



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف المسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس



الرقم التسلسلي: 2026/.....
رقم التسجيل: 181835091812

التدفق النفسي وعلاقته بمستوى القلق النفسي لدى
عينة من أساتذة التعليم الابتدائي
-دراسة ميدانية ببعض مدارس ولاية المسيلة-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في:

تخصص: علم النفس العيادي

شعبة: علم النفس

إشراف الأستاذة:

أ.د.لمين نصيرة

إعداد الطالبة:

-دحماني فايزة

السنة الجامعية: 2026/2025

فصل الحزب الثامن

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي ببعض مدارس ولاية المسيلة، وهذا من خلال التعرف على مستوى التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى أفراد العينة، وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي لأنه الأنسب لهذه الدراسة. كما تسعى الدراسة إلى معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي تبعاً لمتغيرات الجنس والأقدمية، حيث تم جمع بيانات الدراسة بالاعتماد على مقياس التدفق النفسي ومقياس القلق الصريح، تم تطبيق المقياسين على عينة قوامها 80 أستاذ وأستاذة من الطور الابتدائي. وقد توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

- لا توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والقلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- مستوى القلق النفسي متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تُعزى لمتغير الجنس والأقدمية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى أفراد العينة تُعزى لمتغير الجنس والأقدمية.
- الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، القلق النفسي، أساتذة التعليم الابتدائي.

Abstract:

The present study aimed to investigate the relationship between psychological flow and the level of psychological anxiety among a sample of primary school teachers in some schools in the province of M'Sila. This was achieved by identifying the levels of psychological flow and psychological anxiety among the participants. The descriptive-analytical method was adopted as it was considered the most appropriate for the nature of the study.

The study also sought to examine whether there were statistically significant differences in the levels of psychological flow and psychological anxiety according to the variables of gender and years of experience. Data were collected using the Psychological Flow Scale and the Manifest Anxiety Scale, which were administered to a sample of 80 male and female primary school teachers.

The study reached the following results:

- There is no statistically significant correlation between psychological flow and psychological anxiety among the sample of primary school teachers.
- The level of psychological flow was high among the participants.
- The level of psychological anxiety was moderate among the participants.
- There were no statistically significant differences in the level of psychological flow attributable to gender or years of experience.
- There were no statistically significant differences in the level of psychological anxiety attributable to gender or years of experience.

Keywords: Psychological flow, Psychological anxiety, Primary school teachers.

شكر و عرفان

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات والذي وفقني لإتمام هذا العمل المتواضع.

أتقدم بخالص الشكر وعظيم الامتنان إلى الأستاذة المشرفة الدكتورة لمين نصيرة على توجيهاتها القيمة، ونصائحها السديدة، ودعمها المتواصل طوال فترة إعداد هذه المذكرة، فلها مني كل التقدير والاحترام.

كما أتوجه بالشكر الجزيل إلى جميع أساتذة قسم علم النفس لما قدموه لنا من علم ومعرفة ساهمت في تكويننا العلمي والأكاديمي.

ولا يفوتني أن أعبر عن امتناني لكل المعلمين الذين تعاونوا معنا في إنجاز الجانب الميداني للدراسة، وساهموا في تقديم المعلومات والبيانات اللازمة لإتمام هذا البحث.

كما أتقدم بالشكر إلى كل من ساعدنا من قريب أو بعيد، وساندنا بالكلمة الطيبة أو التشجيع، سائلين الله تعالى أن يجزي الجميع خير الجزاء.

وفي الأخير، أرجو أن يكون هذا العمل المتواضع إضافة علمية نافعة، والله ولي التوفيق

فهرس المحتويات

ملخص الدراسة.....	
شكر عرفان.....	
قائمة الجداول والأشكال.....	
مقدمة.....	أ
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.....	2
1- تحديد الاشكالية.....	3
2-تحديد الفرضيات.....	5
3-أهداف الدراسة.....	5
4- أهمية الدراسة.....	6
5- تحديد المفاهيم إجرائيا.....	7
6-الدراسات السابقة:.....	7
7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة.....	26
7-1 الخلفية النظرية للمتغير الأول: "التدفق النفسي".....	26
7-2 الخلفية النظرية للمتغير الثاني "القلق النفسي".....	32
الفصل الثاني: الإطار المنهجي للدراسة.....	40
تمهيد.....	41
1. منهج الدراسة.....	41
2. الدراسة الاستطلاعية.....	41
3. أدوات الدراسة.....	42

47	4. عينة الدراسة الأساسية.....
48	5. الأساليب الإحصائية المستعملة.....
	_Toc230287019
49	الفصل الثالث: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها.....
50	1- عرض نتائج الدراسة.....
55	2- مناقشة نتائج الدراسة.....
55	مناقشة الفرضية العامة.....
56	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الأولى.....
57	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثانية.....
58	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثالثة.....
59	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الرابعة.....
60	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الخامسة.....
61	مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية السادسة.....
63	- استنتاج عام.....
65	خاتمة.....
65	- مقترحات الدراسة.....
67	قائمة المصادر والمراجع.....
73	الملاحق.....

قائمة الجداول والأشكال

الجدول		
الرقم	العنوان	الصفحة
1	يلخص كل الأطر النظرية المفسرة للقلق:	40
2	يوضح تنقيط مقياس القلق:	43
3	يوضح تصحيح مقياس القلق:	44
4	صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود المقياس والمقياس ككل	45
5	صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود المقياس والمقياس ككل	46
6	قيمة معامل Cronbach's Alpha	48
7	يوضح توزيع أفراد العينة على المؤسسات ميدان الدراسة:	49
8	اعتدالية التوزيع لمقياسي التدفق النفسي والقلق	51
9	معامل الارتباط بين متوسطي درجة التدفق النفسي والقلق النفسي	51
10	يوضح البيانات الوصفية لمقياس التدفق النفسي	52
11	يوضح البيانات الوصفية لمقياس القلق النفسي	52
12	حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس التدفق النفسي	53
13	حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس القلق النفسي	53
14	حساب التباين الأحادي (ANOVA) للتدفق النفسي حسب متغير الأقدمية	54
15	حساب التباين الأحادي (ANOVA) للقلق النفسي حسب متغير الأقدمية	55
الأشكال		
الرقم	العنوان	الصفحة
1	يوضح كيفية حدوث حالة التدفق النفسي	32
2	يمثل أعراض القلق	36

مقدمة

مقدمة:

يواجه أساتذة التعليم الابتدائي ضغوط نفسية كثيرة تؤدي بهم إلى القلق النفسي، كاحتفاظ الأقسام، الفروق الفردية بين التلاميذ، كثافة البرامج وصعوبتها وعدم ملاءمتها لمستوى التلاميذ، الأعباء المهنية من إعداد دروس وكتابة وثائق إدارية والمشاكل مع الأولياء والطاقم الإداري، كلها عوامل جعلت الأستاذ يعيش توتر وقلق ينهكه جسدياً ونفسياً.

نظراً لقدسية الرسالة التي يحملها الأستاذ فهو يحاول إدارة القلق من أجل أداء عمله بصدق وجد، وأحياناً يحقق إنجازات ونتائج مبهرة رغم الظروف الصعبة وهنا يبرز التدفق النفسي لدى الأستاذ.

وفي هذا الصدد جاءت دراستنا للبحث في موضوع التدفق النفسي وعلاقته بمستوى القلق لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي، وكذلك معرفة إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية لدى أفراد العينة تغري لمتغيرات (الجنس والاقدمية).

وتم تقسيم الدراسة إلى ثلاث فصول:

الفصل الأول: الخاص بالإطار العام للدراسة: الذي يتم فيه تحديد الإشكالية، تحديد الفرضيات، وضع أهداف الدراسة وأهمية الدراسة، تحديد المفاهيم إجرائياً، تحديد الدراسات السابقة وإعطاء الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة.

الفصل الثاني: الخاص بالإطار المنهجي للدراسة الذي يتضمن الإجراءات المنهجية للدراسة، وهي: منهج الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، أدوات الدراسة، عينة الدراسة الأساسية، الأساليب الإحصائية المستعملة.

الفصل الثالث: الخاص بعرض نتائج الدراسة، ومناقشتها، وقد قسم إلى جزئين:

الجزء الأول: عرض نتائج الدراسة

الجزء الثاني: مناقشة نتائج الدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة.

- تحديد الإشكالية.
- تحديد الفرضيات.
- اهداف الدراسة.
- أهمية الدراسة.
- تحديد المفاهيم إجرائيا.
- الدراسات السابقة.
- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة.

1- تحديد الاشكالية:

تعتبر مرحلة التعليم الابتدائي القاعدة الأساسية لتكوين الطفل وإعداده للمراحل التعليمية اللاحقة فالمعلم يحمل على عاتقه مسؤولية كبيرة في تلقين القيم ومبادئ التربية السليمة، وبناء نشئ مثقف وواعي ومسؤول، فمهمة المعلم ليست مجرد نقل معارف ومعلومات، بل هو مربى ومرشد نفسي، وكل هذه المهام تتطلب منه مهارات اجتماعية، نفسية، بيداغوجية، وكذا مجهودات بدنية، ذهنية لاستيعاب الفروقات الفردية بين تلميذ وآخر، سواء كانت فروقات ذهنية (قدرات) أو اجتماعية وحتى فروقات نفسية، وهذا ما يجعل من الطور الابتدائي طور شاق ومرهق، ومصدر للضغوطات العديدة، المهنية منها فالمعلم ملزم بتطبيق برامج ومحتويات مناهج صعبة لا تتلاءم مع مستوى التلاميذ أحياناً وإعداد الدروس ومراقبة الواجبات والتعاملات مع رب العمل والمؤطرين والمفتشين التربويين. وكذلك الضغوطات الخارجية التي يمارسها الأولياء تصل أحياناً إلى العنف اللفظي والجسدي ناهيك عن الضغوطات النفسية داخل الفصل التي يواجهها المعلم في التعامل مع الاضطرابات السلوكية والعقلية.

وكل هذه الضغوطات السابقة الذكر تجعل المعلم يعيش في حالة قلق دائم أحياناً ينقلها حتى خارج دوامه مما يستنزف طاقته النفسية والجسدية. "فالقلق النفسي psychological Anxiety شعور غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي". (غانم، محمد حسن، 2006، ص35).

معظم الأمراض السيكوسوماتية كقرحة المعدة، القولون العصبي منشؤها نفسي وليس عضوي عند أغلب المعلمين، يكون سببها القلق النفسي.

حسب دراسة جلاب و بونويقة 2020 بعنوان درجة تأثير مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات أدلت النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة أن ضغوط مهنة التعليم تؤثر في ظهور القلق لدى فئة المعلمات بدرجات عالية بلغت 60.33% نسبة الضغوط الإدارية،

نسبة 70.33% ضغوط طلابية كمشكلات داخل الصف والاحتفاظ وسلوك التلاميذ السيء، وبلغت ضغوط التدريس 64.16% كتحضير الدروس وتقييم التلاميذ، وبلغت الضغوط المترتبة عن العلاقات مع الزملاء نسبة 61.33%. (جلاب مصباح، بونويقة، نصيرة، 2020 ص36)

وهذه النسب ماهي إلا إشارة للقلق الذي يلزم المعلم في مرحلة التعليم الابتدائي ولكن رغم الصعوبات والضغوطات التي تواجهه إلا أن بعض المعلمين يتقنون مهماتهم ويبدعون مهاراتهم في أدائها ويستمتعون بمختلف الأنشطة داخل الفصل مندمجون ومنغمسون كلياً متناسين الظروف والزمان مما يجعلهم يعيشون حالة نفسية ايجابية فريدة من نوعها تعرف في علم النفس "بالتدفق النفسي".

أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي ظهر على يد عالم النفس الأمريكي الجنسية من أصل مجري عام 1975. (النتشة، نرمن حجازي، 2021 ص17)

تعرفه هبة حسين (2012) بأنه حالة وجدانية تتضمن اندماج الفرد مع ما يقوم به من عمل والتركيز التام عليه والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة المرتبطة به. (بومهراس، الزهرة، معاش، الطيب، 2025، ص756)

والتدفق النفسي يدفع المعلم إلى العمل بدافعية أكبر وتجديد الطرق والأساليب التعليمية. ورغم الأهمية الكبيرة للتدفق النفسي بالنسبة للمعلم، إلا أننا نجد أغلب المعلمين لا يصلون إلى حالة التدفق النفسي بسهولة نظر للقلق النفسي والصعوبات التي تواجههم وعليه وجب علينا التطرق لموضوع القلق النفسي والتدفق النفسي لدى المعلمين، وتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي؟

- التساؤلات الدراسة الفرعية:

- ما مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي؟

- ما مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغيرات (الجنس والأقدمية)؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغيرات (الجنس والأقدمية)؟

2-تحديد الفرضيات:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

- الفرضيات الجزئية:

- مستوى التدفق النفسي متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- مستوى القلق النفسي مرتفع لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير (الجنس/الأقدمية).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغيرات (الجنس/الأقدمية).

3-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

- الكشف عن مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- الكشف عن مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والقلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

- معرفة الفروق في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات (الجنس) و (الأقدمية): أقل من 5 سنوات، أكثر من 5 سنوات، وأكثر من 10 سنوات فما فوق.
- معرفة الفروق في مستوى القلق النفسي تبعاً لمتغيرات (الجنس) و (الأقدمية): أقل من 5 سنوات، أكثر من 5 سنوات، من 10 سنوات فما فوق.

4- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية هذه الدراسة من عدة نواحي:

- 1- من ناحية اختيار العينة (أساتذة التعليم الابتدائي) لما تعانيه هذه الفئة من ضغوطات على تنوعها وتعدد مصادرها وأسبابها والتي تؤدي بها إلى القلق النفسي.
- 2- من ناحية المتغيرات (التدفق النفسي والقلق النفسي) فالأول يشكل أهم مفاهيم علم النفس الايجابي لكونه خبرة نفسية يعيشها كل فرد وهو مستغرق في أداء النشاطات التي تستهويه وعندما يصل إلى مستوى عالي من التفوق والعطاء وبالتالي فالتدفق النفسي مهم للمعلم لكي يعمل في جو مريح وبصحة نفسية متزنة. أما الثاني من بين الاضطرابات النفسية المنتشرة بين أوساط الأساتذة ولها تأثيراتها وانعكاساتها السلبية على صحتهم النفسية ومستوى أداءهم.
- 3- تقديم خلفية نظرية عن التدفق النفسي والقلق النفسي وإثراء علمي للمكتبة.
- 4- يمكن لهذه الدراسة ونتائجها أن تجذب انتباه أصحاب القرار في وزارة التربية والتعليم، وكذا المختصين والتربويين والخبراء لضرورة إعادة النظر في محتوى البرامج والمناهج التربوية كما وكيفياً وهذا لعدم مناسبتها لمستوى التلاميذ وتشكل مصدر ضغط نفسي للأستاذ وكذا سن قوانين تحمي الأستاذ داخل المدرسة وخارجها.
- 5- الدراسة تسلط الضوء على الكيفية التي يصل بها الأستاذ للتدفق النفسي في ضل القلق النفسي الذي يعانيه.

5- تحديد المفاهيم إجرائيا:

1- التعريف الاجرائي للتدفق النفسي:

يعرف التدفق النفسي بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ من خلال تطبيق مقياس التدفق النفسي في الدراسة الحالية.

2- التعريف الاجرائي للقلق النفسي:

يعرف القلق النفسي بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ من خلال تطبيق مقياس القلق النفسي في الدراسة الحالية.

6-الدراسات السابقة:

تمهيد:

تعتبر الدراسات السابقة أحد أهم مصادر المعرفة، التي يستند عليها الباحث بهدف الاستفادة منها في تحديد المنهجية العلمية التي يتبعها والأدوات المناسبة واكتشاف النتائج المتوصل إليها.

وقد تنوعت الدراسات التي تناولت متغيري الدراسة الحالية (التدفق النفسي والقلق النفسي) وفي هذا الشأن سنعرض بعض الدراسات:

أولاً: الدراسات السابقة المتعلقة بالمتغير الأول "التدفق النفسي":

1. الدراسات المحلية:

- الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: التدفق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بولاية الوادي.

- صاحبتا الدراسة: العروم، أسماء وجحيدر، رميصاء.

- سنة: 2022.

- **هدف الدراسة:** معرفة طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة، التعرف على درجة التدفق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة وكذلك مدى تأثير التدفق النفسي على الصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.
- **العينة:** تكونت عينة الدراسة من 55 معلم ومعلمة تم اختيارها بطريقة قصدية.
- **المنهج:** استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي.
- **أدوات الدراسة:** استخدمت الباحثتان مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش 1996، ومقياس الصحة النفسية.
- **نتائج الدراسة:** أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:
- لا توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الخاصة في مستوى التدفق النفسي تبعاً للأقدمية في العمل (أقل من 10 سنوات / من 10 سنوات فأكثر).
- **الدراسة الثانية:**
- **عنوان الدراسة:** التدفق النفسي وعلاقته بالكفاءة الذاتية في التدريس لدى أساتذة الطور الابتدائي.
- **صاحبتا الدراسة:** سالم، رميصاء وعمورية، آمال.
- **سنة:** 2024.
- **هدف الدراسة:** معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والكفاءة الذاتية في التدريس لدى أساتذة الطور الابتدائي.
- **العينة:** تكونت العينة من 35 أستاذًا وأستاذة، وتم اختيارها بطريقة قصدية.
- **المنهج:** استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي.
- **أدوات الدراسة:** استخدمت الباحثتان مقياس التدفق النفسي لهبة سامي محمود (2018)، ومقياس الكفاءة الذاتية من إعداد الباحثة أحلام الزربي (2017).

