الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين

الباحثة: سوسن حسين

كلية: التربية – جامعة: دمشق

الملخص

هدف البحث الحالي إلى تعرف الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/ إناث) ومتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/منخفض)، باستخدام مقياس التدفق النفسي من إعداد (Marsh& Jackson,1996)، وتم تطبيق الأدوات على عينة الدراسة البالغة (٩٦) طالباً، وتم اختيارها بطريقة عشوائية، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي وتوصل البحث إلى النتائج التالية:

- يمتلك طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين مستوى مرتفع من التدفق النفسي.
- لا يوجد فرق دال إحصائياً في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث)، ومتغير التحصيل الدراسي (مرتفع، جيد جداً)،

وتم تقديم بعض المقترحات في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، الطالب المتفوق دراسياً.

Differences in the level of psychological flow among a sample of eighth grade students in the School of Excellence

ABSTRACT

The research aimed to identify the differences in the level of psychological flow among a sample of eighth grade students in the School of Excellence, according to gender (males/females) and academic achievement (high/low), using the psychological flow scale of (Marsh& Jackson,1996), and the tools were applied to the study sample consisted of (96) students, and they were selected in a random manner, and the descriptive approach was relied upon, and the research reached the following results:

- The eighth grade students in the School of Excellence have a high level of psychological flow.
- there is no statistically significant difference in the level of psychological flow according to the variable Gender (males, females), and academic achievement variable (high, very good).

some suggestions were presented in light of the results that were reached

Keywords: Psychological flow, Academic superior student.

مقدمة:

يعد مفهوم التدفق النفسي psychological flow من أهم المفاهيم الحديثة في علم النفس الإيجابي، حيث ظهر هذا المصطلح على يد العالم ميهالي (1975) Mihaly الذي يرى أن التدفق النفسي يتكون من تسع نقاط وهي وضوح الأهداف والاندماج والتركيز وفقدان الإحساس بالوقت أو التغذية الراجعة والتوازن بين القدرة والتحدي والإحساس بالقدرة على ضبط النشاط والإثابة الداخلية وحصر الوعي في النشاط (العبيدي ،201,2006)؛ (المرشود،2020،263).

ويشير التدفق النفسي إلى الحالة التي يستغرق فيها الفرد لكي يقوم بما يمكنه من أعمال موجهاً لها أقصى درجات الانتباه والوعي فهو خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة من خلال الانغماس في أداء المهمة لدرجة نسيان الذات (أباظة،2011، 14).

ويشبه جولمان (Golman,2000) التدفق النفسي بالشلال فعندما ينسجم الفرد في أداء المهمة بشكل تام يصبح أداؤه كالشلال المتدفق المليء بالطاقة الإيجابية ويتجنب الإصابة بالتوتر والملل. لذلك فإنّ التدفق النفسي أشبه بعملية الإشباع النفسي والسعادة النفسية الغامرة التي تتحقق للفرد عندما يعيش حالة التدفق أثناء التعامل مع مهام و أعمال تستغرق ذاته في حالة من الوله والهيام لدرجة نسيان الذات والسياق والوقت (أبو حلاوة ،12,2013).

إذ يهدف التدفق النفسي إلى تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد،، كما يمثل ظاهرة إيجابية باعتباره خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه أثناء التدبر والتفكير في حل بعض المشكلات، فيذوب في تنفيذ المهام المرتبطة بهذه المشكلات مقترناً بحالة من الابتهاج والسرور (غريب، 295,2015).

وإذا كان التدفق النفسي مهماً بشكل عام فإنه يمثل الغاية القصوى أو الدرجة النهائية في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم، فلا تُستوعب الانفعالات وتجدول

فقط، بل توظف بنشاط وإيجابية وتنسيق مع العمل الذي يباشره الطالب (صديق، 314,2009)

وللتدفق النفسي العديد من التأثيرات الإيجابية على الطالب منها تحسين التعلم والسلوك الاستكشافي، كما تحقق خبرة التدفق الكثير من الأهداف التعليمة فهي حالة انفعالية إيجابية تمثل أعلى درجة من درجات التعزيز للانفعالات التي تيسر الأداء و التعلم فضلاً عن زيادة المهارات الشخصية والشعور بالابتهاج والمتعة أثناء القيام بالأداء والاستغراق فيه. فالطلاب الذين يصلون إلى التدفق النفسي يؤدون عملهم بشكل أفضل ويصلون إلى السعادة والإقبال على الحياة بجدية وفاعلية (الأسود 57,2020).

وهو ما يتفق مع العديد من الدراسات منها (Hui-yi-chun & Hueritse Elias , Mustafa , Roslan 2016 & Noah 2010) بأن التدفق النفسي يرتبط ايجابياً بالعديد من المتغيرات المعرفية وغير المعرفية مثل الاندماج وأهداف الإنجاز وأداء التعليم والضمير والذكاء (المرشود ، 265,2020). لذلك تأتي هذه الدراسة لتعرف مستوى التدفق النفسي لدى طلاب الصف الأساسي في مدرسة المتفوقين.

مشكلة البحث:

تعد المؤسسات التعليمية من أهم المؤسسات التي تلعب دوراً بارزاً في رقي المجتمع وتقدمه لما تقدمه من أجيال يعتمد عليها مستقبلاً في بناء نهضة المجتمع الحضارية (شطب والموسوي، 2016، 52). ومن السمات والخصائص النفسية التي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بخبرة التعلم التدفق النفسي الذي يعد من المفاهيم النفسية الحديثة التي تُعنى بالطالب وتجعله يشعر بحالة نفسية جيدة وتمكنه من تحسين أدائه وهو ما يقلل من تعرضه للإصابة بالقلق، فالطالب الناجح يستعين بكل الأدوات والوسائل للبحث عن المعلومة ويخلق أجواء تجعله يندمج في المادة التي يتناولها دون النظر إلى إثابة خارجية وإنما الشيء الدافع والمحرك له داخلي مصدره استمتاعه بما يقوم به، لذلك فهو

