المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية
ISSN: 2682-2865
The Online ISSN : 2682-4248
المجلد06/العـدد: 03 (سبتمبر 2024)، ص ص 227 - 261

مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب بالجمهورية اليمنية في ضوء بعض المتغيرات

Psychological Flow among KG Female Teachers in Ibb City-Yemen, in the light of some demographic variables

ط.د/ كريمة عبد الفتاح علي الحكيم
باحثة دكتوراه - كلية التربية جامعة صنعاء- الجمهورية اليمنية

تاريخ الاستلام: 2024/07/17 تاريخ القبول: 2024/09/04 تاريخ النشر: 2024/09/20
Doi: 10.21608/gfsc.2024.381021

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلى تعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بمدينة إب- الجمهورية اليمنية، والفروق بين المعلمات في مستوى التدفق النفسي وِفقًا لمتغيرات: الحالة الاجتماعية، والتخصص برياض الأطفال، وعدد سنوات الخبرة، وتم استخدام مقياس التدفق النفسي الذي أعده جاكسون ومارش Jackson & Marsh (1996) وترجمه إلى اللغة العربية الماحدين (٢٠١٤)، تم استخدام المنهج الوصفي المسحي، وتكونت عينة البحث الطبقية العشوائية من (٧١) معلمة من معلمات رياض الأطفال في مدينة إب. تم التوصل إلى عدد من النتائج كان أهمها: أَنَّ مستوى التدفق النفسي بمجالاته الستة (الاندماج بالأداء، وضوح الأهداف، فقد الوعي بالذات، الإحساس بالتحكم، تحول الوقت والخبرة الذاتية الإيجابية) كان مرتفعًا لدى معلمات الرياض في مدينة إب؛ لا يوجد أثر لمتغير التخصص برياض الأطفال (متخصصة- غير متخصصة)، والحالة الاجتماعية (عازبة-متزوجة) في التدفق النفسي لدى المعلمات. كما لا يوجد أثر لمتغير سنوات الخبرة في كلٍ من مجال: الاندماج في الأداء، وضوح الهدف، فقد الوعي بالذات، وتحول الوقت لدى المعلمات، في حين وجِد أثر لهذا المتغير على مستوى التدفق النفسي ككل ومستوى مجالي: الاحساس بالتحكم، والخبرة الذاتية الإيجابية لدى المعلمات ولصالح اللاتي سنوات خبرتهن تفوق خمس سنوات.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي- معلمات رياض الأطفال.

المؤلف المرسل: ط.د/ كريمة عبد الفتاح علي الحكيم

Abstract:

This study aimed to identify: level of psychological flow with KG female teachers in Ibb City- Yemen, in the light of some demographic variables; differences between teachers in psychological flow in accordance to the variables of social status, Type of specialization and years of experience. A scale of psychological flow, by Jackson and Marsh (1996) and translated into Arabic by Al-Mahedeen (2014). However, a survey descriptive methodology was used in this study, a sample of (71) female teachers was selected using the stratified random sampling.

The study revealed a number of findings; most importantly: The level of psychological flow, including its six areas (i.e., performance integration, objective clarity, self-awareness loss, control sensation, and change of time and positive self-experience) was higher with the female teachers; and there was no effect for the variable of Type of specialization (Specialized or Specialized) and social status (single or married) on the female teachers' psychological flow. and there was no effect for the variable of years of experience (Five years or less or more than five) on the female teachers' in four areas, they are: (performance integration, objective clarity, self-awareness loss and change of time), while there was effect for the variable of years of experience (Five years or less or more than five) on the female teachers' the total degree of psychological flow and in two areas, they are: (control sensation and positive self-experience), Favor more than five.

Key words: psychological flow- KG female teachers

مقدمة:

يهتم علم النفس الإيجابي بدراسة الخبرات الشخصية الذاتية وتحليلها، مثل: الهناء الذاتي Subjective wellbeing، والرضا عن الحياة Life satisfaction، والأمل أو الرجاء Hope، والتفاؤل Optimism، والتدفق Flow، والسعادة Happiness، والتسامح

Forgiveness، والحكمة Wisdom، والإيثار Altruism...، وغيرها من المتغيرات المطروحة للدراسة في ميدان علم النفس والإرشاد النفسي والتربوي.

والتدفق النفسي Flow Psychological أحد المفاهيم النفسية في مجال علم النفس الإيجابي، وهوظاهرة إيجابية بوصفه خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسي الفرد ذاته في أثناء عملية التفكير وإعمال العقل في حل بعض المشكلات، مقترنًا بحالة من السرور والبهجة؛ إذ يتسع مفهوم التدفق للعديد من المفاهيم التي تركز على بعض الجوانب الانفعالية الإيجابية، مثل: الشعور بالسعادة والسرور والمتعة، كما تركز على الجوانب المعرفية، مثل: الانغماس، والانهماك الفكري، والاستغراق، والانتباه، واليقظة، والتركيز (حميدة، ٢٠١٩: ٢٤٩).

وقد ظهر مفهوم التدفق النفسي على يد العالم ميهالي (Mihalyi) في نهاية الثمانينيات من القرن العشرين، حينما لاحظ أن الناس في أثناء ممارستهم لأنشطتهم وأعمالهم التي يمثل النشاط فيها هدفًا في حد ذاته كالفنانين والرسامين ولاعبي الكرة ومتسلقي الجبال؛ حيث إن القائم بتلك الأنشطة يشعر بالمتعة والسرور، ويقضي وقتا طويلا في أداء هذه الأنشطة دون أن يشعر بمرور الوقت، عندئذ يوصف بِأَنَّهُ يمر بحالة تدفق نفسي (البهاص، ٢٠١٠: ١٢٢).

وتم تبني مفهوم التدفق النفسي في الثمانينيات والتسعينيات من الباحثين الذين يدرسون الخبرة الإيجابية (مثل اللعب والرياضة والفن والطب والدافعية الذاتية) (المالكي، ٢٠١٧: ١٨)، إنَّ التدفق النفسي يُعَدُّ من الاستراتيجيات الحديثة في علم النفس الإيجابي؛ إذ إِنَّهُ يسير وفقًا لمبدأ غرس الكفاءة الذاتية والأمل والتفاؤل؛ إذ يتم استعمال هذه الفنيات لخفض القلق، كما يتم تنمية قوة الشخصية من ضمن هذه الجوانب (الفنجري، ٢٠٠٨: ٥٥).

إن حالة التدفق لها أهمية كبيرة فهي تقدم عائدًا داخليًا يؤدي الى دفع الفرد في طريق البحث إعادة متماثلة لتجارب أخرى، وهذا من شأنه تقديم آلية انتقائية الى العمل النفسي الوظيفي الذي يدعم نمو الفرد، بينما يسيطر الأفراد على التحديات التي تواجههم في عمل أو نشاط ما، نجدهم يطورون مستويات أعلى من المهارة وتقل المشاركة في النشاط عن ذي قبل، ولكي تستمر تجربة التدفق عليهم المشاركة أكثر في تحديات أشد تعقيدًا، والمستوى الأمثل من التحدي يقوي المهارات الموجودة مما ينتج عن قدرات

وطاقات معقدة للعمل، وعلى ذلك توفر حالة التدفق نظاما لتحديات متدرجة قادرة على مواءمة استمتاع الفرد المستمر ودعمه بينما تنمو مهاراته. (دولفافي، ٢٠١١: ٥٤)

ويستهدف البحث الحالي معلمة الروضة؛ وذلك لأهمية مرحلة رياض الأطفال، حيث أصبحت مرحلة تربوية مهمة في السلم التعليمي المعاصر فهي مرتبطة بمرحلة الطفولة المبكرة والتي تتشكل فيها الصفات الأولى لشخصية الطفل، وتتحدد اتجاهاته وميوله، وتتكون من خلالها الأسس الأولية للمفاهيم التي تتطور مع تطور حياته. (سلامة، ٢٠٠٢: ٧)

ونظرًا؛ لأهمية هذه المرحلة، ينبغي الاهتمام بمعلمة الروضة كونها المسئولة عن عملية التعلم والتعليم في هذه المرحلة، وكذلك الطفل كمخرج لعملية التعلم، وقد أوضح سيمبسون (Stimpson, 2004) أن معلمة رياض الأطفال يقع عليها عبء كبير من أجل توظيف ما تملكه من خصائص شخصية، لتحسين عمليتي التعليم والتعلم لدى الطفل، وجاءت نتائج دراساته المرتبطة بإمكانية توظيف المعلمات لأدوارهن في دعم تعلم الأطفال لتكشف عن أن التفكير الإيجابي للمعلمات يغير من نمط تعلم الأطفال ويدفعهم لتحسن ملموس في قدراتهم التعليمية، وأوضحت حجازي (٢٠١٠: ٣٦٣) أن المعلمة الجيدة والمقدرة لطبيعة عملها قادرة على القيام بأدوار عديدة متداخلة وتستطيع أن تنمي لدى الطفل الدافعية نحو التعلم والاستقلال الذاتي والاعتماد على النفس.

وبناء على ما سبق فقد جاء هذا البحث ليتناول مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؛ نظرًا لأهمية هذه المرحلة الدراسية؛ ونظرًا لأهمية العينة المستهدفة، وهي معلمات الروضة الذي يُعَدُّ تخصصًا مهمًا يترتب عليه تهيئة الطفل للحياة المدرسية، أي: أَنَّ هذا البحث سيتناول بالدراسة والتحليل مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب في ضوء بعض المتغيرات.

