مجلة طبنـــة للدراسات العلمية الأكاديمية ISSN 2661-7633 / EISSN 2716-8883

السنة: 2022 المجلد: 05 العدد: 02 ص.ص: 1187-1209

الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط

Self-efficacy and its relationship with psychological flow among students of the University of Laghouat

توفيق برغوتي[1*]، مركز البحث في العلوم الاسلامية والحضارة الأغواط، (الجزائر)،
toufikberg@gmail.com
سمية عليوة[2]، جامعة سطيف 2 (الجزائر)، الجزائر، s.alioua@univ-setif2.dz

تاريخ إرسال المقال: 10-08-2022 تاريخ قبول المقال: 10-08-2022.

الملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف على مستوى كل من الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط، والكشف على نوع العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي. واتبع الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي للتحقق من فرضيات الدراسة، وهذا باستخدام مقياس الكفاءة الذاتية العامة لـ (سامر جميل رضوان) ومقياس التدفق النفسي من إعداد (نصيف، 2015) على عينة مكونة من (100) طالب وطالبة من جامعة الأغواط. وكانت النتائج بعد المعالجة الإحصائية كما يلي:

- يتمتع طلبة جامعة الأغواط بمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية.

_ يتمتع طلبة جامعة الأغواط بمستوى مرتفع من التدفق النفسي.

_ وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي؛ الكفاءة الذاتية؛ الطالب الجامعي.

Abstract:

The current study aimed to reveal the level of both self-efficacy and psychological flow among students of the University of Laghouat, and to reveal the type of relationship between self-efficacy and psychological flow. The researchers followed the descriptive correlative approach to verify the hypotheses of the study using the general self-efficacy scale of (Samer Jamil Radwan) and the psychological flow scale prepared by (Nasif, 2015) on a sample of (100) male and female students from the University of Laghouat. The results after statistical treatment were as follows:

-Laghouat University students have a high level of self-efficacy.

_Laghouat University students enjoy a high level of psychological flow.

* توفيق برغوتي.

_ There is a correlation between self-efficacy and psychological flow among students of the University of Laghouat.

Key words :psychological flow; self-efficacy; University student.

مقدمة:

تعد معتقدات الكفاءة الذاتية من الأبعاد المهمة في شخصية الفرد، فمعتقدات الفرد عن نفسه أساس مهم لتحديد سلوكه وتصرفاته في المجالات الشخصية والاجتماعية والانفعالية. ودلت نتائج كثير من الدراسات على أهمية معتقدات الكفاءة الذاتية، إذ تتيح معتقدات الكفاءة الذاتية أمام الفرد المجال لتطوير قدراته المتعلقة بالتخطيط وتنفيذ المهام وتقويم الأعمال، وتطوير الرقابة الذاتية حول التعلم، إضافة إلى أن مدركات الفرد حول كفاءته الذاتية تلعب دورا مهما في تحصيله الدراسي، كما أكدت النتائج بأنه كلما زاد مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطالب زاد تفوقه الدراسي[1]

وتعتبر الكفاءة الذاتية المدركة أحد محددات التعلم المهمة والتي تعبر عن مجموعة من الأحكام لا تتصل بما ينجزه الفرد فقط، ولكن بالحكم على ما يستطيع انجازه، فالكفاءة الذاتية ليست مجرد مشاعر عامة، ولكنها تقويم من جانب الفرد لذاته عما يستطيع القيام به، ومقدار الجهد الذي يبذله، ومدى مرونته في التعامل مع المواقف.

وتعتبرالكفاءة الذاتية المدركة من العوامل المهمة، التي تلعب دوراً كبيراً في خفض ورفع درجة التوتر والقلق لدى الفرد. فالأشخاص الذين يمتلكون الكفاءة في مجالات متنوعة تكون قدرتهم عالية على مواجهة تحديات الحياة[2]

أي أن الكفاءة الذاتية ترتبط بالإنجاز الفعلي للأعمال، فهي تعكس مدى المثابرة والجهد المبذول للتعامل مع المواقف الصعبة ومواجهة المشكلات ومقاومة الفشل، وكذلك مدى التحدي والإصرار، وكثرة المشكلات والأزمات، فإذا وصل الفرد إلى هذه المرحلة من الأداء والتركيز دخل في حالة تسمى التدفق النفسي.

حيث يمثل التدفق النفسي ظاهرة إيجابية وخبرة ذاتية تؤدي إلى تشكيل مجموعة من المهارات الفائقة أو العادات المكتسبة التي تساعد الفرد على الاستمتاع بأي شيء يفعله في الحاضر، وتزيد من

[1] : فاطمة بنت سعيد وآخرون، علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من 7_ 12 في سلطنة عمان، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، المجلد 12، العدد 1، 2018، ص 164.

[2] : ميرفت إبراهيم خيضر، كفاءة الذات العامة المدركة وعلاقتها بالتدفق النفسي وإدارة الازمات لدى مدراء المدارس، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد 169، الجزء 3، 2016، ص 13.

إمكانية الاستمتاع بالتجارب المستقبلية، كما يجعل الفرد أكثر قدرة على التنظيم والسيطرة على وعيه، وعلى تأسيس نظام مرن وواضح يدفعه باتجاه التطور.

وإن خبرة التدفق لها العديد من الآثار الإيجابية على المتعلم، فهي ترتبط أثناء الأنشطة المختلفة بالرفاهية الذاتية من خلال الانفتاح على الخبرة وخلق التحدي والاستمتاع. وهذه الخبرة تمثل الغاية القصوى أو الدرجة النهائية في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم، ففي التدفق لا تستوعب الانفعالات وتجدول فقط، بل توظف بنشاط وإيجابية وتنسيق مع العمل الذي يباشره المتعلم.

وحدوث التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي له أهمية كبيرة، حيث يجعله منهمكا بكل كيانه في مهمة تثير دوافعه الذاتية الداخلية، ويصل به إلى حالة مختلفة من الإيجابية تدفعه باتجاه الإنجاز وتحقيق الذات، وتقديم أقصى مستويات الكفاءة والابداع مع إحساس عام بالنجاح. وقد أكدت بعض الدراسات على هذه الأهمية مثل دراسة (Clarke and Haworth, 1994) حيث توصلت إلى أن الخبرة المثلى في التدفق اتصفت بأعلى انهماك معرفي لدى طلبة الجامعة، كما وجدت الدراسة أن الطلبة الذين خبروا التدفق النفسي على أنه خبرة مثلى قد أحرزوا درجة عالية على مقياس السعادة النفسية.[1]

الإشكالية:

يرى الكثير من الباحثين أن الكفاءة الذاتية أحد أبرز العوامل المؤثرة في الأداء والمثابرة على الإنجاز، وتتبلور هذهِ الكفاءة على شكل أفكار ومُعتقدات حول الذات بشأن مدى كفايتها في الدخول في حالة من الاستغراقوتمثل الغاية القصوى أو الدرجة النهائية في توظيف الانفعالات في خدمة الأداء والتعلم.