من المفاهيم الهامة التي يجب تحسينها لدى الطلاب، إذ يعد التدفق النفسي الأداة الأكثر فاعلية في التعامل مع مشكلات الحياة، فالعقبات على اختلافها لا تحل إلا من خلال التفكير الإيجابي (دلفي ،482,2021). حيث يرتبط مفهوم التدفق بصورة واضحة بالتفاؤل وتوقع النواتج الإيجابية والإحساس بالقدرة والفاعلية الشخصية وتمنح الطالب فرصة لضبط وتنظيم وعيه، إذ يكون مندمجاً ومستغرقاً بصورة تامة في نشاط ما، مما يكون إحساساً قوياً بالرضا والسعادة وجودة حياته النفسية. (mihaly ,1990, 23)

وهذا ما أكدته دراسة (متولي، 2020) بأنّ الطلاب اللذين يتمتعون بتدفق نفسي عالي و قدرة على الاندماج بالشكل الكامل بخبراتهم التعليمية كانوا أكثر تفوقاً و إنجازاً في التحصيل الدراسي مقارنةً مع الطلاب الاخرين. في حين أكدت دراسة (Dietzdal , 2007) أنّ عدم تدفق الفرد يرتبط بآثار سلبية متمثلة في انخفاض مستوى كل من فاعلية الذات والدافعية الذاتية والمثابرة و الجهد و التسويف بالإضافة إلى ارتفاع مستوى التوجه لتجنب الأداء والقلق المتزايد.

ولكن من خلال خبرة الباحثة واستطلاع أراء وإجراء مقابلات مع عدد من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدينة طرطوس وجدت أنّه يجب الاهتمام بمفهوم التدفق النفسي لدى الطلاب وتحليله وتوضيح أبعاده وزيادة الاهتمام البحثي به باعتباره يمكّن الطلاب بشكل عام والمتفوقين منهم بشكل خاص من تبني أهداف واضحة والاندماج في المهام والإحساس بالضبط والسيطرة والاستمتاع الذاتي والتوازن بين التحديات والمهارات، ونظراً لقلة الدراسات السابقة التي تناولت التدفق النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية وعلاقته ببعض المتغيرات كالتفوق الدراسي وذلك في حدود علم الباحثة، لذلك كان لابد من تكوين تصور واضح عن التدفق النفسي لدى الطلاب المتفوقين من الصف الثامن الأساسي وعلاقته ببعض المتغيرات، ومن هنا تكمن مشكلة البحث في السؤال الآتي: **ما مستوى التدفق لنفسي لدى طلاب الصف الأساسي في مدرسة المتفوقين؟**

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث في النقاط الآتية:

- **أهمية نظرية**

- تناولت الدراسة الحالية مفهوم مهم ينتمي إلى علم النفس الإيجابي وهو التدفق النفسي باعتباره من أهم المفاهيم التي لها تأثيرات إيجابية في حياة الانسان .
- يعد التدفق النفسي مهارة ضرورية للطلبة ليصبحوا فاعلين للمحتوى التعليمي والدراسي.
- أهمية المرحلة العمرية التي تناولتها الدراسة الحالية و التي تمثل مرحلة حرجة يتعرض فيها الطالب إلى الكثير من المواقف الضاغطة والصعوبات التي تؤثر على إنجازهم وتحصيلهم الدراسي.
- قلة الدراسات العربية التي تناولت مفهوم التدفق عند طلاب المرحلة الإعدادية وعلاقته ببعض المتغيرات ومنها التفوق الدراسي

- **أهمية تطبيقية:**

- يمكن أن تفيد الدراسة في إعداد دورات تدريبية تهدف إلى تنمية بعض المتغيرات النفسية الإيجابية لدى الطالب والتي تساعده في تفاعله مع الآخرين بشكل عام.
- الاستفادة من نتائج الدراسة في إعداد برنامج ودورات تدريبية للطلاب موضوع الدراسة على التدفق النفسي وكيفية توظيفه إيجابياً على كافة أنشطة وسلوك وعمليات التعلم لدى الطالب.
- فتح المجال أمام الباحثين لمزيد من البحوث في هذا المجال المهم الذي له دور بارز في توجيه سلوك الطلاب وتحقيق تكيفهم.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى تعرف:

- مستوى التدفق لنفسي لدى طلاب الصف الأساسي في مدرسة المتفوقين.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/جيد جداً).

أسئلة البحث:

- ما مستوى التدفق لنفسي لدى طلاب الصف الأساسي في مدرسة المتفوقين؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/جيد جداً)؟

فرضيات البحث:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث في التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث).
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/جيد جداً).

حدود البحث:

الحدود الزمنية: العام الدراسي 2023/2022

الحدود البشرية والمكانية: عينة من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين.

الحدود الموضوعية: الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين

مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

- **التدفق النفسي:** الاستغراق التام أو الانشغال بالأداء، وسرعة الأداء، والوصول إلى مستوى عال من الأداء، والشعور بالسعادة، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف و التعلم ودقة الأداء (أحمد وعبد الجواد، 2012). **ويُعرف إجرائياً بأنه:** الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التجول العقلي المستخدم في البحث الحالي.

- **الطالب المتفوق دراسياً:** هو طالب الصف الثامن الأساسي المسجل في مدرسة المتفوقين للعام الدراسي 2023/2022 وذلك وفق شروط القبول في مدارس المتفوقين في الجمهورية العربية السورية.

الإطار النظري:

التدفق النفسي: استعمل مفهوم التدفق النفسي كتشبيه بتدفق تيار الماء إذ أن المعنى السيكولوجي للتدفق يشير إلى اندماج الفرد في النشاط وانسياب حركاته وأدائه في هذا النشاط مثل الطريقة التي يتدفق فيها تيار الماء كما وصف التدفق النفسي والذي سمي بعض الأحيان بالخبرة المثلى استعارة من وصف الفيض المغناطيسي، فكما تنتظم خطوط المجال المغناطيسي بحالة مستمرة من الحركة، فإنّ الطاقة الروحية للفرد في حالة التدفق تتكون من مجالات حركية وادراكية وانفعالية، ومصطلح التدفق النفسي من أهم المصطلحات ضمن مجال علم النفس الإيجابي، ومن أهم المفاهيم الرائجة في هذا المجال والذي يصل فيه الفرد إلى أعلى توظيف للطاقة لديه والتركيز الكلي (شطب وموسوي،2016، 56-57).