- نتائج الدراسة: أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:
- لا توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائية بين التدفق النفسي والكفاءة الذاتية في التدريس لدى أساتذة الطور الابتدائي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى أساتذة الطور الابتدائي باختلاف الجنس وباختلاف المسار التكويني والتخصص الدراسي.
- الدراسة الثالثة:
- عنوان الدراسة: التدفق النفسي وعلاقته بالضغط النفسية لدى أساتذة الطور الابتدائي.
- صاحبتا الدراسة: ، طايبي ، مريم وسميان، لمياء.
- سنة: 2024.
- هدف الدراسة: معرفة العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والضغط النفسية.
- العينة: تكونت عينة الدراسة من 51 معلّم، تم اختيارها بطريقة قصدية.
- المنهج: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي.
- أدوات الدراسة: استخدمت الباحثتان مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش سنة 1996، ومقياس الضغط النفسي المهني لعلّي قويدري 2011.
- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- مستوى منخفض من التدفق النفسي ومستوى عالٍ من الضغط النفسي لدى المعلمين ووجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والضغط النفسي.
- الدراسة الرابعة:
- عنوان الدراسة: التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية.
- صاحبة الدراسة: مسقي، فرحة ناس.
- سنة: 2024.

- **هدف الدراسة:** الكشف عن مستوى التدفق النفسي والصمود النفسي والعلاقة بينهما لدى أساتذة التعليم الابتدائي لولاية غرداية.
- **العينة:** تكونت عينة الدراسة من 61 معلّم، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.
- **المنهج:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي.
- **أدوات الدراسة:** استخدمت الباحثة مقياس التدفق النفسي للموساوي والمشطب 2016 ومقياس الصمود النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور 2017.
- **نتائج الدراسة:** توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أفراد العينة وكذلك وجود مستوى منخفض لكل من المتغير بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أفراد العينة وعدم وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي والصمود النفسي لدى الأساتذة تُعزى لمتغير الجنس والأقدمية.
- **الدراسة الخامسة:**
- **عنوان الدراسة:** التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي في ضوء بعض المتغيرات.
- **صاحبها الدراسة:** بو مھراس، الزهرة ومعاش، الطيب.
- **سنة:** 2025.
- **هدف الدراسة:** الكشف عن مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي والفروق في متوسطات تقديم أفراد العينة في التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى للمتغيرات (الجنس وسنوات الخبرة).
- **العينة:** تكونت عينة الدراسة من 160 أستاذ وأستاذة وتم اختيارها بطريقة عشوائية، بعدد من ابتدائيات بلدية متليلي بغرداية.
- **المنهج:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب الاستكشافي والأسلوب المقارن.

- أدوات الدراسة: استخدم الباحثان مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش سنة 1996.

- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- وجود فروق جوهرية في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تُعزى لمتغير الجنس.
- بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تُعزى لمتغير الخبرة.

II. الدراسات العربية:

- الدراسة الأولى:

- عنوان الدراسة: التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

- صاحب الدراسة: منتظر، سلمان كطفان.

- سنة: 2018.

- هدف الدراسة: التعرف على التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

- العينة: تكونت عينة الدراسة من 150 معلمة، تم اختيارها بطريقة عشوائية بلغت نسبتها (42%) من مجتمع البحث البالغ 353 معلمة في محافظة ذي قار بالعراق.

- المنهج: اعتمد الباحث على المنهج الوصفي.

- أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي المعدّ أعدّه بناءً على نظرية ميهالي.

- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى أن المعلمات لديهن تدفق نفسي مرتفع.

- الدراسة الثانية:

- عنوان الدراسة: التدفق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى المعلمين في دولة الكويت.

- صاحب الدراسة: العنزي، عويد سلطان المشعان.

- سنة: 2021.

- هدف الدراسة: فحص العلاقة بين التدفق النفسي والرضا الوظيفي لدى المعلمين والمعلمات.
- العينة: تكونت العينة من 422 معلّمًا ومعلمة بواقع (93) ذكرًا و(329) أنثى.
- المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي.
- أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي لجاكسون 1996، ومقياس الرضا الوظيفي.
- نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- وجود علاقة موجبة بين التدفق النفسي والرضا الوظيفي.
- لا توجد فروق بين الذكور والإناث في التدفق النفسي والرضا الوظيفي.
- وجود فروق في التدفق النفسي تُعزى لمتغير العمر والخبرة، ولا توجد فروق في الحالة الاجتماعية.
- الدراسات الأجنبية:
- الدراسة الأولى:
- 1. عنوان الدراسة: الدافعية والتصميم التعليمي والتدفق النفسي والإنجاز الأكاديمي في جامعة كوريا عبر الإنترنت: دراسة باستخدام نمذجة المعادلات البنائية.
- أصحاب الدراسة: يونغ جو (Young Ju Joo)، وأونجغ أوه (Unjung Oh)، وسومي كيم (Kim، Su Mi).
- سنة: 2015.
- هدف الدراسة: فحص العلاقات البنائية بين الفعالية الذاتية، والقيمة الجوهرية، وقلق الاختبار، والتصميم التعليمي، والتدفق النفسي والإنجاز لدى الطلبة في جامعة كوريا عبر الإنترنت.
- العينة: 963 طالب جامعي مسجلين في مقرر تطبيقات الحاسوب في جامعة إلكترونية بكوريا.

- المنهج: الوصفي الارتباطي.
- أدوات الدراسة: استبيانات تم إرسالها للطلبة عبر الإنترنت.
- النتائج: أظهرت النتائج الآتية:
- الفعالية الذاتية والتصميم التعليمي لهما تأثيرات مباشرة ذات دلالة إحصائية على التدفق.
- الكفاءة الذاتية والقيمة الجوهرية والتدفق كلها لها تأثيرات مباشرة ذات دلالة إحصائية على الإنجاز.
- التدفق يعمل كوسيط بين الكفاءة الذاتية والإنجاز، وبين التصميم التعليمي والإنجاز.
- الدراسة الثانية:
- عنوان الدراسة: استكشاف تجربة التدفق لدى المهندسين.
- أصحاب الدراسة: كلودات آفرني قريد ينغ (Claudette Auverny Grunding)
- Grunding .
- سنة: 2015
- هدف الدراسة: استكشاف ووصف وفهم تجارب التدفق التي يعيشها المهندسون أثناء العمل وجاءت الدوافع وراء إجراء هذه الدراسة من عدة تجارب وهي: الاهتمام الشخصي بمفهوم التدفق، والهندسة، والبحث النوعي.
- العينة: ثلاثة مهندسين من مجالات مختلفة.
- المنهج: منهج بحث نوعي.
- أدوات الدراسة: أدوات نوعية لجمع البيانات، مقابلات شبه منظمة ومفصلة، مذكرات يومية.
- النتائج: أظهرت النتائج أن:
- التأكيد على تسع خصائص للتدفق وفقاً لنظرية ميهالي Csikszentmihalyi
- 1990، كما ظهر من البيانات مؤشر على إمكانية وجود خاصية عاشرة وهي "الضغط

الأمثل"، حيث أشار المشاركون إلى أنهم أحياناً يختبرون "التدفق القسري"، وتوصلت الدراسة إلى فهم التدفق وعناصره، له آثار على كيفية تمكن المهندسين من "تصميم" وظائفهم، وكيف يمكن للمهندسين في المناصب الإدارية اختار التدفق وكيف يمكن للمهندسين المتدربين اختيار التدفق وتحسين أدائهم.

- الدراسة الثالثة:

- عنوان الدراسة: تجربة التدفق النفسي أثناء لعب ألعاب الكمبيوتر لدى طلبة الجامعة في تايلند.

صاحبها الدراسة: لسانجاماسايا (Sanjamsai) وفونكاو (Phunkao).

- سنة: 2018.

- هدف الدراسة: فحص تجربة التدفق أثناء لعب ألعاب الحاسوب لدى طلبة الجامعة، والتعرف على السلوكيات التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلوك إدماني.

- العينة: تكونت من 478 طالب جامعي تتراوح أعمارهم بين 18 و 24 سنة يدرسون عادة لعب الألعاب الحاسوبية.

- المنهج: الوصفي التحليلي.

- أدوات الدراسة: مقياس السلوك الإدماني للألعاب الحاسوبية، ومقياس إدراك عواقب اللعب (الإيجابية والسلبية).

- النتائج: أظهرت النتائج:

- الذكور يقضون وقتاً أطول في لعب الألعاب الحاسوبية مقارنة بالإناث.

- مدة اللعب ليست مؤشراً أساسياً على نتائج اللعب، في حين أن حالة التدفق أثناء اللعب تُعد عاملاً حاسماً يمكن أن يؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية.

- التدفق المعتدل يرتبط ارتباطاً إيجابياً بإدراك فائدة اللعبة.

- التدفق الانفعالي يرتبط ارتباطاً إيجابياً بالتأثيرات الجسدية والنفسية الناتجة عن اللعب.

ثانياً: الدراسات السابقة المتعلقة بالمتغير الثاني "القلق النفسي".

١. الدراسات المحلية:

- الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: القلق النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية، دراسة ميدانية ببعض ابتدائيات بلدية مقرة بالمسيلة.

صاحبة الدراسة: شموري، كاميليا.

سنة: 2017.

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين القلق والتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية وكذا إن كانت توجد فروق في الاستجابة لأفراد العينة على مقياس التوافق المهني تُعزى لمتغيري الجنس والخبرة المهنية.

العينة: تكونت عينة الدراسة من 40 معلم ومعلمة، تم اختيارها بطريقة عشوائية.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياس القلق والتوافق المهني.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين القلق والتوافق المهني، أي كلما زادت درجات القلق قلت درجات التوافق المهني.

- لا توجد فروق دالة إحصائية في استجابة أفراد العينة على كل من مقياسي التوافق المهني والقلق تُعزى لمتغير الجنس ومتغير الخبرة المهنية.

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: الضغط المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية بمدينة أم البواقي، لولاية سطيف.

صاحبة الدراسة: عقون، اسيا.

سنة: 2018.

هدف الدراسة: التعرف على مستويات الضغط المهني والقلق لدى معلمي التربية الخاصة تبعاً للمتغيرات الديمغرافية (المستوى التعليمي، التخصص، الأقدمية المهنية)، وكذلك الكشف عن طبيعة العلاقة بين الضغط المهني والقلق.

العينة: تكونت عينة الدراسة من 117 معلم، تم اختيارها بطريقة عشوائية بسيطة.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي في دراستها.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياس الضغط المهني للمعلمين لمنصوري مصطفى 2000، ومقياس القلق الصريح لجانيت تايلور 1951.

نتائج الدراسة: تمثلت النتائج فيما يلي:

- معظم المعلمين يعانون من ضغط مهني وقلق مرتفعين، مع وجود علاقة ارتباطية موجبة قوية بين الضغط المهني بشكل أبعاده والقلق وكذا مستوى الضغط المهني يختلف لديهم تبعاً لمتغيري المستوى التعليمي والتخصص فقط، أما مستوى القلق فلا يختلف بينهم تبعاً لكل متغيرات الدراسة.

الدراسة الثالثة:

عنوان الدراسة: نمط الشخصية وعلاقته باستجابة القلق لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي، دراسة ميدانية بمؤسسة تربية بمدينة الجلفة.

صاحبة الدراسة: ربيعي، شيماء.

سنة: 2023.

هدف الدراسة: الكشف عن طبيعة العلاقة بين نمط الشخصية واستجابة القلق لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

العينة: تكونت عينة الدراسة من 30 أستاذ وأستاذة، تم اختيارها بطريقة عشوائية.

المنهج: استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي.

أدوات الدراسة: استخدمت الباحثة مقياس نمط الشخصية لا يزك ومقياس تايلور للقلق.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج الدراسة ما يلي:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمط الشخصية الانبساطي حسب كارل يونغ واستجابة القلق لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين نمط الشخصية الانطوائي حسب كارل يونغ لدى أساتذة التعليم الابتدائي.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أساتذة التعليم الابتدائي تُعزى لمتغير الجنس.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أساتذة التعليم الابتدائي تُعزى لمتغير الأقدمية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق لدى أساتذة التعليم الابتدائي تُعزى لمتغير السن.

الدراسات العربية:

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: مستوى القلق وعلاقته بالرضا النفسي لدى الطلبة المعلمين في تخصص التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية.

صاحب الدراسة: ثابت، عارف شتيوي.

سنة: 2019.

هدف الدراسة: التعرف على مستوى القلق ومستوى الرضا النفسي لدى الطلبة المعلمين في تخصص التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية وتحديد العلاقة بينهما، والفروق وفقاً لمتغيري (الجنس والجامعة).

العينة: تكونت العينة من 106 طالب وطالبة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة.

المنهج المستخدم: الباحث المنهج الوصفي بصورته المسحية.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس القلق ومقياس الرضا النفسي الذي تم بناؤهما.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج:

- وجود علاقة سلبية ضعيفة دالة إحصائياً بين مستوى القلق ومستوى الرضا النفسي.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى القلق تبعاً إلى متغير الجنس.
- وجود فروق في مستوى الرضا النفسي تبعاً لمتغيري الجنس والجامعة.

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: القلق وعلاقته بالطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية.

صاحب الدراسة: ياسين، جميل أبو فاخرة.

سنة: 2021.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين مستوى القلق وبين مستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية، وكذلك الكشف عن مستوى الطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية تبعاً للنوع (ذكور وإناث).

العينة: تكونت العينة من 100 طالب وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية من ثانويات مصر.

المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث مقياس القلق من إعداد د. أحمد محمد عبد الخالق.

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين القلق والطموح.
- وجود علاقة دالة سالبة بين تحمل الإحباط والقلق وهي علاقة عكسية.

الدراسة الثالثة:

عنوان الدراسة: الأمن النفسي وعلاقته بالقلق لدى طلاب جامعة طبرق.

الباحث: الحبوني، أبو بكر فضل الأمين.

سنة: 2024.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين الأمن النفسي والقلق لدى عينة من طلاب جامعة طبرق والتعرف على مستوى الأمن النفسي ومستوى القلق لدى طلاب الجامعة، وكذلك الفروق في مستوى الأمن النفسي ومستوى القلق بين الطلاب من حيث الجنس.

العينة: تكونت العينة من 125 طالب وطالبة بجامعة طبرق.

المنهج: استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي.

الأدوات: مقياس الأمن النفسي ومقياس القلق لـ "سبيلجر".

النتائج: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة بين الأمن النفسي والقلق.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الأمن النفسي لصالح الذكور.
- عدم وجود فروق دالة إحصائية لدى عينة الدراسة في القلق.

II. الدراسات الأجنبية:

الدراسة الأولى:

عنوان الدراسة: استقصاء حول قلق التدريب بين المعلمين المبتدئين وذوي الخبرة عبر متغير الجنس.

الباحثان: أسلراسولي (Astrasouli) وفهيد (Vahid).

سنة: 2014.

هدف الدراسة: محاولة استقصاء قلق التدريس لدى معلمي اللغة الإنجليزية كلغة أجنبية في السياق الإيراني، وتحديد المصادر المختلفة للقلق بين المعلمين والمعلمات (ذكور وإناث).

العينة: تكونت العينة من 114 معلم ومعلمة للغة الإنجليزية يعملون في الجامعات والمدارس الثانوية ومراكز اللغات، من فئتي المعلمين المبتدئين وذو الخبرة.

المنهج: استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي.

أدوات الدراسة: استخدم الباحثان استبيان التقرير الذاتي والمعدل عن دراسة "فيرجسون 2012".

نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- القلق لدى المعلمين متوسط.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنس ومستوى القلق المهني.

الدراسة الثانية:

عنوان الدراسة: قلق واحتراق المعلمين في التعليم الرقمي دراسة مقطعية.

الباحثان: أورتينكا كوترجا (Ortenca Kotherja) وبييرنا وكبيراج (Burna Ukperaj).
سنة: 2022.

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين القلق والاحتراق النفسي لدى المعلمين الذين يعملون مع نماذج التعليم الرقمي، والبحث عن فروق في مستويات القلق والاحتراق النفسي بناءً على الجنس والمناطق الجغرافية.

العينة: تكونت عينة الدراسة من 1000 معلم يعملون بدوام كامل في المدارس الحكومية بأربع مدن في ألبانيا، تم اختيارهم عشوائياً.

المنهج: استخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي المعتمد على الدراسة الكمية المقطعية.

