



Original article

Psychological Flow Among Educational Counselors

Oday Jabur Kaduem Al-Quraishi 

Governorate General Directorate of Education Wasit

ABSTRACT

The aim of this research is to identify the level of psychological flow among educational counselors and to determine the significance of differences between males and females. The researcher adopted a descriptive approach and developed a psychological flow scale based on Czesztimhalyi's theory. The scale consisted of 36 items, and its psychometric properties (discrimination, validity, and reliability) were verified. It was administered to a stratified random sample of 100 male and female counselors. The results indicated that the research sample of counselors exhibited psychological flow, and that the differences between males and females were not statistically significant. Based on these findings, the research offers several recommendations and suggestions.

*Correspondence author:
aodayjaber1976@gmail.com

Received: 25 March 2026

Accepted: 07 May 2026

Published: 25 August 2026

DOI:

<https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt3.1809>



1812-0512 / © 2026 The Author(s). Published by Wasit Journal for Humanities Sciences, Wasit University. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Cite:

Al-Quraishi, O. J. K. (2026). Psychological Flow Among Educational Counselors. Wasit Journal for Human Sciences, 22(3/Pt3). <https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol22.Iss3/Pt3.1809>

Keywords: Psychological flow, educational counselors

التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين

أ.م.د. عدي جبر كاظم القرشي

المديرية العامة لتربية واسط

المستخلص

هدف البحث الحالي التعرف على التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين ، ومعرفة دلالة الفروق بين الذكور والإناث، اعتمد الباحث المنهج الوصفي وقام ببناء مقياس للتدفق النفسي اعتماداً على نظرية كسكزنتيميهالي ، وتكون من (36) فقرة تم التحقق من الخصائص السيكومترية المتمثلة بالتميز والصدق والثبات وطبق على عينة اختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية المتساوية وتكونت من (100) مرشداً ومرشدة، وتوصلت النتائج إلى أن عينة البحث من المرشدين لديهم تدفق نفسي ، والفروق ليست ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث، ومن خلال هذه النتائج خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، المرشدين التربويين

المقدمة:

مشكلة البحث والحاجة إليه:

إن ضعف امتلاك المرشد التربوي مهارات وقدرات منها التدفق النفسي يعرضه لمشكلات متعددة منها مشكلات التوافق المهني وضعف الرضا عن نفسه وعن أداء أعماله وهذا يسبب ارباكاً وخلاً في أدائه لمهامه الارشادية نتيجة الضغوط الكبيرة التي يواجهها في عمله والصراعات النفسية التي تسبب في نقص تلك الحالة الايجابية لديه سيما في البيئة التعليمية والتدريسية العراقية وما فيها من ضغوطات نفسية وازمات مختلفة ومتتالية لعدة عقود شملت شرائح المجتمع جميعاً ، وقد وضح كسكزنتيميهالي أن هنالك صعوبات وعقبات أمام استمتاع الإنسان بالحياة ومن أهمها أن يشغل الإنسان بالخوف من تقييمات الآخرين وكذلك الاحكام التي يطلقونها وإن الشعور بالابتهاج يضفي على الإنسان أنه يجب أن يتجاوز قيود الأنا أي يتحرر من قيود انا الشخص وأيضاً أن يتجاوز الروتين في الحياة اليومية (Csikszentmihalyi , 1996 , p . 107) وهذا ما اشارت اليه بعض الدراسات ومنها (دراسة جواد ، 2015 ، ص 33) التي أكدت من امكانية الافادة من المؤسسات التربوية عبر توجيه المرشدين التربويين للعمل على زيادة تبصر المسترشدين بعمليات تنظيم ذواتهم وعلى ضرورة ، دراسة التدفق النفسي ، وهنا يجب أن نؤكد إلى أن في حالة ضعف امتلاك المرشد التربوي التدفق النفسي يعرضه إلى اخفاقات عديدة أثناء عمله لأن المرشد الفعال هو من يقوم بتقديم الخدمات النفسية والاجتماعية للمسترشد ويسعى أن يحقق ذاته من خلال الحب والاحترام والتقدير فالمرشد التربوي الكفاء هو حجر الزاوية لإنجاح العملية التربوية ويجب عليه أن يتحلى بالعديد من المهارات والقدرات على حل المشكلات، وعليه تتمثل مشكلة البحث الحالي بالإجابة على السؤال الآتي: هل يتمتع المرشدون التربويون بالتدفق النفسي ؟ وهل هناك فروق تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) في التدفق النفسي.

إن أهمية التدفق النفسي تأتي من كونه يعد من المفاهيم الحديثة التي تنتمي إلى علم النفس الايجابي وله أهمية للمرشد التربوي فمن خلاله يصل إلى أعلى درجة لتوظيف طاقاته النفسية ويكون راضياً عن نفسه، وإن نظرية التدفق تؤكد على

الانسجام والموازنة لمستوى مهارة المرشد التربوي، وتحديات الموقف المنبثق عن النشاط الذي يؤديه وأيضاً هناك خصائص منها، فقدان الاحساس بالوقت، والاحساس، والتركيز على الاهداف والتغذية المرتدة، واستعمال كل الامكانيات بشكل عفوي، إن التدفق النفسي يعدّ دافعية مركزة يستخدمها المرشد التربوي وهو يمثل الحد الأقصى في توظيف الانفعالات لخدمة الاداء، إن الانفعالات والتعلم في التدفق النفسي لا يتم احتوائها فحسب ولكن يتم تنظيمها بشكل ايجابي مع المهمة التي تكون قيد الانجاز وتعد بمثابة السمة التي تميز التدفق النفسي وهي الشعور بالتمتع التلقائي أثناء اداء المهمة، وتجدر الإشارة إلى أن التدفق النفسي يعد من الامور المهمة لأنه يصنف من أهم النظريات التي تولي الاهتمام بأهمية الدوافع الفطرية والتي تركز على الافراد الذين لديهم دوافع من أجل الاشتراك في الانشطة المختلفة والتي تستخلص منها الخبرات ، ونحن ندرك حقيقة أن عمل الارشاد التربوي يركز على أمور عديدة ومهارات مختلفة وكثيرة فالإرشاد التربوي يتطلب من حيث انه يقدم خدمات ارشادية للطلبة يهدف لمساعدتهم على تحديد مشكلاتهم والقدرة على معالجتها وذلك عن طريق تنمية الامكانيات والمهارات لتحقيق التوافق والصحة النفسية وان الارشاد يوجه الفرد كي يصل الى الحلول المناسبة الناجعة لان نجاح المرشد التربوي يعتمد على قدرات ومهارات كثيرة منها التدفق النفسي، وإن هذه المهارات هي مادة العلاقات بين البشر ومكونات ضرورية للنجاح ، والمرشدون الفعالون هم الذين يتميزون بالتدفق النفسي ويعنون مصدر ايجابي للمسترشد ويجعلون من معهم في حالة وجدانية جيدة لأن التدفق النفسي يصل بالمرشد التربوي إلى اقصى درجة لتوظيف طاقته النفسية ، وهذا ما اكدته دراسة (الموسوي وشطب ، 2015 ، ص 12) حيث ركزت على قوة ومهمة التدفق النفسي في نجاح الفرد في الاعمال والانشطة التي يقوم بممارستها لأنه يزود الفرد بالطاقة والقدرة على الوعي الذاتي، وايضاً اشارت دراسة العبيدي، إلى أهمية توافر العوامل بالبيئة التعليمية والتدريسية التي يتم خلالها زيادة التدفق النفسي (دراسة العبيدي، 2016 ، ص 23) وهذا ما أكدت عليه دراسة (عبد الحسين ، 2017 ، ص 28) من أهمية تناول مفاهيم ايجابية لدى المرشدين التربويين.