ومن ثم فإن تمتع طلبة جامعة الأغواط بمستوى مُرتفع من الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي دليل واضح على سلامة العملية التربوية، ويعد هذا أحد أهم مفاتيح النجاح التي يمتلكها الطلبة في تحقيق التوافق الدراسي والاجتماعي لمواجهة المشكلات والتحديات التي يتعرضون لها، في حين تدني مستوى الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي يُشير إلى حاجة الطلبة إلى ضرورة تدعيم خبراتهم لكي يرتفع هذا المستوى لديهم، لأن انخفاضه يجعلهم مُعرضين للضغوط والصعوبات في الحياة اليومية مما قد يؤثر على توافقهم الدراسي والاجتماعي.

[1]: مهرية الأسود، التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمنبئات بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة قاصدي مرباح، أطروحة دكتوراه الطور الثالث في الإرشاد والتوجيه، جامعة الوادي، 2020، ص07.

مما سبق عرضه حول المتغيرين (الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي) ودورهما في خلق حالة رضا تام عن عمل وأداء الفرد والطالب الجامعي بصفة خاصة، نحاول من خلال دراستنا هذه الإجابة على التساؤلات التالية:

1_ ما مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الأغواط ؟

2_ ما مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط ؟

3_ هل توجد علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط؟

أهمية الدراسة: يستمد البحث الحالي أهميته على ضوء الاعتبارات التالية:

_ تنبثق أهمية البحث من كونها تبحث في متغير الكفاءة الذاتية والذي يعد من أهم العوامل الدافعية المؤثرة في سلوك وأداء الأفراد حيث تعد من أهم عوامل الشخصية الموجهة للسلوك.

_ كذلك تكمن أهمية الموضوع من خلال تناول الباحثين متغير التدفق النفسي الذي يعد من الموضوعات الهامة التي حققت نتائج إيجابية في البيئة التعليمية.

_ كما يكتسب البحث أهميته من خلال النتائج التي يسفر عنها ومدى إمكانية الاستفادة من هذه النتائج.

أهداف الدراسة:تهدف الدراسة إلى:

1_ معرفة مستوى الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الأغواط.

2_ معرفة مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

3_ معرفة طبيعة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

المبحث الأول: التعريف الاجرائي لمصطلحات الدراسة:

المطلب الأول: تعريف الكفاءة إجرائيا:

أولا: الكفاءة الذاتية إجرائيا:يعرفها الباحثان على أنها اعتقاد الطالب الجامعي وثقته في إمكاناته ومعلوماته الذاتية، ومدى تمكنه من تحقيق مستوى عالي في المهام المدرسية، وهي مرتبطة بالدرجة المتحصل عليها من مقياس الكفاءة الذاتية المعرب من طرف (سامر جميل رضوان).

ثانيا: التدفق النفسي إجرائيا: يقصد به الباحثان أنه حالة التحدي لدى الطالب الجامعي، التي يحاول فيها توظيف مهاراته وخبراته في أداء المهمة، ويستغرق استغراقا كاملا في هذه المهمة، وهي مرتبطة بالدرجة المتحصل عليها من مقياس التدفق النفسي للباحث (نصيف، 2015).

المطلب الثاني:تعريف الكفاءة الذاتية

تعتبر توقعات الكفاءة الذاتية من البناءات النظرية التي تقوم على نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي والتي باتت تحظى في السنوات الأخيرة بأهمية متزايدة، لإسهامها كعامل وسيط في تعديل السلوك. ومن بين التعاريف المقدمة لها ما يلي:

أولا- (Bandura, 1997): يعرف الكفاءة الذاتية بأنها "معتقدات الفرد حول قدراته على تنظيم وتنفيذ الاجراءات اللازمة لتحقيق نتائج معينة، وهي كذلك معتقدات الأفراد حول قدراتهم على إنتاج مستويات معينة من الأداء الذي يؤثر على الأحداث المؤثرة في حياتهم وهذه المعتقدات تؤثر في خيارات الأفراد وفي مسارات الفعل والأهداف التي يسعون من أجلها[1].

ثانيا- ويعرفها **الألوسي (2001):** "بأنها أحكام الفرد بخصوص قدراته الذاتية، والناجمة من المحصلة الكلية لخبرات النجاح والفشل في حياته بشأن مبادرته للقيام بالسلوك"[2]

ثالثا- ويعرفها **الناشئ (2005):** "بأنها توقعات الفرد عن قدراته في حل مشكلاته ومواجهة التحديات الجديدة التي تؤثر في درجة تفاؤله، ونظرته الإيجابية بما يحفزه في أداء مهامه اليومية".

ويحدد الاعتقاد بكفاءة الذات طريقة إدراكنا للأشياء مما يدفعنا إلى السلوك بطريقة فعالة، فذوو الكفاءة المرتفعة يشعرون أن حياتهم أفضل ومشاعرهم أكثر إيجابية، وبأن الكروب امتحان وتحد لإمكانيات الفرد، فإذا أصيبوا بمرض سرعان ما يتعافون منه ويرون أن المواقف الضاغطة تدفعهم إلى التكيف الإيجابي والتغلب عليها.[3]

---

[1] أحمد يحي الزق، الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 10، العدد 2، 2009، ص 40.

[2] ندى عبد باقر الدباج، أساليب المواجهة وعلاقتها بفاعلية الذات لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية التربية الاساسية، المجلد 19، العدد 79، 2013، ص 567.

[3] زعطوط رمضان، علاقة الاتجاه نحو السلوك الصحي ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية لدى المرضى المزمنين بورقلة، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة ورقلة، 2005، ص 45.

من التعاريف السابقة **نخلص** إلى أن الكفاءة الذاتية هي صفة شخصية يمتلكها الفرد بخصوص اعتقاداته حول قدراته واستعداده لتطبيق المهارات المعرفية والسلوكية والاجتماعية التي لديه من أجل التعامل مع الصعوبات ومواجهة الأحداث والسيطرة عليها.

المطلب الثالث: فرضيات الدراسة:

أولا: نتوقع مستوى مرتفع في درجة الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الأغواط.