أدوات الدراسة: استخدم الباحثان مقياس بيك للقلق ومقياس الإنهاك في العمل.

نتائج الدراسة: أظهرت النتائج ما يلي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات القلق أو الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس أو المنطقة الجغرافية.
- وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين القلق والاحتراق النفسي؛ أي أن المستويات الأعلى من القلق النفسي ترتبط طردياً بالإنهاك المهني.

-التعقيب على الدراسات السابقة:

1-التعقيب على الدراسات السابقة للمتغير الأول: "التدفق النفسي"

تمهيد:

من خلال الاطلاع على مختلف الدراسات السابقة التي لها صلة بمتغير التدفق النفسي اتضح لنا التعدد في الأهداف وتنوع المناهج والأدوات واختلافات في العينة.

1. من حيث الهدف:

هدفت الدراسات في مجملها إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي ومتغير آخر (الصحة النفسية، الكفاءة المهنية، الكفاءة الذاتية، الضغوط النفسية، الصمود النفسي، الرضا الوظيفي، الإنجاز الأكاديمي)، وهو نفس هدف الدراسة الحالية التي تسعى إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي والقلق النفسي، كما ذهبت بعض الدراسات إلى البحث في متغير التدفق في حد ذاته، كما هو الحال في:

دراسة بومهراس ومعاش (2019) ودراسة سانجام سايا وفوكاو Sanjamsai & Phukauro (2018) ودراسة كطفان (2018) ودراسة كلودات Claudette (2015).

يجدر الإشارة كذلك إلى أن الدراسات سعت إلى معرفة الفروق (ذات الدلالة الإحصائية) الموجودة لدى أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمتغيرات ديموغرافية عديدة: (الجنس، الأقدمية، السن، الحالة الاجتماعية)، كما جاء في دراسة: سالم وعمورية (2024)، ودراسة مسقي (2024) ودراسة العنزي (2021) وهذا ما يتفق مع هدف الدراسة الحالية في معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الشفقة النفسية لدى أفراد العينة تبعاً لمتغيري الجنس والأقدمية.

2. من حيث المنهج:

اعتمدت معظم الدراسات على المنهج الوصفي مع اختلاف في الأسلوب المتبع الذي يتمشى مع طبيعة الدراسة وأدواتها.

ففي دراسة: يونغ جوجو وأنجونغ أوه (2015)، ودراسة سالم وعمورية (2024)، ودراسة العروم وجحيدر (2022)، ودراسة العنزي (2021)، كلها استخدمت المنهج الوصفي الارتباطي.

أما في دراسة بومهراس ومعاش (2025) فقد استخدم المنهج الوصفي بالأسلوب الاستكشافي والأسلوب المقارن.

وفي دراسة سانجام سايا (Sanjamasai) وفوكاو (Phukao) تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي.

أما في الدراستين: دراسة مسقي (2024) ودراسة كطفان (2018) فقد استخدم المنهج الوصفي.

3. من حيث العينة:

اختلفت الدراسات السابقة من حيث مجتمع الدراسة، فمعظمها طبقت على عينة المعلمين وهذا ما يتفق مع مجتمع الدراسة الحالية كما تفاوتت حجم العينة المدركة بومهراس ومعاش (2025) بلغ عدد أفراد العينة 160، وفي دراسة طايبي وسميان (2024) بلغ عددهم 51 معلم ومعلمة، وفي دراسة سالم وعمورية (2024) بلغ عددهم 35 معلم ومعلمة، ودراسة كطفان (2018) بلغ عددهم 150 معلم ومعلمة، وفي دراسة مسقي (2024) بلغ عدد أفراد العينة 61 معلم ومعلمة، وهناك دراسات طبقت على مجتمعات أخرى كدراسة كلودات (2015) طبقت الدراسة على مجتمع المهندسين وبلغ عدد أفراد العينة 3 مهندسين ودراسة يونغ جو جو Young Ju Joo وأنجيونغ أوه Unjung Oh (2015) طبقت الدراسة على مجتمع الطلبة الجامعيين، وبلغ عدد أفراد العينة 963 طالباً وطالبة جامعية، وفي دراسة سانجامساي Sanjamsai (2018) يتم تطبيق الدراسة على مجتمع الطلبة كذلك، في حين بلغ عدد أفراد العينة 478 طالباً وطالبة جامعية.

4. من حيث الأدوات:

معظم الدراسات استخدمت مقياس التدفق النفسي ولكن الاختلاف في صاحب المقياس وطبيعة المقياس والبنود في دراسة العروم وجحيدر (2022)، ودراسة يومهراس ومعاش (2025)، ودراسة العنزي (2021)، ودراسة طايبي وسميان (2021)، تم تطبيق مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش 1992، وهذا يتفق مع الدراسة الحالية وهناك بعض الدراسات طبقت مقياس التدفق النفسي المعد من صاحب الدراسة أو باحثين آخرين، كدراسة سالم وعمورية (2024) استخدمت مقياس التدفق النفسي لهبة سامي محمود (2018)، ودراسة مسقي (2014) اعتمدت مقياس التدفق النفسي لباسل محمد عبد الله عاشور (2017). وفي دراسة كطفان (2018) تم استخدام مقياس التدفق النفسي الذي أعده الباحث بناءً على نظرية ميهالي.

5. من حيث النتائج:

اختلفت وتشابهت نتائج الدراسات السابقة وهذا على اختلاف عيناتنا وبيئاتها الثقافية والاجتماعية؛ فمنها من توصلت إلى وجود علاقة بين متغير التدفق النفسي والمتغير الآخر كدراسة العنزي (2021)، والبعض منها من توصلت إلى عدم وجود علاقة بين متغيرات الدراسة مثل دراسة العروم وجحيدر (2021) ودراسة مسقي (2021)، ودراسة سالم وعمورية (2021).

وهناك بعض الدراسات أظهرت مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى أفراد العينة كدراسة كطفان (2018) ومنها من توصل إلى أن مستوى التدفق النفسي منخفض كما جاء في دراسة طايبي وسميان (2024).

كما توصلت بعض الدراسات إلى أن التدفق النفسي خبرة إيجابية ووسيط بين الكفاءة والإنجاز وتحسين الأداء، كدراسة كلودات (2015) ودراسة يونغ جوجو وأنجونغ أوه (2015) ودراسة سانجام سايا (2018).

وتجدر الإشارة أيضاً أنه كانت هناك فروق تبعاً لمتغيرات (الجنس والخبرة...) تم تسجيلها في بعض الدراسات، وعدم وجود فروق في بعضها الآخر كدراسة يومهراس ومعاش (2025) دلت النتائج على وجود فروق لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الجنس، وفي دراسة سالم وعمورية (2024) لم تسجل فروق تبعاً للجنس.

وتحاول الدراسة الحالية دراسة التدفق النفسي وعلاقته بالمستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي باستخدام مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش 1996 ومقياس تايلور للقلق.

2-التعقيب على الدراسات السابقة للمتغير الثاني: القلق النفسي:

بعد التعرف على مختلف الدراسات السابقة المتعلقة بمتغير القلق النفسي سنقوم بالتعليق عليها من جوانب عديدة:

1. من حيث الهدف:

هدفت معظم الدراسات التي تناولت موضوع القلق النفسي إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين القلق ومتغيرات أخرى (التوافق المهني، الضغط المهني، نمط الشخصية، الرضا النفسي، الطموح، الأمن النفسي، التعليم الرقمي)، وكما هدفت إلى التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في مستوى القلق لدى أفراد العينة تبعاً لمتغيرات ديمغرافية (الجنس، الأقدمية، السن / كدراسة شتيوي (2019) ودراسة شموري (2017) ودراسة ربيعي (2023) أو المستوى التعليمي والتخصص / كما جاء في دراسة عقون (2018).

وهذا دلالة على الاهتمام الكبير الذي يوليه الباحثون للقلق النفسي من عدة جوانب.

2. من ناحية المنهج:

استخدمت الدراسات على العموم المنهج الوصفي مع الاختلاف فقط في الأسلوب المتبع، ففي دراسة شموري (2017)، أبو فاخرة (2021)، ودراسة أورتيكا وبيرنا (2026)، ودراسة أسرا سولي وفهيد (2014) استخدموا المنهج الوصفي الارتباطي وفي دراسة ربيعي (2023) ودراسة عقون (2018) استخدموا المنهج الوصفي التحليلي.

أما فيما يخص دراسة شنتوي (2019) فقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بصورته المسحية.

3. من ناحية العينة:

اختلفت وتباينت الدراسات السابقة من حيث مجتمع الدراسة وحجم العينة من دراسة لأخرى، فهناك دراسات كان المجتمع هو المعلمين كدراسة عقون (2018) وكان عدد أفراد العينة 117 معلم، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، ودراسة ربيعي (2023) عدد أفراد العينة بلغ 30 أستاذ، ودراسة أسرا سولي (Asra souli) وفهيد (Vahid) (2014) كان عدد أفراد العينة 114 معلم، ودراسة شموري (2017) بلغ عدد أفراد العينة 40 معلم، وفي دراسة أورتينكا وبيرنا (2024) بلغ عدد أفراد العينة 1000 معلم، والمجتمع المدروس في هذه الدراسات يتفق مع مجتمع المدروس في الدراسة الحالية.

وهناك دراسات تناولت مجتمع الطلبة كدراسة أبو فاخرة (2021) بلغ عدد أفراد العينة 700 طالب ثانوي، وكذا دراسة الحبوني (2024) بلغ عدد أفراد العينة 125 طالب جامعي، ودراسة شتوي (2019) بلغ عدد أفراد العينة 106 طالب.

4. من ناحية الأدوات:

استخدمت الدراسات على العموم مقياس القلق مع وجود اختلافات في صاحب المقياس، في دراسة عقون (2018) تم استخدام مقياس القلق الصريح لجانيت تايلور 1951، ونفس المقياس في دراسة ربيعي (2023).

أما في دراسة شموري (2017)، استخدمت الباحثة مقياس القلق لـ سبيل برجر وقوزسوش، ونفس المقياس المستخدم في دراسة الحبوني (2024).

أما دراسة أبو فاخرة (2021) استخدمت مقياس القلق لأحمد محمد عبد الخالق.

وفي دراسة أورتينكا وبيرنا (2026) استخدم الباحثان مقياس بيك للقلق.

أما دراسة كل من أسرا سيولي وفهيد (2014) فقد استخدم استبيان التقرير الذاتي المعدل عن دراسة فيرجسون 2012.

5. من حيث النتائج:

اختلفت النتائج بين الدراسات السابقة وهذا راجع للاختلافات في العينة والبيئة الثقافية والاجتماعية.

فمنها من توصلت إلى وجود علاقة بين متغير القلق النفسي والمتغير الآخر، كدراسة أورتينكا وبيرنا (2026) التي توصلت إلى وجود علاقة إيجابية بين القلق والاحتراق النفسي. ودراسة شتيوي (2019) وصلت إلى وجود علاقة سلبية ضعيفة بين القلق والرضا النفسي.

ودراسة شموري (2017) توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين القلق والتوافق المهني.

وكذلك في دراسة الحبوني (2024) تم التوصل إلى وجود علاقة ارتباطية بين الأمن النفسي والقلق.

وهناك دراسات لم تجد العلاقة كدراسة أبو فاخرة (2021) التي أظهرت نتائجها عدم وجود علاقة بين القلق والطموح.

كما أظهرت نتائج الدراسات السابقة عدم وجود فروق في مستوى القلق تبعاً للأقدمية والجنس كدراسة شموري (2017) ودراسة شتيوي (2019).

7- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة.

7-1 الخلفية النظرية للمتغير الأول: "التدفق النفسي".

تعريف التدفق النفسي:

1- التعريف اللغوي:

يتمركز التعريف اللغوي للتدفق حول السيولة والاندفاع بقوة فيقال: دفع الماء دفقا، أي امتلاً حتى يفيض من جوانبه واندفق الماء وتدفق، أي سال بقوة بشدة. (زواري أحمد وديدي، 2025، ص13).

2- التعريف السيكلوجي:

تعددت التعاريف التي تناولت مفهوم التدفق النفسي نذكر منها:
يعرفه ميهالي تشيكزنتميهالي 1996: أنه حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام تتطلب تركيزا شديدا ومثابرة ومواصلة جهد، وهذه الحالة المثلى تتحقق أيضا عندما يكون مستوى القدرات والمهارات في حالة من التوازن التام مع التحدي أو الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصة المهام ذات الأهداف المحددة والتي تقدم تغذية راجعة فورية. (عرعار وآخرون، 2016، ص102)

ويرى نورمان Norman 1996 أن حالة التدفق النفسي تقابل كل الناس، وفيها يكون الشخص وكأنه في حالة غيبوبة وعدم وعي بالذات، فهو يؤدي نشاطه أوتوماتيكيا وبتلقائية دون وعي بالعالم الخارجي وينغمس بالكامل فيه مع عدم تأثير الظروف الخارجية كالضوضاء، وتتحصر كل حالات تشتت الانتباه مع الشعور بالمتعة والبهجة. (الأسود، 2020، ص58)

ويعرفه دانيال جولمان أنه حالة نسيان الذات عكس التأمل والاجترار والقلق فهذا يوصل الانسان إلى حالة التدفق ويغرق تماما في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد فيها الوعي بذاته تماما وبهذا الإحساس تكون لحظات التدفق لحظات غياب الذات. (اليعقوبي، 2022، ص178).

يعرفه لوتز Lutz وقويري Guiry التدفق حالة ذهنية يمر بها أحيانا الأشخاص المنخرطون بعمق في حدث أو موضوع أو نشاط ما، حيث يصبحون مندمجين فيه بصورة كلية وتامة بل ان الزمن قد يبدو وكأنه توقف. (Novak & Hoffman، 1997, p5)

- انطلاقا من التعريفات السابقة يتضح لنا أن التدفق النفسي يشير الى حالة ذهنية يكون الفرد مركزا ومنغمسا كليا في أداء مهماته أو انشطته غير مبالي لا للزمن ولا للمكان ولا للظروف المحيطة به خاصة الأنشطة التي تستهويه وتصاحب هذه الحالة مشاعر الاستمتاع والغبطة.

- أبعاد التدفق النفسي: للتدفق النفسي تسعة أبعاد وهي كالتالي:

1/ التوازن بين التحدي والمهارة: "Challenge-Skill Balance"

ففي حالة التدفق يكون لدى الفرد إحساس بأن قدراته ومهاراته تتناسب أو تتطابق مع المطالب التي تقتضيها المهام والأعمال والنشطة التي يقوم بها.

2/ اندماج الفعل في الوعي أو الإدراك: "Action-Awareness Merging"

مما يوفر سياق يتحقق فيه اندماج عميق جدا في المهام وبالتالي صدور أفعال تلقائية ذاتية من قبل الفرد غالباً ما تكون ذات طابع سلس تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية.

3/ أهداف شديدة الوضوح: "Clear Goals"

والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به المرء.

4/ تغذية راجعة مفهومة وغير غامضة: "Unambiguous Feedback"

ففي حالة التدفق النفسي يتلقى المرء تغذية راجعة فورية وواضحة، ويصاحب ذلك ثقة وتأكد من أن كل شيء يسير وفق خطة شديدة الوضوح.

5/ تركيز تام على المهمة: "Concentration on Task at Hand"

مع إحساس تام بالاستغراق أو ما يعرف بالتجربة المثمرة.

6/ الإحساس بالضبط والسيطرة: "Sense of Control"

فالخاصية المميزة لهذه الإحساس أن حالة التدفق تحدث بدون مجهود شعوري.

7/ غياب الشعور بالذات: "Loss of Self-Consciousness"

فالاهتمام بالذات يتناقض، إذ يصبح المرء متوحداً مع المهمة وجزءاً منها.

8/ تبدل إيقاع الزمن أو الوقت: "Transformation of Time"

فيما يمتلك المرء إحساساً بأن الزمن يمر بسرعة شديدة أو ببطء شديد.

9/ الاستمتاع الذاتي: "Autotelic experiences":

وهي غاية كون المرء في حالة تدفق، وتمثل إحساس يمتلك المرء بالقيام بالعمل أو المهمة أو النشاط كغاية في حد ذاته دون انتظار لإثباتات أو مكافآت أو فائدة في المستقبل. (أبو حلاوة، 2013، ص 821).

وبدون توفر هذه الأبعاد التسعة لا يمكن الوصول إلى حالة التدفق النفسي فالتدفق النفسي عملية معقدة تتطلب انتباه كبير وتركيز عالي.

النظريات المفسرة للتدفق النفسي:

تعددت النظريات التي فسرت التدفق النفسي نذكر منها:

1. نظرية التدفق النفسي لشكزنتيميهالي:

انبثقت هذه النظرية على يد العالم المجري الأصل ميهالي (MihaiCsikszentmihalyi) عام 1975 أثناء مقابلاته الشخصية للعديد من الأشخاص بالولايات المتحدة الأمريكية وكوريا، اليابان، تايلاند وأستراليا ومن مختلف الثقافات الأوروبية، حيث أشركهم في مجموعة من الأنشطة، ووجد ميهالي وصفًا أقرب للتعبير عما عبر عنه هؤلاء الناس إلى تشبيهه بتيار الماء الذي يحملهم في مساره، وعلى هذا الأساس أطلق عليه مصطلح التدفق النفسي. (الموسوي وشطب، 2016، ص 57).

