



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

كلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

الرقم التسلسلي:/2024

العنوان

التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي

لدى مرضي مصلحة الاستعجالات

دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية - مقرة -

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

إشراف الدكتورة:

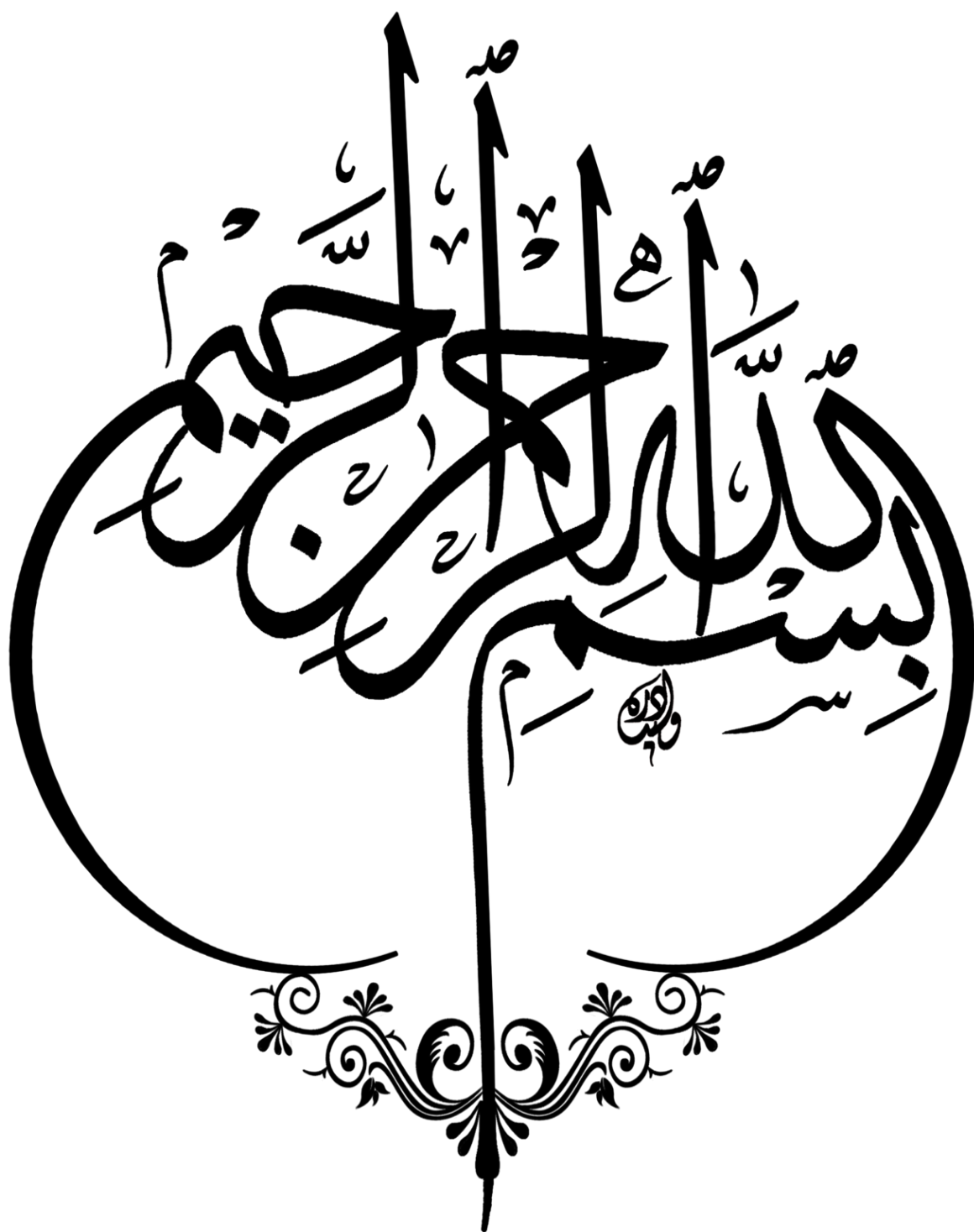
* صديقي نوال

إعداد الطلبة:

* سنينة إيناس

* خويدم صفية

الموسم الجامعي: 2024/2023



كلمة شكر

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين سيدنا محمد
وعلى آله وصحبه ومن تبعهم بإحسان إلى يوم الدين، وبعد.
فإننا نشكر الله تعالى على فضله حيث أتاح لنا إنجاز هذا العمل بفضله، فله الحمد
أولاً وآخرًا.

ثم نشكر أولئك الأخيار الذين مدوا لنا يد المساعدة، خلال هذه الفترة، وفي
مقدمتهم أستاذتنا المشرفة على المذكرة الدكتورة: **صديقي نوال**

التي لم تدخر جهدًا في مساعدتنا، فقد فتحت لنا قلبها واعطتنا من غالي وقتها، كما
هي عادتتها مع كل طلبة العلم، وكنا نتواصل معها دوماً ولا نجد في ذلك حرجًا،
وكانت تحثنا على البحث، وترغبنا فيه، وتقوي عزيمتنا عليه فلها من الله الأجر ومنا
كل تقدير حفظها الله وتمتعها بالصحة والعافية ونفع بعلمها .

كما نشكر القائمين على جامعة المسيلة وكل إداراتها وكوادرها العلمية وكلية العلوم
الإنسانية والاجتماعية

اعانهم المولى ووفقهم لكل خير لما يبذلانه من اهتمام بطلاب كلية العلوم الإنسانية
والاجتماعية بصفة عامة وطلاب الدراسات العليا بصفة خاصة.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الى التعرف على: "التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى مرضي مصلحة الاستعجالات"، وذلك من خلال دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة، أجريت الدراسة على عينة تتكون من (60) ممرض وممرضة من مصلحة الاستعجالات الطبية، كما اعتمدت الطالبتان على المنهج الوصفي الارتباطي، مستخدمة في ذلك مقياسيين كل من التدفق النفسي من اعداد كل من (جاكسون ومارش) (1996) ثم قاما بتعديله سنة (2006) والذي قامت الباحثة "بن الشيخ رقية" بترجمته، والاتزان الانفعالي من اعداد سمية مشعان المشعان (2021)، وبعد اجراء الدراسة الميدانية وجمع البيانات والمعلومات وتبويبها ومعالجتها احصائياً، تم التوصل الى أهم النتائج الآتي ذكرها:

- توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى مرضي مصلحة الاستعجالات.
- مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى الممرضين.
- مستوى الاتزان الانفعالي مرتفع لدى الممرضين.
- توجد فروق دالة احصائياً في مستوى التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين تبعاً للأقدمية.

Abstract:

The current study aimed to identify the psychological flow and its relationship to the emotional balance of the nurses of the urgent service, through a field study at the hospital of Magra based on a sample of 60 nurses from medical emergency department .Also the two students relied on using the descriptive correlational approach using two scales : the psychological flow scale prepared by Jackson and Marsh(1996) and then modified in (2006),which was translated by the researcher Ben Sheikh Rukaya and the emotional balance scale. After conducting the field study by collecting ,classifying and processing statistically data and information , the most important results has been reached which are :

- there is a correlation between psychological flow and emotional balance among urgent service nurses
- the level of psychological flow is high among nurses -the level of emotional balance is high among nurses
- There are statistically significant differences in the level of psychological flow among nurses according to seniority

رقم الصفحة	فهرس المحتويات
	شكر وتقدير
	ملخص الدراسة
	فهرس المحتويات
أ-ب	مقدمة
	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
4	1- إشكالية الدراسة
7	2- فرضيات الدراسة
8	3- أهداف الدراسة
8	4- أهمية الدراسة
8	5- التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة.
10	6- الدراسات السابقة
13	7- تعقيب الدراسات السابقة
15	8- الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة
	الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية
39	1. الدراسة الاستطلاعية
40	2. منهج الدراسة
41	3. حدود الدراسة
41	4. مجتمع وعينة الدراسة
42	5. أدوات الدراسة
43	6. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة
45	7. الأساليب المعالجة الاحصائية
	الفصل الثالث: عرض وتفسير نتائج الدراسة ومناقشتها
	تمهيد

47	1. التحقق من شرط اعتدالية التوزيع
47	2. عرض نتائج الدراسة
54	3. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات
58	4. الاستنتاج العام
60	5. اقتراحات الدراسة
62	خاتمة
	قائمة المراجع
	الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
01	الجدول رقم (1): توزيع العينة حسب متغير الأقدمية	42
02	الجدول رقم (2) يوضح ثبات مقياس التدفق النفسي عن طريق التناسق الداخلي	43
03	الجدول رقم (3) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التدفق النفسي	43
04	الجدول رقم (4) يوضح ثبات مقياس الاتزان الانفعالي عن طريق التناسق الداخلي	44
05	الجدول رقم (5) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاتزان الانفعالي	44
06	جدول رقم (6) يوضح التحقق من شرط اعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة	47
07	الجدول رقم (7) يوضح العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين	48
08	الجدول رقم (8) يوضح مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين	49
09	الجدول رقم (9) يوضح مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين	56
10	الجدول رقم (10) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين تبعاً لمتغير الأقدمية	51
11	الجدول رقم (11) يوضح المقارنات البعدية باستخدام معامل (Scheffe)	52
12	الجدول رقم (12) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين تبعاً لمتغير الأقدمية	53
13	الجدول رقم (13) يوضح المقارنات البعدية باستخدام معامل (Scheffe)	54

مقدمة



مقدمة:

كل انسان مرغم في حياته اليومية على المرور بالكثير من المصاعب والمشاكل في شتى مجالات الحياة، التي تثير انفعاله تؤثر فيه ويتأثر بها وقد تسهم هذه الانفعالات في تشكيل تجربته النفسية وتوجيه سلوكياته واتخاذ قراراته. حيث تنتوع هذه الانفعالات بين الفرح والحزن، الغضب والخوف، الحب والكره، وتعتبر ردود فعل طبيعية تجاه المواقف والأحداث التي يواجهها الفرد. وإنشاء هذه الانفعالات نتيجة تفاعل معقد بين العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية، وتؤثر بشكل كبير على صحة الإنسان النفسية والجسدية.

فالتدفق النفسي والاتزان الانفعالي هما مفهومان حيويان في مجال الصحة النفسية والأداء المهني، خاصة في البيئات التي تتطلب مستوى عالٍ من التركيز والتحمل الانفعالي، كمصلحة الإستجالات في المستشفيات. فنجد مرضي مصلحة الإستجالات يواجهون يومياً تحديات ضخمة تتطلب توازناً دقيقاً بين الاستجابة السريعة للحالات الطارئة والمحافظة على هدوء الأعصاب والتركيز العالي لضمان تقديم رعاية فعالة وآمنة للمرضى.

فنجد ان فهم الديناميات بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين يمكن أن يساهم في تحسين أدائهم المهني وتقليل مستويات التوتر والإجهاد المرتبطة ببيئة العمل الضاغطة والتدفق النفسي يعتبر حالة من الانغماس الكامل في النشاط، يساعد الممرضين على التعامل مع الضغوط الحادة بطريقة أكثر كفاءة وإبداعاً، مما يعزز من قدرتهم على تقديم الرعاية بجودة عالية؛ من جهة ومن جهة أخرى اخرى، يلعب الاتزان الانفعالي دوراً حاسماً في قدرة الممرضين على إدارة استجاباتهم العاطفية تجاه المواقف الحرجة، وبالتالي الحفاظ على مستوى عالٍ من الأداء المهني ؛ بينما لاتزان الانفعالي يمكن أن يقلل من الآثار السلبية للضغوط النفسية ويعزز من شعور الممرضين بالرضا الوظيفي والرفاه النفسي؛ لذلك، تعتبر دراسة العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضي مصلحة الاستجالات موضوعاً مهماً يمكن أن يقدم رؤى قيمة لتحسين بيئة العمل وتطوير استراتيجيات دعم نفسي ومهني فعالة. يمكن أن تسهم هذه الدراسة في تعزيز جودة الرعاية الصحية المقدمة للمرضى وفي الوقت نفسه تحسين الصحة النفسية والعاطفية للممرضين العاملين في هذا المجال الحساس وتركز الدراسة الحالية على استكشاف العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي في مصلحة الإستجالات المعنونة حول «التدفق النفسي وعلاقته



بالاتزان الانفعالي لدى ممرضي مصلحة الاستجالات دراسة ميدانية بالمؤسسة العمومية الاستشفائية الجوارية مقرة»؛ وقد شملت الدراسة على جانبين الجانب النظري ويشمل فصلين: اعتمدت الطالبتان على خطة منهجية احتوت في جانبها النظري على فصلين، حيث تناولت في الفصل الاول كل من اشكالية الدراسة، التساؤلات، وفرضيات الدراسة، واهداف الدراسة وأهميتها، حدود الدراسة ومتغيراتها والتعاريف الاجرائية الخاصة بمتغيرات الدراسة، دراسات السابقة مع التعقيب.

بينما في الفصل الثاني المتمثل في متغيرات الدراسة التدفق النفسي والاتزان الانفعالي يحتويان على العناصر التالية: بالنسبة للتدفق النفسي تم عرض فيه كل من تعريف التدفق النفسي، اهم المصطلحات المتعلقة بالتدفق، أبعاده، نظرياته، خصائص الشخص المتدفق، مكونات التدفق النفسي، كيفية تحقيق التدفق النفسي وأخيرا أهميته؛ أما الاتزان الانفعالي: يتضمن كل من مفهوم الاتزان الانفعالي، سمات الشخص المتزن انفعاليا ، نظريات المتعلقة بالاتزان الانفعالي، ابعاده خصائصه ، كيفية تحقيق الاتزان الانفعالي، العوامل المؤثرة فيه وفي الأخير التمريض: تم عرض فيه كل من مهنة التمريض ادور الممرضين، المشاكل التي تواجه الممرضين في عملهم، أعباء مهنة التمريض، اهمية التمريض، مخاطر التمريض

أما في الجانب الميداني فقد احتوى على فصلين، حيث خصص الفصل الأول الى الإجراءات المنهجية للدراسة، من حيث (منهج الدراسة، ومجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات...) بينما احتوى الفصل الثاني على؛ عرض النتائج التي خلصت اليها الدراسة الميدانية ومناقشتها في ضوء الفرضيات المقترحة، وربطها بالإطار النظري والدراسات السابقة، وخلصت الدراسة الى مجموعة من الاستنتاجات العامة وكذا الاقتراحات وحلول للدراسة.

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أهداف الدراسة
4. أهمية الدراسة
5. تحديد المفاهيم اجرائيا
6. الدراسات السابقة
7. الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة



1. إشكالية الدراسة

يواجه الانسان في حياته اليومية الكثير من المواقف الغير مرغوب بها والضغطات النفسية خاصة لدى العاملين في جميع مجالات الحياة، ذلك من العراقيل التي يتعرض لها الفرد خلال تفاعله مع بيئته فكل منهم حسب شخصيته في مواجهتها، هناك من تكون له بمثابة حاجز يؤثر ويتأثر به، ومنهم من يتعايش معها وتصبح له شيئاً يستطيع التحكم فيه بحيث ينسى به ذاته والزمن والآخرين ليتجه باتجاه المثابرة ليصل في نهاية الامر الى إبداع انساني من نوع فريد.

وتظهر هذه الحالة الامثل فيما يطلق عليه في علم النفس الايجابي بحالة التدفق النفسي التي تعني استغراق الانسان بكامل منظومة شخصيته في مهمة تذوب فيها هذه الشخصية، دون افتقاد الوجهة والمسار، مع اسقاط للوقت من الحسابات بمعنى تظل فعاليات من يتعايش مع خبرة حالة التدفق النفسي سارية وممتدة الى ان يتم انجاز مهمه مهما طالّت المدة الزمنية (بن الشيخ ربيعة، 2025، ص 02).

فالتدفق النفسي يعد بمثابة القوى الكامنة التي تدفع الفرد للنجاح فيما يمارسه، حيث يعمل على تزويد الإنسان بطاقة للتحكم والسيطرة على انفعالاته مع التحرر من وطأة الضغوط النفسية كما يسهم في تطوير أداء الفرد وزيادة دافعيته الذاتية، بالإضافة إلى دوره الفعال في مساندة الفرد في حل ما يعترضه من عقبات متوقعة أثناء تأديته لمهامه ويأتي ذلك من خلال الاتساق التام بين الصفاء الفكري والهناء الوجداني والأداء الإيجابي (خشبة فاطمة السيد حسن، 2017، ص 222) ؛ كما يلعب التدفق النفسي دوراً محورياً في أن تصبح حياة الفرد لها معنى وقيمة من خلال انغماسه بصورة كلية في أنشطة يحبها وبالتالي فهو يدفع من يتعايش معه ليس فقط للإبداع وإنما إلى الوصول إلى أعلى تجليات الابداع الانساني، ومن بين الدراسات التي اهتمت بهذا المفهوم والتي ربطته بعدة متغيرات نفسية واجتماعية، وصحية نجد دراسة نجاه ناصري (2023) التي تناولت مستويات التدفق النفسي عند

المتفوقين دراسيا ، فقد اسفرت هذه الدراسة عن وجود مستوى (مرتفع ومرتفع جدا) للتدفق النفسي لدى الطالب المتفوق دراسيا.