أهداف البحث:

هدف البحث الحالي هو معرفة: -

- 1- التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين.
- 2- دلالة الفرق الاحصائي في التدفق النفسي بين المرشدين والمرشدات.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على المرشدين التربويين العاملين في المديرية العامة لتربية واسط للعام 2025 / 2026.

مصطلحات البحث:

اولاً: التدفق النفسي

هو التركيز العميق الذي يحدث حين يندمج الشخص في اداء المهمة وبتركيز شديد وتواصل وبذل مزيداً من الجهود، وهي حالة مثلى يحقق بها الشخص ويكون مستوى قدراته ومهاراته في انسجام وتوازن بين التحدي والصعوبة المرتبطة بأداء المهمة، لاسيما المهمة التي فيها أهداف محددة وتقدم تغذية مرتدة فورية. (Csikszentmihalyi, 1997, p. 221)

وقد تبنى الباحث تعريف (كسكزننتميهالي) وذلك بسبب تبنيه نظريته وتعريفه ومجالاته في بناء المقياس حيث قام الباحث ببناء مقياس يلائم بحثه وعينته.

التعريف الاجرائي:

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب، عند اجابته على مقياس التدفق النفسي الذي بني في هذا البحث.

ثانياً: المرشد التربوي

هو أحد الاعضاء للهيئة التعليمية والتدريسية، الذي لديه المؤهل بدراسة المشكلات التربوية والسلوكية والاجتماعية، خلال عملية جمعه للمعلومات التي تتصل بتلك المشكلات سواء كانت المعلومات متصلة بالطالب نفسه، او البيئة المحيطة به من أجل تبصيره بالمشكلات وتقديم المساعدة، ويفكر بحلول مناسبة لتلك المشكلات التي يعاني منها واختيار الحل الملائم الذي يرتضيه لنفسه (وزارة التربية، 1988. ص 10).

الفصل الثاني: الإطار النظري

التدفق النفسي:

إن علم النفس الايجابي يعتبر تيار حديث في علم النفس ويعنى بدراسة العمليات التي تسهم في نمو وازدهار الافراد والمؤسسات وله دور حيوي في ذلك من أجل ان يقاوم الافراد جميع المشكلات والظروف الصعبة والمعقدة في الحياة وقدم العالم مارتن سيلجمان توجه مغاير في علم النفس وهو علم النفس الايجابي الذي اهتم بدراسة الجوانب الايجابية في الشخصية (Seligman , 2007, p. 6). إن الجذور التاريخية لدراسة التدفق تعود إلى الستينات من القرن الماضي حين بدأ العالم الامريكي كسكزننتميهالي وزملاؤه من الباحثين بدراسة التدفق النفسي حين اصبح شغواً بالفنانين الذين ينغمسوا في عملهم بالخصوص الرسامين الذين يندمجون تماماً في فهمهم حيث اصبحت بحوث التدفق النفسي سائدة في تلك الفترة خلال الثمانينات والتسعينات ، لذا كانت له اسهامات كبيرة في هذا الاتجاه تحديداً ، فالشخصية التي تتمتع بالإنتاج والابداع اطلق عليها نظرية التدفق النفسي والتي فسرت الدوافع الإنسانية المبدعة في مختلف مجالات الحياة، ويعد مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم الاساسية التي قدمها كسكزننتميهالي واصبح مفهوماً رائجاً في هذا المجال والذي يعبر عن الحالة النفسية الداخلية للفرد ويشعر خلالها بالتركيز مع ما يقوم به بالشكل الامثل حيث تصل إلى مستوى تحقيق الذات الذي يكون على رأس الحاجات البشرية حيث أن الفرد ينشد الى تحقيق امكاناته بكل طاقاتها، ويضيف كسكزننتميهالي إن حالة التدفق النفسي تحدث حين يكون لدى الإنسان اهدافاً واضحة ولديه حب ومتعة كبيرة للمهام التي يريد أن يؤديها والتي بالضرورة تتطلب منه استجابات محددة، فحين يرتفع التحدي يحاول الفرد بكافة مهاراته وكل خبراته فنجدته يستغرق بشكل كبير في تلك المهمة ولا يشعر بالوقت أو الزمن ويركز جل اهتمامه وانتباهه في وضع حلول مبدعة للمهام او التحديات التي يواجهها ويضيف كسكزننتميهالي أن الفرد يدخل في حالة التدفق النفسي من خلال ايجاد تحديات أو فرص للعمل من شأنها تنمية المهارات كذلك من خلال تحديد الاهداف القريبة والواضحة حول التقدم الذي يروم تحقيقه من خلال التركيز الشديد للعمل وكذلك عملية دمج الفعل والادراك والشعور المحقق للذات. إن المرشدين التربويين قادرين على اتخاذ القرار تجاه ما يريدونه وعليهم أن يركزوا انتباههم، وحين يكونوا قادرين على الدخول في حالة التدفق النفسي ويستغرقون كلياً في المهمة التي بين ايديهم من غير أن يتخذوا قراراً واعياً لان يفعل ذلك ولا

يشعرون بالوقت أو الناس وحتى الحاجات الجسدية الاساسية وهذا يحدث لأن الانتباه في حالة التدفق هو في المهمة التي لديه حالياً ولا يوجد انتباه إلى الفعاليات الأخرى (Csikszentmihalyi, 2012, p. 215).