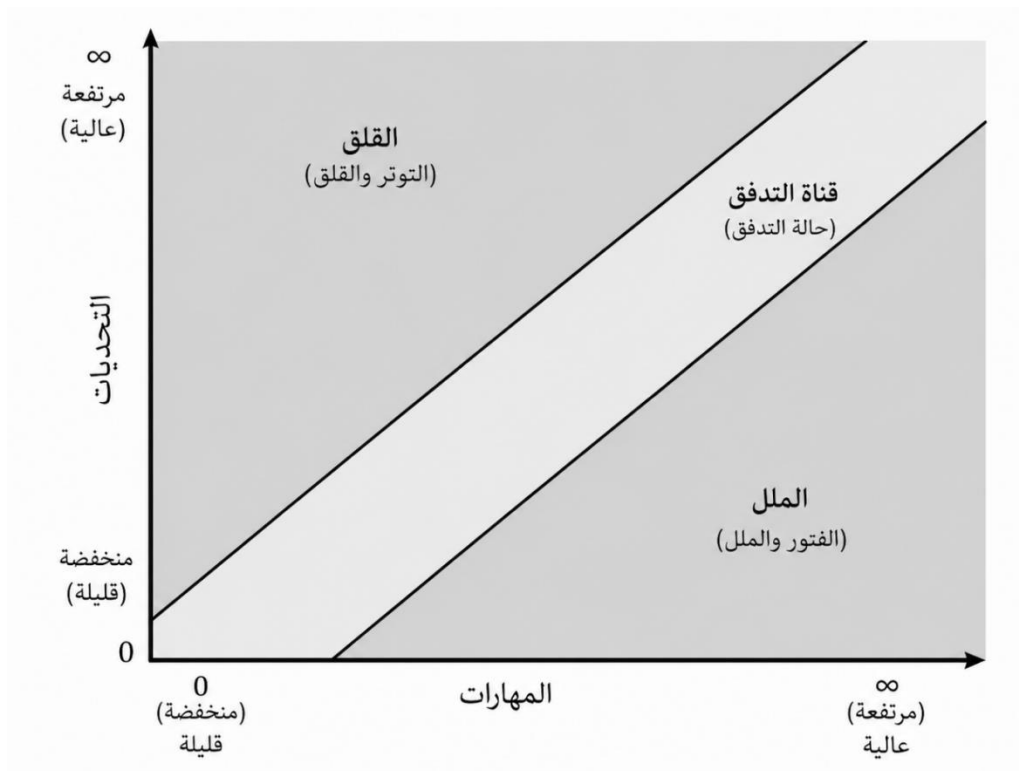
طبقًا لنظرية ميهالي فإن الأنشطة تكون أكثر إمتاعًا حينما يتماشى التحدي مع مستوى مهارة الفرد، فإذا كان النشاط سهلاً للغاية سينتج الملل، وإذا كان شديد الصعوبة ستكون النتيجة هي الشعور بالقلق، أما عندما يندمج الفرد في نشاط يتطلب تركيزًا شديدًا، وتكون التحديات والمهارات المطلوبة لأداء المهمة متساوية تمامًا، عند ذلك خبرة متدفقة ممتعة. (ركييتي والشلح، 2024، ص 28).

وتقع حالة التدفق حسب ميهالي في تلك المنطقة الشعورية بين القلق والملل، فالتدفق هو توازن بين التحدي الذي يقدمه النشاط أو المهنة، إذا زاد التحدي كان قلق وإذا قل بدرجة كبيرة كان ملل. (سواعدي، صواش، 2023، ص 27).

يشير ميهالي 1990 ان الوعي يصبح أكثر تعقيدا لان تجارب التدفق تدفع الانسان باستمرار الى تحقيق توازن بين التحديات والمهارات.

فعندما يبدأ الشخص بتعلم شيء ما، تكون مهاراته بسيطة والتحديات بسيطة أيضا، فيشعر بالمتعة لان مستوى الصعوبة يناسب قدراته لكن مع الوقت تتحسن مهاراته فتغدو المهمة القديمة مملة. وإذا واجه تحديا أكبر من قدراته الحالية يشعر بالقلق والإحباط. وهنا تظهر الية النمو:

- إذا شعر بالملل عليه ان يزيد التحدي.
 - إذا شعر بالقلق عليه ان يطور مهاراته.
 - بهذه الطريقة يدخل مجددا في حالة التدفق، لكن على مستوى اعلى من السابق
- الشكل (1): يوضح كيفية حدوث حالة التدفق النفسي.



(Mihaly, 1990, p74)

والدخول في حالة التدفق تتطلب الانتباه على العمل أو النشاط الذي يقوم به الفرد، لأن جوهر التدفق هو حالة من التركيز العالي، وعندما يبدأ التركيز فإن العملية تسير إلى

مسارين، الأول يتكفل بتكفل بتقديم الراحة أو الحفظ من الاضطرابات الانفعالية، أما الثاني فيسهل القيام بدون مجهود كبير، كما يمكن الدخول في حالة التدفق عندما تكون الأعمال التي يقوم بها الفرد تتناسب وحجم قدرات الفرد، فعندئذ يمكن حدوث التدفق. (حنكة، بوغزالة، 2022، ص27).

2. نظرية سيلجمان (2002 Seligman):

يرى مارتن سيلجمان أن مفهوم خبرة التدفق النفسي يتمحور حول ما أسماه "قضية المعنى"، فقد أشار في كتابه "السعادة الحقيقية" إلى ثلاثة مستويات وهي:

1. الحياة المبهجة أو السارة: وهي الحياة التي تتم فيها اكتساب خبرات لجلب السعادة والبهجة وانفعالات إيجابية كبيرة.

2. الانغماس: ويقصد به الاندماج في أنشطة الحياة التي تستهلك وتستغرق طاقات الإنسان.

3. الحياة ذات المعنى والقيمة:

ويرى سيلجمان أن مفهوم الانغماس والاندماج في الحياة يتوافق مع مفهوم التدفق النفسي والخبرة المثالية عند ميهالي، ويشير إلى أنه أقل درجة من العادة التي يحصل عليها الإنسان من تأديته لأنشطة هادفة ذات معنى، ويتفق تصور سيلجمان مع ميهالي بأن التدفق النفسي مفهوم مجرد من القيمة، فقد يكون الفرد في حالة من التدفق النفسي عند ارتكابه عمل سيئ للآخرين أو تأدية لنشاط غير هادف.

وحسب سيلجمان فيوجد فرق بين المتعة والإشباع الذي يكون مصدرهما التدفق النفسي، فالمتعة قوة تمنحنا الراحة والاسترخاء، مثل تناول وجبة شهية تحبها، أما الإشباع، عندما يشترك مع التدفق النفسي فيبني ثروة نفسية للمستقبل، كذلك تعتبر المتعة إشارة لتحقيق إشباع لحاجات الفرد الفسيولوجية والبيولوجية بينما الإشباع هو إشارة لتحقيق النمو النفسي، والتدفق النفسي يكون نتيجة للإشباع ولكنه يحتاج لمهارة وجهد. (بلي والتونسي، 2015، ص28).

3-نظرية دانييل جولمان:

يرى دانييل جولمان أن كل الناس تمر بمشاعر التدفق من وقت لآخر، خاصة عندما تصل هذه الخبرة إلى ذروتها أو تتجاوز أقصى حدودها السابقة، وهو أحسن حالات الذكاء الوجداني لأنه يمثل أقصى درجة في تعزيز الانفعالات التي تخدم الأداء والتعلم، فإذا استطاع شخص دخول منطقة التدفق فإن انفعالاته تعزز الأداء لأنها لا تكون مجرد انفعالات وعواطف تتساب في اتجاه معين بل تكون انفعالات إيجابية مليئة بالطاقة والحيوية، تنتظم قواها مع ما يجري من نشاط راهن، وإذا تملك الفرد الملل أو الاكتئاب والتوتر فإن ذلك يحول دون تدفق المشاعر. (العروم وجحيدر، 2022، ص 30)

ومن أهم العوامل التي تساعد على الوصول إلى حالة التدفق النفسي هو التركيز الكبير والانتباه العالي على النشاط الذي يمارسه الفرد، ولكن الانتباه يكون بوضعية الاسترخاء رغم شدة التركيز، فبمجرد بدء التركيز على النشاط الراهن، تمنح حالة التدفق النفسي الفرد قوة دفع تجعله ينجز نشاطه دون الشعور بأي عناء أو تعب. (التشنه، 2021، ص 24).

7-2 الخلفية النظرية للمتغير الثاني "القلق النفسي":

تعريف القلق:

1/ التعريف اللغوي:

- كلمة قلق في لسان العرب لابن منظور بمعنى الانزعاج ويقال: بات قلقا وقلقه غيره، يقال اقلق الشيء من مكانه وقلقه: أي حركه. والقلق: ان لا يستقر في مكان واحد. (ابن منظور، 1955، ص 179)

2- التعريف السيكولوجي:

- تعددت التعاريف للقلق ونذكر منها:

- القلق شعور غامض غير سار بالتوجس والخوف والتحفز والتوتر المصحوب عادة ببعض الاحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي والذي يأتي في نوبات تتكرر مع نفس الفرد. (غانم، 2020، ص 123)

- ويعرف باندورا Bandura القلق أنه حالة مترقبة من الخوف من احتمال وقوع حوادث مؤذية ويرجع ظهور القلق إلى حدوث متغيرات غير مرغوبة مع وجود استعداد نفسي لظهوره لدى الفرد نتيجة المفهوم السلبي للفرد لقدراته. (الخفاف، 2013، ص297)
- وتعرفه كارن هورني Karen Horney بأنه استجابة انفعالية للخطر يكون موجه إلى المكونات الأساسية للشخصية. (قريشي، 2015، ص17)
- كما يمكن تعريفه بأنه حالة توتر شاملة نتيجة توقع تهديد خطر فعلي أو رمزي قد يحدث ويصحبها خوف غامض وأعراض نفسية وجسدية. (عبد السلام، 2023، ص69)
- وتعرف الباحثة القلق انه استجابة انفعالية وشعور غير مريح بالخوف والتوتر لا يعرف سببه ويترك أثره النفسي والجسدي لدى الشخص.

أعراض القلق:

- يظهر القلق في عدة أعراض وهي كالتالي:
- 1- **الأعراض النفسية:** تكمن هذه الأعراض في عدم الاستقرار والشعور بانعدام الأمل والراحة النفسية، الحساسية المفرطة وسرعة الاستثارة، الخوف الشديد ولكنه لا يعلم مصدره، ضيق الاحساس الدائم بتوقع الهزيمة والعجز، الهياج والشك والتردد، الرغبة في الهروب من مواجهة المواقف. (مراهرة وتهتموني، 2019، ص283)
- 2- **الأعراض النفسو جسمية:** والتي يطلق عليها أحمد عكاشة الأمراض السيكوسوماتية وهي تلك الأمراض العضوية التي يسببها أو يلعب في نشأتها القلق النفسي دورا هاما، ومن أهم هذه الأعراض: ارتفاع ضغط الدم، الربو الشعبي، قرحة المعدة، التهاب القولون الفرجي القولون العصبي، الصداع النصفي، السمنة، فقدان الشهية العصبي، الأمراض الجلدية. (إسماعيل، 2004، ص136)
- 3- **الأعراض الجسمية:** تتمثل في: الرعشة وزيادة نبضات القلب، وكذا اتساع حدقة العين، ضيق التنفس، الاحساس بالاختناق وشحوب الوجه، الشد العضلي الضعف العام ونقص

الطاقة الحيوية والنشاط، الصداع المستمر، تصبب العرق، الغثيان، الدوران، جفاف الفم والحق. (يلهي، 2023، ص545)

4- الأعراف السلوكية: تتمثل هذه الأعراض في: الرغبة في جلب انتباه الآخرين، السلبية في التعامل مع الآخرين، القيام بأفعال متهورة، التدخين بشراسة، الاندفاع، الانطواء، سهولة التأثر سلبيا بالحوادث والابتلاءات. (العايب، 2016، ص228).

يمكن القول إن للقلق أعراض معقدة وصعبة تؤثر على صحة المريض النفسية والجسدية وحتى علاقاته وتعاملاته مع الآخرين وتعرقل نظام حياته.

الشكل (2): يمثل أعراض القلق

نفسية	جسمية	نفسوجسمية	سلوكية
استجابات	استجابات	أمراض	استجابات
انفعالية	فسيولوجية	سيكوماتية	سلوكية
سلبية			سلبية
سرعة الاستثارة	التعرق	قرحة المعدة	انطواء
التردد	غثيان	أمراض جلدية	اندفاع
الحساسية المفرطة	اختناق	ارتفاع الضغط	سلبية التعامل
الخوف الشديد	شد عضلي		

(من إعداد الطالبة).

النظريات المفسرة للقلق:

تعددت النظريات النفسية التي تناولت القلق وتفسير أسباب نشوءه كل نظرية وتوجهاتها ونذكرها فيما يلي:

1- نظرية التحليل النفسي:

تؤكد نظرية التحليل النفسي أن المحددات الرئيسية للقلق هي الصراعات الداخلية والدوافع اللاشعورية ويميز فرويد بين نوعين من القلق وهما القلق الموضوعي الذي يكون بسبب منطقي للمواقف المؤذية وبين أن القلق العصابي وهو رد فعل غير منطقي للخطر الحقيقي وقد بين فرويد أن القلق العصابي ينشأ من الصراعات اللاشعورية داخل الفرد وبين الدوافع الغير مسيطر عليها (الجنسية والعدوات) وبين الضوابط المفروضة عليه من قبل الأنا Ego والأنا الأعلى super ego وعندما تصبح هذه الغرائز قريبة من الوعي أو الشعور ينشأ القلق الذي يكون إشارة إلى الخطر. (حسين، 2013، ص30)

وقد اختلف الكثير من تلامذة فرويد والتابعين له أمثال أدلر، ومورثي ويونغ وغيرهم.

2- النظريات النفسية الاجتماعية:

- النظريات النفسية الاجتماعية ينطوي تحتها علماء النفس الذين انشقوا عن سيجموند فرويد وكانت لهم اختلافات في إرجاعه لسبب نشوء الاضطرابات للرغبات المكبوتة والجنس وإهماله لتأثير العوامل الاجتماعية. نذكر من هؤلاء أدلر، هورني، يونغ وسوليفان ...

1- أدلر:

تدور المنطلقات النظرية التي طرحها أدلر عن القلق بشأن فكرة الشعور بالنقص "Inferiority Complex" فهو يرى أن القلق ينشأ بسبب انعدام الأمن النفسي الذي يحدث كنتيجة لشعور الفرد بالنقص أيا كان نوعه جسميا أو معنويا، ويؤكد أدلر على أهمية العوامل الاجتماعية في تشكيل حياة الانسان ونموه النفسي، ويرى أن البحث عن أسباب القلق والاضطرابات النفسية وعلاجها يعتمد على فهم تلك العوامل ويرى أن الكفاح في سبيل

التفوق ضرورة للحياة نفسها وأن الانسان تحركه توقعاته للمستقبل أكثر مما تحركه خبراته الماضية. (الشمري، 2014، ص108)

2- كارن هورني Karen Horney:

ترى هورني أن القلق يرجع إلى ثلاثة عناصر وهي: الشعور بالعجب والشعور بالعداوة، والشعور بالعزلة، تنشأ عن الأسباب الآتية:

- انعدام الدفء العاطفي في الأسرة وشعور الطفل بأنه منبوذ ومحروم من الحب والعطف والحنان وأنه مخلوق ضعيف وسط عالم عدواني.

- أنواع المعاملة الوالدية التي يتلقاها الطفل تؤدي إلى نشوء القلق لديه فالسيطرة المباشرة أو غير المباشرة، وعدم العدالة بين الإخوة، وعدم احترام الطفل، والجو الأسري العدائي كلها عوامل توقظ مشاعر القلق النفسي.

- تؤدي البيئة وما تحويه من تعقيدات ومتناقضات، وما تشمل عليه من أنواع الحرمان والاحباط، فكل هذا يجعل الطفل يشعر بأنه يعيش في عالم من ناقض مليء بالغش والخداع والحسد والخيانة وأنه مخلوق لا حول له ولا قوة تجاه هذا العالم القوب العنيف الذي لا يرحم. (موسى، 1998، ص99).

3- كارل يونغ:

يعتقد أن القلق عبارة عن رد فعل يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى وخيالات غير معقولة صادرة عن اللاشعور الجمعي فالقلق هو خوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي غير المعقولة التي لا زالت باقية فيه من حياة الانسان البدائية ويعتقد أيضا أن الإنسان يهتم حياته على أسس معقولة منظمة وأن ظهور المادة غير المعقولة من اللاشعور الجمعي يعتبر تهديدا لوجوده. (شموري، 2017، ص44)

3-النظرية السلوكية:

يعد القلق من وجهة نظر المدرسة السلوكية سلوكا متعلما من البيئة التي يعيش في وسطها الفرد تحت شروط التدعيم الايجابي أو التدعيم السلبي، وهي وجهة نظر مخالفة

تماماً لوجهة نظر التحليل النفسي بها السلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية إنهم يفسرون القلق في ضوء الاشتراط الكلاسيكي وهو ارتباط منبه جديد بالمنبه الأصلي ويصبح هذا المثير الجديد قادراً على استدعاء الاستجابة الخاصة بالمنبه الأصلي.

