

بناء مقياس التدفّق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية في مدينة حلب

كلية التربية - جامعة حمص

طالب الماجستير: أحمد طه جرّوة

إشراف الدكتورة: سوسن الشيخ محمود

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تصميم مقياس علمي مُقنّن يُمكن من خلاله التعرّف على مُستوى التدفّق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية في مدينة حلب. وتألّفت العيّنة السيكومترية من 100 عامل وعاملة من مُختلف الاختصاصات والمهام الوظيفية في العمل الإنساني من حيث نوع المهام وساعات وطبيعة الدوام. وتكوّن مقياس التدفّق النفسي من 40 بنداً موزعاً على أربعة أبعاد وهي: الأهداف الواضحة، والتركيز في المهام، والاستمتاع الذاتي، والإحساس بمرور الوقت. وتم التحقق من صدق المقياس باستخدام صدق المُحكمين وصدق الفروق الطرفية (التمييزي) وصدق الاتساق الداخلي. ثم الثبات من خلال حساب الثبات بالإعادة، وحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية ومُعامل سبيرمان براون. وقد أظهرت النتائج مؤشرات صدق وثبات مُرتفعة.

الكلمات المفتاحية: التدفّق النفسي - العمل الإنساني - الجمعيات الخيرية - المنظمات الإنسانية

- مدينة حلب.

**Building a measure of psychological flow among workers in
charitable societies and humanitarian organizations in the city of
Aleppo**

Keywords: psychological flow – humanitarian work – charities – humanitarian organizations – Aleppo city.

The current research aims to design a standardized scientific scale through which the level of psychological flow among workers in charitable associations and humanitarian organizations in the city of Aleppo. The psychometric sample consisted of 100 male and female workers from various specializations and job tasks in humanitarian work from Where the nature of tasks and working hours. The psychological flow scale consists of 40 statements and 4 dimensions: clear goals, focus on tasks, self-enjoyment, and sense of time passing. The validity of the scale was verified using the validity of the arbitrators, the validity of the peripheral differences (discriminant), and the validity of the internal consistency. Then reliability is achieved by calculating reliability by repetition, calculating reliability using the Cronbach alpha method, and the Spearman-Brown coefficient split-half method. The results showed high validity and reliability indicators.

أولاً: المُقدِّمة:

يُعتبر العمل الإنساني في كل زمان ومكان عمل نبيل وأخلاقي يصدر من مجموعة أفراد يتبنون أهداف سامية ويظهر غالباً في مجموعة من المِهَن كالطب والاسعاف والاطفاء والتدريس والتوجيه وأعمال المساعدة الاجتماعية المختلفة، وحديثاً أصبحت الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية المحلية والدولية اليوم من أكبر مكونات مجال العمل الإنساني؛ فأصبح لها دور واضح في تنمية المجتمع، إضافة إلى أنها امتدت تدخلات عملها لتؤثر إيجاباً في الحياة الاجتماعية والاقتصادية والصحية والتعليمية والبيئية والثقافية تحت مختلف الظروف، لا سيما الطارئة كالنزاعات المسلحة والحروب والأمراض والأوبئة والكوارث الطبيعية حديثاً؛ فكان لها أثر واضح في تقديم الخدمات والمساعدات خلال السنوات الماضية للمتضررين، وفق معايير محدّدة ومنظمة هدفاً منها نحو تعافي المجتمع على المدى القريب كاستجابة ما بعد الأحداث الطارئة وعلى المدى البعيد من خلال المشاريع التي تسعى لتحقيق أهداف التنمية المستدامة ضمن أنشطتها وتدخلاتها.

ولأن هؤلاء العاملين في المجال الإنساني يقوم بواجبهم المجتمعي بدافع ذاتي فكان من المهم التعرف على ما يُساعد الفرد على الأداء بصورة مُرتفعة، والعمل بكامل شغفه ورضاه، مع وجود مُتعة حقيقية في العمل مع حالة اندماج وتركيز.

حيث يُعد مفهوم التدفق النفسي Psychological Flow من المفاهيم السيكولوجية السائدة في علم النفس الإيجابي، التي تُركّز على الجوانب المعرفية مثل الانغماس، والانهماك الفكري، والاستغراق، والانتباه، واليقظة، والتركيز، والاستيعاب، وتُركّز على بعض الجوانب الانفعالية الإيجابية مثل المُتعة، والسُرور، والشعور بالسعادة، ويُعدُّ تشكزينتميهالي Csikszentmihalyi عالم النفس الأمريكي أحد المؤسسين له؛ إذ إنّ التدفق النفسي حالة من التركيز التام مع أي عمل يفعله الفرد، وهو يرتبط بحالة التعلم الأمثل، ويُعدُّ مُصطلحاً مفيداً ومكوّناً نفسياً في وصف الظواهر السلوكية وفهمها وتفسيرها، والتي تتميز بالاستغراق التام في أداء المهام، والإحساس بالمتعة أثناء أداء المهام، وفقدان الإحساس بالذات، والإثابة الذاتية (النتشة، 2021، 3)؛ فهو حالة من التركيز والاندماج بين الفعل والوعي، تظهر عند الفرد عندما يؤدي عملاً يواجهه بتحدٍ يتناسب مع قدراته، ويكون هذا العمل مُحدداً بأهداف واضحة، ويقدم له تغذية راجعة فورية تجعل الفرد قادراً على السيطرة على

العمل، بطريقة تجعله يصل إلى غياب الوعي بالذات والزمن والوصول إلى السرور والاستمتاع (عز الدين، 2021، 62-66).

ويرى جولمان (2000، 134) أن التدفق النفسي هو استغراق الفرد في مهمة ما، حتى يبلغ ذروتها ويستمر التفوق بعد ذلك بأقل مجهود مثل الشلال المتدفق، فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق؛ فإن ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد من الإصابة بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق.

وتظهر أهمية التدفق النفسي بوضوح حين يصل الفرد إلى أعلى درجة من توظيف طاقاته النفسية، التي يصاحبها حالة من الرضا والافتتاح الذاتي والانشغال الكامل بالعمل، يصاحبه الوعي وتركيز الانتباه وأحداث انسيابية في الأداء، مع تأجيل الرغبات والحاجات الشخصية للفرد (الأعسر وكفاني، 2000، 282).

ثانياً: مشكلة البحث:

التطورات السريعة والأحداث التي نشهدها في حياتنا في شتى المجالات تدفعنا أيضاً للتعرف على الجوانب الإيجابية التي تساعد الفرد على تنظيم وزيادة استمتاعه خلال أداء مهامه، ولأن التدفق النفسي يُعتبر حالة نفسية تُمكن الفرد من إنجاز أهدافه والسعي نحوها مع الشعور بالمتعة لذلك أصبح من الجوانب الهامة التي من الواجب علينا تنميتها وتطويرها لمواكبة التطور الحاصل في مناحي الحياة وعلومها الأخرى، إضافة إلى أن التدفق النفسي حالة نفسية داخلية تدفع الفرد للانشغال التام بالنشاط الذي يقوم بهمن خلال تحديد أهدافه بصورة واضحة واحداث موازنة بين التحديات التي قد تواجهه والمهارات الشخصية للفرد (Kaye&Bryce,53,2014).

ويرى تشكزينتميهالي (Csikszentmihalyi,2014, 135) بأنه قوة مهمة في نجاح الفرد في الأعمال والفعاليات التي يمارسها فهو يزوده بالطاقة والقدرة على الوعي الذاتي، ويمثل حالة داخلية تجعل الفرد يشعر بالتوحد التام مع الأعمال التي يؤديها والاندفاع لها بحيوية، ويمكنه من تطوير أداه وتحرره من الضغوط.

وتزداد أهمية التدفق النفسي حين يعمل الفرد في المجال الإنساني في مهام دقيقة تتطلب منه التركيز، وبذات الوقت عدم شعوره بالضغط الناتج عن التركيز، ويبدو واضحاً ذلك عند العمل على نحو خاص في المجال التطوعي؛ إذ أظهرت دراسة حاج موسى (2022) إلى ارتفاع مستوى التدفق النفسي عند العاملين في المجال التطوعي في السودان.