مشكلة البحث :

تتحدد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب؟

- هل توجد فروق دالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير الحالة الاجتماعية (عازبة– متزوجة)؟

- هل توجد فروق دالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير التخصص بالرياض (متخصصة – غير متخصصة)؟

- هل توجد فروق دالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير سنوات الخبرة (خمس سنوات فأقل– أكثر من خمس سنوات)؟

أهداف البحث:-

يهدف البحث الحالي إلى تعرف على:

- مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب.
- الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير الحالة الاجتماعية (عازبة– متزوجة).
- الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير التخصص بالرياض (متخصصة – غير متخصصة).
- الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب تبعًا لمتغير سنوات الخبرة (خمس سنوات فأقل– أكثر من خمس سنوات).

أهمية البحث:

تبرز أهمية البحث الحالي في النقاط الآتية:

- أهمية علم النفس الإيجابي ودوره في التغلب على الضغوط التي تؤدي بالفرد إلى اضطرابات في الصحة النفسية وتحديدًا أهمية متغير التدفق النفسي وما يمثله كجانب من جوانب مكامن القوة في نفسية الفرد.
- أهمية العينة المستهدفة، وهي معلمات رياض الأطفال، وكذلك أهمية مرحلة الروضة، الذي تُعَدُّ مهمةً يترتب عليها دخول الطفل وتهيئته للمدرسة، إضافة إلى تهذيب الطفل وتنمية بعض القيم لديه، كالقيم الأخلاقية والتربوية والدينية.
- ندرة البحوث والدراسات السابقة التي تناولت موضوع التدفق النفسي وخصوصًا عند معلمات رياض الأطفال، في البيئة التي أجري فيها البحث الحالي.
- استفادة القيادات التربوية في وزارة التربية والتعليم من نتائج هذه البحث في التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات الروضة وتنمية هذه الجوانب الإيجابية لديهنَّ.

مصطلحات البحث:

التدفق النفسي:

يعرف تشكيزنتميهالي (١٩٩٦) Csikszentmihalyi التدفق النفسي بِأَنَّهُ: حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزًا شديدًا ومثابرة ومواصلة وبذل جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقق -أيضًا- عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهمات ذات الأهداف المحددة التي تقدم تغذية راجعة فورية.

ويرى صديق (٢٠٠٩: ٣١٥) أَنَّ التدفق النفسي حالة من حالات الذكاء الوجداني؛ حيث قد يمثل التدفق الغاية القصوى من توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم، أما في حالة شعورنا بالملل تكون حالة التدفق أقل ما يمكن أو ربما تختفي، وَتُعَدُّ خبرة التدفق حالة خاصة بكل فرد تحدث من وقت إلى آخر؛ حيث يُعَدُّ التدفق شعورًا راقيًا،

والعلامة المميزة له هي الشعور بالسرور التلقائي والانغماس في النشاط إلى حد نسيان الذات.

ويذكر الهاص (٢٠١٠: ٢٣) أَنَّ "التدفق هو خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت إلى آخر، عندما تودى المهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام بالأداء، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان في أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة في أثناء العمل".

التعريف الإجرائي:

في هذا البحث تم اعتماد تعريف جاكسون ومارش (١٩٩٦) كتعريفًا إجرائيًا للتدفق النفسي؛ حيث يعرفان التدفق النفسي بِأَنَّهُ: "الحالة التي يجد فيها الفرد نفسه مندمجًا اندماجًا تامًا في النشاط أو العمل الذي يقوم به، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان في أثناء الأداء ونسيان احتياجات الذات، وكذلك الشعور بالسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة في أثناء العمل" ويعبر عن ذلك بالدرجة التي تحصل عليها المعلمة في مقياس التدفق النفسي المستخدم في هذا البحث.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بدراسة مستوى التدفق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وهي: (الحالة الاجتماعية- سنوات الخبرة- التخصص بالرياض) لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب– الجمهورية اليمنية للعام ٢٠٢٣-٢٠٢٤م.

خلفية نظرية ودراسات سابقة:

التأصيل اللغوي لمفهوم التدفق النفسي:

أطلق التدفق على الخبرة التي يصفها ميهالي تشكيزنتميهالي، وذلك من خلال المقابلات الشخصية التي أجراها مع الناس سنة (١٩٧٥) لم يجد وصفًا أقرب للتعبير عمّا عبر عنه هؤلاء الناس الى تشبيهه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، والمفهوم السيكولوجي للتدفق النفسي كاندماج في نشاط بناء على ذلك لا يرتبط بالمعنى القديم "يذهب مع التيار go with the flow"، ويمكن تلمس مضامين التعريف اللغوي هذا بالنسبة لحالة التدفق النفسي التي يتعايش معها الفرد من خلال تأكيد ميهالي على فكرة

الأسر التي يجد فيها الفرد نفسه عندما يندمج بصورة تامة في النشاط الذي يقوم به كأنه بها منقاد تمامًا، سائرًا في تيارها الرئيسي ولكن بحالة من الوعي والتفهم والاستمتاع. (أبو حلاوة، ٢٠١٣: ١٣)

التأصيل الاصطلاحي لمفهوم التدفق النفسي:

صيغ مصطلح التدفق النفسي للمرة الأولى على يد ميهالي تشكيزنتميهالي باعتباره إحساسات كلية يشعر بها الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها (Csikszenntmihalyi, 1990: 36).

ثم اعاد ميهالي تشكيزنتميهالي وصف حالات التدفق بأنها: "حالة يجد فيها الفرد نفسه مندمجًا بصورة تامة في النشاط أو العمل الذي يقوم به مع تجاهل تام لأي أنشطة أو مهام أخرى، مع تحقق حالة من الاستمتاع الشخصي يخبره المرء لمجرد القيام بالفعل أو العمل أو أداء المهمة لذاتها والاستعداد للتضحية وبذل كل المجهود وتكريس كل الوقت لإنجاز هذه المهمة (Csikszenntmihalyi, 1999: 4)

ويرى جولمان (٢٠٠٠: ٦٠) أَنَّ التدفق النفسي: "عبارة عن حالة من الانهماك نراها عندما ينشغل الفرد في أمر سليم يحبه ويتمتع به"، ويضيف -أيضًا- أَنَّهُ حالة من نسيان الذات عكس التأمل والاجترار والقلق، فإذا وصل الإنسان إلى حالة التدفق يستغرق تمامًا في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تمامًا، وبهذا الإحساس تكون لحظات التدفق لحظات غياب الذات، وبالرغم من وصول الأفراد إلى أقصى درجات الانغماس في الأداء، فَإِنَّهُم لا يدركون كيفية القيام بذلك؛ لأَنَّ الشعور بالسرور هو الدافع والمحفزلهم، ومن فوائد التدفق النفسي أَنَّهُ يسهم في التخفيف من الاضطرابات الانفعالية من قلقٍ واكتئابٍ؛ حيث إِنَّ التدفق يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء أو التعلم.

أما الهاص (٢٠١٠: ١٢١) فيعرفه بِأَنَّهُ: "خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت إلى آخر، عندما تُؤدَّى المهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق من خلال

الانشغال التام بالأداء، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان في أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة في أثناء العمل".

وعرفه ابن الشيخ (٢٠١٥: ٤٢) بِأَنَّهُ: "حالة وجدانية آنية يخبرها الفرد عندما يمارس نشاطه المفضل، يحس من خلاله بِأَنَّ قدراته ومهاراته الشخصية بلغت أقصاها لمستوى يتمكن من خلاله مواجهة مختلف التحديات التي تطرحها المهمة التي يؤديها، وفي أثنائها يصبح الفرد مندمجًا كليًا في الأداء بشكل ينسى من خلاله كل ما حوله ولا يركز إلا في النشاط الذي بين يديه، وهي خبرة تترك أثرًا إيجابيًا في شكل شعور بالسرور والمتعة لمجرد أن يؤدي هذا النشاط".

ويتضح مما سبق هناك إجماع على أن حالة التدفق تظهر في المستويات العليا للأداء وتستثير أقصى ما تبلغه قدرات الفرد الشخصية، ويتبين تكرار ظهور مصطلحات (النشوة، السعادة، البهجة، والاستمتاع) في أغلب التعاريف بوصفها الإحساس العام البارز في أثناء دخول الفرد حيز خبرة التدفق النفسي.

أهمية التدفق النفسي:

رأت سامي (٢٠١٨: ٢٢) أَنَّ للتدفق النفسي أهميةً كبيرةً في حياتنا تتحدد في الآتي:

-ينطوي التدفق النفسي على الاستمتاع بأداء مهمة معينة؛ الأمر الذي يجعل الفرد يستمر في الأداء بحب ورغبة في التطوير والإجادة فتظهر إبداعات الفرد الكاملة في أثناء استمتاعه وانخراطه في أداء المهمة.

-ينطوي التدفق على أهمية معرفية يكتسبها الفرد إذا ما استغرق في الأداء مستعينًا بحالة التدفق، وتتمثل هذه الأهمية في اكتسابه خبرة جيدة أو تعلم مهارة جديدة توطد خبرات الفرد السابقة أو تكسبه مهارة جديدة يستفيد منها لاحقا.