فاستجابة القلق استجابة اشتراطية كلاسيكية تخضع لقوانين التعلم. ومع تكرار هذه الاستجابة يؤدي إلى تضمينها حسب الاستعداد الشخصي للفرد. (إسماعيل، 2017، ص70)

يرى ميلر أحد رواد المدرسة السلوكية بأن القلق نتاج لتوقع الألم وأن القلق والخوف فعلاّن متعلّمان مكتسبان، فالطفل يكتسب القلق من والديه، فهما اللذان يجلبان القلق لأبنائهما أو يبعدانه عنهما، والألم هو التدعيم بالنسبة للدافع الثانوي وهو الخوف والقلق، وكلما زادت الخبرات المرتبطة كلما زاد الخوف أو القلق. (الياصجين، 2024، ص69)

4- النظرية المعرفية:

- ترى النظرية المعرفية وفقاً لتوجهات آرون بيك 1985 وإمري 1987 وجيفري يونج وجوديث بيك 2007، أن المعارف والإدراكات والمعتقدات والأوكر السلبية هي السبب الأساسي في المعاناة من الاضطرابات الانفعالية والمزاجية، وطبقاً للنموذج المعرفي، فإن القلق ينشأ عن سلسلة من الأحكام المترامنة تدور حول خطورة موقف أو حدث ما، وظهور مجموعة من الأفكار الآلية السلبية التي تجعل الشخص يشعر بالخوف والتهديد الشديد ... ويرى بيك أن الأفكار المثيرة للقلق تأتي عبر واحد أو أكثر من أربعة أنواع عامة من التفكير الخاطئ كالتالية:

- 1- التفكير المأساوي: حيث يتنبأ الشخص القلق عندما يتوقع خطراً أو عندما يواجه مشكلة.
- 2- التفكير المبالغ فيه: حيث يرى الفرد أن أي خطأ بسيط أو نواقص تصبح فشلاً مطلقاً وأخطاء مميتة.
- 3- التفكير المفرط في التعميم: حيث تترجم أي تجربة صعبة إلى قانون عام متحكم في وجدان الفرد وتفكيره.

4- التفكير السلبي: حيث يتم التغاضي عن كل النجاحات الماضية والمصادر الشخصية ومواطن القوة. (أغا، 2003، ص36135)

5- النظرية البيولوجية:

ترى هذه النظرية أن أعراض القلق النفسي تنشأ من زيادة في نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي بنوعيه الودي (السمبثاوي) واللاودي (الباراسمبثاوي)، ومن ثم تزيد نسبة الأدرينالين والنوراديينالين في الدم، ومن علامات تنبيه الجهاز السمبثاوي أن يرتفع ضغط الدم، وتزيد ضربات القلب وتجلط العينان، ويتحرك السكر من الكبد وتزيد نسبته في الدم، مع شحوب في الجلد وزيادة العرق، وجفاف الحلق وأحياناً ترتجف الأطراف. أما ظواهر نشاط الجهاز اللاودي (الباراسمبثاوي) فأهمها كثرة التبول والإسهال ووقوف الشعر وزيادة الحركات المعوية مع اضطراب الهضم والشهية والنوم. (عكاشة، 2003، ص179).

6- النظرية الانسانية:

يرى أصحاب النظرية الانسانية أن القلق هو الخوف من المستقبل وما يحمله من أحداث قد تهدد وجود الإنسان، أو تهدد إنسانيته وليس ناشئاً عن ماضي الفرد، كما يرون أن الإنسان هو الكائن الوحيد الذي يدرك حتمية نهائية، وأنه معرض للموت في أي لحظة، ومن هذا، فإن توقع فجائية حدوث الموت هو المثير الأساسي للقلق عند الإنسان. (العنبي، 2016، ص24).

الجدول رقم (1) يلخص كل الأطر النظرية المفسرة للقلق:

النظرية	تفسير القلق
نظرية التحليل النفسي الكلاسيكية "فرويد"	منشأ القلق نفسي، ناتج عن صراعات داخلية ودوافع لاشعورية.
النظريات النفسية الاجتماعية (الفرويدون الجدد):	القلق يرجع للشعور بالنقص، بالعزلة، بالعجز، وبالعداوة تجاه المجتمع، وأساليب المعاملة الوالدية، وكذلك للمعتقدات والأدوار اللاشعورية الجمعية.
النظرية السلوكية:	القلق عبارة عن سلوكيات خاطئة مكتسبة من البيئة الاجتماعية عن طريق النمذجة والتقليد والتدعيم.
النظرية المعرفية:	منشأ القلق هو المعتقدات والأفكار والمخططات المعرفية الخاطئة والسلبية.
النظرية البيولوجية:	منشأ القلق هو زيادة نشاط الجهاز العصبي اللاإرادي (الودي واللاودي).
النظرية الإنسانية:	القلق يرجع إلى الخوف من المستقبل وما يحدث للإنسان من أحداث مهددة لوجوده وإنسانيته.

(من إعداد الطالبة).

الفصل الثاني: الإطار المنهجي للدراسة

- منهج الدراسة.
- الدراسة الاستطلاعية.
- أدوات الدراسة.
- عينة الدراسة الأساسية.
- الأساليب الإحصائية المستعملة.

تمهيد:

بعد عرض الفصل الأول الخاص بالإطار العام للدراسة سوف ننتقل إلى الفصل الثاني وهو الإطار المنهجي للدراسة الذي سنذكر فيه مختلف الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة الحالية من أجل إجراء الجانب التطبيقي والميداني، من حيث المنهج المستخدم، الدراسة الاستطلاعية، أدوات الدراسة والأساليب الإحصائية.

1. منهج الدراسة:

يعرف المنهج بأنه خطوات علمية منظمة تهدف إلى حل مشكلة أو معالجة أمر من الأمور وهو برنامج عمل في البحث العلمي وفي نقل الإطار النظري إلى التطبيق العملي. "(انصورة، 2015، ص 44).

وحسب طبيعة الموضوع والأهداف نختار المنهج المناسب، وفي دراستنا الحالية استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي لأننا وجدناه الأنسب لوصف الظواهر كما هي واقعياً، وكذا جمع مختلف البيانات الكمية وتحليلها وتفسير نتائجها تفسير علمي موضوعي وهو المنهج المناسب لدراستنا، التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين متغيرين رئيسيين وهما: التدفق النفسي والقلق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي، دون التدخل في هذه المتغيرات أو التحكم فيها.

2. الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في الدراسة الأساسية يقوم الباحث بالدراسة الاستطلاعية خاصة في الدراسات الميدانية.

والهدف من القيام بالدراسة الاستطلاعية هو التعرف على مكان إجراء الدراسة من أجل تطبيق أدوات الدراسة وكذلك التعرف على الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة (صدق وثبات) والتحقق من صلاحية الأدوات للتطبيق على أفراد العينة الكلية وكذلك التعرف على مجتمع الدراسة بدقة.

أُنجزت الدراسة الاستطلاعية ببعض مدارس ولاية المسيلة خلال شهر فيفري (من 01/02/2026 إلى 12/02/2026 حيث تم توزيع استبيانات المقاييس (التدفق النفسي والقلق النفسي) على العينة المتكونة من 25 أستاذ وأستاذة من الطور الابتدائي تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

3. أدوات الدراسة:

تمثلت أدوات الدراسة في:

1. مقياس القلق الصريح:

- وصف المقياس: هو مقياس تم بناؤه من طرف عالمة "جانيت تايلور"، وهو مشتق من اختبار "مينيسوتا" للشخصية متعدد الأوجه، ويطبق على الأشخاص البالغين من العمر من 18 سنة فما فوق.

طريقة التطبيق: يطبق بشكل فردي أو جماعي، وفي الدراسة الحالية تم تطبيقه بشكل جماعي.

طريقة التنقيط:

الجدول (2) يوضح تنقيط مقياس القلق:

لا	نعم	العبارات
0	1	-12-11-10-9-8-7-6-5-4-2-1 -20-19-18-17-16-11-14-13 -28-27-26-25-24-23-22-21 -36-35-34-33-32-31-30-29 -4-44-43-42-41-40-39-38-37 .49-48-47-46
1	0	-48-38-32-29-22-20-17-13-3 50

يوضح الجدول طريقة تنقيط مقياس القلق الصريح لـ "تايلور"، حيث تُعطى النقطة (1) للعبارات الإيجابية وهي:

(1، 2، 4، 5، 6، 7، 8، 9، 10، 11، 12، 14، 15، 16، 18، 19، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27، 28، 30، 31، 33، 34، 35، 36، 37، 39، 40، 41، 42، 43، 44، 45، 46، 47، 48، 49).

في حالة ما إذا أجاب المبحوث بـ (نعم) وتُعطى العلامة (0) في حالة الإجابة بـ (لا)، أما العبارات السلبية (03 - 13 - 17 - 20 - 22 - 29 - 32 - 38 - 48 - 50) فتُعطى العلامة (0) في حالة ما إذا أجاب المبحوث بـ (نعم) وتُعطى العلامة (1) في حالة ما إذا أجاب بـ (لا).

- طريقة التصحيح:

الجدول (3) يوضح تصحيح مقياس القلق:

قلق منخفض جدا	16-0
قلق منخفض	19-17
قلق متوسط	24-20
قلق فوق المتوسط	29-25
قلق مرتفع	50-30

يوضح الجدول تصحيح مقياس القلق، فإذا كان مجموع النقاط التي تحصل عليها المبحوث بين (0 - 16) فيعني ذلك أن لديه قلق منخفض جداً، أما إذا تحصل على نقاط تتراوح ما بين (17 - 19) فيعني أن لديه قلق منخفض، أما إذا تحصل على (20 - 24) فيعني هذا أن لديه قلق متوسط، أما إذا تحصل على (25 - 29) فيعني أن لديه قلق فوق المتوسط، أما إذا تحصل على العلامة ما بين (30 - 50) فيعني أن لديه قلق مرتفع.

2. مقياس التدفق النفسي:

وصف المقياس:

تم إعداد مقياس التدفق النفسي من قبل جاكسون ومارش عام 1996، ثم قاما بتعديله سنة 2006، وهو المقياس الأكثر استخداماً في دراسات التدفق النفسي، وقد تُرجم لأكثر من لغة من قبل.

ويتكون المقياس من 36 فقرة موزعة على 9 أبعاد أساسية وهي:

عدد الأبعاد	عدد العبارات
1	التوازن بين التحدي والمهارة 4 عبارات (1، 10، 19، 28)
2	الاندماج في الأداء 4 عبارات (2، 11، 20، 29)
3	أهداف شديدة الوضوح 4 عبارات (3، 12، 21، 30)
4	التغذية الراجعة الفورية 4 عبارات (4، 13، 22، 31)
5	التركيز التام على المهمة 4 عبارات (5، 14، 23، 32)
6	الإحساس بالسيطرة 4 عبارات (6، 15، 24، 33)
7	فقدان الوعي بالذات 4 عبارات (7، 16، 25، 34)
8	تبدل إيقاع الزمن 4 عبارات (8، 17، 26، 35)
9	الاستمتاع الذاتي 4 عبارات (9، 18، 27، 36)

كل الفقرات الـ 36 في الاتجاه الإيجابي يجب عليها المفحوص من خلال الاختيار بين أحد البدائل الخمسة: (يحدث دائماً، يحدث غالباً، يحدث أحياناً، يحدث نادراً، لا يحدث أبداً)، وتُعطى الدرجات (1، 2، 3، 4، 5) للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية.

-حساب الخصائص السيكومترية للمقياسين في الدراسة الحالية:

1-1- صدق الاتساق الداخلي بين درجة البند ودرجة المقياس:

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss-22) لحساب صدق الاتساق الداخلي،

وجاءت النتائج على النحو التالي:

بالنسبة للمقياس الأول: التدفق النفسي

الجدول (4) صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود المقياس والمقياس ككل

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	**0.544	10	**0.589	19	**0.600	28	**0.548
2	**0.343	11	**0.565	20	*0.479	29	**0.416
3	**0.468	12	**0.442	21	**0.487	30	**0.522

4	**0.429	13	**0.416	22	0.453	31	*0.566
5	**0.488	14	**0.453	23	**0.473	32	**0.446
6	**0.399	15	**0.450	24	**0.561	33	*0.470
7	0.052	16	**0.240	25	**0.459	34	0.08
8	0.161	17	**0.549	26	**0.442	35	0.164
9	**0.488	18	**0.461	27	**0.519	36	**0.573

المصدر: مخرجات جداول برنامج SPSS-22

يتبين من الجدول أعلاه أن جل معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، وتراوحت قيم الارتباطات بين (0.240-0.600) دالة احصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)، بينما جاءت البنود (22،8،7،34،35) غير دالة احصائياً وهي بنود يمكن الاستغناء عنها، إلا أن حجم العينة قد يكون له أثر ضعف الصدق الداخلي لهذه البنود ومع هذا فورد أغلبية البنود دالة، فهذا يؤشر على صدق الاتساق الداخلي للمقياس وتجانس البنود فيما بينها.

المقياس الثاني: القلق النفسي

الجدول (5) صدق الاتساق الداخلي بين درجات بنود المقياس والمقياس ككل

رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط	رقم البند	معامل الارتباط
1	*0.284	9	**0.481	17	0.04	25	*0.288
2	**0.503	10	*0.255	18	**0.638	26	*0.228
3	*0.266	11	**0.305	19	**0.471	27	**0.381
4	*0.137	12	0.025	20	**0.533	28	**0.410

0.314	29	0.312	21	*0.269	13	*0.236	5
*0.232	30	**0.546	22	*0.449	14	**0.364	6
0.303	31	**0.442	23	0.086	15	**0.494	7
0.146	32	*0.224	24	**0.436	16	*0.259	8
0.164	36	**0.331	35	**0.236	34	0.134	33
0.166	40	0.092	39	**0.328	38	**0.392	37
**0.436	44	0.140	43	0.061	42	**0.358	41
0.134	48	0.046	47	**0.436	46	0.140	45
				0.128	50	*0.227	49

المصدر: مخرجات جداول برنامج SPSS-22

يوضح الجدول أعلاه أن معاملات الارتباط بين درجة البنود ودرجة المقياس ككل توزعت ارتباطاتها بين بنود دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وعددها (20) بنوداً، وبنود أخرى دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05) وعددها (13) بنوداً، وجاءت بقية البنود غير دالة مع وجود بعض البنود قيم معاملات ارتباطها مقبولة غير أن البيانات الإحصائية أظهرت عدم دلالتها، وعلى العموم عادة ما يتسبب حجم العينة في ضعف معاملات الارتباط. وظهرت النتائج كذلك وجود بنود تتمتع بمعاملات ارتباط مرتفعة وهي البنود الغالبة في المقياس، مما يدل على قبول المقياس وتمتعه بشروط جيدة للتطبيق.

1-2- ثبات المقياس: يقصد بثبات المقياس، أنها تعطي نفس النتيجة لو تم إعادة توزيع الاستبيان أكثر من مرة، تحت نفس الظروف والشروط، أو بعبارة أخرى، أن ثبات الاستبيان، يعني الاستقرار في نتائج الاستبيان، وعدم تغييرها بشكل كبير، فيما لو تم إعادة توزيعها على أفراد العينة، عدة مرات، خلال فترات زمنية معينة، وقد تم التحقق من ثبات الاستبيانين، بحساب معامل ألفا كرونباخ كما هو موضح في الجدول التالي.

جدول رقم (6): قيمة معامل Cronbach's Alpha

متغير الدراسة	معامل ألفا كرونباخ
مقياس التدفق النفسي	0.85
مقياس القلق النفسي	0.70

المصدر: مخرجات spss-22

يوضح الجدول أعلاه ان معامل ألفا كرونباخ جاء مرتفعاً في كلا المقياسين، مقياس التدفق النفسي (0.86)، والقلق النفسي (0.76) مما يؤشر على جودة المقياسين وتوافقهما مع شروط الاختبارات الجيدة.

4. عينة الدراسة الأساسية:

1- **مجتمع الدراسة:** يقصد به كامل أفراد أو أحداث أو مشاهدات موضوع البحث أو الدراسة. (عبيدات وآخرون، 1999، ص 92).

مجتمع الدراسة الحالية: يتكون من أساتذة التعليم الابتدائي ببعض مدارس ولاية المسيلة، ويضم 105 أستاذ وأستاذة، أخذنا منه 25 أستاذ كعينة استطلاعية، وبقيت 80 أستاذ كعينة أساسية.

2- **العينة:** هي جزء من المجتمع أو عدد من الحالات التي تُؤخذ من المجتمع الأصلي وتجمع منها البيانات بقصد دراسة الكل عن طريق دراسة الجزء بشرط أن تكون العينة ممثلة للمجتمع المأخوذة منه. (غرابيبة، 2002، ص 25)

- **عينة الدراسة الأساسية:** بلغ حجم العينة 80 أستاذ وأستاذة تم اختيارهم بطريقة قصدية.