ويعرف(ميهالي، 1990) التدفق النفسي بأنه حالة الانغماس الكامل للذات في نشاط ما، أو هو التركيز على الحالة العقلية الإجرائية عندما يؤدي الفرد نشاطاً، وهو في استغراق كامل وتركيز شعوري نشط، ومشاركة كاملة، فضلا عن التمتع بهذه العملية من النشاط (صالح،148، 2018).

وقد أضاف (ميهالي، 1995) تعريفا آخراً للتدفق بأنه حالة ينسى فيها المرء ذاته، ويتطاير الزمن من بين يديه دون الشعور به، وتندمج شخصيته فيها، بحيث يوظف الفرد كل قدراته وإمكانياته ومهاراته إلى أقصى حد ممكن، وهي بهذا المعنى تمثل حالة التدفق أعلى تجليات الصحة النفسية (أبو حلاوة، 2013 ، 13).

كما تناول (Norman,1996) حالة التدفق ورأى أنها تقابل كل الناس، وفيها يكون الشخص وكأنه في حالة غيبوبة وعدم وعي بالذات، فهو يؤدي نشاطه أوتوماتيكيا وبتلقائية دون وعي بالعالم الخارجي، وينغمس بالكامل فيه، مع عدم تأثير الظروف

الخارجية كالضوضاء، وتنحصر كل حالات تشتيت الانتباه مع الشعور بالمتعة والبهجة (الرويلي، 2019 ، 116).

ويرى جولمان (2000) أنّ تدفق المشاعر حالة من حالات نسيان الذات، عكس التأمل والاجترار والقلق، فإذا وصل الإنسان إلى حالة تدفق المشاعر، يستغرق تماماً في العمل الذي يقوم به، إلى الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تماما (جولمان، 2000، 136).

وقد ميزت بعض الدراسات بين مفاهيم التدفق النفسي، وحالة التدفق، وخبرة التدفق، نوجزها فيما يلي: **التدفق النفسي:** وهو 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 من الأداء الإيجابي المليء بالطاقة، والتي تقي الفرد 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 (عبده وعثمان،2018، 6).

كما يعد التدفق النفسي عملية تتضمن شقين هما: اتزان الفرد مع نفسه، أو تناغمه مع ذاته تحرره من التوتر والقلق، ثم انسجام الفرد مع ظروف بيئته المادية (الرويلي، 2019 ، 116) .

نظرية التدفق النفسي (ميهالي، 1975): انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الأصل ميهالي (1975) mihaly أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأشخاص بالولايات المتحدة الأمريكية، وكوريا، واليابان، وتايلاند، أستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث أشركهم في مجموعة من الأنشطة، ولم يجد "ميهالي" وصفاً أقرب للتعبير عن ما عبر عنه هؤلاء الناس إلى تشبيه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، وعلى هذا الأساس أطلق عليه مصطلح التدفق النفسي(موسوي وشطب، 2016 ، 57).

وطبقاً لنظرية التدفق، فإنّ الأنشطة تكون أكثر إمتاعاً حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد، فإذا كان النشاط سهلاً للغاية سينتج الملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق، أما حين يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيز شديد، وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تماماً، ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة (مؤمن، 2004، 430).

وقد استخلص "ميهالي" من إجابة الأشخاص الذين قابلهم، تسعة تصورات أو أبعاد رئيسة للتدفق هي (mihaly,1990, 3):

1 – الأهداف الواضحة: وضع الفرد أهدافاً واضحة وقابلة للإنجاز في ضوء قدراته ومهاراته الشخصية.

2 – الاندماج والتركيز: وهو اندماج الشخص في نشط معين وتركيزه الشديد فيه وانغماسه التام.

3 – فقدان الإحساس بالوعي بالذات، اندماج الفعل في الوعي: وهو فقدان الوعي بالذات أي عدم الاهتمام بالماضي أو المستقبل أو أي مثيرات أخرى غير ذي صلة بالنشاط.

4 – نشوة الإحساس بالوقت: وهو تغير الإحساس الداخلي بالوقت إما بسرعة مرور الوقت أو ببطء مروره.

5 – تغذية راجعة مباشرة وفورية: وهو وضوح النجاح والفشل في مسار النشاط وهي مهمة جدا لتوفير معلومات حول الأداء المراد تحقيقه.

6 – التوازن بين القدرة والتحدي أو الصعوبة : وهو توازن بين تحديات الموقف والمهارات الشخصية المطلوبة.

7 – إحساس الفرد بالقدرة على التحكم بالموقف أو النشاط: إحساس الفرد بقدرته على ضبط الموقف أو النشاط أو إمكانية التحكم والسيطرة.

8 – الإثابة الداخلية للنشاط: بمعنى أن النشاط الذي يقوم به الفرد في حالة التدفق النفسي يحصل على مكافآت ذاتية داخلية بدلاً من المكافآت ذات المصدر الخارجي في صورة الفرح أو المتعة.

9 – الاستمتاع الذاتي: والذي يشير إلى أن خبرات إثابة داخلية يشعر بها الفرد عند القيام بعمل، أو أداء نشاط، وإنجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته، دون انتظار الإثابة من الخارج.