ثانيا: نتوقع مستوى مرتفع في درجة التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

ثالثا: توجد علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

المبحث الثاني:الإطار النظري للدراسة

المطلب الأول: مصادر الكفاءة الذاتية:حسب **BANDURA**هناك أربعة مصادر للمعلومات الأساسية حول الكفاءة الذاتية وهي:

أولا_ الإنجازات الأدائية: تشكل الخبرات النشطة السائدة ذات الدلالة في حياة الفرد أكثر مصادر المعلومات المتعلقة بالكفاءة الذاتية، نظرا لأنها تقدم الأدلة الفعلية الحقيقية على مدى إمكان سيطرة الفرد أو نجاحه فيما يسعى إليه لتحقيقه[1]

ويتوقف المدى المحدد لاستقرار حسن أو وعي الفرد بكفاءته الذاتية من خلال ممارسته للخبرات أو تحقيقه لإنجازات على المحددات التالية:

- فكرته المسبقة عن إمكاناته وقدراته ومعلوماته.
- إدراك الفرد لمدى صعوبة المهمة أو المشكلة أو الموقف.
- الجهد الذاتي النشط الموجه بالأهداف.
- حجم أو كم المساعدات الخارجية.
- الظروف التي خلالها يتم الأداء أو الانجاز.
- الخبرات المباشرة السابقة للنجاح أو الفشل.

[1]فتحي محمد الزيات، علم النفس المعرفي، دار النشر للجامعات، مصر، 2001، ص 511.

– أسلوب بناء الخبرة أو الوعي بها، وإعادة تشكيلها في الذاكرة.

– الأبنية القائمة للمعرفة والخصائص التي تميزها.

ثانيا_النمذجة أو الخبرات البديلة: يرى باندورا أن تقدير الذات يتأثر بالخبرات البديلة والتي يقصد بها اكتساب الخبرة من رؤية الآخرين المشابهين وهم يؤدون الأنشطة بنجاح (النماذج الاجتماعية)[1]

فعادة ما يميل الفرد إلى ملاحظة غيره من الناس لكي يستفيد من خبراتهم وإنجازاتهم، لأن ملاحظة الآخرين وتقليدهم وخاصة النماذج الإيجابية منهم يعلمنا مهارات مفيدة وينقل إلينا الإحساس بالفاعلية على أننا قادرون على تحقيق ممارسات ناجحة مثلهم، وهكذا فحسب مبدأ النمذجة فإن الناس يعرفون قدراتهم من خلال مقارنتهم بغيرهم من الناس.

وإن نجاح الآخرين وخبراتهم الناجحة تعتبر كلها مصدر تنمية للفاعلية الذاتية وعلى سبيل المثال فقد يشعر شخص ما بإحساس متزايد بفاعلية الذات فيما يخص قدرته على مزاولة برنامج نشط معين على مدى شهور إذا رأى صديق له يتمتع بإمكانية مماثلة بأنه قد ينجح في ذلك، وفي نفس الوقت فشل الآخرين في الأداء قد يقلل من فاعلية الذات بدرجة كبيرة[2]

ثالثا_الإقناع الاجتماعي: الإقناع الاجتماعي يعزز الاحساس بالكفاءة الذاتية إذ يتم اقناع الأفراد بأنهم يمتلكون مقومات النجاح لتنفيذ الأنشطة المطلوبةحيث يعتمد الناس في هذا الشأن على آراء الآخرين وانطباعاتهم بصفة كبيرة في محاولة اقتناعهم بشأن قدرتهم على تحقيق إنجازات هامة في حياتهم[3].

رابعا_ الحالة الفسيولوجية: تؤثر البنية الفسيولوجية والانفعالية أو الوجدانية تأثيرا عاما أو معمما على الكفاءة الذاتية للفرد، وعلى مختلف مجالات وأنماط الوظائف العقلية المعرفية والحسية والعصبية لدى الفرد، وعلى هذا فهناك 3 أساليب رئيسية لزيادة أو تفعيل إدراكات الكفاءة الذاتية وهي:[4]

1– تعزيز أو زيادة أو تنشيط البنية البدنية أو الصحية.

2– تخفيض مستويات الضغط والنزاعات والميول الانفعالية السالبة.

---

[1] كمال أحمد الشناوي، فعالية الذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية، مؤتمر التعليم النوعي ودوره في التنمية البشرية في عصر العولمة، 2006، جامعة المنصورة، مصر، ص 475.

[2]Albert Bandura, social cognitive theory of personality,In,L. pevin&O,john(ed), Hand book of personality, (New York: Guilford Publication, 1994. p 31.

[3] :Albert Bandura, social cognitive theory of personality,In,L. pevin&O,john(ed), p 47.

[4]: فتحي محمد الزيات، علم النفس المعرفي،ص 517.

3- تصحيح التفسيرات الخاطئة للحالات التي تعتري الجسم.

المطلب الثاني: التدفق النفسي

مفهـــوم التـــدفق النفســـي مـــن المفـــاهيم الأساســـية التـــي طرحهـــا عـــالم الـــنفس الأمريكـــي (CsikszeNtmihalyi) وهو أحد المؤسسين لعلم النفس الإيجابي ليصبح أحد المفاهيم الرائجة في هذا المجال، حيث أوضح (كسكزنتيميهالي) أن التدفق النفسي يعبر عن الحالة النفسية الداخلية التي يشعر الفرد من خلالها بالتركيز التام مع ما يقوم به، وهو بذلك يرتبط بحالة التعلم الأمثل التي وصفها (كسكزنتيميهالي) بأنها حالة من التركيز ترقى إلى مستوى الاستغراق المطلق[1].

ونورد فيما يلي بعض التعاريف المقدمة للتدفق النفسي:

_ يعرف جولمان (2000) التدفق بأنه: "غاية كبرى في توظيف الانفعالات في خدمة النشاط والتعرف على البيئة، وهو خبرة راقية تشعر الفرد بالسعادة والبهجة والانغماس في النشاط لدرجة نسيان الذات، عكس التأمل والاجترار والقلق، فإذا وصل إلى حالة تدفق المشاعر، يستغرق تماما في العمل الذي يقوم به إلى درجة يفقد فيها الوعي بذاته" [2]

_ يعرف التدفق النفسي بأنه: "خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر عندما يؤدي المهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد من خلال الاشتغال التام بالأداء، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل"[3].

- يعرف ليتزوجيرى (Lutz and Guiry, 1994) التدفق النفسي بأنه "حالة ذهنية وإثارة داخلية إيجابية يشارك فيها الفرد بعمق في بعض الأنشطة والأحداث المحببة للنفس".