ويضيف سلامة (٢٠١٩: ٢٨) أهمية أخرى للتدفق النفسي في حياة الفرد، يمكن تلخيصها بالنقاط الآتية:

- التميز والعطاء في الأداء كمًا وكيفًا، والأداء بدقة وإتقان حتى نصل إلى الأداء الآلي والتلقائي المطلوب.
- اكتساب خبرة التدفق تزيد من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط النفسية التي تمنحه التكيف مع الظروف.
- الوصول بالأداء إلى أعلى مستوى مع الاستمتاع بالنشاط الممارس.
- تدعيم الطاقة الإيجابية النفسية.
- عدم التأكيد على نتائج المنافسة وإنما على نتائج الأداء نفسه.
- زيادة التركيز والاستشارة والدافعية ورفع الثقة بالنفس.
- الشعور بالقوة والشجاعة وإزالة الخوف والتردد والقلق.
- التوافق العالي في أثناء الممارسة.
- المتعة والسعادة في أثناء الأداء وهي من الخبرات الانفعالية المتدفقة.

ومن خلال ما سبق يتضح أَنَّ خبرة التدفق النفسي مهمة جدًا للفرد؛ إذْ تحسن من أدائه، وتكسبه خبرات، ومهارات جديدة، وتزيده قوة ومثابرة من أجل إنجاز المهام المكلف بها، وهو مع ذلك كله يشعر بالسعادة والرضا عن نفسه.

أبعاد ومكونات التدفق النفسي:

لقد سعى العديد من الباحثين إلى تحديد مفهوم التدفق النفسي وحصره وتقسيمه إلى مجموعة من الأبعاد والمكونات، يمكن عرض أهمها على النحو الآتي:

تقترن حالة التدفق حسب تصور وكتابات ميهالي عام (١٩٩٠)، قسم التدفق النفسي إلى تسعة أبعاد وهي كالآتي:

- التوازن بين التحديات والمهارات Challenge-skill balance.
- دمج الوعي بالفعل Action-awareness.
- الأهداف الواضحة Clear goals.
- التغذية الراجعة الفورية Immediately feedback.

- التركيز على المهمة Concentration in the task.
- الإحساس بالتحكم (الضبط) Sense of control.
- فقدان الوعي بالذات Loss of self-consciousness.
- تغير الإحساس بالوقت Transformation of time.
- الاستمتاع الذاتي Auto telic experience (الخبرة ذاتية الهدف).

وقد صيغت أبعاد حالة التدفق حسب تصورات مارش وجاكسون Marsh & Jackson (١٩٩٦) في دراسة لهما للتحقق من صدق مقياس حالة التدفق وذلك باستخدام نموذج راش الإحصائي، وأكدت الدراسة على أَنَّ التدفق حالة سيكولوجية مثلى وصفت بالتفصيل في أعمال ميهالي، وبناءً على ذلك تم تحديد أبعاد التدفق النفسي كالآتي:

١- **التوازن بين التحدي والمهارة**: أي أَنَّ في حالة التدفق يتوافر لدى الفرد شعور بِأَنَّ قدراته تتسق مع المطالب التي تقتضيها المهام التي يقوم به.

٢- **دمج الوعي بالفعل**: ويتحقق فيه اندماج عميق جدًا في المهام، ومن ثَمَّ صدور أفعال تلقائية من الفرد، غالبًا ما تكون ذات طابع متسلسل، تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية.

٣- **أهداف واضحة**: ويقترن بذلك إحساس بالثقة والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به الفرد.

٤- **تغذية راجعة فورية ومفهومة**: ففي حالة التدفق يتلقى الفرد تغذية راجعة فورية وواضحة، ويصاحب ذلك ثقة من كل شيء يسير وفق خطة شديدة الوضوح.

٥- **التركيز في المهمة**: وهو ما يعرف بأسر المهمة للرد.

٦- **الإحساس بالضبط**: فما يميز هذا الإحساس أَنَّ حالة التدفق تحدث بدون مجهود شعوري.

٧- **غياب الشعور بالذات**: فالاهتمام بالذات يتناقض؛ إذ يصبح الفرد متوحدًا مع المهمة وجزءً منها.

٨- **تبديل إيقاع الزمن**: هنا يتملك الفرد إحساس بِأَنَّ الزمن يمر بسرعة شديدة أو ببطء شديد.

٩- **الاستمتاع الذاتي**: وهي غاية كون الفرد في حالة تدفق، وتمثل إحساسًا يتملك الفرد بالقيام بالعمل كغاية في حد ذاته، دون انتظار لإثابة أو فائدة في المستقبل.

النظريات التي فسرت التدفق النفسي

نظرية تشكزنتهيمالي Csikszentmihaly

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري تشكزينتيميهالي Csikszentmihaly أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأشخاص من الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا واليابان وتايلاند، أستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث أشركهم في مجموعة من الأنشطة، ولم يجد ميهالي وصفًا أقرب للتعبيرعن ما عبرعنه هؤلاء الناس إلى تشبيه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره. وعلى هذا الأساس أطلق علية تشكزينتيميهالي بالتدفق النفسي وقد استخلص ميهالي من إجابة الأشخاص الذي قابلهم تسعة تصورات أو أبعاد رئيسة هي (الولاني، ٢٠١٥: ١٤٤):

- الأهداف الواضحة - الاندماج والتركيز - فقدان الاحساس بالوعي بالذات، اندماج الفعل في الوعي - نشوة الاحساس بالوقت - تغذية راجعة مباشرة وفورية - التوازن بين القدرة والتحدي أو الصعوبة - احساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف او النشاط - الاثابة الداخلية للنشاط - الاستمتاع الذاتي (Autotelic experiences) الذي يشير إلى أن خبرات الفرد تُعد إثابة داخلية يشعر بها الفرد عند القيام بعمل أو أداء نشاط وإنجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته دون انتظار الإثابة من الخارج.

وجهة نظر مارتن سيليجمان (Martin Seligman):

يرى مارتن سليجمان أن هذه الخبرة تدور حول ما أسماه (قضية المعنى) (Meaningness) فقد أشار في كتابه (السعادة الحقيقية) إلى ثلاثة مستويات للسعادة (ورد في: أبو حلاوة، ٢٠١٣: ١٨):-

أ. الحياة السارة: أو المبهجة التي تتضمن خبرات تجلب السعادة والانشراح، كما تتضمن انفعالات إيجابية كبيرة.

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

ج. الحياة ذات المعنى أو الدلالة والقيمة.

وجهة نظر جولمان (Goleman)

ويرى دانيال جولمان في كتابه "العقل المحب للتأمل" إن العناصر الأساسية لخبرة التدفق هي (كطفان، ٢٠١٨: ١٣١):

١. ذوبان وعي الفرد في العمل أثناء القيام بالمهمة أو العمل التي يؤديه.

٢. تركيز الانتباه في الاندماج واضح في التعامل مع المهمة أو أداء العمل من دون الاهتمام بالنواتج أي العمل لذات العمل دون انتظار نتيجة أو مكافأة منه.

٣. نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط.

٤. مستوى مناسب من المهارات بما يتناسب مع المطالب البيئية.

٥. حالة النشوة والابتهاج والاستمتاع الذاتي.

٦. وضوح الهاديات الموقفية والاستجابة المناسبة لهذه الهاديات.

خبرة التدفق لدى المعلمين:

يعيش المعلم خبرة التدفق في أثناء تواجده في الفصل الدراسي مع متعلميه، وهو يؤدي مهمة التدريس، ويذكر تشريستين وآخرون (Chiristine, et, al) أنَّ خبرة التدفق لدى المعلمين تتصف الآتي: (ورد في: ابن الشيخ، ٢٠١٥: ٥٩)

١- **الاهتمام والمشاركة:** إنَّ خبرة التدفق لا تحدث لدى المدرسين عندما يكون لديهم اهتمام وهدف واضح فقط، بل عندما يكون لديهم كذلك تصورات مشتركة مع طلبتهم لهذه الاهتمامات والأهداف، ما يجعل المعلم ينغمس في النشاط بحيث يقدم نموذجًا للطلبة يوضح فيه قيمة التعلم في حد ذاته، ويعمل على تحفيزهم

وإشراكهم في العملية، وما يزيد شعوره بالتدفق اهتمام الطلبة ومشاركتهم في مستويات صعبة من درس ناجح.

٢- **التواصل الأصيل:** غالبًا ما تظهر حالة التدفق لدى المعلمين إذا ما شعروا بوجود أنموذج للاتصال الصفي الأصيل وليس الميكانيكي. وفي هذا الإطار يؤكد فان ليير (١٩٩٦) أَنَّ عملية الانغماس في وضعية التعلم خاصية أساسية لدى الأشخاص الذين يعملون في مجال التعليم وهي راجعة إلى التفاعل الأصيل بين المعلم والمتعلمين نتيجة التواصل الدائم في حجرة الصف، وتُبنى هذه الأصالة بفضل عمليات الحكم الذاتي والاحترام والنزاهة الأخلاقية مع الآخرين.

٣- **العفوية وعدم القدرة على التنبؤ بحدوث التدفق:** يحدث التدفق لدى المعلمين بشكل عفوي بحيث لا يمكن التنبؤ به؛ كونهم لا يخططون لذلك مسبقًا. كما أَنَّ التدفق قد يكون ذو صلة بقضايا الحكم الذاتي للمعلمين، والحكم الذاتي هو حرية للسماح لرغبات الطالب الحقيقة بدخول الفصول الدراسية، والسعي لتحقيق هذه الرغبات حتى لو كانت لا تتطابق مع خطة الدرس.

٤- **لحظات التعلم**: ينظر المعلم في أثناء دخوله حيز التدفق النفسي للتعلم على أَنَّهُ عملية عامة وشاملة، أي أَنَّ عملية التعلم تحدث للمتعلمين وله هو- أيضًا، يعنى أَنَّهُ هو في حد ذاته يكتسب تلك المعرفة التي يقدمها لمتعلميه.

