



# التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال أبعاد التدفق لدى طلاب كلية التربية - جامعة بنها

إعداد

**أ/ سامح حسن حرب**

مدرس مساعد بقسم علم النفس التربوي

كلية التربية - جامعة بنها

إشراف

**د/ كمال اسماعيل عطية**

أستاذ علم النفس التربوي المساعد

كلية التربية - جامعة بنها

**أ.د/ محمد حسنين محمد**

أستاذ علم النفس التربوي ، ووكيل كلية التربية

لشئون التعليم والطلاب السابق

بحث مشتق من الرسالة الخاصة بالباحث

## التنبؤ بالتحصيل الدراسى من خلال أبعاد التدفق لدى طلاب كلية التربية - جامعة بنها

إعداد

أ/ سامح حسن حرب

مدرس مساعد بقسم علم النفس التربوى

كلية التربية - جامعة بنها

أ.د/ محمد حسنين محمد د/ كمال اسماعيل عطية

أستاذ علم النفس التربوى ، ووكيل كلية التربية

أستاذ علم النفس التربوى المساعد

لشئون التعليم والطلاب السابق

كلية التربية - جامعة بنها

### مستخلص الدراسة

هدفت الدراسة إلى الكشف عن اسهام أبعاد التدفق (وضوح الأهداف، والتغذية الراجعة الواضحة، والشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، وفقدان الوعي الذاتى، التركيز على المهمة ونسيان الوقت، الطبيعة ذاتية الغرض) فى التحصيل الدراسى لدى عينة تكونت فى صورتها النهائية من (٤٥٢) طالبًا وطالبةً من طلاب الفرقة الثالثة (عام) فى التخصصات العلمية والأدبية بكلية التربية جامعة بنها. وقد تم تطبيق مقياس التدفق (إعداد: الباحثين)، وقد تم الحصول على درجات الطلاب فى نهاية العام الجامعى (٢٠١٤/٢٠١٥م). وقد توصلت النتائج إلى وجود تأثير دال إحصائيًا عند مستوى ٠,٠١ لأبعاد التدفق فى التحصيل الدراسى، وكانت الأبعاد الدالة هى: وضوح الأهداف، التغذية الراجعة، الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، التركيز على المهمة ونسيان الوقت، بينما كان بعدى فقدان الوعي الذاتى، والطبيعة ذاتية الغرض غير دالة إحصائيًا.

**مقدمة:**

العملية التعليمية منظومة متكاملة تتضمن مجموعة متفاعلة من العناصر منها: الطالب، والمعلم، والمنهج الدراسي، وأدوات التقويم وغيرها، ويظهر مدى تلك المنظومة بعناصرها المختلفة في مجموعة من المخرجات التعليمية من أهمها التحصيل الدراسي، ولما كان بلوغ الفرد لمستويات مرتفعة من التحصيل الدراسي ذا أهمية كبيرة في حياة الطالب والأسرة والمجتمع على سواء، فقد اتجه العديد من الباحثين إلى دراسة العوامل التي تسهم في التحصيل الدراسي. ولعل التدفق أحد هذه العوامل، حيث يُعد التدفق - أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي - خبرة ذاتية تعكس ظاهرة إيجابية تتحقق عندما يستغرق الفرد في المهام والأعمال مقترنة بحالة انفعالية موجبة، كما يساعد التدفق على إضفاء المعنى والهدف والقيمة في الحياة (محمد السعيد أبو حلاوة، ٢٠١٣، ١٣)\*.

ويحدث التدفق عندما يكون الفرد مندمجاً أو مستغرقاً بصورة مكثفة في نشاط ما من أجل ذلك النشاط في حد ذاته، وهي حالة ينسى فيها المرء ذاته، ويتطير الزمن من بين يديه دون شعور منه به، ويحدث تتالي أو تدفق تلقائي لكل فعل وكل حركة وكل تفكير في وحدة مسار، وبالتالي هي حالة تستولي على المرء بكافة منظومات شخصيته، وتدفعه إلى أن يوظف كل قدراته وإمكانياته ومهاراته إلى أقصى حد ممكن (Csikszentmihalyi, 1995).

ويصف (Csikszentmihalyi, 1990) التدفق على أنه: حالة يجد فيها المرء نفسه مندمجاً بصورة مكثفة intensely في النشاط أو العمل الذي يقوم به مع تجاهل تام لأي أنشطة أو مهام أخرى؛ مع تحقق حالة من الاستمتاع الشخصي يقرره الفرد لمجرد القيام بالفعل أو العمل أو أداء المهمة لذاتها والاستعداد لبذل كل الجهود وتكريس كل الوقت لإنجاز هذه المهمة.

ويرتبط التدفق بالمستوى المرتفع من الأداء الأكاديمي حيث يتميز الطلاب مرتفعي التدفق بالتركيز العالي والإحساس بالقدرة على التحكم، والتي تعد من الخصائص التي تيسر الأداء المرتفع (Eklund, 1996). وحيث أن خبرة التدفق تعد محفزة ومكافأة داخلياً في حد ذاتها intrinsically rewarding، فإن الفرد يسعى إلى تكرار خبرات التدفق، ويعد هذا الأمر ميكانيزم انتقائي يزيد من النمو الشخصي personal growth؛ حيث ينمي الأفراد المستويات

(\*) اتبع الباحث طريقة التوثيق التالية: (اسم الباحث أو الباحثين ، سنة النشر، رقم الصفحة أو الصفحات).

المرتفعة من المهارات حينما ينجزون التحديات المرتبطة بالأنشطة (Nakamura & Csikszentmihalyi, 2009; Shernoff et al., 2003). كما يمكن النظر للتدفق باعتباره قوة نحو النمو الشخصي والتعلم لأن المرء يحتاج باستمرار إلى تحدى نفسه للحفاظ على خبرة التدفق (Kubey & Csikszentmihalyi, 1990). كما يفترض (Landhauser & Keller, 2012) أن التدفق يجب أن يكون له تأثير مباشر وغير مباشر على الأداء. ويرى (Engeser & Rheinberg, 2008) أن التدفق يرتبط بالأداء الجيد لسببين هما:

- أن التدفق يعد حالة وظيفية مرتفعة يجب أن تعزز الأداء في حد ذاتها.
- أن الأفراد الذين يمرون بخبرة التدفق يكونون مدفوعين بصورة أكثر لتنفيذ مزيد من أنشطة التعلم، سعياً نحو المرور بالمزيد من خبرات التدفق مرة أخرى، كما يضعون لأنفسهم مهام أكثر تحدياً. ولذلك، يمكن النظر إلى التدفق على أنه قوة دافعية نحو الامتياز excellence.

ويشير (Mindelson, 2007) أن خبرة التدفق تدفع الأفراد نحو إدارة وقتهم بفعالية، وهو ما يؤدي إلى عمل أكثر ابتكارية وكفاءة.

كما أن الطلاب مرتفعي التدفق يكونون ذوو شخصية ذاتية الغرض تلك التي تتميز بالمستوى المرتفع من تقدير الذات، والقدرة والإرادة على التحكم في انتباههم، والمستوى المرتفع من التركيز، والتوجه نحو الهدف، والدافعية الداخلية، والنزعة نحو الاستمتاع بالنشاط الذي في متناول اليد والتوجه المستقبلي التفاضلي (Mendelson, 2007, 10-11)، مما يعزز من المستويات المرتفعة من الأداء.

وفى إطار العلاقة بين التدفق والتحصيل الدراسي، أجرى (Schuler, 2007) دراسة لدى الطلاب الذين يدرسون مقرر في علم النفس وقد وجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين خبرات التدفق في مواقف التعلم والدرجات النهائية.

