كلية التربية
قسم علم النفس

فعالية برنامج تدريبى قائم على الإرشاد بالواقع فى تنمية التدفق النفسى لدى معلمي المرحلة الثانوية

بحث مستل من رسالة مقدمه استكمالاً للحصول على درجة الماجستير
في التربية
"تخصص صحة نفسية"

إعداد الباحث
محمود سمير فتوح عزب
إشـراف

أ. د/ صبحى عبد الفتاح الكافوري
أستاذ الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

أ.م .د/ رحاب سمير طاحون
أستاذ مساعد علم النفس التربوي
كلية تربية - جامعة مدينة السادات

١٤٤٧هـ – ٢٠٢٥م

مستخلص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن فعالية برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية. وقد شارك في الدراسة (٤٤) معلمًا ومعلمة، تتراوح أعمارهم بين (٢٥–٥٨) عامًا، بمتوسط عمري قدره (٤٥.٤٢) عام، وانحراف معياري قدره (٣.٥٨) وتم تقسيمهم إلى مجموعة تجريبية مكونة من (٢٢) معلمًا ومعلمة، ومجموعة ضابطة مكونة من (٢٢) معلمًا ومعلمة. وقد تم استخدام المنهج التجريبي، ومقياس التدفق النفسي للمراهقين والراشدين (إعداد عبد الهادي السيد وفاروق عثمان، ٢٠١٨).

وأشارت النتائج إلى: وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق لصالح معلمي المجموعة التجريبية. كما أشارت النتائج إلى وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيق القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق لصالح التطبيق البعدي. وأشارت أيضًا إلى عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي الذي تم بعد انتهاء البرنامج التدريبي بشهرين لمقياس حالة التدفق.

الكلمات المفتاحية: الإرشاد بالواقع – التدفق النفسي.

ABSTRACT

This study aimed to reveal the effectiveness of a training program based on reality therapy in developing psychological flow among secondary school teachers. Forty-four (44) secondary school teachers participated in this study, ranging in age from 25 to 58 years, with an average age of 45.42 years and a standard deviation of 3.58. They were divided into an experimental group consisting of 22 male and female teachers, and a control group also consisting of 22 male and female teachers. The experimental method was used, along with the Psychological Flow Scale for Adolescents and Adults (prepared by Abdel Hadi El-Sayed and Farouk Othman, 2018).

The results indicated that there was a statistically significant difference at the 0.05 level between the average ranks of the scores of the experimental group teachers in the pre- and post-tests of the Flow State Scale for Adolescents and Adults in favor of the experimental group.

The results also indicated a statistically significant difference at the 0.05 level in favor of the post-test. Furthermore, there was no statistically significant difference at the 0.05 level between the average ranks in the post- and follow-up tests, which were conducted two months after the end of the training program.

Keywords: Reality guidance – Psychological flow.

مقدمة:

يعد التدريب ميزة يتميز بها المجتمع الإنساني فهو ضرورة لكل فرد يريد أن يحتل مكانة مناسبة في المجتمع فهو عملية هدفها نجاح المنظومة من خلال مواردها البشرية، فالتدريب عملية مستمرة وملازمة للمعلمين على مدى حياتهم لتطوير أنفسهم وتحسين مهاراتهم، ليظل المنفذ الرئيسي الذي تعتمد عليه المنظومة لزيادة أداء العاملين بها، لأن التدريب ينعكس على المجتمع ككل وليس المعلم أو المنظمة فقط لأن المعلم جزء لا يتجزأ من المجتمع، ويجب الاهتمام بمعلم المرحلة الثانوية نظراً لخطورة هذه المرحلة التي يمر بها الطلاب وهي مرحلة المراهقة، وما تتميز بها من طبيعة خاصة من حيث التغيرات الفكرية والعقلية والاجتماعية ،والتي تعد بمثابة بناء جيل جديد للمجتمع ،مما يتطلب من معلم هذه المرحلة بذل الكثير من الجهد للتعامل مع الطلاب والعبور بهم إلى بر الأمان في هذه المرحلة الحرجة من حياتهم(خالد الهيتي،٢٠٠٠، ٨٤)

وأن المعلم لديه القدرة على تطبيق وتحويل خبراته العلمية والعملية في المساعدة على اتخاذ قرارات جيدة حول المناهج التعليمية التي تشعر الطالب بأنه مسئول وناجح وأن سلوكياته هي التي تحدد شخصيته (رافدة الحريري وسمير الإمامي، ٢٠١١، ٦١٥)

ويعد الإرشاد بالواقع أحد الركائز العقلانية الحديثة في الإرشاد النفسي لأنه يعطي أهمية كبيرة للإنسان وقدرته على تحديد مصيره وحل المشكلات والتفكير الناقد، فهو أسلوب إرشادي علاجي نشط، لأنه يعتمد على الجانب اللفظي ،فهو عقلاني بنسبة كبيرة ،إذ يتجه إلى تغيير السلوك، لذلك تعتبر نظرية الإرشاد بالواقع نظرية وقائية أكثر منها علاجية، ويركز على فهم الأفعال التي يقوم بها الفرد وكيفية إدراكه لهذه الأفعال من أجل تغيير ما يشعر به الفرد(محمد خليل٢٠٢٠، ٣٨٩)

ويرى وليم جلاسر (William Glasser) مؤسس نظرية الإرشاد بالواقع فى ستينات القرن الماضي ومطورها لتتناسب مع المؤسسات التعليمية والذي طبقها من خلال عمله في المدارس، يرى من خلال هذه النظرية أن الإنسان هدفي ولديه القدرة على الإبداع ،وأن العوامل البيئية التي تؤثر في سلوكه ليست السبب الرئيسي في سلوكه غير السوي، وأن كل فرد له هواية يستطيع أن يطورها ليحقق ذاته ويشبع حاجاته النفسية والفسيولوجية بطرق تحافظ على حقوق الآخرين ولا تسلبهم حقهم في إشباع حاجاتهم، وأن التأثير على السلوك الكلي يحتوي على دمج

بين أربعة عناصر وهي التمثيل، والتفكير، والاستجابة الفسيولوجية، والشعور لتحقيق هدفه في الحياة (ماهر المجدلاوي، ٢٠٢٠، ٢٧٨).

وتعتبر نظرية الإرشاد بالواقع من الأساليب الإرشادية الرائدة في ميدان علم النفس ،حيث قدمها لأول مرة وليم جلاسر (William Glasser) في كتابه العلاج بالواقع (عام ١٩٦٥) والتي تطورت عبر مرور السنوات لتصبح أحد الأساليب الإرشادية التي تلقى قبولاً في مراكز الإرشاد النفسي ،والتي تركز على مسئولية الفرد عن سلوكياته وقراراته ،وأوجدت هذه النظرية نهجاً علمياً يساعد الفرد في مواجهة التحديات التي يقابلها في الحياة بطرق إيجابية وصحيحة، مما ينعكس على سلوكه ويتغير إلى سلوك سوى ومسئول يستطيع من خلاله إشباع حاجاته النفسية والفسيولوجية بطريقة صحيحة. (سامي الحارثي وصالح الغامدي، ٢٠٢٠، ٨٢)

ويعد التدفق النفسي من أهم المفاهيم الإيجابية التي وصفت الخبرة الذاتية للفرد عند اندماجه في المهام والأعمال التي يقوم بها والتي تقترن بحالة من السعادة والنشوة ومن خلالها يكتشف معنى الحياة وتصبح حياته هادفة، وأول من قام بصياغة مصطلح التدفق هو العالم المجري الأصل الأمريكي الجنسية ميهالي (Csikszentmihalyi) من خلال دراسته لكل ما يمكن أن يؤدي بالإنسان إلى المتعة، واعتبار التدفق إحساس يشعر به الفرد عند اندماجه التام في العمل أو المهمة التي يقوم بها مع تجاهل تام لأي نشاط أو مهمة أخرى مع عدم إحساسه بذاته والوقت ،وهو شعور يتشارك في الإحساس به كل الناس بمختلف أعمارهم وجنسياتهم عند استغراقهم التام في العمل الذي يقومون به (محمد أبو حلاوة، ٢٠١٣، ١٦)

فالتدفق النفسي يحمل بداخله فكرة السعي نحو الإجادة والقدرة على التركيز طوال الوقت، دون أن يتسلل الملل إلى الفرد، ودفعه نحو الإبداع في المهام الموكلة إليه، ويصل الفرد إلى أعلى مراحل توظيف طاقاته النفسية والتركيز الكلي له (علياء السيد، ٢٠١٨، ٤).

فالتدفق النفسي شرط أساسي لوصول المعلم إلي أعلي درجات الإبداع أثناء قيامه بالعمل والرفع من مستوى كفاءته في العمل مما يسهم في الارتقاء بالعملية التربوية وتحقيق أهداف المؤسسة التعليمية، وأجريت دراسات سابقة لقياس نسبة التدفق النفسي لدى المعلمون ومدى تأثره بعوامل أخرى مثل دراسة بن الشيخ ربيعة (٢٠١٥) والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة بالجزائر، ودراسة فاطمة السيد خشبة (٢٠١٧) والتي هدفت إلى فحص طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والسعادة، والرضا الوظيفي، والتسويف لدى المعلمون، وقامت دراسة حصه فهد القريني وسهام

بنت محجم المطيري(٢٠٢٤) للكشف عن الذكاء الروحي وعلاقته بالتدفق النفسي كمنبئ لجودة الحياة النفسية لدى معلمات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، وأشارت هذه الدراسات إلي أن المعلمون الذين لديهم نسبة مرتفعة من التدفق النفسي يتوقف لديهم الشعور بالزمان والمكان أثناء قيامهم بالعمل ويتولد لديهم الشعور بالسعادة والبهجة والرضا عن الحياة والعمل، مما يجعلهم يوظفون كل طاقاتهم ومهارتهم لإنجاز العمل الذي يقومون به ليصلوا إلى أعلى درجات الإبداع ،لأن مشاعر الفرح والسرور هي التي تحركه وتحفزه (إبراهيم عبده ،وخلف محجوب، ٢٠١٦، ٢٢٦).

