



جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية



قسم علم النفس و الفلسفة

الاختلاف في التدفق النفسي والامتحان لدى عينة من الطلبة المزولين والغير
مزولين للمدارس القرآنية تبعا لبعض المتغيرات

مذكرة مكملة لنيل شهادة شهادة الماستر في تخصص علم النفس العيادي.

إشراف الأستاذ:

د.مرياح أحمد تقي الدين

إعداد الطالب:

لعزيزي عبدالقادر

لجنة المناقشة:

1. أ حربي سليم رئيسا

2. أ مرياح احمد تقي الدين مقرا

3. أ حساني رشيد مناقشا

السنة الجامعية: 2024/2023

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قال تعالى " :رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي
وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين"

عد شكر الله جل ثناؤه في توفيقه لنا على إتمام هذا العمل نتقدم بكل الشكر
والعرفان إلى الجامعة التي منحتنا فرصة الاستمرار والتقدم في مسارنا
العلمي

-جامعة زيان عاشور الجلفة -

بكل معاني الاعتراف بالفضل الجميل وبأجمل عبارات الشكر نتقدم خالص
شكرنا وتقديرنا للمشرف على حسن تعاونه وتوجيهاته القيمة وعطائه الدائم :

د .مرباح أحمد تقي الدين

نتقدم بأسمى عبارات الشكر والامتنان إلى كل من مد يد العون والدعم في
هذه الدراسة، وإلى أعضاء لجنة المناقشة الموقرين الذين تفضلوا بقراءة
هذه المذكرة ومناقشتها.

والحمد لله أولا وآخرا والشكر له والصلاة والسلام على محمد خير الأنام
وعلى آله وصحبه أجمعين.

فہرس

الفهرس

1	مقدمة
	الفصل الأول: إشكالية الدراسة و اعتباراتها:
5	1/ مشكلة الدراسة
8	2/ فرضيات الدراسة
9	3/ أهداف الدراسة
9	4/ أهمية الدراسة
10	5/ مصطلحات الدراسة (المفاهيم الاجرائية)
12	6/ الدراسات السابقة
18	7/ التعقيب على الدراسات السابقة
22	8/ علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة
	الفصل الثاني: التدفق النفسي
24	تمهيد:
25	1/ مفهوم التدفق النفسي Flow Psychological:
28	2/ أبعاد التدفق النفسي
28	1-2/ ابعاد التدفق النفسي حسب Csikszentmihalyi Mihaly:
28	1-1-2/ أبعاد أساسية لحالة التدفق النفسي
29	1-2-2/ أبعاد تصف حالة التدفق النفسي
32	1-3-2/ أبعاد حالة التدفق حسب Goleman:
32	2-2/ أبعاد حالة التدفق حسب تصورات Tenenbaum ، Fogarty ، و Jackson:

- 35 /3 التوجهات النظرية حول خبرة التدفق النفسي
- 35 3-1 / نظرية التدفق النفسي لـ شكزنتيميهايلي - Flow of Theory:
- 36 3-2 / توجهه Golman Daniel:
- 39 3-3 / توجهه Martin Seligman :
- 40 /4 الشروط اللازمة لحدوث التدفق النفسي
- 40 4-1 / الأهداف الواضحة Clear goals:
- 40 4-2 / تغذية مرتدة فورية Immediate feedback:
- 41 4-3 / التناظر بين تحديات النشاط ومهارات الفرد skills Challenging s'person with
- 41 :matched activity
- 42 /5 مراحل التدفق النفسي
- 43 /6 أهمية التدفق النفسي
- 44 /7 المصاحبات النفسية لخبرة التدفق
- 45 خلاصة
- الفصل الثالث: الامتحان
- 46 تمهيد
- 47 /1 مفهوم الامتحان
- 49 /2 وظائف الامتحان
- 50 /3 فوائد الامتحان
- 51 /4 خصائص الأفراد الممتين
- 52 /5 النماذج و الأطر النظرية التي فسرت الامتحان

- 52 and Emmons, Kilpatrick, McCullough) ل /5-1 نظرية العاطفة الاخلاقية للإمتتان ل
(Larson:2001),
54 /5-2 نظرية العزول (weiner): 1986 ,
54 /5-3 نظرية التوسع والبناء للانفعالات الإيجابية لفريدريكسون (Fredrickson, 1998):
56 /5-4 نموذج إيمونز (Emmons, 2003):
56 /6 قياس الامتتان:
59 خلاصة:

الفصل الرابع منهجية الدراسة في جانبها الميداني

- 60 /1 الدراسة الاستطلاعية
60 /2-1 أهداف الدراسة الاستطلاعية
61 /1-2 عينة الدراسة الاستطلاعية
61 /2-3 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية
63 /1-4 مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية
63 /1-5 إجراءات تطبيق أدوات جمع البيانات للدراسة الاستطلاعية
64 /1-6 نتائج الدراسة الاستطلاعية
64 /2 الدراسة الأساسية:
64 /2-1 منهج الدراسة
65 2-2 مجتمع وعينة الدراسة
65 /2-3 خصائص عينة الدراسة الأساسية
67 /2-4 حدود الدراسة الأساسية
67 /2-5 أدوات جمع البيانات

76	6-2 / كيفية تطبيق اجراءات الدراسة الأساسية
76	3 / الأساليب والمقاييس الإحصائية
76	1-3 / اختبار «T» للفروق
76	2-3 / المتوسط الحسابي
77	3-3 / الانحراف المعياري
77	4-3 / النسب المئوية
	الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير النتائج
78	1 / عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
78	2-1 / عرض نتائج الفرضية الأولى
79	2-1 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
79	2 / عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
79	1-2 / عرض نتائج الفرضية الثانية
80	2-2 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
81	3 / عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
81	1-3 / عرض نتائج الفرضية الثالثة
82	2-3 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
82	4 / عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
83	1-4 / عرض نتائج الفرضية الرابعة
83	2-4 / مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة
84	5 / عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
85	1-5 / عرض نتائج الفرضية الخامسة

85	2-5/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة
87	6/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة
87	1-6/ عرض نتائج الفرضية السادسة
88	2-6/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة
89	7/ الاستنتاج العام
91	خاتمة

قائمة المصادر والمراجع

قائمة الملاحق

الاشكال فهرس

فهرس الاشكال و الجداول:

فهرس الاشكال:

الشكل 1 : أبعاد التدفق النفسي (**Erreur ! Signet non défini.**)

الشكل: 2 المشاعر الأساسية حسب التفاعل بين المهارات والتحديات (ابوحلاوة, 2013, ص17).

36

فهرس الجداول:

الجدول: 1 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس

62

الجدول: 2 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث متغير الدراسة بالمدارس القرآنية

62

الجدول: 3 توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

66

الجدول: 4 توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الدراسة بالمدارس القرآنية

66

الجدول: 5 يوضح توزيع الأبعاد الفرعية لمقياس التدفق النفسي

68

الجدول: 6 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس التدفق النفسي

69

الجدول: 7 دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في المقياس.

70

الجدول: 8 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ.

70

الجدول: 9 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية.

71

الجدول: 10 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس الامتحان

72

الجدول: 11 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس الامتحان

73

الجدول: 12 دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في المقياس.

74

الجدول: 13 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ.

75

الجدول: 14 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية.

75

الجدول: 15 قيمة اختبار ت لعينة واحدة

78

الجدول: 16 قيمة اختبار ت لعينة واحدة

80

81	الجدول: 17 نتائج اختبار "ت" للفروق
83	الجدول: 18 نتائج اختبار "ت" للفروق
85	الجدول: 19 نتائج اختبار "ت" للفروق
87	الجدول: 20 نتائج اختبار "ت" للفروق

.

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة الى معرفة مستوى كل من التدفق النفسي و الامتحان لدى عينة من الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية. ومعرفة إن كانت هناك فروق في مستوى كل من التدفق النفسي و الامتحان تعزى لمتغير الجنس و متغير مزاوله المدارس القرآنية . وتم اعتماد المنهج المقارن في هذه الدراسة، كما شملت عينة الدراسة (60) من الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية (13 ذكور و 47 إناث) اختيروا بطريقة قصدية، واستخدم في الدراسة مقياسان لغرض جمع البيانات اللازمة و هما مقياس التدفق النفسي، من إعداد الباحثة أمال باظة (2011)، و مقياس الامتحان من اعداد الباحثة نزمين مصطفى مصباح (2019).

وجاءت النتائج كما يلي:

- مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة.
- مستوى الامتحان مرتفع لدى عينة الدراسة.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الامتحان تعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في درجة التدفق النفسي تعزى لمتغير مزاوله المدارس القرآنية .
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الامتحان تعزى لمتغير الدراسة بالمدارس القرآنية.
- الكلمات المفتاحية: -التدفق النفسي - الامتحان - المدارس القرآنية.

Abstract:

This study aimed to find out the level of both psychological flow and gratitude among students of Quran schools, and to find out if there are differences in the level of both psychological flow and gratitude attributed to the gender variable, and the variable of students and non-students of Quran schools

The comparative approach was adopted in this study, and the study sample included (130) students and non-students of Quran schools (65 males and 65 females) who were selected in an intentional way, and a set of scales were used in the study for the purpose of collecting the necessary data, namely: the scale of psychological flow, prepared by researcher Amal Badhah (2011), the Gratitude scale prepared by researcher Narmine Mostafa Messbah (2019). The results were as follows:

- The level of psychological flow is high for Quran schools students.
- The level of gratitude is high for Quran schools students.
- There are no statistically significant differences in the level of psychological flow attributable to the gender variant.
- There are no statistically significant differences in the level of gratitude attributable to the gender variant.
- There are no statistically significant differences in the level of psychological flow attributable to studying in Quran schools variant.

- There are no statistically significant differences in the level of gratitude attributable to studying in Quran schools variant.

Keywords: - psychological flow - gratitude - Quran schools.

مقدمة:

في السنوات الأخيرة، حظي مجال علم النفس الإيجابي و البحوث القائمة على مفاهيمه باهتمام كبير، لما تركز عليه من العوامل التي تسهم في حياة مليئة بالإشباع والمعنى. وقد برز مفهومان يساهمان بشكل كبير في سعادة الأفراد ورفاهيتهم، هما التدفق النفسي و الامتتان. و يُعرف التدفق بأنه حالة من الانغماس الكامل والاندماج في نشاط ما، بينما يُعرف الامتتان بأنه شعور بالشكر والتقدير. وقد ارتبط كل من التدفق والامتتان بالعديد من الفوائد، بما في ذلك زيادة السعادة والرضا عن الحياة والصحة النفسية العامة (Csikszentmihalyi 1990، McCullough & Emmons، 2003). و فهم الفروقات في هذين المفهومين بين مختلف المجموعات الديموغرافية و الطبقات الاجتماعية و الخلفيات الثقافية يمكن أن يوفر رؤى أعمق في ديناميات علم النفس.

لطالما كان الدين الاسلامي عنصراً مركزياً في ثقافة المجتمع العربي عامة و الجزائري خاصة وهوية أفرادهم على مر القرون، حيث يقدم إطاراً للمعنى من الحياة، و وكيوننة الجماعات، والنمو الشخصي للأفراد. وقد اقترحت العديد من الدراسات أن المشاركة التي ترتبط بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية، بما في ذلك رضا أكبر عن الحياة، وانخفاض مستويات الاكتئاب، وتعزيز آليات التكيف. (Koenig, McCullough, & Larson, 2001)

و لعل من أهم المؤسسات الدينية في مجتمعنا المسلم هي المدارس القرآنية، و التي تمثل أول مدرسة للفتيان في بداية حياتهم، و المرافق لهم خلال باقي أطوار دراستهم، و مصدر تعلمهم للسلوك السوي، و تقويم السلوك الأعوج، فيها يتلقون أسس الشريعة، و تعاليم الرسول صلى الله عليه و سلم ، و تقوم هذه المنارات على تلقين القرآن الكريم و تدريسه لمختلف الفئات و تمريره عبر الأجيال و المسافات.

ومع ذلك، مع تزايد الطابع العلماني للمجتمع، و الابتعاد عن تعاليم الدين الحنيف، تعرف هذه المدارس القرآنية انخفاضاً في عدد طلبتها، و تراجعاً في أهميتها و تجاهل دورها من قبل الناس. هذا التغيير في الاعتماد على هذه المدارس في تربية الأجيال الناشئة و هذا التخلي عن تحفيظ القرآن للصبيان و التفريط في غرس العقيدة كما كان يفعل السلف الصالح قد يكون نجم عنه انحلال الأخلاقي و تدهور اجتماعي و نفسي معالمه الجهل بالاسلام و تعاليم القرآنية هذا التغيير الديموغرافي الديني في زيادة الكتابيب يثير أسئلة مثيرة للاهتمام حول كيفية تجربة الأفراد طلبة المدارس القرآنية وغير الطلبة بهذه المدارس للحالات النفسية الإيجابية مثل التدفق النفسي والامتتان.

يُوصف التدفق غالباً بأنه حالة "التواجد في المنطقة"، ويتميز بالتركيز العميق، وفقدان الوعي بالذات، والشعور بالتحكم في النشاط الجاري (Csikszentmihalyi, 1990). كما يرتبط التدفق عادةً بالأنشطة التي تكون محفزة داخلياً وتتطلب توازناً بين المهارة والتحدي. و تشير الأبحاث السابقة إلى أن الانخراط في الممارسات الدينية يمكن أن يسهل تجارب التدفق من خلال توفير أنشطة منظمة وذات معنى، مثل الصلاة أو التأمل أو العبادة الجماعية (Heintzman, 2010). وعلى العكس، قد يجد الأفراد غير الدينيين التدفق من خلال الأنشطة التي تتماشى مع اهتماماتهم وقيمهم.

بينما يُوصف الامتتان أنه شعور بالشكر والتقدير لبركات الحياة، وهو عنصر أساسي آخر للرفاهية. غالباً ما تؤكد التعاليم الدينية باختلاف الديانات على أهمية الامتتان، وتشجع على التعبير عن الشكر لقوة أعلى والاعتراف بالإيجابيات في حياتهم (Kneezel & Emmons, 2005). وعلى الرغم من أن الأفراد غير الدينيين ليسوا موجهين بتعاليم دينية، إلا أنهم يمكنهم تنمية الامتتان من خلال التأمل الشخصي، وممارسات اليقظة، والتقدير العام لتجارب الحياة.

تهدف هذه الدراسة إلى استكشاف ومقارنة مستويات التدفق النفسي والامتتان بين الطلبة المزولين و الغير مزولين للمدارس القرآنية. من خلال فحص هذه المفاهيم في سياقات مختلفة، نسعى لفهم كيف تؤثر الممارسات الدينية عامة و عملية حفظ القرآن خاصة على تجربة التدفق النفسي والتعبير عن الامتتان. من خلال التحقق فيما إذا كان الطلبة المزولون للمدارس القرآنية يبلغون مستويات أعلى من التدفق النفسي والامتتان مقارنة بنظرائهم غير المزولين لهذه المدارس، وما هي العوامل التي قد تسهم في هذه الفروقات.

ومن هذا الطرح انطلقت دراستنا الحالية لتحري امكانية وجود فروق في التدفق النفسي و الامتتان لدى الطلبة المزولين و الغير مزولين للمدارس القرآنية أفراد عينة الدراسة. وينقسم هذا العمل المتواضع في جملته إلى خمسة فصول، ثلاث منها تضم الجانب النظري و فصلان للجانب الميداني.

حيث تم تخصيص الفصل الأول: لبسط مشكلة الدراسة واعتباراتها، والتساؤلات المرتبطة بها و فرضياتها، بالإضافة إلى تحديد أهدافها، وأهميتها على المستويين (العلمي والعملية)، وأيضاً توضيح المتغيرات الأساسية للدراسة إجرائياً، كما تم استعراض الأدبيات السابقة للدراسة الحالية، من أجل فهم أوضح وأشمل لأبعاد مشكلة البحث الحالي، ومن ثم تحديد مسار العمل النظري والمنهجي، والإجرائي. وكذا الاستفادة منها في تحليل و مناقشة و تفسير النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية. والأهم الاستعانة بها في اقتراح عدد من الفرضيات التي تتناسب مع تساؤلات الدراسة المحددة مسبقاً.

أما الفصل الثاني من العمل: فقد استعرض التأسيس المفاهيمي لمتغير التدفق النفسي، ثم تم بعدها إلقاء نظرة على أبعاد التدفق النفسي، شروطه، وإبراز أهميته، كما قمنا بمراجعة مجموعة من النظريات التي فسرتة و أخيراً التطرق للمصاحبات النفسية لخبرة التدفق.

ما الفصل الثالث، فقد عين لمتغير الامتحان، حيث بدأنا بتحديد مفهومه، تليه وظائف الامتحان، و من ثم فوائده، بعد ذلك عمدنا إلى تحديد قياس الامتحان وأهم أبعاده، أيضا قمنا بعرض خصائص الأفراد الممتتين تليها النظريات المفسرة الامتحان.

فيما يخص الجانب الميداني من العمل، فقد تم أفراد الفصل الرابع منه لكل ما يخص الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدان. بشكل مبسط، حيث بدأنا بأهداف الدراسة الاستطلاعية عينتها وخصائصها مكانها ،وزمانها إجراءات تطبيقها، ونتائجها. ثم تطرقنا إلى الدراسة الأساسية من خلال المنهج المستخدم فيها وتعليل سبب اختياره، بعد ذلك قمنا بتقديم المجتمع والعينة المستهدفة بالدراسة وكيفية اختيارها بناءً على المجتمع المستهدف يليها، خصائصها، وحدود الدراسة ثم تناولنا أدوات القياس المستخدمة في جمع البيانات ووصفها، ثم خصائصها السيكمترية، وفي النهاية قدمنا لمحة مبسطة عن الأساليب التي تم استغلالها في المعالجة الإحصائية في تحليل البيانات.

في حين خصص الفصل الخامس و الأخير لاستعراض نتائج تطبيق أدوات الدراسة، ومناقشتها مناقشة علمية استنادا إلى التراث النظري ذو الصلة بمتغيرات الدراسة، ثم تم عرض استنتاجات عامة تلخص كل ما سبق من نتائج، و نجد خاتمة الدراسة، ليتم بعدها تقديم مجموعة من الاقتراحات من أجل توجيه المهتمين بالموضوع نحو الجوانب التي تستلزم الاهتمام بها والتركيز عليها، وأخيرا قائمة المراجع والملاحق.

الفصل الأول :

الفصل الأول: إشكالية الدراسة و اعتباراتها:

1. مشكلة الدراسة:

في ظل الظروف الاجتماعية و الفكرية و الدينية الراهنة, التي نشعر بتقهقرنا فيها و ابتعادنا عن مصاف الرقي و التطور, و انتشار السلبية و الجهل كما انتشار الاضطرابات النفسية و امراضها, و جب تسليط الضوء على فئة تبدو باهتة في السنوات الأخيرة مقارنة بما كانت تحظى به من اهتمام و ما كان لها من فاعلية في المجتمع عامة و فعالية في أنفس الأفراد خاصة, ألا و هم طلبة الزوايا و المدارس القرآنية -الكتابيب- و من يتدارسون القرآن عموما في المساجد و غيرها .

عند النظر الى تاريخ الجزائر نجد أن هذه الفئة و المؤسسات الدينية التي ينتمون اليها كان لها الحظ الأوفر و الدور الأكبر في تعليم الناس و توعيتهم و محاربة الفساد الفكري و النفسي و العقدي, و قد كانت و مازالت القلب النابض في دحض القيم السالبة كالجحود و الخداع و الندم و الغرور, و نشر القيم الموجبة كالشكر و العرفان و الصبر و اتقان العمل و التفاؤل و التخطيط للافضل. مما يجعل صفات طلبة المدارس القرآنية في هذا السياق محل فضول و تساؤل, و ظهرت الحاجة للبحث عن المفاهيم التي تستثير دوافعهم و ترتقي بأدائهم, و يطرح السؤال "كيف يختلف هؤلاء الطلبة عن البقية" من و جهة نظر نفسية.

وعليه فانه عند النظر الى علم النفس نجد انه للفترة الأكبر من تاريخه كان الاهتمام في هذا المجال منصبا حول دراسة الأمراض و الاضطرابات النفسية, و ركز علماءه و منظروه على اسباب هذه الامراض و تداعياتها و تشخيصها اضافة الى علاجها و الوقاية منها, و هذا المنظور يمثل جزء من الصورة, لا الصورة كلها.

فعند البحث عن معنى الصحة نجد انها ليست مجرد الخلو من الاضطراب و المرض و لكنها حالة يتكامل فيها الشعور بالكفاية و السعادة الجسمية و النفسية و الاجتماعية, و حالة توافق تام بين الوظائف النفسية و البدنية المختلفة و القدرة على مواجهة الصعوبات مع الاحساس الايجابي بالنشاط و الحيوية, كما تعرفها منظمة الصحة العالمية (2010) أنها حالة من الرفاهة و السعادة و الكفاية النفسية و الجسمية و الاجتماعية و ليست مجرد غياب المرض أو العجز أو الضعف. فعدم وجود الاضطراب يمثل نقطة الصفر و لايمكن تحقيق الصحة النفسية الا بالابتعاد عن الصفر نحو الايجابية. و هذا ما دفع العلماء في السنوات الاخيرة للاهتمام بدراسة هذه الجوانب الموجبة التي تسهم في الوقاية من الامراض النفسية و تحسين مختلف نواحي حياة الأفراد.