الجدول (7) يوضح توزيع أفراد العينة على المؤسسات ميدان الدراسة:

المؤسسة	عدد الذكور	عدد الإناث	المجموع
مدرسة بن خالد احمد	5	08	13
مدرسة اول نوفمبر	6	09	15
مدرسة بيدي شعبان	5	08	13
مدرسة بن شعبان الحاج	4	07	11
مدرسة لعشاش معيوف	5	03	8
مدرسة عقريب عبد الله	3	09	12
مدرسة لبوازدة لخضر	4	04	08
المجموع	32	48	80

5. الأساليب الإحصائية المستعملة:

- تم استخدام برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية بواسطة الحاسب الآلي من خلال برنامج Spss 22 حيث اعتمدنا على أساليب التحليل الإحصائية التالية:
- معامل بيرسون Pearson Correlation لحساب العلاقة الارتباطية بين المتغيرين.
 - معامل ألفا كرونباخ Cronbach's alpha لتحديد معامل الثبات للمقاييس.
 - المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمستوى التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي.
 - استخدام التباين الأحادي ANOVA لحساب الفروق تبعاً لمتغير الأقدمية.
 - استخدام (T.test) لحساب الفروق في التدفق النفسي، والفروق في القلق النفسي بين الذكور والإناث.

الفصل الثالث: عرض نتائج

الدراسة ومناقشتها

عرض نتائج الدراسة

مناقشة نتائج الدراسة

1- عرض نتائج الدراسة:

حساب اعتدالية التوزيع للمقياسين:

جدول رقم (8) اعتدالية التوزيع لمقياسي التدفق النفسي والقلق

البيانات الوصفية	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار كولموغوروف-سميرنوف	(Sig) الدلالة الإحصائية
التدفق النفسي	80	143.36	13.96	0.045	0.200
القلق النفسي	80	22.23	6.57	0.094	0.080

المصدر: مخرجات spss-22

أظهرت نتائج اختبار كولموغوروف-سميرنوف لعينة واحدة أن قيم الدلالة الإحصائية لكل من مقياس التدفق النفسي (0.200) ومقياس القلق بلغت (0.080)، وهي قيمتان أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي. وعليه، تم اعتماد الاختبارات الإحصائية البارامترية في معالجة فرضيات الدراسة.

الفرضية العامة:

الفرضية العامة التي نصت على ما يلي: توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

وللتحقق من صحة الفرضية تم استخدام معامل بيرسون لحساب العلاقة

جدول (9) معامل الارتباط بين متوسطي درجة التدفق النفسي والقلق النفسي

المتغيرات	المتوسط الحسابي	قيمة معامل الارتباط (r)	الدلالة الإحصائية (Sig)
التدفق النفسي	143.36	-0.046	0.683
القلق النفسي	22.22		

المصدر: مخرجات spss-22

أظهر الجدول (9) نتيجة معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة ارتباطية سالبة ضعيفة جدا بين التدفق والقلق النفسي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-0.046) عند مستوى دلالة (0.683)، وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى (0.05). وبناءً عليه، لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين لدى عينة الدراسة.

الفرضية الجزئية الأولى التي نصت على ما يلي: مستوى التدفق النفسي متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

وللتحقق من الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.

جدول (10) يوضح البيانات الوصفية لمقياس التدفق النفسي

البيانات الإحصائية	حجم العينة	أقل درجة	أعلى درجة	التكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري
مقياس التدفق النفسي	80	111	177	11469	143.36	13.96

بناءً على المعطيات الإحصائية المتوفرة في الجدول رقم (10)، تشير النتائج إلى تباين في تحقق الفرضية الجزئية للدراسة، حيث حققت العينة متوسطاً حسابياً قدره 143.6 بانحراف معياري 13.96 وبالنظر إلى المدى المحصور بين (111 و 177) وبمقارنة هذه النتيجة بقيمة متوسط الحساب الفرضي الذي يظهر نتيجة متساوية (108) وبالتالي هناك فرقاً واضحاً لصالح متوسط درجة العينة، وهذا ما يشير على أن مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى عينة الدراسة مما يخالف الفرضية التي نصت على أن مستوى التدفق النفسي لدى العينة متوسط.

الفرضية الجزئية الثانية التي نصت: مستوى القلق النفسي مرتفع لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

وللتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول (11) يوضح البيانات الوصفية لمقياس القلق النفسي

البيانات الإحصائية	حجم العينة	أقل درجة	أعلى درجة	التكرارات	المتوسط	الانحراف المعياري
مقياس القلق النفسي	80	9	50	1778	22.22	6.57

توضح المعطيات الإحصائية المتوفرة في الجدول رقم (11)، فقد اشارت النتائج المتحصل عليها في بيانات مقياس القلق النفسي، أن المتوسط الحسابي بلغ (22.22) بانحراف معياري قدره (6.57)، وهي قيمة تقع في النطاق المرصود بين (9 و 50)، وبمقارنة هذه النتيجة مع المتوسط الفرضي الذي يساوي (25) فإننا نلاحظ أن الفرق جاء لصالح المتوسط الفرضي بشكل طفيف وهذا يشير على أن

مستوى القلق عند عينة الدراسة جاء متوسطا عكس ما ذهبت إليه الفرضية التي نصت على أن مستوى القلق النفسي لدى العينة مرتفع.

الفرضية الجزئية الثالثة: التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام (T-test) لحساب الفروق في التدفق النفسي بين الذكور والإناث وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (12) حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس التدفق النفسي

المؤشرات الإحصائية	الجنس	الحجم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية Ddl	قيمة T-test	مستوى الدلالة Sig
النتائج	الإناث	48	142,50	14,34	78	-634	0.528
	الذكور	32	144,53	13,50			

أظهرت نتائج الجدول أعلاه اختبار Levene لتجانس التباين أن الفروق بين تباينات المجموعتين غير دالة إحصائياً ($F = 0.79$ Sig = 0.37)، مما يدل على تحقق شرط التجانس. وباعتماد على اختبار T لعينتين مستقلتين، تبين أن الفروق بين متوسطي الإناث (المجموعة 1) (142.50) والذكور (المجموعة 2) (144.53) غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.52) وهي قيمة أكبر من (0.05) مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في المتغير المدروس.

الفرضية الجزئية الرابعة التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام (T-test) لحساب الفروق في القلق النفسي بين الذكور والإناث وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (13) حساب الفروق لمتغير الجنس على مقياس القلق النفسي

المؤشرات الإحصائية	الجنس	الحجم	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية Ddl	قيمة T-test	مستوى الدلالة Sig
النتائج	الإناث	48	21,94	5,82	78	-477	636،
	الذكور	32	2266،	763.			

أظهرت نتائج اختبار Levene لتجانس التباين أن الفروق بين تباينات الذكور والإناث غير دالة إحصائياً $(F = 0.334)$ ، $Sig = 0.559$ ، مما يدل على تحقق شرط التجانس. وبالاعتماد على اختبار T لعينتين مستقلتين، تبين أن الفروق بين الإناث (المجموعة 1) والذكور (المجموعة 2) في مستوى القلق غير دالة إحصائياً $(t = -4.77)$ ، $Sig = 0.635$ ، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في القلق.

الفرضية الجزئية الخامسة التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية. للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام التباين الأحادي (ANOVA) لحساب الفروق في التدفق النفسي التي تعزى لمتغير الأقدمية وجاءت النتائج كما يلي:

جدل (14) حساب التباين الأحادي (ANOVA) للتدفق النفسي حسب متغير الأقدمية

البيانات	المتوسطات الحسابية	اختبار Levene	الدلالة الإحصائية Sig	درجة الحرية ddl	قيمة الفرق "ف" F	الدلالة الإحصائية Sig
المجموعة الأولى	141.55					
المجموعة الثانية	142.45					
المجموعة الثالثة	145.88					
		0.953	0.390	78	0.751	0.475

تشير نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) في الجدول أعلاه إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية.

فمن خلال المعطيات الوصفية، نجد تقارباً كبيراً في المتوسطات الحسابية بين الفئات الثلاث للأقدمية، حيث بلغت للفئة الأولى ما بين (5-10) سنوات 141.55، وللفئة الثانية (فوق 10) سنوات 142.45، وللفئة الثالثة (أقل من 5) سنوات 145.88 وقبل إجراء الاختبار، تم التأكد من تجانس التباين باستخدام اختبار " (Levene) " الذي بلغت قيمته الإحصائية 0.953 بمستوى دلالة 0.390، وهي قيمة أكبر من 0.05، مما يعني تحقق شرط التجانس. وبناءً على جدول تحليل التباين، بلغت قيمة "ف" (F) المحسوبة 0.751 بمستوى دلالة (Sig) قدره 0.475، وبما أن هذه القيمة أكبر من مستوى الدلالة المعتمد

0.05، فإننا نرفض الفرضية البديلة ونقبل الفرضية الصفرية، مما يؤكد أن مستوى التدفق النفسي يظل مستقرًا لدى الأساتذة بغض النظر عن عدد سنوات أقداميتهم في العمل؛ وبالتالي الفرضية لم تتحقق.

الفرضية الجزئية السادسة التي نصت على ما يلي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام التباين الأحادي (ANOVA) لحساب الفروق في القلق النفسي التي تعزى لمتغير الأقدمية وجاءت النتائج كما يلي:

جدل (15) حساب التباين الأحادي (ANOVA) للقلق النفسي حسب متغير الأقدمية

البيانات	المتوسطات الحسابية	اختبار Levene	الدلالة الإحصائية Sig	درجة الحرية ddl	قيمة الفرق "ف" F	الدلالة الإحصائية Sig
المجموعة الأولى المجموعة الثانية المجموعة الثالثة	20.79 21.40 22.00	0.942	0.394	77	1.967	0.147

بناءً على مخرجات برنامج SPSS-22 المرفقة، والمبينة في الجدول () إليك فقرة تحليل نتائج الفرضية الجزئية السادسة المتعلقة بمتغير القلق النفسي والأقدمية:

تشير نتائج تحليل التباين الأحادي (ANOVA) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية.

فمن خلال البيانات الوصفية، نلاحظ تقاربًا شديدًا في المتوسطات الحسابية للفئات الثلاث، حيث بلغت للفئة الأولى (ما بين 5-10) سنوات 20.79، والفئة الثانية (فوق 10) سنوات 21.40، والفئة الثالثة (أقل من 5) سنوات 22.00، وقد أظهر اختبار " (Levene) " لتجانس التباين قيمة قدرها 0.942 بمستوى دلالة بلغت 0.394 وهي قيمة أكبر من 0.05، مما يؤكد تحقق شرط التجانس وصلاحيّة استخدام الاختبار، وبفحص جدول تحليل التباين، تبين أن قيمة "ف" (F) "المحسوبة بلغت 1.967 بمستوى دلالة (Sig) قدره 0.147، وهي قيمة أكبر بكثير من مستوى الدلالة المعتمد 0.05. بناءً على ذلك، يتم رفض الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق وقبول الفرضية الصفرية، مما يعني أن مستوى القلق النفسي لدى الأساتذة لا يتأثر بزيادة أو نقصان سنوات الأقدمية المهنية، وبالتالي فإن الفرضية لم تتحقق.

2-مناقشة نتائج الدراسة:

مناقشة الفرضية العامة:

التي نصت: توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والقلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

وأظهرت المعالجة الإحصائية أنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين ويمكن ان يرجع هذا إلى طبيعة مهنة التعليم الابتدائي حيث يواجه الأستاذ تحديات ومستجدات تربوية وتعليمات باستمرار، مما يدفعه الى تطوير مهارات جديدة عن طريق الاحتكاك بأساتذة آخرين وتلقي تكوينات و توظيف وسائل التكنولوجيا الحديثة في العملية التعليمية التعليمية، فيجد نفسه منغمسا انغماس تام وتركيز عالي وخاصة اذا كان هناك تفاعل إيجابي من طرف المتعلمين، ومع مرور السنوات يطور الأساتذة استراتيجيات تكيفية تسهم في تخفيف الضغوط أثناء العمل مما يجعل التدفق النفسي يستمر رغم وجود القلق، فحسب ميهالي التدفق النفسي حالة من الاندماج الكامل في النشاط يشعر فيه الفرد بالتركيز والمتعة وفقدان الإحساس بالوقت أثناء أداء العمل، خاصة عندما يكون هناك توازن بين مهارات الفرد والتحديات التي يواجهها. فالتركيز العميق، التغذية الراجعة الفورية تعطي الأستاذ مؤشر فوري حول أدائه ومستواه مما يساعده في تعديل السلوك، وليس حتميا غياب القلق بشكل كامل، فيحقق بذلك الأستاذ التجربة المثلى التي تنطوي تحتها المصاحبات النفسية التي تشمل النشوة والابتهاج والاحساس بالجدارة والقيمة الشخصية.

وقد يمكن تفسير عدم الارتباط لتحسن واستقرار ظروف الأساتذة في التعليم الابتدائي مقارنة بأعوام سابقة من حيث تخفيف بعض المواد، ادخال اللغة الانجليزية ومادة الرياضة ونظام التصنيفات المهنية، ادخال منصب مشرف تربوي الذي خفف عن الاستاذ عبئ مرافقة التلاميذ للمطعم وحراستهم في الساحة، كل هذه التغيرات خففت القلق وأثره على أداء المهام فأصبح بذلك القلق دافعا للعمل وليس عائقا.

وتتفق الدراسة الحالية مع دراسة العروم وحيدر (2022)، التي توصلت الى عدم وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا. بين التدفق النفسي والصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة ودراسة سالم وعمورية (2004) التي أظهرت نتائجها عدم وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين التدفق النفسي والكفاءة الذاتية الودي أساتذة الطور الابتدائي، وفي دراسة مستقي (2024) تم كذلك التوصل إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق والصمود النفسي حيث ولم تتفق الدراسة الحالية مع دراسة طايبي و سميان (2024) حيث أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والضغط النفسي، وكذلك اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة العنزي (2021) توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي والرضا الوظيفي.

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الأولى:

تنص هذه الفرضية: مستوى التدفق النفسي متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي. أظهرت النتائج التي تم التوصل إليها من خلال المعالجة الإحصائية أن مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى أفراد العينة وهذا ما خالف الفرضية، ويمكن تفسير ذلك أن أساتذة التعليم الابتدائي يؤدون مهمتهم التدريسية بكل نشاط وينغمسون ويركزون في العمل، ويستمتعون حيث يبدعون في تقديم الدروس بالاستعانة بمختلف المعينات والوسائل التعليمية المسموعة والمرئية مما يكسر حاجز الملل بين التلميذ والدرس ويسهل إيصال المعلومة، وحتى البيئة المهنية تحسنت مقارنة بسنوات سابقة من ناحية الحوافز والترقيات وقرب مكان العمل ووجود مرافق ووقوف الأولياء مع أبنائهم ومتابعة دراستهم بالدروس الخصوصية ساعد الأستاذ على العمل بجهد وحماس، فالتدفق النفسي يصل به إلى الاستمتاع الذاتي. فيقوم بمهامه وأنشطته دون انتظار مكافأة أو فائدة، يستطيع أن يسيطر على ما يفعله، وتتناغم استجاباته مع متطلبات العمل المتغيرة وبالتالي يخفف القلق والملل.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة لطفان (2018)، التي أظهرت أن المعلمات لديهم تدفق نفسي مرتفع، ونفس الشيء مع دراسة يومهراس ومعاش (2025)، وجدا الباحثان أن مستوى التدفق مرتفع لدى أساتذة التعليم الابتدائي. كما اتفقت جزئياً مع دراسة كلودات (2025) حيث أظهرت نتائجها أن المهندسين لديهم تدفق نفسي مرتفع يمكنهم من تحسين أداءهم.

وتجدر الإشارة أيضاً، أن الدراسة اختلفت مع بعض الدراسات السابقة كدراسة مسقي (2024) ودراسة طابي وسميان (2024)، حيث أظهرت نتائجها أن التدفق النفسي منخفض.

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثانية:

التي مفادها مستوى القلق النفسي مرتفع لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي، دلت نتائج الجدول رقم أن مستوى القلق متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي عكس ما جاء في الفرضية، ويمكن تفسير هذه النتيجة، إلى التغيرات التي طرأت على قطاع التعليم في الجزائر من اصلاحات للمناهج والبرامج الدراسية، وتخفيف بعض المواد وكذلك استحداث رتب جديدة لتحسين التصنيف المهني اعادة النظر في نظام الأجور وتثمين الخبرة، وإدخال تدريس اللغة الانجليزية ما خفف الضغط على أستاذ اللغة العربية وأيضاً إدخال النشاطات الرياضية ما خفف الملل والقلق لدى التلاميذ وهذا انعكس بالإيجاب على الأستاذ كما أن تخليصه من بعض المهام الروتينية كإدخال التلاميذ ومرافقتهم داخل الساحة والمطعم وتوكيل هذه المهام إلى المشرف التربوي كان شي ايجابي له، وكل هذه العوامل السابقة الذكر، جعلت الأستاذ يركز على أداء مهامه التدريسية بحزم وإرادة مما زاد مستوى التدفق النفسي لديه وبالتالي خفض مستوى القلق. كذلك مع مرور الزمن يكتسب الأستاذ ميكانيزمات دفاعية، طرق تكتيفية معرفية، درجة من التوافق النفسي وإدراك قيمة المهنة ورسالتها.