ومن هنا جاءت الحاجة لوجود مقياس متخصص للكشف عن مستوى التدفق النفسي في مجال العمل الإنساني وتحديدًا في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية بمدينة حلب.

ثالثاً: أهمية البحث:

تعتبر حالة التدفق النفسي ضرورية للعاملين في مجال العمل الإنساني ليستطيعوا الاستمرار في تقديم خدماتهم وتنظيم جهودهم بكفاءة وفعالية وجودة عالية ويمكن التدريب على تلك المهارة من خلال برامج تدريبية أو برامج ارشادية مع الأخذ بعين الاعتبار الخصائص الديموغرافية والفروق الفردية، وحتى يتحقق ذلك لا بد من وجود أداة تساعد على قياس التدفق النفسي بحيث تقيس حالة التدفق النفسي لدى العاملين وبالتالي تدعم الإدارات والمعنيين باتخاذ القرارات والإجراءات المناسبة تجاه العاملين كالتدريبات ذات الصلة وبرامج الرفاه التي تزيد من حالة التدفق وتأمين بيئة عمل مؤهلة لزيادة التدفق النفسي لديهم لذلك شعر الباحث بأهمية اعداد تلك الأداة.

رابعاً: أهداف البحث: يهدف البحث الحالي الى تعرّف ما يلي:

- مكونات وأبعاد حالة التدفق النفسي في مجتمع البحث.
- مدى إدراك عينة البحث لفقرات المقياس المراد بناءه.
- الخصائص السيكومترية للمقياس.
- تصميم المقياس لتحديد مستوى التدفق النفسي في مجال العمل الإنساني.

خامساً: حدود البحث:

الحدود الزمنية: طُبِّقَت إجراءات البحث في الفترة من 1 حتى 15 آذار عام 2024م.

الحدود المكانية: مقر الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية بمدينة حلب، عددها 32

الحدود البشرية: العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية.

الحدود العلمية: تتمثل في التعرف إلى مكونات وأبعاد التدفق النفسي في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية.

سادساً: مصطلحات البحث والتعريفات الإجرائية:

التدفق النفسي: هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهمات تتطلب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة وبذل جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقق عندما يكون مستوى قدرات الفرد ومهاراته في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة

خاصة المهّمات ذات الأهداف المحددة، والتي تقدّم تغذية راجعة فورية. (Csikszentmihalyi, 1996, 46)

ويعرفه الباحث: بأنّه حالة من الاستغراق في عمل والاندماج الكامل فيه، تدعمه العواطف الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية، مع الاستمتاع بتأدية المهام، وغياب الشعور بالزمن، وزيادة الابتهاج، والتركيز.

المنظمات الإنسانية: هي تنظيم يُزاول أعمالاً غير تجارية أو ربحية، تساهم في خدمة المجتمع، حاصل على ترخيص عمل من الوزارة المختصة وتتلقى مساهمات وهبات من المانحين في عمليات غير تبادلية؛ إذ لا يوجد لها حقوق الملكية المعروفة والموجودة في منظمات الأعمال الربحية (محسن، 2008، 78).

الجمعيات الخيرية:

تعرف بحسب قانون الجمعيات والمؤسسات الخاصة في سوريا بأنها: هي كلّ جماعة ذات تنظيم مستمر لمدة معينة أو غير معينة، تتألف من أشخاص طبيعية أو اعتبارية لغرض غير الحصول على ربح مادي. (وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل، 1958).

التدفق النفسي

يُعد التدفق النفسي من المفاهيم الحديثة لعلم النفس الإيجابي، اقترحه عالم النفس المجري الأصل الأمريكي الجنسية تشكزينتميهالي وهو أحد الآباء المؤسسين لعلم النفس الإيجابي (أبو حلاوة، 2013، 6).

ويعرفه جولمان بأنه استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتّى يبلغ ذروة ودرجة الامتياز فيها، ويستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود، ويكون كالشلال المتدفق فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق فإنّ ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد الإصابة بالاكتئاب والملل والتوتر والقلق (عرعار وآخرون، 2016، 102).

ثانياً: أهمية التدفق النفسي:

تتبع أهمية التدفق النفسي من مجموعة من النقاط التالية:

1- للتدفق النفسي أهمية واضحة في حياة الفرد حيث يساهم في تحسين جودة الحياة من الناحية النفسية من خلال تهيئة الفرد لمواجهة التحديات والصعاب بهدف تحقيق الشعور بالسعادة والمتعة أثناء ممارسة النشاط، وكذلك تظهر أهمية التدفق في مجال التعلم واكتساب المهارات والتي تتمثل في أنه يمكن استخدامه كمحفز داخلي في تعليم الأطفال أكثر من استخدامه كوسيلة للضغط والتهديد، ويمكن استثمار المزاج الايجابي المصاحب للتدفق لجذب الأطفال إلى التعلم النشط في المجالات التي يستطيعون تنمية كفاءتهم فيها بالإضافة إلى أنَّ حالة التدفق تساعد الفرد على مقاومة الملل والسأم وتشعره بالتحدي في أداء مهامه، كما تتضح أهمية التدفق النفسي في أنه يساعد في تخفيف الاضطرابات الانفعالية من قلق واكتئاب وأيضاً من ملل وسأم لأن التركيز العالي الذي يعتبر جوهر التدفق النفسي يعمل كتغذية مرتدة عندما يكون الفرد على أعتاب حالة التدفق النفسي ويتطلب ذلك جهداً كبيراً للوصول إلى حالة الهدوء والتركيز الكافي لبدء الخطوة الأولى من العمل ثم تتخذ حالة التدفق النفسي قوة دفع ذاتية في تأدية العمل بأقل مجهود (عراقي، 2022، 108-109).

وتتعاظم أهمية التدفق النفسي في حياة الفرد وفي تبلور شخصيته إذ يؤدي إلى تقوية الثقة بالنفس والاستقلالية، وينمي التخيل العقلي والتفكير الإبداعي ويرفع مستوى الطموح (بليقرة، 2018، 25). وتؤكد ذلك دراسة (النتشة، 2021) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل.

2- التنمية الإيجابية: تظهر أهمية التدفق النفسي بشكل واضح عند التركيز على التنمية الإيجابية، ويشمل ذلك الفرح والرضا والسعادة وتطوير الذات وتعزيز مفهوم الذات وزيادة الهوية الذاتية وتحسين الصحة الفسيولوجية والعقلية وتقليل التوتر، هناك اقتراح لدراسات إضافية تسلط الضوء على علاقة التدفق بالتنمية الإيجابية.

3- الأداء العالي: ويركز على الأداء الممتاز وزيادة الإبداع والتحصيل الدراسي والإنتاجية واكتساب المهارات، ويعتبر التدفق آلية فعالة للتكيف مع التحديات وخفض مستوى التوتر، مما يؤدي في النهاية إلى تحسين الصحة.

كذلك فإن التدفق يمكن أن يؤدي إلى تحسين أداء العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات، وأنه يمكن أن يزيد من الاهتمام والتفاني في المهام ذات الصلة، كما أنَّ هناك ارتباط بين التحدي وتوازن

المهارات والأداء الإيجابي في مجالات مثل لعب التنس، وبشكل عام فإن التدفق يمكن أن يؤدي إلى تحسين أداء التعلم والرضا عن التعلم.

4- مزيد من المشاركة: يُقصد بها المشاركة المستمرة والالتزام والمصادر المستمرة المخصصة للمهمة ذات الصلة في الوقت الفعلي وإعادة المشاركة المؤجلة مؤقتاً، وقد تم تضمين مصطلحات مثل "الاهتمام المستمر" والالتزام وممارسة الالتزام والمشاركة المثلى والتدفق " وزيادة الدافع" في هذا الموضوع. وقد أكدت المصادر أن التدفق يعتبر تجربة مجزية للغاية قادت الأفراد إلى الانجذاب بشكل طبيعي نحو إعادة المشاركة حتى في ظل المخاطر الكبيرة، وبمجرد تحقيق التدفق، يظهر دوافع جوهرية جديدة تسهل المزيد من المشاركة. وفي تطبيق لهذا المبدأ، كما تم قياسه من خلال استبيان التقرير الذاتي لتعزيز أداء المتعلمين الإلكترونيين واستمرارية الطلاب الفعالة في التعلم الإلكتروني، كما أن التدفق أدى إلى استمرار جهد الاهتمام وتخصيصه من الموارد المهمة التي لها تداعيات بيولوجية واجتماعية (Norsworthy, et.al, 2021, 32-34).

