما يمارس نشاطه المفضل، يشعر من خلالها بأن قدراته ومهاراته بلغت أقصاها لمستوى يمكنه من مواجهة مختلف التحديات التي تطرحها المهمة التي يؤديها، وأثناءها يصبح الفرد مندمجاً كلياً في الأداء بحيث ينسى كل ما حوله ولا يركز إلا في النشاط الذي يقوم به، وهو خبرة تترك أثراً إيجابياً يتجلى في الشعور بالسرور والمتعة لمجرد أنه يؤدي هذا النشاط (Bin Al-Sheikh, 2015, 42).

بينما ترى الننتشة (2021) أن التدفق النفسي مفهوم يشير إلى حالة نفسية إيجابية داخلية المنشأ يعيشها الفرد عند استغراقه في أداء مهمة ما دون وجود حافز أو دافع خارجي، قوامها التركيز الشديد والمثابرة والإحساس بالتحكم والسيطرة مع إدارة جيدة للوقت وتأجيل للرغبات والاحتياجات الشخصية، وبصاحبها شعور بالسعادة والحيوية والصفاء الذهني، مع انخفاض الوعي بالزمان والمكان حتى يصل الفرد إلى أقصى درجة من درجات الأداء (Al-Natsheh, 2021, 15).

وقد ذكر (Csikszentmihalyi, 1988) أن التدفق النفسي كحالة نفسية يتمثل في التوازن بين التحدي والمهارة، والاندماج بين الفعل والوعي، والأهداف الواضحة المدركة، والتركيز في المهمة، وغياب الشعور بالذات، والإحساس بسرعة مرور الوقت أو ببطء مروه، والاستمتاع الذاتي الذي يشير إلى خبرات إثابة داخلية (Csikszentmihalyi, 1988, 4).

كذلك أوضح جاكسون وإكلوند (Jackson & Eklund, 2004, 143) أن خبرة التدفق النفسي تتمثل في ذوبان وعي الفرد في فعله أثناء قيامه بالمهمة، تركيز الانتباه، نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط، التوازن بين المهارات ومتطلبات المهمة، حالة النشوة والابتهاج والاستمتاع الذاتي (Jackson & Eklund, 2004, 143).

وأشار إبراهيم وآخرون (2021) إلى أن التدفق النفسي يتمثل في قدرة الطلبة على التعمق والاستغراق في المهام المطلوبة منهم، وأدائها بأقصى درجة من التركيز، والاستمتاع الذاتي أثناء أدائها مع تغييب الإحساس بالوقت؛ مما يؤدي

للوصول إلى أعلى مستويات الأداء النشط والفعال، وإلى الشعور بالسعادة وراحة البال والتفاؤل (Ibrahim et al, 2021, 60).

- وقد ميزت بعض الدراسات بين مفاهيم التدفق النفسي، وحالة التدفق، وخبرة التدفق، وذلك على النحو الآتي:
- التدفق النفسي: هو الاستغراق في عمل ما والاندماج فيه، تدعمه العواطف الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية، والتي تعمل على صرف الانتباه تجاه العمل، مع غياب الشعور بالزمن، وزيادة النشوة والابتهاج.
 - حالة التدفق: تشير إلى وصول الفرد إلى أقصى درجات الأداء الإيجابي المليء بالطاقة والتي تقي الفرد من الإحساس بالملل، والاستمرار في العمل والاستغراق فيه.
 - خبرة التدفق: تشير إلى المصاحبات النفسية التي تشمل النشوة والابتهاج والإحساس بالجدارة والقيمة الشخصية، التي تنتاب الفرد أثناء وصوله حالة التدفق حتى يصل إلى ما يطلق عليه الخبرة المثالية (Lessoued & Lessoued, 2020, 58).

نظرية التدفق النفسي لتشكزنتميهالي (Csikszentmihalyi, 1975):

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الأصل تشكزنتميهالي (Csikszentmihalyi) عام (1975) أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأفراد في الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا واليابان وتايلند وأستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث قام العالم بإشراكهم في مجموعة من الأنشطة. ولم يجد (Csikszentmihalyi) وصفاً أقرب للتعبير عما عثر عنه هؤلاء الأفراد من التشبيه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، وعلى هذا الأساس أطلق عليه مصطلح التدفق النفسي. وقد استخلص (Csikszentmihalyi) من إجابات الأفراد الذين قابلهم تسعة تصورات أو أبعاد رئيسية للتدفق النفسي، وهي: الأهداف الواضحة، الاندماج والتركيز، فقدان الإحساس بالوعي بالذات (اندماج الفعل في الوعي)، عدم الشعور بالوقت، تغذية راجعة مباشرة وفورية، التوازن بين القدرات والتحديات أو الصعوبة، إحساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف أو النشاط، الإثابة الداخلية للنشاط، الاستمتاع الذاتي والذي يشير إلى أن خبرات إثابة داخلية يشعر بها الفرد عند القيام بعمل أو أداء نشاط وإنجاز المهمة هو الهدف بحد ذاته دون انتظار الإثابة من الخارج (Csikszentmihalyi, 1990, 3-4).