كما يمكن تفسير مستوى القلق المتوسط لطبيعة وخصوصية بيئة العمل المستقرة من ناحية بعد السكن والمواصلات، فلو أننا طبقنا في مناطق أخرى نائية أين يعاني الاستاذ من

صعوبات في المواصلات ونقص الوسائل لكانت النتائج عكس نتيجة الفرضية، وكان هناك قلق مرتفع.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة أسر سيولي وفهيد 2014، التي أظهرت نتائجها أن القلق لدى المعلمين المبتدئين وذو الخبرة المتوسطة، تختلف نتيجة الفرضية الجزئية الثانية للدراسة الحالية مع نتيجة دراسة عقون 2018، التي تنص على أن معظم المعلمين يعانون من قلق مرتفع.

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

تبين من خلال الجدول رقم (12) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة إلى تشابه الظروف التربوية أو الاجتماعية التي يعيشها أفراد العينة أو إلى الخبرات التعليمية بين الذكور والإناث فالأساتذة يخضعون إلى تكوينات وتدريبات في إطار بيداغوجي إناثا أو ذكورا مما يكسبهم مهارات واستراتيجيات للتحكم وتسيير القسم، لديهم نفس الطاقة والرغبة في العمل وبذل مجهودات لإيصال المعلومة والمعارف. والتحضير والتخطيط لنجاح الدرس والاستمتاع بمختلف الأنشطة التي يقومون بها خاصة التي تكون ديناميكية جماعية داخل القسم، فالتدفق النفسي لا يتأثر بالجنس أنثى أو ذكر بل يتوقف على الاستغراق والاندماج والانغماس الكلي في الأنشطة والأعمال والخاصة المحبة، فالتدفق خبرة ذهنية ذاتية يعيشها الأستاذ من خلال التفاعلات داخل الصف مع التلاميذ ومع ابداعاته في الأنشطة وليس متعلقا بالجنس ومهنة التعليم توحد الأدوار والمسؤوليات بين الجنسين لذلك هناك تقارب في التدفق.

وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة سالم وعمورية (2024) التي أظهرت أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس.

كما أن دراسة العنزي (2021) تتفق هي الأخرى مع الدراسة الحالية فنتائج الدراسة أسفرت بأنه لا وجود لفروق بين الذكور والإناث في التدفق النفسي لدى المعلمين. ومن الدراسات المخالفة للدراسة الحالية: دراسة بو مھراس ومعاش (2025) التي توصلت إلى أنه توجد فروق جوهرية في مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس، وكذلك في دراسة سانجا ما سايا Sanjamsai و فوكاويو hunkao (2018) جاءت النتائج معبرة على وجود فروق في التدفق النفسي بين الجنسين لصالح الذكور، حيث الذكور يعيشون حالة التدفق أكثر من الإناث حيث يقضون وقت أطول في لعب الألعاب الحاسوبية مقارنة بالإناث.

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الرابعة:

التي مفادها أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الجنس.

وقد أظهر نتائج الجدول رقم (13) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق بين الجنسين، وتفسر الباحثة ذلك يمكن أن يرجع لشابه الظروف الدراسية والضغط أن النفسية بين الجنسين، ف كلا الجنسين تواجه مشكلات سلوكية ونفسية داخل الفصل الدراسي وأعباء مهام بيداغوجية من تحضير الدروس تبسيط الشرح تبعا للفروقات الفردية للمتعلمين، اعداد الوثائق وغيرها، زد على ذلك الضغط الممارس من الأولياء ومن الإدارة والمفتشين وكل هذه الضغوط تؤثر على الأستاذ والأساتذة على حد سواء، وما يفسر هذا لنا الشكاوي المستمرة من كلا الجنسين عن ما يعانونه من قلق بسبب ثقل المسؤولية التي يحملونها على عاتقهم والصعوبات.

ولقد جاءت الدراسة الحالية متفقة مع معظم الدراسات السابقة المتغير القلق تذكر منها دراسة الحيوثي (2024)، حيث كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين في الأمن النفسي لصالح الذكور أم في متغير القلق النفسي لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس.

وفي دراسة شتيوي (2019) كان هناك فروق في مستوى الرضا النفسي بين الجنسين إلا أنه لم توجد فروق في مستوى القلق النفسي بين الجنسين كما جاء كذلك في دراسة ربيعي (2023) فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق تعزى لمتغير الأقدمية ولا وجود الفروق تعزى لمتغير الجنس.

وأظهرت نتائج دراسة شموري (2017) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق المهني ومستوى القلق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وفي دراسة أورتينكا Orten ca وبونا Bunal (2026) أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي والقلق النفسي تعزى لمتغير الجنس

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية الخامسة

التي نصت على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفس تعزى لمتغير الأقدمية.

تشير نتائج الجدول رقم (14) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الأقدمية، ويمكن تفسير ذلك أن الاساتذة في الطور الابتدائي سواء كانوا ذو خبرة طويلة أو قصيرة يمارسون نفس الأنشطة والمهام التدريسية، والتعاملات مع المشكلات السلوكية للتلاميذ ومختلف انشغالات الأولياء، كما أن تطور التكنولوجيا في وسائل التدريس باستخدام جهاز العرض "الدتاشو" في شرح الدروس وحسن التمكن من هذه الوسائل من طرف الأساتذة الجدد وعدم تمكن بعض الأساتذة القدامى جعل الأستاذ المبتدئ يضاهي الأستاذ القديم ذو الخبرة وفي بعض الأحيان حتى يتفوق عليه ويبدع وتجده منغمسا ومبتهجا فيما يقوم به، لذلك فكلا الطرفين يعيش حالة التدفق النفسي بطريقته ذو الخبرة يدخل في حالة التدفق بقدرته المهاراتية في التحكم والسيطرة على المواقف وكل ما تتطلبه فخبرته في التدفق قائمة على وضوح الأهداف والمرونة

والأستاذ المبتدئ أو الأقل خبرة يعيش التدفق النفسي بالدافعية للعمل والأداء الجيد تجعله يركز وينغمس في النشاط متناسيا ذاته والزمن ويصاحب هذا الانغماس مشاعر ايجابية من انشراح وخبرات سارة.

وعليه فالتدفق النفسي لا يتأثر بشكل مباشر بالخبرة المهنية، بل ربما يرتبط بعوامل شخصية كالدافعية والعوامل الخاصة ببيئة العمل كالدم والتحفيزات للأساتذة التي قد تساهم في رفع التركيز والانغماس في المهام.

وقد اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة العروم و جيدر (2002) حيث أظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوى التدفق النفسي بين معلمي التربية الخاصة تبعا للأقدمية في العمل. وفي دراسة مسقي (2024) خلصت نتائج الدراسة إلى أنه لا توجد فروق توجد فرو في التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية وأسفرت نتائج دراسة كل من مهراش ومعاش (2025) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الخبرة.

أما الدراسة التي اختلفت مع الدراسة الحالية فهي دراسة العنزي (2011) حيث أظهرت النتائج أنه يوجد فروق في التدفق النفسي تعزى لمتغير الخبرة لدى المعلمين.

مناقشة وتفسير الفرضية الجزئية السادسة:

التي تنص: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية.

حسب التحليلات الاحصائية تشير النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير الأقدمية.

ويرجع هذا إلى الظروف المهنية والضغوط والصعوبات المشتركة بين كل الأساتذة القديم أو المبتدئ، كما أن القلق قد يكون له علاقة بعوامل شخصية واجتماعية أكثر من تأثير الأقدمية، فقد تفوق بعض الضغوط أحيانا قدرتهم ولا يفلحون في السيطرة عليها مهما

وصلت أقدميتهم في التعليم وكما أن التعديلات التي طرأت على قطاع التعليم فرضت على الاستاذ المبتدئ وذو الخبرة البحث عن مكاميزمات دفاعية ضد القلق ومواكبة الجديد.

اتفقت الدراسة الحالية مع ثلاث دراسات دراسة شموري (2017) التي أظهرت نتائجها أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كلا المتغيرين سواءا التوافق المهني أو القلق النفسي لدى المعلمين والمعلمات تعزى لمتغير الأقدمية.

- دراسة عقون (2018) التي اختلف فيها متغير الضغط المهني بين أفراد العينة تبعا لمتغيري (المستوى التعليم والتخصص)، أما القلق لم يختلف بين أفراد العينة في كل المتغيرات (المستوى التعليمي والتخصص والأقدمية المعنية).

- دراسة ربيعي (2023) هي الأخرى أظهرت نتائجها إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تعزى لمتغير الأقدمية.

- استنتاج عام:

نستنتج من خلال دراستنا لموضوع التدفق النفسي وعلاقته بمستوى القلق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي تبعا لمتغيرات الجنس والاقدمية، ومن خلال تطبيق مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش ومقياس القلق النفسي لتايلور على عينة قوامها 80 أستاذ وأستاذة في بعض مدارس المسيلة وبناء على نتائج المتحصل عليها نرى انه:

_ لا توجد علاقة ارتباطيه بين التدفق النفسي ومستوى القلق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

- مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

- مستوى القلق النفسي متوسط لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تدفق النفسي تغرى لمتغير الجنس والاقدمية لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق النفسي تغرى لمتغير الجنس والاقدمية لدى عينة الدراسة.

الخاتمة

خاتمة:

يعتبر التدفق النفسي من المتغيرات الايجابية في علم النفس، وقد حاولنا في دراستنا البحث في علاقة التدفق النفسي بمستوى القلق النفسي ومعرفة الفروق الإحصائية لدى أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغيرات (الجنس والاقدمية)، وقد توصلت النتائج إلى عدم وجود علاقة وعدم وجود فروق تبعا للجنس والاقدمية، وقد تبين أن التدفق النفسي مرتفع ومستوى القلق متوسط لدى أفراد العينة عكس ما دلت عليه فرضيات الدراسة.

وتفتح الدراسة الحالية مستقبلا مجال للبحث الواسع والمعمق حول موضوع التدفق النفسي وعلاقته بالقلق النفسي وربطه بمتغيرات أخرى والتركيز أكثر على اليات تعزيز التدفق النفسي لدى الأساتذة.

- مقترحات الدراسة:

انطلاقا من نتائج الدراسة الحالية نقدم المقترحات التالية:

- تصميم برامج إرشادية لرفع مستوى التدفق النفسي أكثر لدى أساتذة التعليم الابتدائي من اجل التمتع بصحة نفسية وخفض مستوى القلق.

_ القيام بمزيد من الدراسات لمتغير التدفق النفسي وارتباطه بمتغيرات أخرى لدى أساتذة التعليم الابتدائي.

_ إعادة النظر في البرامج والمناهج التربوية في التعليم الابتدائي والحجم الساعي لتخفيف مستوى القلق النفسي لدى الأساتذة.

_ توسيع نطاق البحث أو الدراسة لموضوع التدفق النفسي وعلاقته بمستوى القلق النفسي على عدد كبير من المؤسسات التربوية.

_ توجيه الأساتذة إلى الاهتمام بالتدفق النفسي كخبرة نفسية ايجابية يمكن استغلالها في

العملية التعليمية عن طريق تهيئة الظروف البيئية التي تساعد على خلق حالة التدفق النفسي وبالتالي رفع الأداء وتحسين مردود المتعلمين.

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

- ابن منظور، محمد بن مكرم. (1955). لسان العرب. ط 1. لبنان: دار صادر للنشر.
- _ أبو حلاوة، محمد السعيد، عبد الجواد، (2013)، حالة التدفق المفهوم والإبعاد والقياس، ط1، مصر: إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.
- _ أبو فاخرة، ياسين جميل، (2021). القلق وعلاقته بالطموح لدى طلاب المرحلة الثانوية، مجلة الدراسات التربوية واجتماعية، المجلد 27، العدد (2)، 240_274.
- _ أبو نصار، محمد وعبيدات، محمد ومبويضين، عقلة، (1999). منهجية البحث العلمي: القواعد والمراحل والتطبيقات. ط1، مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
- _ إسماعيل، أكرم محمد طلعت. (2017). الاضطرابات الانفعالية في ضوء المتغيرات المعاصرة. ط1، مصر: دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع.
- _ إسماعيل، بشرى، (2004)، ضغوط الحياة والاضطرابات النفسية، ط1، مصر، مكتبة الانجلو المصرية.
- _ الأسود، مهيبة، والأسود، الزهرة، (2020)، التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة. مجلة العلوم النفسية والتربوية. المجلد 6. العدد (1). 55-69.
- _ أغا، أسراء إبراهيم. (2024). التعافي من صدمة الطلاق. ط1، مصر: مؤسسة الكاتب العربي للنشر والتوزيع.
- _ الصورة، نجاه. (2015). أساسيات وأصول علم النفس، ط1، مصر: كنوز للنشر والتوزيع.
- _ بلهي، حسينة. (2023). أعراض القلق الناتج عن الضغوط النفسية لدى عمال الشبه الطبي: دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الاستشفائية بعين الباردة_ عنابة. مجلة العلوم الإنسانية. المجلد 34_ العدد (41). 537_552.

- _ بلي، سمية والتونسي، نور الهدى. (2025). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة غرداية: دراسة ميدانية في جامعة غرداية. مذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي.
- _ بومهراس، الزهرة ومعاش، الطيب. (2025). التدفق النفسي لدى اساتذة التعليم الابتدائي في ضوء بعض المتغيرات: دراسة ميدانية ببلدية متليلي ولاية غرداية. مجلة الانسان والمجال، المجلد 11، العدد (2)، 749_773.
- _ جلاب، مصباح، (2020). درجة التأثير ضغوط التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات: دراسة ميدانية بمدارس المسيلة. مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية، جامعة الشهيد حمة لخضر، الوادي، المجلد 8، العدد (1)، 23_39.
- _ الحبوني، ابو بكر فضل الامين. (2024)، الامن النفسي وعلاقته بالقلق لدى طلاب جامعة طبرق. مجلة القرطاس. المجلد 04، العدد (25)، 51_70.
- _ حسين، حسين فالح. (2013). علم النفس المرضي والعلاج النفسي، ط1، الاردن: مركز ديبونو لتعليم التفكير.
- _ حنكة، جهينة وبوغزالة امحمد، خلود، (2022)، التدفق النفسي وعلاقته بالكفاءة المهنية لمدراء الثانويات بولاية الوادي. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرسي بجامعة حمة لخضر _ الوادي.
- _ الخفاف، ايمان عباس، (2013)، الذكاء الانفعالي: تعلم كيف تفكر انفعاليا. ط1، الاردن: دار المناهج للنشر والتوزيع.
- _ ربيعي، شيماء. (2023). نمط الشخصية وعلاقته باستجابة القلق لدى عينة من اساتذة التعليم الابتدائي: دراسة ميدانية بمؤسسة تربوية في مدينة الجلفة. مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي.
- _ ركيبتي، روان وشلح، عائشة. (2024). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى تلاميذ السنة الاولى ثانوي. مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة التربية، تخصص ارشاد وتوجيه.

- _ سالم، رميصاء وعمورية، امال. (2024). التدفق النفسي وعلاقته بالكفاءة الذاتية في التدريس لدى أساتذة الطور الابتدائي: دراسة ميدانية بالمقاطعة التفتيشية (3). مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي في شعبة علم النفس لتخصص علم نفس المدرسي، جامعة الشهيد حمة لخضر_ الوادي.
- _ سواعدية، ياسمين وصواش، خلود. (2023). مستوى التدفق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل: دراسة ميدانية ببعض المؤسسات الاستشفائية بالمسيلة. مذكرة لنيل شهادة ماستر علم النفس العيادي بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- _ شتيوي، ثابت عارف. (2019). مستوى القلق وعلاقته بالرضا النفسي لدى طلبة المعلمين في تخصص التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية، مجلد 36، العدد (10).
- _ الشمري، بشرى. (2014). موضوعات في علم النفس. ط1، مصر: كنوز للنشر والتوزيع.
- شموري، كميليا. (2017). القلق وعلاقته بالتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية: دراسة ميدانية ببعض ابتدائيات ببلدية مقرة بالمسيلة. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.
- _ طايبي، مريم وسميان، لمياء، (2024)، التدفق النفسي وعلاقته بالضغط النفسية لدى اساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية، مجلة الدراسات الانسانية والاجتماعية، جامعة وهران 2. المجلد 13. العدد (2). 393_404.
- _ العايب، كلثوم. (2021)، تاثير قلق المستقبل على توجهات الدافعية لدى الطلبة المقبلين على التخرج بجامعة الجزائر 2. مجلة دراسات نفسية. المجلد 12. العدد (1). 210_224.
- _ عبد السلام، مصطفى، (2023)، نظرية التعلق، ط1، الاردن: اليازوري العلمية للنشر والتوزيع.
- _ العتيبي، رحاب، (2016) ، المعالج الشخصي، ط1، لندن: دار الكتب للنشر.