هذا التوجه الايجابي مكن من تسليط الضوء على التدفق النفسي الذي يعتبر عنصرا ايجابيا مهما يؤدي بالفرد الى الشعور بالسعادة و الرضا. فقد أشار (Mihali 1990) الى انه حالة نفسية لعملية التفضيل الشخصي للنشاط و التركيز الكامل للمشاعر, و المشاركة الكاملة و الاستمتاع بالنشاط, مما يجعل الفرد ينتقي الانشطة و الاعمال التي يفضلها ليندمج معها و يركز فيها مما يترتب عليه حالة التدفق, فتعود هذه الحالة على صاحبها بالنشوة و الشعور بالانجاز. و يمتلك تلك المكافأة الداخلية التي تمكنه من العمل و مزاولته النشاط بشكل مستمر و التقاني فيه.

و أكد (McCullough & Emmons 2004) أن علم النفس الايجابي اهتم أيضا بالبحث في مفهوم الامتتان لبث معايير جديدة للصحة النفسية التي تشكل أدوات نافعة في تنمية الشخصية الانسانية, و التغلب على القلق و التوتر, فالامتتان يجعل الافراد اكثر تفاؤلا و اكثر تمتعا بالحياة, و يسهم في استقرار الحالة النفسية و تعزيز و تقوية الموارد الايجابية الاخرى, كما يسهم في زيادة القدرة على مواجهة الصعوبات و مواجهة التحديات التي يتعرض لها الانسان في حياته.

و قد اشارت دراسة الصاوي (2020) الى أن الطلبة الذين يمارسون الانشطة الطلابية يختبرون التدفق بشكل أكبر و مستوى التدفق النفسي و الذات الايجابية لديهم مرتفعان نظرا لما تحمله هذه الأنشطة من خصائص تنمي مهارات الطلبة الاجتماعية و الشخصية و تسهل عملية التدفق و يترتب عنها الشعور بالسعادة.

كما وجدت دراسة الرباعي (2021) علاقة موجبة دالة احصائيا بين التدفق النفسي و السعادة, في حين وجدت فروق دالة احصائيا في كل من التدفق و السعادة بين طلبة تخصص الحقوق و طلبة تخصص الفنون الجميلة لصالح طلبة الفنون لما في هذا التخصص من نشاطات يمارسها الطلبة و تتوفر فيها شروط التدفق.

وجدت كل من دراسة الصوافي (2020) و دراسة Avsec & Fritz (2007) و دراسة al & Ilyes (2017) وجود علاقة موجبة بين التدفق النفسي و جودة الحياة و امكانية التنبؤ بجودة الحياة و الرضا عن الحياة من خلال التدفق النفسي.

و نتج عن دراسة نجم الدين (2023) ان اتباع تعاليم الرسول صلى الله عليه و سلم كان لها الاثر الواضح في اختبار الصحابة لحالة التدفق النفسي.

ومن خلال ما أسسه التراث النظري والدراسات السابقة للذان نصوا على أهمية متغيرات الدراسة وملاحظة الطالب العملية من خلال اختلاطه بطلبة المدارس القرآنية و ملاحظة انهم يتمتعون بأداء مرتفع للمهام و شعورهم بالشغف و الطاقة و التركيز العالي أثناء حفظ القرآن الكريم، حيث تصنف هذه الأفعال من مظاهر التدفق النفسي.

كذلك شعور هؤلاء الطلبة بفضل الله عليهم و عرفانهم بنعمه التي لا تحصى وتملكهم الشعور بالتقدير لله أولا و للآخرين على احسانهم، لذلك شعر الطالب أنه من الواجب فحص جوانب التدفق النفسي و الامتتان و تأثير بعض العوامل فيها ، ولهذا الغرض كان التوجه

لدراسة الاختلاف في التدفق النفسي و الامتحان لدى طلبة المدارس القرآنية -الكاتيب- تبعاً لبعض المتغيرات.

ومما سبق يمكننا طرح التساؤلات التالية:

- ما هو مستوى التدفق النفسي لدى عينة الدراسة؟
- ما هو مستوى الامتحان لدى عينة الدراسة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس التدفق النفسي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس الامتحان؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس التدفق النفسي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس الامتحان؟

2. فرضيات الدراسة:

- مستوى التدفق النفسي لدى عينة الدراسة مرتفع.
- مستوى الامتحان لدى عينة الدراسة مرتفع.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس التدفق النفسي.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس الامتحان.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس التدفق النفسي و الفروق لصالح المزاولين للمدارس القرآنية.

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس الامتحان و الفروق لصالح المزاولين للمدارس القرآنية .

3. أهداف الدراسة:

التحقق من الفرضيات من خلال:

- معرفة مستوى التدفق النفسي لدى عينة الدراسة.
- معرفة مستوى الامتحان لدى عينة الدراسة.
- الكشف عن الفروق في التدفق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في الامتحان لدى أفراد العينة وفق متغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في التدفق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغير مزاوله المدارس القرآنية .
- الكشف عن الفروق في الامتحان لدى أفراد العينة وفق متغير مزاوله المدارس القرآنية .

4/ أهمية الدراسة:

(أ) أهمية نظرية:

- تمثلت الأهمية النظرية للدراسة في تناولها لمشكلة لم تحظ بالدراسة سابقا في حدود إطلاع الطالب والتي تمثلت في الاختلاف في التدفق النفسي و الامتحان لدى المزاولين و

الغير مزاولين للمدارس القرآنية - الكتاتيب - ، وهو ما يسهم في إثراء التراث السيكلوجي في هذا المجال.

- تعزيز الدراسات والبحوث النفسية بدراسة حديثة تتناول متغيرين أساسيين بداية بمتغير يعد من بين أحدث المتغيرات ضمن أحدث النظريات - علم النفس الايجابي - ألا وهو متغير التدفق النفسي، كذلك تناولها لمتغير الامتنان والذي يعد مؤشرا في تبيان وتشخيص الصحة النفسية، وهذا قصد وضع برامج لتنمية هاذين المتغيرين وإيجاد الآليات المناسبة للرفع منهما.

- تسليط الضوء على متغيرات الدراسة (التدفق النفسي و الامتنان) باعتبارهما من الفضائل النفسية الايجابية الجديدة نظرا لقلة الدراسات التي تناولت هذا الجانب نية. خاصة لدى طلاب المدارس القرآنية .

(ب) أهمية تطبيقية:

- تبرز أهمية الدراسة من خلال أهمية منهج الدراسة والمتمثل في المنهج الوصفي، وأدوات جمع البيانات المستخدمة في هذه الدراسة المتمثلة في مقياس التدفق النفسي ومقياس الامتنان.

- أهمية العينة المقصودة بالدراسة، حيث استهدفت عينة من المزاولين و الغير مزاولين للمدارس نية، القرآنية كذلك لأهميتها البالغة فطالب المدرسة. القرآنية يمثل ركيزة أساسية فالاهتمام به ومعرفة ما يحتاجه كفيل بالحد من المعوقات التي تمنع رقيه ورقي قطاع علوم القرآنية .

- قد تبرز أهمية الدراسة الحالية في النتائج التي تسفر عليها.

5. مصطلحات الدراسة (المفاهيم الاجرائية):

1.5. التدفق النفسي:

اصطلاحاً:

تعريف أمال باظة (2011): هو الاستغراق التام أو الانشغال بالأداء مع السرعة فيه، و الوصول الى مستوى عالي من السعادة، و انخفاض الوعي بالزمان و المكان اثناءه، و نسيان الاحتياجات الذاتية، و الاستفادة القصوى من هذه الحالة الوجدان في التعرف و التعلم و دقة الأداء (عبد البصير , 2020 ص82).

اجرائياً:

هو الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي المستخدم في الدراسة الحالية لأمال باظة (2011) المتكون من 8 أبعاد موزعة على 56 بند و تتراوح ما بين 56 و 280

2.5. لامتتان:

اصطلاحاً:

يعرفه (2003) **Tsang & McCullough ,Emmons** أنه حالة تتطلب من الفرد الاعتراف بالحصول على نتيجة ايجابية أو فرصة , أو فائدة ايجابية ترجع جزئياً إلى مصدر خارجي.

ويعرفه (2004) **Seligman & Peterson** بأنه " تقييم معرفي وجداني إيجابي، يقوم به الفرد تجاه ما يمنح له، أو يقدم إليه من خدمات , في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات، و الفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعدادة للتصرف بإيجابية و الشكر للمحسنين ومحبة الغير (عبدالفتاح, 2020 , ص265).

اجرائيا:

هو الدرجة التي يتحصل عليها أفراد العينة على مقياس الامتحان المستخدم في الدراسة الحالية من اعداد الباحثة نرمين مصباح (2019) المتكون من بعدين موزعين على 30 بند و تتراوح ما بين 30 و 150

3.5. الكُتاب: المدارس القرآنية

الكتاتيب ومفردها كتاب، والكتاب هو موضع الكتابة، والمكان الذي يتلقى فيه الصبيان العلم، ويجتمعون فيه لحفظ القرآن الكريم قراءة وكتابة وتلقي مبادئ الدين الإسلامي، واللغة العربية، وبعض العلوم الأخرى، ويدير الكتاب معلم يطلق عليه عدة أسماء منها: المعلم، المؤدب، الفقيه، الملا، المطوع، الشيخ وهو الرجل الصالح الذي يوظف نفسه لخدمة الناس ويشترط فيه عدة شروط من أهمها:

رسوخ العقيدة الإسلامية لديه، الإمام بالمواد التي يدرسها، مراعاة ميول وحاجات الأطفال ومعاملتهم بالإحسان والتلطف، وإلى جانب المؤدب يوجد شخص آخر يسمى العريف، وهو بمثابة أحد كبار الصبية النابهين، يشرف على زملائه في فترة غياب المؤدب ولا يقتصر دور المؤدب على تعليم الأطفال القراءة والكتابة وحفظ القرآن الكريم والأحاديث النبوية الشريفة وغيرها فحسب، بل يحرص على تنشئتهم النشأة الصالحة ويغرس في نفوسهم الأخلاق الحميدة والمبادئ الفاضلة (بكرابي و مرشدي، 2011، ص 211).

6. الدراسات السابقة:

6-1/ الدراسات العربية:

● دراسة نجم الدين عيسى (2023):

- عنوان الدراسة: أثر الارشاد النبوي في التدفق النفسي لدى الصحابة الكرام -رضوان الله عليهم.

- هدف الدراسة: هدفت هذه الدراسة الى تشخيص و تحليل حالة التدفق النفسي لدى بعض افراد المجتمع الاسلامي في عهد عصر النبوة و صدر الاسلام.

- منهج الدراسة: المنهج الوصفي لايراد الافكار و المنهج التحليلي للتدليل على العلاقة بين الارشاد النبوي و النفس البشرية.

- أدوات الدراسة: تحليل المحتوى

- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة الى ان حالة التدفق النفسي الايجابي التام من حيث عناصره قد تحققت في سلوك من تم ذكرهم من الصحابة الكرام على سبيل التمثيل لا الحصر, و ان انحراف البوصلة لدى المسلمين من حالة التدفق النفسي الايجابي الى حالة القلق النفسي سببه انحرافهم عن ارشادات نبيهم صلى الله عليه و سلم و اتباعهم سنن الذين ظلموا انفسهم و عطلوا العمل بالقيم.

● دراسة الرباعي سعاد (2021):

- عنوان الدراسة: التدفق النفسي و علاقته بالسعادة لدى طلبة كليتي الحقوق و الفنون الجميلة بجامعة دمشق.

- هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي و السعادة لدى عينة من طلبة جامعة دمشق.

- منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.

- عينة الدراسة: (300) طالب و طالبة من طلاب السنة الثالثة.

- أدوات الدراسة: مقياس التدفق لجاكسون واكلاند, استبانة أكسفورد للسعادة.

- نتائج الدراسة:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين التدفق النفسي و السعادة بمعامل ارتباط كلي مرتفع بلغ (0,7).

- عدم وجود فروق دالة احصائياً في التدفق النفسي و لا في السعادة لدى افراد عينة البحث تعزى لمتغير الجنس.

- وجود فروق دالة احصائياً في التدفق النفسي لدى افراد عينة البحث تعزى لمتغير التخصص لصالح طلاب كلية الفنون الجميلة.

● دراسة الصوافي (2020):

- عنوان الدراسة: القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي و مفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع أساسي في مدارس ولاية المضبيبي بسلطنة عمان: دراسة ميدانية.

- هدف الدراسة: هدفت الدراسة للكشف عن قدرة السعادة النفسية في التنبؤ بالتدفق النفسي و مفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع أساسي في مدارس ولاية المضبيبي بسلطنة عمان.

- منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي

- عينة الدراسة: (300) طالب و طالبة.

- أدوات الدراسة: مقياس السعادة النفسية, مقياس التدفق النفسي, مقياس مفهوم الذات.

- نتائج الدراسة:

- وجود تأثير دال احصائياً لمتغير السعادة في التنبؤ بالتدفق النفسي, و الذي أسهم بنسبة (2,3 %) في تفسير التباين.

- وجود تأثير دال احصائياً لمتغير السعادة النفسية في التنبؤ بمفهوم الذات بنسبة (19,4) % .

● دراسة الصاوي (2020):

- عنوان الدراسة: التدفق النفسي و علاقته بالذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين و غير المشاركين في الانشطة الطلابية.
 - هدف الدراسة:
 - التعرف على طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي و الذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين و غير المشاركين في الانشطة الطلابية.
 - التعرف على الفروق في الذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين و غير المشاركين في الانشطة الطلابية.
 - التعرف الفروق في التدفق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين و غير المشاركين في الانشطة الطلابية.
 - منهج الدراسة: المنهج الوصفي المقارن.
 - عينة الدراسة: (300) طالبا و طالبة, 150 مشاركين/150 غير مشاركين.
 - أدوات الدراسة: مقياس التدفق النفسي, مقياس الذات الايجابية, استمارة بيانات الطلاب.
 - نتائج الدراسة:
 - وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التدفق النفسي و الذات الايجابية لدى أفراد العينة.
 - وجود فروق دالة احصائيا بين الطلاب المشاركين و الطلاب الغير مشاركين في الانشطة الطلابية في التدفق النفسي لصالح الطلاب المشاركين في الانشطة الطلابية.
 - وجود فروق دالة احصائيا بين الطلاب المشاركين و الطلاب الغير مشاركين في الانشطة الطلابية في الذات الايجابية لصالح الطلاب المشاركين في الانشطة الطلابية.
- 2-6/ الدراسات الأجنبية:

● دراسة : (Ilyes & al ,2017)

- عنوان الدراسة: التدفق في العمل و الاحتياجات الأساسية: التأثيرات على جودة الحياة.
- هدف الدراسة: معرفة تأثير التدفق النفسي على جودة الحياة.
- منهج الدراسة: المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعة الواحدة بالقياسين القبلي و البعدي.
- عينة الدراسة: 118 (عامل متخصص, مشرف اداري, فنيون/تقنيون, في احدى الجامعات الامريكية).
- أدوات الدراسة: استبانة الكترو.لجمع المعلومات الديمغرافية, مقياس جودة الحياة, مقياس التدفق النفسي.
- نتائج الدراسة:
- خبرة التدفق في العمل تؤدي الى جودة الحياة من خلال تأثيرها على الرضا عن الاحتياجات النفسية الأساسية.
- كما تبين الدراسة على الدور الوسيط للفروق الفردية في سمات الشخصية على العلاقة بين التدفق النفسي و جودة الحياة.

● دراسة: (Christy & Crista 2014)

- عنوان الدراسة: في البحث عن معنى السعادة من خلال التدفق و الروحانية.
- هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي, الروحانية, و السعادة في اطار نشاطات متعددة (فنية, بدنية, أكاديمية) .
- منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.
- عينة الدراسة: 145 مشارك (74 ذكور, 71 اناث).
- أدوات الدراسة: مقياس التدفق النفسي لجاكسون (1996), مقياس السعادة, مقياس

الروحانية، استبانة النشاطات (الفنية، البدنية، الأكاديمية).

- نتائج الدراسة:

- خلصت الدراسة أن مزاوله الانشطة البدنية، و امتلاك مهارات مكافئة للمهام المطلوبة، و الروحا.تساهم في شعور الفرد بسعادة أكبر .
- الروحا.كانت هي المتغير الأكثر تنبؤا بسعادة الفرد من بين المتغيرات الأخرى.

● دراسة (Tsaur & al (2012

- عنوان الدراسة: تجربة التسامي، التدفق، والسعادة لدى متسلي الجبال.
- هدف الدراسة: هدفت الدراسة للتحقق من العلاقة بين تجربة السمو، التدفق، والسعادة.
- تأثير تجربة السمو على كل من التدفق النفسي والسعادة.
- منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.
- عينة الدراسة: (339) متسلق جبال بتايوان.
- أدوات الدراسة: مقياس التدفق النفسي لجاكسون (Jackson, 1996)، مقياس النشاطات ذاتية التعبير لقياس السعادة واترمان (Waterman, 1993)، مقياس تجربة السمو (Hood, 1975) .

- نتائج الدراسة:

- تجربة السمو تؤثر ايجابيا على كل من التدفق النفسي والسعادة.
- التدفق النفسي عنصر وسيط في تأثير تجربة السمو على السعادة.
- العلاقة بين التدفق النفسي وتجربة السمو غير دالة احصائيا بالنسبة للمبتدئين.

● دراسة (Fritz & Avsec (2007

- عنوان الدراسة: خبرة التدفق النفسي وجودة الحياة لدى طلبة الموسيقى.
- هدف الدراسة: هدفت الدراسة الى تحري خبرة التدفق نشاطات موسيقية مختلفة

(التدريب، العزف المنفرد، العزف مع الأوركسترا...) وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة الموسيقى.

- منهج الدراسة: المنهج الوصفي الارتباطي.

- عينة الدراسة: 84 طالب في أكاديمية الموسيقى (28 ذكور, 56 اناث).

- أدوات الدراسة: مقياس التأثير الايجابي/التأثير السلبي (PANAS), مقياس الرضا عن الحياة (SWLS), مقياس التدفق النفسي (DFS).

- نتائج الدراسة:

- وجود علاقة موجبة بين أبعاد التدفق النفسي وجودة الحياة.

- أبعاد التدفق (الاهداف الواضحة، الاتزان بين المهارة و التحدي, التركيز على المهمة, المكافأة الداخلية) أساسية في التنبؤ ببعد جودة الحياة (التأثير الايجابي) و يفسر نسبة 36% من التباين.

- بعد التدفق (الاتزان بين المهارة والتحدي) أساسي في التنبؤ ببعد جودة الحياة (التأثير السلبي) ويفسر نسبة 26% من التباين.

- بعد التدفق (الاهداف الواضحة) أساسي في التنبؤ بالرضا عن الحياة ويفسر نسبة 8% من التباين.

7.التعقيب على الدراسات السابقة:

- من حيث الهدف:

هدفت دراسة نجم الدين (2023) الى تشخيص وتحليل حالة التدفق النفسي لدى بعض افراد المجتمع الاسلامي في عهد عصر النبوة و صدر الاسلام.

وهدفت كل من دراسة الرباعي (2021) ودراسة (Christy & Crista 2014) و

دراسة (Tsaur & al (2012) الى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي و السعادة لدى أفراد عينة لكل من هذه الدراسات.

كما هدفت دراسة الصوافي (2020) الى الكشف عن قدرة السعادة النفسية في التنبؤ بالتدفق النفسي لدى أفراد العينة.

و هدفت دراسة الصاوي (2020) الى التعرف على طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي و الذات الايجابية, و الفروق في كل من التدفق النفسي و الذات الايجابية لدى العينة.

ايضا كان هدف دراسة (Ilyes & al (2017 معرفة تأثير التدفق النفسي على جودة الحياة. و دراسة (Fritz & Avsec (2007 الى تحري علاقة التدفق النفسي بجودة الحياة.

- من حيث المنهج:

استخدمت دراسة نجم الدين (2023) المنهج الوصفي.

واستخدمت دراسة كل من الرباعي (2021) و (Christy & Crista (2014 و (Tsaur & al (2012 و الصوافي (2020) و (Fritz & Avsec (2007) المنهج الوصفي الارتباطي.

في حين استخدمت الصاوي (2020) في دراستها المنهج المقارن.

كما استخدم (Ilyes & al (2017 المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعة الواحدة بالقياسين القبلي والبعدي.

- من حيث العينة:

تمثلت العينة في دراسة الرباعي (2021) ودراسة الصاوي (2020) في طلبة الجامعة، في حين كانت عينة دراسة الصوافي (2020) طلبة الصف التاسع اساسي، وكان عدد العينة في كل من هذه الدراسات 300.

كما تمثلت عينة دراسة **Ilyes & al (2017)** عمال (متخصصين/مشرفين/فنيين) عددهم 118.

وكانت عينة دراسة **Tsaur & al (2012)** عبارة عن 339 رياضي متسلق جبال في حين كانت عينة دراسة **Fritz & Avsec (2007)** متمثلة في 84 طالب في أكاديمية الموسيقى.

- من حيث الأدوات:

تم استخدام أداة تحليل المحتوى في دراسة نجم الدين (2023)، في حين استخدمت الرياعي (2021) مقياس التدفق لجاكسون وإيكلاند، استبانة أكسفورد للسعادة. كما استخدم الصوافي (2020) استبانة أكسفورد للسعادة، مقياس التدفق النفسي للموسوي و شطب (2016)، مقياس مفهوم الذات لبركات (2008). واستخدمت الصاوي (2020) مقياس التدفق النفسي، مقياس الذات الايجابية من اعدادها.

واستخدم كل من **Ilyes & al (2017)** و **Fritz & Avsec (2007)** مقياس التدفق النفسي لجاكسون و مقياس جودة الحياة (SWLS).

و تم في دراسة **Christy & Crista (2014)** استخدام مقياس التدفق النفسي لجاكسون (1996)، استبانة أكسفورد للسعادة ، مقياس الروحانية، استبانة النشاطات (الفنية، البدنية، الأكاديمية).