لهذا يوجد العديد من الطرق للدخول الى منطقه التدفق النفسي ذلك من خلال الميل والاهتمام بالنشاط المكلف به فعندما يكون فرد مهتما ومحبا للنشاط الذي يقوم به فهذا يمنحه فرصه للدخول للمنطقة التدفق النفسي والعكس صحيح ، الانتباه المقصود والمركز على العمل لان الانتباه هو جوهر عملية التدفق النفسي وان يكون للفرد القدرة على خلق حالة من التوازن بين المهارات و التحديات المنبثقة من النشاط أو العمل المطلوب، تحدد من خلاله اهداف واضحة قربه في المنال وتغذية مرتدة فورية حول التطور وتقدم الذي يتم تحقيقه، تركيز على اللحظة الحالية الاندماج في المهمة وفقدان الشعور بالذات. (خشة فاطمة السيد حسين، 2017، ص17)

وهذا يعني أن من يستطيع الوصول الى حالة التدفق تسهل عليه السيطرة تماما على ما يفعله ولا يفكر بالنجاح أو الفشل لان لحظة الشعور بما يقوم به من جهد تجعله يشعر بالمتعة والسرور لما قام به من عمل بما ان التدفق النفسي له اهتمام ايجابي كونه يمثل اقصى درجات تعزيز الانفعالات الإيجابية المليئة بطاقة الحيوية. (خشة فاطمة السيد حسين، 2017، ص 18-19)

ولا يتم دراسة التدفق النفسي كأكثر اهمية في حياة الفرد دون وجود الاتزان الانفعالي في جميع الظروف المختلفة الذي من أهم اهدافه تنمية قدرات الفرد الذي يعتبر الخاصية الوجدانية التي تجعل الفرد قادرا على معالجة الامور بهدوء وصبر وتعقل وعدم الاستثارة من الاحداث التافهة والتحكم الانفعالات وحسن السلوك في المواقف الضاغطة. (بن الشيخ ربيعة، 2015، ص 22).

وبالتالي فكلما كان التوافق جيد كلما اكسب ذلك صحة نفسية واتزاناً انفعالياً، حيث تزداد فعاليته ودفاعيته في ادائه المهني والعكس عند حدوث سوء توافق مهني ادى ذلك الى

عدم التحكم في شخصية الفرد ويصبح يميل الى القلق وعدم القدرة على العمل والاحباط غير ذلك، فالاتزان هنا يلعب دورا هاما في تشكيل شخصية الفرد وخاصة في حياة المهنيين اي في مجال التمريض، بشكل خاص ممرضي الإستعجالات، حيث اصبح على الممرضين القيام بالعديد من الادوار خلال مسيرتهم المهنية يدفع بهم الى حالة من القلق الذي يؤثر على حالته النفسية، لكونهم اكثر القطاعات تعقيدا واكثر الفئات التي تعاني داخل المنظومة الصحية في مصلحة الإستعجالات كما له عدة مهامات كمعالجة حالة الطوارئ الفعلية والاعتناء بالمرضى الذين يحتاجون عناية طبية فورية ومباشرة لتجنب العجز على المدى الطويل أو الوفاة، مما يستلزم عليهم التمتع بقدر كافي من الانفعالات الإيجابية ذلك بمواجهة كل الظروف الضاغطة والانفعالات والمثيرات الداخلية والخارجية من اجل السيطرة على انفسهم في أداء عملهم بشكل سليم ، هذه النقطة الاخيرة ندعمها بدراسة حنان بنت محمد امين محبوب (2020) جاءت للبحث عن علاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى عينة من ممرضى العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية بمكة المكرمة في جائحة كورونا (كوفيد 19)، وخلصت نتائجها الى جود علاقة عكسية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضى العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية؛ كما تناولت الفروق في كل من التدفق النفسي والاتزان الانفعالي تعزى لمتغير الجنس حيث توصلت نتائج هذه الدراسة لصالح الذكور في مستوى التدفق النفسي بينما الاتزان الانفعالي عدم وجود فروق لدى ممرضى العناية الفائقة في المستشفيات الحكومية. (حنان بنت محمد، 2020، ص242)

مما سبق عرضه حول المتغيرين (التدفق النفسي والاتزان الانفعالي) ودورهما في حياة الممرضين في اتخاذ قراراتهم والقيام بمختلف واجباتهم وعليه فإن هذه الدراسة فقد تتمحور حول الأشكال الرئيسي التالي:

التساؤل العام



- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى مرضي مصلحة الإستعجالات المؤسسة العمومية بالصحة الجوارية مقررة؟

التساؤلات الجزئية:

- ما مستوى التدفق النفسي لدى ممرضين الإستعجالات المؤسسة العمومية بالصحة الجوارية مقررة؟

- ما مستوى الاتزان انفعالي لدى ممرضي الإستعجالات بالمؤسسة العمومية بالصحة الجوارية مقررة؟

- هل توجد فروق في مستوى التدفق النفسي لدى ممرضي الإستعجالات بالمؤسسة العمومية بالصحة الجوارية مقررة تبعا لمتغير الاقدمية؟

- هل توجد فروق في مستوى الاتزان الانفعالي لدى ممرضي الإستعجالات بالمؤسسة العمومية بالصحة الجوارية مقررة تبعا لمتغير الاقدمية؟

2. **فرضيات الدراسة:** تبعا للتساؤلات التي تم طرحها سابقا يمكن اقتراح حلول مؤقتة لها تمثلت فيما يلي:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضي الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة.

الفرضيات الجزئية:

- مستوى التدفق النفسي متوسط لدى ممرضي مصلحة الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة.

- مستوى الاتزان الانفعالي متوسط لدى ممرضي مصلحة الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى ممرضي مصلحة الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة تبعا لمتغير الاقدمية

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى ممرضي مصلحة الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة تبعا لمتغير الاقدمية



3. أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية الى:

- البحث عما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي الانفعالي لدى ممرضى الإستجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة
- معرفة مستوى التدفق النفسي لدى ممرضى الإستجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة
- معرفة مستوى الاتزان الانفعالي لدى ممرضى الاستجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة
- التعرف على إذا ما كان هناك فروق في درجة تدفق النفسي لدى ممرضين الاستجالات في المؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة تبعا لمتغير الاقدمية
- التعرف على إذا ما كان هناك فروق في درجة الاتزان الانفعالي لدى ممرضى الإستجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة تبعا لمتغير الاقدمية

4. أهمية الدراسة: تستمد هذه الدراسة أهميتها من طبيعة الموضوع في حد ذاته ومن نوع

- المشكلات المطروحة للبحث، وعليه تتجلى أهمية هذه الدراسة في تناولها للجوانب التالية
- موضوع التدفق النفسي والاتزان الانفعالي، يعتبران كل منهما متغيرين ضمن علم النفس الإيجابي.
- تفيد هذه الدراسة في معرفة أهمية متغير التدفق النفسي الانفعالي اللذان يعتبران جانب من جوانب القوة في نفسية الممرضين وبذلك التركيز عليهم لتفادي كل الضغوطات التي تؤدي بهم الى الاضطرابات النفسية.
- تساهم نتائج الدراسة في معرفة العلاقة بين المتغيرين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين العاملين بمصلحة الاستجالات.

5. التحديد الاجرائي لمفاهيم الدراسة: قد يعترض المتصفح لدراستنا بعض المفاهيم

- الواردة فيها والتي يصعب فهمها، إما لتداخل المعنى مع غيرها أو المتمايز منها، لذا يجب علينا إزالة هذا الغموض بتحديد المفاهيم التي وردت في الدراسة على النحو الآتي:



5-1 تعريف التدفق النفسي:

اصطلاحا:

عرفه (جاكسون ومارش) بأنه: " حالة يندمج فيها الفرد اندماجا كبيرا في المهمة أو العمل الذي يقوم به مما يؤدي الى اداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الامثل ويرون ان التدفق هو حالة للاوعي يشعر بها عن طريقها الفرد بالانغماس الاندماج في العمل او المهمة التي يقوم بها مما تجعل الجسم والعقل يعملان معا فيه". (سلام ظرية، 2023، ص 155)

إجراءيا

كما يمكن تعريفه بأنه الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها ممرضي الاستعجالات في مقياس التدفق النفسي المستخدم في هذه الدراسة

5-2 الاتزان الانفعالي :

اصطلاحا: يعرفه يونس (2004) بأنه: " هو قدرة الفرد عن السيطرة على انفعالاته والتحكم بها، وعدم إفراطه في التهيج الانفعالي، أو عدم الانسياق وراء تأثير الأحداث الخارجية العابرة والطارئة وصولا إلى التكيف الذاتي والاجتماعي دون أن يكلف ذلك مجهودا نفسيا كبيرا" (سمية مشعان، 2021، ص 225)

التعريف الاجرائي للاتزان الانفعالي:

كما يمكن تعريفه بأنه الدرجة الكلية التي يمكن أن يحصل عليها ممرضي الاستعجالات في مقياس الاتزان الانفعالي المستخدم في هذه الدراسة .

5-3 ممرضي الإستعجالات:

يقصد بهم الشبه طبييين الذين تابعوا تكوينهم في احدى المدارس أو المعاهد العليا لتكوين شبه الطبي وفي تخصصات مختلفة وهم مؤهلون للعمل في المستشفيات ويعملون حاليا في مصلحة الإستعجالات (يسرى بكاري مريم عون، 2022، ص 15)

التعريف الاجرائي للممرضين الإستعجالات: هم الممرضين المنتسبين لمصلحة

الاستجالات الطبية بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقررة ولاية المسيلة التي سوف تطبق عليهم الدراسة.

4-5 مصلحة الإستجالات:

هي من المصالح الحساسة بالمستشفيات التي تقدم خدمات على مدار الساعة والعامل في هذه المصلحة يقضي معظم وقته في العمل. هي أهم المصالح في المستشفيات المختصة لكل ما هو مستعجل وطارئ بحيث تعمل دون انقطاع وهي مجهزة بمختلف الأجهزة الطبية اللازمة وبطاقم طبي ذو خبرة وكفاءة مع العديد من الممرضين.

6. الدراسات السابقة :

1-6 /الدراسات التي تناولت متغير التدفق النفسي وبعض المتغيرات:

* *دراسة براهيم صباح (2022): بعنوان: " المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى اساتذة الجامعة بسكرة"، هدفت الدراسة على التعرف عن العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي وكذلك الكشف إذا كان هناك فروق في مستوى التدفق النفسي لدى الاستاذ الجامعي، تكونت عينة الدراسة من (30) استاذ بجامعة خيضر بسكرة منهم (12) استاذة و(18) استاذ، باستخدام مقياس المرونة النفسية ومقياس التدفق النفسي، اتبعت في الدراسة المنهج الوصفي حيث توصلت الى نتائج التالية :

- مستوى المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى اساتذة الجامعة مرتفعة.
- وجود علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين المرونة والتدفق النفسي.
- توجد علاقة طردية موجبة بين التدفق النفسي وبعد تطور النمو.
- توجد علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين التدفق النفسي وبعد الفعالية الذاتية.
- توجد علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين التدفق النفسي وبعد التفاؤل.



****دراسة توفيق برغوتي وسمية عليوة (2022):** بعنوان " الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الاغواط"، هدفت الدراسة الى الكشف على مستوى كل من الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الاغواط وكذلك الكشف عن نوع العلاقة بين الكفاءة والتدفق النفسي، اتبع الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، باستخدام مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس التدفق النفسي على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة، وكانت النتائج كالآتي:

- يتمتع طلبة جامعة الاغواط بمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية ومن التدفق النفسي.
- وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الاغواط.

6-2 / الدراسات التي تناولت متغير الاتزان الانفعالي وبعض المتغيرات:

****دراسة بوحارة هناء (2023) بعنوان:** "اليقظة العقلية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين"؛ تهدف الدراسة الحالية الكشف عن طبيعة العلاقة بين اليقظة العقلية والاتزان الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين بجامعة سيدي بلعباس وكذلك درجة الفروق في مستوى اليقظة العقلية والاتزان الانفعالي تبعا لمتغيرات الجنس والمستوى الدراسي، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي بعينة قوامها 83 من فئة الطلبة الجامعيين حيث طبقت عليهم كل من مقياس اليقظة العقلية والاتزان الانفعالي، توصلت الى النتائج الآتية:

- توجد علاقة ارتباطية بين اليقظة العقلية والاتزان الانفعالي لدى الطلبة الجامعيين.

****دراسة واضح وبركات (2021) بعنوان:** " جودة الحياة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الممرضات بمستشفى مقرة ولاية المسيلة"، تهدف الدراسة الى الكشف العلاقة بين جودة الحياة والاتزان الانفعالي لدى الممرضات بمستشفى مقرة بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بينهن في مستوى كل من جودة الحياة والاتزان الانفعالي على عينة قدرها (30) ممرضة بمستشفى مقرة، تم تطبيق مقياس كل من جودة الحياة ومقياس الاتزان الانفعالي باستخدام المنهج الوصفي، كشفت الدراسة عن النتائج التالية:

- وجود علاقة دالة احصائية بين جودة الحياة والاتزان الانفعالي.



- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى جودة الحياة بين الممرضات .
- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى الذكاء الانفعالي بين الممرضات.

6-3/ دراسات مشابهة تناولت العلاقة بين المتغيرين :

****دراسة بن الشيخ ربيعة (2015):** بعنوان " علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق

النفسي لدى اساتذة التعليم الثانوي بورقلة " ،تهدف الى التعرف على مستوى كل من التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى اساتذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية بمدينة ورقلة وطبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى اساتذة التعليم الثانوي باستخدام منهج الوصفي التحليلي الارتباطي، بعينة (213) أستاذ عشوائيا باستخدام مقياس التدفق النفسي والاتزان الانفعالي، تحصلت على النتائج التالية:

- استاذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية بورقلة لديهم مستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي.
- استاذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية بورقلة ليس لديهم مستوى محدد من التدفق النفسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاتزان الانفعالي لدى اساتذة التعليم الثانوي بورقلة تبعا للأقدمية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى اساتذة التعليم الثانوي بورقلة تبعا للأقدمية.
- لا توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية بورقلة.

**** دراسة هاجر براهيمى وسارة بخيلي (2023)** بعنوان: " التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الأطباء الجراحين في ولاية بسكرة وأولاد جلال"، هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى عينة من الأطباء الجراحة من

- خلال التعرف على مستوى المتغيرين لدى العينة، كما سعت إلى دراسة الفروق ذات الدلالة الاحصائية تعزى لمتغير الأقدمية و متغير الجنس، عينة قوامها (40) طبيب جراح باستخدام كل من مقياس التدفق النفسي والاتزان الانفعالي تحصلت على النتائج الآتية:
- مستوى التدفق النفسي عند الأطباء الجراحة في ولايتي بسكرة وأولاد جلال مرتفع.
 - مستوى الاتزان الانفعالي عند الأطباء الجراحة في ولايتي بسكرة وأولاد جلال مرتفع.
 - توجد علاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى أطباء الجراحة في ولايتي بسكرة وأولاد جلال.
 - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى أطباء الجراحة في ولايتي بسكرة وأولاد دراج تعزى لمتغير الأقدمية.

7. تعقيب الدراسات السابقة :

7-1 / من حيث المنهج :

بالنسبة للدراسات معظمها تناولت المنهج الوصفي، والمنهج الوصفي الارتباطي وهذا ما تتفق معه الدراسة الحالية في دراسة من برغوتي سمية عليوة (2022) ودراسة هاجر براهيمى سارة بخليلي (2023) اشتركت كل من الدراستين مع الدراسة الحالية في المنهج الوصفي الارتباطي، اما دراسة كل من براهيمى صباح (2022) ودراسة بوحارة هناء (2023) ودراسة واضح وبركات صورية (2021) اعتمدت الدراسات هنا على المنهج الوصفي الا انا دراسة بن الشيخ ربيعة (2015) اختلفت في نوع المنهج الوصفي حيث استخدمت المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي.

