



Psychological flow and its relationship to psychological resilience among a sample of faculty members at the Faculty of Education, Bani Walid

Dr. Abdulhakim Abdullah almanqoush *

Department of Education and Psychology, Faculty of Education, Bani Walid University, Bani Waleed, Libya

التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بنى وليد

د. عبد الحكيم عبد الله المنقوش *

قسم التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة بنى وليد، بنى وليد، ليبيا

*Corresponding author: aabdalhakem8080@gmail.com

Received: September 08, 2025

Accepted: November 29, 2025

Published: December 10, 2025

Abstract:

The study aimed to identify the relationship between psychological flow and psychological resilience among a sample of faculty members at the Faculty of Education, University of Bani Walid. It also sought to determine the levels of psychological flow and psychological resilience among these faculty members. A psychological flow scale prepared by Abdelhadi El-Sayed Abdo and Farouk El-Sayed Osman (2018) was used, along with a psychological resilience scale developed by Breen et al. (2008). The research tools were applied to a stratified random sample of 85 faculty members. The results indicated that the level of psychological flow among the sample was high, based on the dimensions of the psychological flow scale. Similarly, the level of psychological resilience was high, based on the dimensions of the resilience scale. The study further revealed a statistically significant relationship at the 0.01 level between the dimensions of psychological flow and psychological resilience among the faculty members of the Faculty of Education, University of Bani Walid.

Keywords: Psychological Flow, Psychological Resilience, Faculty Members, University of Bani Walid, Positive Psychology.

الملخص

هدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد، ومعرفة مستوى درجة التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية ، وتم استخدام مقياس للتدفق النفسي من إعداد (إعداد عبد الهادي السيد عبده، وفاروق السيد عثمان، 2018)، ومقياس للمرونة النفسية من إعداد برين وأخرون (2008) ، وقد تم تطبيق أدوات البحث على عينة بلغ عددها (85) عضو هيئة تدريس بكلية بأسلوب العينة الطبقية العشوائية ، وتوصلت نتائج البحث إلى: أن مستوى التدفق النفسي لدى عينة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع من خلال تطبيق ابعاد مقياس التدفق النفسي، وأن مستوى المرونة النفسية لدى عينة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع من خلال تطبيق ابعاد المرونة النفسية، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة احصائية عند مستوى دلالة (0.01) بين ابعاد التدفق النفسي وابعاد المرونة النفسية لدى عينة أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، المرونة النفسية، أعضاء هيئة التدريس، جامعة بنى وليد، علم النفس الإيجابي.

المقدمة

إن التحولات والأحداث المتالية وما يصاحبها من تغيرات يومية في المجتمعات كان له الأثر الكبير على الإنسان والمجتمع، كما تساهم في تشكيل شخصية الأفراد وتصقلهم بالمهارات والخبرات المتعددة والمتنوعة التي تساعد على التكيف وتحقيق أكبر قدر من التوافق النفسي. وتعتبر الأحداث الخطيرة ذات التأثير الشديد على جميع الأفراد لاسيما على العاملين في مجال التعليم وخاصة التعليم الجامعي وما يصاحب هذه المهمة من القلق والتوتر، والخوف من المجهول، وفي ظل هذه الظروف يقع على الاستاذ الجامعي عموماً مهمة صعبة وهي مهمة التعامل المباشر مع الطلاب والزملاء في البيئة التعليمية ، ومن ثم فهم في حاجة ماسة إلى مصادر القوة تمكنهم من التعايش مع هذه المواقف الصعبة، والذي قد يكون في بعض الأوقات مهدداً للحياة، ومن ثم فمصادر القوة هذه تسهل عليهم الانتقال من الخوف والقلق إلى التعايش الإيجابي مع تلك الظروف الصعبة.

وتتعدد و تختلف مجالات الحياة التي يتعالى معها الفرد ليجأ إلى الكثير من السبل من أجل تحديد النطاق المناسب له للتأقلم مع كافة الظروف والأوضاع و الظروف و لعلى من أبرز هذه المجالات المجال التربوي وخاصة التعليم العالي الذي يعتمد على أساتذة جامعيين بحيث يعتبر هذا الأخير المنطلق الأساسي في إعطاء المادة الخام للجامعة خاصة من ناحية دوره الكبير في المهام الجامعية وتأقلمه الحاصل في إطار عمله و قدراته النفسية المرنة إلى ايجاد ما هو مناسب رغم الظروف الصعبة السائدة لديه و التوترات و الضغوطات التي يتعرض لها الا أن الجانب النفسي الإيجابي إحدى الأساسيات المرتبطة ببنسيته بهذه الاخرية تكون ضمن ميدان علم النفس الاكلينيكي بشكل خاص أن البحث تتعدد و تكشف لنا أن الفرد الإيجابي شخص سعيد و قادر على مواجهة الحياة بظروفها المختلفة و التكيف مع متغيرات الحياة الضاغطة ولهذا وجب التحلي بنمط منظم من التدفق النفسي بالقدرة على تحقيق المرونة النفسية التي تعتبر الركيزة الأساسية لعلم النفس الإيجابي الذي لديه دور فعال في جميع المجالات و ما تتضمنه من تقييدات و تهديدات في مسار الاستاذ الجامعي فالتدفق النفسي والمرونة النفسية تكمن في إطار العملية التكيفية سواء النفسية أو الاجتماعية (براهيمى صباح 10,2022)

ومن أهم المصادر الإيجابية (التدفق النفسي) والتي تعنى استغراق الإنسان بكامل منظوماته شخصيته في مهمة تذوب فيها شخصيته، دون أن ينفرد إلى الوجهة والمسار، مع إسقاط لوقت من الحسابات، أي أن من يشعر بالتدفق النفسي يظل منهمكاً في أداء مهمته حتى ينجزها مهما طالت المدة الزمنية، بمعنى أن الفرد ينسى ما يحيط به ويدوّب في أداء المهمة حتى ينجزها. (أبو حلاوة 2013:60)

والمرونة النفسية هي التمتع بالقدرة على ايجاد بدائل الافضل لكل مشكلة نوجهها وذلك من أجل حصولهم على التعافي من التأثيرات السلبية فهي تضمن لهم استراتيجيات شخصية من أجل المقاومة و تحقيق الطموحات والإنجازات مستقبلاً وهذا يعكس العلاقة التفاعلية بين التدفق النفسي والمرونة النفسية .

ومن هذا تأتي الدراسة الحالية لتعرف على التدفق النفسي وعلاقة بالمرونة لدى لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.

أولاً: مشكلة البحث:

امتلأت حياتنا اليوم بتطورات وتغيرات ومشاكل عديدة وعلى اصعدة عدة منها كالجانب الاقتصادي والاجتماعي والمهني والعلمي فالتعليم الجامعي أخذ نصيبه من تأثير وسائل الاعلام وسوق العمل والابتكار ما أنتجه من العديد من التحديات والصعوبات للأستاذ الجامعي الذي أصبح يعيش تغيرات لا تتماشى مع قدراته وطموحاته وعلى الصعيد النفسي مثلاً يشكل القلق حاجزاً امام النجاح وتحقيق نوع من التوافق النفسي والاجتماعي والمهني في البيئة الجامعية.