و في دراسة **Tsaur & al (2012)** استُخدم مقياس التدفق النفسي لجاكسون (Jackson, 1996)، مقياس النشاطات ذاتية التعبير لقياس السعادة واترمان (Waterman, 1993)، مقياس تجربة السمو (Hood, 1975).

- من حيث النتائج:

توصلت دراسة نجم الدين (2023) الى ان حالة التدفق النفسي الايجابي التام من حيث عناصره قد تحققت في سلوك من تم ذكرهم من الصحابة الكرام, في حين توصلت دراسة الرباعي (2021) الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين التدفق النفسي و السعادة بمعامل ارتباط كلي مرتفع بلغ (0,7). عدم وجود فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي و لا في السعادة لدى افراد عينة البحث تعزى لمتغير الجنس. وجود فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي لدى افراد عينة البحث تعزى لمتغير التخصص لصالح طلاب كلية الفنون الجميلة.

و كانت نتائج دراسة الصوافي (2020) وجود تأثير دال احصائيا لمتغير السعادة في التنبؤ بالتدفق النفسي, و الذي أسهم بنسبة (2,3 %) في تفسير التباين. وجود تأثير دال احصائيا لمتغير السعادة النفسية في التنبؤ بمفهوم الذات بنسبة (19,4 %).

في حين توصلت دراسة الصاوي (2020) الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين التدفق النفسي والذات الايجابية لدى فراد العينة. وجود فروق دالة احصائيا بين الطلاب المشاركين والطلاب الغير مشاركين في الانشطة الطلابية في التدفق النفسي لصالح الطلاب المشاركين في الانشطة الطلابية. ووجود فروق دالة احصائيا بين الطلاب المشاركين والطلاب الغير مشاركين في الانشطة الطلابية في الذات الايجابية لصالح الطلاب المشاركين في الانشطة الطلابية.

وأسفرت نتائج دراسة **Illyes & al (2017)** على أن خبرة التدفق في العمل تؤدي الى جودة الحياة من خلال تأثيرها على الرضا عن الاحتياجات النفسية الأساسية.

كما تبين الدراسة الدور الوسيط للفروق الفردية في سمات الشخصية على العلاقة بين التدفق النفسي وجودة الحياة.

كما خلصت دراسة **Christy & Crista (2014)** إلى أن مزاوله الانشطة البدنية، وامتلاك مهارات مكافئة للمهام المطلوبة، والروحاً. تساهم في شعور الفرد بسعادة أكبر. وأن الروحاً. كانت هي المتغير الأكثر تنبؤاً بسعادة الفرد من بين المتغيرات الأخرى.

كما كانت نتائج دراسة **Tsaur & al (2012)** أن تجربة السمو تؤثر ايجابيا على كل من التدفق النفسي والسعادة. وأن التدفق النفسي عنصر وسيط في تأثير تجربة السمو على السعادة. العلاقة بين التدفق النفسي وتجربة السمو غير دالة احصائياً بالنسبة للمبتدئين.

وننتج عن دراسة **Fritz & Avsec (2007)** عن وجود علاقة موجبة بين أبعاد التدفق النفسي وجودة الحياة. أبعاد التدفق (الاهداف الواضحة، الاتزان بين المهارة والتحدي، التركيز على المهمة، المكافأة الداخلية) أساسية في التنبؤ ببعد جودة الحياة (التأثير الايجابي) ويفسر نسبة 36% من التباين. بعد التدفق (الاتزان بين المهارة والتحدي) أساسي في التنبؤ ببعد جودة الحياة (التأثير السلبي) ويفسر نسبة 26% من التباين. بعد التدفق (الاهداف الواضحة) أساسي في التنبؤ بالرضا عن الحياة ويفسر نسبة 8% من التباين.

8. علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة:

من خلال مراجعة الدراسات السابقة اتضحت العديد من نقاط الاتفاق والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

- اتفاق الدراسة الحالية مع أغلب الدراسات السابقة في تناولها لأحد المتغيرات وبعض الأهداف في حين عدم وجود دراسات تناولت نفس المتغيرات.
- اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة الصاوي (2020) في استخدام المنهج المقارن.

- واختلفت مع باقي الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي الارتباطي ومع دراسة (Ilyes & al (2017) التي استخدمت المنهج التجريبي.
- اختلفت عينة الدراسة مع الدراسات السابقة إذ تمثلت في (60) من الطلبة المزاولين والغير مزاولين للمدارس القرآنية .
- الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة في تحليل ومناقشة نتائج الدراسة الحالية والتي قد تكون نتائجها مدعمة لتلك الدراسات كما.
- الاستفادة من الدراسات السابقة في إثراء الجانب النظري والتعرف على أدبيات الدراسة الحالية، فإن قراءة الدراسات السابقة ذات العلاقة بالموضوع ساعدتنا في صياغة فرضيات الدراسة الحالية انطلاقاً من الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها.
- كذلك قد سهل لنا الاطلاع على الدراسات السابقة اشتقاق الأدوات المناسبة لقياس متغيرات الدراسة والمتمثلة في مقياس التدفق النفسي ومقياس الامتتان.
- وعليه يتجسد موقع الدراسة الحالية من بين الدراسات السابقة من خلال ملاحظتنا التي تحصلنا عليها في موضوع التدفق النفسي والامتتان لم نتصادف مع أي دراسة لفئة الطلبة المزاولين والغير مزاولين للمدارس القرآنية .حسب حدود علمنا، لهذا جاءت دراستنا لتثير الانتباه لهذا الموضوع والاهتمام به لأهميته.
- وعليه فدراستنا الحالية يمكنها أن تحمل إضافة جديدة متواضعة للبحث العلمي كونها تجمع متغيرات جديدة ومهمة لفئة ندر أن اهتم بدراستها الباحثون معاً، خاصة في مجتمعاتنا العربية بشكل عام ومجتمعنا الجزائري بشكل خاص.

الفصل الثاني: التدفق النفسي

الفصل الثاني :

▲ ▲

الفصل الثاني: التدفق النفسي:

تمهيد:

يعتبر التدفق النفسي خبرة ذاتية شخصية ذات قيمة، فتدقق الخبرات الانفعالية الإيجابية أثناء ممارسة الأنشطة المختلفة يمثل حالة نفسية سارة تحدث في الحياة اليومية للفرد يمكن أن يشعر بها.

ويعد التدفق النفسي نوع من أنواع الذكاء الوجداني في احد تجلياته، وربما يمثل التدفق الغاية القصوى او الدرجة النهائية في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم، وفي التدفق لا تستوعب الانفعالات وتجدول فقط بل توظف بنشاط وإيجابية، وتتساق مع العمل الذي يباشره الفرد، وعندما يكون في حالة ملل أو سأم أو اكتئاب أو في حالة من التهيج والقلق وهذا يعني نضوب التدفق أو عدم وجود الفرصة لحدوثه.

كما يوصف التدفق النفسي على أنه خبرة إنسان. مثلى " Optimal human experience" المجسدة لأكثر تجليات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة بصفة عامة مكونة من حالة تعكس مدى استغراق الفرد في الأنشطة أو الأعمال التي يؤديها استغراقا تاما ينسى خلاله ذاته لا يشعر بمرور الوقت أو شعوره بمن حوله وكأن الفرد في حالة من غياب الوعي بكل ما حوله إلا الأنشطة أو الأعمال التي يؤديه.

1/ مفهوم التدفق النفسي Psychological Flow:

لغة: يتمركز التعريف اللغوي للتدفق حول السيولة والاندفاع بقوة، فيقال «دفق حتى يفيض الماء من جوانبه ، واندفق الماء وتدفق أي سال بشدة وقوة. (الصاوي, 2020, ص229).

اما اصطلاحا:

يعرف **Nakamura & Csikszentmihalyi** أن التدفق النفسي هو حالة انفعالية آتحدث عندما يكون الفرد مندمج كلياً في الأداء، في موقف تكون فيه المهارات الشخصية للفرد متوازنة مع ما يتطلبه التحدي، وفيها يعيش الفرد حالة تغير للوعي في الأداء، وانغماس في النشاط، حيث يعرفان التدفق بأنه انهماك الفرد كلياً فيما يقوم به من نشاط في اللحظة الحالية، فالفرد المنغمس في حالة التدفق يذوب بصورة كلية في العمل الذي يقوم به، ويعمل الفرد حينئذ بكامل طاقته، كما أن التدفق هو حالة توازن ديناميكي بين المهارات والتحديات؛ فإن تخطت التحديات مهارات الفرد أصبح حذراً ويقظاً حتى ينتابه القلق، وإن فاقت المهارات تحديات الفرد فإنه يسترخى في البداية ويشعر بالراحة، لكنه سرعان ما يشعر بالملل. (محمود, 2018, ص120) .

و عرف **Goleman** التدفق النفسي انه استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتى يبلغ ذروة و درجة الامتياز فيها ، و يستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود و يكون كالشلال المتدفق ، فإذا استطاع الفرد أن يصل إلى حالة التدفق فإن ذلك يمثل أقصى درجة للأداء الايجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد الإصابة من الاكتئاب و الملل والتوتر والقلق. (عرعار و آخرون, 2016, ص102).

كما يرى **Goleman** أن التدفق هو حالة من نسيان الذات عكس القلق و التأمل والاجترار فإذا وصل الإنسان إلى هذه الحالة فإنه يستغرق تماماً في العمل الذي يقوم به إلى

الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تماما وبهذا الإحساس تكون لحظات غياب الذات هي لحظات التدفق، وبالرغم من وصول الأفراد إلى درجات الانغماس القصوى في الأداء إلا أنهم لا يدركون كيفية القيام بذلك لأن الشعور بالسرور هو الدافع والمحفز لهم، ومن فوائد التدفق النفسي أنه يسهم في التخفيف من الاضطرابات الانفعالية كالقلق و الاكتئاب، حيث إن التدفق يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم التعلم و الأداء. كما أن هناك من يرى التدفق على أنه حالة من حالات الذكاء الوجداني، حيث قد يمثل التدفق الغاية القصوى في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم أما في حالة شعورنا بالملل يكون التدفق في حالة خمول، وتعد خبرة التدفق حالة خاصة بكل فرد تحدث من وقت لآخر حيث تعتبر شعور راقى له علامات مميزة له كالشعور بالسرور التلقائي والانغماس في النشاط إلى حد نسيان الذات (براهيمي و باخليلي، 2023، ص32).

وقد عرفه **Sharon & Harroth** على أنه التجربة الذاتية التي ترافق الأداء في موقف تكون فيه مهارات الفرد مطابقة او مقارنة لمستويات التحدي وتشير مواصفات الإحساس بالتدفق إلى الشعور بالنشوة (عبد البصير، 2020، ص82).

و تحدده أمال باظه بأنه الإستغراق و الإنشغال التام بالأداء و السرعة والوصول إلى مستوى عالي جدا من الأداء، و الشعور بالسعادة و فقدان النسبي للوعي بالزمان و المكان و نسيان إحتياجات الذات أثناء الأداء و الإستفادة القصوى من الحالة الوجداني. في التعرف و التعلم والدقة الإنجاز و الأداء (فرحات و قرنيينة، 2022، ص95).

و تعرفه الصاوي (2020) بأنه حالة من الاندماج والتركيز العالي في أداء نشاط أو عمل معين، يفقد فيها الفرد إحساسه بذاته و بحاجاته الشخصية خلال إنجاز هذا العمل مهما كلفه ذلك من وقت دون الشعور بالملل أو الكلال، ويكون مسؤولاً عن عمله واثقاً في قدراته ومهاراته، مع الشعور بالبهجة والسعادة والمتعة اثناء أداء هذا العمل دون انتظار

مكافأة خارجية أو تقدير الآخرين له.

كما تعرفه سامي محمود (2018) بأنه تلك الحالة التي يكون فيها الفرد مندمجاً كلياً في أداء مهمة ما في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات هذه المهمة، بحيث يكون الفرد مستشعراً الاستمتاع التام لقيامه بهذه المهمة دون وجود دافع أو محفز خارجي، وفاقداً الشعور بالوقت والوعي بالذات مع وجود تغذية راجعة واضحة وفورية أثناء الأداء.

و يعرفه ابو حلاوة (2013) انه الخبرة الإنسا.المتلي Optimal Human Experience المجسدة لأرقى مظهرات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة على العموم؛ لكونها حالة تعني ذوبان الفرد في المهام والأعمال التي يقوم بها ذوباناً تاماً ينسى به ذاته والوسط والزمن والآخر كل الآخر كأنه في حالة من فقدان الوعي بكل شيء آخر عدا هذه المهام أو الأعمال, على أن يكون كل ذلك مقترناً بحالة من الابتهاج و النشوة والصفاء الذهني الدافع له باتجاه المدوامة والمثابرة ليصل في نهاية الأمر إلى إبداع إنساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مقبولة دون اي انتظار لأي تعزيز خارجي من أي نوع، إذ هنا تكون هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويكمن فيها وفيما تتضمنه من معاناة سر الرفاهية والسعادة الشخصية والإحساس العام بجودة الحياة، لكونها تضيف المعنى والقيمة عليها.

كما ترى النتشة (2021) ان التدفق النفسي مفهوم يشير إلى حالة نفسية إيجابية داخلية المنشأ يعيشها الفرد عند استغراقه في أداء مهمة ما دون وجود دوافع او حوافز خارجية، ينتج عنها التركيز الشديد والمثابرة والإحساس بالسيطرة و التحكم مع إدارة جيدة للوقت وتأجيل للرغبات والاحتياجات الشخصية، ويصاحبها شعور بالسعادة والحيوية والصفاء الذهني، مع انخفاض الوعي بالزمان والمكان حتى يصل الفرد إلى درجة قصوى من الأداء

و تقول غريب (2015) بأنه حالة نفسية تتناسب فيها مشاعر وجدا. إيجابية تؤدي إلى مستوى عالي من الإثارة والنشاط، يستطيع فيها الشخص أن يكبت مصادر الطاقة النفسية السلبية كالخوف، التوتر، الملل و القلق إلخ.... للوصول إلى الخبرة المثلي والتي تشتمل على أعلى درجات الاستمتاع والثقة بالنفس والتركيز والإحساس بالتحكم والسيطرة وال ضبط وفقد الوعي الكامل بالذات والمكان و الزمان وانسياب الأفكار وآليات الأداء مع عدم الشعور بالوقت والاندماج الداخلي الكامل في العمل.

يرى الطالب من خلال ما سبق اشتراك تعريفات التدفق النفسي في وصفه بالخبرة المثلى و الحالة الانفعالية الأ.التي تدخل الفرد في انغماس تام و اندماج كلي مع النشاط و التفوق في الأداء و التي تترتب عن تطابق مهارات الفرد مع التحدي و كون هذا التحدي و هذه الحالة مكافأة داخلية لأجل ذاتها لا لأجل المعززات الخارجية.

2/ أبعاد التدفق النفسي :

1-2/ ابعاد التدفق النفسي حسب Mihaly Csikszentmihalyi:

أشارت النتشة (2021) أن كسكزنتيميهالي صنف أبعاد التدفق النفسي الى تسعة أبعاد, و قسمها إلى فئتين أساسيتين وهما:

1-1-2/ أبعاد أساسية لحالة التدفق النفسي:

(أ) التوازن بين التحدي والمهارة:

حدد كسكزنتيميهالي هذا البعد الى عاملين مؤثرين في حالة التدفق النفسي، وهما:

- مستوى كفاءة الفرد.
- درجة صعوبة المهمة التي يؤديها.

حيث إن الفرد يدخل في حال التدفق النفسي حين تكون درجة صعوبة المهمة تتلاءم مع إمكانيات الفرد وتتطلب تمديد مهاراته واستخدامها إلى حدها الأقصى، ولا تحدث حالة التدفق النفسي حين تكون درجة صعوبة المهمة أعلى أو أقل بنسبة معتبرة من إمكانيات الفرد، فالمهمة الصعبة تشعر الفرد بالقلق والتوتر، المهمة السهلة تؤدي به إلى الملل.

ب) الأهداف الواضحة:

تعتبر الأهداف أساس دراسة سلوك الانسان, ويشترط أن تكون ملائمة لمدى قدرات الفرد، و الاندماج في أي نشاط بحاجة الى هدف واضح قابل للتحقيق, يسعى الفرد الى الوصول اليه كي يصل الى المتعة الداخلية والتدفق النفسي، كما أن عملية تركيز الوعي في نشاط معين تسهل بوجود هدف واضح يحدده، كما يساعد وضوح الأهداف الفرد على التعرف على مستوى قدراته ليحافظ على نموذج من التدفق النفسي يكون واضح المعالم.

ج) تغذية راجعة وفورية:

يستقبل الفرد أثناء حالة التدفق النفسي تغذية راجعة تكون داخلية المصدر, وتغذية اخرى خارجية المصدر تمكن الفرد من تقييم نفسه في نجاحه في المهمة التي بين يديه، فهي مهمة لتوفير معلومات حول نوعية الأداء المراد تحقيقه والتي تؤثر بدورها على طبيعة خبرة التدفق النفسي التي يختبرها.

2-1-2/ أبعاد تصف حالة التدفق النفسي:

أ) الاندماج في المهمة:

للوصول الى حالة الاندماج التام أثناء أداء المهمة يجب أن يعمل الجسد والعقل معاً مع استبعاد الشكوك والمخاوف, و الثقة في النجاح في المهمة، فتجري المهمة بشكل

عفوي وتلقائي دون قلق، و بذلك يكون الفرد في حالة اندماج جسدي وعقلي وبتركيز موجه بشكل كامل نحو أداء المهمة .

(ب) التركيز على المهمة:

أشار كسكزنتيميهاالي إلى أن أكثر الميزات حضوراً في خبرة التدفق النفسي تتضمن التركيز على المهمة و معالجة البيانات المتعلقة بالنشاط القائم لتحديد إطار من التركيز الشامل على المهمة حيث يرى كسكزنتيميهاالي أن عملية التركيز في حقل محدود من المثيرات يسهل عملية اندماج الجسد والعقل.

(ت) الشعور بالتحكم:

ان امتلاك مستويات عالية من التحكم والسيطرة يعمل على تحفيز مستوى عالي من المهارات لمواجهة التحديات الطارئة و التي تحفز بدورها عملية التدفق.

(ج) فقدان الشعور بالذات:

عند الدخول في حالة التدفق النفسي والاندماج الجسدي والعقلي في الأداء يفقد الفرد الإحساس بالماضي والمستقبل واهمال المثيرات الخارجية، و الحاجات الجسدية و تذوب ذاته في المهمة التي بين يديه.

(د) تحول الوقت:

أثناء حالة التدفق النفسي يشعر الفرد بانعدام الزمن، فالساعات الطويلة التي يقضيها في أداء المهمة تمر لديه وكأنها دقائق معدودة، وهو ما يمكن وصفه "بلحظة الذروة، وأن تحول الوقت ينتج عند حدوث حالة من التدفق النفسي العميق بينما يختلف ذلك عن الإحساس بمرور الوقت وذلك يرجع الى طبيعة النشاط.

(هـ) الاستمتاع الذاتي بالتجربة:

تم عرض هذا المصطلح لأول مرة من قبل كسكزنتيميهاالي عام 1975 للإشارة

الفصل الثاني: التدفق النفسي

الي نشاط يعمل على استثارة وتحفيز الاندماج فيه، وقد عرفه بأنه حالة نفسية تتولد عنها تغذية راجعة داخلية المنشأ ملموسة تحافظ على استمرارية الأداء و إعادة القيام بالنشاط بشكل متكرر في ظل غياب أي شكل من أشكال المكافأة الخارجية (النتشة, 2021, 17-19).

يحدد كسكزنتيميهاالي الأبعاد التسعة كما هو موضح في الصورةالتالية:

الفصل الثاني: التدفق النفسي



2-3 / أبعاد حالة التدفق حسب Goleman:

تصور جولمان أبعاد التدفق النفسي التي وضعها في كتابه العقل المحب للتأمل

سنة 2004 ، وأشار فيها إلى أن العناصر الأساسية لخبرة التدفق النفسي هي:

- ذوبان وعي الفرد في فعله أثناء قيامه بالمهمة.
- تركيز عالي و انتباه كبير في اندماج واضح في التعامل مع المهمة أو أداء العمل دونما اهتمام يذكر بالنواتج، و العمل لذات العمل دونما انتظار نتيجة أو مكافئة خارجية.

الفصل الثاني: التدفق النفسي

- نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط.
 - مستوى مناسب من المهارات بما يتناسب مع ما تتطلبه المهمة.
 - وضوح الاهداف الموقفية والاستجابة المناسبة لها (غريب, 2015, ص307).
- كما أشار **Seligman** الى ابعاد التدفق في أن الشخص الذي يدخل في حالة التدفق يتميز ببعض الخصائص تتمثل في :
- الوضوح - الالتزام -التحدي - التركيز - الاختيار - القياس - التوفيق - عدم الشعور بالوقت - عدم الندم و الحسرة على الفشل - الحديث الذاتي الإيجابي - القدرة على التعامل مع الوضع (الصاوي, 2020, ص233).

2-2/ أبعاد حالة التدفق حسب تصورات **Fogarty، Tenenbaum** ، و **Jackson**:

يشير ابو حلاوة (2013) انه تم صياغة أبعاد حالة التدفق حسب تصورات تنبوم فوجارتي وجاكسون سنة 1999 في دراسة لهم للتحقق من صدق مقياس حالة التدفق لجاكسون، (The Dispositional Flow Scale (DFS)، وذلك باستخدام نموذج راش الإحصائي، وتبدأ الدراسة بالتأكيد على أن التدفق حالة سيكولوجية مثلى وصفها ميهالي تشكزينتهيمالي بالتفصيل في أعماله، وتم تبني الأبعاد التالية في هذه الدراسة:

أ) التوازن بين التحدي و المهارة - **Challenge Skill balance** ففي حالة التدفق يتوافر لدى الفرد إحساسا بأن مهاراته و قدراته تتسق و تتطابق أو تتقارب الى حد كبير مع المطالب التي تستلزمها المهام والأعمال والأنشطة التي يقوم بها.