ويتضح من الأبعاد السابقة أن الفرد أثناء حالة التدفق يكون كل تركيزه وانتباهه للمهمة التي يقوم بها؛ فهو يكون فاقداً لوعيه بذاته واحتياجاته، وكذلك فاقداً للشعور بالوقت في مروره، ويكون هدفه الأساسي هو الوصول إلى الهدف وإنجازه بغض النظر عن انتظار إثابة خارجية (الاستمتاع الذاتي). كذلك في هذه الحالة يقلّ شعور الفرد بالقلق أو تشتت الانتباه؛ فهو قادر على السيطرة والقيام بعملية الضبط الذاتي. ويرى (Csikszentmihalyi) أن الاندماج كلياً في النشاط للوصول إلى تلك الحالة الإيجابية مرتبط بثلاثة شروط لتحقيق حالة التدفق، وهي:

1. يجب أن تكون الأهداف التي يسعى الفرد إليها واضحة وجلية حتى يتعايش مع المهمة لإنجازها.
2. كذلك يتطلب التدفق أن يمتلك الفرد توازناً جيداً بين مهاراته والتحديات المدركة للمهمة التي بين يديه ليكون قادراً على مواجهة تلك التحديات.
3. وأخيراً يجب أن يتلقى الفرد تغذية راجعة واضحة ومباشرة تؤكد له أنه يسير في المهمة لتحقيق الأهداف وليس بعيداً عنها؛ وذلك يساعد الفرد على التعامل مع أي من المتطلبات المتغيرة، ويسمح له بتكييف أدائه للمحافظة على حالة التدفق النفسي (Csikszentmihalyi, 2009, 397).

طبقاً لنظرية التدفق النفسي، فإن الأنشطة تكون أكثر إمتاعاً حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد؛ فإذا كان النشاط سهلاً للغاية ستكون النتيجة هي الشعور بالملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق، أما حينما يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيز شديد وتكون المهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تماماً مع التحديات المتضمنة فيها ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة (Moamen, 2004, 430).

خصائص الطلبة ذوي المستوى المرتفع من التدفق النفسي:

يمثل التدفق النفسي حالة إيجابية من التوحد والاندماج والتركيز التام يعيشها الطالب أثناء قيامه بالمهام الأكاديمية، وتمنحه شعور بالتحكم والسيطرة وأن قدراته متوازنة مع التحديات التي تواجهه وأهدافه واضحة؛ وبالتالي الشعور بالمتعة وجود الحياة عند إنجاز المهام الأكاديمية وإتقانها (Abu Bakr et al, 2021, 95).

ويتمتع الطلبة ذوي التدفق النفسي المرتفع بالعديد من الصفات ومنها الحرص على إكمال المهام الموكلة إليهم في أوقاتها المحددة، وعدم تأجيل المهام إلى وقت لاحق، والمستوى المرتفع من الطموح (Lee, 2005, 8). بالإضافة إلى الشعور بالسعادة نتيجة الاندماج والاستغراق في أداء المهام، والقدرة على التخلص من الضغوط النفسية ومثيرات القلق أثناء أداء المهام والأنشطة (Al-Bahas, 2010, 123). وبضيف حجازي (2012) صفات الاهتمام، وحب الاستطلاع، والانفتاح على الخبرة، والكفاءة الذاتية، والاستمرار في أداء المهام والاندماج فيها (Hegazy, 2012, 168).

ويستطيع الطلبة ذوي المستوى المرتفع من التدفق النفسي تحديد المهام التي يشعرون فيها بالاستمتاع، وتزداد لديهم درجة المثابرة من أجل تحقيق أهدافهم، والقدرة على تحمل الإجهاد والمعاناة فيما يقومون به من مهام دون انتظار أي مكافأة من أي نوع (Abdel Gawad, 2017, 488). كما أنهم يتميزون بالنظرة الإيجابية للحياة، والثقة بالنفس تجاه تحقيق الأهداف عالية المستوى، والشعور بالاستمتاع والحماس الإيجابي؛ مما يساعدهم على التميز في أداء المهام المكلفين بها (Al-Zahrani, 2022, 152).

الدراسات السابقة:

معظم الدراسات السابقة (العربية والأجنبية) تناولت التدفق النفسي في مجال التعليم؛ حيث أجرى (Atabey, 2007) دراسة هدفت إلى تعرف تجربة التدفق النفسي والدافع الداخلي مقابل الدافع الخارجي وذلك عن طريق إجراء مقابلة مع عدد من طلبة الدراسات العليا بجامعة ليفربول في إنجلترا، وقد وصف بعض الطلاب جوانب من حياتهم بأنها توفر التجربة المثلى للتدفق النفسي وكانت غير مرتبطة بالجوانب الأكاديمية.

وقام نصيف عام (Nsaif, 2015) بدراسة استهدفت تعرف العلاقة بين التدفق النفسي والتفائل المتعلم والإبداع الانفعالي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة بغداد، وموازنة الفروق في المتغيرات الثلاث وفق الجنس والتخصص الدراسي. وتوصلت الدراسة إلى ارتفاع مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، ووجود فروق دالة إحصائية في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الدراسي لصالح التخصصات الإنسانية، وعدم وجود فروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس.