ثالثاً: أبعاد التدفق النفسي:

• **التوازن بين التحدي والمهارة:** يعتبره تشكزينتميهالي من أهم مؤشرات حالة التدفق النفسي حيث يستند هذا البعد على تصوّر الفرد وثقته المطلقة في القدرة على مواجهة التحديات المطروحة، فقد حدّد تشكزينتميهالي عاملين مؤثرين في حالة التدفق النفسي، وهما: مستوى كفاءة الفرد، ودرجة صعوبة المهمة التي يؤديها.

حيث أنّ الفرد يدخل في حالة التدفق النفسي حين تكون درجة صعوبة المهمة تتلاءم مع إمكانيات الفرد، وتتطلب تمديد مهاراته واستخدامها إلى حدّها الأقصى، ولا تحدث حالة التدفق النفسي حين تكون درجة صعوبة المهمة أعلى أو أقل بكثير من إمكانيات الفرد، فحين تكون المهمة صعبة يشعر الفرد بالقلق والتوتر وحين تكون سهلة جداً يؤدي ذلك إلى الملل (النتشة، 2021، 17).

• **دمج الوعي بالفعل:** ويتحقّق فيه اندماج عميق جداً في المهام وبالتالي صدور أفعال تلقائية من الفرد غالباً ما تكون ذات طابع سلسل تنقله إلى ما يُعرف بالعادة السلوكية (الشربيني والعطية، 2019، 361).

- **أهداف واضحة:** يعني أن تكون الأهداف واضحة ومحددة في ذهن الفرد سواء حددها الفرد مسبقاً أو قام بتحديددها أثناء أداء المهمة، وهنا يدرك الفرد أن الأهداف التي حددها قابلة للتحقيق لأن النشاط لا يحتاج إلى أن يكون موجهاً نحو تحقيق هدف معين غير قابل للتحقيق.
- **تغذية راجعة غير غامضة:** وهي أن يقوم الفرد أثناء أداء المهمة بتلقي تغذية راجعة فورية وواضحة من المهمة نفسها بحيث لا تسمح للفرد أن يعرف بأنه سينجح في تحقيق الهدف المطلوب ويعني أن يكون الفرد قادراً على تقويم أدائه بدقة في الوقت الذي يعرف فيه كل خطوة دقيقة في أي نشاط يقوم به لكن في حال غياب التغذية الراجعة أو عدم وضوحها أو تأجيلها في وقتها لا يتمكن الفرد في تقويم التأثير الذي تحدثه أفعاله وما الذي ينبغي القيام به لتحسين الأداء وما الذي ينبغي تحاشيه (زكي والنواب، 2018، 998).
- **تركيز في المهمة:** عنصر التركيز ربما يكون العنصر الأكثر عالمية في تجربة التدفق، ويعد الامتناس المعرفي في النشاط ضرورياً لحدوث التدفق، بمجرد تحقيق هذا المستوى من التركيز العميق، يصبح الأشخاص قادرين على تجاهل المحفزات الأخرى التي لا علاقة لها بالمهمة، مما يحسن تركيزهم على المهمة أثناء التدفق، يصبح هذا المستوى المكثف من التركيز سهلاً، ويحدث اندماج بين النشاط والوعي. نظرًا لأن الناس يصبحون منغمسين للغاية في نشاط ما أثناء التدفق، فلا يوجد مكان في الوعي للأفكار غير ذات الصلة والمشتتة.
- **إحساس بالضبط أو السيطرة:** يوضح تشكزينتيمهالي أن فعل استثمار الاهتمام الكامل يتضمن تنظيم وعي الفرد أو السيطرة عليه، وبالتالي فإن السيطرة على الوعي تعمل على تحسين جودة تجاربنا، يتم قصف الناس باستمرار بالعديد من المحفزات التي تملأ وعيهم بأفكار عشوائية ومشتتة ومتناقضة في كثير من الأحيان، تجعل هذه الأفكار المشتتة للانتباه من الصعب تركيز انتباه الفرد على مهمة واحدة فقط أو جانب واحد من البيئة، وبدلاً من ذلك يتم تحويل انتباه المرء إلى أفكار مختلفة تسيطر على وعيه، هذا الانتشار للانتباه يجعل الناس يشعرون بالنشئ. من ناحية أخرى، أثناء تجارب التدفق، يصبح الوعي أكثر تنظيمًا ويصبح العقل صافياً، ويمكن تركيز كل انتباه المرء على المهمة المباشرة، ويشار إلى هذا التركيز الكامل على أنه إتقان الوعي؛ فهو يتيح للأفراد أن يكونوا حاضرين أو منخرطين معرفياً ونفسياً من الدافع ومن المرجح أن يحدث التدفق عندما يكون الدافع الجوهري للنشاط مرتفعاً.

- غياب الوعي بالذات: نظرًا لأن الناس يصبحون منغمسين للغاية في نشاط ما أثناء التدفق، فلا يوجد مكان في الوعي للأفكار غير ذات الصلة والمشتتة، وبالتالي، تختفي مشاعر الوعي الذاتي.
- الإحساس بمرور الوقت: يصبح الناس منغمسين في النشاط لدرجة أن إدراك الوقت يصبح مشوهًا، ويبدو أن الوقت يطير والساعات تبدو وكأنها دقائق (linsner, 2009, 14-15).

رابعاً: النظريات المفسرة للتدفق النفسي:

تعددت النظريات التي فسرت التدفق النفسي، وتنوّعت حسب وجهة نظر كل باحث، وفيما يلي عرض مفصل لأهم تلك النظريات:

1- نظرية تشكزينتميهالي Csikszentmihalyi's Theory:

انبثقت هذه النظرية على يد العالم تشكزينتميهالي أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأفراد في الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا واليابان وتايلاند وأستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية حيث قام العالم بإشراكهم في مجموعة من الأنشطة، ولم يجد تشكزينتميهالي وصفاً أقرب للتعبير عما عبّر عنه هؤلاء الناس من التشبيه بتيار الماء الذي يحملهم في مسارهم، وعلى هذا الأساس أطلق عليه بالتدفق النفسي (زكي والنواب، 2018، 997).

وينظر تشكزينتميهالي إلى التدفق النفسي على أنه حالة من الاستغراق في المهمة تتميز بالاهتمام المركز وغير المشتت، ودمج العمل والوعي، حيث يمكن للأشخاص الذين يمارسون التدفق النفسي أن ينسوا هويتهم ومشاكلهم مؤقتاً، لكن ما يسبب إخفاق الفرد في ممارسته هو تعرّض الإنسان لوابل من المطالب التي يشعر أنه غير قادر على تحقيقها، يجتمع ويترتب على ذلك حالة من الفلق، عندما تكون متطلبات العمل أقل ولكنها لا تزال أكبر مما يشعر الشخص بأنه قادر على التعامل معه، ويتم تجربة التدفق عندما ينظر الناس إلى فرص العمل على أنها متطابقة بالتساوي مع قدراتهم ومع ذلك إذا كانت المهارات أكبر من الفرص المتاحة لاستغلالها سوف يتبعها الملل (Csikszentmihalyi, 2014, 146).

يرى تشكزينتميهالي أنّ الاندماج كلياً في النشاط للوصول إلى حالة التدفق النفسي مسؤول عنه ثلاث سمات ذاتية هي: اندماج الوعي في الأداء والإحساس بالتحكم والانضباط وتحول الوقت إذ أنّ الوصول إلى تلك الحالة الإيجابية مرتبط بثلاثة شروط تعتمد في تحقيقها على البيئة الخارجية لتحقيق حالة التدفق النفسي المتمثلة في:

- يجب أن ينخرط الشخص في فعالية بأهداف واضحة ويضيف هذا اتجاهاً وبنية للمهمة.