ج) أهداف شديدة الوضوح - **Clear Goals** ويقترن بذلك إحساس بالثقة واليقين والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به المرء.

- (ب) اندماج الفعل في الوعي أو الإدراك - **Action-Awareness Merging:** مما يوافر سياق يتحقق فيه اندماج عميق جدًا في المهام وبالتالي صدور أفعال تلقائية ذاتية من قبل الفرد غالبًا ما تكون ذات طابع سلسل تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية.
- (د) تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة - **Unambiguous Feedback:** في حالة التدفق يتلقى المرء تغذية راجعة فورية ويصاحب ذلك ثقة وتأكد من أن كل شيء يسير وفق خطة واضحة المعالم.
- (هـ) تركيز تام في المهمة - **Concentration on Task at Hand:** يصاحبه إحساس تام بالاستغراق أو ما يعرف بأسر المهمة للمرء.
- (و) غياب الشعور بالذات - **Loss of Self-Consciousness:** فالوعي بالذات يتناقص حتى يصبح المرء متوحدا مع المهمة ويصير جزءا منها وتصير جزءا منه.
- (ز) الإحساس بالضبط والسيطرة - **Sense of Control:** يتميز هذا الإحساس أن حالة التدفق تحدث بدون مجهود واعي او شعوري.
- (ح) الاستمتاع الذاتي - **Autotelic experiences:** وهي غاية المرء من كونه في حالة تدفق، وهي إحساس يمتلك المرء لقيامه بالعمل أو المهمة أو النشاط كغاية في حد ذاته، وكمكافأة داخلية دون انتظار مكافآت خارجية أو فائدة مستقبلية.
- (ط) تغير إيقاع الزمن أو الوقت - **Transformation of Time:** يفقد المرء إحساسه العادي الزمن، فيمر بسرعة شديدة أو ببطء شديد (ابوحلاوة, 2013, ص21).
- يرى الطالب حسب ما سبق ذكره أنه يمكن تلخيص أبعاد التدفق النفسي الى قسمين كما يلي:
- أولاً: هناك أبعاد تسبق حالة التدفق وهي مهياًة له، تمهد وتسهل للفرد دخوله في هذه الحالة، ويمكن اعتبارها شروط واجب توفرها وتتمثل في:

الفصل الثاني: التدفق النفسي

- كون مهارات الفرد متقاربة مع ما يتطلبه التحدي.
- تحديد أهداف واضحة وقابلة للتحقيق التي يريجوها الفرد من القيام بهذا التحدي.
- وجود تغذية راجعة وفورية تمكن الفرد من تقييم أدائه وتصحيحه بشكل مستمر خلال النشاط.

ثانياً: هناك أبعاد تكون أثناء حالة التدفق تمكنا من وصف وتقييم هذه الحالة وتتمثل

في:

- الاندماج الكلي مع النشاط والانغماس التام في الأداء.
- التركيز الشبه كامل على المهمة وتجاهل المعطيات الخارجة عنها.
- امتلاك مستويات عالية من التحكم والسيطرة على النشاط قيد الأداء.
- فقدان الشعور بالذات ونسيان الحاجات الجسدية والنفسية.
- فقدان الشعور بالوقت وتحول موازين الشعور به.
- الاستمتاع الذاتي بالتجربة والمكافأة الداخلية التي تحفز القيام بالنشاط مجدداً.

3/ التوجهات النظرية حول خبرة التدفق النفسي:

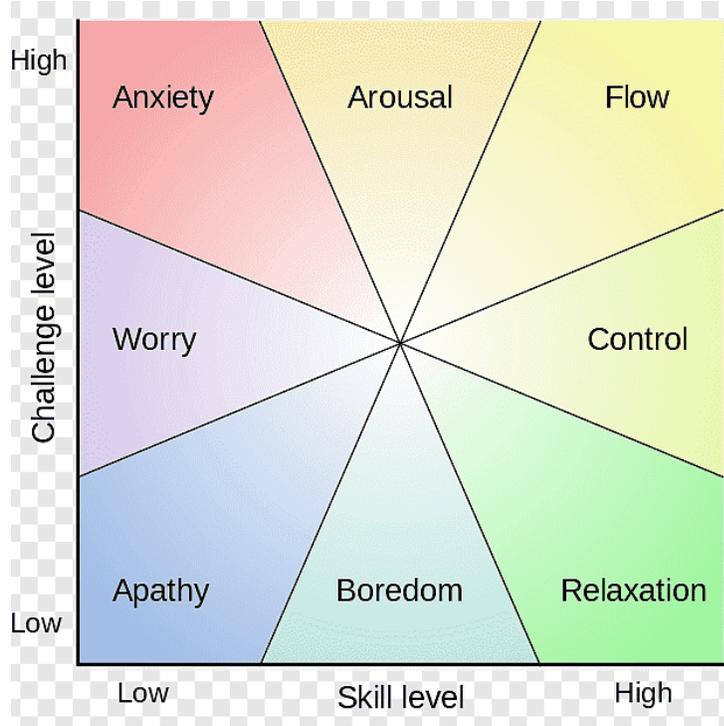
1-3/ نظرية التدفق النفسي لـ شكزنتيميهالي - Theory of Flow:

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الأصل *Csikszentmihalyi* عام 1975 أثناء مقابلاته الشخصية مع العديد من الأشخاص بالولايات المتحدة الأمريكية، تايلاند، اليابان، كوريا وأستراليا، ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث أشركهم في مجموعة من الأنشطة، ولم يجد "ميهالي" وصفاً أقرب للتعبير عن ما عبر عنه هؤلاء الناس إلى تشبيهه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، وعلى هذا الأساس أطلق عليه مصطلح التدفق النفسي. و طبقاً لنظرية التدفق، فإن 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 مرتفع وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متقاربة جداً ينتج عن ذلك خبرة التدفق الممتعة (الأسود, 2020).

والتي يتحصل له بموجب التفاعل مع هذه التحديات تغذية راجعة فورية. ويرى شكرزنتيميهايي أن للتنشئة الاجتماعية دور هام جداً في ذلك ولهذا ركز وبشكل كبير على دور الأسرة والمؤسسات التربوية في مساعدة الفرد على تعلم الوصول إلى خبرة التدفق النفسي. و أشار ميهالي أن الإحساس بالنشوة والابتهاج يتضمن تجاوز ضوابط أو قيود الأنا، أي التحرر النسبي منها، و تجاوز روتين الحياة اليومية العادية مما يتطلب الوصول الى طرق حياة متنوعة وأنشطة حياة ثرية تثير حالة التدفق لدى الفرد (عبدالصير, 2020).

ويخلص ميهالي تشكرزنتيميهايي في الشكل (02) التالي نتائج البحوث الميدانية وفقاً للمشاعر الأساسية التي تنتاب البشر حسب التفاعل بين المهارات والتحديات أثناء التفاعل أو أداء أنشطة حياتية متنوعة:



2-3/ توجهه Daniel Golman :

يرى دانيال جولمان أن كل الناس تمر بمشاعر التدفق من وقت لآخر، خاصة عندما وصول هذه الخبرة إلى ذروتها، و التدفق حسبه هو أفضل حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجة تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء و التعلم، فإذا استطاع الشخص دخول منطقة التدفق فإن انفعالاته تعزز الأداء، لأنها لا تكون مجرد انفعالات و عواطف تتجه في اتجاه معين بل تكون انفعالات إيجابية مليئة بالطاقة و الحيوية ، و تناسب قواها مع ما يجري من نشاط راهن، أما إذا تملك الفرد الملل أو التوتر فإن ذلك يحول دون تدفق هذه المشاعر.

كما يرى جولمان أن هناك عدة وسائل للوصول إلى حالة التدفق كالتركيز التام على

العمل الجاري، لأن التركيز العالي هو جوهر التدفق، و يبدو أن هذه حركة تغذية راجعة عندما يكون المرء على أعتاب هذه الحالة من التدفق، لأن التدفق يتطلب جهدا كبيرا للوصول إلى حالة التركيز اللازم لبدء العمل، والانتباه هنا يكون ذا طابع مسترخي على الرغم من قوة التركيز، وهذه الخطوة الأولى تتطلب مجهودا عاليا، و بمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة دفع ذاتي، الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالية كالقلق و التوتر و المقاومة و بدء تأدية العمل دون جهد. و من جهة أخرى يعتبر "جولمان" أن التدفق النفسي حالة خالية من الثبات الانفعالي، إلا في حالة النشوة الخفيفة التي يشعر بها الفرد و التي تمثل دافعا كبيرا داخليا (عرعار و آخرون، 2016، ص107).

/3-3 توجهه Martin Seligman :

يجيب مارتن سيلجمان من خلال نظريته المنظمة سؤال لماذا هناك أناس سعداء وآخرون غير ذلك؟، من خلال استناده على الأسلوب العلمي في اكتشاف ذلك، إذ وجد من خلال استخدامه للاستخبارات الشاملة أن الكثير من الناس المتفائلين و الراضين هم أولئك الذين استكشفوا التركيبة الفريدة من قوى إمضاءاتهم الشخصية مثل الإنسانية، المثابرة الاعتدال في مختلف نواحي حياتهم. وقام سيلجمان بدمج نسخة السعادة والفضيلة الأخلاقية لكونفوشيوس، والمنسيوس وتعالم أرسطو مع النظريات النفسية الحديثة للدافعية، واستنتج أن السعادة لها ثلاثة أبعاد، يمكن للفرد تتميتها، وتتمثل في الحياة ذات المعنى meaningful life، الحياة الطيبة the good life و الحياة الممتعة the pleasant life، ، ويضيف بأن المرحلة الأولى يتم فيها إدراك الحياة الممتعة إذا تعلمنا تقدير متع الحياة الأساسية كالرفقة، والبيئة الطبيعية، وحاجاتنا الجسدية، إذ نحن نستطيع ان نبقي عالقين بملاذتنا في هذه المرحلة أو يمكننا الانتقال الى المرحلة الثا.التمثلة في خبرة الحياة الطيبة التي يمكن

الوصول إليها من خلال اكتشاف فضائنا وقوانا الفريدة وتوظيفها على نحو خلاق لحياة أفضل. ويشير سيلجمان أنه وفقاً للنظريات الحديثة حول مفهوم الحياة لتقدير الذات فإنها تعد مقنعة بصدق إذا اكتشفنا قيمتها في داخل أنفسنا، ورغم ذلك، فإنه من أفضل الطرق لاكتشاف قيمة التقدير الإيجابي للذات يتم في من خلال تنمية قوانا الفريدة عبر المساهمة بإسعاد رفاقنا من البشر، وبذلك فإن المرحلة الثالثة و النهائية في نوعية العيش الجيد تظهر في الحياة ذات المعنى، التي نجد فيها إحساس عميق بالإنجاز من خلال توظيف قوانا الفريدة لغرض أعظم من أنفسنا (عبد البصير، 2020، ص84).

4/ الشروط اللازمة لحدوث التدفق النفسي :

يذكر إبراهيم و آخرون (2016) أن هناك شروط لازمة لحدوث التدفق و هي:

1-4/ الأهداف الواضحة Clear goals:

الأهداف الواضحة و المحددة تجاه النشاط شرط أساسي لحدوث التدفق، وأن يكون الفرد على دراية تامة بالخطوات التي سيتم اتخاذها سعياً نحو تحقيق الأهداف المنشودة.

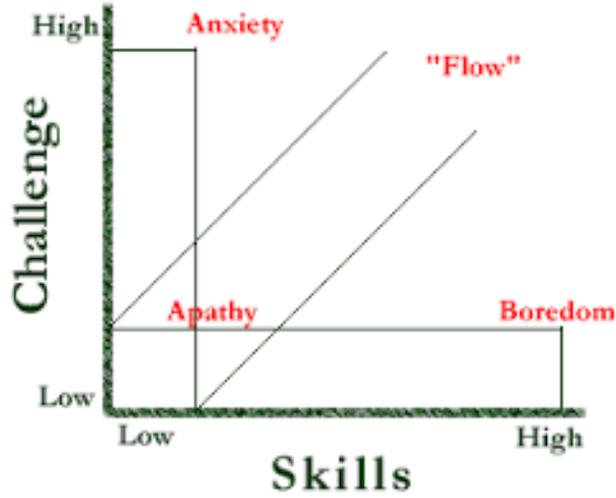
2-4/ تغذية مرتدة فورية Immediate feedback:

لابد ان يتلقى الفرد تغذية راجعة فورية تدله على مدى نجاحه أو اخفاقه في الوصول الى الأهداف المحددة المنشودة من النشاط، وهذا يعتبر خطوة مهمة لاتمام التدفق.

3-4/ التناظر بين تحديات النشاط ومهارات الفرد with person's :skillsChallenging activity matched

لابد من وجود تناظر بين تحديات النشاط وقدرات ومهارات الفرد, او على الأقل تقارب كبير بين المستويين حتى تحدث عملية التدفق .و التدفق يحدث عندما يقابل المستوى المرتفع من متطلبات الموقف مستوى مرتفع كذلك من قدرات الفرد (إبراهيم و آخرون, 2016, ص313).

يمثل الشكل (03) الحالات النفسية المقترنة بطبيعة العلاقة بين مستوى المهارة و مستوى المهام أو التحديات:



5/ مراحل التدفق النفسي :

تحدد براهيمي و باخليلي (2023) أن الإنسان أو العقل البشري يمر بمراحل للوصول الى الحالة المتدفقة تتمثل باختصار في :

أ) المعاناة - The Struggle:

وهي الحالة التي يكون فيها الشخص يستوعب بصعوبة و يكون لديه انزعاج من حجم المعلومات التي يتوجب عليه معالجتها أو الأعمال التي يجب أن يقوم بها، فيستنفذ طاقته في التفكير فيما سيقوم به والطريقة التي سيتبعها، و يشعر بالإعياء وال فشل .

ب) الإسترخاء - Relaxation:

في هذه المرحلة، كأن الفرد يقوم بنشاط خارجي قادر على تحسين المزاج، و يبدأ بتقبل المهمة التي بين يديه، فينتقل عقله من مرحلة المعاناة إلى حالة الاسترخاء التام.

ج) التفكيك - Fragmentation:

تعقب التغيرات التي تحدث لعقل الانسان نتيجة للاسترخاء بعد مرحلة المعاناة، يعود لإنهاء عمله ولكن هذه المرة بطريقة مختلفة لا تستنفذ قدرا كبيرا من الطاقة، و تقل مقاومته بشكل كبير حيال مهمته، فيكون في هذه المرحلة قد أدرك حجم العمل الذي هو مقبل على القيام به ومدرك لمواطن صعوبته وسهولته، و عارفا للأهداف المرجوة في نهايته، فيبدأ بتفكيكه وتجزئته ليقوم به على مراحل (براهيمي و باخليلي, 2023, ص38).

د) مرحلة التدفق الذهني - Flow state:

في هذه المرحلة يفقد الإنسان الشعور بما حوله لينفرد بعمله الذي يقوم به، يعيش في حالة من التجرد تكون فيها المهمة مصدرا لسعادة ودافع للاستمرار لا مصدر احباط، وتتضمن حالة التدفق مشاعر إيجابية كالسعادة والرغبة في القيام بالشيء وسهولة ما قد تم استصعابه في مرحلة المعاناة (ابو حلاوة, 2013).

6/ أهمية التدفق النفسي :

انصب الاهتمام على البحوث المتعلقة بالتدفق في الثمانينات انطلاقا من دراسات علم النفس في نطاق الاتجاه الإنساني لروجرز وماسلو ومكأدامز كجزء من أدبيات البحث عن الدافع الذاتي، والاهتمام الداخلي حتى أصبح ينظر للفرد في السنوات الأخيرة على أنه كائن نشط، وذاتي التنظيم في إطار تفاعله مع البيئة، وأصبح هذا المفهوم يمثل أحد النماذج المحورية لعلم النفس، وهو بذلك يتوافق تماما مع نموذج التطور النفسي المرتبط بمفهوم التدفق (محمود, 2018, ص125).

ويذكر أبو حلاوة (2013) أن أهمية التدفق تتلخص في النقاط التالية:

- يسمح لنا بالوصول إلى الخبرة المثالية optimal experience.
- يسمح لنا بالتطور والازدهار كأفراد.

الفصل الثاني: التدفق النفسي

- يمنحنا فرصة لضبط وتنظيم أو السيطرة على وعينا وشعورنا.
- يمكننا من تشييد أو بناء رأسمانا النفسي.
- كما يترتب على الشعور بالتدفق النفسي آثار ايجابية منها خفض الشعور بالملل و الخوف واللامبالاه و تنمية الاستقلالية وتقوية الثقة بالنفس، كما أن التدفق ينمي التفكير الابداعي و التخيل العقلي، وينمي الدافعية للإنجاز، مستوى الطموح، كما ينمي القدرة على مواجهة التحديات في الأداء، الفاعلية الذاتية وتحمل المسؤولية (أبوحلاوة، 2013، ص07).

7/ المصاحبات النفسية لخبرة التدفق :

غالباً ما تكون المصاحبات الناتجة عن حالة التدفق متبلورة حول الشعور بالنشوة، والابتهاج، والسعادة التامة، والاحساس بالاستحقاق و قيمة الذات و الجدارة، والاثابات الداخلية المنشأ، إلا أن هذه المصاحبات تتضح بشكل كبير حول ما سماه مارتن سليجمان بقضية المعنى *Meaningness*, حيث أوضح أن الانغماس أو الاندماج في الحياة هو أحد محددات السعادة، ويعد مفهوم سليجمان عن الاندماج في الحياة مماثل تماماً لمفهوم التدفق والخبرة المثلى عند شكزنتيميهايي إلا أنه أضاف أن مفهوم التدفق مجرد من القيمة *value-free* فقد يكون الفرد في حالة من التدفق أثناء ارتكابه عملاً سلبياً كالتخريب، أو لعب القمار الذي لا يسهم بالضرورة في خدمة الصالح العام.

وهنا يفيد شكزنتيميهايي أن الحياة ذات المعنى والدلالة هي الحياة التي تتضمن

النقاط التالية فيما يرتبط بمفهوم التدفق :

أ) بدلاً من أن يكون التدفق ناتجاً عن سلسلة من الأهداف غير المترابطة، ينبغي أن يندفع الانسان في تحركاته من مجموعة من التحديات التي تضيف معنى وقيمة على أي

شيء يفعلهُ.

ب) الإصرار و التصميم على مجابهة هذه التحديات، والتغلب عليها باتباع السلوك الهادف لتحقيق أهداف إيجابية.

ج) تستغرق الأنشطة الهادفة ذات المعنى حياة الانسان ليصبح سلوكه متطابقا بتناغم مع أغراضه وأهدافه (محمود, 2018, ص124).

خلاصة:

وعلى هذا تكون حالة التدفق النفسي انفعالية ايجابية يعايشها الفرد بتحقيق شروطها واستغلال عوائدها القيمة في جوانب حياته المختلفة، نفسية كانت أو مه واجتماعية. ليصل الفرد في نهاية الأمر إلى إبداع إنساني من نوع فريد يكون فيه المعاناة مرحبا بها دون انتظار لأي تعزيز من أي نوع، إذ هنا تكون هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويمكن فيها وفيما تتضمنه من معاناة سر الرفاهية والسعادة الشخصية والإحساس العام بجودة الحياة؛ لكونها تضيف المعنى على هذه الحياة والأنشطة التي تدفعنا باتجاه التدفق النفسي كثيرة ومتنوعة، فقد تكون قراءة كتاب أو ممارسة ألعاب رياضية وتختلف حسب ميول كل شخص.

الفصل الثاني: التدفق النفسي

الفصل الثالث :

الامتحان

الفصل الثالث: الامتحان

تمهيد:

أشار Emmons الى أن مفهوم الامتحان ظهر مبكراً في كتابات ماكدوجل عام 1929 والذي اعتبر الامتحان ضمن الانفعالات الثانوية، مثله مثل الاعجاب والاحراج و الغيرة و الخوف و الحسد و ورأى ماكدوجل أن الامتحان مركب من العاطفة الجياشة الزائدة والشعور الذاتي السلبي . وعلى عكس الخوف, الغضب أو الأشمئزاز فالامتحان لا يعد واحداً من الانفعالات الأساسية، فلا يوجد أساس فسيولوجي يستند إليه ولا تعبير وجهي عالمي مميز له . واعتبر Seligman & Csikszentmihali أن الامتحان أحد الفضائل الإنسا.و القوى الشخصية الإيجابية، وهي تلك الصفات والخصال التي أشاد بها معظم الأديان ومعظم الثقافات على أنها ايجابية وتناسب جميع البشر وتمكنهم من العيش بسلام في شتى أنحاء العالم, و الامتحان فضيلة تمكن الإنسان من العيش بشكل جيد. كما أنه يقلل من هرمون التوتر في الجسم و يزيد من مستويات أمينو غلوبين في الحنجرة والأنف مما يزيد من مقدرة الجسم على مقاومة العدوى الخبيثة، و هذه المادة صنفت من الأجسام المضادة التي يفرزها الجسم لمكافحة الفيروسات والبكتيريا (النابعة, 2019, ص27).

1/ مفهوم الامتتان:

لغة: يعرف الامتتان في معجم اللغة العربية بأنه الشكر والاعتراف بالجميل، وعكسه الجحود، وامتن له أى شكره ، وممنون أى معترف بالجميل وشاكر للفضل، وممنون لك أى أشكرك. ويشير ابن منظور في لسان العرب إلى أن الشكر هو عرفان الاحسان ومقابلة النعمة بالقول والفعل وال.، فيثنى الفرد على المنعم بلسانه ويذيب نفسه في طاعته ويعتقد أنه مولياها. وذكر Lopez&Snyder أن كلمة الامتتان Gratitude مشتقة من الكلمة اللاتي. Gratia مما يعني النعمة أو الامتتان.