إن هذا الشعور أو الاحساس الذي يحس به الفرد عندما يتصرف باندماج تام مع العمل أو النشاط الذي يقوم به والتدفق النفسي حالة يجد بها الفرد نفسه مندمج بشكل كامل في المهام أو الاعمال والنشاطات التي يقوم بها وهو بحالة من التفهم والاستمتاع الشخصي والاستغراق التام من أجل تحقيق ذلك النشاط بحد ذاته وبشكل تلقائي وهنا يوظف الفرد كافة قدراته وامكانياته ومهاراته إلى اقصى حد ممكن ، وفي عام 1997 قدم كسكزنتيميهالي صياغة جديدة للتدفق النفسي ووصفه انه حالة من التركيز العميق تحصل حين يندمج الافراد في التعامل مع مهام تتطلب التركيز الشديد والمثابرة والتواصل للجهود وتعتبر تلك حالة مثلى تحقق مستوى عالي من المهارات والقدرات والتوازن للإنسان مع مستوى التحديات والصعاب ذات العلاقة بالمهام والاداء بغية تحقيق الاهداف المنشودة ، كذلك ربط بين التدفق النفسي وما اطلق عليه (الخبرة المثلى) لأنها تحقق للفرد احساساً بأن المهارات والقدرات التي يتمتع بها مناسبة ويمكن بذلك أن يواجه جميع الصعاب والتحديات ويتمكن أن ينظم ويوجه الافعال توجيهاً مناسباً بحيث يكون ادائه بشكل تلقائي وفي حالة انتباه لأي شيء آخر إلى أن ينجز تلك المهمة (Csikszentmihalyi, 1997, p. 221).

وعبر ايضاً كسكزنتيميهالي عن حالة التدفق النفسي ووصفها أنها حالة يشعر فيها الإنسان أنه مندمج بشكل تام مع النشاط او العمل الذي يؤديه ويتجاهل اي نشاط أو مهام أخرى وهو يكون في حالة الاستمتاع الشخصي ، وإن تكون اكثر امتاعاً حين يتمشى التحدي مع مستوى المهارة ، ويعتقد في نظريته ان الانشطة والاعمال حين تكون سهلة فأن ذلك سوف ينتج الملل وإذا كان صعباً تكون النتيجة ان يشعر بالقلق، إن اكتساب المهارات تحرره من البلادة النفسية والسلوكية، إن على المرشدين التربويين ان ينغمسوا في حالة التدفق النفسي وهي حالة يقوموا بها حين ينغمسوا في عمل ما يضيف عليهم اجواء من المرح والسرور ومن الملاحظ أن تلك الانشطة من الانغماس والاستغراق في الانشطة لا يتلاشى مع تقدم العمر ويستند التدفق النفسي على عامل مهم وهو التوازن بين مستوى المهارة والمهارات التي يمتلكها الفرد والتحدي المنبثق عن النشاط الذي يقوم به بغض النظر عن نوع القائم بتلك المهارة ذكراً كان أم أنثى ، ويعد دافعية مركزة بالكامل ويمثل الحد الاقصى بتسخير الانفعالات لخدمة الاداء ، ووفقاً لكسكزنتيميهالي أن الانفعالات في التدفق النفسي لا يتم احتوائها فحسب لكن يتم تنظيمها بشكل ايجابي مع المهمة قيد الانجاز وهي ميزة اساسية بالشعور بالتمتع التلقائي اثناء اداء المهمة أو العمل (Csikszentmihalyi, 2012, p. 4). ويضيف كسكزنتيميهالي، إن الاندماج في النشاط من اجل الوصول للتدفق النفسي مسؤولة عن ثلاث سمات ذاتية هي اندماج الوعي في الاداء، والانغماس بالتحكم والانضباط، وتحول الوقت، وإن مكونات التجربة التي تركز على المهمة واندماج الوعي بالفعل والاحساس بالضبط والسيطرة وغياب الوعي بالذات والاحساس بمرور الوقت والاستمتاع الذاتي ومن ثم تحدث نتائج التجربة وهي عاطفي وذهني وفسولوجي واداء وانغماس، ويعد التدفق النفسي من المفاهيم الايجابية التي طرحها (كسكزنتيميهالي) والتي يعدها حالة نفسية داخلية ايجابية حيث يشعر الانسان من خلالها بالتركيز (Csikszentmihalyi, 2017, p. 553).

وقد حدد كسكزنتيميهالي تسعة مجالات للتدفق النفسي وهي كالآتي: -

- 1- التوازن بين التحدي والمهارة، بمعنى ان هناك موازنة بين التحديات والصعاب والمهمة التي يراد بالفرد القيام بها أي حين يكون التحدي عالياً.
 - 2- الاهداف الواضحة، أي تكون الاهداف الموضوعية واضحة وتتسم بالتحديد في ذهنية الشخص القائم بها.
 - 3- تغذية راجعة فورية غير مبهمة، وهي أن يتلقى الشخص اثناء عمله أو تأدية المهمة بتغذية فورية واضحة تؤدي بالمعرفة في تحقيق الاهداف المطلوبة وتقويم الاداء بدقة عالية.
 - 4- التركيز في المهمة أينما كانت عملاً أو نشاطاً، فيجب التركيز يكون منحصراً من الشخص على المهمة بشكل أكبر في البيئة المحيطة لأنه لا يستطيع ان يغمس بها.
 - 5- الاندماج بالوعي فعلاً، أي أن الشخص يندمج بقيامه بكافة الحركات بكل عمق وتلقائية.
 - 6- الاحساس بالسيطرة، بمعنى أن يحس الشخص بالسيطرة بشكل تام بالموقف وان يتسم بالهدوء والتفكير الايجابي وهذا يتطلب منه المهارة.
 - 7- غياب الوعي بالذات، هنا يركز الشخص على الاداء فقط ولا يفكر بالطريقة التي يعتقد بها أو يراها الآخرون أو بأفكارهم التي يفكرون بها.
 - 8- الاحساس بمرور الوقت، حين يدرك هنا الشخص الوقت بطريقة مختلفة في اداء المهمة إذا ما أردنا أن نقارنه بالحالة الطبيعية أي أن الشخص يفقد الاحساس بالزمن فالساعات تمر كأنها ثواني في حالة ادائه للعمل أو المهمة.
 - 9- المتعة الذاتية، يكون الشخص هنا شاعراً بالاستمتاع والدافعية بعمله الذي يقوم به بغض النظر عن الفوائد الخارجية التي ينتظرها.
- إن التدفق النفسي نستطيع ان نقول أنه حالة انسانية في داخل الشخص لها ابعاد نفسية وعقلية وروحية ومن خلالها نشعر بالاندماج مع العمل الذي نؤديه ويتم التركيز فيه بشكل تام ويندفع الفرد بكل نشاط وحيوية وايضاً يشعر بالابتهاج وفي نفس الوقت المهارة بالأداء ويتم تذليل كل المصاعب والتحديات ولا يطرأ على الفرد أدنى تفكير بالفشل أو الاخفاق في عمله لان دافع البهجة والمثابرة يؤدي به في نهاية المطاف إلى الابداع وأيضاً الشعور بجودة الحياة وقيمتها Csikszentmihalyi، (2006 , p. 79).