وقد تضمن مفهوم التدفق النفسي بعض المضامين الإيجابية، منها:

- **التركيز المعرفي:** ويقصد به القدرة على ترتيب أولويات العمل وتركيز الانتباه، بحيث يتطلب ذلك تجاهل معلومات غير ذات صلة بالموضوع المراد إنجازه.
- **الطلاقة النفسية:** ويقصد بها التهيئة النفسية التي يستطيع بها الفرد تحقيق أفضل أداء، وتشمل الجانب الإيجابي من الطاقة النفسية للفرد، التي تدفعه إلى بذل الجهد للوصول إلى أفضل أداء(عبده وعثمان، 2018، 5).
- **الخبرة المثلى:** يرتبط مفهوم التدفق بمفهوم آخر صاغه (ميهالي، 1997) وهو مفهوم الخبرة المثلى أو الأفضل: وتعني إحساس الفرد بأنّ مهاراته مناسبة للتوافق أو مواجهة التحديات التي تعترضه في توجهه للهدف، وفي مساره لنظام الفعل، بما يوفر له هاديات أو قرائن إرشادية لمدى جودة أدائه، أو تفاعلاته في مواجهة هذه التحديات وتوافر مثل هذا الإحساس يفضي إلى حالة من التركيز التام في واقع الأمر على مواجهة التحدي، بما لا يترك مجالاً للتفكير في أي شيء آخر، أو القلق من أي مشاكل، وهنا يختفي انشغال المرء بذاته، أو وعيه وتنبهه لذاته، ويصبح إحساسه بالوقت مشوشاً أو مضطربا نتيجة الاندماج التام في المهام (أبو حلاوة، 2013، 23) .

ويرى ميهالي (1997) أن توفر مستوى التحدي المناسب سيسهل الدخول في حالة الانغماس المطلوبة، وهناك ثلاث عوامل للدخول في هذه الحالة؛ وهي (mihaly,1997, 8):

- توفر هدف يوضح مقدار التقدم.
- توفر تغذية راجعة فورية.
- توفر مستوى تحدي مناسب في العمل.

دراسات سابقة:

دراسة والن (1997) : Whalen Assessing flow experience in highly able adolescent learners تقييم خبرة التدفق لدى المراهقين المتفوقين هدفت الدراسة إلى اختبار بعض الأنشطة التي تجعل الفرد لديه خبرة التدفق وكذلك تلخيص الخصائص السيكومترية للأداة المستخدمة لقياس التدفق وتكونت عينة الدراسة من (251) طالباً موهوباً ومتفوقاً أكاديمياً وتكونت الأداة من مقياس أعد لهذه الدراسة وأسفرت النتائج عن مدى صدق هذه الأداة في قياس خبرة التدفق من خلال الأنشطة التي تم تحديدها ولها تأثير في حدوث ذلك.

دراسة أحمد وعبد الجواد (2012) التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي كمنبئات بأبعاد التدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسياً من الطلاب الجامعيين هدفت الدراسة إلى التعرف على إسهام كل من التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى عينة من المتفوقين دراسياً من الطلاب الجامعيين. ولقد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي التحليلي، وقد تكونت عينة الدراسة من (130) طالباً وطالبة من كلية التربية بجامعة المنيا من جميع الأقسام العلمية والأدبية، وتم استخدام مقياس التدفق النفسي ومقياس التفكير الإيجابي ومقياس السلوك التوكيدي واختبار الذكاء اللفظي للمرحلة الثانوية والجامعية وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم جود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة في التدفق النفسي و أبعاده. وعدم وجدود فروق ذات دلالة إحصائية بدين الذكور والإناث من عينة الدراسة في التفكير الإيجابي وأبعاده. وعدم وجدود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة الدراسة فدى السلوك التوكيدي وأبعاده. ووجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين درجات عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي ودرجاته على مقياس التفكير الإيجابي ومقياس السلوك التوكيدي، وأسهمت درجات التفكير الإيجابي والسلوك التوكيدي لدى عينة الدراسة في التنبؤ بدرجاته في التدفق النفسي.

دراسة العكيلي والمحمداوي (2015) بعنوان التدفق النفسي لدى طلبة الثانوية المتميزين وعلاقته بتنظيم الذات لديهم هدف البحث إلى تعرف التدفق النفسي لدى

الطلبة المتميزين والفروق في التدفق النفسي وفق متغير الجنس (ذكور، إناث) وتنظيم الذات لدى الطلبة المتميزين والفروق في تنظيم الذات وفق متغير الجنس وطبيعة العلاقة الارتباطية بين متغيرات التدفق النفسي وتنظيم الذات، وتألفت عينة البحث من (314) طالباً وطالبة من طلبة المدارس الثانوية المتميزين في تربية بغداد (الكرخ ، الرصافة) تم تطبيق مقياسي البحث (التدفق النفسي، تنظيم الذات)، وأظهرت نتائج البحث أنّ الطلبة يتمتعون بالتدفق النفسي وتنظيم الذات ويوجد فرق معنوي دال إحصائياً تبعاً لمتغير الجنس في التدفق النفسي وتنظيم الذات لصالح الذكور وجود علاقة ارتباطية موجبة بين متغير (التدفق النفسي) ومتغير (تنظيم الذات) لدى طلبة المدارس الثانوية المتميزين.

دراسة زكي والنواب (2017) بعنوان التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة هدف البحث إلى تعرف التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة من جامعة بغداد وتألفت عينة البحث من (400) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم استخدام مقياس التدفق النفسي لـ (Marsh& Jackson,1996) ترجمة وتعريف (العكيلي والمحمداوي، 2015) وقد أظهرت نتائج البحث أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتدفق النفسي ، مقارنة بمتوسط المجتمع الذي ينتمون إليه.