7-2 / من حيث الأدوات :

بالنسبة للدراسات التي تناولت المتغيرين معا بن الشيخ (2015) وهاجر براهيمى (2023) تناولت المقياسين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي للحصول على نتائج الدراسة وهذا ما اتفقت معه دراستنا الحالية



أما باقي الدراسات التي تناولت متغير واحد سواء الاتزان الانفعالي او التدفق النفسي مع متغيرات اخرى فكل منهم استعملوا مقاييس التدفق النفسي والاتزان الانفعالي مع مقاييس متغيرات الاخرى المتعلقة بدراساتهم دراسة (براهيمي صباح)، (بوحارة هناء)، و(توفيق برغوتي)

7-3/ من حيث العينة

اختارت الدراسات السابقة عينات مختلفة في تطبيقاتها حيث أن هناك دراسات طبقت على فئة الأساتذة وكان حجمها من (30) استاذ استاذة و (213) أستاذ، اما دراسات المتعلقة بالطلبة الجامعيين فاختلفت العينة (83) من فئة الطلبة الجامعيين ، وأخرى (100) طالب وطالبة، اما بخصوص قطاع الصحة كانت العينة (30) ممرضة ، (40) طبيب جراحا) ، وحسب اطلعنا على الاختلاف الواضح بين دراستنا الحالية والدراسات السابقة يمكن ان نقول دراستنا لم تدرس من قبل بالنسبة للمتغيرات الدراسة التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى عينة مرضي الاستجالات .

7-4/ من حيث النتائج:

اشتركت النتائج من الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي. لكن اختلفت مع دراسة بن الشيخ ربيعة (2015) بأنه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متغيري التدفق النفسي والاتزان الانفعالي ، اما بالنسبة لمستوى الفروق اختلفت دراستنا مع دراسة براهيمي عكسيا بعدم وجود فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي وكذلك بعدم وجود فروق دالة احصائيا في الاتزان الانفعالي وفقا لمتغير للأقدمية ، واشتركت دراستنا الحالية مع دراسة بن الشيخ ربيعة (2015) بأنه توجد فروق في مستوى الاتزان الانفعالي واختلفت مع دراستنا في متغير التدفق النفسي بأنه لا توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التدفق النفسي.



من خلال الدراسات السابقة ظهرت نتائج مستوى كل من المتغيرين مرتفع لهذا كل دراسات مطابقة لدراستنا الحالية دراسة براهيمى صباح (2022) مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى الاساتذة كما توصلت دراسة هاجر براهيمى (2023) بوجود كل من مستوى الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى اطباء الجراحة مرتفع اما دراسة بن الشيخ ربعة انا مستوى الاتزان الانفعالي لدى اساتذة التعليم الثانوي مرتفع إلا أنها اختلفت في مستوى التدفق النفسي مع دراستنا ذلك لظهور نتيجة مستوى التدفق النفسي بانه غير محدد.

وفي الاخير يمكننا القول بأن الدراسات السابقة رغم بعض الاختلاف مع دراستنا الحالية الا انها اكسبتنا معارف كثيرة لها جوانب متعلقة بدراستنا لموضوع التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى ممرضى مصلحة الاستعجالات.

8. الخلفية النظرية لمتغيرات الدراسة:

أولاً/ التدفق النفسي:

1. مفهوم التدفق النفسي:

التدفق النفسي هو حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام تتطلب تركيزاً شديداً ومثابرة ومواصلة الجهد وهذه الحالة تتحقق عندما يكون مستوى قدرات ومهارات الفرد في حاله من التوازن التام مع مستوى التحدي او الصعوبة المرتبطة بالمهمة خاصه بمهام ذات الاهداف محده والتي تقدم تغذيه راجعه فورية (دالية يسرا يحيى الصاوي، 2020، ص229)

- التدفق النفسي هو الخبرة الانسانية المثلى المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة بصفة عامة مكونة حالة تعكس مدى استغراق الفرد في الانشطة او الاعمال التي يؤديها استغراقاً تاماً ينسى ذاته فلا يشعر بمرور الوقت او من حوله وكان الفرد في حالة من غياب الوعي بكل ما حوله الى الانشطة والاعمال التي يمارسها (نجوى محمد زكي، 2021، ص288)



- التدفق النفسي هو الخبرة الانسانية المثلى المسلسلة لأعلى تجليات الصحة النفسية الايجابية وجودة الحياة بصفة عامة مكونة حالة تعكس مدى استغراق الفرد في الانشطة او الاعمال التي يؤديها استغراقا تاما ينسى ذلك ذاته فلا يشعر بمرور الوقت او من حوله وكأن الفرد في حالة من الغياب الوعي بكل ما حوله الى الانشطة او الاعمال التي يؤديها (خسبة فاطمة السيد حسن، 2017، ص222)

✓ يعرف ميهالي (1977): " هو احساس عارم يشعر به الفرد عندما يكون مندمجا كلياً مع الاداء ويحدث التدفق عندما يتحول الفرد من الوضع المألوف الى الانغماس فيه" (بن الشيخ ربيعة ص 39)

2. مفاهيم مطابقة مع التدفق النفسي

* حالة التدفق:

تمثل حاله التدفق بالمعنى التي توصف به في ادبيات علم النفس الايجابي انها الخبرة الإنسانية المثلى المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الإيجابية وجوده الحياة بصفة عامة لكونها حالة تعني ثناء الفرد في المهام والاعمال التي يقوم بها فناء تاما ينسى به ذاته والوسط والزمن والآخر كل الآخر كأنه في حالة من غياب الوعي بكل شيء اخر عدا هذه المهام او الاعمال على ان يكون كل ذلك مقترنا بحالة من النشوة والابتهاج والصفاء الذهني الدافع له بالاتجاه المداومة والمثابرة ليصل في نهاية الامر الى ايداع انساني من نوع فريد تكون فيه المعاناة مرحبا بها دون انتظار لأي تعزيز من اي نوع اذ هنا تكون هذه الحالة مطلوبة لذاتها ويكمن فيها وفيما تتضمنه من معاناة سر الرفاهية والسعادة الشخص الان بجودة الحياة لكونها تضيف المعنى والقيمة على هذه الحياة (ابو الحلاوة، 2013، ص7)



*دافعية الانجاز:

يقصد بها طبقاً لمفهوم (ميوراي) تحقيق شيء صعب والتحكم في الموضوعات المادية أو الكائنات البشرية أو الأفكار وتناولها وتنظيمها وإداء ذلك بتأكيد قدر ممكن من السرعة والاستقلالية (ابوحلاوة، 2013، ص8)

*الصمود النفسي:

هو القدرة على المحافظة على حالة من الايجابية والتأثير الفعال والتماسك والثبات الانفعالي في الظروف الصعبة أو المتحدية مع الشعور بحالة من الاستبشار والتقاؤل والاطمئنان الى المستقبل (ابو الحلاوة، 2013، ص9)

*السعادة:

يعتبر مفهوم السعادة أحد المفاهيم الرئيسية المدرجة تحت مظلة علم النفس الايجابية، فالسعادة هي الغاية والهدف الذي يسعى اليه الانسان في شتى العصور مهما اختلفت ثقافته وبيئته وجنسه (خشبة فاطمة السيد حسين، 2017، ص 239)

- كما ربط ميهالي السعادة بتنمية الدافعية الجوانية التي تتيح للفرد الدخول في حالة الاستغراق في أنشطة ذات قيمة عالية تمثل تحديات مهمة لمهاراته المتقدمة، ويحقق انجازات متميزة ورغبته في الاعطاء والتميز في الأداء ويصنع هوية ذاتية مبدعة تولد سعادة عامرة اثناء العمل وبعد انجازه. (مصطفى حجازي، 2012، ص 293-301)

3. أبعاد التدفق النفسي

3_1 أبعاد حاله التدفق النفسي حسب ميهالي (1975): تقترن حاله التدفق حسب تصور ميهالي بالمكونات التالية:

- اهداف واضحة وقواعد واضحة تماماً واهداف قابله للإنجاز في ضوء قدرات ومهارات الشخص.

- اندماج وتركيز: درجة عالية من التركيز على مجال انتباه محدد وبالغ الوضوح اي اندماج الشخص في نشاط معين وتركيزه الشديد فيه وانغماسه التام فيه.
- الاحساس بالوعي بالذات اي اندماج الفعل في الوعي.
- بالوقت اي تغير الاحساس الداخلي بالوقت.
- تغذيه راجعه مباشره وفورية: وضوح النجاح والفشل في مسار النشاط وبالتالي المرء سلوكه تبعا لذلك.
- التوازن بين القدرة والتحدي والصعوبة.
- الإثابة الذاتية الداخلية للنشاط وبالتالي ضمان تواصل او استمرار الفعل.
- اندماج البشر في النشاط وتضييق بؤره الوعي وحصره في النشاط الذي يقوم به المرء او ما يسمى اندماج الوعي في الانتظار (ابو الحلاوة، 2013، ص19)

3_2 أبعاد التدفق النفسي حسب ميهالي سنه (1990):

- التوازن بين التحدي والمهارة
- اندماج بين الفعل والوعي
- اهداف مدركة وواضحة
- تغذية راجعة غير غامضة
- تركيز تام في المهمة او العمل
- احساس بالضبط او السيطرة
- غياب الوعي او الشعور بالذات
- الاحساس اما بسرعة مرور الزمن او ببطء مروره
- القيام بالعمل او اداء النشاط وانجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته دون انتظار اثابة من الخارج (ابو الحلاوة، 2013، ص 20)

3-3 أبعاد التدفق حسب تصورات جولمان (2004): يرى جولمان في كتابه العقل

- المحب للتأمل ان العناصر الاساسية لخبرة التدفق النفسي هي:
- نوبان وعي المرء في فعله اثناء قيامه بالمهمة او العمل الذي يؤديه
- تركيز الانتباه في اندماج واضح في التعامل مع المهمة او اداء العمل



- نسيان الذات مع وعي وإدراك شديد للنشاط
- مستوى مناسب من المهارات بما يتناسب مع المطالب البيئية
- وضوح الهاديات الموقفية والاستجابة المناسبة لهذه الهاديات
- حالة النشوة والابتهاج والاستمتاع الذاتي (ابو الحلاوة، 2013، ص 22)

4. نظريات التدفق النفسي:

** نظرية ميهالي:

ظهرت نظرية التدفق النفسي بعد عدة سنوات من التأمل ميهالي في ابحاثه التي تناولت السبب الذي جعل بعض التجارب متعبه ومثمرة للأفراد فيتجاوزونها حتى وان لم تتحقق لهم اي عوائد خارجيه وقد دفعته نتائج هذه الابحاث الى توجيه وتركيز اهتمامه على جزئيه هامه من الدوافع لم تحط باهتمام من الباحثين في مجال علم النفس وهي تلك التي تولد الإفادة الناشئة من التفاعل المؤثر للشخص مع البيئة المحيطة وهذه الإثابة هي ما اسماه حاله التدفق النفسي بإشباع حاجات الفرد الأساسية تؤدي الى وجود حافز والدوافع لديه على اكتساب وتعلم وتطوير مهاراته في التفاعل بشكل اكثر لفعاليات وكفاءه مع البيئة المحيطة به وعند المشاركة في مثل هذه العمليات يستمتع بها اي يسعى لخوض التجارب والخبرات دون انتظار اي مقابل من ورائها حيث يصبح التطور هو عائدها وهي المشتركة الممتعة ويطلق عليه التدفق النفسي .

وقد تم تصنيف نظرية التدفق النفسي عام (1990) باعتبارها من اهم النظريات التي تهتم بوجود ما يسمى بالدوافع الفطرية التي ترتكز على فكره كل ان البشر لديهم الدوافع المشاركة في الأنشطة المختلفة والتي يمكن من خلالها استخلاص الخبرات المدينة او الحصول على الحالة من التدفق النفسي ويمكن الوصف في هذه الحالة لأنها تلك الحالة التي يقوم بها الافراد بوصفهم عندما ينغمسون في عمل شيء ما يضفي عليهم اجواء من المرح والسرور ومن الواضح ان القدرة على الانغماس والاستغراق في تلك الأنشطة لا تتلاشى مع تقدم العمر وتتركز النظرية على عامل مهم يعد احد العوامل الرئيسية لها وهو التوازن بين مستوى



المهارة او المهارات التي يملكها الفرد والتحدي المنبثق على النشاط الذي يقوم به وقد تم اضافته بعض الخصائص الظاهرة لها وهي فقدان الاحساس بالزمن والشعور بالتركيز الشديد على الهدف والتغذية المرتدة واستخدام المهارات بصورة قد تبدو عفوية اقترحت النظرية ان التجارب المعقدة هي جوهرها تؤدي الى التجربة المثلى والتي تعرف بالتدفق والذي يؤدي الى أعلى مستويات الأداء كما يقود الى السلوكيات الاستكشافية والتكرار المستمر للنشاط وبذلك يسهم في تحقيق مستوى افضل للأداء، وبعد ظهور نظرية التدفق النفسي لـ (ميهالي) ظهرت محاولة (جيرالد ومارتن) لتفسير التدفق النفسي من خلال سمات الشخصية والارض ان هناك علاقه بين التدفق وابتكار قام بتسجيل مؤشرات التدفق من خلال انشطه المختلفة التي يمارسها الشباب وصغار السن والتي يمكنهم من خلالها ان يشعر بحاله من التدفق وتوصلت الى ان تدفق احد العناصر العامة لابتكار كما كان بعد السمات الشخصية المبتكرة (براهيمي صباح ، ص36-37)

****نظريه كولمان (1995):**

ان حاله التدفق تمثل اقصى درجه في تعزيز الانفعالات التي تخدم الاداء او التعلم والانفعالات وحاله التدفق ليست مجرد انفعالات مناسبة وتسير في وجهة معينة بل انفعالات ايجابية مليئة بالطاقة بتنظيم قوامها مع ما يجري من فعل رهن فاذا ما تملك الانسان الملل او التوتر او القلق فان ذلك يحول دون تدفق المشاعر ما هو الا خبره يمر كل انسان بها تقريبا من وقت الى آخر خاصة عندما تصل هذه الخبرة الى ذروتها او تتجاوز اقصى حدودها السابقة عليها ان العلاقة المميزة لتدفق المشاعر هي الشعور بالفرح التلقائي او حتى النشوة الى اقصى حد (سلام طرية، 2023 ، ص159)

****نظرية مارتن سيلجمان (2002):**

حيث يرى ان خبره التدفق تدور حول ما اسماه قضية المعنى فقد اشار في متابع السعادة الحقيقية الى ثلاث ابعاد او مستويات السعادة الى ثلاث ابعاد او مستويات السعادة



- الحياة السارة او المبهجة: والتي تتضمن خبرات تجلب السرور والانشرح كما تتضمن انفعالات ايجابية كبيرة.

- الانغماس: او الاندماج في الحياة التي تستغل الطاقات ونشاطات الانسان.

- الحياة ذات معنى أو دلالة وقيمة: يعتبر سيلجمان ان اندماج في الحياة مماثل لمفهوم التدفق والخبرة المثالية لدى ميهالي كما يرى انه اقل اهمية من السعادة التي يتحصل عليها الانسان من الأنشطة الهادفة ذات المعنى اشارة ان التدفق تتناسب التحديات سواء الكبيرة منها او البسيطة جيدا مع القدرات وفيما يلي يقدم سليمان خطوات لمزيد ميناء التدفق.

- التعرف على قواه المميزة

- اختيار العمل الذي يتيح استخدامه يوميا

- جعل العمل الحالي عملا جذابا بالطريقة التي تتيح استخدام القوى المميزة فيه بدرجة أكبر.

- اختيار الموظفين الذين تؤدين قواهم المميزة العمل الذي يقومون به

وحسب (سليجمان) هناك فرق المتعة والاشباح الذي مصدره التدفق فعندما نمارس المتعة يعيش خبرات ساره وممتعه لكنها لا تبني شيئا للمستقبل ولا يحدث تغيير ولا شيء يتراكم عنها انها قوه محدودة تجعلنا نرغب في تلبية حاجاتنا للحالة وتحقيق الراحة والاسترخاء عندما يتم اشراكنا واستغراقنا في حاله التدفق فعليا ان نستمد ونبني فروه نفسه المستقبل لذا اعتبار المتعة علاقه على تحقيق اشباع البيولوجي بينما الاشباع علاقه بتحقيق النمو النفسي وللتخلص من المتعة امر سهل والاستغراق في المزيد من الاشباع يعادل عملا صعبا فالاشباعات تنتج التدفق لكنها تتطلب مهارات وجهدا والامر الذي يشكل حقيقه عاقا اكبر هو انه سببا في مواجهه الاشباع فان هناك ايضا احتمال الفشل في حين ان المتعة لا تتطلب جهدا والمهارة ولا تتوفر على اي احتمال للفشل (براهيمي صباح، 2021، ص37-38)

****نظرية دانيال جولمان 2004:**

ضم جولمان حاله التدفق النفسي الى حالات الذكاء الوجداني ويعتبرها من افضل الحالات كونها تمثل اقصى درجات تعزيز الانفعالات التي تصب في دائرة الاداء والتعلم ، عند دخول الفرد الى حاله التدفق النفسي تتساب عواطفه وانفعالاته في اتجاه ايجابي مفعم بالطاقة وحيوية بشكل يلائم النشاط الراهن، اما عندما يسيطر الاكتئاب والملل على نفسه يصعب الوصول الى حاله التدفق النفسي، من اهم العوامل التي تساعد على الوصول الى حالة التدفق النفسي هو تركيز الكبير والانتباه العالي على النشاط الذي يمارسه، ولكن الانتباه يكون بوضعيه الاسترخاء رغم شدة التركيز، بمجرد بدء التركيز على النشاط الراهن تمنح حاله التدفق النفسي الفرد قوه الدفع تجعله ينجز نشاطه دون الشعور باي عناء او تعب.