فنطق التعليم العالي الجامعي يعتبر نظامي هرمي لأي دولة من أجل إعداد وتكوين أفراد يعتمد عليهم المجتمع في بناء مؤسسات مختلفة لهدف تطوير العلمي الفكري في مختلف التخصصات فالاستاذ الجامعي

في هذه المرحلة يحاول تخطي معظم ما يقيده من حواجز و نكبات من أجل إيصال ما هو لازم للطالب ضمن استراتيجيات قد تظهر في صورة التدفق النفسي والمرؤنة النفسية حيث أن لها تأثير إيجابي وقدرتها الشخصية على التكيف و امتلاكه النظرة الإيجابية المترافقه و اكتشاف معنى الحياة (الكشكى 2020: 15)

حيث إن الاهتمام بدراسة القدرات الانفعالية والعقلية وخاصة لدى اعضاء هيئة التدريس الجامع لمن أكثر المطالب ضرورة في الوقت الراهن، نظراً لكثره الضغوط والمشكلات الموجودة في جميع ميادين الحياة، وخاصة في ظل التطور التكنولوجي ، الأمر الذي يتطلب من جميع المؤسسات المنوطه بإعداد وبناء قدرات اعضاء هيئة التدريس الجامعي اهتمام بدراسة هذه المشكلات والعوائق .

من هنا يمكن حصر مشكلة الدراسة في الإجابة على التساؤل التالي :

هل توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي والمرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس كلية التربية بجامعة بنى وليد؟

ثانياً: أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:

- تحديد مستوى التدفق النفسي لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس كلية التربية بجامعة بنى وليد؟
- تحديد مستوى المرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس كلية التربية بجامعة بنى وليد؟
- تحديد العلاقة بين درجة التدفق النفسي والمرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس كلية التربية بجامعة بنى وليد؟

ثالثاً: أهمية البحث

تتعدد أهمية البحث النظرية فيما يلي:

- إلقاء الضوء على متغيرين من أهم المتغيرات النفسية في المجال السيكولوجي وهم (التدفق النفسي، المرؤنة النفسية) وإعطاءهما مزيداً من البحث والدراسة.
- إعطاء تصور حول مفهوم التدفق النفسي المرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.
- يعد هذا البحث إضافة جديدة لإثراء البحوث حول كل من التدفق النفسي والمرؤنة النفسية، وإلقاء الضوء على العلاقة بينهما لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.
- ثانياً من الناحية التطبيقية:
- قد يسهم هذا البحث في التعرف على احتياجات هذه الفئة، ومن ثم تقديم الخدمات النفسية الازمة لتحسين متطلبات التدفق النفسي وتحسين مستوى المرؤنة النفسية لديهم.
- قد يسهم هذا البحث في تطوير برامج لتنمية وتعزيز التدفق النفسي والمرؤنة النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد بصورة خاصة وفي التعليم الجامعي بصورة عامة.
- توجيه نظر الباحثين والأخصائيين النفسيين إلى ضرورة تقديم برامج للعاملين في المجال الأكاديمي وخاصة في الفترة الراهنة، وتحفيز انماط سلوكهم من السلبية إلى الإيجابية والنشاط، لعلاج نواحي القصور لديهم ورفع كفاءتهم.

رابعاً: تساولات البحث

- ما مستوى التدفق النفسي لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ؟
- ما مستوى المرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ؟
- هل يوجد علاقة دالة احصائية بين التدفق النفسي والمرؤنة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.

خامساً: مفاهيم ومصطلحات البحث

التدفق النفسي بأنه: "

وتعرفه امال باطة (2011) التدفق النفسي حالة في الاستغرار أو الانشغال التام بالاداء والوصول الى مستوى عالي من الاداء والشعور بالسعادة، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الاداء، نسيان احتياجات الذات، الاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الاداء. (اماًل باطة 3.2011)

التعريف الإجرائي للتدفق النفسي: يُعرف التدفق النفسي إجرائياً بأنه السمة التي يمكن ملاحظتها من خلال مجموع الدرجات التي يحصل عليها اعضاء هيئة التدريس الجامعي بعد قيامهم بالأداء على مقياس التدفق النفسي والذي تم تطبيقه في هذا البحث.

المرونة النفسية: قدرة الفرد على مواجهة المواقف المختلفة بفاعلية والرد بشكل عقلاني، واقامة علاقات طيبة مع الآخرين ، أساسها الود والاحترام المتبادل وتقبل الآخرين

(شقراء 2012)

التعريف الإجرائي للمرونة النفسية: يُعرف إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها اعضاء هيئة التدريس الجامعي أفراد العينة المستجيبين لمقياس المرونة النفسية المستخدم في الدراسة.

عضو هيئة التدريس الجامعي: هو الشخص الذي يتم تعيينه في الجامعة لديه مؤهلات تربوية وعلمية من بين الشهادات والدراسات العالية الماجستير والدكتوراه و يقوم الاستاذ الجامعي بعدة أدوار في الكلية من بينها التدريب والإشراف إلى جانب عملية البحث العلمي إضافة إلى ممارسة الادارية كرئيس الجامعة و عميد الكلية و رئيس القسم .

سادساً: حدود البحث:

الحدود الموضوعية: دراسة التدفق النفسي وعلاقته بالمرنة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية بنى وليد.

الحدود المكانية: متمثلة في الأقسام العلمية في نطاق كلية التربية جامعة بنى وليد

الحدود البشرية: أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية جامعة بنى وليد

الحدود الزمنية: تم البحث خلال السنة الدراسية 2023-2024.

سابعاً: ادبيات البحث

أ-الاطار النظري للبحث

مفهوم التدفق النفسي:

إن الجذور التاريخية لدراسة التدفق النفسي تعود إلى حوالي السنتين من القرن الماضي عندما بدأ (كسيكز ينتمي هالي وزملاؤه) من الباحثين بدراسة التدفق النفسي، وبعد أن أصبح شغوفاً بالفنانين الذين ينتمون في عملهم خصوصاً الرسامين الذين ينتمون تماماً في فنونهم، ولذلك أصبحت بحوث التدفق النفسي سائدة في الثمانينات وفي التسعينات (الصاوي 2020,226)

وفي هذا الصدد اشارت المصادر التاريخية أن مايكل انجلو وضع رسومه على السقف المعلق لكنيسة الفاتيكان فيما كان في حالة من التدفق، وقد ذكر أنه كان يرسم لأيام في بعض الأحيان وكان مستغرقاً تماماً في عمله حتى إنه لم يتوقف للطعام أو النوم حتى وصوله إلى نقطة الإغماء وكان يستيقظ متعدشاً وعند دخوله في مرحلة الرسم مجدداً كان يدخل في حالة الاستغرار الكامل . (سامي 2018,12)

ومن هنا يتضح أن التدفق النفسي له تاريخه في علم النفس، وأنه ينتمي إلى علم النفس الإيجابي، الذي أصبح يركز على القوى الإيجابية عند الإنسان، بدلاً من التركيز على النواحي السلبية والامراض والاضطرابات فقط، حيث إن الاهتمام بالنواحي الإيجابية تتمي عند الإنسان قدرات متعددة وتجعله يعيش الحياة بالمعنى الذي ينبغي أن تعيش به.