مشكلة الدراسة:

تعتبر المرحلة الثانوية من أهم مراحل التعليم التي يحتاج فيها الطلاب إلي اهتمام خاص، نظراً لما يمرون به في هذه المرحلة الفاصلة من حياتهم من تغيرات جسدية وعقلية واجتماعية وفكرية ،فتكون مؤشراً على بناء جيل جديد قادر، علي مواجهة المشكلات والتحديات بشكل سليم.

ويعد المعلم من أهم العناصر في تنمية الجوانب المعرفية والمهارية، وتكوين شخصية الطلاب في هذه المرحلة، من خلال ما يقدمه من معلومات علمية ،في ظل التطور الذي نعيشه في المناهج التعليمية ووسائل التعليم، إضافة إلي إقامة علاقات ودية بينه وبين الطلاب قائمة على الاحترام بين الطرفين (شاكر أحمد، ٢٠١٩، ٤٢٩).

وتناولت بعض الدراسات والبحوث السابقة الكشف عن طبيعة التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية مثل دراسة بن الشيخ ربيعة (٢٠١٥) والتي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، بالجزائر، كما قامت دراسة فاطمة السيد خشبة (٢٠١٧) إلى فحص طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والسعادة والرضا الوظيفي، والتسويف، والكشف عن إسهام متغيرات البحث بالتنبؤ بالتدفق النفسي، والكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية مثل (النوع، وطبيعة المواد التي يدرسها المعلم، ونوع المؤسسة التي يعمل بها ،والعمر والدخل، واللقب العلمي، ونوع المرحلة التعليمية التي يدرس لها)، كما قامت دراسة حصه فهد القريني وسهام بنت محجم المطيري(٢٠٢٤) للتعرف على العلاقة بين مفهوم الذكاء الروحي والتدفق النفسي كمنبئين لجودة الحياة النفسية لدى معلمات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، بالمملكة العربية السعودية.

وبناء على ما سبق تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة على السؤال البحثي الرئيسي التالي ما فاعلية برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية ؟

ويتفرع منه الأسئلة الفرعية التالية:

١- ما الفروق الإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين؟

٢- ما الفروق لإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين؟

٣- ما الفروق الإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين؟

٤- ما الفروق الإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين تعزي لمتغير التخصص (المواد الأدبية، والمواد العلمية)؟

٥- ما الفروق الإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين تعزي لمتغير العمر (أقل من ٤٥عام، أكثر من ٤٥عام)؟

٦- ما الفروق الإحصائية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين تعزي لمتغير النوع (ذكور/إناث)؟

أهداف الدراسة وتتمثل في:

١- الكشف عن فاعلية برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

٢- الكشف عن أثر استمرارية البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

٣- التعرف على الفروق بين المجموعتين التجريبية التي تعرضت للبرنامج التدريبي والمجموعة الضابطة التي لم تخضع للتدريب.

أهمية الدراسة وتتمثل في:

أولاً: الأهمية النظرية وتتمثل في:

١- الاستفادة من فنيات الإرشاد بالواقع في إعداد برنامج تدريبي لتنمية التدفق النفسي لدى المعلمين نظراً لأهمية هذه الفئة في المجتمع وندرة الدراسات والأبحاث العربية التي استخدمت برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

٢- توفير قدر من المعلومات والتعريفات حول التدفق النفسي، وأهم النظريات التي تحدثت عن التدفق النفسي.

٣- إن أغلب البحوث والدراسات التي تناولت الحديث عن التدفق النفسي للمعلمين بشكل عام ومعلمي المرحلة الثانوية بشكل خاص لم تغطي سوى جوانب قليلة ومازال هذا الموضوع في حاجة إلي مزيد من الدراسات والبحوث، نظراً لأهمية هذه الفئة في المجتمع.

ثانياً: الأهمية التطبيقية وتتمثل في

١- التوصل إلي عمل برنامج تدريبي لمعلمي المرحلة الثانوية لتنمية التدفق النفسي لديهم.

٢- قد تفيد نتائج الدراسة الأخصائيين النفسيين بالمدارس في تخطيط وإعداد البرامج التدريبية والإرشادية التي تراعي قدرات المعلمين لجعلهم قادرين على الإبداع والتطوير من مهاراتهم.

٣- الاهتمام بتطبيق مقياس التدفق النفسي.

مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

الإرشاد بالواقع:

يعرفه الباحث بأنه عملية إرشادية تساعد معلم المرحلة الثانوية على التكيف مع ما يواجهه من مشكلات بطريقة واقعية، مما يجعله متفهماً لاحتياجاته، قادراً على تحقيق أهدافه وأهداف المؤسسة التعليمية بطريقة صحيحة، تتناسب مع قدراته وقدرات المؤسسة التعليمية ومع البيئة المحيطة به.

ويعرفه الباحث إجرائياً في الدراسة الحالية بأنه مجموعة من الأنشطة التدريبية القائمة على فنيات الإرشاد بالواقع وفقاً لمجموعة من الخطوات المنظمة والمحددة التي تطلبها الدراسة الحالية بهدف تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

التدفق النفسي:

تبنت الدراسة الحالية تعريف عبد الهادي عبده وفارق عثمان (٢٠١٨، ٥) بأن التدفق النفسي هو استغراق الفرد في العمل الذي يقوم به ويندمج فيه، وتدعمه في ذلك عواطفه الإيجابية المليئة بالطاقة والحيوية التي تدعمه في صرف الانتباه تجاه هذا العمل، مع غياب الشعور بالزمن وزيادة الشعور بالابتهاج والسعادة.

ويعرفه الباحث إجرائياً مجموع الدرجات التي يحصل عليها معلمي المرحلة الثانوية على الأبعاد والدرجات الكلية لمقياس التدفق النفسي للمراهقين والراشدين إعداد (عبد الهادي السيد وفاروق عثمان، ٢٠١٨) المستخدم في الدراسة الحالية.

البرنامج التدريبي:

هو برنامج منظم ومخطط قائم على أسس علمية يستند على مبادئ نظرية الإرشاد بالواقع لـ (وليم جلاسر) يتضمن مجموعة من المهارات والمعلومات والأنشطة المختلفة التي تقدم لمعلمي المرحلة الثانوية في فترة زمنية محددة لتدريبهم على تنمية التدفق النفسي لديهم ويتكون البرنامج التدريبي المقترح القائم على نظرية الإرشاد بالواقع من ٢٤ جلسة وتستغرق كل جلسة ٦٠ دقيقة تقريباً والمدة المستغرقة أثناء تطبيق البرنامج في كل الجلسات ٢٤ساعة.

الإطار النظرى والدراسات السابقة

أولاً: المحور الأول الإرشاد بالواقع:

تعد نظرية الإرشاد بالواقع أحد ركائز المدرسة الإنسانية في الإرشاد النفسي، فهي أسلوب عقلاني بنسبة كبيرة ،تتجه لتغير السلوك ،وتعطي أهمية كبيرة لقدرة الفرد علي اتخاذ القرارات الصحيحة وتحديد مصيره، لما يملكه من قدرات ومهارات تمكنه من اختيار البديل.

ومؤسس هذه النظرية ومطورها هو وليام جلاسر (William Glasser) ينظر إلى البشر أنهم مسئولين عن اختياراتهم، وأن كل فرد قادر على توجيه حياته وأن تصرفات الفرد تحدد شخصيته.

وعلي الفرد أن يتعلم عند ارتكابه أخطاء كيف يصححها، وأن يتعرف على هويته فاشلة أم ناجحة، وأن الصحة النفسية للفرد ترتبط بأخلاقه وطرق إشباعه لاحتياجاته ومراعاته لحقوق المجتمع من حوله.

مفهوم الإرشاد بالواقع:

تعددت وجهات نظر الكثير من الباحثين حول مفهوم الإرشاد بالواقع منذ ظهوره ونذكر منهم التالي:

يرى ماهر عمر (٢٠٠٤، ٣١) إحدى عمليات الإرشاد النفسي وأنه عملية تعليمية تساعد الفرد على اكتشاف حاجاته السيكولوجية والفسيولوجية التي لم يتم إشباعها أوتم إشباعها بطريق خاطئة، ومساعدته في تقويم سلوكه ومساعدته في وضع خطة لتغيير سلوكه غير السوى إلى سلوك سوى يتوافق مع إمكانياته ومهارته وما يحتاج إليه لإشباع حاجاته.

يعرفه فؤاد الخالدي (٢٠٠٨، ٦٥) اتجاه إيجابي نحو المسترشد وتوجيه إرشادي تعليمي له طرق وأدوات كثيرة، بهدف تقييم سلوك المسترشد ومساعدته للقيام ببذل أقصى جهد لديه لتنفيذ المخططات التي تم الاتفاق عليها مع المرشد.

تعرفه سميرة أبو غزالة (٢٠١٠، ٦١) عملية إرشادية وتعليمية تهدف لمساعدة المسترشدين في تحديد التصورات والرغبات المرتبطة بحاجاتهم وإشباعها، وتقييم سلوكهم صحيح أو غير صحيح.