الفصل الثالث:

منهجية البحث وإجراءاته:

استخدم الباحث في البحث الحالي المنهج الوصفي لأن المنهج الوصفي ملائم في تحقيق أهداف البحث، ويعد من اساليب البحث العلمي، وهو يعتمد لدراسة الظواهر كما هي بالواقع (عبيدات وآخرون، 1998، ص 217).

أولاً: مجتمع البحث

جميع مفردات الظاهرة التي يقوم البحث بدراستها (ملحم، 2002، ص. 247). وبلغ عدد مجتمع البحث من المرشدين التربويين بمديرية تربية واسط (407) بواقع (202) مرشد تربوي و (205) مرشدة تربوية، كما في جدول (1).

جدول (1) مجتمع البحث موزع بحسب مديريات تربية واسط وفقاً للجنس

ت	اقسام مديريات التربية	ذكور	اناث	المجموع
1	قسم مديرية تربية الكوت	72	65	137
2	قسم مديرية تربية العزيزية	55	60	115
3	قسم مديرية تربية الصويرة	40	42	82
4	قسم تربية النعمانية	35	38	73
	المجموع	202	205	407

ثانياً: عينة البحث

اختيرت عينة التحليل الإحصائي بالطريقة الطبقة العشوائية (Eel , 1972 , p. 289)، وتألّفت من (100) مرشداً ومرشدة من المديرية العامة لتربية واسط / قسم تربية العزيزية، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

عينة التطبيق النهائي لقسم مديرية تربية العزيزية وفقاً للجنس

ت	التربية	ذكور	اناث	المجموع
1	قسم تربية العزيزية	50	50	100

ثالثاً: عينة التطبيق النهائي

حددت عينة التطبيق النهائي من المرشدين التربويين وبلغ عددهم (100) بواقع (50) مرشد و(50) مرشدة واستخدمت الطريقة العشوائية الطبقة المتساوية موزعة على قسم مديرية تربية العزيزية.

رابعاً: أداة البحث

بنى الباحث مقياساً للتدفق النفسي لتحقيق اهداف البحث، على أن تراعى فيه شروط المقاييس العلمية كالتمييز والصدق والثبات، وفيما يلي خطوات بناء المقياس:

- 1- التخطيط للمقياس. 4 - اجراء تحليل الفقرات.
- 2- صياغة فقرات المقياس. 5- استخراج صدق وثبات المقياس
- 3- صلاحية الفقرات (Allen & Yen, 1979 , P. 118).

1- التخطيط للمقياس

- مقياس التدفق النفسي

اعتمد الباحث تعريف التدفق النفسي لـ كسكزنتيميهايلي ، بعد الاطلاع على النظرية والتعريف الذي تم تحديده والاطلاع على ابعاد التدفق النفسي التسعة ، قام الباحث ببناء مقياس للتدفق النفسي مكون من (36) فقرة موزعة على تسع ابعاد وهي (التوازن بين التحدي والمهارة ، الاهداف الواضحة ، التغذية الراجعة ، التركيز في المهمة ، الاندماج بالوعي ، الاحساس بالسيطرة ، غياب الوعي بالذات ، عدم الاحساس بمرور الوقت ، المتعة الذاتية) و لكل بعد اربع فقرات ملحق (1) ، وتم عرضها على خبراء متخصصين ، لتحديد الأهمية النسبية وصلاحيه الفقرات وابعادها والبدائل التي تم اعتمادها .

صياغة فقرات مقياس التدفق النفسي

اعتمد الباحث في بناء المقياس على نظرية كسكزنتيميهايلي الذي تناول المفهوم، حيث تم صياغة الفقرات التي يجب أن يغطيها المقياس وصياغتها بصورتها الأولية بالاعتماد على مجالات التدفق النفسي حيث تألف المقياس من (36) فقرة ولكل مجال أربع فقرات، وتم صياغة جميع الفقرات مع فكرة الموضوع ووضع أمام كل فقرة خمس بدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، وقد اعطيت أوزان للبدائل (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي.

صلاحيه الفقرات لمقياس التدفق النفسي

الصدق الظاهري:

إن أفضل أسلوب لاستخراج الصدق الظاهري، عرض الفقرات للمقياس على عدد من المحكمين للحكم على صلاحيتها (Allen & Yen , 1979 , P. 96)، فقد قدم الباحث المقياس بصورته الأولية لعدد من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس*، واعتمد الباحث النسبة المئوية للحكم على صلاحية الفقرة وقبولها ، وهو الحصول على نسبة (80%) فأكثر من آراء الخبراء، واستبعاد الفقرة التي حصلت على نسبة أقل من (80%) من آراء الخبراء، وبعد عرض المقياس تبين صلاحيته لمقياس المفهوم والجدول (3) يوضح ذلك.

جدول (3) آراء الخبراء لمدى صلاحية المقياس للتدفق النفسي

التدفق النفسي	رقم الفقرات	الخبراء	الموافقون	المعارضون	النسبة المئوية
	36,35,34,33,32,31,30,29,28,27, 26,25,24,23,22,21,20,18,17,16, 15,14,13,12,11,10,9,8,7,6,5,4,3, 2,1	5	5	0	%100
	19	5	4	1	% 80

*اسماء السادة الخبراء :-

- 1- أ. د. محمود شاكر / كلية التربية الجامعة المستنصرية.
- 2- أ. د. سهيلة كاظم الفتلاوي / كلية التربية الاساسية جامعة واسط.
- 3- أ. م. د. نبيل عباس رشيد / كلية التربية / الجامعة المستنصرية.
- 4- أ. م. د. صلاح عدنان ناصر / كلية التربية / جامعة واسط.
- 5- أ. م. د. خالد ابراهيم الوائلي / الكلية التربوية المفتوحة / بغداد.