نستخلصأن التدفق النفسي مفهوم يشير إلى حالة نفسية إيجابية داخلية المنشأ يعيشها الفرد عند استغراقه في أداء مهمة ما، بالاعتماد على التركيز الشديد ويصاحبها شعور بالسعادة والحيوية، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان حتى يصل الفرد إلى الاستغراق الكلي في أداء المهمة.

---

[1]: نيرمين حجازي النتشة، التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة محافظة الخليل، رسالة ماجستير في الارشاد النفسي، جامعة الخليل، 2021، ص13.

[2]: مهرية الأسود، التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمنبئات بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة قاصدي مرباح، أطروحة دكتوراه الطور الثالث في الإرشاد والتوجيه، جامعة الوادي، 2020، ص 66.

[3] : محمد بن ناصر بن سعيد الصوافي، القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في مدارس ولاية المضيبي بسلطنة عمان، المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، العدد 21، 2020، ص 10.

المطلب الثاني: أبعاد التدفق النفسي:ذكر (كسكزنتيميهالي) أن التدفق النفسي كحالة نفسية له تسعة أبعاد تتمثل في:[1]

- التوازن بين التحدي والمهارة.
- الاندماج بين الفعل والوعي.
- أهداف مدركة واضحة.
- تغذية راجعة غير غامضة.
- التركيز في المهمة أو العمل.
- إحساس السيطرة.
- غياب الوعي أو الشعور بالذات.
- الإحساس إما بسرعة مرور الزمن أو ببطيء مروره.
- الاستمتاع الذاتي الذي يشير إلى خبرات إثابة داخلية (القيام بالعمل أو أداء النشاط أو إنجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته دون انتظار لإثابة من الخارج).

المبحث الثالث: الدراسات السابقة

أولا_ دراسة محمد السيد صديق (2009)[2]:هدفت للكشف عن العلاقة بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل الاعتماد على النفس والمثابرة وفاعلية الذات والرضا عن الذات ومستوى الطموح وتحمل المسئولية، والدافع للإنجاز. تكونت عينة الدراسة من (616) طالباً، استخدم الباحث مقياس التدفق النفسي ومقياس العوامل النفسية، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة إيجابية بين التدفق وبعض العوامل الشخصية مثل الاعتماد على النفس وفاعلية الذات والدافع للإنجاز والمثابرة وعلاقة سلبية مع الرضا بالذات. بينما لا توجد علاقة بين التدفق النفسي وبعض المتغيرات الديموغرافية كالنوع (ذكور – إناث).

ثانيا_ دراسة نصيف (2015): هدفت الدراسة إلى قياس التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي على عينة مكونة من (200) طالب وطالبة من الدراسات العليا، تم الاعتماد على مقياس سيلجمان لقياس التفاؤل المتعلم، أما الابداع الانفعال "لفريل" وتم بناء مقياس التدفق النفسي مكون من 31

[1]: سامية عرعار وآخرون، خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الإيجابية الابداع والسعادة نموذجا، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، المجلد 1، العدد 15، 2016، ص 108.

[2]:محمدالسيدصديق،التدفقوعلاقتهببعضالعواملالنفسيةلدىطلابالجامعة،مجلةدراساتنفسية (رانم)،المجلد 19،العدد 2، 2009،صص 313- 357.

فقرة. وتوصلت النتائج إلى ارتفاع مستوى الابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا، وأظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي وفق متغير الجنس.

ثالثا- دراسة(Joo ,Oh And Kim, 2015): هدفت إلى بحث طبيعة العلاقة بين الفعالية الذاتية وقلق الاختبار والتدفق النفسي والإنجاز الأكاديمي والتخطيط الدراسي لدى عينة من طلبة الجامعة الكورية. بلغت عينة الدراسة (963) طالباً وطالبةً، حيث تم إرسال الاستبانات لهم عبر الأنترنت، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي. وقد توصلت الدراسة إلى أن الفاعلية الذاتية والتخطيط الدراسي كان لهما أثر مباشر دال إحصائياً على التدفق النفسي، كما أشارت النتائج إلى أن الفعالية الذاتية والتدفق النفسي لهما أثر مباشر دال إحصائياً على مستوى الإنجاز الأكاديمي، ويعمل التدفق النفسي كعامل وسيط بين الفعالية الذاتية والإنجاز الأكاديمي[1].

رابعا_ دراسة العبيدي (2016)[2]:هدفت إلى التعرف على التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، والتعرف على التدفق النفسي لدى الطلبة وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي، وطبقت الدراسة على عينة من (200) طالب وطالبة من جامعة بغداد، وبعد تطبيق مقياس التدفق النفسي الذي أعدته الباحثة، أظهرت النتائج أن أفراد العينة لديهم تدفق نفسي، وبينت النتائج عدم وجود فروق في التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس، وأظهرت وجود فروق في التدفق النفسي تبعا لمتغير التحصيل الدراسي.

خامسا_ دراسة زينب (2019)[3]: بعنوان معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، وهدفت الدراسة إلى التعرف على درجة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، معرفة مستوى دلالة الفروق للتدفق النفسي وفقا لمتغيرات (النوع، التخصص، الصف). ولتحقيق أهداف البحث، أعدت الباحثة مقياس للتدفق النفسي، وطبقت الأداة على عينة من (375) طالب وطالبة، وبعد جمع البيانات ومعالجتها احصائيا، توصلت النتائج إلى ما يأتي: يتمتع طلبة الجامعة بالتدفق النفسي، ليس هناك فرق ذو دلالة احصائية للتدفق النفسي وفق متغيري (النوع، والتخصص) بينما يوجد فرق لمتغير المرحلة الدراسية.

سادسا_دراسة مهرية الأسود (2021): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى التفكير الإيجابي، والكفاءة الذاتية والتدفق النفسي، والتعرف على طبيعة هذه المتغيرات لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح

---

[1]: نيرمين حجازي النتشة، التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة محافظة الخليل، ص39.

[2]:العبيديإبراهيمخليلالعفراء،التدفقالنفسيلدىطلبةالجامعةفيضوءمتغيريالجنسوالتخصصالدراسي،مجلةالأستاذ،جامعةبغداد،المجلد 3، 2016،صص197_214.

[3]:زينبماجدمحمد،معرفةالتدفقالنفسيلدىطلبةالجامعة،مجلةكليةالتربية،جامعةواسط،الجزء 3،العدد 37، 2019،صص 395- 420.