- يرى (جولمان) أن جميع الافراد يمرون بحاله تدفق النفسي في بعض الاحيان، من أبرز مظاهر الدخول في حاله التدفق النفسي:
- انغماس وذوبان وعي الفرد في العمل الذي يمارسه دون تطلع الى عوائد ماديه ام معنوية فهو يعمل من اجل العمل وليس من اجل الحصول على مكافأة او اجر.
- يكون الفرد في حاله من النسيان الذات ويتركز وعيه وادراكه فقط في الاداء الذي يمارسه.
- يحصل على مستوى عالي من المهارات التي تتناسب مع متطلبات عمله.
- وضوح الاهداف والحصول على استجابات مناسبة لها.

يعيش الفرد في حالة من الابتهاج والنشوة والاستمتاع الذاتي. (نجاه نصري، 2023، ص 14.15)

5. خصائص الشخص المتدفق:

- الوضوح (Clarity) فيعرف الشخص ماذا يريد ان يعمل اي وضوح الهدف وقد يضع الفرد هدفا عاما وتجزئته الى اهداف جزئيه مرحليه تؤدي الى تحقيق الهدف العام.



- القياس (Measiremet) يجد الفرد طرقا وذات جوده عالية لقياس تقدمه نحو تحقيق الاهداف المطلوبة.
- التركيز (Concentration) نكون للفرد القدرة على التركيز على ما يقوم بعمله ويكون واعيا بالأهداف التي يسعى لتحقيقها اضافة الى التركيز على الأنشطة التي يؤديها والوقت المناسب لأداء هذه الأنشطة.
- الاختيار (Choice) يتمثل في اعتقاد الفرد ان لديه اختيارات ويستطيع التحكم في حياته ويدرك انه لا يكون ضحية بيئته.
- الالتزام (Commitment) فرض على إلزام نفسه وان يؤدي سلوكا ايجابيا يرتبط بتحقيق الاهداف المطلوبة.
- التحدي (Challenge) هو رغبه الفرد بان يكون متطورا باستمرار ابحت عن التحديات الجديدة.
- التوفيق (Match) اي توفيق الفرد بين التحديات التي يواجهها التي يملكها.
- عدم النظر الى الفشل نظرة أسي على ما فات لكن ان يدع عقله يركز على اللحظة الحالية التي يؤدي فيها النشاط لتحقيق أهدافه.
- التحدث الذاتي الايجابي (Positive Self-Talk) مثلا بإمكان القيام بما هو مطلوب مني وهذه فرصه لإثبات وجودي (انا قادر) وغيرها من العبارات الإيجابية التي يقولها الفرد لنفسه
- القدرة على التعامل والتحكم القوي والمنطقي في القلق (محمد العزیز، 2019، ص 24-25)
- 6. **مكونات التدفق النفسي:** تقتزن حالة التدفق النفسي حسب تصور "ميهالي" مما يلي:
 - **اهداف واضحة:** وهي وضع الفرد اهدافا واضحة وقابلة للإنجاز في ضوء قدرته ومهاراته الشخصية.

- الاندماج والتركيز: وهو اندماج الشخص في نشاط معين وتركيزه الشديد فيه وانغماسه التام فيه.
- فقدان الشعور بالذات: وهو فقدان الوعي بالذات أي عدم الاهتمام بالماضي أو المستقبل.
- تشوه الاحساس بالوقت وهو تغير الاحساس الداخلي بالوقت أما بسرعة مروره أو ببطء مروره.
- تغذية راجعة مباشرة وفورية: وهي وضوح النجاح وهي مهمة جدا في توفير المعلومات حول الاداء المراد تحقيقه.
- التوازن بين التحديات والمهارات وهو توازن بين تحديات الموقف والمهارات الشخصية المطلوبة.
- الشعور بالتحكم: وهي شعور الفرد بالقدرة على ضبط الموقف أو النشاط وإمكانية التحكم فيه.
- الإثابة الداخلية للنشاط: بمعنى أن النشاط الذي يقوم به الفرد في حالة التدفق النفسي يحصل على مكافئات ذاتية داخلية بدلا من المكافئات ذات المصدر الخارجي في صورة الفرح أو المتعة التي تنبع من النشاط ذاته (احمد بانقرة، 2018، ص25)

7. كيفية تحقيق حالة التدفق النفسي: لخص ياسر عبد الكريم (2005) النقاط

- الاساسية التي يمكن من خلالها للفرد ان يحقق حالة التدفق النفسي وهي:
- عبر ممارسة الاعمال التي يحبها ويجد في مزاولتها متعة كبيرة.
- عبر ممارسة مستوى معقول من الصعوبة فالأعمال السهلة تورث الكسل والملل والاعمال الصعبة تورث القلق والياس.
- تركيز الانتباه الجاد على العمل الجاري وفي اللحظة الحالية وليس على الماضي أو المستقبل (نجوى احمد زكي، 2021، ص288).



8. أهمية التدفق النفسي

- يمنح فرصه الضبط والتنظيم والسيطرة على الوعي والشعور .
- يسمح بتطوير ازدهار الافراد.
- يتيح الوصول الى الخبرة المثالية.

يترتب على الشعور بالتدفق النفسي اثار ايجابية منها خفض الشعور بالخوف والملل وتقوية الطموح والدافعية الانجاز وتحمل المسؤولية وغيرها (بقعة حميدة وآخرون، 2018، ص233)

ثانيا: لاتزان الانفعالي

1. مفهوم الاتزان الانفعالي

الاتزان الانفعالي هو جانب من الجوانب المهمة في حياه الفرد، كما انه واحد من العوامل التي تحدد انماط الشخصية فهو عاملا مهما في سبيل تحقيق الفرد صحته النفسية حيث يعرف بانه يمثل وسطا فاصلا على متصل ينتهي من ناحية عند الاندفاعية ومن ناحية اخرى عند الترددية وصميم الاتزان ينحصر في المرونة التي تمثل صاحبها من مواجهه المألوف من المواقف الجديد منها (الزهرة بومهراس 2021، ص155)

الاتزان الانفعالي هو أحد مؤشرات الصحة النفسية حيث يتسم الشخص ذو الدرجة المرتفعة ويعني وجود حاله من التماثل بين شدة الانفعال ومثيراته فان فرح الشخص او حزن يكون ذلك متوازنا مع المنبهات التي سببت له هذه الحالة الانفعالية (وفاء سيد محمد حسين، 2020، ص445)

الاتزان الانفعالي هو حاله من الهدوء حين يكون الفرد في حاله استقزاز او يستثار من الاحداث التافهة ويبتسم بالهدوء والرزانة عقلاني في مواجهه الامور ومتحكم في انفعالاته (سليمان سعيد مبارك، 2008، ص70)



عرفه (ريبير) على ان: "الاتزان انفعالي مصطلح يتم استخدامه لوصف حالة الشخص الناضج انفعاليا بحيث تكون استجاباته الانفعالية جد ملائمة للموقف ومتاغمة من ظروف ذات نمط بعينه الى اخر" (ياسمين عمر حلاوة، 2016، ص 35)

عرفه (الزبيدي) على أنه: "سمة وجدانية ثابتة نسبيا تتمثل في سيطرة الفرد على انفعالاته ومشاعره ودوافعه والتحكم بها وقدرته على تناول الامور بصبر وتعقل ومواجهة الحياة بحيوية ونشاط" (الزبيدي، 1997، ص 28)

يعرف الاتزان الانفعالي بأنه يتواجد امام العصابية، ما هو حاله يشعر خلالها الفرد بالسعادة نتيجة وجود توافق بين تكامله، من الناحية النفسية وبين توافقه مع العالم المحيط به، الامر الذي يدفعه في ان يتعامل مع المواقف الضاغطة والمهددة بصبر. (ابراهيم جبر الأعمص، 2020، 2020 ص 33)

2. سمات الشخص المتزن انفعاليا:

- قدرة الفرد في التحكم في انفعالاته وضبط نفسه في المواقف التي تثير الانفعال وقدرته على الصمود والاحتفاظ بهدوء الاعصاب وصلابة التفكير حيال الازمات والشدائد
- ان تكون حياته الانفعالية ثابتة لا تتجذب او تتقلب لأسباب تافهة
- توازن جميع انفعالات الفرد في التكامل النفسي مرتبط بجوانب الموقف وجوانبه الشخصية وقدرته
- قدرة الفرد على العيش في توافق اجتماعي وتكيف في البيئة المحيطة والمساهمة في نشاطها بما يضفي عليه بالشعور بالرضا والسعادة
- قدرة الفرد على تكوين عادات اخلاقية ثابتة بفضل تحكمه في انفعالاته وتوجيهها نحو موضوعات انفعالية معينة (واضح وردة وبركات صورية، 2021، ص 31)

كما ذكر محمد ابو مصطفى (2015) بعض السمات نذكر منها:



- الثبات الانفعالي خالاته متوسطة لا هي ضعيفة واهنة بحيث تجعله بليدا في حياته المزاجية ولاهي قوية جامحة بحيث تجعله شخصا غير ثابت وغير مستقر
- الواقعية مجابهة مشاكل الحياة اي بمعنى يكون موضوعيا في عمليه تكيفه مع العلم الخارجي
- القدرة على اظهار الولاء والاستقرار والأمانة ضد مغريات العالم الخارجي واحترام الذات (شادي محمد ابو مصطفى، 2015، ص 58-59)

3. النظريات المفسرة للاتزان الانفعالي

• نظرية التحليل النفسي

حيث أكد فرويد على نظام الانا باعتباره المحرك المسيطر والمنظم للشخصية حيث يمتلك هذا النظام القدرة على السيطرة على منافذ السلوك مع الجوانب البيئية المناسبة له واشباع الغرائز بطريقه متوازنة ومقبولة بالشكل الذي يتم فيه ارضاء مطالب نظام الانا الاعلى ونظام اللي هو ويعتقد فرويد انه كلما كان نظام الانا قويا كان الفرد أكثر اتزانا وأكثر توافقا مع نفسه.

كما تؤكد نظريه التحليل النفسي على انه نتيجة الصراع بين الأجهزة النفسية على كميته الطاقة المستثمرة من قبل المكونات النفسية الثلاثة (الانا هو الان الاعلى) من جهة ولا هي من جهة اخرى اذ ما زاد الطاقة المستثمرة جوانب فأنها تقتل الجانب الاخر والعكس صحيح وبما ان كميته الطاقة الضائعة في المكونات والدفاعات كبيره فسوف تكون الكميته المتبقية تحت الجانب الشعوري من الانا ضئيلة وبالتالي يكون عاجز عن مواجهه متطلبات الان الاعلى وليد سوف تنشئ من هذه الحالة (الشخصية الغير متزنة) والعكس صحيح فالحياة عبارة عن سلسلة من الصراعات بين المكونات النفسية ومحاولة التغلب عليها وتحقيق التوتر واعاده التوازن بين المكونات النفسية



وإذا ما نجح الفرد في حل هذه الصراعات واستطاع إشباع حاجاته عن طريق حلول أخرى تلائم المجتمع والواقع الذي يعيش فيه فإنه سيكون شخصاً متزناً انفعالياً (سطحاوي، بن فليس، 2022، ص 164)

• النظرية الانسانية

حيث يتفق المنظرون على أن الإنسان مدفوع لإشباع حاجته وتحقيق أهداف إيجابيه لأن الإنسان كائن اجتماعي قادر على أن يحدد مصيره بنفسه بشرط أن تتوفر له الظروف المحددة وأن عدم اتزان الفرد انفعالياً على حسب روجرز يعود إلى فشله في إشباع حاجته للاعتبار الإيجابي أو ما يسمى بتقدير الذات في حين يرى (ماسلو) أن عدم اتزان الفرد انفعالياً يشاء من فشل الفرد في إشباع الحاجات الاجتماعية كالحب والانتماء وحاجات التقدير (لمياء عبد الله العدساني، 2023، ص 7)

• النظرية الجشطاطية

تتميز نظرية الجشطاطية في الانفعال يكشفها عن الرابط القائم بين الإنسان المنفعل في انفعاله أنه تغييراً طرأ على الشخص فاصبح في غير ما كان عليه ومنه تغييراً يريد الشخص أن يفرضه على العالم حتى لا يصل على ما كان عليه قد أحدثه العالم في الشخص فلم يعد كما كان عليه وهكذا تدخل في دورة الانفعال هذه النقاط توضح أن لحظه الانفعال هي لحظه تغيير في الشخص وفي العالم كذلك ومحاوله من الشخص لتغيير العالم واستجابته لتغيير العالم له ذلك ما يعبر عليه الجشطاطيون الحدود الفاصلة بين العالم الداخلي للمنفعل والعالم الخارجي والانفعال عند الجشطاطيين قل لي من العالم (حدة قيطون، 2021، ص 51)

• النظرية السلوكية

يشير إلى الاتزان الانفعالي من وجهه نظر السلوكية يتحقق من خلال ادراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي إلى خلق السلوك الغير متوازن، ومعالجه السلوك والظروف ذات

العلاقة وتسجيلها وذلك لتعزيز البديل المهم، فضلا عن مكافاة السلوك المرغوب فيه، ومعاقبه السلوك الغير مرغوب وصولا الى تقييم فاعليه الناتج والتوصل الى معلومات جديده حول الحاجات الاخرى، وعليه ان مناظري السلوكية يفسرون الاتزان الانفعالي على انه فشل الفرد في اكتساب او تعلم سلوك سوي ، او هو تعلم اساليب سلوكية غير مناسبة او غير مرضية ويتجنب السلوكيين استخدام مفاهيم من قبيل (الصراع)، (الكبت) (اللاشعور) الذي يستخدمه الفرويديين في تفسير اختلال توازن ونشوء الامراض ،انما يفسرون ذلك في ضوء استجابات الفرد (بن عبيد شيماء والغزالي ، 2022، ص 19)

• النظرية المعرفية

تشير الى ان التفكير شيء وما يشعر به الفرد اتجاه هذا الشيء يرتبطان بشكل وثيق حين ان الاثارة الداخلية تهدر جزءا من الانفعالي وبالتالي فإن طبيعة الانفعال الذي يصدر عن الفرد يعتمد على الطريقة التي يدرك بها الموقف الذي يواجهه، ومدى تمييزه لهذا الموقف، وهذه العملية التمييزية عملية معرفية، وبالتالي يتمكن الفرد من تفسير مشاعره، وفي ضوء هذا التفسير يقرى الفرد كيف سيتصرف تجاه الموقف الذي يواجهه، فإن تمكن من السيطرة على انفعالاته تبعا لتفسيره، فإنه سيحقق اتزانا انفعاليا ويواجه الموقف بشكل ايجابي. (الربيع، عطية 2016، ص118)

4. ابعاد الاتزان الانفعالي:

يختلف الباحثين في علماء النفس في تحديد ابعاد الاتزان انفعالي، فهناك من قسمها الى ثلاثة ابعاد وهناك من قسمها الى ست ابعاد هناك من قسمها الى ثنائية متقابلة:

حدد (Sumonds /1951) ثلاثة ابعاد للاتزان الانفعالي:

-الضبط الانفعالي: المتمثل في قدره الافراد فالتحكم بانفعالاتهم بدرجة عالية، ومن

خصائص هذا البعد الثبات الانفعالي والتروي والحكمة الانفعالية



- المواجهة الانفعالية: تمثل بقدره الافراد على تحمل بالتهديدات الخارجية ومواجهه الضغوط النفسية من دون تطرف انفعالي مثل القلق العالي والخوف الشديد الغضب بصورة مبالغ فيها
- المرونة الانفعالية: وتتمثل بقدرة الأفراد على تكيف استجاباتهم الانفعالية بما يناسبها من مواقف خارجية

كما هناك عدة ابعاد الاتزان الانفعالي حيث تصنفها (الك كريستال / 2012) الى ستة أبعاد:

- التوازن
- الشجاعة
- الضبط الانفعالي
- التعاطف
- قوة الانا
- القلق

تركز بعض الدراسات على تقسيم تلك الابعاد الى ثنائية متقابلة كالآتي:

- **التفاؤل مقابل تشاؤم:** فالفرد المتزن انفعاليا يكون متفائلا مبتهجا نحو الحياة المستقبل، اما الفرد الغير متزن انفعاليا يتسم بالتشاؤم، وانخفاض تقدير الذات.
- **التعاطف مقابل تجاهل مشاعر الاخرين:** في الفرد المتزن انفعاليا يتسم بالاهتمام بمشاعر الاخرين، وفهم مشاعرهم اما الفرد الغير متزن لا يهتم الا بذاته.
- **الاستقلالية مقابل الاعتمادية:** فالفرد المتزن انفعاليا يتمتع بالاستقلالية ويصنع قراراته بنفسه، بينما الفرض الغير متزن انفعاليا يتسم بالاعتمادية والاذعان والخضوع الى السلطة.
- **الهدوء مقابل القلق:** الشخص المتزن انفعاليا يتسم بالهدوء وصفاء البال، بينما يتسم الشخص غير متزن انفعاليا بالقلق بينما يستشيط غضبا لأتفه الأسباب.