تعريف التدفق النفسي

يعرف التدفق في اللغة للتدفق حول السيولة والاندفاع يقول فيقال: دفق الماء دفنا اي امتلاء حتى يفيض الماء من جوانبه و اندفع الماء اي يأكل بشدة وقوه . وتدفق الشخص اي اندفع واسرع وتدفقت العواطف اي فاضت. (صواش 15,2021)

ويعرفة (يوسف، 2017) إلى أن التدفق النفسي يعد ثمرة التجربة الفعالة، وهي حالة سيكولوجية مثلّى وعملية سيكولوجية أكثر حصرية، ويشابه مع قمة الأداء والخبرة الذاتية، ويرتبط ارتباطاً وثيقاً بالأداء العالي. (يوسف 07:2017)

كما تناول(1997) **Narmmoun** حالة التدفق ويرى أنها تقابل كل الناس و فيها يكون الشخص وكأنه في حالة غيبوبة و عدم الوعي بالذات فهو يؤدي نشاطه أوتوماتيكيا و تلقائيا دون وعي بالعالم الخارجي و ينغمس بالكامل فيه مع عدم تأثير الظروف الخارجية كالضوضاء و تتحصر كل حالات تشتيت الانتباه مع الشعور بالسعادة والبهجة. (مهرية 55:2020)

ومن هنا يرى الباحث أن التدفق النفسي بانه حالة تجمع بين الشعور بالوصول الى اعلى مستوى من الاداء المصحوب بالاندماج وينسى فيها الفرد نفسه والا وعي بالزمان والمكان ولا بالظروف المحيطة مصحوبا بحالة من الشعور بالفرح والبهجة والسرور.

أهمية التدفق النفسي: للتدفق النفسي أهمية كبيرة في حياتنا تتحدد فيما يلي:

- ينطوي التدفق النفسي على الاستمتاع بأداء مهمة معينة بالأمر الذي يجعل الفرد يستمر في الأداء بحب ورغبة في التطوير والإجادة فتظهر إبداعات الفرد الكاملة أثناء استمتعاه وانخراطه في أداء المهمة.
- ينطوي التدفق على أهمية معرفية يكتسبها الفرد إذا ما استغرق في الأداء مستعيناً بحالة التدفق، وتنتمل هذه الأهمية في اكتسابه خبرة جيدة أو تعلم مهارة جديدة توطد خبرات الفرد السابقة أو تكتسبه مهارة جديدة يستفيد منها لاحقا.
- التميز والعطاء في الأداء كماً وكيفاً، والأداء بدقة وإتقان حتى نصل إلى الأداء الآلي والتلقائي المطلوب.
- اكتساب خبرة التدفق تزيد من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط النفسية التي تمنحه التكيف مع الظروف.
- الوصول بالأداء إلى أعلى مستوى مع الاستمتاع بالنشاط الممارس.
- تدعيم الطاقة الإيجابية النفسية.
- عدم التأكيد على نتائج المنافسة وإنما على نتائج الأداء نفسه.
- زيادة التركيز والاستشارة والداعفية ورفع الثقة بالنفس.
- الشعور بالقوة والشجاعة وإزالة الخوف والتردد والقلق.
- التوافق العالي أثناء الممارسة.
- المتعة والسعادة أثناء الأداء وهي من الخبرات الانفعالية المتدفقة (العبيدي 98:2016)

أهم خصائص الشخص المتدفق نفسيًا:

الوضوح: فالفرد المتدفق يعرف تماماً ما يرِيد و ما لديه من أهداف واضحة يسعى لتحقيقها من خلال خطة محددة .

القياس: أي قدرة الفرد على وضع طرق مناسبة لقياس مدى تقديمها نحو تحقيق الأهداف.

التركيز: أي القدرة على التركيز على ما يتم عمله ووعي الفرد بالأهداف والتحكم في حياته وأنه ليس ضحية لبيئته.

الالتزام: أي القدرة الفرد المتدفق على إلزام النفس أن يؤدي سلوكاً إيجابياً يرتبط بتحقيق الأهداف المطلوبة

التحدي: أي رغبة الفرد في البحث المستمر عن التحديات الجديدة و أن يضع بالستمرار أهدافا واضحة و متطرفة

تحقيق المواعدة: تكون بين التحديات التي يوجهها الفرد و مستوى المهارات التي يمتلكها .

عدم النظر بحسرة إلى الأخفاقات السابقة: و عدم التفكير فيها كثيرا و لكن التركيز بدل من ذلك على النشاط الذي يؤدي إلى تحقيق الأهداف.

التحدي الذاتي الإيجابي: كان يقول الفرد لنفسه ”إنا قادر على القيام بما هو مطلوب مني“ و غيرها من العبارات الإيجابية .

القدرة على التعامل : مع الأخطاء و التحكم في القلق .

عدم الشعور بالوقت أثناء الانهماك في النشاط أو العمل. (زهرة 2016:17)

أبعاد التدفق النفسي:

يمكن تفسيم أبعاد حالة التدفق النفسي إلى الأبعاد التالية:

أولاً: الأبعاد التي تمثل المتغير المستقل لحالة التدفق النفسي متمثلة في التوازن بين (مهارات الشخص وتحدياته - ووضوح الأهداف - والتغذية العكسية الواضحة)

ثانياً: الأبعاد التي تعتبر متغيرات بيئية لحالة التدفق النفسي: متمثلة في (الإحساس بالتحكم - التركيز - الاندماج في الأداء).

ثالثاً: الأبعاد التي تمثل المتغير التابع لحالة التدفق النفسي متمثلة في (فقد الوعي الذاتي - تحول الوقت - الخبرة الذاتية الإيجابية). (يوسف 2017:39)

نظريات التدفق النفسي

نظريّة مهالي:

صيغ مفهوم التدفق النفسي أول مرة على يد (ميهالي 1975) والذي عرفه بأنه احساس كل يشعر به الفرد عندما يتصرف باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقوم بها .

كما تمتد جذور التدفق إلى البحث عن النشاط ذاتي الدافع الذي تتبعه الإثابة منه أي من النشاط نفسه بعض النظر عن الرغبة في إنهاء النشاط أو اكتماله، وبغض النظر أيضا عن أي إثابة خارجية بعيدة عن ممارسة أو أداء هذا النشاط مثل متسلقي الجبال ولعبى الشطرنج والرسامين وهم مستغرقين في هذا النشاط مدة طويلة في استمتاع وبإثابة ذاتية والذين أكدوا على أن الاستمتاع كسبب رئيسي لمواولتهم لنشاط ما، وفي السنوات الأخيرة أصبح نموذج الفرد كائن هي ذاتي التنظيم يتفاعل مع البيئة بمثابة نموذج محوري في علم النفس وهو يتوافق مع نموذج العمل والتطور النفسي المصاحب لمفهوم التدفق. (مرعي-52 2012:53)

كما اكتشف (ميهالي) Mihalyi (1997) في الربع الأخير من القرن الماضي عبر الالاف المقابلات الشخصية تجربة ذاتية شائعة تشمل على تركيبات إدراكية وانفعالية مميزة تنساب داخل الأفراد، يطلق عليها (حالة التدفق) وهي عبارة عن التسلسل الحسي والانفعالي للفرد، بداية من التوازن بين المهارات المدركة والتحديات المدركة مرورا بعملية التركيز التي تؤدي إلى التحكم والضبط الذاتي حتى يصل الفرد إلى الاستمتاع والتفوق في النشاط الممارس.