ورقلة، وعلى القدرة التنبؤية لكل من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية بحدوث التدفق النفسي، واتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي واستخدمت ثلاثة مقاييس وهي التفكير الإيجابي من إعداد الباحثة، مقياس الكفاءة الذاتية لـ (سامر جميل رضوان)، ومقياس التدفق النفسي لـ (نصيف، 2015)، طبقت على عينة مكونة من (300) طالب وطالبة من جامعة ورقلة، وبعد المعالجة الإحصائية أسفرت النتائج على: مستويات مرتفعة من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى أفراد العينة، وأسفرت كذلك على وجود علاقة ارتباطية دالة بين المتغيرات، ووجود قدرة تنبؤية لكل من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية على حدوث التدفق النفسي.

المطلب الأول: التعقيب على الدراسات السابقة: حاول الباحثان التطرق إلى الدراسات التي تناولت متغير التدفق النفسي لأنه حديث نسبيا، أما متغير الكفاءة الذاتية فهو متناول بكثرة وخاصة في المجال الأكاديمي، كما لاحظ الباحثان ندرة في الدراسات السابقة (في حدود علمهما) التي تناولت المتغيرين مع بعض، ماعدا دراسة Joo ,Oh And Kim (2015) ودراسة مهرية الأسود (2021) فقد تناولت المتغيرات مع بعض في شكلهما الصريح، باقي الدراسات تناولت متغير التدفق النفسيوبعض العوامل النفسية مثل الاعتماد على النفس والمثابرة وفاعلية الذات والرضا عن الذات ومستوى الطموح وتحمل المسئولية، والدافع للإنجاز للباحث **(محمد السيد صديق (2009)، ودراسة نصيف (2015)** التفاؤل المتعلم والإبداع الانفعالي وعلاقتهما بالتدفق النفسي، **ودراسة العبيدي (2016)، ودراسة زينب (2019)** تناولت التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، وجميع نتائج الدراسات أكدت على وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، ومستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية، ووجود علاقة ارتباطية بين المتغيرين.

والدراسة والدراسة الحالية تحاول انطلاقا من الفجوات الموجودة في هذه الدراسات للتطرق لهذين المتغيرين مع بعضهما دون عوامل أخرى كما هو متناول في الدراسات السابقة.

المبحث الرابع: الطرق والأدوات

المطلب الأول: منهج الدراسة: بما أن الدراسة الحالية تسعى إلى الكشف عن العلاقة بين كل من الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، فإن المنهج الذي تم اعتماده فيها هو المنهج الوصفي الارتباطي لكونه الملائم لمثل هذه الدراسة.

المطلب الثاني: حدود الدراسة:تتمثل حدود الدراسة بالإطار الزمني لتنفيذها حيث تم إجراؤها خلال سنة 2021، ومكان إجرائها المحدد في جامعة الأغواط، على عينة مكونة من (100) طالب من كلا الجنسين.

المطلب الثالث: أدوات الدراسة:استخدم الباحثان في هذه الدراسة مقياس الكفاءة الذاتية المترجم من طرف (سامر جميل رضوان) ومقياس التدفق النفسي من إعداد (نصيف، 2015).

أولا. مقياس الكفاءة الذاتية:

1. التعريف بمقياس توقعات الكفاءة الذاتية العامة في صيغته المعربة لسامر جميل رضوان:

قام الباحث (سامر جميل رضوان) بأخذ موافقة من مطوري الاستبانة، على إعداد نسخة باللغة العربية واختبارها على عينة سورية، بعد ذلك قام الباحث بترجمة البنود العشرة التي تتضمنها الاستبانة عن اللغة الألمانية إلى اللغة العربية، وترجمت الصيغة الانجليزية من الاستبانة نفسها من قبل متخصص في اللغة الانجليزية، بهدف إجراء مقارنة بين ترجمتين من لغتين مختلفتين، واستيضاح مدى دقة الترجمة واستيفائها للمعنى، حيث تم بنتيجة ذلك إجراء بعض التعديلات الطفيفة في بعض العبارات أو الكلمات، بعد ذلك عرضت الاستبانة على مجموعة من المتخصصين وغير المتخصصين الذين أبدوا رأيهم من حيث الصياغة وفهم المعنى وإمكانية التطبيق. ولم تجر بنتيجة ذلك تعديلات جوهرية تذكر، حيث أجمعت الآراء على صلاحية الاستبانة (صدق المحتوى)، ويقترح مؤلف الاستبانة عدم الترجمة الحرفية لبنود الاستبانة إلى البيئات الأخرى، وإلى عدم الاقتصار على المعنى السطحي له، وإنما أخذ الاعتبارات النفسية للثقافات المختلفة بعين الاعتبار وإعطاء المعنى الجوهري المتناسب مع كل ثقافة على حدى[1].وتتألفالاستبانة في صيغتها الأصلية من عشرة بنود يطلب فيها من المفحوص اختيار إمكانية الاجابة وفق متدرج يبدأ من (لا، نادرا، غالبا، دائما).

ثانيا: تصحيح المقياس: وتتم الإجابة على بنود الاختبار وفق اختيارات أربع:

لا، نادرا، غالبا، دائما، ويتم تصحيح الإجابات كما يلي:

[1]: عليوة سمية، علاقة كل من مصدر الضبط الصحي والكفاءة الذاتية بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري النوع الأول، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة باتنة 1، 2016. ص 153.

لا (1 نقطة) نادرا(2 نقاط)

غالبا(3 نقاط) دائما(4 نقاط)

ويتراوح المجموع العام للدرجات بين 10 و40، حيث تشير الدرجة المنخفضة إلى انخفاض توقعات الكفاءة الذاتية العامة، والدرجة العالية إلى ارتفاع في توقعات الكفاءة الذاتية العامة.

1. الخصائص السيكومترية لمقياس الكفاءة الذاتية: اعتمد الباحثان على نتائج الخصائص السيكومترية التي تم حسابها من طرف الباحثة مهرية الأسود سنة 2020، وكانت كما يلي:

2. الصدق: تم حساب الصدق بطريقتين واكتفى الباحثان بطريقة واحدة وهي مبينة في الجدول الآتي:

أ. **صدق الاتساق الداخلي:** من خلال حساب معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج موضحة في الجدول التالي:

الجدول 1: يوضح معاملات الارتباط بين درجة البنود والدرجة الكلية للمقياس

البنود	معامل	البنود	معامل
البند1	0.58**	البند6	0.74**
البند2	0.57**	البند7	0.70**
البند3	0.56**	البند8	0.70**
البند4	0.56**	البند9	0.64**
البند5	0.62**	البند10	0.53**

المصدر: مهرية الأسود، 2020

نلاحظ من خلال الجدول أن كل معاملات الارتباط دالة عند مستوى 0.01 وتراوحت معاملات الارتباط بين 0.53 و0.74، وعليه فإن المقياس يمتاز بقيمة عالية من الصدق.