وكذلك قام تركي وخضير عام (Turki & Khudhair, 2018) في العراق بدراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين التدفق النفسي والتفكير المستقبلي لدى طلبة الدراسات العليا، وتعرف الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس. وتوصلت الدراسة إلى وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى الطلبة، وعدم وجود فروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث.

وفي ذات السياق قام المنتشة عام (Al-Natsheh, 2021) بدراسة هدفت تعرف العلاقة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة الخليل. وأظهرت النتائج أن مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة مرتفع، ولم توجد فروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص والحالة الاجتماعية. أما دراسة عسيري والعبدي وحمد (Asiri, Al-Abdali & Hamad, 2022) فقد تناولت الحاجة إلى اكتساب المعرفة وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة الملك عبد العزيز، وبينت النتائج وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أفراد العينة، ولم توجد فروق في التدفق وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي. وكذلك قامت طرية (Kassab & Tareeh, 2023) بدراسة هدفت إلى تعرف العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى الطموح لدى طلبة الدراسات العليا في كلية التربية بجامعة البعث، وتعرف الفروق في التدفق النفسي ومستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس والمستوى الدراسي. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين التدفق النفسي ومستوى الطموح لدى الطلبة، وعدم وجود فروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيري الجنس والمستوى الدراسي. لاحظت الباحثة من خلال اطلاعها على الدراسات السابقة تنوعاً في الموضوعات والأهداف، وقد أفادت الباحثة من هذه الدراسات في صياغة المشكلة وصياغة الفرضيات وأساليب المعالجة الإحصائية. وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بأنها تناولت متغير التدفق النفسي فقط هادفةً تعرف مستواه لدى طلبة الدراسات العليا في جميع التخصصات في جامعة تشرين، وكذلك تعرف الفروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص الأكاديمي والمرحلة الدراسية.

منهج الدراسة

تم، في هذه الدراسة، اعتماد المنهج الوصفي بوصفه المنهج المناسب لمثل هذا النوع من البحوث التي تسعى لوصف الأوضاع أو الأحداث أو الظروف الحالية، فالمنهج الوصفي يعرف بأنه مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها تحليلًا كافيًا ودقيقًا؛ لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث، وتجمع المعلومات في الدراسة الوصفي باستخدام الاستبانات أو المقابلات أو الاختبارات (Melhem, 2006, 370).

حدود الدراسة

الحدود الزمانية: تم تطبيق الدراسة خلال الفترة الواقعة بين 2023/7/4 و 2024/7/15.

الحدود المكانية: تم تطبيق الدراسة في جامعة تشرين.

الحدود البشرية: طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين.

الحدود الموضوعية: التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا.

مجتمع وعينة الدراسة

تكوّن مجتمع الدراسة من جميع طلبة الدراسات العليا المسجلين رسمياً في جامعة تشرين للعام الدراسي 2022/2023، والبالغ عددهم وفقاً لإحصائيات دائرة الإحصاء والتخطيط في جامعة تشرين (4031) طالباً وطالبة؛ (3603) منهم في مرحلة الماجستير و(428) في مرحلة الدكتوراه. جرى اختيار العينة بالطريقة العشوائية الطبقية النسبية؛ حيث تم تقسيم مجتمع الدراسة إلى طبقتين وفقاً للمرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه)، وتم تحديد عدد أفراد العينة في مرحلة الماجستير بنسبة (10%) من عددهم في المجتمع الأصلي، ونسبة (15%) في مرحلة الدكتوراه. وبالتالي بلغ عدد

أفراد العينة (424) طالباً وطالبة. والجدول رقم (1) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية والتخصص الأكاديمي.

الجدول (1): توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية والتخصص الأكاديمي

المرحلة الدراسية	التخصص الأكاديمي		الجنس		المجموع	النسبة المئوية
	كليات تطبيقية	كليات نظرية	ذكور	إناث		
ماجستير	308	52	42	318	360	%84.91
دكتوراه	40	24	14	50	64	%15.09
المجموع	348	76	56	368	424	%100
النسبة المئوية	%82.08	%17.92	%13.21	%86.79	%100	

أدوات الدراسة

قامت الباحثة بتطوير مقياس التدفق النفسي وذلك بالرجوع إلى أدبيات علم النفس التربوي وعلم النفس الإيجابي، والاطلاع على بعض المقاييس المعدة لقياس التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة ولدى طلبة الدراسات العليا بشكل خاص. ومن أهم هذه المقاييس: مقياس التدفق النفسي من إعداد رزان شاهر السعودي ومحمد أحمد الرفوع (Al-Saudi & Al-Rufu, 2022)، ومقياس التدفق النفسي إعداد نبيل عبد الغفور عبد المجيد وأحمد جاسم محسن (Abdal Majeed & Mohsen, 2023)، ومقياس التدفق النفسي إعداد نيرمين حجازي المنتشة (Al-Natsheh, 2021).