يعرفه بشير الرشيدي (٢٠١٤، ١٦)عملية يقوم من خلالها المرشد النفسي بتقديم المساعدة للمسترشد لتمكنه من المواجهة الإيجابية للواقع والتكيف معه، وإشباع حاجاته وفق مفاهيم المسئولية والواقع والصواب.

تعرفه فاطمة الرويح (٢٠٢٢، ١٤) أسلوب من أساليب الإرشاد النفسي التي تساعد الفرد على التكيف والتوافق مع المشكلات التي تواجهه بطرق أكثر واقعية وإيجابية، وفهم احتياجاتهم بطريقة صحيحة تحقق له الوصول إلى أهدافه.

وتعرفه مي حواس (٢٠٢٤، ٩٨) عملية إرشادية تستند على علاقة إرشادية بين المرشد والمسترشد ،يقوم فيها المرشد بتقديم المعونة النفسية والاجتماعية للمسترشد ،ليستطيع المواجهة الإيجابية والتكيف معها وفق المفاهيم الثلاث المسئولية والواقع والصواب.

تعليق علي التعريفات السابقة:

مما سبق استنتج الباحث ما يلي:

١- أن الإرشاد بالواقع يركز على دعم المسترشد وإشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية.

٢- أن الإرشاد بالواقع يساعد المسترشد للتكيف مع المشكلات التي تواجهه وإيجاد حل لها بطرق واقعية وصحيحة.

٣- أن الإرشاد بالواقع أسلوب عقلاني يركز على المسئولية والصواب وتجنب الخطأ لدي المسترشد.

٤- مساعدة المسترشد للتحكم في سلوكه وتغير السلوك الغير مسئول إلي سلوك مسئول وفق الواقع والصواب والخطأ.

٥- أن الإرشاد بالواقع يركز على مساعدة المسترشدين وتعليمهم طريقة أفضل للحياة ، وتعليمهم مهارات تساعدهم على إشباع حاجاتهم بطرق مسئولة وصحيحة.

وفي ضوء المفاهيم السابقة التي تناولت مفهوم الإرشاد بالواقع قام الباحث باستخلاص تعريف الإرشاد بالواقع وهو: عملية إرشادية تساعد معلم المرحلة الثانوية على التكيف مع ما يواجهه من مشكلات بطريقة واقعية ، مما يجعله متفهماً لاحتياجاته قادراً على تحقيق أهدافه وأهداف المؤسسة التعليمية بطريقة صحيحة تتناسب مع قدراته وقدرات المؤسسة التعليمية ومع البيئة المحيطة به.

المفاهيم الرئيسية للإرشاد بالواقع:

١- المسئولية Responsibility:

هي جوهر الإرشاد بالواقع وتعني قدرة الفرد على تلبية وإشباع احتياجاته دون أن يؤثر على الأخرين في تلبية احتياجاتهم ، ويكون مسئولاً عن سلوكه ونتائج هذا السلوك ،وأن نقص القدرة على إشباع الفرد لحاجاته تسبب له اضطراب في السلوك، فالصحة النفسية للفرد هي نتاج سلوكه المسئول في تلبية احتياجاته ووصوله إلي أهدافه دون أن يسلب الأخرين حقوقهم (محمد حسن، ٢٠١٠، ١٣٥).

وعرفها جلاسر أنها قدرة الفرد على إشباع حاجاته الفسيولوجية والنفسية، التي تحقق له ما يشعره بذاته ،من وجهة نظره ونظر الأخرين، وهي أحد المقومات الأساسية للإرشاد بالواقع لأن الفرد عندما يشعر بالمسئولية تتولد لديه القيمة بذاته وبالأخرين (عبدالله القحطاني، ٢٠١٥، ١١٨)

وعرفها كوري (Corey , 2013, 338) قدرة الشخص المسؤول والمستقل فردياً ولديه دعم نفسي داخلي لتحديد ماذا يريد من الحياة، ويستطيع إشباع حاجاته بطريقة مسؤولة تلبي حاجاته النفسية والفسيولوجية دون إيذاء الآخرين.

٢- الواقع Relity:

هو سلوك الفرد في الوقت الحالي وخبراته بعيداً عن الخيال أو المثالية، والسلوك الحالي هو جزء من الواقع، أما المشاعر فهي أقل ملامسة للواقع، وتحمل الفرد للمسؤولية يتطلب منه مواجهة الواقع، وهو علاقة تفاعلية بين الفرد والظروف الخارجية المحيطة به وأن الفرد الذي يعجز عن إشباع حاجاته هو فرد يعاني من عدم القدرة على التكيف ويتبع سلوك غير سوي (صالح الرشيدي، ٢٠١٤، ١٠).

ويركز الإرشاد بالواقع على السلوك الحالي للمسترشد أكثر من تركيزه على الماضي، لأن السلوك الحالي يقوم المرشد بتغييره والتحكم به، أما الماضي يقوم المرشد بأخذ منه القدر الذي يخدم سلوكه فى الحاضر ،لأن الماضي لا يمكن تغييره، عندما يأخذ في اعتباره عواقب سلوكه علي المدي القريب والبعيد يصبح واقعياً (بشرى أرنوط، ٢٠١٥، ٤٧).

٣- الصواب والخطأ Right and wrong:

أن قدرة الفرد على فعل الصواب وتجنب الخطأ مبدأ، أخلاقي يحدد السلوكيات السوية وغير السوية، وهو ما يفرضه الدين وتقره القوانين في كل المجتمعات ،يهدف إلي وجود حياة اجتماعية صحية بعيداً عن الفشل، وأن الفرد إذا فشل في إشباع حاجاته يتولد لديه إحساس بالشعور بالقلق والألم والتوتر، وعلي المرشد توجيه المسترشد الي الطريق الصحيح لإشباع حاجاته، وأن يوجهه لعواقب اختياراته، وأن الفرد بدون تقييم سلوكه صحيحاً أو خاطئاً فسوف تكون أفعاله وسلوكه من باب النزوات فقط ،وتقييم الفرد سلوكه يمده بقوة دافعة لتغيير هذا السلوك الخاطئ ، وهو مبدأ معياري أخلاقي يحدد السلوك السوي وغير السوي (نادية بوجمان وعماد مهمل، ٢٠٢٣، ٥٣٧).

أسباب اضطراب السلوك:

يري جلاسر أن الاضطرابات النفسية نتيجة لعدم قدرة الفرد على تحقيق احتياجاته ،لأن الفرد عندما يعجز في إشباع حاجاته النفسية مثل الحب والاهتمام يعيش في توتر وعزلة يجعله لا يندمج مع الأخرين ،ويحمل الفرد بداخله منذ الصغر حاجات أساسية يسعى طوال عمره لإشباعها، وإذا فشل في تحقيقها يتولد لديه الشعور بالفشل ويصدر منه سلوك غير مسئول (Iswinarti and Yanuty,2020,72)

أهم أسباب اضطراب السلوك:

١- عجز أو نقص في إشباع الفرد لحاجاته ،لأن الفرد عند عجزه في إشباع حاجاته النفسية مثل الحب والاهتمام فإنه يصاب باضطرابات في سلوكه ويصدر منه سلوك غير مسئول.

٢- ارتفاع معايير الفرد الأخلاقية بدرجة لا يمكن مجاراتها.

٣- فشل الفرد في تعلم السلوك المسئول لكي يشبع حاجاته بطريقة صحيحة ومسئولة.

٤- إنكار الفرد لواقعه مما ينتج عنه سلوكيات خاطئة وغير مسئولة.

٥-فشل الفرد وعجزه عن القيام بأدواره الاجتماعية، والاندماج مع الآخرين(Wubbolding,2015,193)

ثانياً: مفهوم التدفق:

أولاً: التعريف اللغوي:

التدفق مأخوذ من الفعل تدفق، يتدفق، تدفقا، فهو متدفق، أي سال في شدة وقوة. (المعجم الوجيز، ٢٠٠٢، ٢٣٠).

وجاء في مختار الصحاح للرازي (١٩٨٦) في باب الدال، (دفق) الماء صبه، (دافق) أي مدفوق،(الاندفاق) الانصباب، (التدفق) التصبب (محمد الرازي، ١٩٨٦، ٨٧).

ثانياً: التعريف الاصطلاحي:

لقد تم تناول مصطلح التدفق في كثير من الدراسات الأجنبية والعربية، نذكر منها التالي:

عرفه (Mihaly Csikszentmihaly , 1990, 4) حالة يكون فيها الفرد مندمجاً بشكل تام في العمل الذي يقوم به ،مع تجاهل تام لأي نشاط آخر، مع شعوره بالمتعة والسعادة أثناء القيام بهذا العمل، ويفقد وعيه بذاته والعالم من حوله مسخراً كل إمكانياته للقيام بهذا العمل وإنجازه عرفه دانيل (Daniel Golman , 2000, 132) استغراق الفرد في أداء المهمة أو العمل يفقد فيها الوعي بذاته وبكل الأشياء من حوله ،مع الشعور بالسعادة و البهجة و المتعة في العمل الذي يقوم به، ويمثل ذلك أقصى درجة للأداء الإيجابي للفرد التي تجعله لا يشعر بالتوتر والملل.

عرفه محمد أبو حلاوة (٢٠١٣، ١٣) خبرة ذاتية للفرد تمثل ظاهرة إيجابية تتحقق بعد اندماجه في المهمة التي يقوم بها مقترنة بالإحساس بالنشوة والمتعة يكتشف من خلالها الفرد المعنى والهدف من الحياة ،مما يجعله يصل إلى أعلى مراحل الإبداع أثناء تأدية العمل أو المهمة.