- التسامح مقابل العدوانية: فالشخص المتزن انفعاليا يتسم بانه مهذب ولطيف ورقيق الطبع، في حين الشخص الغير متزن انفعاليا يعبر عن غضبه بصورة مباشرة وغير مباشرة من خلال نوبات الغضب. (ربيعة مالكي، 2023، ص67-68)

5. خصائص الاتزان الانفعالي:

- القدرة على التحقق الانفعالات فلا يندفع ولا يتهور ولا يثور
- تتاسب الانفعالات مع مثيراتها، فلا ينشط في غضبه لأسباب تافهة فيسب ويشتم ويعتدي، ولا يبالغ في خوفه او غيظه فيرتجف ويتشنج.
- الاعتماد على النفس والقدرة على التحمل لمسؤولية
- القدرة على التحمل (تحمل الازمات والنقد، والاحباط او الفشل)
- يتخلى عن الاساليب الطفيلية كالأنانية وحب التملك
- القدرة على كبح، والسيطرة على انفعالاته
- القدرة على مراجعة التوقعات في ضوء الظروف والمستجدات.
- القدرة على اقامه علاقات اجتماعية ناجحة، فهي تعتبر اهم ركائز الهامة للاتزان الانفعالي.

- ثبات اتجاهات الفرد، حيث تتميز بعدم التذبذب والتناقص على المدى القصير، فنجد الفرد يتصرف بتلقائية في اغرب الامور والمسائل في إطار من المرونة وثبات الاتجاه لا يظهر الا عند الاشخاص ذوي شخصيات المتكاملة والمستقرين انفعاليا.
- النظرة السليمة والموضوعية للحياة ومطالبها ومشكلاتها اليومية. (سارة بخيلي، هاجر براهيم، 2023، ص62-63)

6. طرق تحقيق الاتزان الانفعالي والتحكم به

- تحويل وتفرغ الطاقة الانفعالية لا شك ان الانفعال يخلف طاقة في الجسم لذلك على الفرد ان يحول الطاقة نحو نشاط معين الامر الذي يسهم فيه هدوءه وراحته الانفعالية.



- محاولة ايجاد استجابات تكون مضادة للخوف فالأفراد الذي يشعرون بالخوف يرغبون في التخلص من الشعور بالخوف بطريقة متدرجة.
- عند شعور الفرد بالتهيج والانفعال ممكن ان يدرّب نفسه على الاسترخاء الامر الذي يخفض الشعور بالانفعال ويرجع الشعور بالراحة والهدوء النفسي.
- يمكن ان يدرّب الفرد نفسه في ان يتبنى نظرة سهلة تتسم بالمرح نحو العالم المحيط به مما يجعله اقل عرضه للانفعال وايزاء المواقف المختلفة.
- يحاول الفرد تجنب اصدار القرارات الهامة أثناء الشعور بالانفعال لأنها على الاغلب لا تكون سديدة. (الغزالي ايه فتح القلوب، 2022، ص 18)

7. العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي:

يتأثر الاتزان الانفعالي بالعديد من المؤثرات والعوامل التي قد تتباين في الاتصال الانفعالي للفرد، فقد يرتبط بعض هذه العوامل بشخصيه الفرد الذاتية، بعض الاخر قد يرتبط بالبيئة المحيطة، وما يتعرض له من مواقف خلال الحياة اليومية، تأثير العوامل الفيسيولوجية الداخلية، وبالتالي فان هذه العوامل تؤدي دورا مؤثرا في مدى قدره الفرد على تحقيق الاتزان الانفعالي.

وقد تسهم العوامل النفسية التي يكون مصدرها خلاا او اضطرابا في العمليات المعرفية كعدم وضوح الدوافع لدى الفرد او الانفعالات وهذه العوامل قد تنشأ نتيجة التفاعل غير طبيعي بين الذات من جهة، والموضوع او المحيط الفيزيائي المادي او الاجتماعي من جهة اخرى

وهذا التفاعل الحاصل قد يؤثر في قدره الفرد على تحقيق الاتزان الانفعالي وقد تتأثر الجوانب النفسية للفرد نتيجة الضغوط التي يتعرض لها الفرد وما يصاحبها من تغيرات نفسيه وفيسيولوجية (الربيع عطية، 2016، ص 118)



هناك تأثير العوامل البيولوجية التي تشمل العوامل الوراثية او الجينات والعوامل العصبية، وهرمونات الجهاز الافراز الداخلي والتي قد تتباين من فردا الى اخر.

كما تؤدي المكونات البيئية دورا في التأثير على الاتزان الانفعالي لدى الفرد، وبالتالي فان العوامل المؤثرة في الاتزان الانفعالي هي نتائج تفاعل العديد من المؤثرات المتنوعة والمختلفة في نوعها وشدتها بالتالي فإن شدة الانفعالات الناتجة لدى الفرد تتفاوت حسب طبيعة الاقتران والتفاعل ما بين هذه العوامل سواء كانت هذه العوامل بيولوجية او نفسية او بيئية (واضح، بركات، 2021، ص 34-35).

ثالثا: الممرضين

1. مفهوم التمريض:

لغة: هو التغذية او الرعاية الفائقة لتوفير النمو والتطور.

اصطلاحا: يمكن ان يعرف التمريض لأنه مزيج من العلم والفن ويستوعب المريض بكامله لجسمه وعقله وروحه ويعمل على رفع مستوى صحة المريض البدنية والروحية والعقلية وذلك عن طريق التكييف المريض والتمريض فن لأنه بإعطائه المعلومات الدقيقة او عن طريق ابتدائه بالعاملين في مجال الرعاية الصحية للممرض ينتمي المهارات ويستخدم العلوم في اداء مختلف الاجراءات التمريضية المطلوبة لتقديم العناية الكافية للمريض فن التمريض هو الرعاية المتصلة بصحة الانسان وهو الاستعمال الخلاق خيالي للعلوم في الخدمات الإنسانية

للتمريض علم لأنه الاسس العلمية التي تعتمد عليها العناية التمريضية تعتمد على العلوم الحياتية مثل التشريح علم وظائف الاعضاء وهذه العلوم تعتبر اساسيه لفهم جسم الانسان في حالته الصحية الطبيعية وفي الحالة الطبيعية الناتجة من الإصابة او مهاجمه المرض فالتمريض له صفه روحيه لأنه غرزه هو الاول هو الخدمة الإنسانية ليس فقط بإعطاء العناية الى اجسام ذلك يعتبر التمريض هو اقدم الفنون المرضي والمصابين ولكن بخدمه حاجات العقل والروح كذلك ولكن اصغر العلوم والتمريض وبدا كفن ثم اصبح علم وتطور واصبح مهنة وكذلك هو الرعاية الشاملة للمريض من النواحي النفسية والاجتماعية وهي



مهنة تخدم المرضى ما هي والأصحاء وتهتم برعاية المجتمع ووقايته من الأمراض ورفع المستوى الصحي للمجتمع والوظيفة التي لها اسس علميه وثقافيه تقترن بوجود معايير خاصة بشاغلها وهي من المهن التي تفرض على شاغلها وممارسها قدر كبير من التضحية والشجاعة و خصائص وخصائص انسانيه اخرى عطف ساعيا للحصول على صفه ملائكة الرحمة للمريض للمريض وخير من يواسيه ويخفف ويخفف الممه.

وهو احد التخصصات الطبية التي تعنتي بصحة المريض والتخفيف من الممه ويعتبر التمريض ايضا من التخصصات المساعدة لمهنة الطبية حيث يساعد اخصائي التمريض الطبيب في تقديم وسائل العلاج للمريض مثل الابره والأدوية الى جانب مراقبه حالته الصحية وماده الطبيب بالكشوفات الطبية اللازمة والملف الصحي للمريض ويتطلب هذا التخصص العديد من الشروط والصفات الممارسة بشكل رسمي ومهني على ضوء ما سبق يمكن استخلاص بعض النقاط حول مهنة التمريض كونها علم الاستنادها على قواعد علميه دقيقه وتشتاق من علم الطب كذلك كونها مهنة انسانيه لان ادائها يتوقف على خصائص ممارسه من حسن المعاملة وصبر وصحوه تستلزم على ممارسها توفر شروط وصفات علميه وأخلاقية وقدره على تحقيق الضمير المهني لا تنحصر في تقديم الخدمات التمريضية ومتابعه الحالة الصحية بل الاستجابة السريعة لكل حاله طارئه للمريض بل تتقدم الى ما يمكن تساهم في حملات التوعية من الأمراض والاطار التي يتوقع ان يتعرض لها افراد المجتمع (صابري هادييه و زلفاني لبنى، 2021، ص 83-85)

تعريف جمعيه التمريض الأمريكية (1980):

ان التمريض تشخيص وعلاج المشاكل الصحية الحالية او المتوقع حدوثها لاستجابات الانسان

يعرفها الوافي: التمريض هو الرعاية الشاملة للمريض من النواحي النفسية والاجتماعية وهي مهنة تخدم المرضى والأصحاء وتهتم بوقاية المجتمع كله من الأمراض ورفع المستوى الصحي وكفالة الصحة للجميع (محمد بن خلفه، 2021، ص 19)

2. أدوار الممرض او الممرضة:

هناك تسعة ادوار يقوم بيها الممرض او الممرضة فيما يتعلق بالعناية بالمرضى نذكر



البعض والاهم فيها:

الدور الشفائي (العلاجي)

يستخدم الممرض الاساليب التي تساعد في انجاح الشفاء الطبيعي كتغيير الضمادات المعقمة واعطاء الأدوية للمرضى وغيرها من مهارات

دور العناية (المواساة)

ان الممرض يدعم المريض عن طريق اتجاهاته واعماله التي تظهر اهتمامه برفاهية المريض وتقبله له كانسان

يحرص الممرض ان لا يضع القرار نيابة عن المرضى ولكنه يشجع المرضى على المشاركة في اعداد الخطط للعناية بهم وتتضمن نشاطات العناية الحفاظ على كرامة الفرد

دور التواصل

يشمل جميع المعلومات وتوصيلها للأخرين ويتواصل التمريض مع المرضى وأسرههم ومع زملائهم الممرضين في اقسام اخرى ومع اعضاء اخرى ومع اعضاء الفريق الصحي وغالبا يتأثر شفاء المريض بطريقة التعامل الذي يقوم به التمريض.

دور الحماية

هذا يشمل النشاطات التي يقوم بها التمريض لحماية الانسان من الاصابات والمضاعفات وتعقيم المواد وتزويد الناس بالمعلومات عن الامراض المعدية والإجراءات الوقائية

دور إعادة التأهيل

تشمل كل النشاطات التي ترفع من إمكانيات المريض إلى حد أقصى وتخفيف القيود عليه الى الحد الأدنى وغالبا تساعد هذه النشاطات المريض على اكتساب مهارات جديدة. (ايمان على موسى خطاب، 2021، ص 412-413)

3. أهم المشكلات التي تواجه الممرضين في عملهم:

مشاكل اجتماعية تكمن في:

النظرة الى مهنة التمريض، كلما كانت تتميز بكونها نظرة احترام وتقدير كلما ارتفع مستوى جودة الخدمة التمريضية

وكلما ندير المجتمع الى المهنة بسطحية وهامشية كلما تدهورت نوعية الخدمات التمريضية.

مشاكل مهنية

تعدد فئات وظيفة التمريض عند عدم وجود وصف وظيفي دقيق لكل من الفئات والتداخل والازدواجية بينهم، إضافة إلى ذلك نظرة الأطباء والادارة الى الممرضين او المتمثلة في التقليل من احترام عملهم مما يولد حدوث صراعات وظيفية مستمرة

مشاكل ادارية

تتمثل في نقص اليد العاملة التمريضية بمعنى عدم توفر الممرضين بالعدد الكافي لسد الحاجيات الصحية للمجتمع. (بيلية بوراغي، 2020، ص 36)

4. أعباء مهنة التمريض:

تتطلب مهنة التمريض من الممرض المختص مستوى متقدما من الخبرة والعتاء للتمكن من تقديم الرعاية الأساسية اللازمة للمرضى ويشارك الممرض الطبيب في تقديم الخدمات اذ يقوم بمقابلته المرضى، ويقدم الرعاية الطبية الروتينية لهم، ويشرح لهم اتباع العلاج الموصوف وفوائده ومضارة.

يراقب التقدم الذي يحرزه المرضى عن كثرة خلال زيارتهم المتكررة ، ويقدم لهم الارشادات الضرورية لمساعدتهم في تقبل المرض و كيفية التعامل معه كما يساهم الضغط الناشئ عن بيئة العمل وما يعرضه العمل الاستشفائي من ضرورة التحرك والسلوك القلق الذي يظهره العاملون في حدود ضغط نفسي لا سيما ان الممرضون يواجهون احيانا صعوبة في حمايه انفسهم من الالم الذي يشعرون به تجاه مرضاهم وهم يراقبونهم وهم يعانون من الالم ولهذا يصنف التمريض ضمن المهن المساعدة غالبا ما يعاني اصحابها من ضغط نفسي يصل الى حد الاحتراق النفسي يظهر في فقدان الممرض للاهتمام بعمله ومرضاه واللامبالاة (إكرام قوقي، 2022، ص، 34)

5. اهداف وحدة التمريض:

- تقديم الرعاية التمريضية المستمرة للمريض من خلال تقييم احتياجاته بمهاره تامة.
- استعمال واختيار الاجهزة بطريقه مناسبة.



- اعطاء الحرية للمريض للتعبير عن شعوره بحريه تامة.
- المواصلة مع اهل المريض وذلك من خلال تشجيعهم للمساعدة في رعاية المريض.
- تنفيذ الاجراءات العلاجية حسب وصفة الطبيب مع الملاحظة على حاجات المريض النفسية والروحية والبدنية والاجتماعية.
- التعاون مع جميع اقسام المشفى لإنجاز اهداف المشفى العامة. (ايمان علي موسى خطاب، 2021، ص 415، 416)

6. مخاطر مهنة التمريض:

- معاناة الممرضين من العمل المتواصل والعمل الليلي الذي ينتج اضطرابات في النوم.
- ضغط العمل الزائد في غالب الاوقات نتيجة ارتفاع الطلب على خدمات التمريض.
- الشتائم والتهديدات التي يتلقاها الممرضون من طرف المرضى خاصة الواقعين تحت تأثير الخمر والمخدرات او غير الراضين عن نتائج عمل الطبيب .
- الادارة الغير منظمة والبيئة التي تفرق بين الزملاء مما يخلق شعور دائم بالإحباط.
- الضغط النفسي والاحباط نتيجة محدودية الموارد المتاحة التي يحتاج إليها المريض للعلاج. (بيلية بوراغي، 2020، ص 39)

الفصل الثاني: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

1. الدراسة الاستطلاعية
2. منهج الدراسة
3. حدود الدراسة
4. مجتمع وعينة الدراسة
5. أدوات الدراسة والخصائص السيكمترية
6. الأساليب المعالجة الاحصائية



تمهيد:

استعرضنا في الفصلين السابقين الجوانب التمهيدية والإطار النظري للدراسة، حيث أبرزنا أهمية هذه الدراسة عبر تسليط الضوء على المفاهيم الأساسية المتعلقة بمتغيرات الدراسة، في هذا الفصل، ننتقل إلى الجانب المنهجي من الدراسة، حيث سنعرض الدراسة الاستطلاعية ومنهج الدراسة وحدود الدراسة من حيث الحدود البشرية وطريقة اختيارها، والحدود الزمنية والمكانية. سنستعرض أيضا اداة الدراسة والاساليب الاحصائية المستخدمة في تحليل وعرض نتائج الدراسة.

1. الدراسة الاستطلاعية:

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولية التي تساعد الباحث على استكشاف الميدان الذي يبحث فيه مشكلته حيث كانت في بادئ الأمر عبارة عن مجموعة من الاقتراحات لبلورة وضبط الموضوع والذي كان وليد فكرة شغلت تفكيرنا، وهي معرفة العلاقة القائمة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمقرة ولاية المسيلة تحديدا بمصلحة الاستعجالات الطبية.