وتم عرض المقياس على عدد من المحكمين المتخصصين من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية في جامعة تشرين. وفي ضوء آراء المحكمين وملاحظاتهم تم التوصل إلى تطوير مقياس يتألف في صيغته النهائية من 24 بنداً، وتأخذ الإجابة على كل بند خمسة بدائل هي: دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً. وتحسب الدرجة بإعطاء الأوزان الآتية: (5) للبديل الأول، (4) للبديل الثاني، (3) للبديل الثالث، (2) للبديل الرابع، و(1) للبديل الخامس، وبذلك تتراوح الدرجات على المقياس بين (24-120) درجة.

- **صدق وثبات المقياس:** لدراسة الخصائص السيكومترية للمقياس قامت الباحثة بتطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (30) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين، ومن خارج عينة الدراسة. وتم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

الجدول (2): معامل ارتباط درجة كل بند من بنود المقياس بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

م	البند	قيمة ارتباط بيرسون
1	أمتلك القدرة على إنجاز الواجبات التي أكلّف بها بإتقان	*0.532
2	أعرف بوضوح ما أريد القيام به بشأن دراستي	*0.413
3	أمتلك المهارات الكافية لمواجهة التحديات الصعبة في المواقف التعليمية	*0.450
4	أحدد أهدافي على نحو واضح	*0.462
5	تتناسب قدراتي مع صعوبات المواقف التي أواجهها	*0.571
6	أعرف جيداً الأهداف التي أسعى إلى تحقيقها	*0.448

7	أندمج بالمهمة التي أكلف بها	*0.389
8	أرتب خطواتي لإنجاز المهمة حسب الأهمية	**0.569
9	أسطر سيطرة كلية على دراستي	**0.546
10	أقوم بتأدية المهام بشكل تلقائي دون تفكير	**0.582
11	أركز انتباهي كلياً فيما أقوم به	**0.519
12	أتصرف على نحو صحيح دون التفكير حول محاولة القيام بذلك	*0.421
13	أركز على تفاصيل النشاط الذي أقوم به	**0.663
14	يمضي الوقت سريعاً وأنا أنجز المهمة المكلف بها	*0.427
15	أنسى إشباع حاجاتي الشخصية عندما أكون منهمكاً في إنجاز نشاط ما	**0.684
16	أستمتع أثناء أداء المهام المكلف بها	**0.473
17	أركز انتباهي على المهمة التي أقوم بها	**0.578
18	أفقد الإحساس بالوقت عندما أستغرق بالعمل	**0.477
19	لدي القدرة على تعديل خطواتي لإنجاز المهمة	**0.587
20	نجاح الخطوة الأولى لإنجاز المهمة يحفزني لخطوات أخرى أكثر إيجابية	**0.654
21	أرى بوضوح إلى أين يتجه أدائي	**0.696
22	خبرتي بالدراسة تترك لدي شعوراً جميلاً	**0.640
23	أدائي جيد في كل الأحوال	*0.436
24	أشعر بالرضا عن الجهد الذي أقوم به	*0.605

* دال عند 0.05

** دال عند 0.01

يتضح من الجدول رقم (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط مقبولة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)؛ حيث تراوحت معاملات الارتباط بين (0.389 - 0.696)، مما يؤكد صدق المقياس وإمكانية الاعتماد عليه في تطبيق الدراسة الحالية.

كما تم حساب ثبات المقياس وفق طريقة ألفا كرونباخ (Alpha's Cronbach) ذلك لأنها تعطي الحد الأدنى لمعامل ثبات المقياس، كما تم تجزئة المقياس إلى جزأين (الجزء الأول يضم العبارات الفردية والجزء الثاني يضم العبارات الزوجية)، ثم حساب ثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية (سبيرمان - جتمان)، وذلك باستخدام برنامج (SPSS)، كما هو موضح في الجدول رقم (3).

الجدول (3) معامل ثبات مقياس التدفق النفسي حسب معادلة ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية (سبيرمان - جتمان)

معامل ثبات التجزئة النصفية		معامل ثبات ألفا كرونباخ
سبيرمان	جتمان	
0.81	0.80	0.78

ويتضح من الجدول رقم (3) أن جميع معاملات ثبات المقياس ذات قيمة مرتفعة، حيث بلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (0.78)، ومعامل ثبات التجزئة النصفية سبيرمان (0.81) وجتمان (0.80) مما يدل على أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات يجعله صالحاً للاستخدام في الدراسة الحالية.