مما سبق يبدو وصفًا لخبرة التدفق لدى المعلمين أكثر من كونه تحليل لكيفية حدوث تلك الخبرة، وربما يرجع هذا لكون تلك الأوصاف صادرة عن عدد من المعلمين الذين خاضوا تلك التجربة عمومًا، فشروط حالة التدفق النفسي لدى المعلم هي نفسها شروط حدوثها لدى أي فرد يقوم بنشاطه المفضل، على شرط أن يكون التعليم هو ذلك النشاط المفضل حتى نقول إنَّ المعلم عاش حقًا تجربة التدفق النفسي بوصفه معلمًا.

دراسات سابقة:

هدفت دراسة كطفان (٢٠١٨) إلى التعرف على التدفق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث ببناء مقياس للتدفق النفسي اعتمادا على نظرية ميهالي تشكزنتهيمالي، وطبق المقياس على عينة بلغت (١٥٠) معلمة اختيروا بالطريقة العشوائية وبلغت نسبتها (٤٢%) من مجتمع البحث الأصلي للدراسة البالغ (٣٥٣) معلمة في محافظة ذي قار، وبعد استخدام الأساليب الإحصائية توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج كان أهمها: وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

وقام سلامة (٢٠١٩) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والرضا الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (نوع المؤهل- الحالة الاجتماعية- عدد سنوات الخبرة- الراتب الشهري)، وتكونت العينة من (١٥٠) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمحافظة القاهرة، وطبق عليهن الباحث مقياس التدفق النفسي من إعداده، ومقياس الرضا الوظيفي من إعداد أبو النور وعواد (٢٠١٦)، وبعد استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج، أهمها: وجود علاقة طردية دالة إحصائيًا بين التدفق النفسي والرضا الوظيفي لدى المعلمات، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى العينة لصالح المعلمات المتخصصات، وأيضًا لمعلمات الخبرة الأكثر من عشر سنوات، وكذلك توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق إحصائية في التدفق النفسي وفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية.

منهج البحث :

بما أن البحث الحالي يهدف إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب، فقد تم استخدام المنهج الوصفي المسحي؛ كونه المنهج المناسب لتحقيق أهداف البحث.

مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث الحالي من جميع معلمات رياض الأطفال في روضات مدينة إب بمديرية الظهار والمشنة البالغ عددهنَّ (١١٨) معلمة حسب الإحصَائِيَّة الرسمية في كل روضة في مديرتي الظهار والمشنة خلال العام الدراسي ٢٠٢٣/ ٢٠٢٤م.

وبناءً على ذلك، تم تطبيق أداة البحث الحالي على عينة عشوائية طبقية مكونه من (٧١) معلمة من معلمات رياض الأطفال في مديريتي الظهار والمشنة بمدينة إب، وبنسبة (٠.٦٠) منهنَّ (٣٦) معلمة عازبة، و(٣٥) متزوجة، أما توزيع أفراد عينة متغير التخصص بالرياض يتضح أن هناك (٣٠) معلمة متخصصة برياض الأطفال، و (٤١) معلمة غير متخصصة، أما عن متغير سنوات الخبرة يتضح أن هناك (٣٨) معلمة خبرتهن أكثر من خمس سنوات، (٣٣) معلمة خبرتهن خمس سنوات فأقل. كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١) توزيع أفراد عينة البحث وِفقًا لمتغيرات البحث

الحالة الاجتماعية	التخصص		المجموع	عدد سنوات الخبرة		المجموع
	متخصصة	غير متخصصة		أقل من خمس	أكثر من خمس	
عازبة	١٦	٢٠	٣٦	19	١٧	٣٦
متزوجة	١٤	٢١	٣٥	14	٢١	٣٥
المجموع	٣٠	٤١	٧١	٣٣	٣٨	٧١

أداة البحث:

كون البحث الحالي يهدف إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب فقد تم استخدام مقياس التدفق النفسي من إعداد جاكسون ومارش (١٩٩٦) وقام بتعريبه المحادين عام (٢٠١٤).

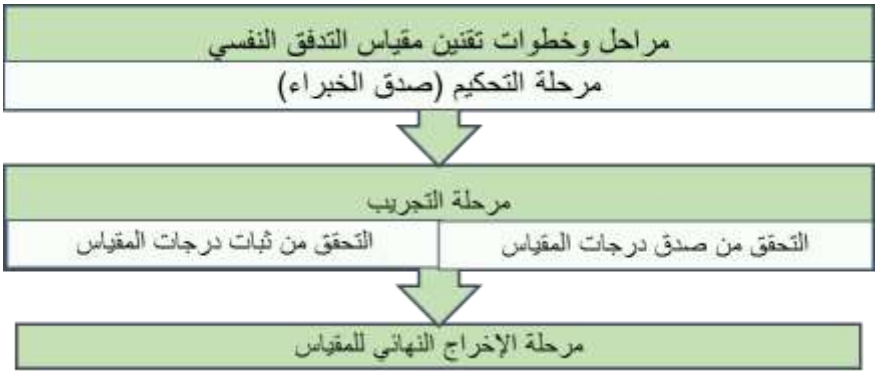
مقياس التدفق النفسي:

مقياس التدفق النفسي من إعداد جاكسون ومارش Jackson& Marsh (١٩٩٦) وقام بتعريبه المحادين (٢٠١٤) يتكون المقياس من ٤٣ فقرة ذات استجابة ثلاثية وِفقًا لمقياس ليكرت وتتوزع الفقرات في تسعة مجالات، هي (التوازن بين التحدي والمهارة، أهداف واضحة، تركيز في الأداء، فقد الوعي بالذات، الاندماج في الأداء، الإحساس

بالتحكم، تغذية عكسية واضحة، تحول الوقت، الخبرة الذاتية الإيجابي)، وفيما يلي شرح للخطوات التي تم اتباعها لتقنين المقياس في البحث الحالي:

خطوات تقنين مقياس التدفق النفسي في البحث الحالي:

تم تقنين مقياس التدفق النفسي مرورًا بمراحل وخطوات معتمدة أوصى بها علماء القياس النفسي والتربوي عند بناء هذا النوع من المقاييس وتطويره، مثل البناء (٢٠١٧) علام (٢٠٠٧) والشكل الآتي يبين هذه الخطوات:



شكل رقم (١) خطوات تقنين مقياس التدفق النفسي

مرحلة التحكيم (صدق الخبراء) :

يرى علام (٢٠٠٠: ١٩١) أَنَّ الصدق الظاهري يعتمد على الأحكام القيمية لخبراء المواد الدراسية، ويرى عددٌ من علماء القياس أَنَّ أفضل طريقة في استخراج الصدق الظاهري، هي عرض فقرات المقياس على الخبراء للحكم على صلاحيتها في السمة المراد قياسها، ويضيف صابروخفاجة (٢٠٠٢: ١٦٨) أَنَّهُ المدى الذي تبلغه البنود الموجودة في المقياس في تمثيل المحتوى الذي اختير في الأصل لكي يتضمنه الاختبار، وذلك بعرض محاور المقياس أو بنوده على المحكمين للاستفادة من آرائهم، وقد تم الاستعانة بآراء (10) خبراء في التربية وعلم النفس والصحة النفسية، والقياس والتقويم في بعض الجامعات اليمنية والسعودية، وبناءً على ذلك فقد تم اعتماد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق 80% فأكثر من المحكمين. ووفق هذا المحك تم الإبقاء على (٣٦) فقرة، موزعة على ستة مجالات: في المجال الأول (الاندماج بالأداء) ١١ فقرة، والمجال الثاني (وضوح الأهداف) ٦ فقرات، والمجال الثالث (فقد الوعي بالذات) ٥ فقرات، وفي المجال الرابع (الإحساس بالتحكم) ٧ فقرات، وفي المجال الخامس (تحول الوقت) ٤ فقرات، وفي

المجال السادس (الخبرة الذاتية الإيجابية) ٤ فقرات، وبذلك يمكن القول إنَّ مقياس التدفق النفسي يتمتع بصدق ظاهري جيد من وجهة نظر الخبراء.

مرحلة التجريب: تضمنت هذه المرحلة التحقق من صدق وثبات درجات مقياس التدفق النفسي وكانت على النحو الآتي:

التحقق من صدق درجات المقياس :

يرى أبوعلام (٢٠١٤: ٤٦٥) أَنَّ الصدق من أهم خصائص القياس، وأن مفهوم الصدق يشير إلى الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها من درجات المقياس من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها، وتحقيق صدق المقياس معناه تحقيق الأدلة التي تؤيد مثل هذا الاستدلال، وعليه فقد تم التحقق من صدق مقياس التدفق النفسي من خلال الطرق المبينة في الشكل الآتي:

- **صدق البناء بدلالة الاتساق الداخلي:**

معاملات الارتباط Correlation Coefficients

يرى فرج (٢٠٠٧: ٢٨٣) أَنَّ معاملات الارتباط تُعَدُّ دليلًا على صدق الاتساق الداخلي، وبما أَنَّ الاتساق الداخلي من أهم أنواع الصدق التي يمكن استخدامها، في بناء أو تقنين المقاييس، والتأكد من صدق المقاييس الجديدة، من خلال معرفة مدى ارتباط الدرجات على المقياس بالسمة المراد قياسها؛ لذلك تم إيجاد معاملات ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient بين درجة كل بعد ودرجة المقياس بشكل عام وكذلك حساب معامل ارتباط بيرسونPearson Correlation Coefficient بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس ودرجة البعد الذي تنتمي إليه.