كما عرف قاموس أكسفورد الإنجليزي (1989) الامتتان بأن نوعية أو حالة من الشكر والتقدير لما يلاقي الفرد من جوانب اللطف (محمد مروة, 2023, ص428).

اصطلاحاً:

يعرفه **Sansone & Sansone** أنه تقدير ما هو ذو معنى و قيم للذات ويمثل حالة عامة من الشكر والتقدير، فهذا التعريف يتجاوز الصيغ الشخصية التي تعزو الامتتان إلى خبرة تلقي شيء ما من شخص ما، فهذا التعريف أكثر شمولاً ؛ حيث يشتمل على الشكر للتجارب المختلفة (عزب و آخرون, 2019, ص162).

ويعرف كل من بونو وايمونز وماكلوه **Bono, Emmons & McCullough** الامتتان بأنه اعتراف وتقدير من الشخص تجاه من يقدمون له الخير وينتج عنه من جانب الفرد إدراكه للمكاسب و النواتج الإيجابية. ويشيرون إلى أن الامتتان قد يكون حالة مزاجية إيجابية وقد يكون دافعاً، وقد يكون متغيراً تابعاً يمكن التدخل فيه وتنميته ويمكن أن يكون وسيلة لشحن العلاقات الإيجابية وتقليل الصراعات ومواجهة الضغوط.

أما بارلت وديستينو **Bartlett & Desteno** فيعرفان الامتتان على أنه شعور

إيجابي ينتج من إدراك الفرد ما تحقق له من فوائد من الآخرين (النابعة، 2019، ص28).

وعرفه هاني سعيد حسن بأنه تقييم معرفي وجداني إيجابي، يقوم به الفرد تجاه ما يمنح أو يقدم إليه من خدمات، في ضوء ما يدركه الفرد من تقدير لهذه الخدمات والفوائد التي يحصل عليها، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية وشكر المحسنين ومحبة الغير (صهوان، 2018، ص117).

تعرفه شريف (2023) بأنه فضيلة أخلاقية و سمة إيجابية تتضمن إحساس الفرد بشكر الله تعالى على تفضله بنعمه التي لا تعد ولا تحصى، والاعتراف بفضل الآخرين و تقدير جهودهم وقيمتهم والاستعداد للتصرف بإيجابية نحوهم، وتقدير المتع والأشياء البسيطة الموجودة في حياة الفرد و الشعور بالوفرة و الرخاء.

وتعرف رشا ابراهيم (2019) الامتتان أنه مكون وجداني معرفي إيجابي يقوم به الفرد تجاه ما يعطى له أو يمنح إليه من الآخرين من هبات ومنافع، مما يؤدي إلى استعداده للتصرف بإيجابية والإعتراف بجهود الآخرين وتقديره لهم.

كما تعرفه أسماء عبدالفتاح (2020) أنه نشاط معرفي وجداني يتم فيه الاحساس الدافئ للفرد بالآخرين وبما يقدمونه له من تشجيع و مساعدات و إبعاد المخاطر عنه لمساعدته للوصول إلى طموحاته و أهدافه، مع استعداده لتقديم الشكر لهم بوسائل مختلفة و متعددة قد تتمثل في تقديم خدمه لهم دون طلبهم ذلك، وقد تكون لفظيا أو كتابياً بقول كلمات تعبر عن التقدير و الشكر والعرفان بالجميل.

وعرفت مروة محمد (2023) الامتتان أنه القدرة على استشعار نعم الخالق على الفرد والاعتراف بوجودها وتقديرها التقدير الأمثل، مع التعبير قولاً و فعلاً عن شعوره بالشكر و العرفان تجاه هذه النعم وتجاه الخالق الذي منحه إياها ثم لمن جرت هذه النعم والعطايا على يديه.

و ينظر للامتحان باعتباره فضيلة موجودة في الطبيعة الإنسا.ومتأصلة في جوهرها و الامتحان يشير إلى الشعور الذي يحصل في التبادل البين-شخصي عندما يدرك و يعترف الفرد بحصوله على المنفعة أو القيمة من الطرف الآخر ويمكن النظر اليه باعتباره حالة أو سمة, حيث يعرف كحالة بأنه: إدراك كالتائج الإيجابية الناتجة من الفعل المقصود أو المساعدة من قبل شخص آخر. أما كسمة: فيوصف باعتباره فضيلة أو خاصية للفرد. ويعرف بأنه الميل العام للإدراك والاستجابة بالانفعالات الممتة لفاعلي الخير (بن عبدالهادي, 2023, ص19).

رغم تعدد تعريفات الامتحان الا أنها تشترك في وصفه بالفضيلة الأخلاقية و التقييم المعرفي الوجداني الايجابي تجاه ما يُمنح للفرد من فوائد مادية كانت أو معنوية, أي أنه يمثل حالة عامة من الشكر و التقدير للخالق سبحانه على نعمه و من ثم تقدير جهود الآخرين و الميل للتصرف بايجابية نحوهم. و يجب هنا مراعاة منطلق الامتحان لدى الافراد كونه كسمة أو كحالة, حيث أنه كحالة تكون ادراكا لما يتلقاه الفرد من منفعة و نتائج ايجابية من الآخرين, في حين أنه كسمة يعبر عن الميل العام للإدراك و الاستجابة بالانفعالات الممتة لفاعلي الخير و يُنظر لها كخاصية للفرد .

2/ وظائف الامتحان:

ذكرت شريف (2023) أن للامتحان ثلاث وظائف أساسية تتمثل في:

(أ) مقياس أخلاقي:

لأنه يشير إلى تغيير في العلاقات الاجتماعية، ويشير إلى الاعتراف بالفضل للآخرين ويظهر ذلك عندما يتلقى الفرد خدمة او منفعة من شخص آخر، فإن ذلك يدفعه لكي يسلك سلوك مرغوب اجتماعياً، ويستجيب بسلوك الإيثار، ويزود الامتحان الفرد بدلالات

وجدا. تدل على إدراكه بأن الشخص الآخر تعامل معه بشكل مرغوب اجتماعيا، وأنه يريد إيساعده، ويقدم له المساعدة بشكل مقصود مع الاعتراف بالاستفادة مما قدم له.

(ب) دافع معنوي:

يحفز الممتن على التصرف بشكل إيجابي و مقبول اجتماعيا تجاه الآخرين، بسبب حصوله على فائدة تؤدي به إلى تعبير عاطفي إيجابي يدفعه لمساعدة الآخرين، أو يمنع السلوكيات المؤذية تجاههم سواء في الوقت الحالي أو في المستقبل.

(ج) الامتنان بوصفه معزراً أخلاقياً:

يشجع الامتنان على كل ما هو مقبول اجتماعيا، ويشجع من قام بفعل الخير على أن يقدم المزيد من الخير مستقبلا. فالإمتنان حافز ومعزز أخلاقي يدفع الأشخاص للتصرف بطريقة لائقة اجتماعياً، ومقبولة، وآلية نفسية تكمن في السلوكيات المتبادلة للسمات الأخلاقية والسلوك المقبول اجتماعيا، وهو من دلائل السعادة والهناء النفسي (شريف، 2023، ص129).

3/ فوائد الامتنان:

للإمتنان أهمية كبيرة في حياة الإنسان فهو أكثر من مجرد الشعور برد الجميل أو الشعور بالدين والرغبة في رده، فهو ليس اعترافا بفضل الآخرين علينا فقط وإنما هو يجعل كل يوم في حياتنا له قدسية، والتعبير عن الامتنان هدية للشخص الذي يعبر له، قبل أن يكون منحة يقدمها للآخرين، والامتنان حتى لأبسط الأشياء الصغيرة يجعل حياتنا اليومية نفسها هدية. كما أن الامتنان لا يقتصر فقط على أعمال الخير من الغرباء أو المعارف بل يتخطى ذلك بكثير فيعد العاطفة التي تعزز النتائج المجزية في العلاقات (محمد، 2023، ص431).

ويذكر كل من **Bono & Emmons** أن الأشخاص الممتتين جدا لديهم المزيد من الأمل ويتمتعون بارتياح أكبر في حياتهم، ويكونون أكثر تسامحا وتعاطفا ولديهم ثقة أكبر بالنفس، وأيضاً الشعور بالعدو. والاكنتاب والقلق يقل لديهم بشكل كبير. ويذكر أيضاً كل من **Armenta & ali** أن من فوائد الامتحان:

- تحسين سلوك الفرد وتوسيع ادراكه.
- يؤدي إلي الشعور بكثير من المشاعر الإيجابية اجتماعية و عاطفية؛ مثل مشاعر الترابط وزيادة الدعم الاجتماعي، وزيادة الرضا عن الحياة، حيث أن الامتحان حافز للتغيير الإيجابي و تحسين الذات.
- يدفع الفرد إلي تحقيق أهدافه، و يحفز الفرد للانخراط في مجموعة متنوعة من السلوكيات المرغوبة و الإيجابية التي تقوده في نهاية المطاف ليصبح شخصا أفضل وعضواً أكثر إنتاجية للمجتمع (السيد و آخرون، 2021، ص1222).

4/ خصائص الأفراد الممتتين:

تذكر صهوان (2018) أن الأفراد الممتتين يتميزون بمجموعة من الصفات و الخصائص من أهمها :

أ) تقدير أهمية المرور بخبرة الامتحان:

يعبر الأفراد الممتتون عن هذه الحالة الإيجابية عن طريق الشعور بالوفرة وعدم الحرمان وتقدير إسهامات الآخرين في جودة الحياة النفسية، وتحقيق الرفاهية وعزو مصدر المنفعة إلى الآخرين. وتقدير أبسط أنواع السعادة والسرور والميل إلى تقدير المتع البسيطة المتاحة في الحياة. والميل إلى الرضا عن الحياة والتركيز على النواحي الإيجابية من البيئة الاجتماعية، وتقدير الحياة بشكل إيجابي، واعتبارها هدايا من الله عز وجل.

ب) أكثر رضا عن الأصدقاء، والأسرة والمجتمع:

مع الميل إلى مساعدة الآخرين ولديهم انخفاض في الاهتمام بالأشياء المادية، وعدم الحكم على النجاح في ضوء الممتلكات المادية، وأكثر تمسكاً بالنواحي الذي. مع زيادة الاندماج في السلوكيات التي تهدف إلى منفعة الآخرين، وتجنب السلوكيات الهدامة . وتقدير الأشياء البسيطة في الحياة، وتقدير إسهام الآخرين في سعادة هذا الفرد، وتقدير نعم الله عز وجل عليهم.

ج) امتلاك تصورات إيجابية حول البيئة:

مع القدرة على استخدام الاستراتيجيات الإنتاجية، والتمتع بصفات شخصية أكثر إيجابية، والتقدير المرتفع للإنجازات الشخصية، مع الاندماج في سلوكيات مرغوبة اجتماعياً. (صهوان, 2018, 124)

كما يشير weiner إلى أن الفرد الممتن يمتاز بأربع صفات هي:

- ان يكون بحالة ايجابية ولديهم شعور بالوفرة.
- ان يعترف باسهام الآخرين في منفعته ورفاهيته.
- ان يقدر أيسر انواع المتعة والسرور.
- ان يعترف بأهمية خوض تجربة الامتحان والتعبير عنها (مؤيد, 2022, ص17).

5/ النماذج و الأطر النظرية التي فسرت الامتحان:

5-1/ نظرية العاطفة الاخلاقية للإمتان ل (McCullough, Kilpatrick,)
:2001,Emmons and Larson

أكدت النظرية على طبيعة الامتحان كونه إحدى العواطف الاخلاقية حيث دمجت

هذه النظرية بين العديد من النظريات التي تناولت الامتتان ، وبالإشارة الى الامتتان كعاطفة اخلاقية فإننا لا نقترح ان انفعالات الامتتان والتعبير عنها أخلاقية في حد ذاتها ولكن الامتتان عادة ما ينتج عن السلوك الاخلاقي ويحفزه و يمكننا تشبيه الامتتان بالعواطف الاخلاقية الأخرى مثل المشاركة الوجدانية، التعاطف، الشعور بالذنب و الخزي ، فالامتتان إستجابة إنفعالية للأفعال الأخلاقية لشخص آخر نيابة عنه، وبينما يعمل كل من التعاطف و المشاركة الوجدان.حين تتوافر الفرصة للأفراد للاستجابة لمعاناة شخص آخر، ويعمل الشعور بالذنب والخزي حين لا يلتزم الافراد بالمعايير الاجتماعية و الاخلاقية،

ويعمل الامتتان عادة حينما يتلقى الافراد سلوكا ايجابيا اجتماعيا. حيث لخصت هذه النظرية ان الامتتان في جوهره عاطفة اخلاقية بالموازاة مع العواطف الاخلاقية الاخرى وهكذا فإننا نتوقع أن الأفراد الذين يخبرون الامتتان عادة حينما يدركون ان فعل الخير تصرف يقوي من هئائم النفسي وبهذه الطريقة يمكن أولا تشبيه الامتتان بالبارومتر الاخلاقي استجابة لكرم اخلاق الآخرين.

ثانيا، يحث الامتتان المنتفعين على المشاركة في سلوك ايجابي و مرغوب اجتماعيا وبالتالي يعمل كدافع اخلاقي.

ثالثا، عند التعبير عن امتتان الفرد لفاعل الخير يدفع الامتتان فاعل الخير الى تكرار سلوك فعل الخير بطريقة اكثر ايجابية و مقبولة اجتماعيا في المستقبل وبالتالي يعمل كمحفز اخلاقي.

رابعا، القدرة على الامتتان ترتبط ايجابيا بالسمات الاخلاقية الاخرى مثل المشاركة الوجدان.وتبني المواقف الايجابية، وفي المقابل فان الامتتان يرتبط سلبيا بالخصائص التي تمنع السلوك الاخلاقي والعلاقات الايجابية مثل النرجسية (بن عبدالهادي، 2023، ص20).

2-5/ نظرية العزول (weiner, 1986):

يشير العزول إلى أنه مفهوم مركزي في دراسة الامتحان فقد اقترح weiner سنة 1986 ان الأفراد الذين لديهم نزعة للامتحان يميلون إلى عزو النتائج الايجابية إلى جهود أفراد آخرين ليكونوا اقل احتمالاً ان يعزو نجاحتهم و حظهم إلى جهودهم الشخصية، وخصائصهم الذاتية الإيجابية، وهذا لا يعني ميل الأفراد الممتتين إلى الاعتراف بالإحسان الآخرين في نتائجهم الايجابية على أنهم يقللون من جهودهم السببية، وأن الذي يميز هؤلاء الأفراد قدرتهم على تحديد و عزوهم، ليشمل مدى واسع من الأشخاص الذين يسلمون في رفاهيتهم، لذلك يزيد الشعور بالامتحان عن طريق تركيز الممتتين على الخبرات الايجابية التي يمرون بها ويقومون بعزو هذه الخبرات الايجابية إلى عوامل خارجيه، كمساعدة التي يتم الحصول عليها من الآخرين (مؤيد، 2022، ص17).

3-5/ نظرية التوسع والبناء للانفعالات الإيجابية لفريدريكسون (1998, Fredrickson):

وفق هذه النظرية فإن الانفعالات الإيجابية كالفرح والفخر والقناعة والحب توسع من منظومة الأفكار والأفعال التي يختبرها الشخص، والتي بدورها تقوى قدرات الفرد الذهني البدني والاجتماعية. ولأن الامتحان يعد انفعالاً إيجابياً، فخبرة الامتحان كاستجابة لتلقى فائدة أو هبة يمكن أن تخلق الرغبة في أن يتصرف الفرد بطريقة اجتماعية مرغوبة تجاه المحسن أو تجاه الآخرين، وبالتالي فالانفعالات الممتة لديها احتمال تطوير نمط التفكير لدى الفرد حيث تقوده للتفكير في الطريقة التي يمكن بها أن يفيد الآخرين، وبمرور الوقت فإن هذه الخبرات الموسعة تحمل إمكانية أن تؤدي إلى بناء علاقات اجتماعية و صداقات دائمة.

أي أن نظرية Fredrickson ركزت على المشاعر الإيجابية والسلبية، وأوضحت أن المشاعر السلبية تعمل على تقييد سلوك الفرد و الحد من تركيزه، بينما تعمل المشاعر الإيجابية على الحد من ظهور مشكلات غير محددة قد تؤثر على سلوك الفرد و نشاطه في مختلف المجالات مما ينعكس على جوانبه النفسية والاجتماعية.

و وفق هذه النظرية فإن الامتحان قد يساعد الأفراد في بناء علاقات دائمة مع الآخرين أساسها المشاعر الإيجابية، حيث يمكن في ضوء هذه النظرية تفسير ارتباط الامتحان بمختلف المجالات، كتوسيع نطاق التفكير لدى الفرد، ومساعدة الآخرين، والشعور بالأمل والتفاؤل. و بناء على ذلك حدد Fredrickson في نظرية التوسع والبناء خمسة عناصر أساسية:

- توسع المشاعر الايجابية ذخيرة التفكير والعمل.
 - المشاعر الايجابية تزيل المشاعر السلبية العلاقة.
 - المشاعر الايجابية تغذي المرونة النفسية.
 - المشاعر الايجابية تبني الموارد الشخصية.
 - المشاعر الايجابية تغذي الرفاهية النفسية والجسدية (صهوان, 2018, ص121).
- كما يذكر O'Connell و آخرون أن الامتحان يساهم في توسيع العمليات المعرفية، حيث يقوم الأفراد بتطوير مهارات جديدة للتعبير عن الامتحان للآخرين فشعور الفرد بالامتحان يقوده للتصرف بطريقة إيجابية، وتفكيره بالطريقة التي يمكن أن تفيد الآخرين، وبذلك يصبح الامتحان محفزاً للتقارب الاجتماعي، مما يقلل الشعور بالوحدة، وبمرور الوقت تعمل هذه الخبرات الموسعة علي تحسين العلاقات الاجتماعية القائمة وتكوين علاقات جديدة جيدة.

و الامتحان ليس مجرد الشعور بوجوب رد الجميل للشخص للآخر، بل إنه يشجع

علي مزيد من المعرفة بكيفية الاستجابة، و يخلق صلة جديدة بين الأفراد كما يدعم الصلات الموجودة مسبقا (السيد و آخرون، 2021، ص1223).

4-5/ نموذج إيمونز (Emmons, 2003) :

افترض Emmons وجود أربعة منظورات مختلفة يمكن من خلالها فهم الامتحان:

أ) المنظور الاستعدادي:

وهو منظور عام يشير إلى ميل الفرد العامة نحو الشعور بالامتحان والسمة التي يخبر بها هذا الأخير عن خبرة الامتحان عبر الوقت والمواقف و مختلف الظروف الحياتية.

ب) منظور الفائدة:

حيث يشعر الفرد بالامتحان عندما يتلقى المنافع النوعية بغض النظر عن الشخص المتطوع.

ج) منظور المتطوع:

حيث يتم التركيز على درجة الامتحان التي يشعر بها الفرد لشخص معين، والذي قدم له فائدة أو مجموعة من الفوائد.

د) منظور التفاعل بين الفائدة والمتطوع:

و هو دمج لمنظور المنفعة و منظور المتطوع وفيه يكون الامتحان الذي يختبره الفرد بالنسبة للمنفعة التي حصل عليها ومن ثم التأكيد على المانح أو المتطوع (شريف، 2023، ص131).

6/ قياس الامتحان:

أشار عزب و آخرون (2019) أن الامتحان هو إنفعال إيجابي يتم قياسه من خلال

أربعة عناصر كما عرضها Emmons, McCullough & Tsan وهي كالتالي:

أ) شدة الامتحان: Gratitude Intensity:

تختلف شدة الامتحان من فرد إلى آخر فعند حدوث موقف إيجابي نجد أن بعض الأفراد لديهم نزعة قوية للامتحان بشكل أعمق من الآخرين.

ب) تكرار الامتحان: Gratitude Frequency:

الأفراد ذوو النزعة القوية للامتحان أكثر تكرارا للشكر والعرفان مقارنة بذوى النزعة الأقل.

ج) مدى الامتحان: Gratitude Span:

كلما كانت النزعة للامتحان أقوى كان مدى الامتحان أكبر حيث يتسع ليشمل مختلف جوانب الامور الحياتية ويمتد نحو الحياة ذاتها، أما الأفراد ذوى النزعة الأقل فيكون إدراك شعور الامتحان محصوراً في مواقف وجوانب محدودة من الحياة.

د) كثافة الامتحان: Gratitude Density:

تشير الكثافة إلى كم الأفراد الذين نشعر بالامتحان تجاههم، فالأفراد الممتنون نجد لديهم قائمة بأسماء أفراد يشعرون تجاههم بالامتحان في مراحل العمر المختلفة وبإختلاف الظروف والمواقف، بالإضافة إلى الامتحان الله سبحانه وتعالى، فهؤلاء لديهم نزعة قوية نحو الامتحان على خلاف ذوى النزعة الأقل (عزب و آخرون, 2019, 164).

كما أعدت الباحثة نرمين مصطفى مصباح(2019) مقياسا حيث أهتمت الباحثة بقياس النزعة نحو الامتحان بإعتباره سمة من سمات الشخصية الإيجابية، فالامتحان يتخطى فكرة رد الفعل على المنافع المتلقات ولكن هو نابع من الفرد ذاته من خلال إدراك النعم بوجه عام ثم تقديرها ثم التعبير عنها، فالفرد هو المحرك الاساسي لقوة الامتحان داخله ، ولقد تكون المقياس من (30) عبارة تقيس الامتحان عند الشباب الطلبة وتوزعت العبارات

على بعدين كما هما:

- الامتحان لله سبحانه وتعالى بعدد (15) عبارة.