بعد ضبط موضوع الدراسة توجهت الطالبتان إلى المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمقرة ولاية المسيلة لأخذ الرخصة والسماح لهما بإجراء الدراسة الميدانية بمصلحة الاستعجالات الطبية حيث واجهت الطالبتان صعوبة خصوصا ما تعلق بالحصول على الرخصة مما أدى الى تأخر في الانطلاق في الدراسة الاستطلاعية وفي الأخير تم منح رخصة لهما بإجراء الدراسة الميدانية على مستوى مصلحة الاستعجالات الطبية

بعد الموافقة على اجراء الدراسة تم عرض المقاييس التي سوف نطبقها على عينة الدراسة ،والتعرف على مدى ملائمتها على ممرضي الاستعجالات ،حيث تم أولا جميع المعلومات حول العينة واجمالي الممرضين في الاستعجالات الطبية وكذا تعرف على ميدان



الدراسة ، بعد الموافقة على تطبيق المقاييس كل من التدفق النفسي والاتزان الانفعالي واختيار العينة التي سوف نطبق عليها من اجمالي المرضين الذي يقدر ب 120 ممرض استعمالات اخترنا العينة وعلى كيفية تطبيق المقاييس ،بما ان ليس كل المرضين يعملون فيهم من في عطل وفيهم من هم موزعين على فروع اخرى تابعة المؤسسة الصحية بمقرة ، تم عرض المقاييس على الموجودين قمنا بتوضيح لهم كيفية الإجابة :

- بقراءة التعليلة جيدا.

- التأكد من الإجابة على كل البنود من اجل الحصول على نتائج صحيحة.

أما باقي المرضين الذي لم نستطيع الوصول إليهم تم للتكفل بهم وعرض عليهم المقاييس من طرف الإدارة وقد استغرق وقت الا ان تم الحصول على اجاباتهم والبدء في دراسة النتائج.

2. منهج الدراسة:

إن البحث العلمي لا يمكن أن يقوم دون منهج واضح يساعده في البحث عن أسباب مشكلة موضوع الدراسة بحيث يلائم هذا المنهج طبيعة الموضوع وذلك لضمان الحصول على نتائج يمكن تعميمها والثوق في نتائجها، وعليه فإن المنهج المتبع في هذه الدراسة هو المنهج الوصفي الارتباطي، فهو وصفي لأنه على حد تعبير عمار بوحوش (2001): "طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة". (عمار بوحوش، 2001: 140)

وقد تم استخدام هذا المنهج لأنه يتلاءم مع طبيعة موضوع دراستنا، حيث أنه يتعدى حدود جمع البيانات لظاهرة ما إلى تحليل هذه الظاهرة وعلاقتها بالظواهر الأخرى، كما يساهم في رصد الظاهرة، وما زال هذا المنهج هو الأكثر استخداما في الدراسات الإنسانية حتى الآن.

أما كونه ارتباطي فلأنه يدرس العلاقة بين متغيرين، وبما أننا بصدد إبراز العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي استعنا بهذا المنهج المتبوع بالدراسات الارتباطية لأنه يناسب



طبيعة موضوع دراستنا "وهو يهتم بالكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية". (سامي ملحم، 2000: 329) وفي دراستنا الحالية نسعى من خلال استخدام المنهج الوصفي الارتباطي نحو البحث عن العلاقة القائمة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضي الاستعجالات

3. حدود الدراسة:

بعد تحديد مجالات الدراسة المختلفة من الخطوات المنهجية الهامة، ولقد اتفق كثير من المشتغلين في مناهج البحث التربوي على أن لكل دراسة مجالات ثلاثة رئيسية، وهي المجال الجغرافي، والمجال البشري، والمجال الزمني، وقد تم تحديد:

المجال المكاني للدراسة: اقتصرت الدراسة على المؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمقرة ولاية المسيلة تحديدا بمصلحة الاستعجالات الطبية.

المجال الزمني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الثاني من العام الدراسي 2024/2023 وتمت هذه الدراسة خلال الفترة الممتدة من 23 فيفري الى غاية 10 مارس 2024

المجال البشري: تتكون عينة الدراسة من (60) ممرض وممرضة بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمقرة ولاية المسيلة تحديدا بمصلحة الاستعجالات الطبية.

4. مجتمع وعينة الدراسة:

في الدراسة الأساسية تم الاعتماد على الطريقة غير العشوائية في تحديد عينة الدراسة حيث تم اختيارها بطريقة قصدية وتمثلت من (60) ممرضا وممرضة بمصلحة الاستعجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية بمقرة، كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (1): توزيع العينة حسب متغير الإقدمية		
النسبة المئوية %	العدد	الإقدمية
38%	23	اقل من 5 سنوات
55%	33	من 5 الى 10
7%	4	أكثر من 10
%100	60	المجموع

نلاحظ من الجدول رقم (1) اعلاه وبالنظر الى تكرارات افراد عينة الدراسة نلاحظ ان حجم فئة اقل من 05 سنوات (23) بنسبة 38%، وفئة من 5 الى 10 سنوات (33) بنسبة 55% وفئة أكثر من 10 سنوات (4) بنسبة 7%.

5. أدوات الدراسة:

5-1 مقياس التدفق النفسي:

مقياس التدفق النفسي الذي أعده كل من جاكسون ومارش (1996) ثم قاما بتعديله سنة (2006) والذي قامت الباحثة "بن الشيخ رقية" بترجمته إلى اللغة العربية وتكييفه في بحثها حول "علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي" ويتكون مقياس التدفق النفسي من (20) فقرة، أعطيت لكل عبارة وزنا مدرجا وفق سلم متدرج خماسي (أبدا - نادرا - أحيانا - غالبا - دائما)



5-2 مقياس الاتزان الانفعالي:

مقياس الاتزان الانفعالي من إعداد وسمية مشعان المشعان (2021) يتكون هذا المقياس من (25) فقرة، أعطيت لكل عبارة وزنا مدرجا وفق سلم متدرج خماسي (مرتفعة جدا-مرتفعة - متوسطة - منخفضة - منخفضة جدا) حسب الأوزان التالية: (1-2-3-4-5)

6. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة:

أولا/ ثبات وصدق مقياس التدفق النفسي:
أ/ الثبات:

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي باستخدام ألفا كرونباخ والقائم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمقياس ككل، وقد بلغ (0.610)، ومنه يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت وصالح للاستعمال في الدراسة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (2) يوضح ثبات مقياس التدفق النفسي عن طريق التناسق الداخلي		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المقياس ككل
20	0.610	

ب/ الصدق: صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (3) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس التدفق النفسي										
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	إختبار التجانس ليفين F	الطرفين	
دال عند 0,01	0.000	6.735	10	3.125	78.16	6	0.074	3.975	الأعلى	التدفق النفسي
				4.764	62.50	6			الأدنى	

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (78.16) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (62.50)، وهذا ما أكدته



قيمة إختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) التي بلغت (6.73) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس التدفق النفسي صادق لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.

ثانياً/ ثبات وصدق مقياس الاتزان الانفعالي:

أ/ الثبات:

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي باستخدام ألفا كرونباخ والقائم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها بالنسبة للمقياس ككل، وقد بلغ (0.78)، ومنه يمكن القول بأن هذا المقياس ثابت وصالح للاستعمال في الدراسة، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (4) يوضح ثبات مقياس الاتزان الانفعالي عن طريق التناسق الداخلي		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المقياس ككل
25	0.738	

ب/ الصدق: صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (5) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاتزان الانفعالي										
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	إختبار التجانس ليفين F	الطرفين	
دال عند 0,01	0.000	8.108	10	2.581	64.33	6	0.718	0.138	الأعلى	الاتزان الانفعالي
				3.720	49.33	6			الأدنى	

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (64.33) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (49.33)، وهذا ما أكدته



قيمة إختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) التي بلغت (8.10) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس الاتزان الانفعالي صادق لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.

7. **الاساليب المعالجة الإحصائية:** تم الاستعانة في المعالجة الإحصائية للبيانات بنظام

21(SPSS)، اصدار 21 حيث تم استخدام الأدوات الإحصائية التالية:

- معامل ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات الأدوات
- إختبار (T_{test}) لعينيتين مستقلتين للتحقق من صدق الأدوات عن طريق المقارنة الطرفية
- إختباري كولموجروف سمير نوف وتشابيرو ويلك للتحقق من شرط اعتدالية التوزيع
- معامل الارتباط بيرسون.
- إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة
- إختبار الدلالة الاحصائية (F) أو ما يسمى باختبار تحليل التباين الأحادي.

الفصل الثالث: عرض وتفسير ومناقشة النتائج

1. التحقق من شرط اعتدالية التوزيع
2. عرض نتائج الدراسة
3. مناقشة النتائج على ضوء الفرضيات
4. الاستنتاج العام

أولاً/ التحقق من شرط اعتدالية التوزيع:

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الأساليب الاحصائية المختلفة والملائمة يجب أولاً التحقق من شرط اعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (6) يوضح التحقق من شرط اعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

القرار	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			المتغيرات
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
غير دال	0.221	60	0.974	0.077	60	0.108	التدفق النفسي
دال	0.000	60	0.578	0.000	60	0.222	الاتزان الانفعالي

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم إختبار كولموغوروف سميرنوف وكذا إختبار شبيرو ويلك في درجات أفراد عينة الدراسة على كل مقياس التدفق النفسي كانت غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.05)، وعلى مقياس الاتزان الانفعالي جاءت دالة إحصائياً عند 0.01، وبالتالي يمكن الأخذ بنتيجة أحد المتغيرين، وعليه فإن كل الأساليب الاحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب بارامترية.

ثانياً/ عرض نتائج فرضيات الدراسة:

1- عرض نتائج الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة إرتباطية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين"، ومن أجل التحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من شرط خطية العلاقة، فكانت النتائج كما في الجدول التالي:



الجدول رقم (7) يوضح العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين

القرار	الاتزان الانفعالي	Rho de Pearson	
		معامل الارتباط	التدفق النفسي
الارتباط دال عند 0.01	0.592**	مستوى الدلالة	
	0.000	حجم العينة	
	60		

من خلال الجدول رقم (7) أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (التدفق النفسي) ودرجاتهم في (الاتزان الانفعالي) بلغ (0.59) ، ويعني هذا أنه يوجد ارتباط طردي بين درجات (التدفق النفسي) ودرجات (الاتزان الانفعالي) لدى أفراد عينة الدراسة، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت موجبة ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة العامة القائلة بـ **توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين** ، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

2- عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهاته الدراسة على: " مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين متوسط"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة والقائم على أساس تقدير الفرق بين متوسط إستجابات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (8) يوضح مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين

المقياس	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة	القرار
التدفق النفسي	60	108	152.93	12.697	59	27.412	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (8) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس (التدفق النفسي) والذي بلغ (152.93) أنه أعلى تماما من المتوسط النظري للمقياس والمقدر بـ 108، بناء عليه فإن مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين مرتفع، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (27,41) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وهذا يعني أن الفروق لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة، وبالتالي فإن هذه النتيجة تعارض فرضية الدراسة الأولى والقائلة " مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين متوسط" أي مستوى عالي، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

3- عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

نصت الفرضية الثانية لهاته الدراسة على: " مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين متوسط"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (9) يوضح مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين

المقياس	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة	القرار
الاتزان الانفعالي	60	75	97.20	11.302	59	15.21	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (9) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس (الاتزان الانفعالي) والذي بلغ (97.20) أنه أعلى تماما من المتوسط النظري للمقياس والمقدر بـ 75، بناء عليه فإن مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين مرتفع، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (15,21) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01) وهذا يعني أنه توجد فروق بين المتوسط الحسابي والنظري لصالح المتوسط الحسابي، وبالتالي فإن هذه النتيجة تعارض فرضية الدراسة الثانية والقائلة "مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين متوسط" أي مستوى الاتزان الانفعالي لديهم عالي، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

4- عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة:

نصت الفرضية الفرعية الثالثة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين تبعا لمتغير الأقدمية"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (F) أو ما يسمى باختبار تحليل التباين الأحادي الذي يقوم على أساس دراسة الفرق بين أكثر من عينتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (10) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين تبعاً لمتغير الأقدمية						
القرار	مستوى الدلالة	قيمة F	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
دال عند 0.01	0.000	19.820	1950.760	2	3901.520	داخل المجموعات
			98.425	57	5610.213	ما بين المجموعات
				59	9511.733	الكلي

من خلال الجدول رقم (10) أعلاه وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة الاحصائية (F) أو ما يسمى بـ "تحليل التباين الأحادي" في مقياس (التدفق النفسي) والتي بلغت (19.82)، نلاحظ أنها قيمة دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة للفرض الصفري الذي ينفي وجود الفرق، ومنه فإن هذه النتيجة جاءت مؤيدة لفرضية البحث الفرعية الثالثة القائلة بـ توجد فروق دالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين لمتغير الأقدمية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

وللتأكد من دلالة الفروق لصالح من تم استخدام معامل (Scheffe) فكانت النتيجة كما في الجدول

التالي:



الجدول رقم (11) يوضح المقارنات البعدية باستخدام معامل (Scheffe)

مستوى الدلالة	الخطأ المعياري	الفرق بين المتوسطات	المقياس ككل*الميدان	
0.000	2.69479	-13.64427*	من 5-10 سنوات	أقل من 5 سنوات
0.125	5.37453	11.17391	أكثر من 10 سنوات	
0.000	2.69479	13.64427*	أقل من 5 سنوات	من 5-10 سنوات
0.000	5.25250	24.81818*	أكثر من 10 سنوات	
0.125	5.37453	-11.17391	أقل من 5 سنوات	أكثر من 10 سنوات
0.000	5.25250	-24.81818*	من 5-10 سنوات	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن اختبار (Scheffe) كان دالا لصالح طلبة العلوم الاجتماعية، مما يدعونا للقول بأن الفروق الدالة إحصائيا في مستوى التدفق النفسي لدى الممرضين كانت لصالح فئة من 5-10 سنوات.

5- عرض نتائج الفرضية الفرعية الرابعة:

نصت الفرضية الفرعية الرابعة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين تبعا لمتغير الأقدمية"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى اختبار الدلالة الاحصائية (F) أو ما يسمى باختبار تحليل التباين الأحادي الذي يقوم على أساس دراسة الفرق بين أكثر من عينتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:



الجدول رقم (12) يوضح الفروق بين أفراد العينة في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين تبعاً لمتغير الأقدمية						
القرار	مستوى الدلالة	قيمة F	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
دال عند 0.01	0.000	39.491	2189.011	2	4378.022	داخل المجموعات
			55.431	57	3159.578	ما بين المجموعات
				59	7537.600	الكلية

من خلال الجدول رقم (12) أعلاه وبالنظر إلى قيمة اختبار الدلالة الاحصائية (F) أو ما يسمى بـ "تحليل التباين الأحادي" في مقياس (الاتزان الانفعالي) والتي بلغت (39.49)، نلاحظ أنها قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة للفرض الصفري الذي ينفي وجود الفرق، ومنه فإن هذه النتيجة جاءت مؤيدة لفرضية البحث الفرعية الرابعة القائلة بـ وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين لمتغير الأقدمية، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (99%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (1%).

وللتأكد من دلالة الفروق لصالح من تم استخدام معامل (Scheffe) فكانت النتيجة كما في الجدول

التالي:



الجدول رقم (13) يوضح المقارنات البعدية باستخدام معامل (Scheffe)

مستوى الدلالة	الخطأ المعياري	الفرق بين المتوسطات	المقياس ككل*الميدان	
0.165	2.02232	-3.89987	من 5-10 سنوات	أقل من 5 سنوات
0.000	4.03334	31.13043*	أكثر من 10 سنوات	
0.165	2.02232	3.89987	أقل من 5 سنوات	من 5-10 سنوات
0.000	3.94177	35.03030*	أكثر من 10 سنوات	
0.000	4.03334	-31.13043*	أقل من 5 سنوات	أكثر من 10 سنوات
0.000	3.94177	-35.03030*	من 5-10 سنوات	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن اختبار (Scheffe) كان دالاً لصالح طلبة العلوم الاجتماعية،

مما يدعونا للقول بأن الفروق الدالة إحصائياً في مستوى الاتزان الانفعالي لدى الممرضين كانت لصالح فئة أكثر من 10 سنوات.

ثالثاً/ مناقشة وتحليل نتائج الدراسة:

1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

نصت نتيجة الفرضية الأولى بأنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين.