يعرفه عبد الهادي عبده وفاروق عثمان (٢٠١٨، ٦) حالة من الاستغراق التام للفرد أثناء تأدية العمل ،تدعمه عواطف إيجابية مليئة بالحيوية والطاقة ،التي تعمل على صرف انتباه الفرد اتجاه العمل، والشعور بالسعادة والابتهاج وعدم الإحساس بالزمن.

في ضوء التعريفات السابقة التي تناولت مفهوم التدفق النفسي قام الباحث باستخلاص تعريف التدفق النفسي : حالة يكون فيها المعلم مندمج بشكل تام في العمل دون شعوره بالوقت، مما يجعله يوظف كل إمكانياته ومهارته لإنجاز هذا العمل، فيحدث له تدفق مع كل حركة وفعل ،ليصل إلي أعلي درجات الإبداع في العمل الذي يقوم به.

ومن خلال التعريفات السابقة وشرحها استنتج الباحث ما يلي:

١- أن مفهوم التدفق وجد اهتمام من عدد كبير من الباحثين من وقت ظهوره حتى يومنا هذا.

٢- الاهتمام بتوضيح وتطوير مفهوم التدفق، خاصة واضع النظرية ميهالي كسكزينت مهالي (Mihaly Csikszentmihalyi) عندما أعطى أكثر من تعريف للتدفق.

٣- أن التدفق النفسي أحد مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يشير إلى شعور الفرد بالسعادة والمتعة.

٤- اتفاق الباحثين على أهمية التوازن بين التحديات أو الصعوبات ،والقدرات الشخصية للفرد كشرط لدخول حالة التدفق النفسي.

٥- أجمع الباحثين علي ظهور حالة التدفق في المستويات العليا للفرد أثناء أداء المهمة.

٦- أتفق الباحثين علي تكرار مصطلحات السعادة، النشوة، المتعة، باعتبارهم الإحساس العام للفرد، أثناء دخوله حالة التدفق.

٧-أن حالة التدفق تجعل الفرد لا يشعر بالقلق، أو الملل بالوقت أثناء القيام بالعمل .

النظريات المفسرة للتدفق النفسي:

أولاً: ميهالي كسكزينتمهالي Mihaly Csikszentmihaly :

أول من قام بصياغة مصطلح التدفق هو العالم المجري الأصل الأمريكي الجنسية ميهالي تشكسيزنتمهالي (Csikszentmihalyi) من خلال دراسته لكل ما يمكن أن يؤدي بالبشر إلي المتعة، واعتباره إحساس يشعر به الفرد عند اندماجه التام في العمل أو المهمة التي يقوم بها مع تجاهل تام لأي نشاط أو مهمة أخرى، وهو شعور يتشارك في الإحساس به كل

الناس بمختلف أعمارهم وجنسياتهم عند استغراقهم التام في العمل أو المهمة التي يقومون بها ويندمج فيه جميع مهارات وقدرات الفرد ويبدأ في الانغماس في المهمة التي يقوم بها ويركز كل طاقاته على مهمة محددة فيصبح الشخص منعزل عن العالم الخارجي من حوله منغمس كلياً مع المهمة التي يقوم بها فقط، والتدفق لا يسمح للفرد الانشغال بالخوف من تقييمات الآخرين وأحكامهم عليه (Vorkapic , 2016, 25).

ويرى ميهالي (Mihaly Csikszentmihaly , 1990, 8) أن التدفق يمثل أقصى حدمن تسخير الفرد لانفعالاته لخدمة أداء المهمة التي يقوم بها ولا يتم احتوائها فقط بل يتم تنظيمها بشكل إيجابي لأداء المهمة والشعور بالتمتع التلقائي والتركيز ويكون هناك حالة من التفاعل بين الفرد والمحفزات والحصول منه على تغذية راجعة مما يشعره بالمتعة أثناء قيامه بالمهمة التي يقوم بها .

ثانياً: مارتن سليجمان Martin Seligman: (الاندماج في الحياة أو الانغماس في الحياة):

يرى سليجمان أن الاندماج أقل أهمية من السعادة بالمقارنة بما يحدث للفرد من سعادة في الأنشطة الهادفة ذات المعنى.

واتفق في الرأي أيضاً ميهالي كسكزينتمهالي مع سليجمان بأن التدفق مجرد من القيمة، وقد يكون الفرد في حالة من التدفق أثناء ارتكابه عمل إرهابي أو في الألعاب الإليكترونية الضارة (الهكر) التي لا تسهم بأي فائدة للمجتمع ،ويرى سليجمان أن هناك فرق بين المتعة والإشباع الذي مصدره التدفق ،فالفرد عن ممارسته أي نشاط يحقق له المتعة فقد حقق بذلك خبرة سارة وممتعة لكنها لا تبني شئ للمستقبل ولا تحدث التغيير، لأنها قوة محدودة تجعل الفرد يلبي حاجاته الحالية وأن المتعة لا تطلب جهداً أو مهارة من الفرد ولا يوجد إمكانية للفشل ،وهي علامة على تحقيق الإشباع البيولوجي، أما الإشباع ينتج التدفق ويتطلب مهارة وجهد من الفرد وهناك احتمال للفشل ،والإشباع علامة على تحقيق النمو النفسي (بن الشيخ ربيعة، ٢٠١٥، ١٩).

وأفاد كسكزينتمهالي أن الحياة ذات المعنى هي التي تتضمن النقاط التالية:

١- لابد أن يندمج الفرد في تحركاته بمجموعة عامة من التحديات أو المصاعب، التي تسقط معنى وقيمة على أي أمر يفعله بدلاً من أن يكون التدفق ناتجاً من سلسلة من الأهداف غير المرتبطة.

٢- الإصرار والتوجه إلى حل للتغلب على هذه التحديات والمصاعب بالتصرف الهادف لتحقيق أغراض إيجابية.

٣- الأنشطة ذات المعنى الهادفة تستغرق حياة الفرد لتصبح أفعاله وتصرفاته متناغمة مع أهدافه. (محمد أبو حلاوة، ٢٠١٣، ١٩).

ثالثاً: دانيل جولمان Daniel Golman

يرى جولما (Daniel Golman , 2000, 136) أن حالة التدفق تمثل أقصى درجات تعزيز الانفعالات التي تخدم أداء المهمة، وأن هذه الانفعالات إيجابية مليئة بالطاقة تساعد الفرد على عدم الشعور بالملل أو الاكتئاب، وأن تدفق المشاعر هو خبرة يمر بها كل إنسان من وقت لآخر خاصة عند وصولها إلى ذروتها.

وتتمثل تدفق المشاعر عندما يكون الفرد مستغرقاً تماماً في المهمة التي يقوم بها، فيركز انتباهه في المهمة ويمتزج معه الوعي، وينقطع معه الوعي الحسي للفرد حوله ويركز انتباهه فقط في المهمة القائم بها فيغيب عنه الإحساس بالزمن والمكان.

وأن تدفق المشاعر حالة من نسيان الذات يصل إليها الفرد عند استغراقه التام في العمل الذي يقوم به إلى الدرجة التي يفقد فيها وعيه بذاته تماماً، وأن مشاعر السرور والبهجة بالعمل نفسه هي التي تحرك الفرد وتحفزه للوصول إلى ذروة المستوى في الأداء ،دون التفكير في كيفية أداء العمل أو التفكير في نجاح أو فشل المهمة التي يقوم بها.

وأن هناك وسائل لوصول الفرد لحالة التدفق ومنها تركيز الانتباه على العمل الذي يقوم به هو جوهر التدفق، والتدفق يتطلب جهداً كبيراً للوصول إلى حالة من الهدوء والتركيز الكافي للقيام بالعمل وبمجرد أن يبدء الفرد حالة التدفق يأخذ قوة دفع ذاتية، تخفف من الاضطرابات الانفعالية فيؤدي المهمة التي يقوم بها دون أي مجهود أو الشعور بالملل.

وأوضح جولمان (Golman) في كتابه العقل المحب أن لخبرة التدفق عدة عناصر نذكر منها التالي:

١- ذوبان وعي الفرد أثناء قيامه بالعمل أو المهمة التي يقوم بها.

٢- اندماج تام وتركيز انتباه واضح في التعامل مع المهمة دون اهتمام بالنتائج.

٣- غياب الوعي بالذات ،مع وعي شديد للنشاط.

٤- مستوى المهارات يتناسب مع المطالب البيئة.

٥- وضوح الهاديات الموقفية ،واستجابة مناسبة لهذه الهاديات.

٦- حالة من المتعة والابتهاج والاستمتاع الذاتي. (مرزوق العنزي، ٢٠٢٠، ٥٦٣).

رابعاً: هوارد جاردنر Howard Gardener:

يعد صاحب نظرية (الذكاءات المتعددة): حيث يرى أن الانهماك والتدفق عبارة عن حالة نفسية داخلية للفرد تدل على أنه مشغول بعمل سليم، وأن كل فرد عليه إيجاد شيئاً لنفسه يحبه ويمسك به، ويرى أن الفرد يتعلم على نحو أفضل عندما يكون له شئ يهتم به ويشعره بالسرور أثناء انشغاله به.

ويرى أن الحالة الإيجابية والتدفق العاطفي يمثلان جانباً من الطريقة الصحيحة لتعليم الأفراد، لأنه يعمل على تحفيزهم داخلياً أكثر من استخدام طريقة التهديد ،ويجب استثمار نماذج إيجابية لجذب الأفراد إلي تعلم المجالات التي يحبونها ويستطيعون فيها تنمية مهاراتهم.