كما سعت دراسة (Kim & Seo, 2013) إلى التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال أبعاد التدفق لدى عينة بلغ عددها (٢٧٨) من طلاب الجامعة. وقد تم تطبيق مقياس تدفق التعلم (Kim, Tak & Lee, 2010). وقد أسفرت نتائج تحليل الانحدار عن قدرة أبعاد التدفق (اندماج الفعل والوعي، والخبرة ذاتية الغرض، وتحول الوقت) على التنبؤ بالتحصيل الدراسي

على نحو موجب ودال إحصائياً، بينما يتنبأ فقدان الوعي الذاتي بالتحصيل الدراسي على نحو سالب ودال إحصائياً، وتشترك تلك الأبعاد في تفسير نحو ١٧,٥% من التباين في التحصيل الدراسي. وبعد ادخال كل من: التنظيم الذاتي، والإرجاء الأكاديمي أشارت النتائج إلى وتشترك أبعاد التدفق وعوامل التنظيم الذاتي والإرجاء الفعال في تفسير نحو ٢٨,٤% من التباين في التحصيل الأكاديمي.

وقد هدفت دراسة (Seo, 2011) إلى بحث العلاقة بين التدفق والإرجاء والتحصيل الدراسي، فضلاً عن قدرة أبعاد التدفق على التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى عينة بلغ عددها (١٧٢) من طلاب الجامعة. وقد تم تطبيق مقياس التدفق (Suk & Kang, 2007)، والحصول على درجات التحصيل الدراسي في امتحان نصف العام في مادة علم النفس التربوي. وقد أشارت النتائج إلى عدم دلالة العلاقة بين التدفق والأداء الأكاديمي. وباستخدام تحليل الانحدار المتعدد (مع ادخال أبعاد التدفق في الخطوة الأولى، ومتغيرات الإرجاء في الخطوة الثانية) أشارت النتائج إلى أن بعد تحول الوقت هو المنبئ الوحيد بالأداء الأكاديمي.

كما تضمنت دراسة (Engeser & Rheinberg, 2008) دراستين فرعيتين هدفت كلاً منهما إلى بحث العلاقة بين التدفق والتحصيل في مادتي اللغة الفرنسية والإحصاء، حيث تم قياس مستوى التدفق في مقرر اللغة الفرنسية (الدراسة الأولى)، وأثناء العمل على مهام الإحصاء (في الدراسة الثانية)، وقد أكدت نتائج الدراستين على أنه توجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين التدفق والتقدم في عملية التعلم المقيم بصورة ذاتية Self-assessed ، وكذلك مع الدرجات النهائية. كما أشارت نتائج تحليل الانحدار إلى أن التدفق يتنبأ موجباً ودال إحصائياً بالأداء الأكاديمي حتى بعد التحكم في المعرفة السابقة.

كما حاولت دراسة (Mendelson, 2007) نمذجة العلاقات بين قلق الاختبار والإرجاء الأكاديمي، والتدفق، والتحصيل الدراسي لدى عينة بلغ عددها ١٣٥ من طلاب الجامعة. وقد تم تطبيق مقياس التدفق كحالة (Jackson & Marsh, 1996)، وحساب متوسط المعدلات الفصلية في نهاية العام الجامعي. وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين التدفق ومتوسط المعدلات الفصلية وكذلك الأداء الأكاديمي. بينما أشارت إلى عدم وجود تأثير دال إحصائياً للتدفق في متوسط المعدلات الفصلية أو الأداء الأكاديمي.

كما أسفرت نتائج دراسات كل من: (Zhou, 2011; Joo et al., 2012; 2015) إلى وجود علاقة موجبة ودالة إحصائيًا بين التدفق والتحصيل الدراسي؛ فضلاً عن وجود تأثير موجب ومباشر ودال إحصائيًا للتدفق في التحصيل الدراسي. كما توصلت دراسة (Jackson et al., 2001) إلى أن التدفق يتنبأ بالأداء تنبؤًا موجبًا ودال إحصائيًا، بينما وجدت دراسة (Demerouti, 2006) أنه لا توجد علاقة دالة بين التدفق والأداء، في حين أن التفاعل بين التدفق والوعي كان له تأثير دال إحصائيًا في الأداء.

### مشكلة الدراسة:

من خلال العرض السابق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الكشف عن إسهام أبعاد التدفق (وضوح الأهداف، والتغذية الراجعة الواضحة، والشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، وفقدان الوعي الذاتي، التركيز على المهمة ونسيان الوقت، الطبيعة ذاتية الغرض) في التحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية التربية- جامعة بينها؟

### هدف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى التنبؤ بالتحصيل الدراسي من خلال أبعاد التدفق لدى عينة من طلاب الفرقة الثالثة (عام) بكلية التربية- جامعة بينها.

### أهمية الدراسة:

- تلقي الدراسة مزيدًا من الضوء على أحد المتغيرات المهمة في مجال علم النفس الإيجابي، وهو متغير التدفق حيث لم ينل القدر الكافي من البحث وخصوصًا على مستوى الدراسات العربية.
- توجة عناية القائمين على العملية التعليمية إلى أهمية متغير التدفق كأحد المتغيرات الإيجابية التي تسهم في ارتقاء ونمو الفرد وتزيد من المستويات التحصيلية للطلاب.
- تسهم الدراسة الحالية من خلال بناء مقياس جديد للتدفق والتحقق من بنيته العملية ومؤشراته السيكومترية في إثراء مجال البحث في التدفق.
- الاستفادة مما سوف تسفر عنه الدراسة من نتائج في فهم الدور الذي يلعبه التدفق في أحد نواتج العملية التعليمية وهو: التحصيل الدراسي.

**فرض الدراسة:**

تسهم أبعاد التدفق (وضوح الأهداف، والتغذية الراجعة الواضحة، والشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، وفقدان الوعي الذاتي، التركيز على المهمة، ونسيان الوقت، الطبيعة ذاتية الغرض) في التحصيل الدراسي.

**مصطلحات الدراسة:****أولاً: التدفق Flow:**

لقد بدأ الاهتمام بمفهوم التدفق منذ الستينيات من القرن الماضي على يد عالم النفس الأمريكي الجنسية المجرى الأصل ميهي تشكزينتميهي - في أطروحته للدكتوراه عام ١٩٦٥ - وذلك قبل نحو عشر سنوات من المنشورات الأولى من الدراسات التي تقرر بشكل رسمي ما أطلق عليه تشكزينتميهي فيما بعد " خبرة التدفق " التي ظهرت في أبحاثه بدءاً من مقال منشور في مجلة علم النفس الانساني بعنوان " اللعب والمكافآت الداخلية Play and Intrinsic Rewards"، ثم في كتاب بعنوان " ما وراء الملل والقلق Beyond Boredom and Anxiety " (Csikszentmihalyi, 1975). ويتضح من عنوان هذا الكتاب أن مهمة عمل تشكزينتميهي هي محاولة لفهم وتفسير الاستمتاع الإنساني ورغبة الأفراد في الشعور بالسعادة. ويتكون التدفق من الأبعاد الآتية:-

**١- الأهداف الواضحة والتغذية الراجعة غير المبهمة Clear Goals and Unambiguous Feedback**

يحدث التدفق في المقام الأول عندما تكون هناك أهداف واضحة يحاول الفرد الوصول إليها، وعندما توجد تغذية راجعة واضحة عن أداء الفرد؛ حيث تعمل الأهداف على تحديد الاتجاه والغرض للسلوك. وتكمن أهمية وضوح الهدف في كونه يؤدي إلى: توجيه وتركيز الانتباه مدة طويلة تكفي الفرد في تحقيق خبرة التدفق، فضلاً عن الاستفادة من قدرات الفرد وصقلها (Csikszentmihalyi, 1993: 179). كما تعمل التغذية الراجعة الفورية على معرفة الفرد بمدى تقدمه بصورة جيدة في النشاط، وتفرض عليه إما أن يعدل أو يحافظ على المسار الحالي من الفعل (Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2005, 602).

**٢- التوازن بين التحديات والمهارات Challenge - Skill Balance:**

يُعد التوازن بين المهارات والتحديات من المكونات المهمة لخبرة التدفق. وعندما تكون التحديات والمهارات مرتفعين ومتلائمين، فإن انتباه الفرد كله يكون مطلوب للتركيز على المهمة

التي فى متناول اليد، ويمكن أن تتنوع التحديات طبقاً لتنوع أهداف النشاط (Csikszentmihalyi, 1993, 181). كما أن إدراك الفرد للتحديات والمهارات لا يتطلب بالضرورة وجودها الموضوعى. وعندما تتلائم التحديات المدركة مع المهارات بشكل جيد، فإن الانتباه يكون مستغرق تماماً، ولو أن التحديات تجاوزت المهارات، فإن الفرد يصبح قلقاً؛ ولو أن المهارات تجاوزت التحديات، فإن الفرد يسترخى ثم يشعر بالملل. وتقدم تلك الحالات الشخصية تغذية راجعة عن العلاقة المتغيرة للبيئة تدفع الفرد نحو تعديل السلوك من أجل الهروب من الحالات الشخصية المنفردة بصورة أكثر وإعادة الدخول فى التدفق (Csikszentmihalyi, Abuhamdeh & Nakamura, 2005, 601-602).