-ارتباط درجات المجالات مع الدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٢) معامل ارتباط بيرسون Pearson بين درجات المجالات والدرجة الكلية للمقياس

المجال	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار
الاندماج بالأداء	.701	.000	دال
وضوح الأهداف	.70	.000	دال
فقد الوعي بالذات	.583	.000	دال
الإحساس بالتحكم	.775	.000	دال
تحول الوقت	.573	.000	دال
الخبرة الذاتية الإيجابية	.556	.000	دال

يتضح من الجدول السابق أَنَّ معاملات ارتباط درجة كل مجال بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي تراوحت بين (٠.٥٥٦ -٠.٧٧٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠.٠٠٠) ومن الملاحظ أَنَّ المجال الرابع "الإحساس بالتحكم" أكثر المجالات ارتباطًا بالدرجة الكلية للمقياس؛ حيث بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية (٠.٧٧٥)، يليه المجال الأول "الاندماج بالأداء" الذي بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس(٠.٧٠١)، ويليه المجال الثاني "وضوح الأهداف" الذي بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس(٠.٧٠) ثم المجال الثالث "فقد الوعي بالذات"؛ حيث بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٥٨٣)، ويليه المجال الخامس "تحول الوقت" الذي بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٥٧٣)، وأقل المجالات ارتباطًا هو المجال السادس "الخبرة الذاتية الإيجابية" الذي بلغ معامل ارتباطه بالدرجة الكلية للمقياس(٠.٥٥٦)؛ وعليه يمكن القول إنَّ مقياس التدفق النفسي يتمتع بصدق بناء جيد وِفقًا لمعيار الاتساق الداخلي.

-ارتباط درجة الفقرات مع الدرجة الكلية للمجال:

تم حساب معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس ودرجة المجال الذي تنتمي إليه كما هو موضح بالجدول الآتي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين درجة فقرات كل مجال مع الدرجة الكلية للمجال.

اسم المجال	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار	اسم المجال	الفقرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	القرار
الاندماج بالأداء	1	0.35**	0.00	دال	الإحساس بالتحكم	1	0.57**	0.00	دال
	2	0.42**	0.00	دال		2	0.53**	0.00	دال
	3	0.43**	0.00	دال		3	0.41**	0.00	دال
	4	0.33**	0.00	دال		4	0.30**	0.00	دال
	5	0.43**	0.00	دال		5	0.46**	0.00	دال
	6	0.32**	0.00	دال		6	0.45**	0.00	دال
	7	0.33**	0.00	دال		7	0.49**	0.00	دال
	8	0.31**	0.00	دال	تحول الوقت	1	0.34**	0.00	دال
	9	0.30**	0.00	دال		2	0.36**	0.00	دال
	10	0.37**	0.00	دال		3	0.45**	0.00	دال
	11	0.33**	0.00	دال		4	0.32**	0.00	دال

وضوح الأهداف	1	0.47**	0.00	دال	الخبرة الذاتية الإيجابية	1	0.51**	0.00	دال
	2	0.39**	0.00	دال		2	0.33**	0.00	دال
	3	0.44**	0.00	دال		3	0.40**	0.00	دال
	4	0.47**	0.00	دال		4	0.40**	0.00	دال
	5	0.41**	0.00	دال					
فقد الوعي بالذات	1	0.42**	0.00	دال					
	2	0.31**	0.00	دال					
	3	0.39**	0.00	دال					
	4	0.34**	0.00	دال					
	5	0.45**	0.00	دال					

من الجدول السابق يتضح أَنَّ معاملات ارتباط بيرسون(r) تراوحت بين(٠.٣٠ – ٠.٥٧) وهي ارتباطات دالة إحصائيًا عند مستوى (٠.٠٠)، وعليه يمكن القول إِنَّ درجات فقرات مقياس التدفق النفسي تتمتع بصدق بناء جيد وِفقًا لمعيار الاتساق الداخلي.

- **صدق البناء بدلالة المقارنة الطرفية (الصدق التمييزي):**

يرى أبو حطب وصادق (١٩٩٧: ١٤٦) أن المقارنات الطرفية بين المجموعة العليا والدنيا، توفر دليلًا على صدق المقياس، وللتحقق من صدق المقياس بدلالة المقارنات الطرفية، تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وفيما يلي نتيجة المقارنات الطرفية كما في الجدول الآتي:

جدول (٤) الصدق التمييزي لمقياس التدفق النفسي.

المجال	الفقرة	العينة		المتوسط		الانحراف		قيمة	مستوى	القرار
		دنيا	عليا	دنيا	عليا	دنيا	عليا	ت (T)	الدلالة	
الاندماج بالأداء	١	25	٢٥	2.48	٢.٨٨	0.51	٠.٣٣	3.288	0.00	دال
	٢	25	٢٥	٢.٣٦	٢.٩٢	٠.٤٨	٠.٢٨	٤.٩٧٦	٠.٠٠	دال
	٣	25	٢٥	٢.٣٢	٢.٩٢	٠.٤٨	٠.٢٨	٥.٤٤٧	0.00	دال
	٤	25	٢٥	٢.٣٢	٢.٨٢	٠.٦٩	٠.٤٥	٣.٢٧٩	٠.٠٠	دال
	٥	25	٢٥	٢.١٢	٢.٧٦	٠.٧٣	٠.٤٤	٣.٧٨٠	0.00	دال
	٦	25	٢٥	١.٨٠	٢.٤٤	٠.٧٦	٠.٥٨	٣.٣٣٠	٠.٠٠	دال
	٧	25	٢٥	١.٩٦	٢.٦٠	٠.٦١	٠.٥٨	٣.٨٠٧	0.00	دال
	٨	25	٢٥	٢.٣٠	٢.٨٤	٠.٤٩	٠.٣٧	٣.٢١٣	٠.٠٠	دال
	٩	25	٢٥	٢.٣٣	٢.٨٤	٠.٥٢	٠.٣٧	٢.٩٤٩	0.00	دال
	١٠	25	٢٥	٢.٤٠	٢.٨٨	٠.٦٤	٠.٣٣	٣.٣٠٧	٠.٠٠	دال
	١١	25	٢٥	2.44	٢.٩٦	0.58	٠.٢٠	٤.٢١٨	0.00	دال

	الكلي	25	٢٥	٢٥.٢٠	٣٠.٧٦	٢.٣٣	١.٩٢	٩.٢١٢	.٠٠٠	دال
وضوح الأهداف	١	25	٢٥	2.20	٢.٨٨	0.58	.٤٤	4.685	0.00	دال
	٢	25	٢٥	٢.٤٥	٢.٩٦	.٥٠	.٢٠	٣.٣٤٣	.٠٠٠	دال
	٣	25	٢٥	٢.٥٢	٢.٩٦	.٥٩	.٢٠	٣.٥٥٣	0.00	دال
	٤	25	٢٥	٢.٢٨	٢.٩٦	.٦٧	.٢٠	٤.٨٠٨	.٠٠٠	دال
	٥	25	٢٥	2.28	٢.٨٠	0.74	.٥٠	٢.٩١٩	0.00	دال
	الكلي	25	٢٥	١١.٨٨	١٤.٥٦	١.٦٩	.٨٧	٧.٠٤٦	0.00	دال
فقد الوعي بالذات	١	25	٢٥	1.92	٢.٥٦	0.70	.٥٨	3.505	.٠٠٠	دال
	٢	25	٢٥	٢.٢٨	٢.٩٢	.٦٨	.٢٨	٤.٣٦٨	0.00	دال
	٣	25	٢٥	١.٨٤	٢.٥٦	.٥٥	.٥١	٤.٧٩٦	.٠٠٠	دال
	٤	25	٢٥	١.٧٦	٢.٤٨	.٧٢	.٦٥	٣.٦٩٤	0.00	دال
	٥	25	٢٥	2.20	٢.٩٢	0.65	.٢٨	٥.١٢٥	.٠٠٠	دال
	الكلي	25	٢٥	١٠.٠٠	١٣.٤٤	١.٨٤	١.٣٨	٧.٤٤٣	0.00	دال
الإحساس بالتحكم	١	25	٢٥	2.12	٢.٩٢	0.60	٢.٢٧	6.053	0.00	دال
	٢	25	٢٥	٢.١٦	٢.٩٦	.٦٩	.٢٠	٥.٥٨٣	.٠٠٠	دال
	٣	25	٢٥	٢.٣٧	٢.٩٢	.٦٢	.٢٨	٣.٧٠٢	0.00	دال
	٤	25	٢٥	١.٧٩	٢.٣٦	.٧٨	.٦٢	٢.٩١٩	.٠٠٠	دال
	٥	25	٢٥	٢.١٦	٢.٨٤	.٧٥	.٣٧	٤.٠٧٣	0.00	دال
	٦	25	٢٥	٢.٣٢	٢.٨٠	.٦٩	.٥٠	٢.٨١٥	.٠٠٠	دال
	٧	25	٢٥	2.36	٢.٩٢	0.64	.٢٨	٤.٠٢٧	0.00	دال
	الكلي	25	٢٥	١٥.٤٨	١٩.٧٢	٢.٦٥	١.١٠	٧.٣٩٤	0.00	دال
تحول الوقت	١	25	٢٥	1.92	٢.٥٤	0.81	.٦٧	2.849	.٠٠٠	دال
	٢	25	٢٥	٢.٢٨	٢.٨٤	.٥٤	.٣٧	٤.٢٥٤	0.00	دال
	٣	25	٢٥	١.٩٦	٢.٨٠	.٨٤	.٤٠	٤.٤٩٤	.٠٠٠	دال
	٤	25	٢٥	1.64	٢.٢٠	0.57	.٦٧	٢.٩١٩	0.00	دال
	الكلي	25	٢٥	٧.٨٠	١٠.٢٠	١.٦٦	١.٥٥	٥.٢٧٩	0.00	دال
الخبرة الذاتية الإيجابية	١	25	٢٥	2.20	٢.٨٨	0.82	.٤٤	3.666	.٠٠٠	دال
	٢	25	٢٥	٢.١٢	٢.٧٦	.٦٥	.٥٢	٢.٩١٩	0.00	دال
	٣	25	٢٥	٢.٤٠	٢.٩٢	.٧١	.٢٨	٣.٤٢٤	.٠٠٠	دال
	٤	25	٢٥	2.32	٢.٩٦	0.65	.٢٠	٢.٩٣٨	0.00	دال