وهناك مبادئ أساسية لدى جاردنر في تناوله التدفق النفسي ومن أبرز أفكاره ومبادئه في فلسفة تجديد التعليم التالي:

١-أن التربية دورها توجيه الفرد إلي مجال يناسب مواهبه وميوله، وأن كل فرد له طريقة يستجيب بها في التعلم.

٢- أن قياس الذكاء العقلي قياساً لغوياً ورياضيا محدود، لا يصلح إلا لمعرفة مستوى الطالب في التحصيل الدراسي فقط، ولا يستطيع قياس مهارات الحياة المتنوعة.

٣- أن قدرة الذات على فهم الآخرين وحسن التعامل معهم، تعتبر ذكاء في العلاقات.

٤-الخوف والتوتر من أهم أسباب جمود الفكر الإنساني.

٥-الحالة الإيجابية والتدفق العاطفي من أهم الجوانب في تعليم الفرد.(محمد إبراهيم، ٢٠٢٠، ٢٨١).

أبعاد التدفق النفسي:

قام الباحث في الدراسة الحالية بتبني أبعاد التدفق النفسي ل عبدالهادي السيد وفاروق عثمان (٢٠١٨، ٨) وهي كالتالي:

١- الأفعال مع التركيز على اللحظة الحاضرة.

٢- عدم الشعور بالوعي.

٣- اندماج الفعل مع الوعي.

٤- انعدام الإحساس بالضبط والسيطرة على المواقف المهمة.

٥- استمتاع ذاتي حيث القيام بالنشاط كغاية.

٦- عدم الإحساس بالوقت.

٧- الإحساس بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة.

٨- التغذية الراجعة الفورية.

٩- توازن بين التحدي والمهارة.

١٠- شعور بالاستغراق في الخبرة يفوق أي متطلبات أخرى.

١١- أهداف واضحة نحو اتجاه العمل.

الدراسات السابقة:

هدفت دراسة بن الشيخ ربيعة (٢٠١٥) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بمدينة ورقلة، من خلال التعرف على مستوى المتغيرين لدى العينة، والتعرف على مدى دلالة الفروق في كل منهما تبعا للمواد الأدبية بمدينة ورقلة طبقا لاختلاف الجنس والأقدمية والمادة المدرسة، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي التحليلي الارتباطي، وتم استخدام مقياس الاتزان الانفعالي (أحلام نعيم سمور، ٢٠١٢)، ومقياس التدفق النفسي الذي أعده كل من جاكسون ومارش (٢٠٠٦) وتعريب الباحث، وتم تطبيق المقاييس على عينة تكونت من (٢١٣) أستاذ تعليم ثانوي، تم اختيارهم بطريقة عشوائية وكانت النتائج أن أساتذة التعليم الثانوي المواد الأدبية لديهم مستوى مرتفع من الاتزان الانفعالي، أن أساتذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية بمدينة ورقلة ليس لديهم مستوى محدد من التدفق النفسي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي لبعض، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة التدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية تبقى للأقدمية، توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي والتد فق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي لبعض المواد الأدبية، بينما هدفت دراسة خشبة (٢٠١٧) إلى فحص طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والسعادة، والرضا الوظيفي، والتسويف ، والكشف عن إسهام متغيرات البحث بالتنبؤ بالتدفق النفسي، والكشف عن تأثير بعض المتغيرات الديموغرافية مثل (النوع، وطبيعة المواد التي يدرسها المعلم، ونوع المؤسسة التي يعمل بها، والعمر، والدخل، واللقب العلمي، ونوع المرحلة التعليمية التي يدرس لها)، وتكونت عينة البحث من (٥١٣) معلم بواقع (٢٥٣) من الذكور، (٢٦٠) من الإناث، و تراوحت أعمارهم ما بين (٢٥-٦٠)، وتم استخدام مقياس التدفق النفسي، ومقياس السعادة، ومقياس التسويف، ومقياس الرضا الوظيفي، وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين التدفق النفسي وكلا من السعادة، والرضا الوظيفي، وجود علاقة سالبة بين التدفق النفسي والتسويف وجود فروق ذات دلالة إحصائية في

التدفق النفسي ترجع إلى النوع لصالح الإناث، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي ترجع إلى طبيعة المواد، ونوع المؤسسة، والعمر، ونوع المرحلة التي يدرسونها، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي ترجع إلى الدخل لصالح مرتفعي الدخل، واللقب العلمي لصالح المعلم الخبير، كما قامت دراسة حصه فهد القريني وسهام بنت محجم المطيري (٢٠٢٤) للتعرف على العلاقة بين مفهوم الذكاء الروحي والتدفق النفسي كمنبئين لجودة الحياة النفسية لدى معلمات المرحلة الثانوية بمدينة الرياض، واستخدمت المنهج اوصفي الارتباطي، وتكونت العينة من(٣٧٧) معلمة من معلمات المرحلة الثانوية في منطقة الرياض، وتم استخدام مقياس الزكاء الروحي ،ومقياس التدفق النفسي، ومقاس جودة الحياة النفسية من إعداد الباحثة ،وأظهرت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائياً بين الذكاء الروحي والتدفق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية، ووجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وجودة الحياة النفسية.

التعليق وأوجه الاستفادة:

١- بالنسبة للأهداف:

اختلفت البحوث والدراسات في أهافها ولكنها ركزت على مناحي محددة تتمثل في:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والاتزان الانفعالي لدي أساتذة التعليم الثانوي (بن الشيخ ربيعة، ٢٠١٥)
- الكشف عن طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والسعادة والرضا الوظيفي والتسويف لدى المعلمون (فاطمة خشبة، ٢٠١٧)
- الكشف عن العلاقة بين التدفق النفسي والذكاء الروحي كمنبئ لجودة الحياة النفسية لدى معلمات المرحلة الثانوية (حصه القريني وسهام المطيري، ٢٠٢٤)
- واستفاد الباحث من استعراض هذه البحوث والدراسات السابقة في تحديد أهداف دراسته .

٢- بالنسبة للعينة:

- تراوحت العينة بين عينات صغيرة إلى عينات أكبر، مما ساعد الباحث في تحديد حجم العينة (٤٤) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية.

٣- بالنسبة للنتائج:

- توجد علاقة بين الاتزان الانفعالي والتدفق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي(بن الشيخ ربيعة ٢٠١٥)
- توجد علاقة موجبة بين التدفق النفسي وكلاً من السعادة والرضا الوظيفي (فاطمة خشبة، ٢٠١٧)
- وجود علاقة بين الذكاء الروحي وكلاً من التدفق النفسي وجودة الحياة النفسية (حصه القريني وسهام المطيري، ٢٠٢٤).

أوجه الشبه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

١- تتفق هذه الدراسة مع الدراسات السابقة في نوع العينة (معلمي المرحلة الثانوية)

٢- تختلف هذه الدراسة مع الدراسات السابقة في البرنامج التدريبي.

٣- تختلف هذه الدراسة عن الدراسات السابقة في التصميم التجريبي حيث يستخدم الباحث التصميم التجريبي ذو المجموعتين التجريبية والضابطة ،والقياس القبلي والبعدي والتتبعي.

منهج الدراسة:

بناءً على الأهداف التي تسعى إلى تحقيقها الدراسة الراهنة أعتمد الباحث على المنهج التجريبي ذو تصميم المجموعتين التجريبية والضابطة والتطبيقات القبلية والبعدية والتتبعية لاعتباره تجربة يهدف الباحث من خلاله إعادة بناء الواقع فى موقف تجريبي للكشف عن أثر متغير تجريبي (برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع) في متغير تابع محدد(التدفق النفسي اعتمدت الدراسة الراهنة على تصميم تجريبي ذي مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة.

مجتمع الدراسة:

تتمثل في معلمي المرحلة الثانوية بمدرسة الشهيد علاء حسن أبو سليم الثانوية بنات التابعة لإدارة قليوب التعليمية بمحافظة القليوبية للعام الدراسي٢٠٢٤/٢٠٢٥،المشاركون في الدراسة والبالغ عددهم (٤٤) وقد تم اختيار معلمي المرحلة الثانوية باعتبارهم يمثلون الأكثر تأثيراً للطلاب في أهم مرحلة وهي مرحلة المراهقة وما تمثله من التغيرات الفكرية والعقلية والاجتماعية وتعد بمثابة بناء جيل جديد للمجتمع مما يتطلب من المعلم بذل جهد كبير للتعامل معهم والعبور بهم بأمان.

عينة الدراسة:

١- عينة الخصائص السيكومترية:

تكونت الخصائص السيكومترية من (٦٠) معلماً ومعلمة للمرحلة الثانوية بمدرسة الشهيد علاء أبو سليم الثانوية بنات التابعة لإدارة قليوب التعليمية بمحافظة القليوبية للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ بمتوسط عمري قدره (٤٣,٥) سنة وانحراف معياري قدره (٤,٢٦) واستخدمت هذه العينة للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس الخاص بالدراسة.

٢- عينة الدراسة الأساسية:

تكونت من (٤٤) معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية بمدرسة الشهيد علاء حسن أبو سليم الثانوية بنات بإدارة قليوب التعليمية بمحافظة القليوبية للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥، بمتوسط معياري قدره (٤٥,٤٢) وانحراف معياري قدره (٣,٥٨) وجدول (١) يوضح توزيع أفراد العينة الأساسية وفقاً للشعبة.