3_ الثبات:تم حساب الثبات بطريقتين، واكتفى الباحثان بطريقة واحدة وهي طريقة معامل ألف كرونباخ، حيث بلغ معامل ثبات مقياس الكفاءة الذاتية وفق معادلة ألفا كرونباخ (0.82)، مما يؤكد تمتع المقياس بمستوى مرتفع من الثبات.

ثالثا. مقياس التدفق النفسي:

1_ التعريف بالمقياس:المقياس تم إعداده من طرف الباحث (نصيف، 2015)، بعد تبنيه لنظرية (كسكزنتيميهالي، 1996)، يحتوي هذا المقياس على 32 بندا، يجاب على كل بند تبعا لخمسة بدائل كما يلي:

_ تنطبق علي دائما _ تنطبق علي غالبا _ تنطبق علي أحيانا _ تنطبق علي نادرا _ لا تنطبق علي أبدا، وتتراوح تقديراتها الكمية بين (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب، وجميع العبارات في الاتجاه الموجب، بالتالي كلما حصل المفحوص على درجة مرتفعة على عبارات المقياس كلما كان ذلك في اتجاه الزيادة في مستوى التدفق النفسي لديه، حيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (32_ 160).[1]

_ تشير الدرجة 32 إلى مستوى ضعيف من التدفق النفسي.

_ تشير الدرجة 96 إلى مستوى معتدل من التدفق النفسي.

_ تشير الدرجة 160 إلى مستوى مرتفع من التدفق النفسي.

ويحتوي المقياس على 9 أبعاد وهي:

1_ بعد الشخصية ذاتية القصد: 1، 2، 3، 4.

2_ بعد الأهداف الواضحة: 5، 6، 7، 8.

3_ بعد التوازن بين مستوى القدرة والتحدي: 9، 10، 11، 12.

4_ بعد التركيز: 13، 14، 15، 16.

5_ بعد ضبط الموقف أو النشاط: 17، 18، 19.

6_ بعد التغذية الراجعة غير الغامضة: 20، 21، 22، 23.

7_ بعد اندماج الفعل بالوعي: 24، 25، 26.

8_ بعد إحساس مشوه بالزمن: 27، 28، 29.

[1]:مهرية الأسود، التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمنبئات بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة قاصدي مرباح، أطروحة دكتوراه الطور الثالث في الإرشاد والتوجيه، جامعة الوادي، 2020، ص 100.

9_ بعد فقدان الشعور بوعي الذات: 30، 31، 32.

2. **الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:** اعتمد الباحثان على نتائج الخصائص السيكومترية التي تم حسابها من طرف الباحثة مهرية الأسود سنة 2020، وكانت كما يلي:

3. الصدق: تم حساب الصدق بطريقتين، واكتفى الباحثان بطريقة واحدة وهي مبينة في الجدول الآتي:

أ. صدق الاتساق الداخلي: من خلال حساب معامل الارتباط بين كل بند والدرجة الكلية للمقياس، أشارت النتائج إلى أنه يوجد بندان قيمتهما غير دالة (البند 23= 0.26 والبند 30= 0.33) فتم حذفهما فأصبح المقياس يضم 30 بندا في صورته النهائية، وتم التحقق من الاتساق الداخلي مرة أخرى وكانت النتائج كما في الجدول الآتي:

الجدول 2: يوضح ثبات مقياس الكفاءة الذاتية بطريقة معامل ألفا كرونباخ

الرقم	البعد	معاملالارتباط
01	الشخصية ذاتية القصد	**0.47
02	الأهداف الواضحة	**0.74
03	التوازن بين مستوى القدرة	**0.77
04	التركيز	**0.74
05	ضبط الموقف أو النشاط	**0.61
06	التغذية الراجعة غير	**0.71
07	اندماج الفعل بالوعي	**0.61
08	احساس مشوه بالزمن	*0.41
09	فقدان الشعور بوعي	*0.37

المصدر: مهرية الأسود، 2020

من خلال الجدول أن معاملات الارتباط تراوحت بين 0.37 و0.77، ما يدل على صدق الاتساق الداخلي، وعليه فإن المقياس يمتاز بقيمة عالية من الصدق.ـ

4. الثبات: تم حساب الثبات بطريقتين، واكتفى الباحثان بطريقة واحدة وهي مبينة في الجدول الآتي:

الجدول 3: يوضح ثبات مقياس التدفق النفسي بطريقة معامل ألفا كرونباخ

الأبعاد	معامل ألفا كرونباخ	الأبعاد	معامل ألفا
1	0.80	6	0.76
2	0.76	7	0.77
3	0.74	8	0.79
4	0.75	9	0.80
5	0.77	المقياس ككل	0.87

المصدر: مهرية الأسود، 2020

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن معامل ثبات مقياس التدفق النفسي ككل وفق معادلة ألفا كرونباخ كان مساويا لـ (0.87)، مما يؤكد تمتع المقياس بمستوى مرتفع من الثبات.

المبحث الرابع: نتائج الدراسة

المطلب 1. عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

والتي تنص على "تتوقع مستوى مرتفع في درجة الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الاغواط".

1. عرض نتائج الفرضية الأولى:

للتحقق من هذه الفرضية قام الباحثان بحساب،المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجاباتأفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية، ثم توضيح توزيع تكرار العينة حسب درجة الكفاءة الذاتية لدى الطالب الجامعي والجداول التالية توضح ذلك:

الجدول 4.يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجاباتأفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية

عدد أفراد العينة	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط الحسابي	الانحراف
100	10	40	30.68	4.59

المصدر: إعداد الباحثين بناء على مخرجات برنامج*SPSS*

يتضح من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على المقياس ككل بلغ 30.68 بانحراف معياري قدره 4.59.

لمعرفة المستوى الذي يتمتع به طلبة جامعة الأغواط من كفاءة ذاتية قام الباحثان بحساب تكرار العينة حسب درجة الكفاءة الذاتية وهو موضح كما يلي:

الجدول 5. يبين توزيع تكرار العينة حسب درجة الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة الأغواط

الدرجة	التكرار	النسبة المئوية
مرتفعة 26<	87	87
منخفضة 26>	13	13
المجموع	100	100

المصدر: إعداد الباحثين بناء على مخرجات برنامج*SPSS*

يتضحمن خلال الجدول أن استجابات أفراد العينة على مقياس الكفاءة الذاتية مرتفعة، حيث كانت تمثل نسبة 87% من مجموع الاستجابات، أما الاستجابات المنخفضة فقد مثلت نسبة 13%، ومنه فإن الفرضية الأولى تحققت، ودرجة الكفاءة الذاتية لدى الطالب الجامعي مرتفعة في عينة الدراسة.