وهذا ما يتفق مع دراسة هاجر ابراهيمي (2023) أنه توجد علاقة بين التدفق النفسي وباللاتزان الانفعالي لدى الاطباء الجراحين ،بوجود علاقة بين المتغيرين في حين عارضت نتائج دراسة امين محبوب (2020) التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينه من الممرضين



العناية الفائقة بمكة المكرمة بأنه لا توجد علاقة ارتباطية بين المتغيرين و بين افراد العينة عموما يمكن تفسير نتائج هذه الفرضية بطبيعة الخصائص التي تميز هذه الفئة الا وهو الممرض في عمله خلال اداء مهامه ، بأنه يملك قدرات في التحكم في انفعالاته وقدرته على الصمود والشجاعة والحفاظ على هدوءه اثناء عمله، الشعور بالرضا والسعادة، كما نلاحظ من خلال الزيارة الميدانية ان الضبط الانفعالي لدى الممرضين خلال عملهم يسير بشكل دقيق ،الوعي بالزمان والمكان، السرور تلقائي المسحوب بالبهجة والمتعة اثناء العمل بدل الجهد الكبير رغم الصعوبات التي يتلقاها و يواجهها الممرض خاصة الذي يعمل العمل الليلي والمتواصل الذي ينتج من خلاله اضطرابات في النوم ،التعرض الى الشتائم والتهديدات (كالمرضى الذين يعانون من الادمان المخدرات وغيرهم) صعوبة حمايه انفسهم من الالم الذي يشعرون به اتجاه مرضاهم .

2-مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

نصت نتيجة الفرضية الثانية بان: " مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى الممرضين " ، هذه النتيجة لم تتفق مع ما توصلت اليه دراسة بنت الشيخ (2015) بان ليس لديه مستوى محدد من التدفق النفسي ربما هذا الاختلاف راجع لاختلاف العينة مطبق عليها، الا ان هناك دراسة اتفقت مع نتيجة الدراسة الحالية دراسة هاجر براهيمى (2023) التي اشيرت من خلالها الى ان التدفق النفسي وعلاقته بالالتزام الانفعالي لدى الاطباء الجراحين بولايتي بسكره اولاد جلال للحصول على نفس نتيجة دراستنا الحالية بوجود مستوى التدفق النفسي (مرتفع) ونلاحظ من خلال هذه الدراسات انه ربما انا تشابه المجتمع والعينة ادى الى الحصول على نفس النتائج لكونهم نفس البيئة وليس من الغريب استجابتهم تكون متقاربه ومشابهة وهذا يؤكد ان الممرض يملك وعي



كبير اثناء قيامه بعمله وان ادراكه شديد للنشاط الذي يقوم به، لهم القدرة الكافية على الانغماس والاستغراب في تلك الأنشطة لا تتلاشى مع تقدم العمر

وحسب (نظرية دانيال جولمان) أن الممرضين استطاعوا الدخول الى منطقة التدفق بشكل متناغم وممتزج لكونه هو أحسن حالات الذكاء الوجداني ويمثل اقصى درجه للتعزير الانفعالات تخدم الأداء والتعلم وهذا راجع كذلك لتركيز والانتباه الحاد لان التركيز هو جوهر التدفق النفسي.

3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على ان : "مستوى الاتزان الانفعالي مرتفع لدى الممرضين" ، والتي اتفقت مع دراسة كل من (بن الشيخ وهاجر ابراهيمي) بحيث دراستنا الحالية تؤكد ان الاتزان الانفعالي سمة وجدانية ثابتة نسبيا بحيث يمكن الفرد السيطرة على انفعالاته ومشاعره والصبر والتعقل ومواجهة كل نشاط بحيلة وذكاء، كما ان الانسان مدفوع بإشباع وتحقيق اهداف ايجابية لأنه كائن اجتماعي قادر يحدد مصيره بنفسه بشرط ان لا يتأثر بالرجوع لتجارب سلبية سابقة في عمله تؤدي به الى تفسيرات سلبية تؤثر على اداء مهامه مستقبلا وتؤثر على نمو الانفعالي له.

4- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

نصت نتيجة هذه الفرضية بأنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي لدى ممرضي مصلحة الاستعجالات تبعا للأقدمية"، جاءت هذه النتيجة معارضة لما جاء في دراسة كل من (هاجر وساره بخليلي). بعنوان تدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الاطباء الجراحين، توصلت الدراسة بعدم وجود فروق داله احصائيا في درجة التدفق



النفسي تبعا للأقدمية (اقل من خمس سنوات، أكثر من خمس سنوات) وكذلك دارسه بن الشيخ علاقة الاتصال الانفعالي بتدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي تابعه للأقدمية (اقل من 10 سنوات، أكثر من 10 سنوات)

ربما يرجع هذا الاختلاف في الظروف عايش مع كل من العينات، فدراستنا الحالية نلاحظ ان الفروق الدالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي كانت لصالح (5 الى 10 سنوات) وهذا يعني بأن الخبرة لدى فرد له (10 سنوات فأكثر) ليست كفرد له (خبرة 5 الى 10 سنوات) او (أقل من 05 سنوات)

ترى الطالبتين بأن التدفق النفسي يحدث لفئة من (5 الى 10) سنوات كونهم يريدون اثبات نفسهم مما يزيد الدافعية لديهم وبذل الجهد في انجاز المهام تركيزهم على العمل هذا ما يجعلهم من نوع فريد حيث تكون فيه المعاناة مرحبا بها دون انتظار، ويكون في حالة تحديات اي رغبته في التطور باستمرار بحيث يكون منغمسا في مهامه دون ان يرى عوائد مادية او معنوية فهو يعمل من اجل نفسه وليس من اجل الحصول على مكافاة فقط فهو يحاول دائما اثبات نفسه وحجز مكان وسط قائمة المميزين، على عكس الاكثر خبرة (اي اكثر من 10 سنوات) فهم يمتلكون كم هائل من الخبرة بحيث اصبحوا ذا تجارب سابقة وخبرات متعددة في مجالهم المهني وانهم يمتلكون الشجاعة واكثر هدوء وطمأنينة من كل الفئات ، اما الاقل من 05 سنوات فإنهم مازالوا في طريق الاختبار و التجارب والتعلم والاخذ بالنصائح من الاكثر خبرة منهم .

5- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

نصت نتيجة هذه الفرضية بانه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى ممرضي مصلحة الاستجالات بالمؤسسة العمومية للصحة الجوارية مقرة تبعا للمتغير الاقدمية"، اتفقت نتائج دراستنا الحالية مع دراسة (بن الشيخ ربيعة)، أن علاقة الاتزان



الانفعالي بالتدفق النفسي لدى اساتذة التعليم الثانوي بوجود وجود فروق داله إحصائية المستوى الاتزان الانفعالي الأقدمية في حين اختلفت (براهيمي وبخليلي) مع دراستنا الحالية بما ان الفرق الدالة احصائيا في مستوى الاتزان الانفعالي لدى ممرضين الاستعجالات كانت لصالح فئة (أكثر من 10 سنوات) يمكن ربطها بان الاكثر خبره يمتلكون اتزان انفعاليا أكثر من الاقل خبرة يعود ذلك

-إلى وجود عوامل قد تتباين في الاتصال الانفعالي لدى الممرضين من خلال شخصية الذاتية للفرد او بالبيئة المحيطة به ،وما يتعرض له من مواقف اي ان خبرة فرد له 10 سنوات ليست كخبرة شخص أقل او اكثر من 05 سنوات فالمررض الذي له اقدمية في المهنة اصبح قادر على التحكم في انفعالاته ، فهو لا يندفع بل يعمل مهامه بكل راحة وطمأنينة لأنه متعود على الصمود وصلابة التفكير في الازمات ، فالأقل خبرة قد يكون غير مدرك لانفعاله وذلك بكونه مزال في طور التجارب وانه في حالة اثبات نفسه وضبط انفعالاته، ومجابهته لمشاكل الحياة اي يكون موضوعيا في عمليه تكيفه مع العالم الخارجي.

_ كما يمكن تفسير ذلك بأن المؤشرات الصحية تكون لدى الشخص ذو الدرجة المرتفعة اي حالة من التماثل بين شدة الانفعال ومثيراته فإن فرح او حزن يكون ذلك متوازنا مع المنبهات التي سببت له هذه الحالة

وحسب (النظرية الانسانية) يرى ماسلو ان عدم اتزان الفرد انفعاليا يشاء من فشل الفرد في اشباع الحاجات الاجتماعية كالحب والانتماء وحاجات التقدير.

الاستنتاج العام:

نستنتج مما سبق ان اهمية هذه الدراسة من اهمية الدور الملقى على عائق ممرضى الاستعجالات، خصوصا كون هذه المصلحة الطبية تعتبر اشد المصالح حساسية في المستشفى واكثرها فوضى وازدحاما حيث يمثل الممرض الحالة النفسية في أعلى تجلياتها الايجابية والخبرة والدافعية باتجاه أداء المهام، من خلال دراستنا يتضح ان مستوى التدفق النفسي والاتزان



الانفعالي مرتفع لدى الممرضين وهذا راجع الى السمات الشخصية لديه وخبرات ذاتية وقدرته على تحمل الضغوطات.

وهذه الدراسة التي قمنا بها تسلط الضوء على فئة ممرضين مصلحة الاستعجالات الطبية وتوضح كيفية تخطيطهم للمشكلات والتعامل معها، ويبقى ان نقول في الختام ان النتائج التي توصلنا اليها هي مقتصرة على عينة الدراسة، وهذا ما يفتح المجال لدراسات أخرى؛ النتائج المحصل عليها خلال الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية بين كل من التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضى الاستعجالات.
- مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى ممرضى الاستعجالات.
- مستوى الاتزان الانفعالي مرتفع لدى ممرضى الاستعجالات.
- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى التدفق النفسي لدى ممرضى الاستعجالات.
- توجد فروق دالة احصائيا في مستوى للاتزان الانفعالي لدى ممرضى الاستعجالات.

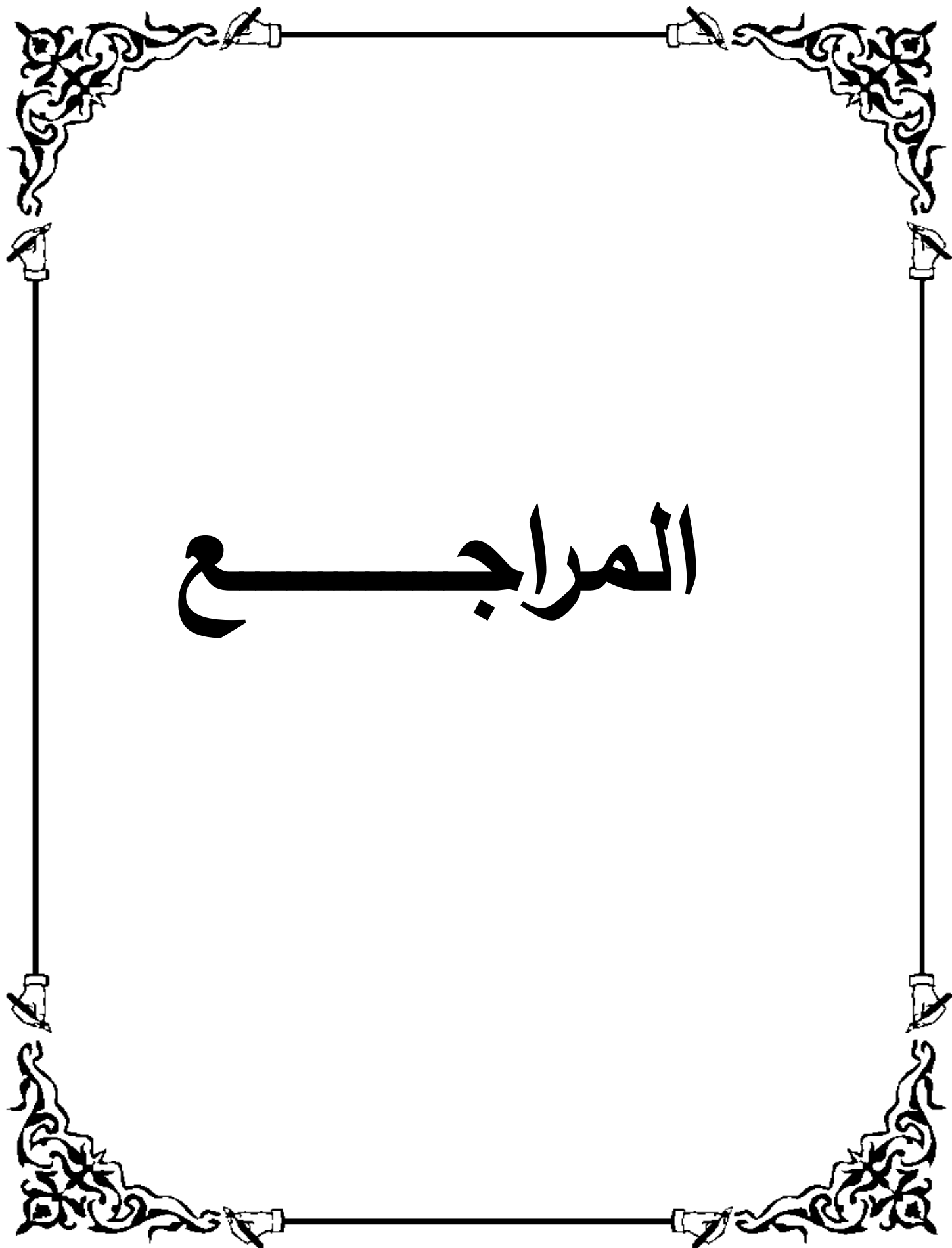
اقتراحات الدراسة:

- العمل على رفع مستوى التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى ممرضين مصلحة الاستعجالات الطبية من خلال تفعيل أنشطة ادارة شؤون الممرضين
- الاهتمام بالجانب النفسي للممرض لانّه لا يؤثر فقط في سلوكه وفكره وانما كذلك على المرضى
- اجراء المزيد من البحوث حول التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدى الممرضين للوقوف على الاسباب التي تسهم في تنمية التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لديهم، وكذلك الاسباب التي تحول دون وصولهم الى حالة التدفق النفسي والاتزان الانفعالي



- عادة النظر في اجور الممرضين وجعلها تتناسب مع غلاء المعيشة ومتطلبات الحياة
_ اعطاء الممرض مسؤوليات واضحة ومحددة وعدم الاجهاد في العمل

المراجع





قائمة المراجع:

- محمد سعيد عبد الجواد ابو الحلاوة(2013): حالة التدفق المفهوم والابعاد والقياس، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية.
- براهيمى صباح (2021): المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى اساتذة الجامعة-دراسة ميدانية بجامعة محمد خيضر ولاية بسكرة، مذكرة ماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي.
- داليا يسرا يحيى الصاوي (2020)، التدفق النفسي وعلاقته بالذات الإيجابية لدى عينه من طلاب الجامعة المشاركين وغير المشاركين في الانشطة الطلابية، جامعة 6 محافظة الجيزة مصر.
- احمد بلبقرة (2018): التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي، دراسة ميدانية على عينه من العمال الدائمين بمديرية التجارة، بورقلة.
- بن الشيخ ربيعة (2015): علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي لدى اساتذة التعليم الثانوي ،مذكرة لنيل شهادة الماستر ،ورقلة.
- نجوى احمد زكي (2021): الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي لطلاب المرحلة الثانوية بحث نشر للحصول على درجة الماجستير في تخصص الصحة النفسية، جامعة حلوان القاهرة.
- بومهراس الزهرة (2020): الاتزان الانفعالي وعلاقته بالرضا عن الحياة لدى أساتذة التعليم الابتدائي دراسة ميدانية بابتدائيات دائرة متليلي ولاية غرداية.
- وفاء سيد محمد حسين (2020): مهارات ادارت الوقت وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية من تخصصات ومستويات دراسة مختلفة كلية البنات جامعة عين شمس.



- سليمان سعيد مبارك (2008): الاتزان الانفعالي وعلاقته بمفهوم الذات لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين جامعة الموصل، العراق.
- مريم نزال سليمان العنزي (2016): مستوى التدفق النفسي لدى طالبات الجامعة وعلاقته بالاتزان الانفعالي، قسم التربية وعلم النفس كلية العلوم والآداب بالقريات جامعة الجوف المملكة العربية السعودية.
- لمياء عبد الله العدساني (2023): التربية وعلم النفس التربية جامعة الملك فيصل، المملكة العربية السعودية.
- واضح وردة، بركات صورية (2021): جودة الحياة وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى الممرضات دراسة ميدانية بمستشفى مقرة ولاية المسيلة، مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس.
- نجاه ناصري رحمة ميجي (2023): مستوى التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي المتفوق دراسيا ميدانية على أربع حالات، بسكرة.
- حدة قيطون مريامة حنصالي، (2021): مستوى الاتزان الانفعالي لدى الراشد المصاب بالصرع دراسة عيادية لثلاث حالات بمدينة بسكرة.
- شادي محمد ابو مصطفى (2015) الضغوط النفسية وعلاقتها بالاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ممرضتي الطوارئ في المستشفيات الحكومية، الجامعة الاسلامية، غزة.
- وفاء سيد محمد حسين، (2020): مهارات ادارة الوقت وعلاقتها بالاتزان الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية. كلية البنات جامعة عين شمس، القاهرة.
- ياسمين عمر حلاوة (2016) الاتزان الانفعالي وعلاقته بتقدير الذات دراسة ميدانية على عينه من الطلبة التعليم الثانوي المهني في محافظة دمشق، (رسالة مقدمة لنيل درجة ماجستير).