النتائج والمناقشة

نتائج سؤال الدراسة: ما مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب النسبة المئوية لإجابات أفراد العينة على بنود مقياس التدفق النفسي، وذلك بتقسيم إجاباتهم إلى ثلاث مستويات حسب المعيار الآتي: (أعلى درجة - أدنى درجة) $\div 3$ ، أي $(120 - 24) \div 3 = 32$ ، وتم اعتماد مقدار الفقرة (32)؛ وبناء على ذلك تم تقسيم الدرجات كما يلي: من $(24-56)$ درجة ضمن المستوى المنخفض، ومن $(57-88)$ درجة ضمن المستوى المتوسط، ومن $(89-120)$ درجة ضمن المستوى المرتفع. ومنه فإن أفراد العينة يتوزعون على المستويات الثلاثة كما هو موضح في الجدول رقم(4):

الجدول (4): توزع أفراد العينة على المستويات الثلاثة للتدفق النفسي

المجموع	مستوى التدفق النفسي			العينة	
	مُرتفع	مُتوسط	مُنخفض	العدد	طلبة الدراسات العليا
424	112	312	0		
%100	%26.4	%73.6	%0	النسبة	

يتضح من الجدول رقم (4) أن معظم أفراد العينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين يمتلكون مستوى متوسط من التدفق النفسي بنسبة (73.6%) من مجموعهم الكلي. وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (نصيف، 2015) و(تركي وخضير، 2018) و(النتشة، 2021) و(عسيري والعبدي وحمد، 2022) التي أظهرت وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا. ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال رؤية موضوعية للواقع الأكاديمي لطلبة الدراسات العليا في جامعة تشرين الذي يفتقر إلى مستلزمات البحث العلمي، وإلى واقع المجتمع السوري الذي أنهكته الحرب؛ مما فرض على الطلبة الكثير من الضغوط التي أثرت سلباً في التدفق النفسي لديهم، وهذا ما أشار إليه (Csikszentmihalyi, 1996) إذ أشار إلى أن كثرة الضغوط تعيق التدفق النفسي. كما يمكن تفسير هذا المستوى المتوسط من التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا من خلال المعايير المتبعة في الجامعة للقبول في مرحلة الدراسات العليا، والتي تعتمد بشكل أساسي على معدل الطلبة وهو مؤشر غير كافٍ على امتلاك مهارات البحث العلمي؛ وبالتالي قد يكون مستوى المهام المطلوبة منهم يتطلب مهارات عالية قد لا تكون متوفرة لدى بعض الطلبة مما يشعرهم بالإحباط وغياب حالة التدفق النفسي لديهم، وهذا ما أشار إليه (Csikszentmihalyi, 2009) عن ضرورة التوازن بين مستوى صعوبة المهمات والمهارات التي يمتلكها الأفراد؛ فإذا كان مستوى الصعوبة أعلى بكثير من مهارات الفرد فإنه يشعر بالإحباط، وبالتالي لا يمكن للطلاب أن يندمج ويستمتع بالمهام المطلوبة منه ويتدنى مستوى التدفق النفسي لديه.

نتائج الفرضية الأولى: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكر - أنثى).

للتحقق من صحة الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة الذكور والإناث على مقياس التدفق النفسي، كما هو موضح في الجدول رقم (5).

الجدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) لدلالة الفروق بين الجنسين في مستوى التدفق النفسي

المقياس	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة
التدفق النفسي	ذكر	56	103.29	6.690	-0.410	0.683
	أنثى	368	103.69	8.318		

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس. وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (ناصيف، 2015) و(تركي وخضير، 2018) و(الننشة، 2021) و(عسيري والعبلي وحمد، 2022) و(طرية، 2023) التي أظهرت عدم وجود فروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا تعزى لمتغير الجنس. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن التدفق النفسي خبرة يمكن معاشتها على المستوى الذاتي للفرد بغض النظر عن الجنس، ويتوقف الدخول في حالة التدفق على طبيعة شخصية الطالب وما يتمتع به من مهارات شخصية. وقد أشار (Csikszentmihalyi, 1990) في نظريته حول التدفق النفسي أن حالة اندماج الفرد واستمتاعه بالأداء حالة يعيشها الذكور والإناث على حد سواء ويستمتعون بنفس الشغف طالما تتوازن متطلبات المهمة مع المهارات الشخصية للفرد. وطلبة الدراسات العليا ذكوراً وإناثاً لا يختلفون فيما بينهم في وضوح الأهداف وإدراك التحديات على المستوى الشخصي والأكاديمي، وفي قدراتهم على الاندماج والتركيز في مهامهم الأكاديمية الأمر الذي يمكنهم من بلوغ أهدافهم ويجعلهم قادرين على تقديم التغذية الراجعة الفورية، وهذا ما أكدته (Arnout et al, 2019) إذ يفترض أن الطلبة في مرحلة الدراسات العليا يتسمون بالقدرة على التحكم والسيطرة على سلوكهم وملاحظة أدائهم من خلال معايير واضحة والحكم عليه، ويمتلكون استراتيجيات معرفية وما وراء معرفية ومهارات إدارة المصادر وتنظيم الوقت وعمليات التوجيه الذاتي والمعتقدات الذاتية بالقدرة على الإنجاز والتميز، مما يمكنهم من تحقيق أهدافهم عن طريق قدرتهم على اختيار المهام الأكاديمية والمشاركة فيها بفعالية، والتخطيط الجيد قبل أداء المهام، وملاحظة ذواتهم، ومراقبة سلوكهم وأفكارهم ومشاعرهم وتنظيمها والتحكم فيها.