### ٣- اندماج الفعل والوعى :Merging of Action And Awareness

يُعد الاندماج بين الفعل والوعى هو العلامة الأكثر وضوحاً لخبرة التدفق. والفرد فى التدفق ليس لديه منظور ثنائى dualistic perspective: أى أنه واعٍ بأفعاله ولكن غير واعٍ بذاته. وحتى يتم الحفاظ على التدفق، فإن الفرد لا يمكنه أن يفكر أو يتأمل فى فعل الوعى ذاته. وعندما يصبح الوعى موزع، بحيث يمكن للمرء أن يدرك النشاط من " الخارج"، فإن التدفق يتوقف. ولذلك، يكون من الصعب الحفاظ على التدفق لأى وقت من الزمن بدون انقطاعات لحظية على الأقل. وتحدث تلك الانقطاعات عندما تلمع التساؤلات فى العقل: " هل أودى بشكل جيد؟ " " ما الذى أفعله هنا؟ " " هل يجب على فعل ذلك؟"، وعندما يكون الفرد فى حلقة تدفق، فإن تلك التساؤلات ببساطة لا تأتى إلى العقل (Csikszentmihalyi, 1975, 38).

### ٤- فقدان الوعى الذاتى :Loss of Self-Consciousness

يوجد فى الحياة اليومية أنواع متعددة من الانشغالات التى غالباً ما تسبب الفوضى فى الوعى، ولكن عندما نستغرق بصورة عميقة فى ما نفعله، فإن المخاوف المتعلقة بالذات تبتعد عن تركيز الإنتباه؛ ومن ثم لا نفكر فى أنفسنا وكيف نبدا، وما اذا كان الآخرين يحبوننا أم لا (Csikszentmihalyi, 1993, 185). ولا يعنى نسيان الذات self-forgetfulness أنه فى التدفق يفقد الفرد الاتصال مع واقعه البدنى الخاص به. وفى بعض أنشطة التدفق - وربما فى معظمها - يصبح الفرد أكثر وعياً مكثفاً بالعمليات الداخلية (Csikszentmihalyi, 1975, 43).



## ٤- التركيز على المهمة التي في متناول اليد Concentration on the Task at Hand:

تتطلب خبرة التدفق تركيز الانتباه الكامل على المهمة التي في متناول اليد مما لا يدع مجالاً في العقل للمعلومات غير ذات الصلة؛ حيث يخفى المثير الذي لا يرتبط بالمهمة، وتتوقف المخاوف والهموم بصورة مؤقتة (Csikszentmihalyi, 1990, 58; Csikszentmihalyi, 1993, 178). ويؤدي مثل هذا التركيز العميق بدوره إلى التركيز على الحاضر، ولذلك تميل المشاكل والمخاوف التي هي استنزاف للطاقة النفسية energy psychic في الحياة اليومية إلى الاختفاء. ويقرر الأفراد نسيان متاعبهم لأن كثافة الخبرة تحول دون التأمل في الماضي أو المستقبل (Csikszentmihalyi, 1993, 184).

## ٥- الشعور بالتحكم في أفعال الفرد، والسيطرة على متطلبات البيئة The Feeling of Control:

توصف خبرة التدفق عادة على أنها تتطوى على الإحساس بالتحكم، أو بتعبير أكثر دقة كنقص في الإحساس بالقلق المتعلق بفقدان السيطرة الذي هو الحال في الكثير من المواقف في الحياة الطبيعية (Csikszentmihalyi, 1990, 59). وفي الحياة اليومية يوجد العديد من اللاتوازنات imponderables التي يمكن أن تؤثر علينا، كما توجد الكثير من الأحداث التي تكون لدينا قوة أقل في السيطرة عليها، بينما في التدفق على الرغم من ذلك، فإننا نرى أن التحكم ممكناً (Csikszentmihalyi, 1993, 182).

## ٦- تحول الوقت Transformation of Time:

عندما نستغرق في خبرات التدفق فإننا ندرك أن الوقت لم يعد يمر بالطريقة المعتادة كما يبدو في الواقع. ويقرر معظم الأفراد بصفة عامة أن الوقت يمر بصورة أسرع بكثير من المعتاد. ولكن في بعض الأحيان الأخرى قد يحدث العكس (Csikszentmihalyi, 1990, 66) فقد نشعر في بعض المهام أو الأنشطة المتكررة أن الساعات تمر كما لو كانت دقائق. وعلى النقيض من ذلك، ففي المهام التي تتطلب مهارات سريعة معقدة، فإن الوقت يبدو كما لو كان بطيئاً (Carr, 2011, 115).

**٧- الطبيعة ذاتية الغرض Autotelic Nature:**

تُعد خبرة التدفق ذاتية الغرض حيث يستغرق الفرد في الأنشطة من أجل الاستمتاع بها في حد ذاتها وليس من أجل بعض الفوائد المستقبلية المتوقعة (Carr, 2011, 115; Csikszentmihalyi, 1990, 67). وحيث أن الخبرة تكون ممتعة جدًا، فإن الفرد يميل إلى تكرار ما يساعده على حدوثها. وفي بعض الأحيان تكون خبرة التدفق في نشاط معين مرضيه جدًا لدرجة أن الفرد يمكن أن يكرس حياته كلها من أجلها. ولهذا السبب كان من المهم جدًا تعلم الاستمتاع بالأنشطة والمهام التي نقوم بها- سواء في العمل أو الدراسة- لأنها سوف تدفعنا نحو مزيد من تكرار تلك الخبرات التي تؤدي بدورها إلى نمو الذات بدلاً من الفوضى (Csikszentmihalyi, 1993, 186-187).

وبناء على ما تقدم يمكن تعريف التدفق على أنه: " حالة نفسية موجبة يشعر فيها الفرد بالتوازن بين التحديات المرتبطة بالموقف وقدراته على إنجازها ويتطلب ذلك استغراقًا عميقًا وتركيزًا مكثفًا فيما يقوم به من أعمال، فضلًا عن التكامل والتناغم بين الأفكار والأفعال السلوكية - فتبدوان وكأنهما وحدة واحدة- أثناء القيام بالعمل، ويؤدي ذلك إلى فقدان الإحساس بالزمان والمكان والوعي الذاتي وأي شيء آخر غير العمل في حد ذاته، مع الشعور بالاستمتاع والرضا". أو كما يقاس بمقياس التدفق المستخدم في الدراسة الحالية.

**ثانيًا: التحصيل الدراسي:**

وهو مقدار استيعاب الطلاب لما تم تعلمه من خبرات تعليمية سابقة، ويعرف إجرائيًا في الدراسة الحالية بالمجموع الكلي الذي يحصل عليه طلاب الفرقة الثالثة (عام) كلية التربية جامعة بنها في نهاية العام الجامعي (٢٠١٤-٢٠١٥م).

**عينة الدراسة:**

تكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من (٤٥٢) طالبًا وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة (عام) جميع الشعب بكلية التربية جامعة بنها، المقيدون في العام الجامعي (٢٠١٤/٢٠١٥) بمتوسط عمر (٢٠,٧٤)، وانحراف معياري (٠,٣٧).