- يجب أن يمتلك الفرد توازناً جيداً بين التحدّيات المدركة للمهمة التي بين يديه ومتطلباته مما يتيح له تكييف أدائه للمحافظة على حالة التدفق.
- المهمة التي بين يدي الفرد يجب أن تحتوي على تغذية راجعة واضحة مباشرة وذلك يساعد الفرد على التعامل مع أي من المتطلبات المتغيرة وتسمح له على تكييف أدائه للمحافظة على حالة التدفق النفسي (نصيف، 2015، 97-98).

خلاصة المحور الأول التدفق النفسي:

يعتبر التدفق النفسي مصدراً هاماً للرضا والإنجاز في العمل الإنساني، فهو يساعد الفرد على تجاوز التحديات والصعوبات التي قد تواجهه في سبيل خدمة المجتمع، يتميز الأشخاص الذين يتمتعون بتدفق نفسي بصفات مثل التفاؤل والإبداع والتحفيز الذاتي، إنهم يستمتعون بالعمل الذي يقومون به ويشعرون بالسعادة والرضا الدائمين، وهذا يساعدهم على تحقيق أهدافهم وتحقيق التأثير الإيجابي في المجتمع.

وفي النهاية، يمكن القول إن التدفق النفسي يلعب دوراً حاسماً في تحفيز العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية لبذل المزيد من الجهود وتحقيق نتائج إيجابية في خدمة الإنسانية.

الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية

أولاً: مفهوم الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية:

تُعرّف الجمعيات الخيرية بأنها تنظيمات أهلية تطوعية ينتمي إليها المتطوعون بدافع ذاتي انطلاقاً من الشعور بالواجب تجاه الآخرين للمساهمة في رفع مستوى المواطنين من النواحي الاجتماعية والثقافية والصحية والمشاركة في تحمل مسؤوليات الرعاية الاجتماعية، وتعتبر الجمعية الخيرية النسائية إذا اقتصر عضويتها على النساء فقط، كما تُعرّف بأنها وحدات بنائية تستمد صفة الشرعية من المجتمع، وتستهدف إشباع احتياجات المجتمع من خلال ممارسة نشاط معين أو الوساطة بين أفراد المجتمع لتبادل المنفعة استناداً إلى الجهود التطوعية (القحطاني، 2021، 7).

وتُعرّف المنظمات الإنسانية بأنها المنظمات غير الربحية المستقلة عن الحكومة التي تقوم بنشاطات للتخفيف من معاناة السكان، وتعتمد هذه المنظمات بشكل جزئي أو كلي على التبرعات الخيرية والخدمة التطوعية (زيود ودنورة، 2013، 175).

ثانياً: العوامل التي تدفع المنظمات الإنسانية للتدخل الإنساني:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في تدخل المنظمات الإنسانية، وتدفعها لتقديم خدماتها الإنسانية، وهذه العوامل كما يلي:

- تفاقم حدّة العنف داخل الدول لدرجة غياب كيان أو مؤسسة أو هيئة داخلية تقوم على تقديم المساعدة الإنسانية للمتضررين.
- عدم قدرة الدول بصورة منفردة على معالجة مخلفات الصراعات وحالات التهديد الأمني.
- قدرة المنظمات الدولية على تقادي حساسيات مبدأ السيادة في العلاقات بين الدول.
- قدره المنظمات الدولية على توفير المساعدات الإنسانية.
- تنامي التيار المدعم للتنمية المستدامة ذات البعد العالمي.
- تنامي الأخطار والتهديدات والتحديات ذات المدى العالمي التي تمسّ بالفرد الإنسان بصورة مباشرة (جصاص وشحماط، 2019، 112).

ثالثاً: الخدمات التي تقدّمها الجمعيات الخيرية:

- تنفيذ برامج متكاملة في كافة مجالات الرعاية والتنمية الاجتماعية ومن أهمها: برامج التعلم والتدريب والتأهيل ومكافحة الأمية وبرامج الرعاية الصحية من خلال المستوصفات الخيرية.
- تبني برامج محددة للإسهام في المحافظة على البيئة، وحمايتها من التلوث، ومن أهمها برامج توعية المواطنين بأهمية وكيفية المحافظة على البيئة وحمايتها، وبرامج النظافة والتشجير، وتطوير المناطق العشوائية وتدوير المخلفات وبرامج المرأة الريفية والبيئة.
- برامج رعاية الطفولة: يحظى الطفل بنصيب وافر من اهتمام الجمعيات الخيرية، ويتمثل ذلك في إنشاء رياض الأطفال ودور الحضانة، والإشراف عليها، إنشاء مراكز الرعاية النهارية، إنشاء دور الحضانة الاجتماعية الإيوائية، إنشاء نوادي للأطفال، إقامة ندوات توعوية من رعاية الطفل.
- برامج رعاية المعاقين وكبار السن: وتتمثل في إنشاء مراكز إيوائية لرعاية المعاقين، تأمين الأجهزة الطبية للمعاقين، إنشاء مراكز التعلم الخاصة للمعاقين (الفهمي، 2019، 237).

الدراسات السابقة

- أعدت كامل (2016) مقياس التدفق النفسي للتعرف على حالة التدفق النفسي لدى العاملين بمدارس محافظة الزرقاء التابعة لمديرية التربية والتعليم الحكومية والخاصة في المملكة الأردنية الهاشمية، وتم تطبيق المقياس على 140 معلم ومعلمة، وتكونت أبعاد المقياس من خمسة

أبعاد وهي التركيز في المهمة والاندماج في المهمة وإدارة الوقت والتغذية الراجعة ووضوح الأهداف.

■ أعدّ كلاً من الموسوي وشطب (2016) مقياس التدفق النفسي للتعرف على مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفروق في مستويات التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات النوع والتخصص، وتم تطبيق على عينة مؤلفة من 400 طالباً وطالبة موزعين على 15 كلية للتخصصات العلمية والإنسانية للعام الدراسي 2014/2015 ويتكون المقياس من 20 بنداً موزعاً على 4 أبعاد وهي: الأهداف الواضحة والتركيز والاندماج وفقدان الشعور بالوقت والوعي بالذات وتغذية راجعة وفورية.

■ أعدت محمود (2018) في دراستها مقياساً للتدفق النفسي وذلك للتعرف على حالة التدفق بأبعادها وشروطها بين طلاب كلية التربية، وتم تطبيق المقياس على 130 طالب وطالبة من طلاب الفرقة الرابعة بكلية التربية بجامعة عين شمس من التخصصات العلمية والأدبية، وبلغت أبعاد المقياس ستة وهي التركيز التام والاندماج الكلي في أداء المهمة والتوازن بين التحدي والمهارة ووضوح الأهداف والشعور بالقدرة على التحكم في الأداء والاستمتاع الذاتي والإثابة الداخلية، وفقدان الشعور بالوقت والوعي الذاتي ووجود تغذية راجعة واضحة وفورية.

■ أعدت آلاء السيد محمد (2023) مقياس التدفق النفسي لدى المراهقات هدفت الدراسة الى بناء مقياس والتعرف الى الخصائص السيكومترية للمقياس وشمل خمسة أبعاد وهي: وضوح الأهداف والاندماج في المهام والتغذية الراجعة الواضحة الفورية وفقدان الوعي بالذات والتوازن بين التحدي والمهارة ويحتوي المقياس 45 بنداً وكان عدد العينة 150 مراهقة.

الإطار البنائي للمقياس

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة القصدية وعددها 100 عامل وعاملة في المجال الإنساني من جمعيات خيرية ومنظمات إنسانية بمواقع ومهام وظيفية متنوعة.

خطوات تصميم المقياس:

1- اطلع الباحث -في حدود ما توفر له- على الأدب التربوي والتراث السيكولوجي والدراسات السابقة والمقاييس المتعلقة بالموضوع وما تناوله من أبعاد، والتي استُخدمت لقياس التدفق النفسي؛ إذ استفاد الباحث من مقياس كل من (السيد محمد، 2023) و (عز الدين، 2021) و (جاكسون ومارش، 1996)، لتحديد التعريف الإجرائي وإعداد المقياس ليتناسب مع البيئة السورية وعينة الدراسة الحالية.