التحليل الاحصائي لمقياس التدفق النفسي:

طبق الباحث المقياس على عينة مكونة من (100) من المرشدين التربويين، وتم التحقق للقوة التمييزية كما يأتي: -

- 1- حسبت القوة التمييزية من خلال المجموعتين الطرفيتين، لغرض إجراء التحليل بهذا الاسلوب لمقياس (التدفق النفسي)، ثم قام الباحث بتحديد الدرجة الكلية لكل استمارة، اذ بلغ مجموع الاستمارات (100) استمارة، ثم رتب الدرجات تنازلياً من اعلى درجة إلى أدنى درجة، اذ تذكر (Anastasi) انه يفضل ان لا تقل نسبة كل مجموعة عن (25%) ولا تزيد عن (33%)، وأن النسبة المثلى هي (27%) كونها تمثل أكبر حجماً وأقصى تبايناً (Anastasi , 1988 , P. 213) . وعليه اعتمدت نسبة (27%) وفي ضوء هذه النسبة فإن عدد كل مجموعة هو (27) استمارة لمقياس التدفق النفسي خاضعة للتحليل أي مجموعهما (العاليا والدنيا) (54) استمارة، وتبين أن جميع فقرات المقياس مميزة ودالة إحصائياً لأن القيمة الطائية المحسوبة لكل فقرة هي أكبر من القيمة الطائية الجدولية البالغة (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (52) والجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4) القوة التمييزية لفقرات مقياس التدفق النفسي باستعمال اسلوب المجموعتين الطرفيتين

القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
4,385	1,29451	1,8519	0,88172	3,4259	1
6,405	1,07575	1,2222	0,95533	3,2593	2
4,012	1,10586	2,8519	1,44271	4,3519	3
5,348	1,12092	2,3704	1,15727	4,9815	4
6,544	1,56805	1,3519	1,18634	3,3704	5
5,494	0,98770	1,0741	1,07721	3,3704	6
4,963	1,12295	2,6111	1,29895	4,1667	7

5,507	1,01077	1,1852	1,27657	3,5370	8
4,085	1,07656	1,4630	0,88172	4,4259	9
5,463	1,4259	2,4630	0,9434	4,5741	10
6,103	1,25337	1,4259	1,26626	3,0185	11
5,717	1,28367	2,2963	1,5315	4,3222	12
3,490	1,12295	1,7222	1,49738	3,6111	13
4,713	1,22474	2,1667	1,26888	4,7778	14
3,767	0,97917	1,1481	1,35517	3,7778	15
5,787	1,18825	1,3889	1,22802	4,0370	16
4,388	1,13962	1,3889	1,20403	3,0556	17
5,324	1,31220	1,7037	0,88172	3,7768	18
4,632	1,21083	2,0741	1,25392	4,4259	19
5,486	1,22289	1,2963	1,18943	3,8879	20
4,523	1,1324	1,3245	1,25791	3,7985	21
3,456	0,9876	1,5943	1,4594	4,6897	22
4,679	1,6789	1,7896	1,8765	5,2345	23
3,569	1,7743	1,5634	1,4399	4,2431	24
4,765	1,7869	1,4576	1,4568	3,6789	25
4,047	1,5481	1,3345	1,3497	5,2345	26
3,765	1,6754	1,8796	1,4535	3,6532	27
4,457	1,5532	1,8976	1,3452	4,4321	28
4,654	1,7695	1,3523	1,0987	5,3487	29
3,453	1,8875	1,5567	1,8965	4,4556	30
3,778	1,6658	1,5987	1,7752	3,9876	31
4,976	1,3363	1,4453	1,6685	4,4578	32
3,679	1,5632	1,7321	1,7754	4,3321	33
3,548	1,5462	1,6754	1,7892	5,3560	34

4,5612	1,9765	1,0876	1,5632	3,9754	35
4,487	1,8453	1,4432	1,8654	4,0765	36

2- التجانس الداخلي للفقرات: تم التحقق من التجانس الداخلي للفقرات من خلال الآتي: -

أ- علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي:

هو اجراء مكمل لأجراء القوة التمييزية من خلال حساب العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات والدرجة الكلية واستعمل معامل ارتباط بيرسون (فيركسون، 1991، ص. 145)، وبينت النتائج ان جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,05) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,98) وبدرجة حرية (98)، وعد المقياس صادق بنائياً والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط الدرجة الكلية	رقم الفقرة
0,564	25	0,874	13	0,560	1
0,751	26	0,461	14	0,678	2
0,533	27	0,670	15	0,457	3
0,611	28	0,433	16	0,644	4
0,521	29	0,345	17	0,490	5
0,812	30	0,503	18	0,654	6
0,744	31	0,500	19	0,486	7
0,433	32	0,542	20	0,806	8
0,706	33	0,347	21	0,574	9
0,499	34	0,611	22	0,708	10
0,409	35	0,406	23	0,753	11
0,433	36	0,604	24	0,403	12

ب - علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه لمقياس التدفق النفسي:

وجد معامل الارتباط، بين كل فقرة والمجموع الكلي للمجال الذي تنتمي اليه، باستعمال ارتباط بيرسون للمقياس، وظهر ان جميع الفقرات ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0,05) والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6) معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والمجال الذي تنتمي إليه

رقم المجال	المجال	عدد فقرات المجال	ارقام فقرات المجال	قيم معامل ارتباط الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه	الدلالة
1	التوازن بين التحدي والمهارة	4	1	0,678	دالة
			2	0,855	
			3	0,642	
			4	0,456	
2	الاهداف الواضحة	4	1	0,865	دالة
			2	0,544	
			3	0,422	
			4	0,811	
3	التغذية الراجعة	4	1	0,334	دالة
			2	0,422	
			3	0,678	
			4	0,896	
4	التركيز في المهمة	4	1	0,762	دالة
			2	0,476	
			3	0,622	
			4	0,543	
5		4	1	0,352	دالة

	0,764	2		الاندماج بالوعي	
	0,611	3			
	0,652	4			
دالة	0,942	1	4	الاحساس بالسيطرة	6
	0,765	2			
	0,543	3			
	0,754	4			
دالة	0,432	1	4	غياب الوعي بالذات	7
	0,432	2			
	0,653	3			
	0,423	4			
دالة	0,603	1	4	الاحساس بمرور الوقت	8
	0,508	2			
	0,642	3			
	0,496	4			
دالة	0,754	1	4	المتعة الذاتية	9
	0,835	2			
	0,564	3			
	0,623	4			

استخراج صدق وثبات المقياس (التدفق النفسي)

1-الثبات بمعادلة الفا - كرو نباخ: Alfa - Coefficient Consistency

تم ايجاد الثبات لمقياس التدفق النفسي بمعادلة الفا - كرو نباخ للاتساق الداخلي، لأنه تزودنا بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف (Nunn ally , 1978 , P. 230)، ومن اجل استخراج الثبات بتلك الطريقة، سحب عينة عشوائية مكونة من (30)

من المرشدين التربويين من عينة التحليل الاحصائي، ثم استعملت معادلة الفا-كرونباخ، وبلغ الثبات للمقياس (81، 0) درجة (النبهان، 2004، ص 248) .