## أدوات الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المقياس التالي:

### مقياس التدفق (اعداد الباحثين).

#### أولاً: خطوات اعداد المقياس:

١ - الاطلاع على التراث النفسى والدراسات السابقة فى التدفق وكذلك مراجعة المقاييس السابقة التى وضعت لقياس التدفق - وذلك سعياً لتحديد مفهوم التدفق وأبعاده - ومنها: مقياس التدفق كحالة (Jackson & Marsh, 1996)، ومقياس التدفق النزوعى (Jackson et al., 1998)، ومقياس التدفق كحالة وكسمة (Jackson & Eklund, 2002)، والصورة المختصرة لهذين المقياسين (Jackson, Martin & Eklund, 2008)، ومقياس التدفق كحالة - كسمة الأساسى (Martin & Jackson, 2008)، ومقياس التدفق المختصر (Rheinberg et al., 2003)، ومقياس التدفق (آمال عبد السميع باظة، ٢٠١١)، ومقياس التدفق (محمد السيد صديق، ٢٠٠٩).

وفى ضوء تعريف التدفق يمكن تحديد أبعاده فيما يلى:

- **وضوح الأهداف Clear Goals:** وتعنى إدراك الفرد للغاية من العمل ومعرفته لما يرغب فى تحقيقه، وتحديد الاتجاه وتوجيه السلوك وطرق العمل وترتيب الأولويات والوسائل بشكل منطقي بما يخدم تحقيق الهدف.
- **التغذية الراجعة غير المبهمة (الواضحة) unambiguous feedback:** معرفة الفرد وإدراكه لنتائج أفعاله المتنوعة أثناء أداء العمل، والوعى بكل خطوة من خطوات الفعل، وإدراك للصعوبات وكيفية التغلب عليها، ومدى جودة أداء الفرد فى أى وقت.
- **التوازن بين المهارات والتحديات Challenge-Skills Balance:** إدراك الفرد بأنه يقابل تحدياً، وامتلاكه للقدرات اللازمة لمواجهته، وتحقيق متطلبات العمل، بالإضافة إلى المستوى المرتفع من المهارات والتحديات وإدراك الفرد للتوازن بينهما.
- **اندماج الفعل والوعى Merging of action and awareness:** استغراق الفرد فى العمل الذى يقوم به، وعدم الإحساس بالانفصال الذاتى عما يفعله، والتناغم والانسجام بين الأفكار والأفعال السلوكية كأنهما وحدة واحدة أثناء القيام بالعمل، ومن

ثم يصبح النشاط عفويًا، وتلقائيًا، ويدرك على أنه لا يتطلب مجهودًا effortless حتى حينما يتطلب الأمر ذلك.

- **فقدان الوعي الذاتي (عدم الانشغال بالذات) Loss of self-consciousness:** عدم الوعي بالانشغالات الذاتية عند الاستغراق في العمل، والبعد عن المخاوف الذاتية، وعدم التفكير في الذات وكيف يبدو الفرد، وكيف يقيمه الآخرون، وفقدان الوعي بمفهوم الذات الذي يعمل وسيطاً بين حاجات الفرد والمتطلبات الاجتماعية.
  - **التركيز على المهمة Concentration on the Task:** تركيز الانتباه على العمل مع استبعاد المعلومات غير ذات الصلة، وتضييق بؤرة الانتباه على مجال مثير محدد دون غيرها من المثيرات البيئية التي لا ترتبط بالعمل، وحصر الاهتمام في اللحظة الحاضرة.
  - **الشعور بالتحكم The feeling of control:** وهو شعور الفرد بإمكانية السيطرة على ما يقوم به من أفعال وأفكار وسلوكيات أثناء أداء العمل، والتحكم في خطوات الفعل، والمرونة في أداء العمل، وتعديل السلوك وتطويع الذات في خدمة النشاط، مع السيطرة على كل الاحتمالات الممكنة والطرق المتاحة لأداء العمل.
  - **تحول الوقت Transformation of Time:** إدراك الفرد بأن الوقت لا يمر بالطريقة المعتادة كما يبدو في الواقع، وتغير مسار الوقت إما أن الوقت يمر بسرعة، أو ببطء شديد.
  - **الطبيعة ذاتية الغرض Autotelic nature:** تكون خبرة التدفق غاية في حد ذاتها وليس وسيلة لتحقيق هدف معين أو الحصول على مكافآت خارجية أو إثابات أو اعتراف من الآخرين، أي لا ينتظر من أداء النشاط تحقيق بعض الفوائد المستقبلية المتوقعة، وإنما أداء النشاط من أجل الاستمتاع به في المقام الأول. ورغبة الفرد في استمرار العمل، كما يميل الفرد إلى تكرار الخبرة مرة أخرى من أجل الحصول على خبرة مشابهة.
- ٢- أعد الباحث مجموعة من العبارات لكل بعد من أبعاد التدفق، وقد راعى الباحث في صياغة تلك العبارات أن تكون سهلة، وواضحة، وقصيرة، وأن تقيس الأبعاد التي وضعت من أجلها، وأن تكون مناسبة لعينة الدراسة، وتتضمن بعض العبارات السالبة.
- ٣- عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية.

**ثانياً: الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق:****أ) صدق المحكمين:**

بعد الانتهاء من إعداد المقياس في صورته الأولية ، تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين بهدف التحقق من سلامة التعريف الإجرائي للتدفق، وكذلك تعريف كل بعد من أبعاد التدفق، ومدى انتماء كل عبارة للبعد الذى وضعت لقياسه، ومدى مناسبة صياغة العبارات لعينة الدراسة. وفى ضوء ذلك قام الباحثين بإجراء التعديلات التى أشار إليها المحكمين سواء ما يتعلق منها بتعريف التدفق أو الأبعاد الفرعية أو مناسبة العبارات وانتمائها لكل بعد.

**ب) الكشف عن البنية العاملية:**

قام الباحث الحالى بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٣٥٠) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة عام بكلية التربية جامعة بنها، وقد تم تحليل البيانات باستخدام التحليل العاملى بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس للكشف عن البنية العاملية لمقياس التدفق، والجدول (١) يوضح نتائج التحليل العاملى.

**جدول (١) : نتائج التحليل العاملى النهائية بطريقة المكونات الأساسية**

والتدوير المتعامد لمقياس التدفق (ن=٣٥٠).

العامل الأول		العامل الثانى		العامل الثالث		العامل الرابع		العامل الخامس		العامل السادس	
رقم العبارة	قيم التشعب	رقم العبارة	قيم التشعب	رقم العبارة	قيم التشعب	رقم العبارة	قيم التشعب	رقم العبارة	قيم التشعب	رقم العبارة	قيم التشعب
٣٠	٠,٥٩٩	٦	٠,٤٥٦	١	٠,٧٥٣	١٩	٠,٤٦٧	٥	٠,٧٣٥	٩	٠,٥٣٣
٣٩	٠,٤٩٩	٢٤	٠,٤٧٤	١٠	٠,٦١٥	٢	٠,٥٦٠	١٤	٠,٧٠٧	١٨	٠,٦٤٥
٤٨	٠,٥٣٣	٣٣	٠,٤٣٣	٢٨	٠,٤٤٩	١١	٠,٥٩١	٢٣	٠,٦٠٥	٢٧	٠,٦٢٨
٥٧	٠,٤٥٧	٦٠	٠,٥٠٢	٣٧	٠,٦٤٢	٢٠	٠,٧١٧	٥٩	٠,٧٠٨	٣٦	٠,٥١٧
٣٤	٠,٥٨٩	٥٠	٠,٤٦٥	٣٨	٠,٤٨٧	٢٩	٠,٤٩٢				
٤٣	٠,٧٢٣	٦٦	٠,٤٦١								
٥٢	٠,٦٣٨	٨	٠,٤٩٣								
٦١	٠,٦٢٢	٢٦	٠,٧٥٩								
٤٩	٠,٥٩٤	٣٥	٠,٦٦٧								
الجذر الكامن	٣,١١٧		٢,٧٦٣		١,٧٩٦		١,٦٣٧		١,٩٠٧		١,٣٦٢
التباين العاملي	%٥,٢٥٤		%٤,٧١		%٢,٩٤٦		%٢,٨٢٧		%٢,٧٥٥		%٢,٣٢٣
التباين الكلى	%٢٠,٨١٥										