دراسة الصوافي (2019) التدفق النفسي وعلاقته بقلق الاختبار– دراسة ميدانية على طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس محافظة شمال الشرقية بسلطنة عمان هدفت الدراسة لفحص علاقة التدفق النفسي بقلق الامتحان لدى عينة من طلبة الصف التاسع في مدارس محافظة شمال الشرقية، وقد تكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي ومستوى قلق الاختبار لدى عينة الدراسة، كما سعت الدراسة لاستكشاف إمكانية التنبؤ بمستوى التدفق النفسي من خلال أبعاد قلق الاختبار. ولتحديد الفروق في التدفق النفسي وقلق الاختبار تبعاً لمتغير النوع (ذكور–إناث)، ولغايات جمع بيانات الدراسة تم تطبيق مقياس التدفق النفسي ومقياس قلق الاختبار بعد التأكد من صدقها وثباتها. وأسفرت الدراسة أنّ مستوى كل من التدفق النفسي وقلق الاختبار لدى عينة الدراسة كان متوسطاً، وأظهرت نتائج تحليل الانحدار الخطي المتعدد

أن البعد المعرفي هو المتنبئ الدال الوحيد والذي أسهم بنسبة (3,6%) في تفسير التباين في درجات الطلبة على مقياس التدفق النفسي.

دراسة عبد الحليم (2021) الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وقلق المستقبل في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى طلاب مدرسة المتفوقين الثانوية في العلوم والتكنولوجيا هدفت الدراسة إلى المقارنة بين الذكور والاناث في درجات التدفق النفسي لدى طلاب مدرسة المتفوقين الثانوية في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات ومعرفة الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وقلق المستقبل في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى طلاب مدرسة المتفوقين الثانوية في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، وتكونت عينة الدراسة من (200) طالباً وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدمت مقاييس الذكاء الوجداني (عثمان ورزق،2001) ومقياس قلق المستقبل(المشيخي، 2009) ومقياس التدفق النفسي (أباظة، 2011) وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والاناث في متوسط الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي ويسهم بعدي الذكاء الوجداني الأول (إدارة الانفعالات) والثالث (تنظيم الانفعالات) في التنبؤ بالتدفق النفسي.

تعقيب على الدراسات السابقة:

تبرز أهمية البحث ومكانته في أنه ينطلق من ضرورة تعرف الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين، وهي بذلك تختلف عن الدراسات السابقة من حيث العينة المستخدمة وكذلك تناول البحث الحالي الفروق في التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث) والتحصيل الدراسي (مرتفع/منخفض)، ويتفق البحث الحالي مع العديد من الدراسات السابقة من حيث المنهج المستخدم وهو المنهج الوصفي، كما تم الاستفادة من أغلب الدراسات السابقة في تحديد متغيرات البحث وبناء الإطار النظري واختيار أدوات البحث وتحديد إجراءاته وأساليبه الإحصائية.

منهجية البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي، وهو مجموعة الإجراءات البحثية التي تتكامل لوصف الظاهرة أو الموضوع اعتماداً على جمع الحقائق والبيانات وتصنيفها ومعالجتها

وتحليلها تحليلاً كافياً ودقيقاً؛ لاستخلاص دلالتها والوصول إلى نتائج أو تعميمات عن الظاهرة أو الموضوع محل البحث". (الرشيدي، 2000، ص59)

مجتمع وعينة البحث:

تكون مجتمع الدراسة من (3120) طالباً وطالبةً من طلاب الصف الثامن الأساسي في مدينة طرطوس للعام الدراسي 2023/2022 وتكونت عينة الدراسة من (96) طالباً وطالبةً تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

أداة البحث:

مقياس التدفق النفسي: استخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي من إعداد (Marsh& Jackson,1996) ترجمة وتعريف (العكيلي والمحمداوي، 2015) وذلك بعد الاطلاع على فقراته وعرضها على المحكمين للتأكد من صلاحيتها وملاءمتها لأهداف وموضوع البحث الحالي، والمؤلفة من (٣٣) فقرة، والموزعة على تسعة محاور هي: (التوازن بين التحدي والمهارة، أهداف واضحة، تركيز في مهمة، غياب الوعي بالذات، الاستمتاع الذاتي، اندماج الوعي بالفعل، تغذية راجعة غير غامضة، إحساس بالضبط أو السيطرة، الإحساس بمرور الوقت). وكان تدرج الإجابة يعتمد سلم ليكرت الثلاثي (لا– أحياناً– نعم) ودرجات الإجابة تتراوح بين (3–1) من أعلى درجة إلى أدنى درجة وتعكس الدرجات في حال الفقرات السلبية.

أ – صدق المقياس:

- **الصدق الظاهري:**

اعتمدت الباحثة الصدق الظاهري، وذلك بعرض المقياس على (5) محكمين متخصصين في مجال التربية وعلم النفس من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية في جامعة طرطوس لإبداء آرائهم في صلاحية الفقرات، وبعد الأخذ بآرائهم تم حذف وتعديل صياغة بعض الفقرات، وأصبح عددها (٣٣) فقرة.

- **الصدق الداخلي:**

قامت الباحثة بحساب الصدق الداخلي للمقياس من خلال إيجاد معامل الارتباط بيرسون بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس، وفق الجدول رقم (1):

جدول (1) معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية للمقياس وكل محور من محاوره

المحور		الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع
المقياس ككل	بيرسون	.634**	.438**	.368**	.535**	.443**	.360**	.249*	.351**	.410**
	الدلالة	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000

نلاحظ مما سبق أنّ هناك ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس.

ب- **ثبات المقياس:** تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ، وبلغت قيمة معامل الثبات (.310) وهي قيمة جيدة وتدل على ثبات المقياس.

المعالجة الإحصائية:

استُخدِمت الأساليب الإحصائية الآتية:

- معامل الثبات (ألفا كرونباخ).
- الإحصاءات الوصفية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والتكرارات.
- معامل الارتباط الخطي بيرسون.
- اختبار T لعينتين مستقلتين

وذلك اعتماداً على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم لنفسية والتربوية (SPSS) للقيام بعملية التحليل الإحصائي وتحقيق الأهداف الموضوعة في إطار هذا البحث، كما تم استخدام مستوى دلالة (5%)، ويُعد مستوى مقبول في العلوم النفسية والتربوية بصفة عامة.