المجموعة	العلمية	النسبة المئوية	الأدبية	النسبة المئوية	العدد
المجموعة التجريبية	13	59.1 %	9	40.9 %	22
المجموعة الضابطة	13	59.1 %	9	40.9 %	22
الاجمالي	26		18		44

جدول(١): توزيع أفراد العينة الأساسية وفقاً للشعبة

رابعاً: أداة الدراسة

اعتمدت الدراسة الراهنة على أدوات رئيسية وهي:

١- مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين (إعداد عبد الهادي السيد عبده وفاروق السيد عثمان، ٢٠١٨).

٢- برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع من إعداد الباحث.

ويمكن عرض مراحل إعداده وتقنينه كالآتي:

قام معد المقياس الأصلي عبدالهادي السيد عبده وفاروق السيد عثمان (٢٠١٨) بإعداد مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين حيث استقر مُعد المقياس على تحديد إحدى عشر بُعد بالمقياس وهي:

البعد الأول: الأفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة.

البعد الثاني: اندماج الفعل بالوعي.

البعد الثالث: فقدان الوعي.

البعد الرابع: الإحساس بالضبط والسيطرة على المواقف المهمة.

البعد الخامس: فقدان الإحساس بالوقت.

البعد السادس: الاستمتاع الذاتي حيث القيام بالنشاط كغاية.

البعد السابع: تغذية راجعة فورية.

البعد الثامن: الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة.

البعد التاسع: الشعور بالاستغراق في الخبرة يفوق أي متطلبات أخرى.

البعد العاشر: أهداف واضحة نحو اتجاه العمل.

البعد الحادي عشر: التوازن بين التحدي والمهارة.

وقام معد المقياس بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس عن طريق صدق المحكمين ثم عن طريق التحليل العاملي التوكيدي والذي أسفر عن تشبع العوامل الفرعية الإحدى عشر على عامل واحد، ثم قام مُعد المقياس بحساب ثبات المقياس باستخدام طريقة معامل ألفا كرونباخ وكانت قيم معاملات الثبات دالة إحصائيًا وتراوحت قيمها من ٠,٧١ إلى ٠,٨٩، كما قام مُعد المقياس بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه كما قام بحساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس وكانت جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائيًا، حيث تكون المقياس في صورته النهائية من (١١٠) مفردة، يوجد أمام كل مفردة خمس استجابات (دائماً ويقابلها الدرجة ٥، غالباً ويقابلها الدرجة ٤، أحياناً ويقابلها الدرجة ٣، نادراً ويقابلها الدرجة ٢، اطلاقاً ويقابلها الدرجة ١) وذلك للمفردات الإيجابية، ويتم عكسها في حالة المفردات السلبية.

وفي الدراسة الحالية قام الباحث بتطبيق مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين (إعداد: عبدالهادي السيد عبده وفاروق السيد عثمان، ٢٠١٨) على عينة الخصائص السيكومترية في الدراسة الحالية (٦٠) معلم ومعلمة للمرحلة الثانوية بإدارة قليوب التعليمية بمحافظة القليوبية للعام الدراسي ٢٠٢٤/٢٠٢٥ وذلك لحساب الخصائص السيكومترية لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين.

وفي ضوء نتائج التحليل العاملي التوكيدي والثبات والاتساق الداخلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين في الدراسة الحالية، أصبح المقياس جاهز للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية، حيث يتكون من ١١٠ مفردة موزعة على أحدى عشر بعد وهم: (الأفعال والتركيز على اللحظة الحاضرة – اندماج الفعل بالوعي – فقدان الوعي – الإحساس بالضبط والسيطرة

على المواقف المهمة – فقدان الإحساس بالوقت – الاستمتاع الذاتي حيث القيام بالنشاط كغاية – تغذية راجعة فورية – الشعور بامتلاك القدرة على النجاح في المهمة – الشعور بالاستغراق في الخبرة يفوق أي متطلبات أخرى – أهداف واضحة نحو اتجاه العمل – التوازن بين التحدي والمهارة)، يوجد أمام كل مفردة خمس استجابات (دائماً ويقابلها الدرجة ٥، غالباً ويقابلها الدرجة ٤، أحياناً ويقابلها الدرجة ٣، نادراً ويقابلها الدرجة ٢، اطلاقاً ويقابلها الدرجة ١) وذلك للمفردات الإيجابية، ويتم عكسها في حالة المفردات السلبية.

تكافؤ مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في التطبيق القبلي:

حيث تم تطبيق أداة الدراسة قبلياً وهي مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين على معلمي المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك للتأكد من تكافئهما وضبط المتغير التجريبي، وذلك لتجنب تأثير المتغيرات الدخيلة علي نتائج الدراسة البعدية وعمل المتغير المستقل، كما أبعدت تأثيرات المتغيرات الضابطة الأخرى وهي زمن التجربة لمجموعتي الدراسة حيث روعي تساوي عدد الجلسات التدريبية.

وفي ضوء النتائج الكمية للتطبيق القبلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين على معلمي ومعلمات مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة بتاريخ ٨/ ٨/ ٢٠٢٤ وذلك على عدد (٤٤) معلمًا ومعلمةً للمرحلة الثانوية، منهم (٢٢) معلمًا ومعلمةً بالمجموعة التجريبية و(٢٢) معلمًا ومعلمةً بالمجموعة الضابطة، وحيث أن عدد أفراد المجموعة الواحدة أقل من (٣٠) فتم تطبيق معالجات إحصائية لا معلميه أو لا بارا مترية Non-Parametric Tests، كما أوضح فؤاد السيد (٤٧،١٩٧٩)، وبتطبيق اختبار "مان–وتني" Mann-Whitney U Test للمقارنة بين متوسطي رتب درجات معلمي مجموعتين مستقلتين (التجريبية والضابطة) في التطبيق القبلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين وتحديد الدلالة الإحصائية للفروق بينهما (أسامة أمين، ٢٠٠٧، ١٥٧) ، وذلك بالاستعانة ببرنامج SPSS ver23، وتتضح النتائج بجدول (٩) الآتي:

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	نوع الدلالة
مقياس حالة التدفق	التجريبية	22	24.43	537.5	0,998	غير دالة عند مستوى (٠,٠٥)
	الضابطة	22	20.57	452,5		

جدول (٩)

نتائج تطبيق اختبار "مان–وتني" بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق القبلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

وفي ضوء نتائج الجدول السابق يتضح أن قيمة "Z" المحسوبة من خلال تطبيق اختبار "مان–وتني" غير دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على عدم وجود فروق حقيقية بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق القبلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، ومن ثم تحقق تجانس مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة قبليا في حالة التدفق للمراهقين والراشدين، وانخفاض ذلك المستوى لديهم في التطبيق القبلي وصلاحية تطبيق تجربة الدراسة الحالية عليهما.

الأساليب الإحصائية المستخدمة:

تم تحليل النتائج الكمية في الدراسة الحالية باستخدام حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (IBM SPSS Statistics version ٢٣)، وقد تمت المعالجة الإحصائية باستخدام الأساليب الإحصائية التالية: تطبيق اختبار "مان–وتني" Mann-Whitney Test للمقارنة بين متوسطي رتب درجات معلمي مجموعتين مستقلتين (التجريبية والضابطة) في القياس القبلي أو البعدي لمقياس ما وتحديد الدلالة الإحصائية للفروق بينهما، وحساب حجم الأثر باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (Matched Pairs Ranks Biserial Correlations) لتحديد مستوى الفاعلية والأهمية التربوية للنتائج الإحصائية في البحوث النفسية والتربوية، وتطبيق اختبار "ولكوكسون" Wilcoxon Test للمقارنة بين متوسطي درجات معلمي مجموعتين مرتبطتين وغير مستقلتين.

أهداف البرنامج التدريبي:

تنقسم أهداف البرنامج التدريبي التالي:

١– **الهدف العام للبرنامج:** يهدف البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

٢– **أهداف خاصة:** وتتمثل في الآتي:

أ– هدف إنمائي: ويتمثل في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية.

ب–هدف وقائي: يتمثل في إكساب معلمي المرحلة الثانوية بعض الفنيات والمهارات حتى تساعدهم على تنمية التدفق النفسي لديهم.

٣– أهداف إجرائية:

ينبغي بعد الانتهاء من الجلسات التدريبية أن يصبح المعلمون قادرون على أن:

- يحدد و السلوك الحالي.
- يستطيعوا تقييم سلوكهم.
- يستطيعوا التخطيط المسئول.
- يكتسبوا القدرة على تقبل الواقع.
- يستطيعوا إشباع حاجتهم الأساسية.
- يكتسبوا القدرة على الالتزام بالخطة.
- يكتسبوا القدرة علي رفض الأعذار واستبعاد العقاب.
- يكتسبوا القدرة على تنمية الثقة بالنفس.
- يكتسبوا القدرة على تقدير الذات.
- يكتسبوا القدرة على حل المشكلات.

ثانياً: أهمية البرنامج التدريبي

تكمن أهمية البرنامج التدريبي في النقاط التالية:

١- أنه يتناول عينة من معلمي المرحلة الثانوية.

٢- يساعد أفراد العينة على تنمية التدفق النفسي لديهم عن طريق بعض فنيات الإرشاد بالواقع.

٣- يساهم هذا البرنامج في إثراء المكتبة السيكولوجية بالبرامج التدريبية التي تهتم بالمعلمين ومشاكلهم.