2- أعدَّ الباحث الصورة الأولية لمقياس التدفق النفسي وتحديد مفهوم التدفق النفسي وتحديد الأبعاد، ومن ثم صياغة بنود المقياس بأسلوب واضح يناسب العينة، وقد تنوعت بنود المقياس ما بين بنود إيجابية وبنود سلبية، وذلك لتقليل التوجه الإيجابي لدى أفراد العينة وقد بلغ العدد الكلي لبنود المقياس في صورته الأولية (40) بنوداً موزعاً على أربعة أبعاد وهي: الأهداف الواضحة، والتركيز في المهام، والاستمتاع الذاتي، والإحساس بمرور الوقت.

وقد تم اختيار تلك الأبعاد بالاعتماد على نظرية تشكزبنتميهالي ونورس وورثي وتم اختيار الأبعاد المناسبة والأكثر توافقاً مع طبيعة مهام عينة البحث والمُلحق رقم: (2) يبين البنود في صورتها الأولية التي كان يحتويها المقياس وتعريف أبعاد المقياس، والجدول التالي رقم: (1) يوضح توزيع بنود المقياس على الأبعاد الفرعية له.

الجدول (1) توزيع بُنود مقياس التدفق النفسي على الأبعاد الفرعية

أرقام البُود	عدد البُود	اسم البُعد
من 1 حتى 10	10	الأهداف الواضحة
من 11 حتى 20	10	التركيز في المهام
من 21 حتى 30	10	الاستمتاع الذاتي
من 31 حتى 40	10	الإحساس بمرور الوقت

3- عرض المقياس على مختص في اللغة العربية للتأكد من دقته اللغوية.

ب- التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

1- صدق المحكمين: عُرض المقياس على عدد من المحكمين المختصين في مجال علم النفس والإرشاد النفسي، والبالغ عددهم (14)، كما يتضح من الملحق رقم (1)، وقد عُدل صياغة البُود التي حصلت على نسبة توافق 80% فأكثر، والجدول رقم (2) يبين التعديلات التي تمت على المقياس:

الجدول (2) البُود التي عُدلت في مقياس التدفق النفسي

رقم البند	البند قبل التحكيم	البند بعد التحكيم
1	قبل أن ابدأ بأي عمل أحدد أهدافي بوضوح.	أحدد أهدافي بوضوح.
2	أعتقد أن الإنسان الذي يضع هدفاً محدداً هو إنسان ناجح وسعيد.	الإنسان الذي يضع هدفاً محدداً هو إنسان ناجح.
3	أعرف جيداً ما هي حقوقي وواجباتي ضمن عملي.	أعرف حقوقي وواجباتي ضمن عملي.

بناء مقياس التدفق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الانسانية في مدينة حلب

4	أضع أهدافاً واضحة وقابلة للتحقق وأسعى لتحقيقها.	أعمل بجد وأسعى لتحقيق أهدافي.
14	يعترف زملاء العمل أنني عندما أنفذ مهمة ما أكون مركزاً فيها بشكل كبير .	يعترف زملائي في العمل أنني عندما أنفذ مهمة ما أكون مركزاً فيها بشكل كبير
16	لا أعطي انتباهاً للأحداث التي تجري جانبي لأنني مركّز تماماً في عملي.	لا أهتم لما يجري حولي أثناء أدائي لعملي.
17	أركز كثيراً عندما أؤدي مهامي لدرجة نسيان تناول الطعام أو الشعور بالجوع.	أركز كثيراً عندما أؤدي مهامي لدرجة عدم الشعور بالجوع.
18	أشعر بفقدان وعيي لذاتي عندما أقوم بتأدية مهمة	أشعر بالمتعة أثناء أدائي لعملي.
19	تحدث الكثير من الأمور من حولي لكنني لا أعيرها أدنى انتباه.	لا أهتم لحديث زملائي حولي أثناء قيامي بعملي.
20	أندفع لعملي بشغف وحباً به دون انتظار مكاسب.	أندفع نحو عملي بشغف وحب.
22	أحب أن أقوم بعملي دون انتظار أي مكافآت خارجية.	أقوم بعملي دون انتظار أي مكافآت خارجية.
30	أشعر بالضغط الذي يجعلني أنجز عملي دون أي متعة.	أشعر بالتوتر والضغط أثناء أدائي لمهامي.
36	كثيراً ما أنسى نفسي وأنا أعمل حتى يأتي من يخبرني أنّ وقت العمل قد انتهى.	كثيراً ما أنسى نفسي وأنا أعمل.
37	أشعر أنني بحاجة للمزيد من الوقت عندما يخبرني أحدهم أنّ وقت العمل قد انتهى.	أشعر بالملل وبطء مرور الوقت عندما أكون في عملي.
39	أعتقد أن الإنسان الذي يحب عمله يستغل كل الوقت لنجاح ذلك العمل.	أعتقد أن الإنسان الذي يحب عمله يجب أن ينجزه بإتقان.

الجدول (3) أوزان الإجابات على بُنود مقياس التدفق النفسي

اتجاه البند	رقم البند	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
البُنود الإيجابية	1-2-3-4-5-7-8-9-10-11-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-26-27-31-32-33-34-35-36-38-39-40	5	4	3	2	1
البُنود السلبية	6-12-13-24-25-28-29-30-37	1	2	3	4	5

وتبعاً لذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص هي (200) وأدنى درجة هي (40) ومُتوسّط المقياس (120) وتتوزع الدرجة التي يحصل عليها المفحوص وفق المستويات التي يوضّحها الجدول رقم (4)، حيث تم حساب المدى بين أدنى وأعلى درجة $200 - 40 = 160$ ومن ثم تقسيم طول المدى إلى ثلاث فئات (منخفض، مُتوسّط، مرتفع)، وكلما ارتفعت درجة الفرد على المقياس دل ذلك على ارتفاع التدفق النفسي وكلما انخفضت درجته دل ذلك على انخفاض مُستوى التدفق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمُنظمات الإنسانية.

الجدول (4) مُستويات التدفق النفسي

الدرجة الدنيا	الدرجة العظمى	مدى الفئة	الدرجة التي يحصل عليها المفحوص	المُستوى
40	200	53	(93-40)	مُستوى منخفض من التدفق النفسي
			(146-94)	مُستوى مُتوسّط من التدفق النفسي
			(200-147)	مُستوى مرتفع من التدفق النفسي

2- صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عيّنة سيكومترية مكونة من 100 فرداً من العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية في مَدِينَةِ حلب لم تشملهم عيّنة البَحْث الأساسية، وذلك لدراسة صدق الاتساق الداخلي وتم بموجب هذه الطريقة حساب معامل الارتباط بين كُل بند من بُنود المقياس مع الدّرجة الكُلية للبند الذي ينتمي إليه هذا البند وأيضاً حساب معامل ارتباط كُل بند مع الدّرجة الكُلية للمقياس باستخدام برنامج التحليل الإحصائي (SPSS)، وفق الجدول ين التاليين رقم (5) و (6):

الجدول (5) بيانات ارتباط كُل بند مع الدّرجة الكُلية البُعد الذي ينتمي إليه.

البُعد الاول: الأهداف الواضحة		البُعد الثاني: التركيز في المهام		البُعد الثالث: الاستمتاع الذاتي		البُعد الرابع: الإحساس بمرور الوقت	
رقم البند	دّرجة الارتباط مع البُعد	رقم البند	دّرجة الارتباط مع البُعد	رقم البند	دّرجة الارتباط مع البُعد	رقم البند	دّرجة الارتباط مع البُعد
1	0.830**	11	0.572**	21	0.776**	31	0.498**
2	0.826**	12	0.390**	22	0.546**	32	0.780**
3	0.740**	13	0.464**	23	0.585**	33	0.811**
4	0.817**	14	0.531**	24	0.593**	34	0.788**
5	0.805**	15	0.390**	25	0.736**	35	0.647**
6	0.693**	16	0.630**	26	0.704**	36	0.724**
7	0.765**	17	0.656**	27	0.845**	37	0.397**
8	0.800**	18	0.614**	28	0.452**	38	0.789**
9	0.538**	19	0.533**	29	0.577**	39	0.631**
10	0.636**	20	0.606**	30	0.648**	40	0.736**

يُلاحظ من الجدول رقم (5) أن معاملات الارتباط تراوحت بين (0.390**) و (0.830**) ومعظمها مرتفعة ودالة إحصائياً عند مُستوى دلالة (0.01) وبعضها دال عند مُستوى دلالة (0.05).