عرض النتائج والمناقشة:

1- **نتيجة السؤال الأول:** للإجابة عن هذا السؤال، قامت الباحثة بإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن كل فقرة من فقرات المقياس ومحاوره والدرجة الكلية للمقياس، وتم حساب مستوى التجول العقلي (منخفض، أو متوسط، أو مرتفع) من خلال معيار الحكم على متوسط الاستجابات وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي:

المعيار = (درجة الاستجابة العليا – درجة الاستجابة الدنيا)÷عدد فئات الاستجابة

المعيار = (3–1)÷3 = 0.66

– وبناءً عليه تكون الدرجات على النحو الآتي:

1–1.66 (منخفض)

1.67–2.33 (متوسط)

2.34–3 (مرتفع) وكانت النتائج كما في الجدول (2):

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي ومحاوره

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	أتحدى الصعاب وأعتقد أن مهارتي تمكنني من مواجهتها.	2.6771	.47005	مرتفع
2	أدرك أن قدراتي تتناسب وصعوبات المواقف التي أواجهها.	2.6250	.54772	مرتفع
3	أشعر بأنني كفء للقيام بالواجبات الكبيرة.	2.4792	.68023	مرتفع
4	أشعر بالتوازن بين مهارتي الشخصية وما أواجه من تحديات	2.3646	.61763	مرتفع
	التوازن بين التحدي والمهارة	**2.5365**	**.29240**	**مرتفع**
5	أتصرف على نحو صحيح دون التفكير بمحاولة القيام بذلك.	2.4688	.59742	مرتفع
6	أشعر بأن الأشياء تحدث تلقائياً.	2.5625	.59493	مرتفع
7	أنجز واجباتي تلقائياً دون تفكير.	2.3542	.52273	مرتفع
	اندماج الوعي بالفعل	**2.4618**	**.35989**	**مرتفع**
8	أعمل الأشياء التي أحبها دون تردد.	2.8229	.38374	مرتفع

9	أملك إحساساً قوياً بالنجاح في تنفيذ ما خططت له.	2.6771	.47005	مرتفع
10	أعرف جيداً الأهداف التي أنوي تحقيقها.	2.7292	.55211	مرتفع
11	أحدد أهدافي بشكل واضح.	2.5729	.53793	مرتفع
	أهداف واضحة	**2.7005**	**.27773**	**مرتفع**
12	أدرك أنني مستمر في تطوير أدائي الدراسي.	2.7396	.44117	مرتفع
13	أعلم جيداً كيفية تأدية واجباتي ونشاطاتي اليومية.	2.4792	.69554	مرتفع
14	يتملكني شعور جيد عندما أقوم بأداء واجباتي بشكل جيد	2.6771	.53301	مرتفع
15	أدرك أن نشاطي جيد من خلال دقة إنجازه.	2.7813	.41557	مرتفع
	تغذية راجعة غير غامضة	**2.6693**	**.26030**	**مرتفع**
16	أركز انتباهي على ما أقوم به من دراسة.	2.6979	.46157	مرتفع
17	أتمتع بالثبات الذهني فيما يحدث لي دون بذل أي جهد	2.3542	.73955	مرتفع
18	يتملكني تركيز عال حينما أقوم بنشاط هادف.	2.5312	.67983	مرتفع
19	أصرف ذهني كلياً عما يحدث حولي والتركيز على واجباتي.	2.3542	.69554	مرتفع
	تركيز في مهمة	**2.4844**	**.28977**	**مرتفع**
20	لدي قدرة للسيطرة على ما أقوم به من واجبات	2.5104	.50252	مرتفع
21	أشعر أنني أستطيع حل المشكلات التي تواجهني.	2.4896	.61550	مرتفع
22	أضبط تصرفاتي على نحو تام.	2.1771	.73977	متوسط

	إحساس بالضبط أو السيطرة	**2.3924**	**.41322**	**مرتفع**
23	أتجاهل التفكير في تقييم الآخرين لي.	2.3958	.67245	مرتفع
24	أقلق بما يفكر به الآخرون عني.	2.2604	.75735	متوسط
25	أهتم بما يقوله الآخرون عني.	2.5937	.60833	مرتفع
	غياب الوعي بالذات	**2.4167**	**.42440**	**مرتفع**
26	أتجاهل الوقت وأنا مستغرق في الدراسة.	2.4167	.70587	مرتفع
27	أحس بأن الوقت يمر بطيئا عندما أنتظر شيئاً ما	2.4792	.63211	مرتفع
28	أشعر بأن الوقت يمر سريعاً عندما أكون منهمكاً في الدراسة.	2.5208	.50783	مرتفع
29	أشعر بعدم وجود قيمة للوقت.	2.3750	.59788	مرتفع
	الإحساس بمرور الوقت	**2.4479**	**.29894**	**مرتفع**
30	استمتع حقاً بخبراتي.	2.7396	.44117	مرتفع
31	أحب الشعور بالإنجاز وتتملكني إرادة الفوز به ثانيةً	2.7292	.44672	مرتفع
32	أجد أن تفوقي ترك لي شعور كبير بالبهجة.	2.7500	.43529	مرتفع
33	أستمتع بنجاحي وأعتبره مُرضياً للغاية.	2.7187	.45197	مرتفع
	الاستمتاع الذاتي	**2.7344**	**.25343**	**مرتفع**
الدرجة النهائية للمقياس ككل		**2.5486**	**.12029**	**مرتفع**

يتبين من الجدول السابق أنّ مستوى التدفق النفسي لدى طلاب الصف الثامن الأساسي في مدرسة المتفوقين كان مرتفعاً بمتوسط حسابي **(2.5486)** وانحراف معياري **(.12029)**، كما جاءت جميع محاور المقياس بمستوى مرتفع، وتعزو الباحثة هذه