2- الثبات بالاختبار وإعادة الاختبار : Test-Retest

لحساب الثبات بهذه الطريقة طبق المقياس على عينة من المرشدين التربويين، بلغت (30) مرشداً ومرشدة، ثم إعادة تطبيق المقياس بعد مرور أسبوعين وحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد بلغ معامل الارتباط لمقياس التدفق النفسي (83، 0) درجة.

المؤشرات الإحصائية لمقياس (التدفق النفسي)

إن استخراج المؤشرات الإحصائية للمقياس يعمل على إيضاح مدى قرب توزيع درجات افراد العينة من التوزيع الطبيعي الذي يعد معياراً على تمثيل العينة للمجتمع المدروس (العساف، 1989، ص. 125) واستعملت الحقيبة الإحصائية (SPSS) للحصول على الخصائص الإحصائية الوصفية لمقياس التدفق النفسي، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5) المؤشرات الإحصائية لمقياس التدفق النفسي

المؤشرات الإحصائية	القيمة
الوسط الحسابي	95,8100
الوسيط	96,0000
المنوال	96,0000
الانحراف المعياري	12,59008
الالتواء	0,432
التفرطح	0,293
اقل درجة	20,000
اعلى درجة	100,00

ونستنتج بأن توزيع الدرجات لأفراد العينة وقدرها (100) أقرب إلى التوزيع الطبيعي لمقياس التدفق النفسي.

الوسائل الإحصائية:

استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية: -

- 1- الاختبار الطائي (t-test) لعينتين مستقلتين، لاستخراج القوة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتين الطريقتين.
- 2- الاختبار الطائي لعينة واحدة، استعمل للاستدلال على الفروق الإحصائية بين المتوسطين الفرضي، ومتوسط درجات العينة على المقياس.

3- معامل ارتباط بيرسون، لاستخراج الثبات بإعادة الاختبار للمقياس.

4- معادلة الفا - كرو نباخ للاتساق الداخلي وقد استخدمت للتعرف على الثبات بطريقة الاتساق الداخلي.

الفصل الرابع: نتائج البحث وتفسيرها

الهدف الأول: قياس التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين.

تحقيقاً لهذا الهدف تم جمع البيانات من تطبيق مقياس التدفق النفسي الذي بناه الباحث ، وتشير المعالجة الإحصائية ان المتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة التطبيق البالغ (100) مرشد ومرشدة بلغ (138,4830) وبانحراف معياري قدره (24,6731) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لأفراد العينة بالمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (108) درجة ، وعند حساب دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة ، بلغت القيمة التائية المحسوبة (6,365) ، وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (1,98) عند مستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (99) ، وعليه فان الفرق بين المتوسطين ذو دلالة إحصائية لصالح المتوسط الحسابي لأفراد العينة ، وتشير هذه النتيجة إلى أن أفراد العينة من المرشدين التربويين يتمتعون بالتدفق النفسي، كما في جدول (6).

جدول (6) نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التدفق النفسي

المتغير	عدد افراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	100	138,4830	24,6731	108	6,365	1,98	دالة

ويفسر الباحث هذه النتيجة ، إن من الأمور الضرورية التي يجب أن يتمتع بها المرشدين التربويين هو التدفق النفسي، لأن عملهم يتطلب ذلك وهم على تماس واتصال مباشر مع الطلبة، ويجعلهم ذلك أكثر تفاعلاً وأكثر تواصلًا مع المسترشدين ومع المحيطين بهم في بيئة التعلم، لأن من أولويات المرشد التربوي ذوبان وانصهار المرشد واستيعاب كافة مشكلات الطلبة وإيجاد الحلول للمسترشد والتفاعل الإيجابي ، وتمتع المرشد التربوي بالتدفق يأتي منسجماً مع الإطار النظري للنظرية حيث أن حالة التدفق النفسي تحدث حين يكون لدى المرشد التربوي أهدافاً واضحة ولديه حب ومتعة كبيرة للمهام التي يؤديها والتي بالضرورة تتطلب منه استجابات محددة، فحين يرتفع التحدي يحاول الفرد بكافة مهاراته وكل خبراته فنجدته يستغرق بشكل كبير في تلك المهمة ولا يشعر بالوقت أو الزمن ويركز جل اهتمامه وانتباهه في وضع حلول مبدعة للمهام أو التحديات التي يواجهها ويضيف كسكزنتيميهاالي ، إن المرشد يدخل في حالة التدفق النفسي من خلال ايجاد تحديات او فرص للعمل من شأنها تنمية المهارات، كذلك من خلال تحديد الاهداف القريبة والواضحة حول التقدم الذي يروم تحقيقه من خلال التركيز الشديد للعمل وكذلك عملية دمج الفعل والادراك والشعور المحقق للذات ، إن المرشدين التربويين قادرين على اتخاذ القرار تجاه ما يريدونه وعليهم ان يركزوا انتباههم حين يكونوا قادرين في الدخول في حالة التدفق النفسي ويستغرقون كلياً في المهمة التي بين ايديهم ولا يشعروا

بالوقت او الناس وحتى الحاجات الجسدية الاساسية وهذا يحدث لأن الانتباه في حالة التدفق هو في المهمة التي لديه حالياً ولا يوجد انتباه الى الفعاليات الاخرى (Csikszentmihalyi , 2012 , p . 215) .

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق الاحصائية في التدفق النفسي تبعاً لمتغير (الجنس)

تبين أن المتوسط الحسابي للذكور قد بلغ (137,988) وانحراف معياري قدره (6,22) درجة وللاإناث (135,786) وانحراف معياري (5,87)، لذا لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في التدفق النفسي على وفق متغير (الجنس) بين الذكور والاناث، كما في جدول (7).