- ومن الجدول (١) يتضح تشبع عبارات المقياس على ستة عوامل هي:
- **العامل الأول:** وتشبعت عليه ٩ عبارات، حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٧٣٢، للعبارة (٤٣) إلى ٠,٤٥٧، للعبارة (٥٧)، وبفحص مضمون تلك العبارات نجد أن ٤ عبارات منها قد وضعت لقياس "الشعور بالتحكم" في ما يقوم به الفرد من أفعال وسلوكيات أثناء أداء العمل، والمرونة في أداء العمل، وتعديل السلوك وتطوير الذات والتحكم في الطرق المتاحة لأداء العمل. بينما تشبعت على هذا العامل ٤ عبارات وضعت لقياس التوازن بين المهارات والتحديات، وتعكس قدره الفرد على تنفيذ المهام التي تمثل تحدياً بالنسبة له، وإملاكه للمهارات اللازمة لإنجاز العمل، وإدراكه للتوازن بين المهارات التي يمتلكها والتحديات التي يواجهها أثناء أداء تلك المهام، ولما كان إدراك الفرد لهذا التوازن يعزز من قدرته على التحكم في أدائه أثناء العمل والسيطرة على متطلبات العمل والخطوات التي يقوم بها، فإنه يمكن تسمية هذا العامل: "الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات".
  - **العامل الثاني:** وتشبعت على هذا العامل ٩ عبارات، حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٧٥٩، للعبارة (٢٦) إلى ٠,٤٣٣، للعبارة (٣٣)، وبفحص مضمون تلك العبارات نجد أن ٥ عبارات منها قد وضعت لقياس التركيز على المهمة، وتمثل تلك العبارات تركيز الانتباه بشكل كامل على العمل الذي يقوم به الفرد، وحصص الإهتمام في اللحظة الحاضرة، وشعور الفرد بأنه منفصل عما يحيط به. كما تشبعت على هذا العامل ٣ عبارات (٨، ٢٦، ٣٥) والتي وضعت لقياس بعد تحول الوقت، وتتناول تلك العبارات شعور الفرد بمرور الوقت بشكل غير معتاد عما هو طبيعي أثناء الاستغراق في العمل، ونسيان الزمان عند أداء عمل ممتع. ويمكن الإشارة إلى أن العبارة ٥٠ تشبعت على هذا العامل ومضمونها " يشغلني العمل عن همومي ومشكلاتي الشخصية" وتلك العبارة قد وضعت لقياس فقدان الوعي الذاتي، وهي لا تتعارض مع مضمون العبارات السابقة حيث أن تركيز الانتباه على العمل دون غيره من المثيرات ذات الصلة يعمل على نسيان الزمان والمكان وعدم الإنشغال بالمشكلات الشخصية بصورة مؤقتة. وعلى ذلك يمكن تسمية هذا العامل " تركيز الانتباه على العمل لدرجة نسيان الوقت ".
  - **العامل الثالث:** وتشبعت عليه ٥ عبارات؛ حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٧٥٣، للعبارة (١) إلى ٠,٤٤٩، للعبارة (٢٨)، وبفحص مضمون تلك العبارات التي تشبعت علي هذا

العامل نجد أن ٤ عبارات منها قد وضعت لقياس بعد وضوح الأهداف، فضلاً عن أن أعلى تشبع كان للعبارة (١) ؛ والتي تنتمي لهذا البعد، وتشتمل عبارات هذا العامل على تحديد الفرد للهدف الذى يسعى إليه عند الاندماج فى العمل، وخطوات العمل التى يجب عليه القيام بها من أجل تحقيق الهدف، وترتيب أولويات العمل الذى يقوم به قبل البدء فيه. وبناءً على ذلك يمكن تسمية هذا العامل: "وضوح الأهداف" ، والجدير بالذكر أن العبارة (٣٨) التى تشبعت على هذا العامل قد وضعت لقياس التغذية الراجعة، وبفحص مضمون العبارة نجد أنها تعنى دراية الفرد بالخطوات التى يقوم بها الواحدة تلو الأخرى عند الاندماج فى عمل ما وبصورة مستمرة، ومن ثم وضوح مسار الفعل فى ذهن الفرد على نحو مستمر أثناء أداء المهام التى يقوم بها.

■ **العامل الرابع:** وتشبعت عليه ٥ عبارات، حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٧١٧ للعبارة (٢٠) إلى ٠,٤٦٧ للعبارة (١٩) ، وبفحص مضمون تلك العبارات نجد أن ٤ عبارات منها تعكس معرفة الفرد بنتائج أفعاله المتنوعة أثناء أداء العمل، ومدى ملائمة تلك الأفعال مع مسار العمل الذى يقوم به، مع معرفة الفرد بنتائجها، ومدى تقدم الفرد فى انجاز الهدف الذى يسعى اليه، وبناءً على ذلك يمكن تسمية هذا العامل: "التغذية الراجعة" . وقد تشبعت العبارة (١٩) على هذا العامل ومضمونها: " خطوات العمل الذى أقوم به واضحة فى ذهنى" ، والتي قد وضعت لقياس وضوح الأهداف، وهى لا تتعارض مع التغذية الراجعة؛ حيث أن وضوح خطوات العمل يساعد الفرد على معرفته بصورة مستمرة مدى ملائمة الخطوات التى يتخذها بصورة مستمرة لما يريد إنجازه.

■ **العامل الخامس:** وتشبعت عليه ٤ عبارات ، حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٧٣٥ للعبارة (٥) إلى ٠,٦٠٥ للعبارة (٢٣) ، وبفحص مضمون تلك العبارات نجد أنها جميعاً قد وضعت لقياس بعد فقدان الوعي الذاتى، وتمثل تلك العبارات عدم الإنشغال بالذات عن أداء العمل، أو القلق من تقييم الآخرين للفرد، والبعد عن المخاوف الذاتية المتعلقة بمدى جودة الأداء، وكيف يبدو الفرد بالنسبة للآخرين، أو الإنشغال بتعليقات الآخرين أثناء أداء العمل. وعلى ذلك يمكن تسمية هذا العامل " فقدان الوعي الذاتى أو عدم الانشغال الذاتى " .

■ **العامل السادس:** وتشبعت على هذا العامل ٤ عبارات ، حيث تراوحت قيم التشبعات من ٠,٦٤٥ للعبارة (١٨) إلى ٠,٥١٧ للعبارة (٣٦) ، وبفحص مضمون تلك العبارات نجد أنها جميعاً قد وضعت لقياس الطبيعة ذاتية الغرض ، وتمثل تلك العبارات شعور الفرد بالاستمتاع عند أداء العمل ويترك العمل أثراً إيجابياً فى نفس الفرد، ومن ثم يميل إلى

استمرار العمل دون توقف ويكون تكرار العمل من أجل الاستمتاع به في حد ذاته. وبناء على ذلك يمكن تسمية هذا العامل " الطبيعة ذاتية الغرض ".  
وفي ضوء مؤشرات الصدق الحالية سواء ما يتعلق منها بصدق المحكمين، أو بالصدق العاملي ، يمكننا القول بأن المقياس يتمتع بدرجة من الصدق يمكن الوثوق فيها.

### ج) الاتساق الداخلي:

١- قام الباحث بتقدير معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفردة منه. والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢) : معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة من مفردات مقياس التدفق

والدرجة الكلية للبعد الذي يمثلها بعد حذف درجة المفردة (ن=٧٥).

البعد	المفردة	معامل الارتباط	البعد	المفردة	معامل الارتباط
وضوح الأهداف	١	*٠,٤٨١	شئدان الوعى الذاتى	٢٠	*٠,٤٩٦
	٢	*٠,٤٤٧		٢١	*٠,٤٩٠
	٣	*٠,٤٩٧		٢٢	*٠,٣٦٠
	٤	*٠,٤٨٩		٢٣	*٠,٣٠٥
التغذية الراجعة الواضحة	٥	*٠,٣٠٣	التركيز على المهمة ونسيان الوقت	٢٤	*٠,٥١٣
	٦	*٠,٣٣١		٢٥	*٠,٣٦٨
	٧	*٠,٤٦٥		٢٦	*٠,٣٨٠
	٨	*٠,٤٥٩		٢٧	*٠,٤٨٢
	٩	*٠,٣٠		٢٨	*٠,٥٦٨
	١٠	*٠,٤١١		٢٩	*٠,٥٥٣
الشعور بالتحكم والتحديات والتحديات	١١	*٠,٤٨٠	الطبيعة ذاتية الغرض	٣٠	*٠,٦١٢
	١٢	*٠,٤٩٧		٣١	*٠,٦٧٩
	١٣	*٠,٣٨٧		٣٢	*٠,٥٧٧
	١٤	*٠,٤٧٧		٣٣	*٠,٤٣٢
	١٥	*٠,٥٦١	٣٤	*٠,٥٢٥	
	١٦	*٠,٥٠٨	٣٥	*٠,٣٥٣	
	١٧	*٠,٦٠٠	٣٦	*٠,٣٦٨	
	١٨	*٠,٤٨٠			
	١٩	*٠,٤٩٥			



ومن الجدول (٢) يتضح أن معاملات الارتباط بين المفردات مع درجة البعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة المفرد من البعد الذي يمثلها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة مقبولة من الإتساق الداخلي.