النتيجة إلى أنه طبقاً لنظرية التدفق، فإنّ الأنشطة تكون أكثر إمتاعاً حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد، فإذا كان النشاط سهلاً للغاية سينتج الملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق، أما حين يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيز شديد، وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تماماً، ينتج عن ذلك خبرة متدفقة ممتعة. ومما لا شك به أنّ البيئة التعليمية في مدارس المتفوقين تراعي المستوى العقلي والنفسي للطلاب وتسعى إلى اندماج الطلاب في أنشطة مليئة بالطاقة والحيوية وتتضمن مهارات وقدرات تتناسب مع قدراتهم الفكرية وتراعي خصائصهم النفسية كما أنّ تنوع الوسائل والتقنيات التعليمية تساعدهم على صرف الانتباه تجاه المهام الموكلة إليهم مع غياب الشعور بالزمن، وزيادة النشوة والابتهاج وبالتالي الوصول إلى حالة التدفق النفسي.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العكيلي والمحمداوي (2015) ودراسة زكي والنواب (2017) التي أظهرت أنّ أفراد عينة الدراسة يتمتعون بالتدفق النفسي وربما يعود التشابه إلى التشابه في الأداة المستخدمة، وتختلف عن دراسة الصوفي (2019) التي أظهرت أنّ مستوى التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة كان متوسطاً، وربما يعود سبب الاختلاف إلى اختلاف مجتمع وعينة الدراسة.

- **نتيجة السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث)؟**

للإجابة عن هذا السؤال تمّ وضع الفرضية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور/إناث).

وللتحقق من صحة الفرضية تم إجراء اختبارt لعينتين مستقلتين (ذكور/ إناث)، ويظهر الجدول (3) نتيجة هذا السؤال:

الجدول (3) نتائج اختبار (ت) لأثر الجنس في مستوى التدفق النفسي لدى طلاب الصف الثامن الأساسي

	الجنس	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مؤشر الاختبار (t)	مستوى الدلالة
مستوى التدفق النفسي	ذكور	54	2.5426	.13047	-.549-	.585
	إناث	42	2.5563	.10684		

يتبين من الجدول (3) أنّ مستوى الدلالة(0.585) أكبر من (0.05) وبالتالي لا يوجد فرق دال إحصائياً في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث). مما يدل على أن الطلاب والطالبات من المتفوقين لديهم درجات متقاربة في أبعاد التدفق النفسي، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ الطلاب والطالبات من المتفوقين لديهم بعض السمات المشتركة بين الجنسين وخاصة فيما يتعلق بالسمات الشخصية العقلية والنفسية والفيزيولوجية المتقاربة، حيث أن فئة المتفوقين لديهم قدرات وإمكانات تمكنهم من المثابرة والتركيز وبذل الجهد ووضوح الأهداف والاستمتاع الذاتي وإدارة انفعالاتهم بشكل إيجابي وسليم وغيرها من السمات التي ساعدتهم في الوصول إلى هذه الدرجة من التفوق وبالتالي تنعكس بشكل عام على مستوى التدفق النفسي لديهم. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة أحمد وعبد الجواد(2012) التي أظهرت عدم وجود فروق في التدفق النفسي تبعاً لمتغير الجنس، بينما تختلف عن نتيجة دراسة العكيلي والمحمداوي(2015) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً لصالح الذكور، وربما يعود سبب الاختلاف إلى اختلاف مجتمع وعينة الدراسة.

- **نتيجة السؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/جيد جداً)؟**

للإجابة عن هذا السؤال تمّ وضع الفرضية الآتية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس التدفق النفسي وفقاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع/جيد جداً).

وللتحقق من صحة الفرضية تم إجراء اختبار t لعينتين مستقلتين (مرتفع/ جيد جداً)، ويظهر الجدول (4) نتيجة هذا السؤال:

الجدول (4) نتائج اختبار (ت) لأثر التحصيل الدراسي في مستوى التدفق النفسي لدى عينة الدراسة

	التحصيل الدراسي	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مؤشر الاختبار (t)	مستوى الدلالة
مستوى التدفق النفسي	مرتفع	46	2.5540	.11422	.421	.675
	جيد جدا	50	2.5436	.12657		

يتبين من الجدول (4) أنّ مستوى الدلالة(0.675) أكبر من (0.05) وبالتالي لا يوجد فرق دال إحصائياً في التدفق النفسي تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي (مرتفع، جيد جداً). وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى أنّ فئة المتفوقين تتمتع بعدد من السمات التي تميزها عن غيرها كالمثابرة والتركيز على المهمة وإن كانت الفروق في التحصيل الا انها تظل ضمن فئة المتفوقين دراسيا حيث ان التدفق النفسي يرتبط ببعض المؤشرات الموجودة لدى المتفوقين دراسيا فهو حالة يصل اليها الطالب بعد التركيز على المهمة والمثابرة والشعور بالسعادة والتفكير الايجابي وكل هذه العوامل تؤثر بدورها في وصوله الى حالة التدفق النفسي

المقترحات:

1- إقامة ندوات ومحاضرات للمعلمين والطلاب للتعرف إلى مفهوم التدفق النفسي وأبعاده وأهمية توظيفه بالشكل الأمثل في تطوير العملية التعليمية.
2- إقامة دورات تدريبية حول مفهوم التدفق النفسي، وإكساب الطلاب مهارات التدفق النفسي في مختلف المواقف التعليمية التعلمية ومجالات الحياة.
3- إجراء بحث للكشف عن علاقة التدفق النفسي باليقظة العقلية.
4- إجراء بحث للتعرف على العوامل المؤثرة في التدفق النفسي.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- الأسود، مهرية (2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح، مجلة العلوم النفسية والتربوية، م6، ع1.
- أباظة، آمال عبد السميع (2011). مقياس التدفق النفسي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- أبو حلاوة، محمد السيد (2012). حالة التدفق النفسي المفهوم الأبعاد والقياس، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية، ع29.
- جولمان، دانيال(2000). الذكاء العاطفي، ترجمة: صفاء الاعسر، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.
- دلفي، مي مصدق(2020). التدفق وعلاقته بالكبرياء لدى طلبة المرحلة المتوسطة، مجلة الجامعة العراقية، ع56، ج1.
- الرشيدي، بشير(2000). مناهج البحث التربوي: رؤية تطبيقية مبسطة، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- الرويلي، النشمي(2012). اليقظة العقلية والمرونة والتدفق النفسي لدى المرشدين الطلابيين في محافظة طريف المملكة العربية السعودية ، دراسة مقارنة بين المرشدين الجدد والقدامى.
- زكي، ألق؛ النواب، ناجي(2017). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، مركز البحوث النفسية، ع28، ج2، 983-1024.
- شطب، حيدر؛ الموسوي، عبد العزيز(2016). التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية، جامعة الكوفة، ع18، السنة العاشرة، 51-92.
- صالح، علي عبد الرحيم؛ العبودي، طارق(2018). علم النفس الإيجابي، دار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان.