جدول (7) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للذكور والإناث في مقياس التدفق النفسي

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	137,988	6,22
اناث	135,786	5,87

ويفسر الباحث هذه النتيجة ، أن المرشدين ذكور أو اناث لديهم تدفق نفسي من خلال ما لديهم من القدرة على التفاعل في المواقف التربوية والاجتماعية بإيجابية وهذا يتطابق مع ما جاء به كسكزنتيميهالي من أن الانغماس والاستغراق في الأنشطة لا يتلاشى ولا يقل أو يختلف وفق الجنس ذكور أو اناث بل يستند التدفق النفسي على عامل مهم وهو التوازن بين مستوى المهارات التي يمتلكها الفرد والتحدى المنبثق عن النشاط الذي يقوم به بغض النظر عن نوع أو جنس الإنسان، أن المرشدين التربويين ذكوراً واناثاً لديهم تدفق نفسي وهم أكثر قدرة على التفاعل في المواقف وهذا يعتمد على ما يمتلكه المرشد من مقومات وعناصر تؤهله أن يكون شخصاً مؤثراً في الآخرين بغض النظر عن نوع الجنس (Csikszentmihalyi , 2012 , p . 216) .

التوصيات:

خرج الباحث بمجموعة من التوصيات وهي كما يلي: -

- 1- على وزارة التربية الاهتمام والتوعية بمفهوم التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين لما له من أهمية كبيرة في عملهم الإرشادي وانغماسهم في ادائهم لمهامهم الارشادية خدمة للعملية التربوية.
- 2- عقد دورات أو ندوات للمرشدين التربويين من أجل التنقيف وبيان أهمية التدفق النفسي لدى المرشدين التربويين.
- 3- تنمية القدرة على التدفق النفسي وذلك من خلال التدريب وعمل البرامج الارشادية للمرشدين التربويين ومدراء المدارس وكذلك المدرسين والعاملين في المؤسسات التربوية.

المقترحات:

يقترح الباحث إجراء دراسة تتناول الاتي:

- 1- التدفق النفسي وعلاقته بتنظيم الذات لدى المعلمين والمدرسين.
- 2- التدفق النفسي وعلاقته بتوكيد الذات لدى المرشدين التربويين.
- 3- التدفق النفسي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية.

المصادر العربية:

- جواد، فانتن عبد الواحد (2015). التدفق النفسي وعلاقته بتنظيم الذات ونمط التفكير الشمولي لدى طلبة الجامعة. اطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة المستنصرية، كلية التربية
- عبد الحسين، سرمد ابراهيم (2017). التدفق وعلاقته بالصمود النفسي لدى طلبة كلية الفنون الجميلة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة المستنصرية.
- عبيدات، ذوقان وعدس، عبد الرحمن، وعبد الحق، كايد (1998). البحث العلمي مفهومه واساليبه. دار الفكر للنشر والتوزيع: عمان، الاردن.
- العبيدي، عفراء ابراهيم (2016). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة المستنصرية في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي، جامعة بغداد، كلية التربية بنات.
- العساف، صالح بن حمد (1989). المدخل الى البحث في العلوم السلوكية. الطبعة الاولى، الرياض.
- فيركسون، جورج (1991). التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس. ترجمة هناء محسن العقيلي، دار الحكمة للطباعة والنشر: بغداد.
- ملحم، محمد سامي (2000). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان، الأردن.
- _____ (2002). **مناهج البحث في التربية وعلم النفس**، دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمان، الاردن.
- الموسوي، عبد العزيز حيدر وشطب، انس اسود (2016). التدفق النفسي على وفق التفكير الايجابي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية. جامعة الكوفة، العدد (18) السنة العاشرة.
- النبهان، موسى (2004). **أساسيات القياس في العلوم السلوكية**. الطبعة العربية الاولى، دار الشروق للنشر والتوزيع. عمان، الأردن.
- وزارة التربية العراقية (1988). **دليل المرشد التربوي**. مديرية التقويم والامتحانات. مديرية التقويم والتوجيه التربوي. مجلة واسط للعلوم الانسانية. 21 (3)، 15 - 25.

<https://doi.org/10.31185/wjfh.Vol21.Iss3.1078> .

المصادر الاجنبية:

- *Allen . J . & Yen .W . m (1979) . **Introduction to Measurement theory** California . Book , cole.
- * Anstazia , A , (1988) . **Psychological testing** , macnillan , New York

- *Csikszentmihalyi , M . (2012). **Flow psychology** , 19 Wikipedia Articles.
- *_____ (2006) . Flow the psychology of optimal Experience Harper Collins publishers .
- *_____ (2014) . **Flow and the foundations of positive psychology**
- *_____ (2017) . M . Latter , P . , & Duranso , C . W . **Running flow Human Kinetics** .USA .
- *_____ (1997) . Creativity : flow and the psychology of discovery and invention . New York .Harper petennial , 4 tradition .
- *_____ (1996) . **Creativity flow and the psychology of discovery and** Invention . New York . Harper Perennial .
- *Ebel , R .L(1972). **Essentials of Educational measurement** , New, Jersey . U .S .A .
- *Nunnally . I . c . (1978) . **Psychometric theory** . New York , Mc , Graw . Hill .
- *Seligman , Martin E . P (2002) . **positive psychology Center** . University of Pennsylvania.

ملحق (1)

مقياس التدفق النفسي بصورته الاولى

الاستاذ الفاضل المحترم

نظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية علمية، يأمل الباحث تفضلكم بالاطلاع على مجالات مقياس التدفق النفسي وفقراته، راجياً الحكم على صلاحيتها لقياس ما وضعت من أجله، واقتراح التعديلات المناسبة لأية فقرة تحتاج إلى تعديل، وبدائل الاستجابة لكل فقرة (5) وكالاتي، (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وستعطى الدرجات الاتية (5، 4، 3، 2، 1).

المجال الاول: التوازن بين التحدي والمهارة، يقصد به ان هناك موازنة بين التحديات والصعاب والمهمة التي يراد بالفرد القيام بها (Csikszentmihalyi , 2006 , p. 79).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	اعتقد ان مهاراتي تمكنني من مواجهة المصاعب .			
2	تصرفاتي صحيحة في المواقف كافة .			
3	اقوم بالأعمال بكل وضوح .			
4	ادائي لأعمالي مستمر .			

المجال الثاني: الاهداف الواضحة، يقصد به ان تكون الاهداف واضحة وتتسم بالتحديد في ذهنية الشخص القائم بها (Csikszentmihalyi , 2006 , p. 79)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	اقوم بعملتي بتركيز وانتباه عالي .			