- الامتحان لمن أسدوا إلينا خدمة من البشر بعدد (15) عبارة.

تتدرج الإجابة على المقياس من خلال متصل من خمسة خيارات وهي موافق جداً

- موافق - محايد - معترض - معترض جداً، وأعطيت الدرجات التالية على التوالي (5 ،

4 ، 3 ، 2 ، 1). وتشير الدرجة الكلية للمفحوص على الجانب الايجابي لمتغير الامتحان

حيث أنه كلما ارتفعت الدرجة الكلية دل ذلك على ارتفاع سمة الامتحان . مع ملاحظة أن

تصحيح العبارات العكسية يكون معكوسا العبارة رقم 8 (نرمين، 2019، ص151).

خلاصة:

ان الامتحان يرتبط بالصحة النفسية للأفراد واعتُبر الامتحان فضيلة من الفضائل

الإنسا. وأسلوبا إيجابيا لتأسيس رابط متين مع الله وعلاقات إيجابية مع الآخرين. كما أن

الأشخاص الأكثر تعبيراً عن الامتتان هم الأكثر سعادة والأكثر تفاؤلاً عندما يقيمون خبراتهم الحياتية وهم الأكثر رضا وعلاقتهم إيجابية مع الآخرين.

والامتتان تعبيراً عن النوايا الطيبة يخلق شكلاً إيجابياً من العلاقات الاجتماعية والتعبير عن الامتتان للآخرين يحفزهم للانخراط في علاقات اجتماعية أفضل، وأحياناً ينظر للتعبير عن الامتتان باعتباره سلوكاً ما قبل اجتماعي يحفز الدخول في علاقات وثيقة. إذ يدل على الاحترام والثقة المتبادلة بين الأطراف والتفاهم وتقبل الآخرين ويرتبط التعبير عن الامتتان بالأمل، والتعاطف، واحترام الذات، والمشاعر الإيجابية.

والتعبير عن الامتتان يؤثر في المستفيد من الامتتان وعلى مقدمه أيضاً حيث التعبيرات الاجتماعية من جانب مقدم التعبير عن الامتتان ومن جانب متلقيه، تفيد في نمو الروابط والعلاقات الاجتماعية بين الأشخاص والتعبير عن الامتتان هو السلوك الاجتماعي الذي قد يكون أكثر السلوكيات تنشيطاً للعمليات العاطفية بين الأشخاص. فالأشخاص الذين تم شكرهم من المرجح أن يتصرفوا بشكل إيجابي تجاه من شكرهم وممن قدم لهم تعبيراً عن الامتتان وإلى الآخرين في المستقبل.

الفصل الرابع

منهجية الدراسة

الفصل الرابع منهجية الدراسة في جانبها الميداني

1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة هامة في البحوث العلمية وهي أول خطوة يلجأ إليها الباحث للتعرف على ميدان دراسته، ولجمع أكبر قدر ممكن من المعلومات حول موضوع الدراسة، إلى جانب التحقق من وجود العينة بجميع الخصائص المراد البحث فيها، و التحقق من سلامة و صلاحية أدوات جمع البيانات.

وقد عرفها مصطفى عشوي على أنها: "دراسة إستكشافية، و هي مرحلة هامة في البحث العلمي نظرا لارتباطها المباشر بالميدان، مما يضيفي صفة الموضوعية على البحث، كما تسمح بالتعرف على الظروف والإمكانات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية أدوات المنهجية المستعملة قصد ضبط متغيرات البحث. (عشوي، 1994، ص 133)

وبناء على ذلك، فقبل المباشرة في إجراءات الدراسة الأساسية، قمنا بدراسة استطلاعية وذلك بغرض تحقيق مجموعة من الأهداف.

2-1- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

تكمّن أهداف دراستنا الاستطلاعية فيما يلي:

- معرفة الظروف التي سيتم فيها إجراءات البحث.
- التعرف على بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحث في البحث.
- التحقق من وضوح تعليمات المقياسين، بالإضافة إلى وضوح العبارات وعدم وجود غموض فيهما.

- التحقق من صدق و ثبات المقياسين على العينة الاستطلاعية، و ذلك قبل استخدامها و تطبيقها على عينة الدراسة الاساسية.
- كما سمحت لنا بإجراء اختبار أولي للفرضية، بما قد يعطي بعض المؤشرات على مناعتها.
- التأكد من ملائمة أدوات الدراسة التي تم اختيارها و المتمثلة في مقياس التدفق النفسي وكذا الامتحان.

2-1/ عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة الدراسة من خلال مجموعات وصفحات على مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بطلبة المدارس القرآنية و طلبة الجامعة. وقد شملت (30) طالبا و طالبة. وقد تم اختيارها عن طريق العينة القصدية على أساس أنها تحقق لنا أغراض الدراسة الاستطلاعية التي نسعى لتحقيق أهدافها المسطرة.

2-3- خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية:

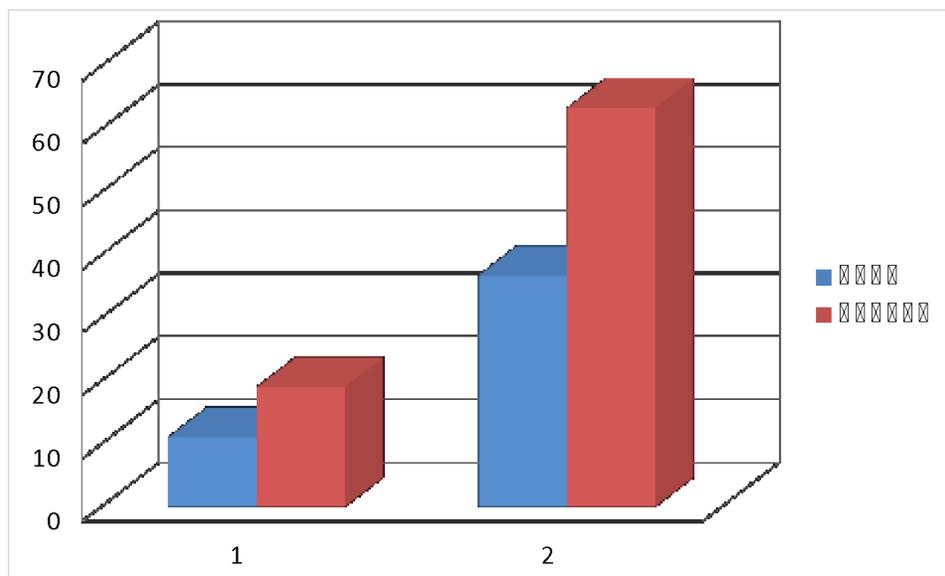
تتمثل خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية فيما يلي:

- من حيث الجنس:

النسبة المئوية %	التكرار	الجنس
10%	03	ذكور
90%	27	إناث

المجموع	30	100 %
---------	----	-------

الجدول: 1 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس



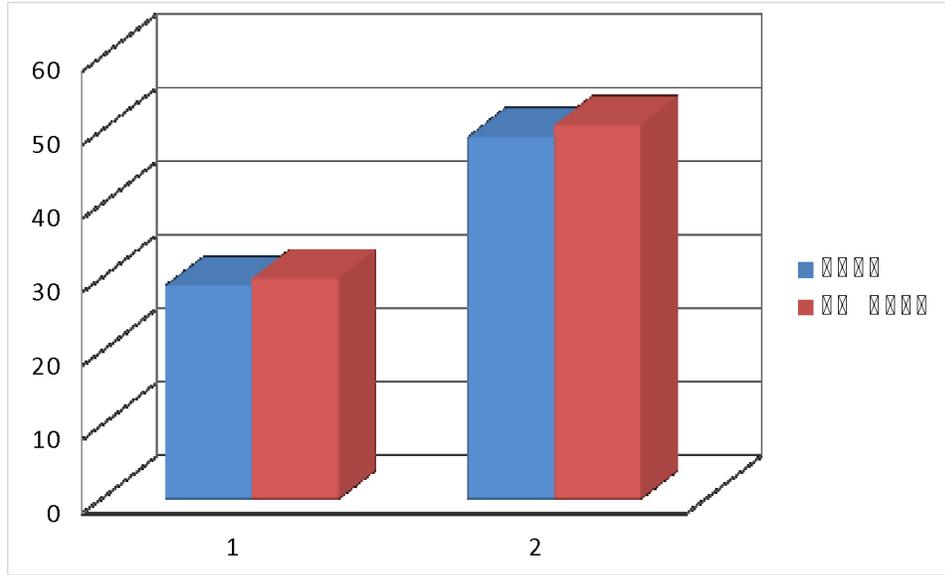
الشكل : 1 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث الجنس

نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (1) أن نسبة الذكور (10%) أقل من نسبة الإناث (90%).

من حيث متغير مزاوله المدارس القرآنية :

النسبة المئوية %	التكرار	الدراسة
36.7%	11	يدرس
63.3%	19	لا يدرس
100 %	30	المجموع

الجدول: 2 خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث متغير الدراسة بالمدارس القرآنية



الشكل : 2 عينة الدراسة الاستطلاعية من حيث متغير الدراسة بالمدارس القرآنية

نلاحظ من خلال الجدول والشكل رقم (02) أن نسبة الطلبة الذين لا يزاولون المدارس القرآنية (63.3%) أكثر من نسبة الطلبة الذين يزاولون بالمدارس القرآنية (36.7%).

4-1/ مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية عبر مجموعات وصفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بطلبة الجامعة في الفترة الممتدة من (05 جوان إلى 10 جوان) من السنة الجامعية 2024.

4-1/ إجراءات تطبيق أدوات جمع البيانات للدراسة الاستطلاعية:

قمنا بتوزيع مقياسي التدفق النفسي والامتحان الكترونيا على عينة استطلاعية من طلبة المدارس القرآنية و طلبة الجامعة بطريقة قصدية، وتم الحصول على الإجابات على فقرات المقياسين.

6-1/ نتائج الدراسة الاستطلاعية:

تبين من خلال إجراء الدراسة الاستطلاعية مايلي :

- تم التقرير أن دراستنا ممكنة التطبيق، وأن الدراسة تستحق أن تستحق الاستمرار فيها.
- تم تقييم ملائمة خطة بحثنا وأنها عملية لأدوات جمع البيانات.
- السماح لنا بإجراء اختبار أولي لفرضياتنا، بإعطائنا بعض المؤشرات على نجاعتها.
- تبين لنا كفاية إجراءات البحث وكفاية المقاييس التي تم اختيارها من أجل المتغيرات، وتمكيننا لحل للمشكلات التي لم يجر توقعها في هذه المرحلة وتوفير الزمن والجهد.

2/ الدراسة الأساسية:

1-2/ منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج المقارن باعتباره الانسب لهذه الدراسة، حيث يسمح بمقارنة التدفق النفسي و الامتحان لدى الطلبة المزاولين و الغير المزاولين للمدارس القرآنية مقارنة دقيقة. و يعبر عن هذه المتغيرات كما و كيفاً، و بواسطته يتم استخلاص النتائج و تقييمها و اختبار فرضيات دراستنا.

و يعرفه بشير معمريه أنه "البحث الذي يقارن فيه الباحث بين من يتصف بخاصية معينة، أو يوجد في ظرف معين، وبين من لا يتصف بتلك الخاصية، ولا يوجد في ذلك الظرف، من أجل التعرف على علل حدوث السلوك محل البحث (معمريه، 2022،

ص(343).

2-2 مجتمع وعينة الدراسة :

أ) مجتمع الدراسة الأساسية:

لتحقيق أهداف الدراسة قام الطالبان بتحديد مجتمع الدراسة والذي يمثل طلبة المدارس القرآنية .في الجزائر والغير معلوم في عدده.

ب) عينة الدراسة الأساسية:

اشتملت عينة الدراسة الأساسية على (60) من الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية , ومنه فقد كانت طريقة اختيار الأفراد أو المفردات التي تتناسب مع أهداف الدراسة الحالية هي الطريقة القصدية (الغرضية).

حيث يختار الباحث هذه العينة انطلاقا من هدفه، وعلى أساس توفر خصائص وصفات محددة في مفردات عينته تكون هي الصفات التي يتميز بها المجتمع الإحصائي (حنون, 2023, ص222).

3-2/ خصائص عينة الدراسة الأساسية:

تتمثل خصائص عينة الدراسة الأساسية فيما يلي:

توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية من حيث الجنس:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية %
ذكور	12	20.3%

إناث	47	79.7%
المجموع	59	100 %

الجدول: 3 توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس

يلاحظ من خلال الجدول رقم (03) أن عدد أفراد العينة من الذكور (12) و المقدر بـ (20.3%) أقل من عدد الإناث (47) و المقدر بـ (79.7%)

توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية من حيث متغير الدراسة بالمدارس القرآنية :

النسبة المئوية %	التكرار	الدراسة
49.2%	29	يدرس بالمدرسة القرآنية
50.8%	30	لا يدرس بالمدرسة القرآنية
100 %	59	المجموع

الجدول: 4 توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الدراسة بالمدارس القرآنية

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) أن نسبة الطلبة المزاولين للمدارس القرآنية (50.8%) أكثر من نسبة الطلبة الغير مزاولين للمدارس القرآنية (49.2%).

4-2/ حدود الدراسة الأساسية:

أ) الحدود المكانية: تم إجراء الدراسة في صفحات ومجموعات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بكل من طلبة الجامعة و طلبة المدارس القرآنية كما تنقل الطالب الى الجامعة و بعض المدارس القرآنية و المساجد.

ب) الحدود الزمانية: تتحدد هذه الدراسة بالسياق الزمني التي أجريت فيه وهو السنة الجامعية 2023/2024 ، واقتصر جانب الدراسة الميداني على المدة الزمنية الممتدة من 10 إلى غاية 15 جوان.

5-2/ أدوات جمع البيانات:

1-5-2/ مقياس التدفق النفسي:

لقد تم الاعتماد على مقياس التدفق النفسي للباحثة أمال باظة (2011)، والمعد في البيئة المصرية.

أ) درجات وطريقة تنقيط المقياس : يتكون المقياس من (56) عبارة موزعة على (08) أبعاد فرعية كالتالي:

العبارات	الأبعاد
1 الى 7	الشعور بالاستعداد لادارة الوقت بايجابية
8 الى 14	مستوى النشاط و العمل المرتفع مع الشعور بالمسؤولية

15 الى 21	وضوح الهدف من ممارسة العمل و قابليته للتحقيق
22 الى 28	الاندماج التام في العمل او النشاط
29 الى 35	تركيز الانتباه و مواجهة التحديات
36 الى 42	الشعور بالمتعة و الدافعية أثناء الأداء
43 الى 49	نسيان الذات والزمان والمكان أثناء العمل
50 الى 56	الأداء بتلقائية والسيطرة على اتخاذ القران و اجراء التعديلات

الجدول: 5 يوضح توزيع الأبعاد الفرعية لمقياس التدفق النفسي

حيث يطلب من المستجوب في تعليمات المقياس أن يقرأ كل عبارة ثم يسأل نفسه إلى أي مدى تنطبق عليه، وليضع علامته وفق الخمس مستويات للتقييم وهي:

الدرجات	المستويات
1	اطلاقا
2	نادرا
3	أحيانا
4	غالبا
5	دائما

الجدول: 6 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس التدفق النفسي

على أن يتراوح تقييم كل عبارة ما بين درجة واحدة إلى خمس درجات، ويشير ارتفاع الدرجات إلى زيادة في التدفق النفسي، ليتم الحصول على المجموع الكلي لعبارات المقياس ما بين 56 إلى 280 درجة.

وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس هي 280 درجة، درجة وسيط المقياس للدرجة الكلية 168 درجة، الدرجة الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي 56 درجة.

1-1-5-2/ الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

أ- صدق المقياس في الدراسة الحالية:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، وتقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها" (معمرية، 2007، ص 158).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على المقياس في توزيع تنازلي ثم تم سحب 33% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (10) فردا من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (10) أفراد تسمى إحداها العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا. بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

العينة	العينة العليا ن=10	العينة الدنيا ن=10	قيمة "ت"	الدلالة
--------	--------------------	--------------------	----------	---------

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير
التدفق النفسي	249.80	15.17	184.10	29.18	6.315	دالة عند مستوى الدلالة) $\alpha=0.05$

الجدول: 7 دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في المقياس.

يتبين من الجدول رقم (07) أنّ قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha=0.05)$ لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أنّ المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس.

(ب) الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

عدد البنود	56
معامل الفاكرونيباخ	0.968

الجدول: 8 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ.

يتضح من خلال الجدول رقم (08) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.96) وهي قيمة مقبولة جداً، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

وتقوم هذه الطريقة على تقسيم المقياس إلى نصفين نصف يمثل البنود الفردية والآخر

يمثل البنود الزوجية ثم حساب معامل الارتباط بين النصفين وكذا معادلة تصحيح الطول لـ سبيرمان براون أو حوثمان وذلك حسب تساوي التباينات مع عدمه.

عدد البنود	معامل الارتباط بيرسون	سبيرمان براون	جوثمان
56	0.787	0.881	0.872

الجدول: 9 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية.

يتضح من خلال الجدول رقم (09) أن معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية تساوي (0.78) وبعد تصحيح الطول تم الحصول على (0.88) وهي قيمة مقبولة ، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.

2-1-5-2/ طريقة تطبيق المقياس:

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من المفحوص أن يحدد كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، و ذلك بوضع علامة (x) أمام الاختيار الذي يتوافق مع حاله، مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة.

2-5-2/ مقياس الامتحان:

أ) وصف المقياس: تم الاعتماد على مقياس الامتحان من اعداد مصباح نرمين (2019) صمم هذا المقياس لقياس النزعة نحو الامتحان بإعتباره سمة من سمات الشخصية الإيجابية، فالامتحان يتخطى فكرة رد الفعل على المنافع المتلاقاه ولكن هو نابع من الفرد ذاته من خلال إدراك النعم بوجه عام ثم تقديرها ثم التعبير عنها، فالفرد هو المحرك

الأساسي لقوة الامتحان داخله. المقياس يتكون من 30 بندا نقيس الامتحان عند طلبة الجامعة و طلبة المدارس القرآنية..

(ب) درجات وطريقة تنقيط المقياس: يتكون المقياس من (30) عبارة موزعة على بعدين فرعين كالتالي:

الأبعاد	العبارات
الامتحان لله سبحانه وتعالى	1, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 27, 28, 29
الامتحان لمن أسدوا إلينا خدمة من البشر	2, 3, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 26, 30

الجدول: 10 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس الامتحان

حيث يطلب من المستجوب في تعليمات المقياس أن يقرأ كل عبارة ثم يسأل نفسه إلى أي مدى تنطبق عليه، وليضع علامته وفق الخمس مستويات للتقييم وهي:

المستويات	الدرجات
أعارض بشدة	1
أعارض	2
محايد	3

4	أوافق
5	أوافق بشدة

الجدول: 11 مستويات التقييم و درجاتها في مقياس الامتحان

توجد عبارة وحيدة سلبية و تصحح عكسيا هي العبارة (08). يتراوح تقييم كل عبارة ما بين درجة واحدة إلى خمس درجات، ويشير ارتفاع الدرجات إلى زيادة في الامتحان، ليتم الحصول على المجموع الكلي لعبارات المقياس ما بين 30 إلى 150 درجة. وبالتالي تكون الدرجة الكلية للمقياس هي 150 درجة، درجة وسيط المقياس للدرجة الكلية 90 درجة، الدرجة الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي 30 درجة.

1-2-5-2/ الخصائص السيكومترية لمقياس الامتحان:

أ) صدق المقياس في الدراسة الحالية:

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الصدق التمييزي، بأسلوب المقارنة الطرفية، و"تقوم هذه الطريقة على أحد مفاهيم الصدق، وهو قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها" (معمرية، 2007، ص 158).

حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة على الاستبيان في توزيع تنازلي ثم تم سحب 33% من طرفي التوزيع، لنتحصل على (10) فردا من طرفي التوزيع، بمعنى صارت لدينا عينتان متطرفتان متساويتان، عدد أفراد كل مجموعة يساوي (10) أفراد تسمى إحداهما العينة العليا، والأخرى العينة الدنيا. بعدها تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل عينة، ثم حساب قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المجموعتين

المتطرفتين والجدول التالي يوضح ذلك.

الدلالة	قيمة "ت"	العينة الدنيا ن=10		العينة العليا ن=10		العينة المتغير
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة عند مستوى الدلالة) $\alpha=0.05$	6.445	9.52	125.60	2.36	145.60	الامتحان

الجدول: 12 دلالة الفروق بين متوسطي العينة العليا والعينة الدنيا في المقياس.

يتبين من الجدول رقم (12) أن قيمة "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطين دالة إحصائياً عند مستوى $(\alpha=0.05)$ لدلالة الطرفين، مما يشير إلى أن المقياس له القدرة على التمييز بين المجموعتين المتطرفتين، مما يدل على صدق المقياس.

(ب) - الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

عدد البنود	30
معامل الفاكرونباخ	0.900

الجدول: 13 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام ألفا كرونباخ

يتضح من خلال الجدول رقم(13) أنّ معامل الثبات باستخدام معامل (ألفا كرونباخ) تساوي (0.90) وهي قيمة مقبولة ، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات مقبول.
- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

وتقوم هذه الطريقة على تقسم المقياس إلى نصفين نصف يمثل البنود الفردية والآخر يمثل البنود الزوجية ثم حساب معامل الارتباط بين النصفين وكذا معادلة تصحيح الطول لـ سبيرمان براون أو حوثمان وذلك حسب تساوي التباينات مع عدمه.

عدد البنود	معامل بيرسون	معامل الارتباط	سبيرمان براون	جوثمان
30	0.758		0.862	0.845

الجدول: 14 يبين معامل ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية.