الكلي	25	٢٥	٩.٥٦	١١.٥٢	١.٨٧	١.٠٨	٤.٥٢٨	0.00	دال
المجموع الكلي	25	٢٥	79.92	١٠٠.٢	6.19	٣.٠٣	14.71	٠.٠٠٠	دال

وبالنظر إلى الجدول السابق يتضح أَنَّ قيم (T) دالة إحصائيًّا عند مستوى دلالة (٠.٠١) في جميع فقرات المقياس والدرجات الكلية للمقياس والمجالات، وبذلك يمكن القول إنَّهُ يوجد فروق ذات دلالة إحصائيًّا بين المجموعة العليا، والدنيا في مقياس التدفق النفسي لصالح المتوسط الأكبر وهو متوسط المجموعة العليا، وهذا مؤشر جيد على أَنَّ المقياس صادق من الناحية التمييزية بدليل المقارنات الطرفية بين المجموعتين العليا والدنيا.

التحقق من ثبات درجات مقياس التدفق النفسي:

يرى علام (٢٠٠٠: ٢٧٨) أَنَّ الثبات هو مدى قياس المقياس للمقدار الحقيقي للسمة التي يهدف لقياسها، فدرجة المقياس تكون ثابتة إذا كان الاختبار يقيس سمة معينة قياسًا متسقًا في الظروف المتباينة التي قد تؤدي إلى أخطاء القياس، فالثبات بهذا المعنى يعني مدى تماثل مفردات المقياس ترابطها. وَيُعَدُّ معامل ألفاكرونباخ من أكثر طرق تقدير الثبات شيوعًا؛ إذ لا تخلو رسالة ماجستير أو دكتوراه أو بحث محكم من استخدامها، ولاستخراج الثبات وفق هذه الطريقة، تم استخراج معاملات الثبات لمقياس التدفق النفسي بحساب معامل ألفاكرونباخ Cronbach's Alpha، والجدول الآتي يوضح قيم معاملات الثبات.

جدول (٥) معامل ألفاكرونباخ لمقياس التدفق النفسي

المجال	معامل ألفاكرونباخ Cronbach's Alpha
الاندماج بالأداء	0.70
وضوح الأهداف	0.77
فقد الوعي بالذات	0.75
الإحساس بالتحكم	0.73
تحول الوقت	0.72
الخبرة الذاتية الإيجابية	0.82
الثبات الكلي	0.85

يتضح من الجدول السابق أَنَّ معامل ثبات ألفاكرونباخ لمجالات مقياس التدفق النفسي تراوحت بين(٠.٧٠-٠.٨٢) ومن الملاحظ أَنَّ أكثر المجالات ثباتًا هو المجال

السادس(الخبرة الذاتية الإيجابية) بلغ ثباته (٠.٨٢)، يليه المجال الثاني (وضوح الأهداف)؛ حيث بلغ ثباته (٠.٧٧)، ويليه المجال الثالث(فقد الوعي بالذات) الذي بلغ ثباته (٠.٧٥)، ثم المجال الرابع (الإحساس بالتحكم) الذي بلغ (٠.٧٣)، ويليه المجال الخامس (تحول الوقت) الذي بلغ ثباته (٠.٧٢)، وأقل المجالات ثباتا هو المجال الأول (الاندماج بالأداء) الذي بلغ ثباته (٠.٧٠) بينما بلغ معامل ثبات ألفاكرونباخ للمقياس بشكل عام(٠.٨٥) وهو مؤشر يدل على أَنَّ مقياس التدفق النفسي يتمتع بثبات جيد وِفقًا لمعامل ألفاكرونباخ.

مرحلة الإخراج النهائي:

بعد المرور بالخطوات السابقة لتقنين مقياس التدفق النفسي تم إخراج مقياس التدفق النفسي بصورته النهائية والذي تكون من(٣٦) فقرة موزعة على ستة مجالات وهي:

- **المجال الأول:** الاندماج بالأداء ١١ فقرة.
- **المجال الثاني**: وضوح الأهداف ٥ فقرات.
- **المجال الثالث**: فقد الوعي بالذات ٥ فقرات.
- **المجال الرابع**: الإحساس بالتحكم ٧ فقرات.
- **المجال الخامس**: تحول الوقت ٤ فقرات.
- **المجال السادس:** الخبرة الذاتية الإيجابية ٤ فقرات.

ولتحديد مستوى التدفق النفسي ومستوى مجالاته تم الاعتماد على مدى المتوسطات، كما في المعادلة التالية: أكبر درجة وهي ٣ طرح أقل درجة وهي ١ مقسومًا على أعلى درجة وهي ٣، أي: ٣-١/٣= ٠.٦٦٦٧، وبالتالي يمكن الحكم على مستوى التدفق النفسي بمجالاته المختلفة منخفضًا أو متوسطًا أو مرتفعًا وفقًا للتقسيمات الآتية:

- من ١ إلى ١.٦٦٧ مستوى منخفض.
- من ١.٦٧ إلى ٢.٣٣ مستوى متوسط.
- من ٢.٣٤ إلى ٣ مستوى مرتفع.

نتائج البحث:

الهدف الأول: التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب؛ ولتحقيق الهدف، تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة T Test For One Sample وكانت النتائج كما في الجدول الآتي:

جدول (٦) نتائج اختبار t لعينة لمعرفة مستوى التدفق النفسي لدى المعلمات

المجال	العينة	المتوسط الواقعي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت t	الدلالة	القرار
الاندماج بالأداء	71	2.52	22	0.74	70	35.01	0.000	مرتفع
وضوح الأهداف		2.77	10	0.68		39.33	0.000	مرتفع
فقد الوعي بالذات		2.`54	10	0.76		13.76	0.000	مرتفع
الإحساس بالتحكم		2.42	14	0.83		27.99	0.000	مرتفع
تحول الوقت		2.45	8	0.70		21.49	0.000	مرتفع
الخبرة الذاتية الإيجابية		2.77	8	0.67		35.76	0.000	مرتفع
المجموع الكلي		2.54	72	0.65		40.49	0.000	مرتفع

يتضح من الجدول السابق أَنَّ كل قيم ت (T) كانت دالة إحصائيًّا سواءً كان ذلك في لدرجة الكلية للتدفق النفسي او في مجالات التدفق الستة لِأَنَّ مستوى الدلالة المقترن بها كان (٠.٠٠) وهو أصغر من (٠.٠٥) وبالتالي فإنه دال إحصائيًّا، أي أَنَّهُ توجد فروق دالة إحصائيًّا بين المتوسطات الواقعية والمتوسطات الفرضية في مستوى التدفق النفسي لدى المعلمات لصالح المتوسطات الواقعية كونها كانت الأكبر، وبذلك يمكن القول إنَّ مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب كان مرتفعًا، وارتفاع مستوى التدفق النفسي لدى المعلمات ينطبق مع الإطار النظري لنظرية "ميهالي"؛ حيث يرى أَنَّ هناك علاقة وثيقة بين حالة التدفق والتعليم؛ لذلك قد نجد المعلمات يكونن عادة أمام حالة التدفق، وما يرتبط بها من نشوة وابتهاج واندفاع باتجاه التجويد والإبداع، وتتحقق هذه الحالة عندما يكون مستوى قدرات ومهارات المعلمة مرتفعة، وتكون المهام والتحديات التي تواجهها أيضًا مرتفعة. وتتفق النتيجة الحالية مع دراسة كطفان (٢٠١٩) التي توصلت إلى أَنَّ مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال جاء بدرجة مرتفعة. ولتأكيد ارتفاع مستوى التدفق النفسي إحصائيًا بمجالاته

الستة لدى المعلمات، يُلاحظ من الجدول (٦) أن جميع المتوسطات كانت في فئة المستوى المرتفع التي تتراوح بين ٢.٣٣ إلى ٣.

الهدف الثاني: التعرف على الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدارس محافظة إب تبعًا لمتغير الحالة الاجتماعية (عازبة–متزوجة).