٢- تم تقدير معاملات الارتباط بين درجات المفحوصين على كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد منه، ويتضح ذلك من الجدول (٣):

**جدول (٢) : معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس التدفق والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد منها (ن=٧٥).**

البعد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة الإحصائية
وضوح الأهداف	٠,٤٢٢	دال عند ٠,٠١
التغذية الراجعة الواضحة	٠,٥٦٨	
الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات	٠,٧١١	
فقدان الوعي الذاتي	٠,٣٢٠	
التركيز على المهمة ونسيان الوقت	٠,٤٥٢	
الطبيعة ذاتية الغرض	٠,٥٠١	

ومن الجدول (٣) يتضح أن قيم معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد مقياس التدفق والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة البعد منها جميعها دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة من الإتساق الداخلي يمكن الوثوق فيها.

### ثبات المقياس:

تم حساب ثبات مقياس التدفق باستخدام معامل ألفا كرونباخ ؛ حيث بلغت قيمة معامل ألفا ٠,٨٥ للمقياس ككل، كما تم حساب معامل ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس وبلغت قيمتها: ٠,٦٨٨ لبعد وضوح الأهداف، ٠,٦٤٨ لبعد التغذية الراجعة، ٠,٧٦٢ لبعد الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، ٠,٦١٦ لبعد فقدان الوعي الذاتي، ٠,٧٠٧ لبعد التركيز على المهمة ونسيان الوقت، ٠,٥٤٨ لبعد الطبيعة ذاتية الغرض. ويتضح من تلك المؤشرات أن المقياس يتمتع بدرجة من الثبات يمكن الوثوق فيها.

### ثالثاً: وصف مقياس التدفق في صورته النهائية:

يتكون مقياس التدفق في صورته النهائية من (٣٦) مفردة موزعة على ستة أبعاد، وضع أمام كل مفردة خمسة بدائل اختيارية هي: (دائماً - غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً) بحيث تمثل تدرجاً

لإستجابات الفرد على المقياس، ويتم تقدير الدرجة على كل مفردة في مدى يتراوح بين (١-٥) وفقاً لمدى الانطباق فيما عدا العبارات السالبة أرقام (٢٣، ٢٦، ٣٥) التي تصحح بطريقة (١-٥) وفقاً لمدى الإنطباق. ويوضح الجدول (٤) أبعاد مقياس التدفق وأرقام عبارات كل بعد.

جدول (٤) : أبعاد مقياس التدفق ومفردات كل بعد.

الأبعاد	المفردات	عدد المفردات
وضوح الأهداف	٥،٤،٣،٢،١	٥
التغذية الراجعة الواضحة	١٠،٩،٨،٧،٦	٥
الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات	١٩،١٨،١٧،١٦،١٥،١٤،١٣،١٢،١١	٩
فقدان الوعي الذاتي	٢٣،٢٢،٢١،٢٠	٤
التركيز على المهمة ونسيان الوقت	٣٢،٣١،٣٠،٢٩،٢٨،٢٧،٢٦،٢٥،٢٤	٩
الطبيعة ذاتية الغرض	٣٦،٣٥،٣٤،٣٣	٤
اجمالي عدد مفردات المقياس		٣٦

### إجراءات الدراسة :

سارت اجراءات الدراسة على النحو التالي:

- اختيار عينة الدراسة الأساسية من بين طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية- جامعة بنها من المقيدين بالعام الجامعي (٢٠١٤/٢٠١٥م).
- تطبيق مقياس التدفق على العينة الاستطلاعية والتأكد من المؤشرات السيكمترية له.
- تطبيق مقاييس التدفق بعد تقنيه على عينة الدراسة الأساسية.
- الحصول على كشوف درجات الطلاب في نهاية العام الجامعي (٢٠١٤/٢٠١٥م) للتعرف على التحصيل الدراسي.
- تحويل درجات الطلاب في نهاية العام الجامعي إلى نسبة مئوية وذلك لاختلاف أسقف الدرجات في التخصصات المتنوعة.
- تصحيح استجابات الطلاب على مقياس التدفق ورصد البيانات ودرجات التحصيل الدراسي تمهيداً لإجراء المعالجات الإحصائية المناسبة واختبار مدى تحقق الفروض.

### نتائج الدراسة وتفسيرها :

تهدف الدراسة إلى التحقق من الفرض التالي:

تسهم أبعاد التدفق (وضوح الأهداف، والتغذية الراجعة الواضحة، والشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات، وفقدان الوعي الذاتي، التركيز على المهمة ونسيان الوقت،

الطبيعة ذاتية الغرض) في التحصيل الدراسي". وللتحقق من هذا الفرض تم حساب تحليل الإنحدار المتعدد باستخدام أسلوب (Stepwise) والجدول (٥) يوضح ذلك:

جدول (٥) : تحليل التباين لإنحدار لأبعاد التدفق على التحصيل الدراسي.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة
الإنحدار	٩٠٨١٩٤,٣	٢	٤٥٤٠٩٧,١٤	٦,٨٥٦	٠,٠١
البواقي	٢٥٦٢٢٢٥٧	٣٨٧	٦٦٢٣٣,٢٢		

ومن الجدول (٣) يتضح أنه : يوجد تأثير دال إحصائيًا عند مستوى ٠,٠١ لأبعاد التدفق في التحصيل الدراسي، ويسهم التدفق وأبعاده في تفسير نحو ٢١,٦% من التباين الكلي في التحصيل الدراسي والجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦) تحليل الإنحدار المتعدد للعوامل المنبئه (أبعاد التدفق) بالتحصيل الدراسي.

مصدر الإنحدار	معامل الإنحدار	الخطأ المعياري	معامل بيتا	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
ثابت الإنحدار	٢٢١٥,٨٦٨	٤٤,٦٠		٤٩,٦٧	٠,٠١
وضوح الأهداف	٠,٠٤٢	٠,١٢٢	٠,٢١٧	٣,٩٣٠	٠,٠١
التغذية الراجعة الواضحة	٠,٧٨	٠,٠٧٨	٠,١٦٠	٣,٤١٠	٠,٠١
والشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات	٠,٣٠٩	٠,١٦٢	٠,١١٤	١,٩٠٥	٠,٠٥
وفقدان الوعي الذاتي	٠,٢٤٣	٠,١٨٢	٠,٠٥٩	١,٠٦٠	غير دالة
التركيز على المهمة ونسيان الوقت	٠,٢٨٠	٠,١٨٢	٠,١٠٢	١,٦٨	٠,٠٥
الطبيعة ذاتية الغرض	٠,٠٢٥	٠,٠٤١	٠,٠٣٧	٠,٦١٨	غير دالة

يتضح من جدول (٦) ما يلي:

- ١- دلالة قيمة "ت" لبعده وضوح الأهداف في التحصيل الدراسي على نحو موجب ودال إحصائيًا عند ٠,٠١ وبلغ نسبة اسهام هذا البعد- في التحصيل- ٢٢%.
- ٢- دلالة قيمة "ت" لبعده التغذية الراجعة الواضحة في التحصيل الدراسي على نحو موجب ودال إحصائيًا عند ٠,٠١ وبلغ نسبة اسهام هذا البعد- في التحصيل- ١٦%.
- ٣- دلالة قيمة "ت" لبعده الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات في التحصيل الدراسي على نحو موجب ودال إحصائيًا عند ٠,٠٥ وبلغ نسبة اسهام هذا البعد- في التحصيل- ١١%.