نتائج الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه).

للتحقق من صحة الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة من طلبة الماجستير وطلبة الدكتوراه على مقياس التدفق النفسي، كما هو واضح في الجدول رقم (6).

الجدول (6): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T) لدلالة الفروق

بين أفراد عينة الدراسة في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المقياس	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة
التدفق النفسي	ماجستير	360	99.63	5.683	5.670	0.000
	دكتوراه	64	104.35	8.280		

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (6)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير المرحلة الدراسية (ماجستير - دكتوراه)، وذلك لصالح طلبة الدكتوراه. وتختلف هذه النتيجة

مع نتائج دراسة (طرية، 2023) التي أظهرت عدم وجود فروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا تعزى لمتغير المستوى الدراسي. ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء الطبيعة التراكمية المتوقعة للخبرة العلمية الأكاديمية لطلبة الدكتوراه، التي اكتسبوها خلال مراحل دراستهم السابقة ومرحلة الماجستير؛ مما جعلهم أكثر ألفة بالمشكلات البحثية وكيفية معالجتها، وأصبح لديهم مزيداً من المعرفة في مجال البحث العلمي كما أنهم امتلكوا المهارات اللازمة له، وقد أشار (Csikszentmihalyi) إلى أن التدفق النفسي يُعزز بالتدريب والخبرات. وفي الوقت ذاته فإن امتلاك الخبرة والمهارة يزيد من الدافعية للعمل والإنجاز، وبالتالي يزداد إصرار الطلبة للتغلب على العقبات من خلال بذل الجهد والمثابرة المستمرة، ولا سيما أنه أصبح لديهم اعتقاد بأنهم قادرين على المواصلة لإنجاز المهام ومتابعة الأنشطة بعد أن أنهوا المرحلة السابقة بنجاح؛ مما يجعلهم أكثر تأثراً وتحكماً في أفعالهم ونتائجها، وأكثر إيماناً بأنهم قادرين على تحقيق أهدافهم، وهذا يزيد من كفاءتهم وفاعليتهم الذاتية وقدرتهم على التعامل مع الصعوبات التي تواجههم، وبالتالي السيطرة والتمكن وصولاً إلى حالة التدفق النفسي. وهذا ما يؤكد (Jackson et al, 1998) حيث يبين أن التدفق النفسي يحدث بصورة متكررة عندما نكون منغمسين في نشاطات تثير الرغبة في أدائها فيصبح النشاط هدفاً ذاتياً. كما أشار (Fritz & Avsec, 2007) أن خبرة التدفق النفسي ترتبط بالجوانب المعرفية والعاطفية.

نتائج الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي (كليات إنسانية – كليات علمية).

للتحقق من صحة الفرضية، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واستخدام اختبار (T) لمعرفة دلالة الفروق بين متوسطي إجابات أفراد العينة من طلبة الكليات الإنسانية وطلبة الكليات العلمية على مقياس التدفق النفسي، كما هو واضح في الجدول رقم (7).

الجدول (7): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار (T)

لدلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي

المقياس	التخصص الأكاديمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (t)	احتمال الدلالة
التدفق النفسي	كليات إنسانية	76	100.07	8.825	-3.979	0.000
	كليات علمية	348	104.42	7.750		

يظهر من النتائج الواردة في الجدول رقم (7)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة في مستوى التدفق النفسي تُعزى لمتغير التخصص الأكاديمي (كليات إنسانية – كليات علمية)، وذلك لصالح طلبة الكليات العلمية. وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (النتشة، 2021) و(عسيري والعبدي وحمد، 2022) التي أظهرت عدم وجود فروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي، كما تختلف مع نتائج دراسة (ناصر، 2015) التي أظهرت وجود فروق في التدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا تعزى لمتغير التخصص الأكاديمي ولصالح طلبة الكليات الإنسانية. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى طبيعة المناهج الدراسية وطرائق التدريس التي تختلف بين الكليات الإنسانية والعلمية من حيث نمطها وتعقيدها وما تتطلبه من مهام مختلفة، وهذا قد يؤدي إلى اختلاف حالة التدفق النفسي. حيث تحتوي الكليات العلمية على موضوعات تعمل على تحدي واستثارة قدرات الطلبة وبذل جهود أكثر مما تتطلبه موضوعات الكليات الإنسانية، كما أن الكليات العلمية تتضمن سياقات مختلفة (تجارب مخبرية، زيارات ميدانية، ... وغيرها) والتي تتطلب درجة عالية من الانتباه على مجال محدد، مما يؤدي إلى

حدوث التدفق بسهولة. وقد ذكر (Csikszentmihalyi, 1996) بأن التدفق يحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة بذل جهد. كما أن المهام البحثية في هذه الكليات تكون عبارة عن مشكلة تتطلب وضع حلول لها وعدم التوقف أمام الموقف أو ما يطرأ عليه من مثيرات جديدة، وبالتالي تغيير الوجهة الذهنية والاسترسال في الأفكار حول الموقف، وتوظيف القدرات والمهارات لتحدي المهمة، والموازنة بين هذه القدرات ومستوى التحدي في المهمة وصولاً إلى حالة من الاستغراق التام في الإنجاز.