يتضح من خلال الجدول رقم(14) أنّ معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية تساوي (0.75) وبعد تصحيح الطول تم الحصول على (0.862) وهي قيمة مقبولة جدا ، وتشير إلى تمتع المقياس بثبات عال.

2-2-5/2 طريقة تطبيق مقياس الامتتان:

يطبق هذا المقياس بصفة فردية أو جماعية، حيث يطلب من المفحوص أن يحدد كل بند مع ما يقوم به أو يشعر به في الواقع، و ذلك بوضع علامة (x) أمام الاختيار الذي

يتوافق مع حاله، مع العلم أنه لا وجود لإجابة صحيحة أو خاطئة.

5-3/ كيفية تطبيق إجراءات الدراسة الأساسية:

بعد التأكد من سلامة و صلاحية أدوات الدراسة وتحديد عينة الدراسة الأساسية و طريقة اختيارها بشكل نهائي، توجهنا إلى ميدان الدراسة الأساسية أين التقينا بأفراد العينة بالمصلى و المدرسة القرآنية شحطة حمزة بمدينة الجلفة ، حيث أبدى الطلبة أفراد العينة استعدادهم للمساعدة، وزعنا عليهم المقياسين وشرحنا لهم موضوع الدراسة والغرض منها وكذا طريقة الإجابة عليه.

كما وزعنا المقياسين الكترونيا عبر مجموعات وصفحات مواقع التواصل الاجتماعي الخاصة بطلبة الجامعة و طلبة المدارس القرآنية في الفترة الممتدة من (10 جوان إلى 15 جوان) من السنة الجامعية 2024. و بالرغم من استغراقنا لبعض الوقت في إجراء الدراسة الأساسية، إلا أننا لم نجد أي صعوبة في تطبيق المقياسين على أفراد العينة، نظرا لتعاونهم معنا.

3/ الأساليب والمقاييس الإحصائية:

1-3/ اختبار «T» للفروق:

يستخدم غالبا عندما يتعلق الأمر باختيار فرضية بديلة حول الفروق المشاهدة بين عينتين أو أكثر، و يستخدم من أجل معرفة احتمال حدوث مثل تلك الفروق في المجتمع الإحصائي.

2-3/ المتوسط الحسابي:

المتوسط الحسابي لقيم متغير ما، هو مجموع قيم ذلك المتغير، مقسوما على عدد هذه القيم، فهو معلومة رقمية تتجمع حولها سلسلة من القيم، يمكن من خلالها الحكم على بقية المجموعة (بوعلاق، 2009، ص 40)

3-3/ الانحراف المعياري:

هو الجذر التربيعي للتباين، و التباين يقاس بالوحدات المربعة و الانحراف المعياري يقاس بنفس وحدات المتغير محل ظاهرة الدراسة، و يرمز له S للعينه أو 6 للمجتمع، و هو من مقاييس التشتت، و استخدمناه للتعرف على مدى تشتت الدرجات و ابتعادها عن المتوسط الحسابي.

4-3/ النسب المئوية:

تستخدم النسب المئوية في العادة مع التكرار، حيث تبين نسبة كل فئة من المجموع الكلي. (عبيدات و آخرون، 1999، 117)

الفصل الخامس

عرض ومناقشة

الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير النتائج

1/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

1- مستوى التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع.

2-1/ عرض نتائج الفرضية الأولى:

البيانات الإحصائية المتغيرات	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
التدفق	59	168	224.76	13.57 5	0.000	0.05	دالة

الجدول: 15 قيمة اختبار ت لعينة واحدة

يُلاحظ من خلال الجدول رقم (15) أنّ قيمة ت لعينة واحدة (ت=13.57) وهي دالة إحصائية؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة sig تساوي (0.00) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الفرضي ومتوسط الطلبة أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي لديهم والفرق لصالح المتوسط الفرضي.

2-1/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

يتبين من خلال نتائج الفرضية الأولى، أن مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة أفراد العينة مرتفع. حيث بلغ متوسطهم الحسابي (224.76) مقارنة بالمتوسط الفرضي الذي بلغ (168) ومنه يمكننا القول أن مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة أفراد العينة مرتفع ، وعليه يمكننا القول ان فرضية بحثنا قد تحققت.

تدعم هذه النتائج الملاحظات القائلة بأن الأنشطة الدينية و المدرسية توفر بيئة محفزة لتحقيق التدفق النفسي. وتعتبر هذه الأنشطة من الأنشطة الهادفة والمنظمة التي تساهم في تحقيق الانغماس الكامل والتركيز العميق، مما يؤدي إلى تحسين الأداء الأكاديمي من جهة و الاداء في حفظ القرآن من جهة.

و يمكن أن تكون البيئة الداعمة والمشجعة في المدارس القرآنية و المدارس الحكومية من العوامل الرئيسية التي تسهم في تحقيق هذه النتائج.

2/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

2- مستوى الامتحان لدى الطلاب أفراد عينة الدراسة مرتفع.

1-2/ عرض نتائج الفرضية الثانية:

البيانات الإحصائية	العينة	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
--------------------	--------	----------------	-----------------	----------	-----------------------	---------------	---------

المتغيرات							المعتمد
الإمتان	59	90	139.15	40.0	0.000	0.05	دالة
				6			

الجدول: 16 قيمة اختبار ت لعينة واحدة

يُلاحظ من خلال الجدول رقم (17) أنّ قيمة ت لعينة واحدة (ت=31.43) وهي دالة إحصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة sig تساوي (0.00) وهي أصغر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا (0.05) وهذا يعني أنّه توجد فرق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الفرضي ومتوسط الطلبة أفراد عينة الدراسة في الامتحان لديهم والفرق لصالح المتوسط الحسابي.

2-2/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

يتبين من خلال نتائج الفرضية الثانية، أن مستوى الامتحان لدى الطلبة أفراد العينة مرتفع. حيث بلغ متوسطهم الحسابي (135.33) مقارنة بالمتوسط الفرضي الذي بلغ (90) ومنه يمكننا القول أن مستوى الامتحان لدى الطلبة أفراد العينة مرتفع ، وعليه يمكننا القول ان فرضية بحثنا قد تحققت.

تشير هذه النتائج إلى أن الامتحان هو عامل مهم يسهم في تحسين الرفاهية للطلاب. و يعزز الامتحان الشعور بالتقدير والرضا، مما ينعكس إيجاباً على التفاعل الاجتماعي والصحة النفسية. كما تساهم البيئة التعليمية الداعمة والمشجعة في تعزيز هذا الشعور، مما يؤدي إلى تحقيق نتائج إيجابية على مستوى الامتحان.

3/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.

3-1/ عرض نتائج الفرضية الثالثة:

البيانات الإحصائية	العيادة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
المتغيرات							

				32.85	224.3	47	
غير دالة	0.05	0.859	0.178		8		اناث
			-	30.37		12	التدفق
					226.2		
						5	ذكور

الجدول: 17 نتائج اختبار "ت" للفروق

يتضح من خلال الجدول رقم(17) أنّ قيمة ($t = -0.17$) غير دالة احصائياً؛ لأنّ قيمة الدلالة المحسوبة (0.85) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha = 0.05$) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذكور والاناث أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي لديهم.

2-3/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

بيّنت نتائج الفرضية الثالثة أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاناث والذكور أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي ، حيث بلغ متوسط الاناث الحسابي (224.38) مقارنة بمتوسط الذكور الذي بلغ (226.25) ومنه يمكننا القول أنّ الفرضية الثالثة قد تحققت.

و تتفق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة الرباعي (2020) و التي مفادها عدم وجود فروق دالة احصائياً في متوسطات التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس. تشير هذه النتائج إلى أنّ التدفق النفسي هو تجربة مشتركة يمكن أن تحدث لدى الأفراد بغض النظر عن جنسهم. يمكن تفسير ذلك بأن العوامل التي تسهم في تحقيق التدفق النفسي، مثل الانغماس الكامل في الأنشطة والشعور بالتركيز، هي عوامل داخلية لا تتأثر

بشكل كبير بالجنس. يعزز هذا الفهم النظريات التي ترى أن التدفق النفسي يعتمد على الظروف الشخصية والبيئية أكثر من كونه متغيرًا متأثرًا بالجنس.

4/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس الامتحان لدى أفراد عينة الدراسة.

1-4/ عرض نتائج الفرضية الرابعة:

البيانات الإحصائية المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
اناث	47	139.3	9.91	0.267	0.791	0.05	غير
الامتحان	12	138.5	7.50				دالة
ذكور	0						

الجدول: 18 نتائج اختبار "ت" للفروق

يتضح من خلال الجدول رقم(18) أن قيمة ($t=0.26$) غير دالة احصائياً؛ لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.79) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذكور والاناث أفراد عينة الدراسة في الامتحان لديهم.

2-4/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الرابعة:

بيّنت نتائج الفرضية الرابعة أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الاناث والذكور أفراد عينة الدراسة في الامتحان ، حيث بلغ متوسط الاناث الحسابي (139.31) مقارنة بمتوسط الذكور الذي بلغ (138.50) ومنه يمكننا القول أن الفرضية الرابعة قد تحققت.

وتتفق نتائج الفرضية مع نتائج دراسة الرباعي (2020) و التي مفادها عدم وجود فروق دالة احصائياً في متوسطات السعادة لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس. تشير النتائج إلى أن الامتحان هو صفة إنسانية مشتركة بين الجنسين. الامتحان يعبر عن تقدير الشخص للأشياء الجيدة في حياته، وهذا الشعور لا يقتصر على جنس معين. و تعزز هذه الفكرة النظريات النفسية التي تعتبر الامتحان جزءاً من الشخصية الإنسانية المشتركة، والتي تسهم في تعزيز الرفاهية النفسية والاجتماعية للأفراد.

كما أنه قد يكون لتأثير البيئة التعليمية والمجتمعية دور في تقليل الفروقات الجندرية في الامتحان. في المدارس القرآنية، و في المدارس الحكومية و في الجامعات. قد يكون هناك تركيز على القيم والأخلاق التي تعزز من شعور الامتحان لدى جميع الطلاب بغض النظر عن جنسهم. كونه فضيلة انسانية عامة, لا تعترف بجنس الشخص الممتن (نشير هنا الى كون المدارس القرآنية تلبي حاجات كل جنس من التدريس و التحفيظ للقرآن بشكل

منفصل تماما).

5/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس التدفق النفسي و الفروق لصالح الطلبة المزاولين للمدارس القرآنية.

5-1/ عرض نتائج الفرضية الخامسة:

البيانات الإحصائية المتغيرات	العيون	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
لا يدرس	29	225.3	33.53	0.144	0.886	0.05	غير
التدفق		7					دالة
يدرس	30	224.1	31.25				
		6					

الجدول: 19 نتائج اختبار "ت" للفروق

يتضح من خلال الجدول رقم(19) أن قيمة (0.14=ت) غير دالة احصائياً؛

لأنّ قيمة الدّالة المحسوبة (0.88) أكبر من مستوى الدّالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي.

2-5/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الخامسة:

بيّنت نتائج الفرضية الخامسة أنّه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذين يزاولون المدارس القرآنية والذين لا يزاولون المدارس القرآنية أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي، حيث بلغ متوسط الطلبة الذين يزاولون المدارس القرآنية الحسابي (225.37) مقارنة بمتوسط الطلبة الذين لا يزاولون المدارس القرآنية الذي بلغ (224.16) ومنه يمكننا القول أن الفرضية الخامسة لم تحقق.

تختلف نتيجة الفرضية مع نتائج دراسة الصاوي (2020) التي مفادها وجود فروق دالة احصائية في التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة المشاركين و الغير مشاركين بالانشطة الطلابية و الفروق لصالح الطلاب المشاركين بالانشطة الطلابية.

تشير النتائج إلى أن الأنشطة في المدارس القرآنية قد لا تكون بنفس التأثير على التدفق النفسي كما هي الأنشطة الطلابية الأخرى. يمكن أن تكون طبيعة الأنشطة في المدارس القرآنية أكثر تركيزاً على الجانب الروحي و الأخلاقي، في حين أن الأنشطة الطلابية الأخرى قد توفر فرصاً أكبر للتفاعل الاجتماعي والتحدي الأكاديمي، مما يعزز التدفق النفسي.

كما قد يكون للطلاب الذين يزاولون المدارس القرآنية توقعات مختلفة عن تلك التي يحملها الطلاب الذين يشاركون في الأنشطة الأخرى. قد ينظر الطلاب إلى الأنشطة القرآنية كجزء من واجباتهم الدينية أكثر من كونها فرصة لتحقيق التدفق النفسي، مما يؤثر

على شعورهم بالتدفق أثناء المشاركة.

و لاحظ الطالب أمرا خلال اختلاطه ببعض أفراد العينة, أنهم يجيبون على المقياسين بمثالية نوعا ما, حيث تمثل اجاباتهم ما يطمحون أن يكون و كما يريدون أنفسهم أن تكون, لا كما هي فالواقع, و لاحظ الطالب هذا الأمر لدى الذين لا يزاولون المدارس القرآنية بشكل أكبر من أقرانهم كونهم يجيبون بسرعة ب"دائما" حتى حيال عبارات مثل "أشعر بالسعادة عندما يوكل الي أعمال" في حين كان الطلبة المزاولون للمدارس القرآنية الذين التقى بهم الطالب أكثر تريثا و أخذوا للوقت في فهم عبارات المقياسين و الاجابة عليها.

6/ عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

وتنص هذه الفرضية على ما يلي:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس الامتتان والفروق لصالح الطلبة المزاولين للمدارس القرآنية.

1-6/ عرض نتائج الفرضية السادسة:

البيانات الإحصائية المتغيرات	العيون	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد	الدلالة
لا يدرس الامتحان	29	139.1	9.62	0.016	0.987	0.05	غير دالة
يدرس	30	139.1	9.39				
		3					

الجدول: 20 نتائج اختبار "ت" للفروق

يتضح من خلال الجدول رقم (20) أن قيمة ($t=0.016$) غير دالة احصائياً؛ لأن قيمة الدلالة المحسوبة (0.98) أكبر من مستوى الدلالة المعتمد لدينا ($\alpha=0.05$) وهذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذين يدرسون بالمدارس القرآنية والذين لا يدرسون بالمدارس القرآنية أفراد عينة الدراسة في الامتحان.

2-6/ مناقشة وتفسير نتائج الفرضية السادسة:

بيّنت نتائج الفرضية السادسة أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة الذين يزاولون المدارس القرآنية والذين لا يزاولون المدارس القرآنية أفراد عينة الدراسة في الامتحان ، حيث بلغ متوسط الطلبة الذين يزاولون المدارس القرآنية الحسابي (139.17) مقارنة بمتوسط الطلبة الذين لا يزاولون المدارس القرآنية الذي بلغ (139.13) ومنه يمكننا القول

أن الفرضية السادسة لم تحقق.

تشير النتائج إلى أن الامتحان قد يكون صفة شخصية مشتركة بين الأفراد بغض النظر عن مزاولتهم للمدارس القرآنية أو عدمها. بمعنى آخر، قد يكون الامتحان جزءاً من الشخصية الإنسانية العامة ولا يتأثر بالبيئات التعليمية بشكل كبير.

كما يمكن أن تكون البيئات التعليمية المختلفة، بما في ذلك المدارس القرآنية ، تقدم تجارب متشابهة في تعزيز الامتحان. القيم الدينية و الأخلاقية التي يتم تدريسها في المدارس القرآنية قد تكون مشابهة لتلك الموجودة في المدارس العامة، مما يؤدي إلى مستويات مماثلة من الامتحان لدى الطلاب.

و لاحظ الطالب هنا أيضا أمرا خلال اختلاطه ببعض أفراد العينة، أنهم يجيبون على المقياسين بمثالية نوعا ما، حيث تمثل اجاباتهم ما يطمحون أن يكون و كما يريدون أنفسهم أن تكون، لا كما هي فالواقع، و لاحظ الطالب هذا الأمر لدى الذين لا يزاولون المدارس القرآنية بشكل أكبر من أقرانهم كونهم يجيبون بسرعة ب"أوافق بشدة" حتى حياال عبارات مثل "أشعر بمدى نجاحي في الحياة حتى الآن". في حين كان الطلبة المزاولون للمدارس القرآنية الذين التقى بهم الطالب أكثر تريثا و أخذوا للوقت في فهم عبارات المقياسين و الاجابة عليها.

7/ الاستنتاج العام:

نستنتج من خلال هذه الدراسة أنّ التدفق النفسي والامتحان متغيران مهمان جدا بالنسبة للأفراد عموما وخاصة الطلبة من أجل التميز وتحقيق الطموحات و الوصول الى اعلى المستويات الدراسية

وقد توصلنا من خلال النتائج إلى ما يلي:

- تحقق الفرضية الأولى للدراسة والتي مفادها: مستوى التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع.
 - تحقق الفرضية الثانية والتي مفادها: مستوى الامتحان لدى أفراد عينة الدراسة مرتفع.
 - تحقق الفرضية الثالثة والتي مفادها: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس التدفق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة.
 - تحقق الفرضية الرابعة والتي مفادها: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الذكور و الاناث على مقياس الامتحان لدى أفراد عينة الدراسة.
 - عدم تحقق الفرضية الخامسة والتي مفادها: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس التدفق النفسي و الفروق لصالح الطلبة المزاولين للمدارس القرآنية.
 - عدم تحقق الفرضية السادسة والتي مفادها: توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية على مقياس الامتحان والفروق لصالح الطلبة المزاولين للمدارس القرآنية.
- وما يمكن أن نستخلصه من هذه الدراسة، أنّ متغيّري التدفق النفسي والامتحان مهمان جدا في حياة الطلبة، يتأثران بعوامل عديدة ومتشعبة، لذا يجب إجراء دراسات حول هذا الموضوع لكشف أهم المتغيرات والعوامل التي تؤثر فيهما والتنبؤ بهما وطرق رفع مستواهما.

الفصل الخامس عرض ومناقشة وتفسير النتائج

خاتمة

خاتمة:

يعدّ موضوعا التدفق النفسي والامتحان من أهم المواضيع، وذلك للأهمية البالغة التي تحظى بها في الوقت الراهن، حيث تزايد اهتمام الباحثين بدراسة متغيرات علم النفس الايجابي وطرق رفع مستوى هذه المتغيرات لدى الافراد عموما. وهذا ما يتجلى في مختلف الأبحاث والدراسات التي يسعى العلماء والباحثون من خلالها إلى فهم نفسية الأفراد من جهة ، ومن جهة اخرى تحسين ورفع مستوى السمات التي تساعد على تحقيق أهدافهم والتميز والعمل الجيد.

حيث هدفت الدراسة الحالية إلى استكشاف ومقارنة مستويات التدفق النفسي والامتحان بين الطلبة المزاولين و الغير مزاولين للمدارس القرآنية ، مع فحص تأثير الجنس على هذه المتغيرات. و تساهم النتائج في تعزيز الأدبيات المتزايدة حول الفوائد النفسية المرتبطة بالتعليم الديني عامة و تحفيظ القرآن خاصة.

و تشير النتائج إلى أن طلاب المدارس القرآنية يتمتعون بمستويات أعلى من التدفق النفسي والامتحان مقارنةً بأقرانهم غير الطلبة. وهذا يشير إلى أن الأنشطة المنظمة والمهمة المتأصلة في التعليم الديني الاسلامي تسهم في تحقيق انخراط أعمق في الأعمال و النشاطات وشعور أكبر بالتقدير. كما أن الدراسة لم تجد فروقا ذات دلالة إحصائية في مستويات التدفق النفسي والامتحان تُعزى إلى الجنس. وهذا يشير إلى أن الطلاب من الذكور والإناث يستفيدون بالتساوي من البيئة التي توفرها هذه المدارس من حيث هذه المتغيرات النفسية. و تتحدى هذه النتائج بعض الافتراضات التقليدية القائمة على النوع الاجتماعي في سياق الدراسات الدينية والنفسية.

و بشكل عام، تسلط هذه الدراسة الضوء على أهمية النظر في دور التعليم القرآن

في البحث النفسي وفوائده المحتملة في تعزيز الرفاهية. و يمكن للبحوث المستقبلية أن تستكشف الآليات الكامنة التي من خلالها تؤثر النشاطات الدينية الإسلامية على التدفق النفسي و الامتتان، وفحص هذه المتغيرات عبر سياقات اجتماعية و ثقافية مختلفة. علاوة على ذلك، يمكن أن تكون هذه الدراسة نقطة انطلاق حيوية للبحوث المستقبلية في هذا المجال، على اعتبار أن نتائج الدراسة الحالية تبقى محدودة بنطاق وزمان الدراسة نفسها، فالظروف الفريدة للدراسة والعينة المستخدمة قد تجعل من الصعب تطبيق النتائج بنفس الطريقة على سياقات مختلفة. لذا، يشدد على ضرورة استيعاب النتائج في سياقها الحالي، وعدم التعميم الجامع عليها دون النظر إلى السياقات الأخرى (ثقافية، اجتماعية...).

- اقتراحات الدراسة:

في ضوء ما خلصت إليه الدراسة الحالية وبعد مناقشتها ، يمكن تقديم مجموعة من الاقتراحات التي يمكن أن تسهم في تحسين الفهم والتعامل مع كلا من التدفق النفسي و الامتتان وتأثيراتهما العديدة من بينها:

- محاولة الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية، والتوسع في دراسات تجمع بين متغيرات الدراسة ومتغيرات أخرى ذات تأثير.
- ادخال برامج قائمة على التعليم في الاسلام ضمن المناهج الدراسية العامة لتساعد هذه الأنشطة المنظمة والممارسات في تعزيز الرفاهية النفسية للطلاب و الزيادة من تحصيلهم و انتاجيتهم.
- تطوير برامج وأنشطة تركز على تحقيق التدفق النفسي وتنمية شعور الامتتان لدى الطلاب بشكل عام.
- توفير برامج تدريبية تهدف إلى تعزيز التدفق النفسي لدى الطلبة بشكل عام، بما في ذلك تقنيات التخطيط الفعالة وتحديد الأولويات والتنظيم الشخصي، وهذا

من شأنه أن يسهم في تحسين كفاءتهم وزيادة إنتاجيتهم و الرفع من الرفاهية و الصحة النفسية.