- ٤- عدم دلالة قيمة "ت" لبعء فقدان الوعي الذاتى فى التحصيل الدراسى.
- ٥- دلالة قيمة "ت" لبعء التركيز على المهمة ونسيان الوقت فى التحصيل الدراسى على نحو موجب ودال إحصائياً عند ٠,٠٥، وبلغ نسبة اسهام هذا البعد- فى التحصيل- ١٠%.
- ٦- عدم دلالة قيمة "ت" لبعء الطبيعة ذاتية الغرض فى التحصيل الدراسى.
- وفى ضوء هذه النتائج يتضح تحقق فرض الدراسة جزئياً، ويمكن استنتاج معادلة التنبؤ بالتحصيل الدراسى على النحو التالى: التحصيل الدراسى = ٢٢١٥,٨٦٨ + (٠,٠٤٢) وضوح الأهداف + (٠,٧٨) التغذية الراجعة + (٠,٣٠٩) الشعور بالتحكم والتوازن بين المهارات والتحديات + (٠,٢٨٠) التركيز على المهمة ونسيان الوقت.
- وتشير نتائج الدراسة اجمالاً أن الطلاب الذين يدركون أهدافهم بوضوح، ويعرفون عند أى لحظة مدى ملائمة أفعالهم أثناء الأنشطة المرتبطة بالهدف، ويدركون أن مهاراتهم كافية لمواجهة متطلبات المهام ويشعرون بأنهم قادرين على التحكم والسيطرة عليها، ويركزون انتباههم على المهام الأكاديمية لدرجة عدم إدراكهم لمرور الوقت على نحو معتاد يكونوا أكثر احتمالاً للحصول على درجات مرتفعة فى التحصيل الدراسى فى نهاية العام الجامعى، بينما لا يؤثر فقدان الطلاب للوعى بذواتهم ومشكلاتهم الشخصية، أو مدى استمتاعهم بالمهام الأكاديمية فى تحقيقهم لدرجات مرتفعة فى التحصيل الدراسى.
- ويمكن تفسير هذه النتيجة فى ضوء الخصائص المميّزة للأفراد مرتفعى التدفق حيث يتحركون تجاه أهداف واضحة ومحددة، ويشعرون بالقدرة على التحكم فى أفعالهم، والسيطرة على متطلبات النشاط، ويتسمون بالمرونة فى معالجة المواقف، والمثابرة فى وجه العقبات، ويشعرون بالكفاءة فى مواجهة التحديات، ويتسمون بالاستغراق العميق، والتركيز المكثف على النشاط دون غيره وهو ما يعزز من أدائهم على المهام الأكاديمية وينعكس اجمالاً فى تحقيق درجات مرتفعة فى التحصيل الدراسى.
- حيث يتسم الطلاب مرتفعى التحصيل الدراسى بتقّتهم فى أنفسهم ، كما يمتازون بقدرتهم المرتفعة على التركيز والانتباه لفترات طويلة، والسرعة فى التعلم، والمرونة فى التفكير، والقدرة على المثابرة، وتخطى العقبات التى تواجههم وتحقيق أهدافهم بنجاح (مها زلوق ،٢٠٠١، ١٥).
- وتعمل الأهداف الواضحة لدى الطلاب على تحديد الاتجاه والغرض من السلوك؛ حيث تكمن أهمية وضوح الهدف فى كونه يعمل على: توجيه وتركيز الانتباه مدة طويلة

تكفى لتحقيق خبرة التدفق، فضلاً عن الاستفادة من قدرات الفرد وصقلها (Csikszentmihalyi, 1993)، كما أن الأهداف الواضحة تزيد من السلوكيات المرتبطة بالمهمة، وتقلل من الأفعال غير ذات الصلة بها. وتساعد الطلاب على اختيار الأفعال الأكثر ملائمة لإنجاز الهدف بنجاح، كما تمد الفرد بطاقة داخلية تعزز من مثابرتة فى انجازه للعمل. كما أن وضوح الغاية من الدراسة الأكاديمية لدى طلاب الجامعة تعزز من استغراقهم فى المهام الأكاديمية وتزيد من تركيز انتباههم على المواد الأكاديمية وهو ما ينعكس فى تحقيقهم لدرجات مرتفعة من التحصيل الدراسى.

كما أن الطلاب الذين يدركون مدى ملائمة أفعالهم بصورة مستمرة أثناء أداء المهام الأكاديمية، ويعرفون ما اذا كانت تلك الأفعال تقودهم نحو تحقيق الأهداف المرغوبة أم تمثل عقبة فى سبيل تحقيق النجاح يكونوا أكثر احتمالاً للحصول على درجات مرتفعة فى التحصيل الدراسى فى نهاية العام الجامعى.

وتتنوع خبرة التدفق على الإحساس بالتحكم، أو كنفص فى الإحساس بالقلق المتعلق بفقدان السيطرة الذى هو الحال فى الكثير من المواقف فى الحياة الطبيعية (Csikszentmihalyi, 1990: 59). فالطلاب مرتفعى التدفق يتسمون بالتحكم فى متطلبات المهمة من خلال إدراك الفرد لكفائته على تحقيق تلك المتطلبات ويُعد هذا الإدراك مكوناً مهماً لمفهوم الذات الإيجابى (Csikszentmihalyi, 1975: 44). كما أن شعور الطلاب بالتوازن بين المهارات التى يمتلكونها والتحديات التى تواجههم فى المهام الأكاديمية تعزز من الإحساس بالتحكم، وتزيد من تركيز الانتباه على المهمة التى فى متناول اليد.

وفى التدفق، يكون تركيز الانتباه بشكل كامل على المهمة، ولا يفكر الطلاب فى أى مشيرات أخرى غير ذات صلة بالمهمة، ويؤدى مثل هذا التركيز العميق بدوره إلى التركيز على الحاضر، ولذلك تميل المشكلات والمخاوف التى هى استنزاف للطاقة النفسية psychic energy فى الحياة اليومية إلى الإختفاء. ويقرر الأفراد نسيان متاعبهم لأن كثافة الخبرة تحول دون التأمل فى الماضى أو المستقبل (Csikszentmihalyi, 1993: 184). وما يُعد أكثر دلالة هو أنه ليس هناك سوى مدى مختار من المعلومات يمكن أن يتم السماح به للدخول فى الوعى. وبالتالي فإن كل الأفكار المزعجة troubling thoughts التى تمر عادة عبر العقل تظل معلقة. ويوفر التدفق الهروب من الفوضى اليومية المعتادة نحو مستوى أرقى من التعقيد

complexity؛ حيث يشحذ قدرة الفرد من خلال مواجهة تحديات جديدة (Csikszentmihalyi, 1993: 184). وهو ما يميز الطلاب مرتفعي التحصيل الدراسي. وقد يرجع عدم تأثير الطبيعة ذاتية الغرض في التحصيل الدراسي إلى طبيعة الدراسة الجامعية حيث لا توفر أنشطة ومهام أكاديمية شيقة وممتعة في حد ذاتها، مما يثير دافعية الطلاب الداخلية نحو الاندماج في تلك المهام من أجل الاستمتاع بها. ويمكن عزو ذلك أيضاً إلى أن معظم طلاب الجامعة يكونوا متوجهين نحو الأداء حيث يسعون نحو الكفاءة المعيارية ومقارنة أدائهم بأداء الآخرين، والحصول على أحكام مفضلة من الآخرين، ما يدفعهم نحو محاولة تحقيق درجات مرتفعة في نهاية العام الجامعي بصرف النظر عن الشعور بالاستمتاع بالمواد أو المهام الأكاديمية أم لا.

وتتسق نتيجة الفرض الحالي مع نتائج الدراسات التي اهتمت ببحث العلاقة السببية بين التدفق والتحصيل الدراسي؛ حيث أشارت دراسة كل من: (Zhou, 2011; Joo et al., 2012; 2015) إلى أن التدفق يؤثر تأثيراً موجباً ومباشراً ودال إحصائياً في التحصيل الدراسي والأداء. بينما تتناقض مع دراسة (Mendelson, 2007) التي أشارت إلى عدم وجود تأثير دال إحصائياً للتدفق على التحصيل الدراسي.