2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى

بعد عرض نتائج الفرضية الأولى تبين أن طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية، وهو ما توقعه الباحثان حيث افترضا وجود مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية، وهذه النتيجة جاءت متوافقة مع بعض الدراسات منها دراسة "**جرين**" **(GREEN, 2000)** التي وجدت أن مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطلبة كان مرتفعا[1].

كذلك **دراسة (حوراء، 2016)** التي بحثت في مستوى الكفاءة الذاتية الأكاديمية المُدركة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في جامعة بابل، وقد توصلت النتائج الى أنَّ أفراد العينة لديهم مُستوى جيد من الكفاءة الذاتية الأكاديمية المُدركة، **وأكدت دراسة مهرية الأسود (2021)** وجود مستويات مرتفعة من الكفاءة الذاتية لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، ويُمكن تفسير هذهِ النتيجة بأنَّ أفراد عينة البحث يتمتعون بمستوى جيد من الكفاءة الذاتية؛ ذلك لأنَّ الذات وكفاءتها تتطور بشكل مُنتظم مع التقدم بالعمر وتصبح أكثر تمايزا وتكاملا مع مرور الوقت والخبرة اللذيّن يمر بهما الإنسان في حياتهِ. ويُمكن اعتبار

[1]: أحمد يحي الزق، الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 10، العدد 2، 2009، ص 42.

نتيجة البحث منطقية لأنَّ عينة البحث هم طلبة في مرحلة التعليم الجامعي وهذه المرحلة تتميز بالكفاءة الذاتية والنضج والخبرة.

3.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

والتي تنص على "تتوقع مستوى مرتفع في درجة التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الاغواط".

أ. عرض نتائج الفرضية الثانية:

للتحقق من هذه الفرضية قام الباحثان بحساب،المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجاباتأفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي، ثم توضيح توزيع تكرار العينة حسب درجة التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي والجداول التالية توضح ذلك:

الجدول 6.يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة على الدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية

عدد أفراد العينة	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط الحسابي	الانحراف
100	59	140	100.08	15.98

المصدر: إعداد الباحثين بناء على مخرجات برنامج*SPSS*

يتضح من خلال الجدول أن المتوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على المقياس ككل بلغ100.08 بانحراف معياري قدره 15.98.ولمعرفة مستوى التدفق النفسي الذي يتمتع به طلبة جامعة الأغواط قام الباحثان بحساب تكرار العينة حسب درجة التدفق النفسي وهو موضح كما يلي:

الجدول 7. يوضح توزيع تكرار العينة حسب درجة التدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط

الدرجة	التكرار	النسبة المئوية
مستوى منخفض 32≥	0	0
مستوى معتدل 32- 96	40	40
مستوى مرتفع 96- 160	60	60

المصدر: إعداد الباحثين بناء على مخرجات برنامج*SPSS*

يتضح من خلال الجدول أن استجابات أفراد العينة على مقياس التدفق النفسي مرتفعة، حيث كانت تمثل نسبة 60% من مجموع الاستجابات، أما الاستجابات المنخفضة فقد مثلت نسبة 40%، ومنه فإن الفرضية الثانية تحققت، ومستوى التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي مرتفع في عينة الدراسة.

ب. مناقشة نتائج الفرضية الثانية

بعد عرض نتائج الفرضية الثانية تبين أن طلبة الجامعة لديهم مستوى مرتفع من التدفق النفسي، وهو ما توقعه الباحثان حيث افترضا وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي، وهذه النتيجة جاءت متوافقة مع بعض الدراسات من بينها **دراسة نصيف (2015)** التي توصلت الى ارتفاع مستوى الابداع الانفعالي والتدفق النفسي لدى طلبة الدراسات العليا وهو ما أكدته **دراسة العبيدي (2016)** التي أظهرت أن أفراد العينة لديهم تدفق نفسي مرتفع، كذلك **دراسة زينب (2019)** التي توصلت إلى أنه يتمتع طلبة الجامعة بالتدفق النفسي، وأكدت **دراسة مهرية الأسود (2021)** وجود مستويات مرتفعة من التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، ويفسر الباحثان هذه النتيجة أي حصول الطلبة على درجة مرتفعة من التدفق النفسي بالرجوع إلى الإطار النظري للعالم "ميهالي" الذي يرى أن هناك علاقة وثيقة بين حالة التدفق والتعليم الجامعي على وجه التحديد، فالطلبة يكونون عادة أمام حالة التدفق وما يرتبط بها من نشوة وابتهاج واندفاع باتجاه التجويد والابداع، وتتحقق هذه الحالة عند وضوح الأهداف الدراسية وتوازن مستوى التحدي مع المهارات، مما يجعل التغذية الراجعة متوازنة مما يساعدهم على إدارة انفعالاتهم وبالتالي السيطرة والتمكن من الوصول إلى حالة الاستغراق، كذلك يمكننا تفسير حالة التدفق الإيجابية بالتغيرات التي يكتسبها الطالب الجامعي في المؤسسة الجامعية عند ممارسته للأنشطة التعليمية.

4.عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على "توجد علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط".

أ . عرض نتائج الفرضية الثالثة:

للتحقق من هذه الفرضية قام الباحثان بحساب قيمة معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد العينة على مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس التدفق النفسي، ويوضح الجدول التالي نتائج معاملات الارتباط بين درجات المقياسين:

الجدول 8. يوضح قيم معاملات الارتباط بين مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس التدفق النفسي

المتغيرات	المتوسط	الانحراف	معامل	مستوى
الكفاءة الذاتية	30.68	4.590	*0.226	0.01
التدفق النفسي	100.08	15.981		

المصدر: إعداد الباحثين بناء على مخرجات برنامج*SPSS*

من خلال نتائج الجدول (8) نلاحظ أن معامل الارتباط بين درجات مقياس الكفاءة الذاتية ودرجات مقياس التدفق النفسي لدى الطلبة الجامعيين بلغ (0.226) وهي قيمة دالة احصائيا عند مستوى (0.01)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات مقياس الكفاءة الذاتية ودرجات مقياس التدفق النفسي، وعليه فإن الفرضية قد تحققت.