ولتحقيق هذا الهدف، تم استخدام اختبار t لعينتين مستقلتين t test for Two independent samples وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول الآتي:

جدول (٧) نتائج اختبار ت للتعرف على الفروق في التدفق النفسي وفق الحالة الاجتماعية

المجال	المجموعة	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت t	الدلالة Sig	القرار
الاندماج بالأداء	عازبة	٣٦	28.00	2.67	٦٩	0.784	0.434	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	28.27	2.62				
وضوح الأهداف	عازبة	٣٦	13.59	1.46		1.113	0.267	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	13.81	1.39				
فقد الوعي بالذات	عازبة	٣٦	11.49	1.91		1.568	0.118	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	11.88	1.83				
الإحساس بالتحكم	عازبة	٣٦	17.93	1.91		0.254	0.800	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	18.00	2.28				
تحول الوقت	عازبة	٣٦	8.78	1.75		0.221	0.826	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	8.83	1.52				
الخبرة الذاتية الإيجابية	عازبة	٣٦	11.11	١.24		0.211	0.833	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	11.08	1.34				
الكلي	عازبة	٣٦	90.91	7.13		٠.٩٩٨	٠.٣١٩	لا يوجد
	متزوجة	٣٥	91.88	7.27				

يتضح من الجدول السابق أَن جميع قيم ت (t) كانت غير دالة إحصائيًّا؛ لِأَنَّ مستويات الدلالة المقترنة بها كانت أكبر من (0.05)، وهو بذلك غير دال إحصائيًّا، وعليه يمكن القول إِنَّهُ لا يوجد فروق ذات دلالة إِحصَائِيَّة في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب وِفقًا لمتغير الحالة الاجتماعية (عازبة–متزوجة)

سواءً كان ذلك في الدرجة الكلية للتدفق النفسي أو في مجالاته الستة. وقد يعود ذلك إلى تشابه الظروف الاجتماعية والاقتصادية والتربوية التي تعيشها المعلمات باختلاف حالتهن الاجتماعية. وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة سلامة (٢٠١٩) التي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة القاهرة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

الهدف الثالث: التعرف على الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدارس محافظة إب تبعًا لمتغير التخصص بالرياض (متخصصة –غير متخصصة).

ولتحقيق هذا الهدف، تم استخدام اختبار t لعينتين مستقلتين t test for Two independent samples وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول الآتي:

جدول (٨) نتائج اختبار ت للتعرف على الفروق في التدفق النفسي وفق التخصص بالرياض

المجال	المجموعة	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت t	الدلالة Sig	القرار
الاندماج بالأداء	متخصصة	٣٠	28.24	2.27	٦٩	0.423	0.673	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	28.09	2.92				
وضوح الأهداف	متخصصة	٣٠	13.85	1.22		1.283	0.201	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	13.60	1.56				
فقد الوعي بالذات	متخصصة	٣٠	11.76	1.81		0.327	0.744	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	11.68	1.92				
الإحساس بالتحكم	متخصصة	٣٠	18.19	1.98		1.465	0.144	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	17.78	2.23				
تحول الوقت	متخصصة	٣٠	8.90	1.59		0.815	0.416	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	8.73	1.64				
الخبرة الذاتية الإيجابية	متخصصة	٣٠	11.20	١.14		1.165	0.245	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	11.00	1.42				
الكلي	متخصصة	٣٠	92.14	6.28		١.٣١٨	٠.١٨٩	لا يوجد
	غير متخصصة	٤١	90.88	7.90				

يتضح من الجدول السابق أَن جميع قيم ت (t) كانت غير دالة إحصائيًّا؛ لِأَنَّ مستويات الدلالة المقترنة بها كانت أكبر من (0.05)، وهو بذلك غير دال إحصائيًّا، وعليه يمكن القول إِنَّهُ لا يوجد فروق ذات دلالة إِحصَائِيَّة في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب وِفقًا لمتغير التخصص بالرياض (متخصصة–غير متخصصة) سواءً كان ذلك في الدرجة الكلية للتدفق النفسي أو في مجالاته الستة. وقد يعود ذلك إلى تشابه الظروف الاجتماعية والاقتصادية والتربوية التي تعيشها المعلمات إضافة إلى تعاملهن مع الأطفال في الروضة وكذلك تمثل كأم في المنزل، الأمر الذي جعلهن يتمتعن بالتدفق النفسي على حدٍ سواء بغض النظر عن تخصصهن. وهذه النتيجة تختلف مع ما أكدته دراسة سلامة (٢٠١٩) التي أثبتت وجود فروق إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة القاهرة تعزى لمتغير التخصص بالرياض، ولصالح المعلمات المتخصصات.

الهدف الرابع: التعرف على الفروق الدالة إحصائيًّا في مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدارس محافظة إب تبعًا لمتغير سنوات الخبرة (خمس سنوات فأقل–خمس سنوات فأكثر).

ولتحقيق هذا الهدف، تم استخدام اختبار t لعينتين مستقلتين t test for Two independent samples وكانت النتائج كما هي موضحة بالجدول الآتي:

جدول (٩) نتائج اختبار ت للتعرف على الفروق في التدفق النفسي وفق عدد سنوات الخبرة

المجال	المجموعة	العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت t	الدلالة Sig	القرار
الاندماج بالأداء	خمس فأقل	٣٣	27.71	2.93	٦٩	1.646	0.101	لا يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	28.35	2.49				
وضوح الأهداف	خمس فأقل	٣٣	13.39	1.45		2.212	0.082	لا يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	13.85	1.39				
فقد الوعي بالذات	خمس فأقل	٣٣	11.48	2.25		1.193	0.234	لا يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	11.81	1.68				
الإحساس بالتحكم	خمس فأقل	٣٣	17.36	2.55		2.792	0.006	يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	18.22	1.88				
تحول الوقت	خمس فأقل	٣٣	8.80	1.74		0.35	0.972	لا يوجد

	أكثر من خمس	٣٨	8.81	1.56				
الخبرة الذاتية الإيجابية	خمس فأقل	٣٣	10.53	١.68		4.359	0.000	يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	11.33	1.02				
الكلي	خمس فأقل	٣٣	89.29	8.11		٢.٩٦٥	٠.٠٠٣	يوجد
	أكثر من خمس	٣٨	92.36	6.62				

يتضح من الجدول السابق أن:

- أن قيم ت (t) لكلٍ من مجال: الاندماج بالأداء، ووضوح الأهداف، وفقد الوعي بالذات، وتحول الوقت كانت غير دالة إحصائيًا؛ لِأَنَّ مستويات الدلالة المقترنة بها كانت أكبر من (0.05)، وهو بذلك غير دال إحصائيًا، وعليه يمكن القول إِنَّهُ لا يوجد فروق ذات دلالة إِحصَائِيَّة في مستوى تلك المجالات لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب وِفقًا لمتغير عدد سنوات الخبرة (خمس فأقل– أكثر من خمس)؛ وقد يعود ذلك إلى تشابه الظروف التي تعيشها المعلمات جعلهن يندمجن في أدائهن وينغمسن فيه دون الشعور بوعي أو وقت، بغض النظر عن سنوات خبرتهن.
- إنَّ قيم ت (t) لكلٍ من مجال: الاحساس بالتحكم، والخبرة الذاتية الإيجابية، وكذلك الدرجة الكلية للتدفق النفسي كانت دالة إحصائيًا؛ لأن مستوى الدلالة الخاصة بهما كانت أقل من (٠.٠٥) لذلك فهي دالة إحصائيًا، أي أنه توجد فروق دالة إحصائيًا في مجالي الاحساس بالتحكم والخبرة الذاتية الإيجابية والدرجة الكلية للتدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال وفقًا لمتغير عدد سنوات الخبرة، ولصالح المعلمات اللاتي سنوات خبرتهن تزيد عن خمس سنوات؛ وهذه النتيجة تبدو منطقية؛ لأن المعلمة التي تعمل بالميدان التربوي لسنوات كثيرة فهي تكسب خبرة، وبالتالي فإنها تشعر بالمسئولية والاعتيادية لعملها وتعاملها مع فئة الأطفال، وكذلك تمسك زمام الأمور وتتحكم بأدائها وتمتلك خبرة ذاتية إيجابية، فضلًا عن شعورها بخبرة التدفق النفسي بشكل عام في ممارستها لمهنة التعلم والتعليم للأطفال.

وتتفق هذه النتيجة جزئيًا وتختلف بالجزء الآخر مع ما توصلت إليه دراسة سلامة (٢٠١٩) التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيًا في مستوى التدفق النفسي

لدى معلمات رياض الأطفال بمحافظة القاهرة تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة ولصالح الأكثر خبرة.

الاستنتاجات:

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يمكن تقديم الاستنتاجات الآتية:

- أَنَّ مستوى التدفق النفسي بمجالاته الستة (الاندماج بالأداء، وضوح الأهداف، فقد الوعي بالذات، الإحساس بالتحكم، تحول الوقت، والخبرة الذاتية الإيجابية) كان مرتفعًا لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب.
- لا يوجد أثر لمتغير الحالة الاجتماعية (عازبة-متزوجة)، ولا لمتغير التخصص برياض الأطفال (متخصصة-غير متخصصة) على مستوى التدفق النفسي بمجالاته الستة لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب.
- لا يوجد أثر لمتغير عدد سنوات الخبرة (خمس فأقل-أكثر من خمس)، على مستوى كلٍ من مجال: الاندماج بالأداء، ووضوح الأهداف، وفقد الوعي بالذات، وتحول الوقت. في حين يؤثر هذا المتغير على مستوى التدفق النفسي كدرجة وكلية ومستوى مجالي: الاحساس بالتحكم، والخبرة الذاتية الإيجابية لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة إب، ولصالح المعلمات التي خبرتهن أكثر من خمس سنوات.

التوصيات:

من خلال النتائج التي تم التوصل إليها يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- ضرورة قيام وزارة التربية والتعليم أو من يعنيه رياض الأطفال بتوظيف معلمات للروضة ممن يحملن مؤهل بكالوريوس في العلوم النفسية (تخصص رياض أطفال)، وذلك لتواجد خريجات في هذا المجال بالميدان التربوي.
- توجيه الباحثين وطلبة الدراسات العليا لدراسة مفاهيم علم النفس الإيجابي بشكل عام ومفهوم التدفق النفسي بشكل خاص لسد النقص الكبير في الدراسات في هذا المجال.