الجدول (6) بيانات ارتباط كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي.

البعد الرابع: الإحساس بمرور الوقت		البعد الثالث: الاستمتاع الذاتي		البعد الثاني: التركيز في المهام		البعد الأول: الأهداف الواضحة	
رقم البند	درجة الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم البند	درجة الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم البند	درجة الارتباط مع الدرجة الكلية	رقم البند	درجة الارتباط مع الدرجة الكلية
31	0.288*	21	0.550**	11	0.594**	1	0.542**
32	0.764**	22	0.465**	12	0.452**	2	0.608**
33	0.725**	23	0.581**	13	0.519**	3	0.487**
34	0.610**	24	0.465**	14	0.653**	4	0.620**
35	0.354*	25	0.470**	15	0.527**	5	0.583**
36	0.492**	26	0.529**	16	0.406**	6	0.621**
37	0.505**	27	0.443**	17	0.529**	7	0.578**
38	0.587**	28	0.548**	18	0.388**	8	0.495**
39	0.754**	29	0.622**	19	0.657**	9	0.538**
40	0.682**	30	0.642**	20	0.493**	10	0.670**

يُلاحظ من الجدول السابق رقم (6) أن معاملات الارتباط معظمها مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) وبعضها دال عند مستوى دلالة (0.05).
اختبار دلالة ارتباط الدرجة الكلية لكل بعد مع الأبعاد الأخرى والدرجة الكلية للمقياس ككل وفق الجدول التالي رقم (7):

الجدول (7) يوضح ارتباط كل بعد مع الأبعاد الأخرى ومع الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي.

اسم البعد	الأهداف الواضحة	التركيز في المهام	الاستمتاع الذاتي	الإحساس بمرور الوقت	الدرجة الكلية
الأهداف الواضحة	1	0.461**	0.686**	0.559**	0.829**
التركيز في المهام	0.461**	1	0.495**	0.552**	0.740**
الاستمتاع الذاتي	0.686**	0.495**	1	0.584**	0.859**
الإحساس بمرور الوقت	0.559**	0.552**	0.584**	1	0.835**
الدرجة الكلية	0.829**	0.740**	0.859**	0.835**	1
** جميع الارتباطات دالة عند مستوى دلالة 0.001					

يتبين من الجدول رقم (7) أن الارتباطات دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس التدفق النفسي مع الأبعاد الأخرى للمقياس وبين الدرجة الكلية للمقياس ككل عند مستوى دلالة أقل من 0.01 نظراً لأن قيمة الدلالة الاحتمالية sig أصغر من 0.01 في جميع الأبعاد، وبالتالي فإن مقياس التدفق النفسي يتصف بدرجة جيدة من الاتساق الداخلي، وأنه يصلح لقياس الغرض الذي وضع من أجله وبذلك يمكن اعتماد موثوقية صدق نتائجه في مجتمع البحث.

3- صدق الفروق الطرفية (التمييزي):

من خلال تحديد مجموعة الأداء الأعلى ومجموعة الأداء الأدنى على المقياس حيث بلغ حجم العينة السيكومترية (100) عامل وعاملة في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية غير الأفراد المشمولين في العينة الأساسية، وقد بلغ حجم المجموعة العليا (25) وحجم المجموعة الدنيا (25) ومن ثم تم التأكد من دلالة الفروق بين متوسطات المجموعتين على المقياس ككل باستخدام اختبار (ت) الخاص بالمجموعتين المستقلتين وفق الجدول التالي رقم (8):

الجدول (8) دلالة الفروق بين مُتوسّطات المجموعتين الدنيا والعليا على مقياس التدفق النفسي

أبعاد المقياس	المجموعة الدنيا ن = 25		المجموعة العليا ن = 25		قيمة ت	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية Sig	القرار
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف				
الأهداف الواضحة	34.61	4.64	48.30	0.94	-10.411	48	0.000	دال
التركيز في المهام	28.84	2.15	41.07	2.36	-13.79	48	0.000	دال
الاستمتاع الذاتي	33.38	5.99	48.76	0.83	-9.16	48	0.000	دال
الإحساس بمرور الوقت	29.23	2.77	45.53	2.5	-15.73	48	0.000	دال
الدرجة الكلية	130.76	12.15	179.15	6.81	-12.514	48	0.000	دال

يتبين من بيانات الجدول رقم (8) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مُتوسّطات درجات أفراد المجموعتين العليا والدنيا لصالح أفراد المجموعة العليا عند مُستوى دلالة أقل من (0.01) في درجة كُل بعد من أبعاد المقياس، وهذا يدل على قدرة المقياس على التمييز بين مستويي الأداء على مقياس التدفق النفسي وبالتالي صِدق النتائج.

- **النتائج:** تم التأكد من ثبات المقياس باستخدام الطرق التالية:

1- إعادة إجراء الاختبار (ثبات بالإعادة):

تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة السيكمترية البالغ عددها 100 وهي مختلفة عن العينة الأساسية، وقد تم إعادة تطبيق المقياس بعد مدة 14 يوماً ومن ثم حساب معامل الارتباط بيرسون

يبين درجات الأفراد في التطبيق الأول ودرجات الأفراد في التطبيق الثاني كما موضح في الجدول التالي رقم (9):

الجدول (9) قيم معاملات الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيقين الأول والثاني لأبعاد مقياس التدفق النفسي

أبعاد المقياس	التطبيق الأول ن = 100		التطبيق الثاني ن = 100		الارتباط	القيمة الاحتمالية Sig
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف		
الأهداف الواضحة	42.40	5.82	42.20	5.67	0.98**	0.000
التركيز في المهام	34.74	5.01	34.94	5.11	0.99**	0.000
الاستمتاع الذاتي	42.14	6.63	43.46	5.20	0.74**	0.000
الإحساس بمرور الوقت	38.10	6.58	38.66	5.88	0.92**	0.000
المقياس	157.38	24.03	159.24	21.86	0.89**	0.000

من خلال الجدول (9) يتضح وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين درجات الأفراد في التطبيق الأول ودرجات الأفراد في التطبيق الثاني والارتباط بين المتوسطات مرتفع، وهذا يعني أن المقياس يتميز بدرجة عالية من الثبات يمكن الوثوق بها ثبات الاتساق الداخلي للمقياس: تم التأكد من ثبات الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي باستخدام طريقتي: ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية كما هو موضح في الجدول الآتي رقم (10):

الجدول (10) يوضح معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي ككل ولكل بعد من الأبعاد.

اسم البعد	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ	معامل التجزئة النصفية سبيرمان براون
الأهداف الواضحة	10	0.902	0.907
التركيز في المهام	10	0.719	0.722
الاستمتاع الذاتي	10	0.831	0.834
الإحساس بمرور الوقت	10	0.864	0.863
المقياس ككل	40	0.926	0.930

بدراسة الجدول رقم (10) يتضح أن معاملات ثبات مقياس التدفق النفسي مرتفعة ودالة لأن قيمته تزيد عن 0.70 بالطريقتين بالنسبة للمقياس ككل ولكل بعد أيضاً مما يشير إلى أن المقياس يتصف بدرجات جيدة من الثبات، وبالتالي المقياس يكون صالحاً لقياس ما أُعد لقياسه.

الفصل الخامس: نتائج البحث:

توصل البحث إلى كفاءة مقياس التدفق النفسي للعاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية من حيث الصدق والثبات مما يجعله صالحاً للتطبيق نظراً لما يتمتع به من خصائص سيكومترية مقبولة على العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية في مدينة حلب.