وقد وصف (ميهالي) حالة التدفق كونها منطقة شعورية تقع ما بين الملل والقلق، ” قائلاً“ يبدو أن الناس يركزون تركيزاً أفضل عندما يزيد الطلب عليهم أكثر من الحالات العادلة، عندئذ يقدمون من العطاء، ما يفوق عطاءهم العادي، فحين يكون الطلب عليهم بسيطاً يشعرون بالملل، وإذا زاد الطلب عليهم أكثر مما يستطيعون تقديميه يشعرون بالتوتر، وحالة التدفق تقع في تلك المنطقة الشعورية الدقيقة ما بين الملل والقلق (جولمان 2000:137)

نظريّة مارتن سليجمان:

يرى "مارتن سليجمان" خبرة التدفق أنها تدور حول ما ايمان (قضية المعنى) فقد أشار في متابع السعادة الحقيقية إلى ثلاثة أبعاد أو مستويات للسعادة : الاول الحياة السارة أو المبهجة: و التي تتضمن خبرات تجلب السرور و الانسراح كما تتضمن انفعالات ايجابية كبيرة . ثانيا الانغماض: أو الاندماج في الحياة أو الحياة التي تستغرق طاقات و نشاطات الانسان ثالثا الحياة ذات معنى أو الدلالة والقيمة .

و يعتبر سليجمان أن اندماج في الحياة مماثل لمفهوم التدفق و الخبرة المثالية لدى "ميهالي" ، كما يرى أنه أقل أهمية من السعادة التي يتحصل عليها الانسان من الانشطة الهدافه ذات المعنى ، و قد وافق في نفس السياق "ميهالي" "تصور سليجمان بان التدفق مفهوم خالي أو مجرد من القيمة فقد يكون الانسان في حالة التدفق أثناء ارتكابه عملا إرهاصيا على سبيل المثال أو لعب البوكر الذي ليس بالضرورة في الصالح الاجتماعي العام. (عرعار 2016:65)

مفهوم المرونة النفسيّة :

في اللغة: تعني في الأساس قابلية الجسم أو الشيء على العودة إلى شكله الأصلي بعد التأثير بقوة، أو للدلالة على الخفة والرشاقة في الحركة وحيث نجد أن في لسان العرب ذكرٌ ان مرن يمرن ومرونة وهو لين في صلابة، ومرنت يد فلان على العمل اي صلبت واستمرت والمرانة اللين (ابن منظور 2005)

تعريف المرونة النفسيّة:

ويعرفها عثمان فيقول بأنها: عملية دينامية ذات طراز فريد تتسم بكونها متعددة الأبعاد، و يتميز من يتصف بها بالقدرة على التوافق النفسي أو التكيف الجيد مع كافة التهديدات والضغط بشتى صورها. و يتضمن أيضاً بالقدرة على استعادة الفاعلية والتعافي مرة أخرى بعد الانكسار أو الانهيار (عثمان 2010:08)

كما ورد تعريف آخر (الحارثي) للمرونة بأنها: الخاصية التي تكسب الفرد القدرة على التوافق مع الضغوط المختلفة، وذلك باكتسابه مجموعة من الخصائص والصفات الإيجابية التي تساعد على تحقيق التوافق، وعليه فإن الأشخاص المرنون هم القادرون على تحويل المحن في حياتهم إلى منح من خلال إيمانهم العميق بقدرتهم على التغيير. (الحارثي 2010:08)
و يعرفها (جاسم) بأنها قدرة الفرد على أن يغير نفسه واتجاهاته مع المواقف التي يقع بها بالإضافة على قدرته على إيجاد حلول للمشكلات تتصف بالتنوع والتعدد. (جاسم 2019:07)

مظاهر المرونة النفسيّة :

تتخذ المرونة مظاهرين هما :

أ- المرونة التلقائية : **flexibility spontaneous** وهي إعطاء عدد من الأفكار المتنوعة التي ترتبط بموقف محدد فهي القدرة على إنتاج استجابات مناسبة لمشكلة أو موقف مثير ، وهذه الإستجابات تتسم بالتنوع واللامنطقية وذلك من خلال الإستجابات الفريدة والجديدة .

ب- المرونة التكيفية: **flexibility adaptive** هي التوصل إلى حل مشكلة ما أو مواجهة أي موقف في ضوء التغذية الراجعة التي تأتي من ذلك الموقف، لذا فإن المرونة تعتمد على الخصائص الكيفية للإستجابات وتقاس بتنوع الإستجابات . وتشير هذه المرونة إلى قدرة الفرد على تغيير وجهته الذهنية كي يتمكن من حل مشكلة ما في كفاءة ونجاح وسميت التكيفية لأن الفرد يحتاج إلى أن يكيف سلوكه بما يعينه للوصول إلى الحل الناجح ويفسر ذلك في نوع المشكلات المحددة تحديداً دقيقاً و تتطلب حلولاً غير عادية (الراغبى 2013:71)

أهمية المرونة النفسية:

وتعتبر أهمية المرونة النفسية في أنها تساعد الفرد على التكيف مع مختلف المطالب الظرفية، والحفاظ على التوازن بين مجالات الحياة الهامة، بأن تكون السلوكيات الملترمة تتفق مع القيم، وتعتبر المرونة حجر الزاوية في الأداء الصحي الاجتماعي الشخصي، والقدرة النسبية للإنتعاش بعد الأحداث المجهدة. وبعد ضبط النفس أو السيطرة الذاتية أو القرة على تعديل الميل المعرفي والسلوكية هو عامل يساعد لتمكين المرونة النفسية، إذ أن الأفراد الذين يتمتعون بأقوى درجات ضبط النفس يكون أدائهم الاجتماعي أفضل، بذلك يكونوا أكثر مرونة وتظهر هذه المرونة بقوة في الفضول والمثابرة. (جاسم 2019:35)

النظريات المفسرة للمرونة النفسية

(نظريه رتشارد سون :Richardson) ومن أوائل النظريات لتقسيير عملية المرونة النفسية هي نظرية رتشاردسون (Richardson) الذي وضع صياغة المفاهيم للمرونة بأنه القوة التي توجد داخل كل فرد، والتي تدفعه إلى تحقيق الذات والإيثار والحكمة، ويكون الفرض الأساسي لهذه النظرية في فكرة التوازن البيولوجي النفسي الروحي (التوازن)، وهو الذي يسمح لنا بالتكيف (الجسم والعقل والروح) مع ظروف الحياة الحالية.

حيث تؤثر الضغوط النفسية والأحداث البغيضة وأحداث الحياة الأخرى المتوقعة وغير المتوقعة أو متطلبات الحياة العاجلة في قدرتنا على التكيف ومواجهتها مثل هذه الأحداث في الحياة عادة التكامل مع المرونة السابقة، والتفاعل بين الضغوط النفسية اليومية تتأثر بصفات المرونة والعوامل الوقائية، وتؤدي عملية إعادة التكامل بالفرد إلى أربع نتائج منها:

- إعادة تكامل المرونة ، حيث يؤدي التكيف إلى مستوى أعلى من التوازن
- العودة إلى توازن جهد يبذل لتجاوز التمزق.
- الشفاء مع فقد مما يرسخ مستوى أدنى للتوازن

- حالة مختلفة وظيفياً، حيث الاستراتيجيات سيئة التكيف (السلوكيات المدمرة للذات) تستخدم لمواجهة الضغوط النفسية، ثم يمكن اعتبار المرونة تتجه نحو قدرات المواجهة الناجحة

(الزهيري 2012:24)