ثالثاً: مصادر بناء البرنامج التدريبي

أشتق الإطار العام للبرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع عبر المصادر الأتية:

١- بالاطلاع على بعض البرامج التدريبية التي تناولت متغيرات هذه الدراسة لتكوين الهيكل العام للبرنامج المقترح والاستفادة من الفنيات المستخدمة في البرنامج التدريبي وعدد الجلسات.

٢- الإطار النظري الذي استهل به الباحث المادة العلمية للدراسة.

٣- الدراسات والبحوث السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة.

رابعاً: أسس البرنامج

يقوم البرنامج التدريبي على الأسس التالية:

١- الأسس الفلسفية:

أ- إقامة علاقة إرشادية بين الباحث والمعلمين أعضاء المجموعة التجريبية قائمة على الثقة والتعاون المتبادل.

ب-واقعية البرنامج وإمكانية تطبيقه.

٢- الأسس النفسية:

- اكتساب المعلمين المعلومات الخاصة بالتدفق النفسي، من حيث ماهيته وأبعاده وشروطه والمبادئ الخاصة لحدوث حالة التدفق، في ضوء نظرية الإرشاد بالواقع.

٣- الأسس الاجتماعية:

أ- تدريب المعلمين للتعرف على كيفية تبديل سلوكياتهم لإشباع رغباتهم وحاجاتهم.

ب-الأخذ في عين الاعتبار نوع المشكلة السلوكية وطبيعتها.

٤- الأسس التربوية:

- التعرف على أهداف التدريب القائم على الإرشاد بالواقع في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية، ومناقشة بعض الموضوعات ذات العلاقة بالجلسات التدريبية.

خامساً: مراحل تنفيذ البرنامج التدريبي

تم تنفيذ البرنامج التدريبي على أربعة مراحل:

المرحلة الأولى:

- تم تطبيق مقياس التدفق النفسي للمراهقين والراشدين على جميع أفراد عينة الدراسة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة).

المرحلة الثانية:

- تم تطبيق البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع على المجموعة التجريبية فقط.

المرحلة الثالثة:

- تم تطبيق مقياس التدفق النفسي للمراهقين والراشدين بعد تطبيق البرنامج التدريبي على المجموعتين التجريبية التي خضعت للتدريب والمجموعة الضابطة التي لم تخضع للتدريب وذلك بهدف المقارنة بينهم في النتائج لبيان مدى فاعلية البرنامج التدريبي.

المرحلة الرابعة:

- تم تطبيق مقياس التدفق النفسي للمراهقين والراشدين بعد مرور (شهرين) من الانتهاء من البرنامج التدريبي (اختبار تتبعي) بهدف التأكد من استمرار فاعلية البرنامج التدريبي .

نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها:

أ- اختبار صحة الفرض الأول:

في ضوء النتائج الكمية للتطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين على معلمي مجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة، تم اختبار صحة الفرض الأول من فروض الدراسة والذي نص على " يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين لصالح معلمي المجموعة التجريبية."، وحيث أن العينة الكلية تقدر بـ)٤٤) معلمًا ومعلمةً منهم (٢٢) معلمًا ومعلمةً بالمجموعة التجريبية و(٢٢) معلمًا ومعلمةً بالمجموعة الضابطة، وحيث أن عدد أفراد العينة قليل فإنه يجب تطبيق معالجات إحصائية لا معلميه أو لا بارا مترية Non-Parametric Tests، كما أوضح فؤاد السيد (١٩٧٩، ٤٧٦)، وبتطبيق اختبار "مان-وتني" Mann-Whitney U Test للمقارنة بين متوسطي رتب درجات معلمي مجموعتين مستقلتين (التجريبية والضابطة) في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين وتحديد الدلالة الإحصائية للفروق بينهما (أسامة أمين، ٢٠٠٧، ١٥٧)، وتتضح النتائج بجدول (١٠) الآتي:

المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	نوع الدلالة
مقياس حالة التدفق	التجريبية	22	33.05	727.0	5,447	دالة عند مستوى (٠,٠١)
	الضابطة	22	11.95	263,0		

جدول (٩)

نتائج تطبيق اختبار "مان-وتني" بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق القبلي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

وفي ضوء نتائج الجدول السابق يتضح أن قيمة "Z" المحسوبة من خلال تطبيق اختبار "مان-وتني" دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على وجود فرق حقيقي بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق

للمراهقين والراشدين لصالح معلمي المجموعة التجريبية، وبهذا يقبل الفرض البديل الأول من فروض الدراسة الحالية.

وفيما يلي مقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة بعديا في مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، كما يلي:

المقياس	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مقياس حالة التدفق	**469.90**	**32.14**	**326.11**	**42.40**

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجموعتي الدراسة التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

يتضح من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعتين التجريبية والضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين بينها فروق كبيرة جدا، ويمكن توضيح الفروق بين متوسطي درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين بيانيا من خلال شكل الأعمدة التالي:

ولكن الدلالة الإحصائية وحدها غير كافية لاختبار صحة فروض الدراسة والتحقق من فاعلية المتغير المستقل (صلاح مراد، ٢٠١١، ٢٤٧)، وبحساب حجم الأثر باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (Matched Pairs Ranks Biserial Correlations) باستخدام المعادلة التي أوردها (Kerby , 2014, 118) على النحو التالي: $r = Z / N$ حيث إن Z تمثل القيمة المحسوبة من خلال تطبيق اختبار "مان–وتني"، و N تعبر عن حجم العينة.

وتفسر قيم حجم الأثر r وفقا للمحكات الآتية:

- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٤) يكون حجم الأثر ضعيف.
- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٧) يكون حجم الأثر متوسط.
- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٩) يكون حجم الأثر كبير.
- إذا كان حجم الأثر أكبر من أو يساوي (٠.٩) يكون حجم الأثر كبير جدا.

وذلك لتحديد مستوى الفاعلية والأهمية التربوية للنتائج الإحصائية في البحوث النفسية والتربوية، والتحقق من فاعلية المتغير المستقل (برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع) في تنمية المتغير التابع (التدفق النفسي) لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية، وذلك على النحو التالي:

المقياس	المجموعة	العدد	قيمة Z	قيمة حجم التأثير (r)	مستوى الدلالة
مقياس حالة التدفق	التجريبية	22	5,447	1.161	كبيرة جدا
	الضابطة	22			

جدول (١٢)

نتائج حساب حجم التأثير (r) للبرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع بالدراسة الحالية في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فعالية وأهمية كبيرة جدا للمتغير المستقل (برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع) في تنمية المتغير التابع (التدفق النفسي) لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية بمعدلات تحسن مرتفعة وكبيرة، مما يدل على تحقق مستوى تحسن كبير لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في التدفق النفسي من خلال استخدام البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع بالدراسة الحالية .

ب- اختبار صحة الفرض الثاني بالدراسة الحالية:

في ضوء النتائج الكمية للتطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين على معلمي المجموعة التجريبية ، تم اختبار صحة الفرض الثاني من فروض الدراسة والذي نص على " يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين لصالح التطبيق البعدي."، وحيث عدد المشاركين بالمجموعة التجريبية يقدر بـ (٢٢) معلمًا ومعلمةً فتم تطبيق معالجات إحصائية لا معلميه أو لا بارا مترية Non-Parametric Tests، وبتطبيق اختبار "ولكوكسون" Wilcoxon Test للمقارنة بين متوسطي رتب درجات معلمي مجموعتين مرتبطتين المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين وتحديد الدلالة الإحصائية للفروق بينهما (أسامة أمين، ٢٠٠٧، ١٤٦) ، وتتضح النتائج بجدول (١٣) الآتي:

المقياس	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	نوع الدلالة
مقياس حالة التدفق	السالبة	20	12.5	250.0	4.011	دالة عند مستوى

	الموجبة	2	1.5	3.0		(٠.٠١)
	التساوي	0				
	المجموع	22				

جدول (١٣)

نتائج تطبيق اختبار " ولكوكسون " بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

وفي ضوء نتائج الجدول السابق يتضح أن قيمة "Z" المحسوبة من خلال تطبيق اختبار " ولكوكسون "دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠١)، مما يدل على وجود فرق حقيقي بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين لصالح التطبيق البعدي، وبهذا يقبل الفرض البديل الثاني من فروض الدراسة الحالية.

وفيما يلي مقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية قبليا وبعديا في مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، كما يلي:

المقياس	التطبيق البعدي		التطبيق القبلي	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مقياس حالة التدفق	**469.90**	**32.14**	**328.27**	**37.91**

جدول (١٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

يتضح من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين بينها فروق كبيرة جدا، ويمكن توضيح الفروق بين متوسطي درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين بيانيا من خلال شكل الأعمدة التالي:

ولكن الدلالة الإحصائية وحدها غير كافية لاختبار صحة فروض الدراسة والتحقق من فاعلية المتغير المستقل (صلاح مراد، ٢٠١١، ٢٤٧)، وبحساب حجم الأثر باستخدام معامل الارتباط الثنائي لرتب الأزواج المرتبطة (Matched Pairs Ranks Biserial Correlations) باستخدام المعادلة التي أوردها (Kerby , 2014, 118) على النحو التالي:

$r = Z / N$ حيث إن Z تمثل القيمة المحسوبة من خلال تطبيق اختبار " ولكوكسون "، و N تعبر عن حجم العينة.

وتفسر قيم حجم الأثر r وفقا للمحكات الآتية:

- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٤) يكون حجم الأثر ضعيف.
- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٧) يكون حجم الأثر متوسط.
- إذا كان حجم الأثر أقل من (٠.٩) يكون حجم الأثر كبير.
- إذا كان حجم الأثر أكبر من أو يساوي (٠.٩) يكون حجم الأثر كبير جدا.