- عرعار، سامية ودعماش، خديجة ومباركي، خديجة. (2016). خبرة التدفق النفسي المفاهيم والابعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السلوكية الإيجابية الابداع والسعادة نموذجاً. مجلة تطوير العلوم الاجتماعية. المجلد الأول، العدد (15). 101-117.
- _ العروم، اسماء وجحيدر، رميصاء، (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى معلمي التربية الخاصة: دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بولاية الوادي. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص ارشاد وتوجيه.
- _ عقون اسيا، (2018)، الضغط المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة، دراسة ميدانية بمراكز التربية الخاصة بولاية سطيف، مجلة العلوم الانسانية، جامعة ام البواقي.
- _ عكاشة، احمد، (2003). الطب النفسي المعاصر. ط17، مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
- _ الغنزي، عويد سلطان المشعان، (2021)، التدفق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى المعلمين في دولة الكويت، المجلة السعودية للعلوم النفسية. المجلد 2021. العدد (2). 185_205.
- _ غرايبي، فوزي، (2002). اساليب البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والانسانية. ط2. الاردن: دار وائل للطباعة والنشر والتوزيع.
- _ غانم، محمد حسن. (2015). الدليل المختصر في الاضطرابات السلوكية والاضطرابات النفسية. تاصيل نظري ودراسة ميدانية، ط1، مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
- _ غانم، محمد حسن، (2015). الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية، ط2، مصر: مكتبة الانجلو المصرية.
- _ قريشي، محمد. (2015). القلق النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات: دراسة ميدانية على طلبة جامعة ورقلة. رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه العلوم في علم النفس المدرسي بجامعة قاصدي مرباح_ ورقلة.
- _ كطفان، منتظر سليمان. (2018). التدفق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال. مجلة كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة ذي قار. المجلد8، العدد121_152.

_ مسقي، فرحة ناس. (2024). التدفق النفسي علاقته بالصمود النفسي لدى اساتذة التعليم الابتدائي بولاية غرداية. مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس العيادي.

_ مفضل، حمدي ابو المجد. (2022). علم النفس الرياضي. مدخل الى العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية في المجال الرياضي. ط1. مصر. دار ماستر للنشر.

_ موسى، رشاد، (1998)، دراسات في علم النفس المرضي، ط 2، مصر: مؤسسة المختار للنشر والتوزيع.

-الموسوي، عبد العزيز حيدر وشطب، انس اسود. (2016). التدفق النفسي على وفق التفكير الإيجابي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية، جامعة الكوفة، العراق. المجلد 10، العدد 18. 51-92.

_ الننتشة، نيرمين حجازي. (2021)، التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل، رسالة لنيل درجة الماجستير في الارشاد النفسي والتربوي بجامعة الخليل.

_ الياصحين، فرحان، (2024)، دراسات في نظريات علم نفس النمو والتعلم، ط1. الاردن: الجنان للنشر والتوزيع.

-اليعقوبي، رقية محمد. (2022). التدفق لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة بني وليد للعلوم الإنسانية والتطبيقية. المجلد 6، العدد (25). 175-192

المراجع الأجنبية:

- Aslrasouli، Mohammad & Vahid، Mohammad Sadegh. (2014). An Investigation of Teaching Anxiety among Novice and Experienced Iranian EFL Teachers Across Gender. Procedia - Social and Behavioral Sciences، 98، 304-313.
- Csikszentmihalyi، Mihaly. (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience. New York, NY: Harper & Row.
- Gruding، Claudette Auverny. (2015). An exploration of psychological flow amongst engineers. (Master's thesis)، University of Johannesburg Repository.

- Joo, Young Ju & Oh, Unjung & Kim, Su Mi. (2015). Motivation, Instructional Design, Flow, and Academic Achievement at a Korean Online University: A Structural Equation Modeling Study. Journal of Computing in Higher Education, Volume 27 Issue 01, 28–46.
 - Korthenja, Ortenca &Ukperaj, Burna. (2026). Anxiety and Burnout among Teachers in Digitalized Education: A Cross-Sectional Study. International Journal of Management and Human Sciences, Vol 10, No 1.
 - Novak,Thomas & Hoffman,Donna. (1997). Measuring the flow experience among web users.Vanderbilt University
 - Supat ,Sanjamasai &Darunee,Phukao .(2018).Flow experience in computer game playing among Thai university students:Kasetsart Journal of Social Sciences.Vol 39, No (2).175–182.

الملاحق

Test Kolmogorov-Smirnov pour un échantillon

		النفسي التدفق مج	النفسي القلق مج
N		80	80
Paramètres normaux ^{a,b}	Moyenne	143,36	22,23
	Ecart type	13,959	6,572
Différences les plus extremes	Absolue	,045	,094
	Positif	,045	,094
	Négatif	-,043	-,051
Statistiques de test		,045	,094
Sig. asymptotique (bilatérale)		,200 ^{c,d}	,080 ^c

- a. La distribution du test est Normale.
b. Calculée à partir des données.
c. Correction de signification de Lilliefors.
d. Il s'agit de la borne inférieure de la vraie signification.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,859	36

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,758	50

Corrélations

		النفسي التدفق مج	النفسي القلق مج
النفسي التدفق مج	Corrélation de Pearson	1	-,046
	Sig. (bilatérale)		,683
	N	80	80
النفسي القلق مج	Corrélation de Pearson	-,046	1
	Sig. (bilatérale)	,683	
	N	80	80

الفلق_مج	Hypothèse de									
جنس_	variances	.344	.559	-.477	78	.635	-.719	1.507	-3.719	2.282
	égales									
	Hypothèse de									
	variances			-.452	54.379	.653	-.719	1.590	-3.906	2.468
	inégales									

ملحق 6

Descriptives

الاقدمية التدفق مج

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
1	29	141.55	12.855	2.387	136.66	146.44	118	170
2	22	142.45	12.913	2.753	136.73	148.18	118	168
3	29	145.86	15.779	2.930	139.86	151.86	111	177
Total	80	143.36	13.959	1.561	140.26	146.47	111	177

Test d'homogénéité des variances

الاقدمية التدفق مج

Statistique de Levene	ddl1	ddl2	Sig.
.953	2	77	.390

ANOVA

الاقدمية التدفق مج

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	294.412	2	147.206	.751	.475
Intragruppes	15100.075	77	196.105		
Total	15394.487	79			

ملحق 7

Descriptives

الاقدمية الفلق مج

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		

1	29	20.79	5.287	.982	18.78	22.80	11	37
2	22	24.41	7.823	1.668	20.94	27.88	9	50
3	29	22.00	6.486	1.204	19.53	24.47	9	33
Total	80	22.23	6.572	.735	20.76	23.69	9	50

Test d'homogénéité des variances

الاقدمية القلق مح

Statistique de Levene	ddl1	ddl2	Sig.
.942	2	77	.394

ANOVA

الاقدمية القلق مح

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergruppes	165.873	2	82.937	1.967	.147
Intragruppes	3246.077	77	42.157		
Total	3411.950	79			

الملحق 8: مقياس القلق الصريح لتايلور

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العيادي

البيانات الأساسية:

السن: الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐
 الحالة الاجتماعية: عازب (ة) ☐ متزوج (ة) ☐
 الحالة الاقتصادية: جيدة ☐ متوسطة ☐ ضعيفة ☐

الاقدمية في الوظيفة: اقل من 5 سنوات ☐ من 5 سنوات الى 10 سنوات ☐ من 10 سنوات فما فوق ☒

في إطار استكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي
 استاذي الفاضل، أستاذة الفاضلة نضع بين يديك هذا الاستبيان، المطلوب منك قراءة
 العبارات قراءة جيدة ثم الإجابة بوضع العلامة (X) امام نعم إذا كانت العبارة تناسبك وامام
 لا إذا كانت العبارة لا تناسبك.

الرقم	البند	نعم	لا
1	نومي مضطرب و متقطع .		
2	مرت بى أوقات افتقدت فيها النوم بسبب القلق .		
3	لدى قليل جداً من المخاوف اذا قورنت بأصدقائي .		
4	أعتقد أنني لست أكثر عصبية من معظم الناس .		
5	تنتابني أحلام مزعجة (أو كوابيس) من حين لآخر .		
6	عندى قدر كبير من المتاعب فى معدتى .		
7	غالباً ما ألاحظ أن يداى ترتجفان عندما أحاول القيام بعمل من الأعمال .		
8	أعانى من نوبات الاسهال .		
9	المال و العمل يثيران القلق عندي .		
10	أصاب أحياناً بنوبات من الغثيان (غميان النفس) .		
11	كثيراً ما أخشى أن يحمر وجهى خجلاً .		
12	أشعر بجوع فى كل الأوقات تقريباً .		
13	أننى أثق بنفسى تماماً .		

14	أتعب بسرعة .
15	ان الانتظار يجعلنى عصبياً .
16	أشعر أحياناً بالاثارة لدرجة أن النوم يتعذر على .
17	أشعر دائماً بالهدوء .
18	تمر بى فترات من عدم الاستقرار لدرجة أننى لا أستطيع أن أمكث طويلاً فى مقعدى .
19	أننى سعيد فى معظم الوقت .
20	أجد من الصعب على تركيز ذهنى فى عمل ما .
21	أشعر بالقلق على شيء ما أو شخص ما طول الوقت تقريباً .
22	أخاف من مواجهة أزمة أو شدة .
23	أود أن أصبح سعيداً كما يبدو الآخرين .
24	كثيراً ما أجد نفسي قلقاً على شيء ما .
25	من المؤكد أننى أشعر أحياناً بأن لا فائدة لى .
26	أشعر أحياناً بأننى أكاد أتمزق ارباً .
27	أعرق بسهولة حتى فى الأيام الباردة .
28	الحياة عسيرة بالنسبة لى فى أغلب الأوقات .
29	يقلقنى ما يحتمل أن أواجهه من حظ سيئ .
30	أننى حساس بنفسي لدرجة غير عادية .
31	لا أظن أننى لاحظت أبداً أن قلبى يخفق بشدة و يندر أن تنهج أنفاسى .
32	أبكى بسهولة .
33	لقد خشيت أشياء أو أشخاص أعرف أنهم لا يستطيعون ايدانى .
34	عندى استعداد لأن تؤثر فى أحداث الحياة تأثيراً شديداً .
35	قلماً أصاب بالصداع .
36	لا بد أن أعترف بأننى شعرت أحياناً بالقلق الشديد على أشياء لا قيمة لها .
37	لا أستطيع أن أركز تفكيرى فى شئ واحد .
38	أنا أرتبك بسهولة .
39	فى بعض الأحيان أعتقد أننى لا أصلح لشئ أبداً .
40	أننى شخص متوتر جداً .
41	أحياناً عندما أتضايق يتساقط منى العرق بصورة تضايقتى جداً .
42	وجهى لا يحمر خجلاً بدرجة أكثر مما يحدث للآخرين
43	أنا أكثر حساسية من غالبية الناس .
44	لا يكاد وجهى يحمر من الخجل أبداً .
45	مرت بى أوقات كنت أشعر خلالها بأن الصعاب تتراكم فوق بعضها البعض بحيث لا أستطيع التغلب عليها .
46	عندما أقوم بعملى أكون فى حالة توتر شديد .
47	يдай و قدماي دافنتان فى العادة .
48	أحلم كثيراً بأمور أفضل الاحتفاظ بها لنفسى .
49	تنقصنى الثقة بالنفس .
50	يندر جداً أن أصاب بالإمساك .

الملحق: 9 مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية: العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم: علم النفس
تخصص: علم النفس العيادي

البيانات الأساسية:

السن: ☐ ذكر ☐ أنثى ☐

الحالة الاجتماعية: عازب (ة) ☐ متزوج (ة) ☐

الحالة الاقتصادية: جيدة ☐ متوسطة ☐ ضعيفة ☐

الأقدمية في الوظيفة: أقل من 5 سنوات ☐ أكثر من 5 سنوات ☐ من ☐

10 سنوات فما فوق ☐

في إطار استكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي
استاذي الفاضل، أستاذة الفاضلة نضع بين يديك هذا الاستبيان، المطلوب منك قراءة
العبارات قراءة جيدة ثم الإجابة بوضع العلامة (X)

رقم الفقرة	بنود الاداة	البدائل			
		يحدث دائما	يحدث غالبا	يحدث احيانا	يحدث نادرا
		لا يحدث ابدا			
1	اتحدى الصعاب واعتقد ان مهاراتي تمكنني من مواجهتها				
2	اتصرف على نحو صحي، دون التفكير بمحاولة القيام بذلك				
3	اعرف بوضوح ما اريد القيام به				
4	ادرك حقا على نحو واضح ان ادائي مستمر				
5	اركز انتباهي كليا فيما أقوم به				
6	اسيطر على ما أقوم به من مهام				

7	أقلق بما يفكر به الآخرين عني				
8	احس بأن الوقت يتغير (يبطيء أو يسرع) أثناء النشاط				
9	استمتع حقًا بخبراتي				
10	ادرك أن قدراتي تناسب صعوبات المواقف التي أواجهها				
11	يتملكني إحساس كأن الأشياء تحدث تلقائياً				
12	امتلك إحساس قوي بالنزوع نحو تنفيذ ما خططت له				
13	أعني جيداً كيف أؤدي المهام والنشاطات اليومية				
14	أتمتع بالثبات الذهني فيما يحدث دون بذل أي جهد				
15	أشعر بأنني أستطيع السيطرة على ما أؤدي من أعمال				
16	أجاهل التفكير في تقييم الآخرين لي				
17	أفقد الإحساس بالوقت عندما استغرق في العمل				
18	أحب الشعور بالإنجاز، وتتملكني إرادة الفوز به ثانية				
19	أشعر بأنني كفء على نحو ألبى متطلبات الموقف العالية				
20	أنجز المهام تلقائياً دون تفكير				
21	أعرف جيداً الأهداف التي أراغب في تحقيقها				
22	تتملكني فكرة جيدة، عندما أقوم بأداء جيد وكيف أقوم به				
23	يتملكني تركيز كلي حينما أقوم بنشاط هادف				
24	أدرك سيطرتي الكاملة على وعيي				
25	أفقد الإحساس بالذات عندما استغرق في تأدية المهام				
26	أشعر وكأن الوقت يمر بسرعة				
27	أجد أن تجاربي تركت لي شعور كبير بالبهجة				
28	أشعر بالتوازن بين مهاراتي الشخصية وما أواجه من تحديات				
29	أعمل الأشياء عفويًا وتلقائياً دون الحاجة إلى التفكير				
30	أحدد أهدافي على نحو واضح				
31	أدرك أن نشاطي جيد وكيف أنجزه				
32	أصرف ذهني كلياً عما يحدث حولي والتركيز على مهمتي				
33	أضبط تصرفاتي على نحو تام				
34	أهتم بما يقوله الآخرين عني				
35	أفقد الوعي بالزمن على نحو عادي				
36	أستمتع بتجاربي وأعدّها مجزية للغاية				



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

مسيلة في: 2026/01/25

قسم علم النفس

إلى السيد: مدير التربية لولاية المسيلة

الموضوع : تسهيل مهمة لإجراء دراسة ميدانية

تحية طيبة و بعد:

في إطار انجاز دراسة ميدانية لطلبة: **سنة ثالثة ما ينس**
الشعبة: **علم النفس** التخصص: **عيادي**

عنوان الدراسة: **التدفع البعبي وعلاجه جماعي** المؤلف: **الطبيب لتي عينة من أساتذة التعليم الإندكي**
المشرف: **أ.د. / بلين خضير**

نرجو من سيادتكم المحترمة تسهيل مهمة الطلبة المذكورين أدناه وتقديم المساعدة الممكنة و اللازمة في حدود أغراض البحث العلمي، و ما يسمح به القانون، و هذا على مستوى المصالح التي تشرفون عليها.

رقم التسجيل : 1818350918.12

رقم التسجيل:

رقم التسجيل:

1. اسم ولقب الطالب(ة): **جمالي فابرة**

2. اسم ولقب الطالب(ة):

3. اسم ولقب الطالب(ة):

في الأخير تقبلوا منا أسمى عبارات التقدير و الاحترام

رئيس القسم
جامعة المسيلة
رئيس قسم
علم النفس
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
أ.د. محمد الكريمي ملياني

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم: علم النفس

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 28 جويلية 2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز البحث

أنا الممضي أدناه،

السيد(ة): د حامي قايضة

الصفة: طالب، أستاذ باحث، باحث دائم: طالبة

الحامل (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 1 1986100000 58.0005

والصادرة بتاريخ: 2018/07/31

عن دائرة: أولاد دراج

المسجل (ة) بكلية: العلوم الأساسية والاجتماعية قسم: علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)، عنوانها: التدقيق النفسي وعلاقته بمسؤولية القتل النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الابتدائي - دراسة ميدانية بـبغرض مدارس ولاية المسيلة

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إنجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 2018/05/23

إمضاء المعني