- صديق، محمد(2009). التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة، دراسات نفسية، 19(2).
- الصوافي، محمد(2019). التدفق النفسي وعلاقته بقلق الاختبار دراسة ميدانية على طلبة الصف التاسع في مدارس محافظة شمال الشرقية – سلطنة عمان، المجلة الالكترونية الشاملة متعددة التخصصات، ع15، 1–22.
- متولي، فكري(2020). المعتقدات المعرفية وتوجهات الهدف وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى الطلاب المتفوقين دراسياً– مقارنتهم بالعاديين بالمرحلة الثانوية، المجلة التربوية ، مقالة٥، م٧٨.
- المرشود، جوهرة(2020). فعالية برنامج إثرائي في تنمية التدفق النفسي والتفكير المفعم بالأمل لدى عينة من طالبات كلية التربية، جامعة القصيم، مجلة العلوم التربوية، ع29، ج1.
- عبد الحليم، أحمد سامي(2021). الإسهام النسبي للذكاء الوجداني وقلق المستقبل في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى طلاب مدرسة المتفوقين الثانوية في العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، مجلة كلية التربية بالإسماعيلية، ع51، 1–40.
- عبده ، عبد الهادي؛ عثمان، فاروق(2018). مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- العبيدي، عفراء ابراهيم(2016). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي، مجلة الأستاذ، المؤتمر العلمي الرابع، جامعة بغداد.
- العكيلي، جبار؛ المحمداوي، هاشم(2015). التدفق النفسي لدى طلبة الثانوية المتميزين وعلاقته بتنظيم الذات لديهم، مجلة كلية التربية، جامعة المستنصرية، ع4، 379– 414.

المراجع الأجنبية:

- DIETZ, f; HOFER, M; FRIES, S. (2007). Individual values, learning, routines and academic procrastination, British journal educational psychology.
- WHALEN, S.P(1997). Assessing flow experience in highly able adolescent learners, the annual meeting at the American educational research association, Chicago.
- MIHALY, M(1990). Creativity flow and psychology of discovery and invention, New York, Harper Colins.
- MIHALY, M(1997). Finding flow the psychology optimal experience engagement with everyday life, New York, basic books.

المراجع العربية باللغة الإنكليزية:

-Al ASWAD, M.(2020). Psychological flow among the students of Kasdi Merbah University, Journal of Psychological and Educational Sciences, Vol. 6, Vol. 1.

-ABAZA, A.(2011). Psychological Flow Meter, Anglo-Egyptian Library, Cairo.

-ABU HALAWA, M.(2012). Psychological flow state, concept dimensions and measurement, Psychological Science Network e-book, p. 29.

-GOLMAN, D.(2000). Emotional Intelligence, translated by: Safa Al-Assar, The National Council for Culture, Arts and Letters, Kuwait.

- DELFI, M. (2020). Flow and its relationship to pride among middle school students, Iraqi University Journal, p. 56, vol. 1.

-Al-RASHIDI, B.(2000). Educational Research Methods: A Simplified Applied Vision, Dar Al-Kitab Al-Hadith, Kuwait.

-Al-RUAILLI, A.(2012). Mental alertness, flexibility, and psychological flow among student counselors in Turaif Governorate, Saudi Arabia, a comparative study between new and old counselors.

- ZAKI, A, and Al-NAWAB, N.(2017). Psychological flow among university students, Psychological Research Center, No. 28, C2, 983-1024.

-SHUTB, H, and Al-MOUSSAWI, A. (2016). Psychological flow according to positive thinking among university students, Journal of the College of Education for Girls for Human Sciences, University of Kufa, No. 18, Tenth Year, 51-92.

- SALEH, A, and Al-ABOUDI, T. (2018). Positive Psychology, House of Methodology for Publishing and Distribution, Amman.

-SIDDIQ, M. (2009). Flow and its relationship to some psychological factors among university students, Psychological Studies, 19(2).

- Al-SAWAFI, M. (2019). Psychological flow and its relationship to test anxiety, a field study on ninth grade students in the schools of North Al Sharqiyah Governorate - Sultanate of Oman, The Comprehensive Multidisciplinary Electronic Journal, Vol. 15, 1-22.

-METWALLY, F. (2020). Cognitive beliefs, goal orientations and their relationship to psychological flow among academically superior students - comparing them to ordinary students at the secondary stage, the educational magazine, article 5, vol. 78.

-Al-MARSHOUD, J. (2020). The effectiveness of an enrichment program in developing psychological flow and hopeful thinking among a sample of female students of the College of Education, Qassim University, Journal of Educational Sciences, Volume 29, Part 1.

-ABDEL HALIM, A. (2021). The relative contribution of emotional intelligence and future anxiety in predicting psychological flow among students of the High School of Excellence in Science, Technology, Engineering and Mathematics, Journal of the College of Education in Ismailia, vol. 51, 1-40.

- ABDO, A AND OSMAN, F. (2018). Flow meters for adolescents and adults, Anglo-Egyptian Library, Cairo.

-Al-OBAIDI, A. (2016). Psychological flow among university students in the light of the variable of gender and academic specialization, Al-Professor's Journal, Fourth Scientific Conference, University of Baghdad.

-UGAILI, J AND El-MOHAMMADY, H. (2015). Psychological flow among distinguished high school students and its relationship to their self-regulation, Journal of the College of Education, Al-Mustansiriya University, Vol. 4, 379-414.