- على مسؤولي التربية والتعليم في مدينة إب ضرورة إقامة ندوات تعريفية ودورات تدريبية للمعلمات وبالأخص معلمات رياض الأطفال حول المفاهيم النفسية الإيجابية مثل التدفق النفسي.
- على وزارة التربية والتعليم تقديم التعزيز والتحفيز المادي والمعنوي وتوفير المناخ المناسب لمعلمات رياض الأطفال.
- ضرورة القيام ببرامج إرشادية أو تدريبية من قبل مركز الإرشاد النفسي في الجامعة، أو المؤسسات والمنظمات المعنية بالجانب النفسي والتربوي لدى المعلمين، بهدف تعزيز مستوى كلٍّ من التدفق النفسي بمجالاته المختلفة، لا سيما إجراء هذه البرامج والدورات على معلمات رياض الأطفال.
- تخصيص مساحة أكبر للتدفق النفسي في البحوث والمؤتمرات العلمية المعنية بعلم الصحة النفسية، خصوصًا وأنَّ التراث السيكولوجي العربي يفتقر إلى رؤية متكاملة الأركان حول مفهوم التدفق النفسي خاصة لدى معلمين ومعلمات رياض الأطفال.

المقترحات :

استكمالًا وتطويرًا لأهداف البحث الحالي تم اقتراح إجراء الدراسات الآتية:

- إجراء بحث مماثل للبحث الحالي على معلمات رياض الأطفال بالمحافظات الأخرى في الجمهورية اليمنية.
- إجراء بحث مماثل للبحث الحالي على مربيين الصفوف الابتدائية.
- إجراء بحث للتعرف على التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير الإيجابي والصمود النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- إجراء بحث للتعرف على مستوى التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال وأثره على الصحة النفسية للأطفال.

المراجع:

- ابن الشيخ، ربيعة، (٢٠١٥): علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
- أبو حطب، فؤاد وصادق، آمال، (١٩٩٧): القياس النفسي، ط(٤)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- أبو حلاوة، محمد السعيد، (٢٠١٣): حالة التدفق لمفهوم الأبعاد والقياس، الإصدار المتسلسل لكتاب الشبكة، ع(٢٩)، الكتاب الإلكتروني لشبكة العلوم النفسية.
- أبو علام، رجاء محمود، (٢٠١٤): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط(٩)، دار النشر للجامعات، مصر.
- البهاص، سيد، (٢٠١٠): التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الإنترنت، دراسة سيكومترية إكلينيكية، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- الفنجري، حسن عبد الفتاح، (٢٠٠٨): فاعلية استخدام بعض استراتيجيات علم النفس الإيجابي في التخفيف من قلق المستقبل، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مج٨، ع(٥٨): ٣٤١-٣٨٦.
- المالكي، ريام محمد، (٢٠١٧): التدفق النفسي والإبداع لدى طلبة المتميزين وأقرانهم العادين، رسالة ماجستير، كلية التربية للبنات، جامعة بغداد، بغداد.
- المحادين، رائده، (2014): فعالية برنامج إرشادي جمعي ديني في تنمية التسامح والتدفق النفسي لدى طالبات الصف العاشر في محافظة الكرك "سورة يوسف، "رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، كلية التربية، غزة.
- الولاني، بثينة، (٢٠١٥): التدفق النفسي للرياضيين، مجلة الأمن والحياة، جامعة الإسكندرية، (٤٠٢)، ١٤٢-١٤٥.

- جولمان، دانيل، (٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، ترجمة: صفاء الأعسر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- حجازي، مصطفى، (٢٠١٠): إطلاق طاقات الحياة، قراءة في علم النفس الإيجابي، التنوير للطباعة والنشر، بيروت.
- حميدة، محمد إسماعيل سيد، (٢٠١٩): فعالية برنامج قائم على اليقظة الذهنية في تنمية التدفق النفسي وأثره على السعادة النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية: دراسة تنبئية- تجريبية، مجلة الإرشاد النفسي، ع (٦٠)، الجزء (١).
- سامي، هبة، (٢٠١٨): التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية، مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، جامعة عين شمس، مصر، مج٤٢، ع(١)، ٨- ٤٥.
- صابر، فاطمة عوضى، وخفاجة، ميرفت علي، (٢٠٠٢): أسس ومبادئ البحث العلمي، ط(١)، مكتبة الإشعاع للنشر، مصر.
- صديق، محمد السيد، (٢٠٠٩): التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، (رائم)، مج١٩، ع(٢).
- علام، صلاح الدين محمود، (٢٠٠٠): تحليل بيانات البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية، ط(١)، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- فرج، صفوت، (٢٠٠٧): القياس النفسي، ط(٦)، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- دولفافي، أنتونيلا، (٢٠١١): علم النفس الإيجابي "مقدمة ومفاهيم وتطبيقات في العمر المدرسي": ترجمة: مرعي سلامة يونس، القاهرة، مجلة الأنجلو المصرية.
- سلامة، أيمن عبد العزيز، (٢٠١٩): التدفق النفسي وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ع(١٢)، الجزء١: ٢٣٩-٣٣١.
- سلامة، وفاء، (٢٠٠٢): التربية البيئية لطفل الروضة، سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس، الكتاب الخامس، القاهرة، دار الفكر العربي.

- كطفان، منتظر سلمان، (٢٠١٨): التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة ذي الفقار، مجلة كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة ذي الفقار، ٨(٣): ١٢١-١٥٢.

- Csikszentmihalyi, M., (1990): Flow the psychology of optimal experience, Paper back duly, 1.
- Csikszentmihalyi, M., (1996): Finding Flow the psychology of optimal experience engagement with everyday life. New York: Books.
- Csikszentmihalyi, M., (1999): Flow and the foundations of positive psychology.
- Jackson,S. A., ,&Marsh ,H. W., (1996):Development and Validation of scal to measure optimal experience the flow state scale ,Journal of sport and experience psychology ,volume, p18.
- Stimpson, P. (2004): Articulating contrast in kindergarten teachers, implicit knowledge on play- based learning, Journal of Educationnal Research, 41(4-5): 339—352.

الملاحق :

	مقياس التدفق النفسي			
م	الفقرات	دائما	أحيانا	لا
المجال الأول-الاندماج بالأداء:				
١	يكون انتباهي مركز كليا على العمل الذي أقوم به.			
٢	أدرك أنَّ نشاطي جيد وكيف أنجزه.			
٣	اتمتع بالثبات الذهني في أداء الدرس.			
٤	يتملكني تركيز كلي حينما أقوم بنشاط مدرسي.			
٥	أشعر بأنني مسيطر سيطرة كامله على الفصل.			
٦	لا اهتم بما يقوم به الآخرون في الفصول الأخرى من حولي.			
٧	أقوم بالإجراءات الصحيحة دون التفكير في تجربتها مسبقا.			
٨	أبحث مسبقا عن الطريقة الأفضل للقيام بالتدريس موضوع معين.			
٩	أصرف ذهني كليا عما يحدث حولي وأركز على مهمتي.			
١٠	يتملكني تركيز كلي حينما أقوم بنشاط هادف في الفصل.			
١١	أعي جيدًا كيف أؤدي المهام والنشاطات اليومية.			
المجال الثاني-وضوح الأهداف:				
12	يبدوا لي بوضوح سير العملية التدريسية في الحصة.			
13	أحدد أهداف الدرس بوضوح وبصورة إجرائية.			
14	أعلم كيف يمكنني إنجاز الدرس بالطريقة المناسبة للوصول للهدف.			
15	أحدد مسبقا ما أريد تحقيقه في نهاية الحصة.			
16	أعرف الأهداف التي أنوي تحقيقها في المقرر.			
المجال الثالث-فقد الوعي بالذات:				
17	أقوم بعملي تلقائيا بدون عناء.			
18	أبذل جهدا من أجل الحفاظ على التركيز في الحصة.			
19	يتملكني إحساس كأنَّ الأشياء تحدث تلقائيا وقت الحصة.			
20	أفقد إحساس بالذات عندما أستغرق في التدريس.			
21	أمتلك إحساسًا قويًّا بالنزوع نحو تنفيذ ما خططت له.			
المجال الرابع-الإحساس بالتحكم:				
22	أسيطر على ما أقوم به من مهام.			
23	أدرك سيطرتي الكاملة على وعيي بالمهام التي أقوم بها.			

24	أضبط تصرفاتي على نحو تام.				
25	أتجاهل التفكير في تقييم الآخرين لي.				
26	أدرك حقا على نحو واضح أنَّ أدائي مستمر.				
27	أشعر حقا بالسيطرة التامة على العمل.				
28	أشعر حقا بأهمية ما أقدم من عمل.				
المجال الخامس- تحول الوقت:					
29	أفقد الوعي بالزمن عندما أكون في الصف.				
30	أستطيع السيطرة على نفسي في الفصل.				
31	أنسى كل ما حولي عند القيام بالتدريس.				
32	يبدو لي وكان الوقت يمر ببطء.				
المجال السادس-الخبرة الذاتية الإيجابية:					
33	خبرتي في العمل تترك لدي الثقة بالنفس.				
34	أستمتع حقا بخبراتي عند ممارسه التدريس.				
35	تجاربي تركت لي شعورًا جيدا عن مهنة التدريس.				
36	أحب الشعور بالإنجاز وتتملكني إرادة الفوز به ثانية.				