الاستنتاجات والتوصيات

في ضوء الدراسة الحالية ونتائجها، فإن الباحثة تقدم المقترحات الآتية:

1. الاهتمام بتطوير المناهج في جميع المراحل التعليمية ولاسيما في مرحلة الدراسات العليا بما يحفز دافعية الطلبة للإنجاز وصولاً إلى حالة التدفق النفسي.
2. إعداد برامج تدريبية وإرشادية تهدف إلى تحسين التدفق النفسي لدى الطلبة في مرحلة الدراسات العليا.
3. عقد ندوات وورشات عمل لطلبة الدراسات العليا مما يساعدهم على تحسين اندماجهم الأكاديمي وتدفقهم النفسي.
4. إجراء دراسات حول التدفق النفسي في علاقته مع متغيرات مثل الثقة بالنفس ومستوى الطموح والمنظور المستقبلي والمرونة النفسية، وفي المجالات المختلفة كالتعليم والرياضة والفن وغيرها.
5. إجراء دراسات مقارنة لحالات التدفق النفسي في ضوء ثقافات مختلفة ومراحل عمرية مختلفة.

Arabic Reference:

- ABDAL MAJEED, N. & MOHSEN, A. *The Effectiveness of The Self-Talk Style in Developing The Psychological Flow of University Students*. The Twenty-Sixth Scientific Conference for Humanities and Educational Sciences, pp. 541-552, Held on 3-4 May 2023, Mustansiriyah University, Iraq, 2023. (In Arabic)
- ABDEL GAWAD, A. S. *The Relative Contribution of Psychological Flow and Self-Management in Predicting The Meaning of Life Among University Students*. Arab Studies in Education and Psychology, 2017, (91), 481-538. (In Arabic)
- ABU BAKR, D.; AL-DAWY, M. & SULEIMAN, S. *Psychometric Properties of The Academic Flow Scale for Student-Teachers*. Journal of Educational Sciences, 2021, (47), 89-117. (In Arabic)
- AL-BAHAS, S. A. *Psychological Flow and Social Anxiety Among a Sample of Adolescent Internet Users – A Clinical Psychometric Study*. The Fifteenth Annual Conference (Family Guidance and Community Development Towards Broad Guidance Horizons), pp. 117-169, Psychological Counseling Center, Ain-Shams University, 2010. (In Arabic)
- AL-BARQI, M. & ALSAYED, F. *Psychological Flow, Mindfulness Association and Their Relation with Career Creativity Among Sample of Gifted Students' Teachers in Jeddah*. Arab Journal of Disability and Giftedness Sciences, 2024, 8(30), 325-374. (In Arabic)
- AL-NATSHEH, N. H. *The Psychological Flow and its Relationship to Self-Sufficiency and Academic Ambition Among a Sample of Graduate Students in The University of Hebron Governorate*. Unpublished Doctoral Thesis, Faculty Graduate Studies, Hebron University, 2021. (In Arabic)

- AL-RUWAILI, A. B. *Mental Alertness and Flexibility and Psychological Flow of The Student Counseling in Tarif Governorate, Saudi Arabia – A Comparative Study Between The New and Old Mentors*. Journal of Sciences & Research Publishing, 2019, 3(7), 114-130. (In Arabic)
- AL-SAUDI, R. & AL-RUFU, M. (2022). *Psychological Flow and its Relationship to Cognitive Consistency Among Students of Tafila Technical University*. Journal of Studies and Educational Researches, 2022, 2(6), 408-443. (In Arabic)
- AL-ZAHRANI, B. H. *The Factorial Structure of The Psychological Flow Scale Among Graduate Students at The Faculty of Education at Al-Baha University*. Journal of Scientific Research in Education, 2022, 23(6), 139-192. (In Arabic)
- ARNOUT, B.; AL MAADI, K. & AL-QADIMI, F. *Self-Regulated Learning Strategies and Their Relation to Scientific Mindfulness as One of 21st Century Skills of Post-Graduate Students in The Light of Some Demographic Variables: An Exploratory Study*. Al-Ostaz Journal, 2019, 58(1), 15-44. (In Arabic)
- ASIRI, A.; ALABDALI, K. & HAMAD, E. *The Need for Cognition and its Association with Psychological Flow Among Graduate Students at King Abdulaziz University*. Journal of Humanities and Social Sciences, 2022, (67), 107-170. (In Arabic)
- AYOUB, N. & AL-BADAWI, A. *Academic Procrastination and its Relation to Self-Motivation and Psychological Flow Among The Division of Education Female Students at Al-Azhar University*. Faculty of Education Journal, 2017, 36(174), 827-886. (In Arabic)
- BAZA, A. *Psychological Flow Scale*. Anglo-Egyptian Library, Cairo, 2011. (In Arabic)
- BIN AL-SHEIKH, R. *The Relationship of Emotional Stability to Psychological Flow – Field Study on a Sample of Secondary School Teachers in Ouargla City*. Unpublished Master Thesis, The University of Qasidi Merabah Ouargla, 2015. (In Arabic)
- EL-ATTAR, M. M. *Positive Self-Talk and its Relation to Psychological Flow and Psychological Defeatism Among Students of The Faculty of Education*. Egyptian Journal of Psychological Studies, 2019, 29(102), 388-432. (In Arabic)
- EZZEDINE, R. *Psychological Flow and its Relationship to Psychological Flexibility Among a Sample of Al-Baath University Students*. Association of Arab Universities Journal for Education and Psychology, 2021, 19(4), 60-96. (In Arabic)
- HEGAZY, M. *Releasing The Energies of Life: Read About Positive Psychology*. Dar Al-Tanweer, Beirut, 2012. (In Arabic)
- IBRAHIM, J.; OTHMAN, A. & HASAN, A. *Psychological Flow and its Relation with Mental Alertness of Gifted People with Hearing Disability*. Journal of Special Needs Sciences, 2024, 6(12), 1026-1059. (In Arabic)
- IBRAHIM, S.; ABDEL MAQSoud, H.; ALI, S. & SHEHATA, G. *Psychological Flow and its Relation with Academic Self-Efficacy for Zagazig University Students*. Educational and Psychological Studies, 2021, 36(112), 51-127. (In Arabic)
- KASSAB, R. & TAREEH, S. *Psychological Flow and its Relationship to Level of Ambition Among Graduate Students in Education Collage of Al-Baath University*. Al-Baath University Journal, 2023, 45(7), 147-192. (In Arabic)
- LESSOUED, M. & LESSOUED, Z. *The Psychological Flow of Students of The University of Qasidi Merabah Ouargla*. Journal of Psychological and Educational Sciences, 2020, 6(1), 55-69. (In Arabic)
- MELHEM, S. M. *Curricula in education and psychology*. E4, Almassira for publishing, Jordan, 2006. (In Arabic)