(نظريه كاون وتومسون :Thomson & Cowen) ينظران إلى المرونة على أنها صفة عامة للاستجابة تعم كل مظاهر سلوك الفرد، ويتمثل بميل الفرد إلى التمسك بطريقة معينة في حل المسائل كانت من قبل ناجحة في الوقت الذي لم تعد تلك الطريقة صالحة في حل المسائل، ويبينان العوامل الشخصية التي تتصل بتصالب الوجهة الذهنية، وهي قلة الكفاءة والانتاجية، وقلة التخيل، والعجز عن فهم العلاقات المتعددة وكف للتعبير الانفعالي فيما يتعلق بكل من الإبداع الداخلي الشري، والتفاعل مع الواقع البيئي الخارجي، مرتبطاً بمشاعر عدم التأكيد والحذر عندما يكون الشخص في مثل هذه المواقف، والميل للانسحاب عندما تتأزم الأمور، ومدى محدود من الاهتمامات، ومجال أضيق من الأداء وتوافق أقل من المجتمع وأقل في التوافق الشخصي (الحربي، 2012:333)

طرق بناء المرونة النفسية

وتنذكر (الزهيري، 2012) ثمان طرق لبناء المرونة النفسية وهي :

(الكفاءة الذاتية Efficacy-Self) هذا يتطلب مستوى عالي من الثقة بالذات والإيمان بالذات التي تتمكن الفرد من مقابلة أي تحد، الكفاءة الذاتية تتضمن أن يفهم الشخص عندما يكون العالم مصدر تحد، فإن الشخص الذي لديه قدرة يستطيع النجاح رغم التحديات.

(الرؤى الشخصية Vision Personal) الاشخاص المرنين يعرفون ما يعتقدون به ولديهم فكرة واضحة فيما يريدون انجازه أو ابداعه في حياتهم، مع الرؤى الشخصية رغم غموضها- يستخدمها الأشخاص على أنها موجهه لتحديات الحياة، وتهيئ أملًا في الحياة.

(المرونة والتكيف Adaptable & Flexible) كون الشخص منا ومتكيها، تمكنه من الاستجابة بمروره للتحديات المجهولة، من خلال البحث عن طرق للتغلب على الأحداث، على التكيف مع الواقع الجديد فإن هذا يقلل من تأثير الصلابة في المواجهة وتجعله قادر التحدي البيئي.

(التنظيم Organised) إن ابداع طريقة منظمة للمهام التي تحتاج إلى إكمال تضييف للفرد قدرة لحفظ على السيطرة الشخصية في مواجهة الوجود الفوضوي أو الأحداث الخارجية الخارجة عن السيطرة. (الزهيري 2012:45)

الدراسات السابقة

دراسة (براهمي صباح 2023) تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي لدى أساتذة الجامعة ، بالاستناد إلى المنهج الوصفي ، ولتحقيق أهداف الدراسة تم الاستعانة بمقاييس المرونة النفسية ومقاييس التدفق النفسي - اشتملت عينة الدراسة على 30 أستاذ وأستاذة من جامعة محمد خيضر كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية ، وأسفرت نتائج الدراسة عن - علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي- 2. توجد علاقة طردية موجبة بين التدفق النفسي وتطور النمو 3. علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين التدفق النفسي وبعد الفعالية الذاتية- 4 . علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين التدفق النفسي وبعد التفاؤل.

دراسة (محمد و العتبي 2019) هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة و مستوى دلالة الفروق للتدفق النفسي وفقاً لمتغيرات النوع والتخصص، و الصنف و لتحقيق أهداف الدراسة تم إعداد مقاييس التدفق النفسي و تطبيقه على عينة التحليل الاحصائي الرابع عدد 75 طالباً و طالبة توصلت النتائج إلى أن طلبة الجامعات يتمتعون بالتدفق النفسي وفق لمتغير النوع و التخصص بينما كانت هناك فروق لمتغير مرحلة الدراسة.

دراسة (المالكي 2017) و هدفت إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي والإبداع لدى الطلبة المتميزين وأقرانهم العاديين، وكذلك التعرف على أبعاد التدفق النفسي، وقياس الفروق ذات الدلالة الاحصائية في أبعاد التدفق، وقد تم تطبيق الدراسة على الطلبة في المرحلة المتوسطة والإعدادية لمدارس المتميزين والطلبة العاديين في مدينة بغداد بلغ عددهم (256) طالباً وطالبة من مدارس المتميزين والعاديين وقامت الباحثة بترجمة مقاييس مارشل وجلاكسون لقياس التوافق النفسي وبني أداة لقياس سمات الشخصية المبدعة، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في أبعاد التدفق النفسي وفق بعض المتغيرات المستقلة وهي الجنس لصالح الإناث ونوع المدارس لصالح العاديين، حيث لم تكن الفروق دالة في أبعاد التدفق النفسي وفق المرحلة.

دراسة (عبد المجيد و عبد الباقى ولاشين، 2016) هدفت إلى التعرف على الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة المعلمين في ضوء متغيرات التخصص والنوع الاجتماعي والمستوى التعليمي، للوالدين، كما هدفت إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة المعلمين، وقد تم استخدام مقاييس التدفق النفسي، وتكونت عينة الدراسة من (158) طالباً وطالبة من الطلبة المعلمين، بجامعة حلوان بمصر، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث، كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي ترجع لمتغير المستوى التعليمي للوالدين لصالح الطلاب الذين مستوى تعليم والديهم مرتفع، كما توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى التدفق النفسي، ترجع لمتغير التخصص الأكاديمي ولصالح طلبة الكليات العلمية، كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التدفق النفسي كان مرتفعاً لدى الطلاب المعلمين.

دراسة سالم العزري 2016 هدفت الدراسة إلى معرفة درجة المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية، وتكونت عينة الدراسة من 269 طالباً وطالبة، واستخدم الباحث مقياس المرونة النفسية والمكون من 40 فقرة، ومقاييس

المهارات الاجتماعية والمكون من 45 فقرة، وقد تم التحقق من الصدق والثبات لكل مقياس وملاءمتها لأغراض الدراسة. أظهرت نتائج الدراسة أن درجة المرونة النفسية لدى أفراد العينة عالية، كما توصلت الدراسة إلى أن درجة المهارات الاجتماعية لدى أفراد العينة كانت عالية، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلبة كلية العلوم الشرعية في سلطنة عمان.

وأجرت الحمداني، 2013 دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى المرونة النفسية وكذلك الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى المرونة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس والتخصص لدى طلبة المرحلة الإعدادية، وبلغت عينة البحث 300 طالباً وطالبة، وقامت الباحثة بتطبيق أداة جاهزة لمقاييس المرونة النفسية الذي أعدده قداوي، 2012، وجاءت نتائج الدراسة إن طلبة المرحلة الإعدادية يعانون من ضعف في مستوى المرونة النفسية.

وقام قوتة وسمير، 2001 بدراسة هدفت إلى تسلیط الضوء على المرونة النفسية مقابل الصلابة وتقسيير التوافق النفسي والتباين في أجواء الانتفاضة لدى الأطفال الفلسطينيين، وقد تم اختيار 86 طفلاً فلسطينياً بطريقة عشوائية، عاشوا أحاديث الانتفاضة كعينة ممثلة للمجتمع، وتم اختبار (صورة) النسخة المعدلة من مقياس بروتسوكي 1949 وذلك لقياس كل من المرونة مقابل الصلابة كأساليب معرفية، كما تم استخدام مقياس العصبية وتقدير الذات والاضطرابات الانفعالية وأعراض كرب ما بعد الصدمة وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود دور متوسط للمرونة والصلابة النفسية وأشارت كذلك إلى عدم وجود جوهرية فروق بين المرونة والتواافق النفسي خلال الأحداث العنيفة في الانتفاضة الفلسطينية الكبرى.