كما تتفق مع العديد من الدراسات السابقة التي أشارت إلى أن التدفق يرتبط بالتحصيل الدراسي والأداء الأكاديمي على نحو موجب ودال إحصائياً ومنها: (Heine, 1996; Mendelson, 2007; Schuler, 2007; Engeser & Rheinberg, 2008; Jackson et al., 2001; Joo et al., 2012; 2015). كما توصلت دراسة (Jackson et al., 2001) إلى أن التدفق يتنبأ بالأداء تنبؤاً موجباً ودال إحصائياً. وعلى النقيض من ذلك توصلت دراسة (Seo, 2011) إلى عدم دلالة العلاقة بين التدفق والأداء الأكاديمي في مادة علم النفس.

بينما تتناقض مع نتائج دراسة (Kim & Seo, 2013) التي أشارت إلى قدرة أبعاد التدفق (اندماج الفعل والوعي، والخبرة ذاتية الغرض، وتحول الوقت) على التنبؤ بالتحصيل الدراسي على نحو موجب ودال إحصائياً، بينما يتنبأ فقدان الوعي الذاتي بالتحصيل الدراسي على نحو سالب ودال إحصائياً، وتتشترك تلك الأبعاد في تفسير نحو ١٧,٥% من التباين في التحصيل الدراسي.

## قائمة المراجع

### المراجع العربية :

- آمال عبد السميع باظة (٢٠١١). اختبار التدفق النفسى " كراسة التعليمات"، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- محمد السعيد عبد الجواد أبو حلاوة (٢٠١٣). حالة التدفق: المفهوم والأبعاد والقياس، شبكة العلوم النفسية العربية، ١، ٢٩-٤٨.
- محمد السيد صديق (٢٠٠٩). التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية لدى طلاب الجامعة، مجلة دراسات نفسية (رانم)، ١٩ (٢)، ص ص ٣١٣ - ٣٥٧.
- مها زلوق (٢٠٠١). المتفوقين دراسياً فى جامعة دمشق: واقعهم - حاجاتهم - مشكلاتهم " دراسة ميدانية"، مجلة جامعة دمشق، ١٧ (١)، ٩ - ٥٠.

### المراجع الأجنبية :

- Carr, A. (2011). Positive psychology: The science of happiness and human strengths (2nd Ed.). New York, NY: Brunner-Routledge.
- Csikszentmihályi, M. (1975). Beyond Boredom and Anxiety. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Csikszentmihályi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1993). The evolving self. A psychology for the 3rd millennium. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihályi, M. (1995). Creativity. New York: Harper Collins.
- Csikszentmihalyi, M.; Abuhamdeh, S. & Nakamura, J. (2005). Flow, In C.S., Dweck & A.J., Elliot (Eds.), Handbook of Competence and Motivation, New York: Guilford Press.

- Demerouti, E. (2006). Job Characteristics, Flow and Performance: The Moderating Role of Conscientiousness, *Journal of Occupational Health Psychology*, 11, 266-280.
- Eklund, R.C.(1996). Preparing to Compete: A Season-long Investigation with Colligate Wrestlers, *The Sport Psychologist*, 10, 111-131.
- Engeser, S. & Rheinberg, F. (2008). Flow, Performance and, Moderators of Challenge–Skill Balance, *Motivation and Emotion*, 32, 158-172.
- Heine, C. (1996). Flow and Achievement in Mathematics, Ph.D. Thesis, University of Chicago.
- Jackson, S.A.; Eklund, R.C. (2002). Assessing Flow in Physical Activity: The Flow State Scale-2 and Dispositional Flow Scale-2, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 133-150
- Jackson, S.A.; Kimiecik, J.C.; Ford, S.K. & Marsh, H.W. (1998). Psychological Correlates of Flow in Sport, *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20, 358-378.
- Jackson, S.A. & Marsh, H.W. (1996). Development and Validation of a Scale to Measure Optimal Experience: The Flow State Scale, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 18, 17-35.
- Jackson, S.A.; Marsh, H.W. & Smethurst, C.J. (2001). Relationships between Flow, Self-Concept, Psychological Skills, and Performance, *Journal of Applied Sport Psychology*, 13, 129-153.



- Jackson, S. A., Martin, A. J., & Eklund, R. C. (2008). Long and short measures of flow: Examining construct validity of the FSS-2, DFS-2, and new brief counterparts. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 30 (5), 561-587.
- Joo, Y. J., Lim, K. Y., & Kim, S. M. (2012). A Model for Predicting Learning Flow and Achievement in Corporate e-Learning, *Educational Technology & Society*, 15 (1), 313–325.
- Joo, Y.J.; Oh,E. & Kim, S.M. (2015). Motivation, instructional design, flow, and academic achievement at a Korean online university: a structural equation modeling study, *Journal of Computer High Education*, 27, 28–46.
- Kim, E; Seo, E.H. (2013). The Relationship of Flow and Self-Regulated Learning to Active Procrastination, Social Behavior and Personality, 41(7), 1099-1114.
- Kubey, R., & Csikszentmihalyi, M. (1990). *Television and the quality of life: How viewing shapes everyday experience*. Englewood, NJ: Erlbaum.
- Landhäuser, A. & Keller, J. (2012). Flow and Its Affective, Cognitive, and Performance- Related Consequences, In S, Engeser (Ed.), *Advances in Flow Research* (pp.65-85), New York, Springer Science and Business Media.
- Martin, A.J. Jackson, S.A. (2008). Brief Approaches To Assessing Task Absorption And Enhanced Subjective Experience: Examining ‘Short’ And ‘Core’ Flow In Diverse Performance Domains, *Motivation and Emotion*, 32,141–157.

- Mendelson, N. (2007). The Functional of Flow between Achievement Anxiety, Academic Procrastination, and Academic Performance, Ph.D. Thesis, University of Fordham.
- Nakamura, J. & Csikszentmihalyi, M. (2009). Flow Theory and Research, In S. Lopez & C.R. Snyder (Eds.) Handbook of Positive Psychology (pp.195-206), New York, Oxford University Press.
- Rheinberg, F., Vollmeyer, R., & Engeser, S. (2003). Die Erfassung des Flow-Erlebens [The assessment of flow experience]. In J. Stiensmeier-Pelster & F. Rheinberg (Eds.), Diagnostik von Selbstkonzept, Lernmotivation und Selbstregulation [Diagnosis of motivation and self-concept] (pp. 261–279). Göttingen: Hogrefe.
- Schüler, J. (2007). Arousal of Flow Experience in a Learning Setting and its Effects on Exam Performance and Affect, Zeitschrift für Padagogische Psychologie, 21, 217-227.
- Seo, E.H. (2011). The Relation Among Procrastination, Flow, and Academic Achievement, Social Behavior and Personality, 39(2), 209-218.
- Shernoff, D.J., Csikszentmihalyi, M.; Schneider, B. & Shernoff, E.S. (2003). Student Engagement in High School Classrooms from Perspective of Flow Theory, School Psychology Quarterly, 18, 158-176.
- Zhou, Y. (2011). Path Analysis of Flow, Motivation, Mathematics Anxiety, and Mathematics Performance, Journal of Psychological Science, 34(6), 1372-1378.

## Abstract

The study aimed to examine the contribution of flow dimensions (clear goals, clear feedback, a sense of control and balance between skills and challenges, loss of self-consciousness, concentration on the task and forgetting time, Autotelic Experiences) in academic achievement among a sample consisted in its final form of (452) students of the third year in the Faculty of Education, University of Benha. The researchers applied Flow Scale (prepared by: researchers), and getting the final grades of the students at the end of the academic year (2014/2015) to measure academic achievement. The results found that there are statistically significant effect at the level of 0.01 of the dimensions of the flow in academic achievement. the significantly dimensions are: clear goals, clear feedback, a sense of control and balance between skills and challenges, concentration on the task and forgetting time, the non-significantly dimensions are: loss of self-consciousness, Autotelic Experiences.