- MOAMEN, D. *The Relationship Between Happiness and Both Irrational thoughts and Pleasant and Stressful Life Events*. The Eleventh Annual Conference (Youth for a Better Future), pp. 427-461, Psychological Counseling Center, Ain-Shams University, 2004. (In Arabic)
- NSAIF, E. A. *Learned Optimism and Emotional Creativity and Their Relationship with Psychological Flow*. Unpublished Doctoral Thesis, College of Arts, University of Baghdad, 2015. (In Arabic)
- SHTAYYEH, I.; ISHAQ, A. & AL-NAWAJHA, Z. *Family Support and Psychological Flow Among a Sample of Eighth Grade Students Who Use Smart Devices*. The Scientific Conference (The Impact of Smart Devices on Child Development), pp. 1-24, Al-Quds Open University, 2015. (In Arabic)
- TURKI, S. H. & KHUDHAIR, M. Y. *Psychological Flow and its Relation to Futuristic Thinking Among Postgraduates*. Journal of Educational and Psychological Research, 2018, (59), 375-411. (In Arabic)

English Reference:

- ATABEY, M. *Flow Experience and Intrinsic Versus Extrinsic Motivation Among Graduate Students: An Interpretative Phenomenological Analysis*. PRIME Journal, 2007, 2(1), 111- 121.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Finding Flow: The Psychology of Engagement with Everyday Life*. New York, Basic Books, 1975.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Optimal Experience: Psychological Studies of Flow in Consciousness*. New York, Cambridge University Press, 1988.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow: The Psychological of Optimal Experience*. New York, Harper & Row, 1990.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Creativity: Flow and The Psychology of Discovery and Invention*. New York, Harper & Collins, 1996.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. *Flow*. In S. J. Lopez (ED), *The Encyclopedia of Positive Psychology* (pp. 394-400). Oxford, Wiley Blackwell, 2009.
- FRITZ, B. S. & AVSEC, A. *The Experience of Flow and Subjective Well-Being of Music Students*. Horizons of Psychology, 2007, 16(2), 5- 17.
- JACKSON, S. & EKLUND, R. *The Flow Scales Manual*. Morgan Town, WV: Fitness Information Technology, 2004.
- JACKSON, S. A.; KIMIECIK, J. C.; FORD, S. K. & MARSH, H. W. *Psychological Correlates of Flow in Sport*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 1998, 20, 358-378.
- JACKSON, S. A. & MARSH, H. W. (1996). *Development and Validation of a Scale to Measure Optimal Experience: The Flow State Scale*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 1996, 18, 17-35.
- JACKSON, S.; THOMAS, P.; MARSH, H. & SMETHURST, C. *Relationships Between Flow, Self-Concept, Psychological Skills, and Performance*. Journal of Applied Sport Psychology, 2001, 13, 129- 153.
- LEE, E. *The Relationship of Motivation and Flow Experience to Academic Procrastination in University Students*. Journal of Genetic Psychology, 2005, 166(1), 5-15.
- MICHELS, L. *Relationship Between Achievement Goals and Psychological Flow*. University of Wisconsin-Stout Journal of Student Research, 2015, 14, 174- 190.