الصورة النهائية لمقياس التدفق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الإنسانية

العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1 أُحدّد أهدافي بوضوح.					
2 أعتقد أنّ الإنسان الذي يضع هدفاً محدداً هو إنسان ناجح.					
3 أعرف حقوقي وواجباتي ضمن عملي.					
4 أعمل بجدّ وأسعى لتحقيق أهدافي.					
5 تتناسب الأهداف التي أضعها مع مستوى قدراتي وطاقتي.					

بناء مقياس التدفق النفسي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية والمنظمات الانسانية في مدينة حلب

6	أعمل بشكل عشوائي دون أن يكون هناك هدف واضح.				
7	أخطط للأهداف التي اضعها لنفسي.				
8	الأهداف التي يضعها الإنسان تجعله ناجحاً عندما تتناسب مع قدراته.				
9	أعتقد أن الناس يضيعون الفرص لأنهم لا يضعون أهدافاً قابلة للتحقق.				
10	أؤمن بأن الأعباء والضغوط تزداد عندما لا أضع هدفاً واضحاً وقابل للتحقق.				
11	لا أكرث لِكُل ما يحدث حولي عندما أكون مُنغمساً في عملي.				
12	أقوم بعملتي دون التركيز على التفاصيل.				
13	أشعر أنني مشتت الذهن عند قيامي بعمل ما.				
14	يعترف زملائي في العمل أنني عندما أنفذ مهمة ما أكون مركزاً فيها بشكل كبير.				
15	أفقد الإحساس بنفسي أثناء تأدية مهامي في العمل.				
16	لا أهتم لما يجري حولي أثناء أدائي لعملي.				
17	أركز كثيراً عندما أؤدي مهامي لدرجة عدم الشعور بالجوع.				
18	أشعر بالمتعة أثناء أدائي لعملي.				
19	لا أهتم لحديث زملائي حولي أثناء قيامي بعملي.				
20	أندفع نحو عملي بشغف وحب.				
21	أشعر بالمتعة وأنا أعمل حتى قبل أن أنهي المهمة.				
22	أقوم بعملتي دون انتظار أي مكافآت خارجية.				
23	أؤمن بمقولة أن المتعة في الرحلة وليست في الوصول.				
24	أقوم بتأجيل تنفيذ المهام المطلوبة مني قدر المستطاع لأبعد وقت.				
25	ينتابني شعور بالضجر والملل عند أداء مهامي في العمل.				

					أستمع بكل اللحظات التي أمارس فيها عملي، وأوثق الذكريات الجميلة.	26
					أقوم بأداء مهامتي وواجباتي بكل شغف.	27
					أكمل المهام المطلوبة مني من باب تأدية الواجب لا أكثر.	28
					أقوم بعملتي للحصول على مكافأة من مديري في العمل	29
					أشعر بالضغط والتوتر الذي يجعلني أنجز عملي دون متعة.	30
					أشعر أنّ الوقت يمرّ سريعاً عندما أبدأ بمهام عملي.	31
					أتمنى ألا ينتهي الوقت عندما أنفذ مهمة أحبها.	32
					أنغمس في العمل لدرجة أنفاجئ أنّ دوامي في العمل قد انتهى.	33
					إنّ مرور الوقت عندما أنغمس في عملي يبدو مختلفاً عما هو عليه في المعتاد.	34
					أفقد القدرة على إدراك الوقت الطبيعي أثناء تنفيذ مهمة ما في عملي.	35
					كثيراً ما أنسى نفسي وأنا أعمل حتى يأتي من يُخبرني أنّ وقت العمل قد انتهى.	36
					أشعر بالملل وبطيء مرور الوقت عندما أكون في عملي.	37
					تلازمني فكرة أنّ الوقت يجري سريعاً كالسيف عند الانغماس في عمل نُحبّه.	38
					أعتقد أنّ الإنسان الذي يحب عمله يستغل كل الوقت لنجاحه	39
					إنّ الوقت يمضي سريعاً جداً أثناء أداء العمل بشغف ومتعة.	40

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- أبو حلاوة، محمد السعيد. (2013). حالة التدفق، المفهوم، الأبعاد، والقياس. الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، (29)، القاهرة: مصر.
- الأعسر، صفاء؛ وكفاي، علاء الدين. (2000). الذكاء الوجداني. دار قباء: القاهرة.
- بلقيرة، أحمد. (2018). التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي، دراسة ميدانية على عينة من العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة، [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة قاصدي مرباح - ورقلة: الجزائر.
- جصاص، لبنى؛ وشحماط، مراد. (2019). المنظمات الدولية والمساعدات الإنسانية بين تقديم الإعانات وتسييس المساعدات، المجلة الجزائرية للأمن الإنساني، 4(1)، 108-126.
- جولمان، دانييل. (2000). الذكاء العاطفي. ترجمة صفاء الأعسر - الملس الوطني للثقافة والفنون والآداب - الكويت.
- حاج موسى، إخلاص. (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالعمل التطوعي مبادرة شارع الحوادث ودمدني في ولاية الجزيرة في السودان. مجلة جامعة الزيتونة الدولية، (3)، 56-89.
- زكي، ألق تائر؛ والنواب، ناجي محمود. (2018). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مركز البحوث النفسية، (28)، 983-1024.
- زيود، زينب؛ ودنورة، فاتن. (2013). دور المنظمات الشعبية والجمعيات الأهلية الشبابية في تعزيز مفاهيم المواطنة الاقتصادية (دراسة ميدانية على الشباب المستفيدين من أنشطة كل منها). مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، 35(3)، 171-194.
- السيد محمد، آلاء. (2023). مقياس التدفق النفسي لدى المراهقات. مجلة الإرشاد النفسي، (75)، 34-66.
- الشربيني، عاطف؛ والعطية، أسماء. (2019). القيمة التنبؤية للتفاؤل في التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر): دراسة مقارنة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 15(3)، 376-359.

- عز الدين، رازان. (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة البعث. *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 19(4)، -96.
- عراقي، الزهراء. (2022). الإسهام النسبي للتوجهات الهدفية في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى معلّمي ذوي الإعاقة الفكرية. *مجلة البحوث التربوية والنوعية*، 1(1)، 89-133.
- عرار، سامية؛ ودعماش، خديجة؛ ومباركي، خديجة. (2016). خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكلوجية الإيجابية الإبداع والسعادة نموذجاً. *مجلة تطوير العلوم الاجتماعية*، 1(15)، 101-117.
- الفهمي، حمدي أحمد بن سالم. (2019). دور الجمعيات الخيرية في تنمية المجتمعات المحلية دراسة من وجهة نظر المستفيدين من برامج وأنشطة جمعية البر الخيرية بمركز جدم. *مجلة القراءة والمعرفة*، 19(211)، 231-264.
- القحطاني، ريم. (2021). تصوّر مقترح لتعزيز الرضا الوظيفي لدى العاملين في الجمعيات الخيرية السعودية. *المجلة الدولية للبحوث والدراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 1(1)، 1-36.
- كامل، سحر. (2016). مستوى التدفق النفسي وعلاقته بأنماط الضبط الصفي لدى المعلمين. *مجلة كلية الدراسات العليا، الجامعة الهاشمية*، 8(17)، 5-135.
- محسن، محمد فايق. (2008). مدى التزام المنظمات غير الحكومية في قطاع غزة بتجهيز وعرض القوائم المالية وفقاً لمتطلبات المعيار المحاسبي الدولي رقم 1. *رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، فلسطين*.
- محمود، هبة. (2018). التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، 42(55)، 104-227.
- الموسوي، عبد العزيز حيدر؛ وشطب، أنس أسود. (2016). التدفق النفسي وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية*، 11(18)، 116-127.
- المنتشة، نيرمين. (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل. *[رسالة ماجستير غير منشورة]*، جامعات محافظة الخليل: فلسطين.