ب. مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

بعد عرض نتائج الفرضيةالثالثة تبين وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة وقدر معامل الارتباط بـ (0.226).

نتائج الدراسة الحالية كانت متوافقة مع معظم الدراسات التي أكدت وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي خاصة دراسة **محمد السيد صديق (2009)** التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة إيجابية بين التدفق وبعض العوامل الشخصية مثل الاعتماد على النفس وفاعلية الذات والدافع للإنجاز والمثابرة وعلاقة سلبية مع الرضا بالذات.

وهي نفس النتيجة التي توصلت إليها **دراسة (Joo ,Oh And Kim, 2015)** وقد وجدوا أن الفاعلية الذاتية والتخطيط الدراسي كان لهما أثر مباشر دال إحصائياً على التدفق النفسي، كما أشارت النتائج إلى أن الفعالية الذاتية والتدفق النفسي لهما أثر مباشر دال إحصائياً على مستوى الإنجاز الأكاديمي، ويعمل التدفق النفسي كعامل وسيط بين الفعالية الذاتية والإنجاز الأكاديمي، وهذا ما أكدته أيضا نتائج **دراسة مهرية الأسود (2021)** التي أسفرت على وجود علاقة ارتباطية دالة بين المتغيرات، ووجود قدرة تنبؤية لكل من التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية على حدوث التدفق النفسي.

يمكننا تفسير وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة بالرجوع إلى التراث النظري حيث تعد معتقدات الكفاءة الذاتية من الأبعاد المهمة في شخصية الفرد، فمعتقدات

الفرد عن نفسه أساس مهم لتحديد سلوكه وتصرفاته في المجالات الشخصية والاجتماعية والانفعالية. ودلت نتائج كثير من الدراسات على أهمية معتقدات الكفاءة الذاتية، إذ تتيح معتقدات الكفاءة الذاتية أمام الفرد المجال لتطوير قدراته المتعلقة بالتخطيط وتنفيذ المهام وتقويم الأعمال، وتطوير الرقابة الذاتية حول التعلم، إضافة إلى أن مدركات الفرد حول كفاءته الذاتية تلعب دورا مهما في تحصيله الدراسي، كما أكدت النتائج بأنه كلما زاد مستوى الكفاءة الذاتية لدى الطالب زاد تفوقه الدراسي، أي أن الكفاءة الذاتية ترتبط بالإنجاز الفعلي للأعمال، فهي تعكس مدى المثابرة والجهد المبذول للتعامل مع المواقف الصعبة ومواجهة المشكلات ومقاومة الفشل، وكذلك مدى التحدي والإصرار، وكثرة المشكلات والأزمات فاذا وصل الفرد إلى هذه المرحلة من الأداء والتركيز دخل في حالة تسمى التدفق النفسي.

خاتمة:

كان الهدف من هذه الدراسة معرفة مستوى كل من الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الاغواط، وكذلك معرفة طبيعة العلاقة بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى جامعة الاغواط. وأسفرت الدراسة على النتائج التالية:

_ يتمتع طلبة جامعة الأغواط بمستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية.

_ يتمتع طلبة جامعة الأغواط بمستوى مرتفع من التدفق النفسي.

_ وجود علاقة ارتباطية بين الكفاءة الذاتية والتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط.

نتائج هذه الدراسة كانت متفقة ومتسقة مع بعض الدراسات، وغير متسقة مع دراسات أخرى، وعليه يدعو الباحثان المهتمين بهذا التخصص المزيد من البحث والتقصي في هذه المسألة، باستخدام عينات أكبر وأكثر تمثيلا وفي أكثر من جامعة.

_ إدراج متغيرات الدراسة ضمن الخدمات التي يقدمها الإرشاد والتوجيه الجامعي الإيجابي.

قائمة المصادر والمراجع:

أولا:الكتب

- فتحي محمد الزيات، علم النفس المعرفي، دار النشر للجامعات، مصر، 2001.

-Albert Bandura, social cognitive theory of personality,In,L. pevin&O,john(ed), Hand book of personality, (New York: Guilford Publication, 1994.

ثالثا: الرسائل والمذكرات

1.زعطوط رمضان، علاقة الاتجاه نحو السلوك الصحي ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية لدى المرضى المزمنين بورقلة، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة ورقلة، 2005.

2. عليوة سمية، علاقة كل من مصدر الضبط الصحي والكفاءة الذاتية بالسلوك الصحي لدى مرضى السكري النوع الأول، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة باتنة 1، 2016.

3. مهرية الأسود، التفكير الإيجابي والكفاءة الذاتية كمنبئات بالتدفق النفسي، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة قاصدي مرباح، أطروحة دكتوراه الطور الثالث في الإرشاد والتوجيه، جامعةالوادي، 2020.

4. نيرمين حجازي النتشة، التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعة محافظة الخليل، رسالة ماجستير في الارشاد النفسي، جامعة الخليل، 2021.

رابعا: المقالات

1. فاطمة بن تسعيد وآخرون، علاقة الكفاءة الذاتية الأكاديمية بالتوافق النفسي لدى طلبة الصفوف من 7_ 12 في سلطنة عمان، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس، المجلد 12، العدد 1، 2018.

2. ميرفت إبراهيم خيضر، كفاءة الذات العامة المدركة وعلاقتها بالتدفق النفسي وإدارة الأزمات لدى مدراء المدارس، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد 169، الجزء 3، 2016.

3. أحمد يحي الزق، الكفاءة الذاتية الأكاديمية المدركة لدى طلبة الجامعة الأردنية في ضوء متغير الجنس والكلية والمستوى الدراسي، مجلة العلوم التربوية والنفسية، المجلد 10، العدد 2، 2009. تربية، جامعةالأزهر، العدد 169، الجزء 3، 2016.

4. محمد بن ناصر بن سعيد الصوافي، القدرة التنبؤية للسعادة النفسية في التدفق النفسي ومفهوم الذات لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في مدراس ولاية المضيبي بسلطنة عمان، المجلة الالكترونية الشاملة متعددة المعرفة لنشر الأبحاث العلمية والتربوية، العدد 21، 2020.

5. سامية عرعار وآخرون، خبرة التدفق النفسي المفاهيم والأبعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الإيجابية الابداع والسعادة نموذجا، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، المجلد 1، العدد 15، 2016.

خامسا: أشغال الملتقيات

1. كمال أحمد الشناوي، فعالية الذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى طلاب كلية التربية النوعية، مؤتمر التعليم النوعي ودوره في التنمية البشرية في عصر العولمة، جامعة المنصورة، مصر، 2006.