2	أؤدي اعمالي وانا مسيطر عليها .		
3	ينتابني الفلق حين يفكر الآخرون بي .		
4	حين تأدية نشاطاتي اشعر ان الوقت يتغير .		

المجال الثالث: التغذية الراجعة الفورية غير المبهمة، يقصد بها ان يتلقى الشخص اثناء عمل او تأدية المهمة بتغذية فورية واضحة تؤدي بالمعرفة في تحقيق الاهداف المطلوبة وتقويم الاداء بدقة عالية . p. 2006 , Csikszentmihalyi

(80)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	خبراتي ممتعة .			
2	امكانياتي تتناسب وتحديات الموقف .			
3	اشعر ان الامور تحدث بشكل تلقائي .			
4	انفذ ما خططت له بكل قوة .			

المجال الرابع: التركيز في المهمة، هو التركيز في العمل او النشاط، والتركيز يكون منحصراً من الشخص على المهمة بشكل اكبر في البيئة المحيطة (p . 80 , 2006 , Csikszentmihalyi)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	لدي الوعي بمهامي ونشاطاتي اليومية .			
2	اتسم بذهنية ثابتة في ما يحدث بدون جهد .			
3	لدي شعور بالتحكم في اعمالي .			
4	تقييم الآخرين اتجاهله .			

المجال الخامس: الاندماج بالوعي، بمعنى يندمج الفرد بقيامه بكافة الحركات بكل عمق وتلقائية (Csikszentmihalyi , p . 80 , 2006 .

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	شعوري بالوقت معدوم عند تأدية اعمالي .			
2	الشعور بالإنجاز يملكني .			
3	اني كفوء بدرجة كبيرة .			
4	لدي القدرة على انجاز المهام .			

المجال السادس: الاحساس بالسيطرة، السيطرة بشكل تام بالموقف ويتسم بالهدوء والتفكير الايجابي وهذا يتطلب المهارة منه (Csikszentmihalyi , p . 80 , 2006 .

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	احقق اهدافي بكل دراية ومعرفة .			
2	حين اؤدي اعمالى الافكار الايجابية تتمكنى .			
3	عند تنفيذ نشاطاتي يتمكنى التركيز .			
4	اسيطر على وعى بشكل كامل .			

المجال السابع: غياب الوعي بالذات، بمعنى التركيز على الاداء فقط ولا يفكر بالطريقة التي يعتقد بها او يراها الآخرون او بأفكارهم التي يفكروا بها (Csikszentmihalyi , 2006 , p . 80).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	اشعر بفقد الذات حين استغرق بإعمالي			
2	الوقت يمر بشكل سريع .			
3	اشعر بالمتعة حين ارى تجاربي .			
4	اوازن بين المهارة الشخصية والتحديات			

المجال الثامن: عدم الاحساس بمرور الوقت، حين يدرك الشخص الوقت بطريقة مختلفة في اداء المهمة اذا ما اردنا ان نقارنه بالحالة الطبيعية بمعنى يفقد الاحساس بالزمن فالساعات تمر كأنها ثواني في حالة ادائه للعمل او المهمة (Csikszentmihalyi , 2006 , p . 80).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	انفذ اعمالى تلقائياً دون تفكير			
2	اهدافى تتسم بالوضوح .			
3	انجز نشاطاتي على نحو صحيح .			
4	اركز على المهمة وذهنى منشغل بها .			

المجال التاسع: المتعة الذاتية ، حين يكون الشخص شاعراً بالاستمتاع والدافعية بعمله الذي يقوم به بغض النظر عن الفوائد الخارجية (Csikszentmihalyi , 2006 , p . 81).

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	تصرفاتي منضبطة تماماً			
2	ما يقوله الآخرون عني محط اهتمامي .			
3	احساسى بالزمن افتقده ..			
4	لدى استمتاع بالتجارب التي اديتها .			

ملحق (2)

مقياس التدفق النفسي بصورته النهائية

عزیزتی المرشدة ... عزیزتی المرشد

تحية طيبة ...

يرجى منك اختيار أحد البدائل الخمسة التي تقابل هذه الفقرات حسب وجهة نظرك بوضع علامة (٧) على البديل الذي تجده مناسباً ولا يُعد هذا الاختيار بمثابة تقييم للمرشد التربوي وإنما هو لأغراض البحث العلمي فقط لذا يرجى الإجابة بدقة وموضوعية.

الجنس: - ذكر: () انثى: ()

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	اعتقد ان مهاراتي تمكنني من مواجهة المصاعب .					
2	تصرفاتي صحيحة في المواقف كافة .					
3	اقوم بالأعمال بكل وضوح .					
4	ادائي لأعمالي مستمر .					
5	اقوم بعملتي بتركيز وانتباه عالي .					
6	أؤدي أعمالي وأنا مسيطر عليها .					
7	ينتابني القلق حين يفكر الآخرون بي .					
8	حين تأدية نشاطاتي اشعر ان الوقت يتغير .					
9	خبراتي ممتعة .					
10	امكانياتي تتناسب وتحديات الموقف .					
11	اشعر ان الامور تحدث بشكل تلقائي .					
12	انفذ ما خططت له بكل قوة .					
13	لدي الوعي بمهامي ونشاطاتي اليومية .					
14	اتسم بذهنية ثابتة في ما يحدث بدون جهد .					
15	لدي شعور بالتحكم في أعمالي .					
16	تقييم الآخرين اتجاهله .					
17	شعوري بالوقت معدوم عند تأدية أعمالي .					
18	الشعور بالإنجاز يملكني .					
19	اشعر اني كفاء بدرجة عالية.					
20	لدي القدرة على انجاز المهام .					

					21	احقق اهدافي بكل دراية ومعرفة .
					22	حين اؤدي اعمالى الافكار الايجابية تتمكنى .
					23	عند تنفيذ نشاطاتي يتمكنى التركيز .
					24	اسيطر على وعى بشكل كامل .
					25	اشعر بفقد الذات حين استغرق بأعمالى .
					26	الوقت يمر بشكل سريع .
					27	اشعر بالمتعة حين ارى تجاربى .
					28	اوازن بين المهارة الشخصية والتحديات .
					29	انفذ اعمالى تلقائياً دون تفكير .
					30	اهدافى تتسم بالوضوح .
					31	انجز نشاطاتي على نحو صحيح .
					32	اركز على المهمة وذهنى منشغل بها .
					33	تصرفاتى منضبطة تماماً .
					34	ما يقوله الاخرين عني محط اهتمامى .
					35	احساسى بالزمن افتقده .
					36	لدى استمتاع بالتجارب التى اديتها .