- نصيف، عماد. (2015). التفاضل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي، [رسالة دكتوراه غير منشورة] ، جامعة بغداد: العراق.
- وزارة الشؤون الاجتماعية والعمل السورية (1958) قانون الجمعيات والمؤسسات الخاصة رقم: 93/.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- Csikszentmihalyi, M. (2014). Flow and the Foundations of Positive Psychology, **library of Congress**: New York
- Csikszentmihalyi, M. (1996). **Creativity: Flow the psychology of optimal experience**. New York: Harper and row.
- Kaye, L& Bryce, J (2014). Go with Flow: The Experience and Effective Outcomes of solo Versus Social Game Play. Journal of Gaming and Virtual, 6, 1, P49–61.
- Linsner. S. (2009). Transformational leadership and “flow”: the mediating effects of psychological climate, **An unpublished doctoral dissertation**, Kansas state university: Manhattan.
- Norsworthy, c; Dimmock. J; Jackson. B. (2021). Advancing our understanding of psychological flow: As coping Review of conceptualizations. Measurements, and Applications, **Psychological Bulletin**,147(8), P. 806–827.

الملحق (1) أسماء السادة المحكمين لأدوات البحث

الرقم	اسم المُحكم	الاختصاص الدقيق	المرتبة العلمية	الجامعة
1	د. محمد قاسم عبد الله	صحة نفسية	أستاذ	حلب
2	د. فايز خليف الحسين	الإرشاد المهني	أستاذ	حلب
3	د. عبدُ الله قدور	علم النفس	أستاذ مُساعد	حلب
4	د. مصطفى طيفور	التقويم والقياس	أستاذ مُساعد	حلب
5	د. حنان لطّوف	علاج نفسي	أستاذ مُساعد	البعث
6	د. مهند ابراهيم	علم النفس النمو	أستاذ مُساعد	البعث
7	د. رازان عز الدين	صحة نفسية	أستاذ مُساعد	البعث
8	د. أحمد سباهي	علم النفس	أستاذ مُساعد	حلب
9	د. ديانا دلول	علم النفس الفيزيولوجي	مُدرس	البعث
10	د. رنا أسعد	الإرشاد المدرسي	مُدرس	البعث
11	د. عبد الرحمن شحود	علم نفس العمل	مُدرس	حلب
12	د. رنا الجابي	علم نفس شخصية	مُدرس	حلب
13	د. فاتن وردة	علم نفس اجتماعي	مُدرس	حلب
14	د. شريف غريب	علم نفس تربوي	مُدرس مُتمرن	حلب
15	نوراي نجيب	لُغة عربية	مُدرس	حلب

المُلحق (2) تعريف الأبعاد وبنود المقياس في صورته الأولى.

البُعد الأول: الأهداف الواضحة: أن تكون الأهداف محدّدة ومعروفة في ذهن الفرد سواء حدّدها الفرد مسبقاً أو أثناء أداء المهمة، وإدراك الفرد أنّ الأهداف التي حدّدها قابلة للتحقق لأنّ النشاط يجب ألا يكون موجّهاً نحو هدف معيّن غير قابل للتحقيق.	
1	قبل أن أبدأ بأي عمل أحدّد أهدافي بوضوح.
2	أعتقد أنّ الإنسان الذي يضع هدفاً محدداً هو إنسان ناجح وسعيد.
3	أعرف جيّداً ما هي حقوقي وما هي واجباتي ضمن عملي.
4	أضع أهدافاً واضحة وقابلة للتحقق وأسعى لتحقيقها.
5	تتناسب الأهداف التي أضعها مع مستوى قدراتي وطاقتي.
6	أعمل بشكل عشوائي دون أن يكون هناك هدف واضح.
7	ينزعج مديري في العمل لأنني أعمل بشكل عشوائي.
8	الأهداف التي يضعها الإنسان تجعله ناجحاً عندما تتناسب مع قدراته.
9	أعتقد أنّ الناس يهدرون الفرص لأنهم لا يضعون أهداف قابلة للتحقق.
10	أؤمن بأنّ الأعباء والضغط تزداد عندما لا أضع هدفاً واضحاً وقابلاً للتحقق.
البُعد الثاني: التركيز في المهام: أن يركّز الفرد انتباهه على المهمة التي يقوم بها بشكل أكبر من أي شيء آخر في البيئة، وإلا فسيكون من الصّعب عليه الإنغماس في المهمة، ففي هذه الحالة لا يفكّر الفرد بما يحيط به من أمور الحياة بل يصبّ تفكيره على المهمة التي في متناول يده، ويصبح النشاط الذي يؤدّيه هو كلّ ما يهمّه، وهذا ما يلاحظه عليه الآخرون بسهولة.	
11	لا أكرّث لكل ما يحدث حولي عندما أكون منغمساً في عملي.
12	أقوم بعملي دون التركيز على التفاصيل.
13	أشعر أنّي مشتّت الذّهن عند قيامي بعملٍ ما.

14	يعترف زملاء العمل أنني عندما أنفذ مهمة ما أكون مركزاً فيها بشكل كبير
15	أفقد الإحساس بنفسي أثناء تأدية مهام في المنظمة.
16	لا أعطي انتباهاً للأحداث التي تجري جانبي لأنني مركز تماماً في عملي.
17	أركز كثيراً عندما أؤدي مهام لدرجة نسيان تناول الطعام أو الشعور بالجوع.
18	أشعر بفقدان وعيي لذاتي عندما أقوم بتأدية مهمة ما.
19	تحدث الكثير من الأمور من حولي لكني لا أعيرها أدنى انتباه.
20	أندفع نحو عملي بشغف وحباً به دون انتظار أي مكاسب.
البعد الثالث: الاستمتاع الذاتي: وهي غاية كون المرء في حالة تدفق، وتمثل إحساس يتملك المرء بالقيام بالعمل أو المهمة أو النشاط كغاية في حد ذاته دون انتظار إثابات أو مكافآت أو فائدة في المستقبل.	
21	أشعر بالمتعة وأنا أعمل حتى قبل أن أنهي المهمة.
22	أحب أن أقوم بعملي دون انتظار أي مكافآت خارجية.
23	أؤمن بمقولة أن المتعة في الرحلة وليست في الوصول.
24	أقوم بتأجيل تنفيذ المهام المطلوبة مني إلى أقصى وقت ممكن.
25	ينتابني شعور بالضجر والملل عند أداء مهام في العمل.
26	أستمتع بكل اللحظات التي أمارس فيها عملي، وأوثق الذكريات الجميلة.
27	أثناء أداء عملي لا أشعر بأي تأثير.
28	أكمل المهام المطلوبة مني من باب تأدية الواجب لا أكثر.
29	أقوم بعملي للحصول على مكافأة من مديري في العمل.
30	أشعر بالضغط الذي يجعلني أنجز عملي دون أي متعة.

البُعد الرابع: الإحساس بمرور الوقت: ففي حالة التدفق النفسي يفقد الفرد إحساسه بالزمن إذ تمرّ الساعات وكأنّها دقائق عند أدائه للمهمّة، حيث يفقد قدرته على الإدراك الطبيعي للوقت، وذلك غالباً يعود إلى الاستغراق الكامل بالمهمّة أو النشاط.	
31	أشعر أنّ الوقت يمرّ سريعاً عندما أبدأ بمهام عملي.
32	أتمنى ألا ينتهي الوقت عندما أنفذ مهمة أحبها.
33	أنغمس في العمل لدرجة أتفاجئ أنّ دوامي في العمل قد انتهى.
34	إنّ مرور الوقت عندما أنغمس في عملي يبدو مختلفاً عما هو عليه في المعتاد.
35	أفقد القدرة على إدراك الوقت الطبيعي أثناء تنفيذ في مهمّة ما في عملي.
36	كثيراً ما أنسى نفسي وأنا أعمل حتى يأتي من يخبرني أنّ وقت العمل قد انتهى.
37	أشعر أنّي بحاجة للمزيد من الوقت عندما يُخبرني أحدهم أنّ وقت العمل قد انتهى.
38	تلازمني فكرة أنّ الوقت يجري سريعاً كالسيف عند الإنغماس في عمل نحبه.
39	أعتقد أنّ الإنسان الذي يحب عمله يستغل كل الوقت لنجاح ذلك العمل.
40	إنّ الوقت يمضي سريعاً جداً أثناء أداء العمل بشغف ومُتعة.