- الغزالي آية فتح القلوب (2022) : الاتزان الانفعالي لدى المراهقين المصابين باضطرابات الكلام (مذكرة الماستر)، ولاية قالمة، بالجزائر.
- صابري هادية، زلفاني لبنى (2021)، استراتيجيات مواجهه الاجهاد عند الممرضين العاملين بمصلحة الاستعجالات الطبية مذكرة لنيل شهادة ماستر.
- محمد بن خلفه (2021): استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى الممرضين في ظل جائحة كورونا، بسكرة.
- محمد كمال محمد حمدان (2010): الاتزان الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار لدى ضباط الشرطة الفلسطينية، عمادة الدراسات العليا، جامعة الاسلامية غزة.
- ايمان علي موسى خطاب (2021): الضغوط النفسية لمرضة وبنائها وعلاقتها بالرضا الوظيفي لديها، المجلة العلمية لكلية التربية للطفولة مبكرة جامعة المنصورة، مجلد 8.
- اكرام قوقي كوثر كربوسة (2022): الصمود النفسي لدى الممرضين دراسة استكشافية على عينة من الممرضين المؤسسة الاستشفائية سليمان عميرات تقرت.
- مصطفى حجازي(2012): إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي.
- بقعة حميدة(2018)، التدفق النفسي علم النفس الايجابي دراسة تحليلية، جامعه الجزائر، العدد 16، مجله الحكمة للدراسات التربوية والنفسية.
- خشبة فاطمة السيد حسين (2017)، التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين، مجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد 27 العدد: 96، دار المنظومة.
- وسمية مشعان المشعان (2021) الاتزان الانفعالي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى عينة من طلبة جامعة العلوم الاسلامية العالمية، مجلة جامعة القدس، المجلد 12، العدد: 36، الأردن.



- الزبيدي يونس طاهر خليفة(1997): جودة القرار وعلاقته بالاتزان الانفعالي وموقع ضبط المدراء العاملين، كلية الادب الجامعة المستنصرية.
- ربحي مصطفى عليان عثمان محمد غنيم (2000): مناهج واساليب البحث العلمي النظرية والتطبيق، طبعة 01، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
- سلام طرية (2023): التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب الدراسات العليا في كلية التربية، مجلد 45، العدد: 7، جامعة البعث.
- يسرى بكاري، مريم عون(2022)، اساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى مرضي الاستعجالات الطبية في ظل جائحة كورونا، (مذكرة ماستر)، بسكرة.
- بن فليس خديجة، السطحاوي منى، (2022): اساليب ادارة الواقعة لدى المراهق المتمدرس وعلاقتها بكل من مستوى الطموح وبعض استمات الشخصية على عينة تلاميذ ببعض الثانويات، (اطروحة الدكتوراه)، باتنة.
- ابراهيم جبر الأعم، (2020): تقدير الذات وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى عينة من الطلبي المراهقين في مدارس مدينة رهط، (اطروحة ماجستير)، فلسطين.
- الربيع فيصل خليل، رمزي محمد عطية (2016): الاتزان الانفعالي وعلاقته بضبط الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، المجلد 43، الملحق 3، الاردن، دراسات العلوم التربوية.
- ربيعة مالكي (2033): مصدر الضبط وعلاقته بالاتزان الانفعالي والانضباط الصفي لدى التلاميذ المرحلة الثانوية بولاية أدرار، (اطروحة الدكتوراه)، بسكرة.

الملاحق



ملحق رقم (01) أدوات الدراسة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس العيادي

استمارة بحث بعنوان :

التدفق النفسي وعلاقته بالاتزان الانفعالي لدى الممرضين

تعليمية :

في اطار الاعداد لمذكرة ماستر تخصص علم النفس العيادي نلتمس منكم التعاون لإتمام هذه الدراسة ميدانيا وهذا من خلال حرصكم على ملاءمة الاستمارة بكل موضوعية مع العلم أنها لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي فقط .

المطلوب منك وضع علامة (X) في المكان المناسب

الجنس:	ذكر	<input type="checkbox"/>	أنثى	<input type="checkbox"/>
السن:			
عدد سنوات العمل:	أقل من 5 سنوات	<input type="checkbox"/>	من 5 إلى 10 سنوات	<input type="checkbox"/>
أكثر من 10 سنوات	<input type="checkbox"/>	مساعد تمريض		<input type="checkbox"/>
الرتبة:	ممرض	<input type="checkbox"/>		



أولا/ التدفق النفسي

أعارض بشدة	أعارض	محايد	أوافق	أوافق بشدة	الفقرة
					1. أشعر أن لدي الكفاءة لمواجهة المواقف الطارئة
					2. مهاراتي وصلت إلى مستوى يوازي التحديات الفنية المختلفة في العمل
					3. يبدو لي بوضوح إلى أين يتجه أدائي
					4. لدي من المهارات ما يسمح لي بمواجهة التحديات الصعبة للمواقف المختلفة
					5. أشعر بأنني مسيطر سيطرة كاملة على عملي
					6. لا أهتم بما يفكر به الآخرون من حولي
					7. خبرتي في العمل تترك لدي شعورا جميلا تجاهه
					8. أعتقد أنني أقوم بعملي تلقائيا
					9. أحدد أهدافي بوضوح
					10. أقوم بالإجراءات الصحيحة دون التفكير في تجربتها مسبقا
					11. أعرف بوضوح ما أريد القيام به من عملي
					12. أشعر حقا بما أقدمه من عمل
					13. أعلم مسبقا ما الطريقة الفضلى للقيام بالعمل
					14. لا أبذل جهدا من أجل الحفاظ على تركيزي في العمل
					15. أشعر أنه يمكنني السيطرة على أدائي في العمل
					16. لا أهتم بتقييم الآخرين
					17. يكون انتباهي مركزا كليا على العمل الذي أقوم به
					18. أركز بالكامل على العمل الموكل إلي
					19. أصب تركيزي على ما أقوم به في العمل
					20. أنجز العمل بتلقائية دون إطالة في التفكير
					21. أعلم كيف يمكنني إنجاز العمل بالطريقة المناسبة
					22. أستطيع السيطرة على نفسي في العمل

قائمة المصادر والمراجع



					23. أعرف تماما مالذي أريد تحقيقه في نهاية العمل
					24. أشعر بالسيطرة التامة على العمل
					25. لا أركز على طريقة ظهوري أمام العمال
					26. أفقد الوعي بالزمن عندما أكون في العمل الذي أقوم به
					27. أقوم بالعمل بعفوية دون الحاجة إلى التفكير
					28. أنسى كل ما هو حولي عند القيام بعملي
					29. يبدو لي وكأن الوقت يمر ببطء
					30. عندما أكون في العمل أشعر أن الوقت يمر على غير العادة
					31. يبدو لي أن زمن العمل يمر بسرعة
					32. يمكنني القول بأن أدائي جيد كيفما قمت به في أي وقت
					33. أنا حقا أستمتع أثناء القيام بعملي
					34. أحب الإحساس الذي يتملكني وأنا أعمل وأتمنى تكراره
					35. لا تقلقني نظرة الآخرين لي
					36. أشعر أن القيام بالمهمة تجربة رائعة جدا

ثانيا/ الاتزان الانفعالي

دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا	الفقرة
					1. أستطيع أن أسيطر على انفعالاتي أمام الآخرين
					2. أشعر دائما بالهدوء الداخلي
					3. أتقبل النقد حتى ولو كان في غير محله
					4. أتقبل آراء الآخرين حتى ولو اعتقدت أنهم أقل مني
					5. لا أجد صعوبة في التعبير عما أشعر به
					6. أفكر كثيرا قبل الإقدام على عمل ما
					7. لا أتردد كثيرا عند اتخاذ قرار ما
					8. أعتقد أنني محبوب جدا من زملائي
					9. لا أنزعج كثيرا من الأخبار المؤلمة
					10. يمكنني أن أتغاي بسهولة عن أخطاء الآخرين

قائمة المصادر والمراجع



					11. أتقبل رأي الآخرين حتى ولو خالفني الرأي
					12. كثيرا ما أشعر أن زملائي يسخرون مني
					13. أشعر بالهدوء الداخلي والاطمئنان معظم الوقت
					14. أفضل الحياة دون قيود
					15. أنا راضي تماما عن حياتي ونفسي
					16. يمكنني التحدث في حشد من الناس بسهولة
					17. أنا متفائل جدا بالمستقبل
					18. أشعر أنني ناجح في جميع أفعالي
					19. غالبا أسير وفق خطة
					20. أستطيع العمل وأنا استمع إلى الراديو
					21. أرى أنني أستطيع التكيف مع المشكلات الحياتية
					22. أفضي كثيرا من اللحظات في سعادة
					23. أعتقد أن كل يوم جديد يحمل مفاجأة سعيدة
					24. ما بقي من عمري سوف يكون أكثر سعادة
					25. يستطيع الفرد أن يتغلب على المصاعب مهما كانت



ملحق رقم (02) ثبات وصدق أدوات الدراسة

أولاً/ ثبات وصدق مقياس التوافق النفسي:

أ/ الثبات:

Reliability

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.890	80

Reliability

ب/ الصدق: الاتساق الداخلي

Correlations

Correlations					
		دك2		دك2	
مح1	Pearson Correlation	0.559*	مح3	Pearson Correlation	0.658*
	Sig. (2-tailed)	0.010		Sig. (2-tailed)	0.002
	N	20		N	20
مح2	Pearson Correlation	0.781**	مح4	Pearson Correlation	0.505*
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.023
	N	20		N	20
*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).					
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

ثانياً/ ثبات وصدق مقياس تقدير الذات:

أ/ الثبات:

Reliability

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.535	25

ب/ الصدق: المقارنة الطرفية

T-Test

Group Statistics								
	الطرفين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean			
الدرجات	الأعلى	6	43.3333	3.01109	1.22927			
	الأدنى	6	37.3333	0.51640	0.21082			
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
الدرجات	variances assumed	4.447	0.061	4.811	10	0.000	6.00000	1.24722
	variances not assumed			4.811	5.294	0.002	6.00000	1.24722



ملحق رقم (03) نتائج الدراسة
ملحق نتائج الدراسة

أولاً/ التحقق من طبيعة التوزيع:

Explore

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
التدفق الانفسي	.108	60	.077	.974	60	.221
الاتزان الانفعالي	.222	60	.000	.578	60	.000
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						



ثانيا/ التحقق من فروض الدراسة:

الفرضية العامة:

Correlations

Correlations		
		الانتران الانفعالي
التدقق النفسي	Pearson Correlation	.592**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	60
*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		

الفرضية الأولى:

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
التدققالنفسي	60	152.9333	12.69708	1.63919
One-Sample Test				
	Test Value = 108			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
التدققالنفسي	27.412	59	.000	44.93333

الفرضية الثانية:

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الانترانالانفعالي	60	97.2000	11.30292	1.45920
One-Sample Test				
	Test Value = 75			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
الانترانالانفعالي	15.214	59	.000	22.20000

الفرضية الثالثة:

التدققالنفسي	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3901.520	2	1950.760	19.820	.000
Within Groups	5610.213	57	98.425		
Total	9511.733	59			

Scheffe					95% Confidence Interval	
(I) الأقدمية (I)		Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	Lower Bound	Upper Bound
أقل من 5 سنوات	من 5-10 سنوات	13.64427 [*]	2.69479	.000	-20.4176	-6.8709
	أكثر من 10 سنوات	11.17391	5.37453	.125	-2.3350	24.6828
من 5-10 سنوات	أقل من 5 سنوات	13.64427 [*]	2.69479	.000	6.8709	20.4176
	أكثر من 10 سنوات	24.81818 [*]	5.25250	.000	11.6160	38.0203
أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	-11.17391	5.37453	.125	-24.6828	2.3350
	من 5-10 سنوات	24.81818 [*]	5.25250	.000	-38.0203	-11.6160

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

الفرضية الرابعة:

الاتزان الانفعالي	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4378.022	2	2189.011	39.491	.000
Within Groups	3159.578	57	55.431		
Total	7537.600	59			

Scheffe					95% Confidence Interval	
(I) الأقدمية (I)		Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	Lower Bound	Upper Bound
أقل من 5 سنوات	من 5-10 سنوات	-3.89987	2.02232	.165	-8.9830	1.1832
	أكثر من 10 سنوات	31.13043 [*]	4.03334	.000	20.9926	41.2682
من 5-10 سنوات	أقل من 5 سنوات	3.89987	2.02232	.165	-1.1832	8.9830
	أكثر من 10 سنوات	35.03030 [*]	3.94177	.000	25.1227	44.9379
أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	31.13043 [*]	4.03334	.000	-41.2682	-20.9926
	من 5-10 سنوات	35.03030 [*]	3.94177	.000	-44.9379	-25.1227

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.



كلية العلوم
الإنسانية والعلوم
الاجتماعية
FACULTY OF HUMANITIES
AND SOCIAL SCIENCES

Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: /

تصريح شرقي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

إذا الممضى ادناه :

السيد(ة) : عائشة بدين

الصفة(طالب، استاذ باحث، باحث دائم) : حالياً

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم : 11001101300460008

الصادرة بتاريخ : 05/05/2014 عن دائرة : مهم

المسجل بكلية: العلوم الإنسانية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس العملي تحت رقم التسجيل: 191935072573

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه) .

عنوانها: التقوى النفسى و علاقته بالانترنات الانجيل لدى مسرقي

مملكة الاسترجال دراسة ميدانية بالوطنية الصومالية

المسألة البحثية مقترحة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة

الاكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في:

امضاء المعني(ة):

المرجع، القرار الوزاري رقم، 933 المؤرخ في، 28-07-2016 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.



Faculté des Sciences Humaines et Sociales
Vice-Dean'ship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
تبأية العمادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة

وثيقة ابداع منكرة ماستر

الموضوع: الوثيقة البحثية وعلاقتها بالانتماء الانفعالي لدى معلمي

حضانة الاشغال دراسة ميدانية بطوليسيت الونوميسيت للصحة

البيوار بي مقتر

إعداد الطلبة:

1- بسنية داساس رقم التسجيل: 19.19.35.07.2573
2- هويدم صقيت رقم التسجيل: 19.19.35.08.9965
القسم: علم النفس الشعبة: التخصص علم النفس العمالي
إشراف: صديقي نوال الرتبة: محاضر - أ

أقر بأنني تابعت العمل المذكور أعلاه في جلسات إشرافية طيلة الموسم الجامعي: 2023-2024 وأسمح بإيداعه على مستوى ادارة القسم للمناقشة والتقييم.

رئيس فريق الاختصاص

موافقة وإمضاء الاستاذ(ة) المشرف(ة):

رئيس القسم

لتحميل الوثيقة يرجى نسخ الرمز





Faculty of Humanities and Social Sciences
Vice-Deanship of the College for Studies and
Student Issues

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
University Mohamed Boudiaf of M'sila



كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
نيابة العادة للدراسات والمسائل المرتبطة بالطلبة
الرقم: 2024/

تصريح شرفي خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

انا الممضي (ة) ادناه :

السيد(ة): صفية حويلا م

الصفة(طالب, استاذ باحث, باحث دائم): طالب

الحامل لبطاقة التعريف الوطنية رقم: 119991029000640001

الصادرة بتاريخ: 21-03-2022 عن دائرة: بن سرور

المسجل(ة) بكلية: العلوم الاقتصادية قسم: علم النفس

تخصص: علم النفس الديني تحت رقم التسجيل: 171735089965

والمكلف بإنجاز اعمال بحث(مذكرة التخرج, مذكرة ماستر, مذكرة ماجستير, اطروحة دكتوراه).

عنوانها: الدور النفسي وعلاقتها بالانتماء الى نقالي

لدى عينه من مرسية الى مسيلة

اصرح بشرفي بانني التزم بالمعايير العلمية والمنهجية ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة في
انجاز البحث المذكور اعلاه

المسيلة في: 04-06-2024

امضاء المعنى (ة):

المرجع: القرار الوزاري رقم: 933 المؤرخ في: 2016-07-28 المحدد للقواعد المتعلقة بالوقاية من السرقات العلمية ومكافحتها.