وأجرى مختار، ٢٠٠٤ دراسة هدفت إلى معرفة مستوى المرونة النفسية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، كما تهدف إلى معرفة علاقة مستوى المرونة بالجنس والتحصيل، وتكونت عينة الدراسة من 874 طالباً وطالبة من المرحلة الإعدادية، واستخدم الباحث في دراسته مقياس المرونة النفسية من إعداد الباحث، وأهم النتائج التي توصل إليها: إن طلبة المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستوى متوسط من المرونة النفسية، وأن الذكور أكثر مرونة من الإناث في هذه المرحلة.

ثامناً: الاجراءات المنهجية المستخدمة في البحث

أ-منهج الدراسة

يهدف هذا البحث إلى التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد لذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي بنسبة الارتباطي لأنه أحد اشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة او مشكلة محددة وتصویرها كمياً عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقتنة عن الظاهرة او المشكلة او تصنیفها وتحليلها واحتضانها للدراسة الدقيقة.

ب-مجتمع البحث

يتكون مجتمع الدراسة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد بأقسامها العلمية والادبية. وبلغ عددهم الإجمالي حسب الاحصائية المعتمدة من مكتب اعضاء هيئة التدريس بالكلية وعدهم (225) موزعة بين الذكور (130) والإناث (95) وهي مجتمع الدراسة الحالي.

ج-عينة البحث

استخدم الباحث اسلوب او طريقة العينة العشوائية الطبقية لاستخراج عينة الدراسة من اجمالي الاقسام العلمية والادبية وتعرف العينة بانها جزء من مجتمع البحث الاصلي يختارها الباحث بأساليب مختلفة وتضم عدد من الافراد من المجتمع الاصلي من الاقسام العلمية والتخصص والجنس بشكل عشوائي وبلغت العينة (85) عضو هيئة تدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.

**الجدول رقم (1) يبين عينة البحث وبيان الاقسام
العلمية وأعداد افراد العينة المتنقة**

الاجمالي	اناث	ذكور	القسم	ت
4	2	2	فيزياء	1
6	4	2	الاحياء	2
8	4	4	الكيمياء	3
8	4	4	الحاسوب	4
6	4	2	الرياضيات	5
6	2	4	الادارة التعليمية	6
8	4	4	اللغة الانجليزية	7
6	3	3	تاريخ	8
7	4	3	رياض الاطفال	9
10	5	5	التربية و علم النفس	10
8	4	4	الجغرافيا	11
8	3	4	علم الاجتماع	12
85	43	42		الاجمالي

يتبيّن من الجدول أعلاه حجم العينة المتنقة في البحث والتي بلغت 85 عضو هيئه تدريس جامعي في كلية التربية جامعة بنى وليد مكونة من خمس اقسام للقسم العلمي وسبع اقسام للقسم العلمي حيث بلغت نسبة المشاركة في العينة للقسم العلمي من الذكور (14) والإناث (18) حيث بلغت العينة في الاقسام الادبية للذكور (27) وللإناث (25) وبلغت العينة الاجمالية (37%) من إجمالي مجتمع الدراسة .

د- الاداة المستخدمة في البحث:

أولاً: **مقياس التدفق النفسي** :المقياس من إعداد (إعداد عبد الهادي السيد عبده، وفاروق السيد عثمان، 2018) تم استخدامه للملائمة لغرض البحث ويكون من أربعة أبعاد لقياس حالة التدفق للمرأهقين والراشدين .

وصف المقياس: تكون المقياس في صورته النهائية من (40) فقرة، موزعين على (4) أبعاد تتمثل في: (الانفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة، الاحساس بالضبط والسيطرة على الموقف أو المهمة، الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة، التوازن بين التحدي والمهارة).

تصحيح المقياس: يصحح المقياس وفق مقياس ليكرت الخماسي وهو (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أطلاقاً)، حيث إن الدرجات في العبارات الإيجابية تأخذ الترتيب التالي: (5-4-3-2-1)، وتعكس هذه الدرجات في حالة العبارات السالبة، ف تكون (-1-2-3-4-5)، ومن ثم فإن الدرجة العظمى للمقياس (200) درجة، والدرجة الصغرى (40) درجة.

صدق المقياس:

- **صدق الاتساق الداخلي:** حيث حسب معدا المقياس معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تتنمي إليه، وقد حصلت عبارات المقياس على معاملات ارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01).

- **الصدق الذاتي:** وقد تم حسابه من خلال معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وذلك بعد تطبيقه على عينة بلغت (60) عضو هيئه تدريس وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0,74 – 0,84) وقد جاءت كلها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01) مما يدل على الاتساق الداخلي المرتفع للمقياس.

ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحث لذلك التجزئة النصفية ، ومعامل الفاكورنباخ لجميع عبارات المقياس فدللت النتائج على أن قيمة التجزئة النصفية (0,73) ومعامل الفاكورنباخ(0,80) وهي قيم مناسبة جداً للثبات ، وبالتالي يعتبر المقياس ثابتاً ويمكن الوثوق بنتائجـه.

مقياس المرونة النفسية

استخدام الباحث مقياس المرونة النفسية من اعداد برين وأخرون (2008) تم استخدامه للملائمه لأغراض البحث ويكون المقياس من 20 بند ويلي كل بند 5 بدائل (دائما ، كثيرا ، أحيانا ، نادرا ، أبدا) و يقابل البذائل الخمسة القيم الاتية على نفس الترتيب (5 — 4 — 0 — 2 — 1) ماعدا البندين (7 و 5) يعكس ترتيب القيم فيما (1 — 2 — 0 — 4 — 5 ،)

صدق المقياس: تم الاعتماد على صدق الاتساق الداخلي حيث كانت النتائج :

جدول رقم (2) يبيـن نسبة صدق الاتساق لمقياس المرونة النفسية

نسبة صدق الاتساق الداخلي	ابعاد المرونة النفسية
0,40	التفاؤل
0,94	الكفاءة الذاتية
0,67	التطویر

ويتبين من القيم في الجدول الـهـ الـقيـمـ منـاسـبـةـ جـداـ لـلـثـباتـ فيـ الـابـعـادـ الرـئـيـسـيـةـ لـلـمـقـيـاسـ ،ـ وـبـالـتـالـيـ يـعـتـبـرـ المـقـيـاسـ ثـابـتاـ وـيمـكـنـ الوـثـوقـ بـنـتـائـجـهـ .ـ

ثبات المقياس : تم حساب معاملات الثبات للمقياس بحسب معامل (الفا كرونباخ حيث سجل معامل ألفا كرونباخ القيمة التالية:

جدول رقم (3) يبيـن نسبة ثبات معامل الفا كرونباخ المرونة النفسية

معامل الفاكورنباخ	عدد الفقرات	المقياس
0,86	20	مقياس المرونة النفسية

ويتبين من الجدول أعلاه ان قيمة معامل الفاكورنباخ بلـغـتـ فيـ مـقـيـاسـ المـرـوـنـةـ النـفـسـيـةـ وـالـذـىـ يـتـكـونـ منـ (20) وـبـلـاثـ اـبـعـادـ رـئـيـسـيـةـ سـجـلـتـ (0,86) وـهـيـ قـيـمـةـ مـرـتـفـعـةـ جـداـ وـتـشـيرـ إـلـىـ درـجـةـ الـيـةـ منـ الـثـباتـ الدـاخـلـيـ وهذا يـدـلـ عـلـىـ انـ فـقـرـاتـ الـمـقـيـاسـ تـتـسـقـ فيـ قـيـاسـ الـبـعـدـ الـمـسـتـهـدـفـ وـهـوـ الـمـرـوـنـةـ النـفـسـيـةـ وـيمـكـنـ الـاعـتمـادـ عـلـيـهـاـ فـيـ تـحـلـيلـ النـتـائـجـ وـهـيـ مـنـ الـقـيـمـ الـمـطـلـوـبـةـ فـيـ الـبـحـوـثـ السـيـكـوـلـوـجـيـةـ وـالـتـيـ فـيـ الـغـالـبـ تـقـدـرـ بـ(0.70)ـ كـمـاـ شـارـتـ إـلـىـ ذـلـكـ الـدـرـاسـاتـ مـنـهـاـ درـاسـةـ (ـبـرـاهـيـمـيـ صـبـاحـ 2022ـ)ـ.ـ مـاـ يـبـعـثـ الثـقـةـ وـالـطـمـانـيـةـ إـلـىـ اـسـتـخـدـامـ الـمـقـيـاسـ فـيـ الـدـرـاسـةـ الـحـالـيـةـ .ـ

هـاسـالـيـبـ التـحـلـيلـ الـاـحـصـائـيـ:

استخدم الباحث أساليب المعالجة الإحصائية الآتية: تم معالجة البيانات باستخدام الحساب الآلي من خلال برنامج (SPSS) الحزمة الإحصائية في العلوم الاجتماعية و تتمثل المعالجات التي تمت وهي ايجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري معامل الارتباط بيرسون لتحديد العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية .

تاسعاً: عرض النتائج و تفسيرها :

الاجابة على التساؤل الاول: ما مستوى التدفق النفسي لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ؟

ولتتحقق من صحة السؤال الأول تم استخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدالة لاستجابة أفراد عينة اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد على مقياس التدفق النفسي.

جدول رقم (4) يبين قيمة المتوسط والانحراف المعياري ومستوى الدالة الاحصائية على ابعاد التدفق النفسي لدى عينة البحث

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الابعاد	ت
.56	3.74	الانفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة	1
.57	3.70	الاحساس بالضبط والسيطرة على الموقف أو المهمة	2
.59	3.89	الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة	3
.58	3.68	التوازن بين التحدي والمهارة	4
.52	3.66	درجة المقياس ككل	

وأشارت نتائج البحث الحالية عن السؤال الأول أن التدفق النفسي لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد كانت مرتفعة، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي بين (3.89) كحد أعلى لبعد الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة و(3.68) كحد أدنى في التوازن بين التحدي والمهارة ، وقد بلغ المتوسط الحسابي لابعاد مقياس التدفق النفسي (59,5)، في بعد الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة وهو الأعلى وبعد الانفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة هو الأقل بنسبة (56,5)، وهي درجات مرتفعة، مما يدل على أن التدفق النفسي اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع.

وتنتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج (عبد المجيد وعبد الباقي ولاشين، 2016) والتي اظهرت أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى التدفق النفسي كان مرتفعاً لدى الطلاب المعلمين. ودراسة (محمد و العتابي 2019) والتي توصلت إلى أن طلبة الجامعات يتمتعون بالتدفق النفسي وفق لمتغير النوع والتخصص بينما كانت هناك فروق لمتغير مرحلة الدراسة. وهذا يتفق مع الدراسة الحالية من ارتفاع مستوى التدفق النفسي باختلاف عينة الدراسات .

ويستنتج الباحث أن ذلك قد يرجع إلى السمات الشخصية لدى اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية وأنهم يغلب عليهم المزاج الإيجابي والصحة النفسية، والتفكير الإيجابي وهو ما يتعلق بخبرة التدفق.

الاحابة على التساؤل الثاني: ما مستوى المرونة النفسية لدى عينة اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ؟

ولتتحقق من صحة السؤال الأول تم استخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية ومستوى الدالة لاستجابة أفراد عينة اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد على مقياس التدفق النفسي.

جدول رقم (5) يبين قيمة المتوسط والانحراف المعياري ومستوى الدالة الاحصائية على ابعاد المرونة النفسية لدى عينة البحث

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الابعاد	ت
.82	3.73	التفاؤل	1
.52	3.71	الكفاءة الذاتية	2
.55	3.41	التطوير	3
.43	3.57	درجة المقياس ككل	

وأشارت نتائج البحث الحالى عن السؤال الأول أن المرونة النفسية لدى عينة اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد كانت مرتفعة، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي بين (3.73) كحد أعلى لبعد التفاؤل و(3.57) كحد أدنى في بعد التطوير، وقد بلغ المتوسط الحسابي لابعد مقياس المرونة النفسية (82,82)، في بعد التفاؤل وهو الأعلى وبعد الكفاءة الذاتية هو الأقل بنسبة (52,52)، وهي درجات مرتفعة، مما يدل على أن مستوى المرونة النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع. وتنقق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسة (سالم العزري 2016) والتى أظهرت نتائج أن درجة المرونة النفسية لدى أفراد العينة عالياً، ودراسة (قوتة وسمير، 2001) وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود دور متوسط للمرونة والصلابة النفسية لدى افراد العينة ودراسة (مختار، 2004) والتى توصلت إلى إن طبقة المرحلة الإعدادية يتمتعون بمستوى متوسط من المرونة النفسية، وهذا يتفق مع الدراسة الحالى من ارتفاع مستوى المرونة النفسية باختلاف عينة الدراسات. ويسنتنجز الباحث أن ذلك قد يرجع إلى السمات المشكلة للمرونة النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية والتى تتسم بوجود حالة التفاؤل والاقبال على المستقبل وجود اساليب مواجهة الضغوط النفسية وحالة تقبل الواقع وهو ما يعكس حالة المرونة النفسية.

الاجابة على التساؤل الثالث: هل توجد علاقة دالة احصائياً بين التدفق النفسي والمرونة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ؟

جدول رقم (6) يبيّن قيمة معامل الارتباط بيرسون ومستوى الدلالة الاحصائية لإيجاد العلاقة بين التدفق النفسي والمرونة النفسية

مستوى الدلالة	قيمة معامل الارتباط	الانحراف المعياري	المتوسط	العينة	متغيرات الدراسة
0,01	** 0,324	22,61	173.67	85	التدفق النفسي
		12,5	87.4		المرونة النفسية

** دال عند مستوى دلالة (0,01)

يتضح من الجدول السابق وجود علاقة ارتباطية دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01)، وذلك بعد تطبيق مقياس التدفق النفسي ومقياس المرونة النفسية على عينة بلغ عددها (85) من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ، ومن ثم يمكن القول أن التساؤل الأولى قد تتحقق وأنه: توجد علاقة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0,01) بين التدفق النفسي والمرونة النفسية اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد ، ولكن العلاقة بينهما سالبة لدى أفراد العينة. ويوضح أن متوسط درجات أساتذة الجامعة على مقياس التدفق النفسي بلغ (173.67) والانحراف المعياري (22,61) ومعامل الارتباط بيرسون (0,01) ان هناك علاقة سالبة عكسية ضعيفة .القيمة المحسوبة اصغر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0,01) يمكن ان نستنتج من الجدول أعلاه أن متوسط درجات اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية على مقياس المرونة النفسية المتوسط الحسابي (87.4) والانحراف المعياري (12,5) مما يدل على أن أساتذة الجامعة لديهم مرونة نفسية مرتفعة. وهذا يتفق مع نتائج دراسة (براهمي صباح 2023) ولاتي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة سالبة عكسية ضعيفة بين المرونة النفسية والتدفق النفسي اي ان من لديهم مرونة نفسية مرتفعة لا يعكس مستوى من التدفق النفسي لديهم وهذا ايضا يتفق مع كاون وتومسون : (Thomson & Cowen) بحيث ينظر إلى المرونة على أنها صفة عامة للاستجابة تعم كل مظاهر سلوك الفرد، ويتمثل بميل الفرد إلى التمسك بطريقة معينة في حل المسائل دون غيرها.

نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة الى مجموعة من النتائج وهى:

- أن مستوى التدفق النفسي لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع من خلال تطبيق ابعاد مقياس التدفق النفسي .
- أن مستوى المرونة النفسية لدى عينة من اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد مرتفع من خلال تطبيق ابعاد المرونة النفسية .
- وجود علاقة دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0.01) بين ابعاد التدفق النفسي وابعاد المرونة النفسية لدى عينة اعضاء هيئة التدريس بكلية التربية جامعة بنى وليد.

الوصيات والمقترحات

- بناء على النتائج التي توصل إليها الباحث فأنه يوصى بما يلى:
- إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول شريحة اعضاء هيئة التدريس الجامعي مع الاهتمام بالمتغيرات التي لها علاقة بشخصيتهم وتطورهم الأكاديمي .
- اعداد برنامج ارشادي تعمل على بلورة آلية لتحقيق التدفق النفسي والمرونة النفسية .
- إجراء دراسات عن التدفق النفسي والمرونة النفسية وعلاقتها بكل من الرضى الوظيفي والقدرات الابداعية لدى اعضاء هيئة التدريس .
- اجراء دراسات في الصحة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي والمرونة النفسية و فعالية برنامج ارشادي لتنمية مستوى الاتزان الانفعالي لدى اعضاء هيئة التدريس الجامعي.

Compliance with ethical standards

Disclosure of conflict of interest

The author(s) declare that they have no conflict of interest.

المصادر والمراجع:

- 1- امال اباظة 2011 اختبار التدفق النفسي كراسة تعليمات - القاهرة - مكتبة الانجلو المصرية ص 3
- 2- احمد احمد السيد البهاص 2010 التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين من مستخدمي الانترنت دراسة سيكومترية كلينيكية . المؤتمر السنوي الخامس عشر جامعة عين شمس مركز الارشاد النفسي
- 3- ابن منظور . ابوالفضل جمال الدين 2005 لسان العرب . دار بيروت
- 4- احمد جاسم محمد 2019 المفاهيم الاكاديمية والمرونة النفسية المنظمة في كتب الدراسات الاجتماعية في الصف الرابع الاعدادي في العراق ص 07
- 5- براهمي صباح 2022 المرونة النفسية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى اساتذة الجامعة دراسة ميدانية بجامعة محمد الخضير بسكرة رسالة ماجستير غير منشورة ص 10
- 6- محمد السعيد ابو حلاوة 2013 حالة التدفق المفهوم والابعاد والقياس، اصدارات شبكة العلوم النفسية العربية ص 60
- 7- مجدة السيد الكشكى 2020 المرونة النفسية كمتغير معدل للعلاقة بين ازمة منتصف العمر والفراغ الوجودى لدى السعوديات فى مرحلة منتصف العمر كلية الاداب جامعة الملك عبد العزيز ص 3-5
- 8- خلود صواش 2021 مستوى التدفق النفسي لدى اعوان الشبه الطبية فى ضوء بعض المتغيرات - الجزائر
- 9- يحيى شقورة 2012 المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية غزة- رسالة ماجستير غير منشورة -جامعة الازهر

- 10- داليا يسرى الصاوى 2020 التدفق النفسي وعلاقته بالذات الايجابية لدى عينة من طلاب الجامعة المشاركون وغير المشاركون رسالة ماجستير غير منشورة ص 266
- 11- حنان المالكي 2012 فاعلية برنامج ارشادى جمعى قائم على استراتيجيات المرونة النفسية لزيادة المرونة لدى الطالبات فى جامعة ام القرى -مجلة الدراسات العربية فى التربية وعلم النفس السعودية- ع 31-135-175
- 12- سمير قوته 2001 المرونة النفسية للاطفال الذين تعرضوا للعنف السياسي -دراسة ميدانية برنامج الام المتحدة للصحة النفسية عمان-الأردن
- 13- هبة محمد سامي 2018 التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية -مجلة التربية جامعة عين شمس-م 42
- 14- جمعة السيد يوسف 2007 ادارة الضغوط -مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث جامعة القاهرة ص 07
- 15- مهرية الاسود 2020 التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرياح ورقلة الجزائر -رسالة ماجستير غير منشورة ص 50-55
- 16- عفراء ابراهيم العبيدي 2016 التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة فى ضوء بعض المتغيرات الجنس والتخصص-مجلة الاستاذ-المؤتمر الرابع لجامعة بغداد ص 198
- 17- زهرة محمد وحسين غنيم 2016 تقييم الخصائص السيكومترية لاختبار التدفق النفسي على عينة من طلاب الجامعة . كلية التربية -جامعة عين شمس-ع 48-17
- 18- مرعي سلامة يونس 2012 علم النفس الايجابى للجميع, القاهرة, مكتبة الانجلو المصرية ص 52
- 19- جولمان 2000 الذكاء العاطفى . ترجمة ليلي الجبالي -سلسة عالم المعرفة-ع 262 ص 137
- 20- سامية عر عار 2016 خبرة التدفق النفسي المفاهيم والابعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الايجابية والابداع نموذج جامعة الاغواط ع 65
- 21- محمد عثمان 2010 الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة النفسية الايجابية لدى الشباب الجامعى -مجلة كلية التربية -جامعة عين شمس-ع 34 ص 539-573
- 22- محمد عثمان 2010 فاعلية برنامج ارشادى لتنمية المرونة الايجابية رسالة دكتوراه غير منشورة جامعة عين شمس-كلية التربية
- 23- عائشة الحارثى 2010 المرونة وعلاقتها بالبيئة الاسرية والمدرسية لدى طلاب التعليم العام بسلطنة عمان - رسالة ماجستير غير منشورة - كلية التربية جامعة عين شمس
- 24- سالم صالح العزري 2016 المرونة النفسية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية لدى طلاب كلية العلوم الشرعية سلطنة عمان -رسالة ماجستير غير منشورة -جامعة نزوى كلية التربية
- 25- خالد بنى محمد الرابغى 2013 التفكير الابداعى والمتغيرات النفسية والاجتماعية للطلبة الموهوبين - مركز دينوتو لتعليم التفكير ص 71
- 26- لمياء قيس الزهيرى 2012 المرونة النفسية وعلاقتها باحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة -كلية التربية -جامعة ديالى العراق
- 27- سطام بن مصلح الحربي 2012 التفكير الايجانى وعلاقته بالثقة بالنفس لدى عينة من طلاب الثانوية العامة بمنطقة حائل -مجلة العربية للعلوم النفسية ع 19 ص 254-225

Disclaimer/Publisher's Note: The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of AJASHSS and/or the editor(s). AJASHSS and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content.