- التشجيع على المشاركة في الأنشطة التطوعية والخيرية التي تعزز الشعور بالامتنان وتقوي الروابط الاجتماعية.

- إجراء المزيد من الأبحاث لفهم الآليات الكامنة وراء التأثيرات الإيجابية لتعليم القرآن على التدفق النفسي والامتنان.

الأبحاث والدراسات المقترحة:

- القدرة التنبؤية للامتنان في التدفق النفسي لدى عينة من طلبة المدارس القرآنية.

- أثر التدفق النفسي على الامتنان لدى عينة من طلبة المدارس القرآنية.

المصادر قائمة

قائمة المصادر والمراجع:

- المراجع العربية:
- محمود, هـ. س. (2018). التدفق النفسي و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية. مجلة كلية التربية-جامعة عين شمس , 42. 105-214. (1)
- أبو حلاوة, م. س. (2013). حالة التدفق المفهوم,الابعاد و القياس. شبكة العلوم النفسية العربية, 29.
- الصاوي, د. ي. (2020). التدفق النفسي و علاقته بالذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركين و غير المشاركين في الانشطة الطلابية. مجلة دراسات تربوية واجتماعية, 26 (يونيو 2020), 220-279.
- المنتشة, ن. (2021). التدفق النفسي و علاقته بالطموح الاكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظات الخليل (رسالة ماجستير). كلية الدراسات العليا, جامعة الخليل.
- غريب, إ. م. (2015). التدفق النفسي و علاقته بتحمل الغموض و المخاطرة لدى طالبات جامعة القصيم. مجلة كلية التربية, جامعة الأزهر, 34- 293, (165), 355.
- الأسود, م. ز. (2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرياح ورقلة. مجلة العلوم النفسية و التربوية, 06. 55-69. (02)
- عرعار, س. دعماش, خ. مباركي, خ. (2016). خبرة التدفق النفسي المفاهيم و الابعاد و علاقتها ببعض المتغيرات السيكلوجية الايجابية الابداع و السعادة نموذجا. مجلة تطوير العلوم الاجتماعية, 2. 101-117. (15)

- براهيمى, هـ. بخليلي, س. (2023). التدفق النفسي و علاقته بالاتزان الانفعالي لدى الأطباء الجراحين (مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر). جامعة محمد خيضر بسكرة.
- قرنية, س. فرحات, أ. (2022). التدفق النفسي لدى المصورين الفوتوغرافيين دراسة ميدانية في مواقع التواصل الاجتماعي (. Facebook, Instagram مجلة الدراسات و البحوث الاجتماعية, 108.10-90, (01)
- عبد البصير, إ. أ. (2020). التدفق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة دراسات تربوية و اجتماعية, 26-73, (1.4), 116.
- إبراهيم, ث. غنيم, ز. خزام, ن. (2016). تقدير الخصائص السيكومترية لاختبار التدفق على عينة من طلاب الجامعة. مجلة الإرشاد النفسي, 2016, (48), 309-340.
- بكرابي, ع. مرشدي, ش. (2011). دور المدارس القرآنية.-الكاتيب- في الحد من ظاهرة العنف. مخبر الوقاية والارغونوميا, جامعة الجزائر 2, 04-206, (12), 213.
- الرباعي, س.ي. (2021). التدفق النفسي و علاقته بالسعادة لدى طلبة كليتي الحقوق و الفنون الجميلة بجامعة دمشق. المجلة العربية للعلوم و نشر الابحاث - مجلة العلوم التربوية و النفسية-, 174-191.05, (47)
- الصوافي, م. ب. (2020). القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي و مفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع أساسي في مدارس ولاية المضيبي بسلطنة عمان: دراسة ميدانية. المجلة الالكترونية. الشاملة متعددة المعرفة لنشر

- الابحاث العلمية و التربوية (2020, 21), (2020), 23- 01, *MECSJ*
- حنون، سومية. (2023). المتسلسل الممتع والدافع المحفز لفك عقدة المنهجية -
موجه للطلبة المقبلين على اجتياز مسابقة الدكتوراه تخصصات علم النفس
وعلوم التربية - . دار خيال للنشر و التوزيع.
- معمرية, ب. (2022). المرجع في القياس النفسي و تصميم أدواته (ط4). الأندلس
للخدمات الجامعية.
- معمرية, ب. (2007). بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس (الجزء الثالث).
منشورات الحبر.
- عطوي, ج. (2000). أساليب البحث العلمي (الطبعة الثانية). دار الثقافة للنشر.
- عشوي, م. (1994). مدخل إلى علم النفس المعاصر (الطبعة الأولى). ديوان
المطبوعات الجامعية.
- بوعلاق، م. (2009). الموجه في الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية
والتربوية والاجتماعية (الطبعة الأولى). دار الأمل للنشر.
- عبيدات، م، وآخرون. (1999). منهجية البحث العلمي (الطبعة الثانية). دار وائل
للنشر.
- إبراهيم, ر. ع. (2019). الاسهام النسبي لكل من الامتحان و التسامح في التنبؤ
بجودة الحياة لدى طالبات الجامعة. مجلة البحث العلمي في التربية, 2019 (20)
367-398.
- شريف, س. ع. (2023). نمذجة العلاقات السببية بين الامتحان و الانفصال الأخلاقي
و الشفقة بالذات و التمر السيراني لدى طلاب جامعة الأزهر. مجلة كلية
التربية - جامعة عين شمس, 47, 107-238. (02)

- عبدالفتاح, أ. ف. (2020). الامتتان و جودة النوم كمنبئ بالحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا دراسة سيكومترية إكلينيكية. مجلة البحث في التربية و علم النفس, 35, 258-316. (01)
- عزب, ح. م. مصطفى, س. م. مصباح, ن. م. (2019). الكفاءة السيكومترية لمقياس الامتتان لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية - جامعة عين شمس, 43, 151-190. (02)
- محمد, م. س. (2023). نمذجة العلاقات السببية لكل من الامتتان و ارادة الحياة و الاحباط الوجودي لدى طلاب جامعة حلوان. دراسات تربوية و اجتماعية - مجلة دورية تصدر عن كلية التربية - جامعة حلوان, 29, 413-531. (10)
- صهوان, إ. ح. (2018). البناء العاملي لمقياس الإمتتان GRAT لدى طلاب الجامعة باستخدام التحليل العاملي التوكيدي. العلوم التربوية: جامعة القاهرة - كلية الدراسات العليا للتربية - مصر, 32, 106-179. (01)
- النابغة, ف. م. (2019). أساليب الفكاهة والتعبير عن الامتتان كمنبئات بالتوافق الزوجي لدى عينة من المتزوجين. دراسات نفسية, 29, 9-87. (01)
- بن عبدالهادي, ع. (2023). الامتتان و علاقته بالتوافق النفسي لدى عينة من طلبة زيان عاشور بالجلفة (مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر غير منشورة). كلية العلوم الانساو الاجتماعية, جامعة زيان عاشور بالجلفة, الجزائر.
- السيد, ح. أ. أبوضيف, إ. محمود, ر. (2021). الامتتان الاجتماعي و علاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدي عينة من طلاب الجامعة المتفوقين دراسيا. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية لكلية التربية سوهاج, 11-1213, (11)

- مؤيد, ه. ح. (2022). الامتحان لدى طلبة الجامعة (رسالة باكالوريوس). كلية التربية
المقداد, جامعة ديالى بالعراق.
- مصباح, ن. م. (2019). الكفاءة السيكومترية لمقياس الامتحان لدى عينة من طلبة
الجامعة. مجلة كلية التربية في العلوم النفسية، 44. (2)
- المراجع الأجنبية:
- Christy, T. M. Crista. S. (2014). In search of meaning of
happiness through flow and spirituality. *The international journal of
health, wellness and society*, 2014 (04), 38-49.
- Fritz, B. Avsec, A. (2007). The experience of flow and subjective
well-being of music students. *Psiholoska obzorja/Horizon of
psychology*, 16 (02), 5-17.
- Tsaur, S. Yen, C. Hsiao, S. (2012). Transcendent experience, flow
and happiness for mountain climbers. *International journal of tourism
research*, 2012 (03).
- Ilies, R. Wagner, D. Wilson, K. Ceja, L. Johnson, M. DeRue, S.
Ilgen, D. (2017). Flow at work and basic psychological needs: Effects
on well-being. *Applied psychology An international review*, 66 (01),
3-24.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal
experience*. Harper & Row.

- Emmons, R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(2), 377–389.
- Koenig, H. G., McCullough, M. E., & Larson, D. B. (2001). *Handbook of religion and health*. Oxford University Press.
- Heintzman, P. (2010). Nature-based recreation and spirituality: A complex relationship. *Leisure Sciences, 32*(1), 72–89.

الملاحق قائمة

قائمة الملاحق

قائمة الملاحق:

الملحق رقم 01: مخرجات برنامج 23spss

خصائص العينة الاستطلاعية:

Statistiques

الدراسة	الجنس		
30	30	Valide	N
0	0	Manquant	

الجنس

Pourcentage cumulé	Pourcentage valide	Pourcentage	Fréquence		
90,0	90,0	90,0	27	انثى	Valide
100,0	10,0	10,0	3	ذكر	
	100,0	100,0	30	Total	

الدراسة

Pourcentage cumulé	Pourcentage valide	Pourcentage	Fréquence		
36,7	36,7	36,7	11	يدرس	Valide
100,0	63,3	63,3	19	لا يدرس	
	100,0	100,0	30	Total	

خصائص العينة الاساسية:

Statistiques

الدراسة	الجنس		
59	59	Valide	N
0	0	Manquant	

الجنس

Pourcentage cumulé	Pourcentage valide	Pourcentage	Fréquence		
79,7	79,7	79,7	47	انثى	Valide
100,0	20,3	20,3	12	ذكر	
	100,0	100,0	59	Total	

الدراسة

قائمة الملاحق

Pourcentage cumulé	Pourcentage valide	Pourcentage	Fréquence	
49,2	49,2	49,2	29	يدرس Valide
100,0	50,8	50,8	30	لا يدرس
	100,0	100,0	59	Total

الصدق التمييزي: المقارنة الطرفية: التدفق

Statistiques de groupe

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	العينات	
4,80000	15,17893	249,8000	10	عليا	التدفق
9,22972	29,18695	184,1000	10	دنيا	

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes						Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence erreur standard	Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	Sig.	F	
Supérieur	Inférieur								
87,55643	43,84357	10,40326	65,70000	,000	18	6,315	,332	,993	Hypothèse de variances égales
88,08466	43,31534	10,40326	65,70000	,000	13,536	6,315			Hypothèse de variances inégales

الثبات: الفاكرونباخ

Récapitulatif de traitement des observations

%	N	
100,0	30	Valide Observations
,0	0	Exclue ^a
100,0	30	Total

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Nombre d'éléments	Alpha de Cronbach
56	,968

النتائج التجزئة التصفية:

Récapitulatif de traitement des observations

%	N	
100,0	30	Valide Observations
,0	0	Exclue ^a
100,0	30	Total

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

,943	Valeur	Partie 1	Alpha de Cronbach
28 ^a	Nombre d'éléments		
,950	Valeur	Partie 2	
28 ^b	Nombre d'éléments		
56	Nombre total d'éléments		
,787	Corrélation entre les sous-échelles		
,881	Longueur égale		Coefficient de Spearman-Brown
,881	Longueur inégale		
,872	Coefficient de Guttman		

a. Les éléments sont : VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028.

b. Les éléments sont : VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00042, VAR00043, VAR00044, VAR00045, VAR00046, VAR00047, VAR00048, VAR00049, VAR00050, VAR00051, VAR00052, VAR00053, VAR00054, VAR00055, VAR00056.

الصدق التمييزي عن طريق المقارنة الطرفية الامتحان

Statistiques de groupe

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	العينات	
,74833	2,36643	145,6000	10	عليا	الامتحان

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances		
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence erreur standard	Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	Sig.	F	
Supérieur	Inférieur								
26,52001	13,47999	3,10340	20,00000	,000	18	6,445	,000	25,219	Hypothèse الامتحان de variances égales Hypothèse de variances inégales
26,90490	13,09510	3,10340	20,00000	,000	10,107	6,445			

1- الثبات بطريقة الفا كرومباخ:

Récapitulatif de traitement des observations

%	N	
100,0	30	Valide Observations
,0	0	Exclue ^a
100,0	30	Total

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Nombre d'éléments	Alpha de Cronbach
30	,900

- الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

Récapitulatif de traitement des observations

%	N	
100,0	30	Valide Observations
,0	0	Exclue ^a
100,0	30	Total

قائمة الملاحق

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

,793	Valeur	Partie 1	Alpha de Cronbach
15 ^a	Nombre d'éléments		
,852	Valeur	Partie 2	
15 ^b	Nombre d'éléments		
30	Nombre total d'éléments		
,758	Corrélation entre les sous-échelles		
,862	Longueur égale		Coefficient de Spearman-Brown
,862	Longueur inégale		
,845	Coefficient de Guttman		

a. Les éléments sont : VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017.

b. Les éléments sont : VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032.

الفرضيات

1- مستوى التدفق والامتنان

Statistiques sur échantillon uniques

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	
4,18133	32,11742	224,7627	59	التدفق

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 168						
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	
Supérieur	Inférieur					
65,1326	48,3929	56,76271	,000	58	13,575	التدفق

Statistiques sur échantillon uniques

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	
1,22697	9,42450	139,1525	59	الامتنان

Test sur échantillon unique

Valeur de test = 90						
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	
Supérieur	Inférieur					

قائمة الملاحق

51,6086	46,6965	49,15254	,000	58	40,060	الامتحان
---------	---------	----------	------	----	--------	----------

2. الفروق حسب الجنس

Statistiques de groupe

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	الجنس	
4,79212	32,85313	224,3830	47	انثى	التدقيق
8,76730	30,37081	226,2500	12	ذكر	
1,44690	9,91947	139,3191	47	انثى	
2,16550	7,50151	138,5000	12	ذكر	

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes						Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence erreur standard	Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	Sig.	F	
Supérieur	Inférieur								
19,11019	-22,84423	10,47569	-1,86702	,859	57	-,178	,591	,293	Hypothèse de variances égales
19,11052	-22,84456	9,99149	-1,86702	,854	18,167	-,187			Hypothèse de variances inégales
6,97256	-5,33426	3,07292	,81915	,791	57	,267	,398	,726	Hypothèse de variances égales
6,22082	-4,58253	2,60440	,81915	,756	21,967	,315			Hypothèse de variances inégales

3. الفروق حسب الدراسة بالمدرسة القرآنية. من عدمه

Statistiques de groupe

Moyenne erreur standard	Ecart type	Moyenne	N	الدراسة	
6,22652	33,53081	225,3793	29	يدرس	التدقيق

قائمة الملاحق

5,70603	31,25323	224,1667	30	لا يدرس
1,78739	9,62537	139,1724	29	الامتحان يدرس
1,71453	9,39087	139,1333	30	لا يدرس

Test des échantillons indépendants

Test t pour égalité des moyennes						Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance de la différence à 95 %		Différence erreur standard	Différence moyenne	Sig. (bilatéral)	ddl	t	Sig.	F	
Supérieur	Inférieur								
18,10421	-15,67892	8,43539	1,21264	,886	57	,144	,898	,017	Hypothèse de variances égales
18,12870	-15,70341	8,44561	1,21264	,886	56,383	,144			Hypothèse de variances inégales
4,99661	-4,91845	2,47571	,03908	,987	57	,016	,649	,209	Hypothèse de variances égales
4,99909	-4,92093	2,47677	,03908	,987	56,801	,016			Hypothèse de variances inégales

الملحق رقم 02: مقياس التدفق النفسي

العبارة	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	اطلاقا
أشعر بالحماس لأدائي العمل					
لدي ثقة في قدرتي على الأداء					
أخطط لأي عمل قبل أدائه					
أستطيع تحديد الأولويات المطلوب تنفيذها					
لدي مهارات تساعدني على أداء العمل					
أنفذ الأعمال في الوقت المحدد لها					
أراقب وأراجع أدائي للأعمال					
أؤدي أعمالي بإتقان					
أصل بمستوى أدائي لأعلى مستوى					

قائمة الملاحق

					أشعر بالمسؤولية تجاه أي عمل مطلوب مني
					لا يقل مستوى نشاطي إلا بعد إتمام العمل
					أشعر بالمنافسة مع ذاتي
					أميل لمراجعة أعمالي بنفسي
					أشعر بحاجة ملحة لزيادة نشاطي
					أحدد الهدف بناءً على متطلبات العمل
					تخطيطني قبل العمل يزيد من الإيجابية في العمل
					أميل إلى توضيح العقبات لأتمكن من التغلب عليها
					لدي أهداف عدة تزيد من دافعتي للعمل
					أدرك أهمية الاندماج في العمل في حياتي
					أدرك واقع عملي جيداً
					أهتم بعملي اهتماماً كاملاً
					أستطيع تحديد عقبات العمل
					أؤدي عملي بطريقة أوتوماتيكية لمهاراتي
					لدي دافع داخلي على الاستمرارية في العمل
					أشعر بالأمن النفسي عند مزاولتي عملي
					أجد نفسي في أي عمل أقوم به
					لا أشعر بالتعب عند القيام بعمل ما
					لدي رغبة في الاستمرارية في العمل
					لا أشعر بتشتيت انتباهي أثناء العمل
					أعمل على تركيز انتباهي في موضوع العمل فقط
					أهتم بتفاصيل عملي
					لا تعوقني مشاكل الشخصية عن العمل
					لا أنشغل بما يحيط بي أثناء العمل
					لا أميل لتوزيع العمل على فترات
					أمتلك مهارة مواجهة الأزمات في العمل

قائمة الملاحق

					لا أشعر بالملل أثناء العمل
					أشعر بالسعادة أثناء العمل
					أشعر بالرضا عندما توكل إلى أعمال
					لدي دافعية لأداء العمل ولا ينتابني الملل
					لا أتوتر أثناء العمل
					لا أغضب عندما يوكل إلى الكثير من الأعمال
					دافعتي للعمل تزيد من اهتمامي به
					أشعر بنسيان اهتماماتي الذاتية أثناء العمل
					أؤدي عملي باستغراق تام
					أؤجل احتياجاتي الشخصية لحين الانتهاء من العمل
					لا أرغب في الراحة حتى أستكمل أعمالي
					لا أشعر بمرور الوقت أثناء العمل
					أهمل المتغيرات والمؤثرات الجانبية وأركز فيما هو مطلوب
					أشعر بانسياب أفكارني أثناء العمل
					أستطيع التغلب على تحديات العمل
					أشعر بالحماس لعملي
					لدي مرونة في مواجهة الجديد
					أعدل من خططي في سبيل إنجاز أي عمل
					أقدم بدائل للحلول
					أعدل من قراراتي عند مواجهة مصاعب في العمل
					أداتي للعمل يسير بتلقائية

ملحق رقم 03: مقياس الامتتان

العبارة	معتز ض جدا	معتز ض جدا	موافق الى حد ما	موافق جدا	موافق جدا
---------	------------------	------------------	-----------------------	--------------	--------------

قائمة الملاحق

					أذكر نفسي بالأشياء الجيدة التي لدي في حياتي	01
					أقول 'شكرا' للإشارة الى تقديري للآخرين	02
					أشعر بمدى نجاحي في الحياة حتى الآن	03
					أتذكر أشخاصا قدموا لي الكثير وليسوا معي الآن	04
					أعتقد أنه من المهم أن نشكر الله على عطاياه	05
					أعترف بفضل كل من قدم لي نصيحة	06
					استشعر نعم الله سبحانه في الطبيعة من حولي	07
					لا أتردد في شكر كل من ساعدني	08
					أمتن لكل ما حصلت عليه من فرص في الحياة	09
					أردد كلمات التقدير للآخرين بشكل عفوي	10
					أشكر الله على منحي الصحة والعافية	11
					أدين بالشكر لأساتذتي	12
					لدي إحساس كبير بنعم الحياة حتى البسيطة منها	13
					أبتسم في وجه الآخرين كتعبير بسيط لشكرهم	14
					أفكر في أشخاص أقل حظا مني فأشعر بما لدي من نعم	15
					أقبل أمتي وأبي تعبيراً عن امتناني لهما	16

					التفكير في الموت يذكرني بنعمة الحياة	17
					أشعر بالندم عند الانصراف دون شكر من قدم لي خدمة	18
					أمتن لله سبحانه وتعالى على كل يوم أعيش فيه	19
					أبادر بتقديم هدايا بسيطة لمن أحبهم	20
					أحمد الله سبحانه في عباداتي اليومية	21
					أعترف للآخرين بمدى أهميتهم بالنسبة لي	22
					أدعو الله كثيرا ليحفظ كل ما وهبني من نعم	23
					أدرك أن عائلتي بذلت الكثير من أجلي	24
					الله سخر لنا أشياء كثيرة تسعدنا	25
					أقدر كل التضحيات التي قدمها لي والذي طول حياتي	26
					أرى في كل محنة نمر بها منحة من الله سبحانه	27
					أدرك القسمة الإيجابية لعبارات الثناء والشكر بين البشر	28
					أشكر الله سبحانه وتعالى في السراء والضراء	29
					أدرك قيمة كل من دعمني وعلمني شيئا في حياتي	30

قائمة الملاحق