وذلك لتحديد مستوى الفاعلية والأهمية التربوية للنتائج الإحصائية في البحوث النفسية والتربوية، والتحقق من فاعلية المتغير المستقل (برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع) في تنمية المتغير التابع (التدفق النفسي) لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية، وذلك على النحو التالي:

المقياس	التطبيق	العدد	قيمة Z	قيمة حجم التأثير ((r	مستوى الدلالة
مقياس حالة التدفق	البعدي	22	4,011	0.861	كبيرة
	القبلي	22			

جدول (١٥)

نتائج حساب حجم التأثير (r) للبرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع بالدراسة الحالية في تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية المجموعة التجريبية

يتضح من نتائج الجدول السابق وجود فعالية وأهمية كبيرة للمتغير المستقل (برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع) في تنمية المتغير التابع (التدفق النفسي) لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية بمعدلات تحسن مرتفعة وكبيرة، مما يدل على تحقق مستوى تحسن كبير لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في التدفق النفسي من خلال استخدام البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع بالدراسة الحالية.

ج- اختبار صحة الفرض الثالث بالدراسة الحالية:

في ضوء النتائج الكمية للتطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين على معلمي المجموعة التجريبية، تم اختبار صحة الفرض الثالث من فروض الدراسة والذي نص على "لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين."، وحيث أن عدد المشاركين بالمجموعة التجريبية يقدر بـ (٢٢) معلمًا ومعلمةً فتم

تطبيق معالجات إحصائية لا معلميه أو لا بارا مترية Non-Parametric Tests، وبتطبيق اختبار "ولكوكسون" Wilcoxon Test للمقارنة بين متوسطي رتب درجات معلمي مجموعتين مرتبطتين المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين وتحديد الدلالة الإحصائية للفروق بينهما (أسامة أمين، ٢٠٠٧، ١٦٤)، وتتضح النتائج بجدول (١٦) الآتي:

المقياس	الرتب	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة Z	نوع الدلالة
مقياس حالة التدفق	السالبة	11	8.82	97.0	0.973	غير دالة عند مستوى (٠.٠٥)
	الموجبة	6	9.33	56.0		
	التساوي	5				
	المجموع	22				

جدول (١٦)

نتائج تطبيق اختبار " ولكوكسون " بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

وفي ضوء نتائج الجدول السابق يتضح أن قيمة "Z" المحسوبة من خلال تطبيق اختبار " ولكوكسون" غير دالة إحصائيا عند مستوى (٠,٠٥)، مما يدل على عدم وجود فرق حقيقي بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، وبهذا يقبل الفرض الصفري الثالث من فروض الدراسة الحالية.

وفيما يلي مقارنة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين، كما يلي:

المقياس	التطبيق البعدي		التطبيق التتبعي	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مقياس حالة التدفق	**469.90**	**32.14**	**467.04**	**34.10**

جدول (١٧)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين

يتضح من الجدول السابق أن المتوسطات الحسابية لدرجات المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين متقاربة بدرجة كبيرة جدا، ويمكن توضيح الفروق بين متوسطي درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين بيانياً.

ومن الشكل البياني السابق يتضح أن المتوسط الحسابي لدرجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيق البعدي يتقارب والمتوسط الحسابي في التطبيق التتبعي وذلك في مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين لدى معلمي المرحلة الثانوية، ومن ثم فهناك استمرارية مؤكدة لفاعلية البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع في تنمية المتغير التابع (التدفق النفسي) لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية بعد مرور فترة زمنية (٦٠يوم) من التطبيق البعدي.

مناقشة النتائج:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن أثر برنامج تدريبي قائم على الإرشاد بالواقع فى تنمية التدفق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية ،والتعرف كذلك الفروق بين المجموعتين التجريبية التي تعرضت لجلسات البرنامج التدريبي والمجموعة الضابطة التي لم تخضع للتدريب في ضوء جلسات البرنامج التدريبي – تنمية التدفق النفسي، وأشارت النتائج إلى:

١- أشارت النتائج إلى أنه يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥)بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في التطبيق البعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين لصالح معلمي المجموعة التجريبية وبذلك قد تحقق الفرض الأول.

٢- وأشارت أيضاً إلي أنه يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين القبلي والبعدي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين لصالح التطبيق البعدي وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني.

٣- كما أشارت النتائج إلى أنه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين متوسطي رتب درجات معلمي المجموعة التجريبية في التطبيقين البعدي والتتبعي لمقياس حالة التدفق النفسي للمراهقين والراشدين وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثالث.

كما يمكن تفسير النتائج في ضوء الإرشاد بالواقع كالتالي:

أ- من الممكن تفسير هذه النتائج في ضوء الإطار النظري للدراسة والذي أشار إلي أن المعلمين الذين يعانون من انخفاض التدفق النفسي لا يستطيعون توظيف مهاراتهم وإمكانياتهم لإنجاز العمل الذي يقومون به ،وأن المعلمين الذين يتسمون بارتفاع التدفق النفسي لديهم ويشعرون بالاندماج التام في العمل الذي يقومون به لا يشعرون بالوقت والمكان أو حاجاتهم النفسية أو الفسيولوجية أثناء تأدية العمل مما يجعلهم يوظفون مهاراتهم

وإمكانياتهم لإنجاز هذا العمل والوصول إلى أعلى مراحل الإبداع، وهذاما دل عليه إحصائياً نتائج الفرض الأول.

ب-كما ساعد البرنامج التدريبي القائم على الإرشاد بالواقع أعضاء المجموعة التجريبية في إدراك الحقائق والقدرات على التصرف بمسئولية من أجل تلبية احتياجاتهم النفسية والفسيولوجية، واتخاذ قرارات أكثر فاعلية أثناء تعاملهم مع أصدقائهم في العمل للوصول إلى هوية النجاح، وهو ما دل عليه إحصائياً نتائج الفرض الثاني.

ج- قام الباحث بإقامة علاقة إرشادية مع أعضاء المجموعة التجريبية كشرط أساسي للإرشاد الفعال وبعد أن تطوره العلاقة الإرشادية، هنا تلعب مهارة الباحث كمستمع ومعلم دوراً كبيراً في نجاح البرنامج التدريبي، وتلبية احتياجات أعضاء المجموعة التجريبية الأساسية (الحب، الانتماء، الصداقة، المرح، الاهتمام)، مما جعل أعضاء المجموعة التجريبية المشاركة في البرنامج التدريبي يشعرون بحرية الإبداع، مما شجعهم على البدء في تجربة سلوكيات جديدة صحيحة، في ظل بيئة ناجحة تتسم بالمواجهة المعتدلة ،خالية من الإكراه وتتناسب مع إمكانياتهم ومهاراتهم، وهذا ما دلت عليه نتائج فروض الدراسة وأكدت على فعالية البرنامج التدريبي في تنمية التدفق النفسي لدي معلمي المرحلة الثانوية.

توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة الراهنة يتقدم الباحث للمسئولين بوزارة التربية والتعليم بالمقترحات التالية:

١- ضرورة الاهتمام بمعلم المرحلة الثانوية لما يمثله من أهمية في هذه المرحلة الخطرة لطلاب وهي مرحلة المراهقة.

٢- ضرورة توجيه المعلمين إلى الاهتمام بالتدفق النفسي كخبرة يجب استغلالها في العملية التعليمية.

٣- ضرورة التنبيه على معلمي المرحلة الثانوية أخذ فترات راحة، واسترخاء وعدم التفكير في العمل كثيراً، والمحافظة على إدارة الوقت بحكمة عند شعورهم بانخفاض التدفق النفسي.

٤- إجراء المزيد من البحوث التربوية حول التدفق النفسي وأثره في العملية التعليمية.

٥- تعميم البرنامج التدريبي على المرشدين التربويين لتطبيقه في مدارس أخرى لتنمية التدفق النفسي لدى المعلمين.

٦- أهمية إبراز دور معلم المرحلة الثانوية في المجتمع وتوعية الطلاب وأولياء الأمور بأهمية الدور الذي يلعبه المعلم في تنشئة أجيال صالحة للمجتمع.

٧- العمل على تنمية الحس الإيجابي نحو العمل من خلال الاهتمام بالأبنية التعليمية، وحجرات تليق بالمعلم والطلاب، وبناء برامج تعليمية تتفق مع أبعاد التدفق النفسي والعمل على الاهتمام بأجور المعلمين.

الدراسات والبحوث المقترحة:

في ضوء نتائج الدراسة الراهنة والتوصيات التربوية، يعرض الباحث في هذا الجزء مقترحات ببعض الدراسات والبحوث التي يمكن إجراؤها في المستقبل وذلك على النحو التالي:

١- تصميم المزيد من البرامج التدريبية والإرشادية لتنمية التدفق النفسي لدى معلمي المراحل التعليمية المختلفة.

٢- إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول التدفق النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى.

٣- إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول الإرشاد بالواقع وعلاقته بمتغيرات أخرى مختلفة.

٤- تصميم المزيد من البرامج التدريبية والإرشادية القائمة على نظرية الإرشاد بالواقع على عينات أخرى مختلفة.

المراجع:

- إبراهيم أنيس وأحمد الحوفي وعلي النجدي ومحمد خلف الله (٢٠٠٠). ***المعجم الوجيز***. القاهرة: طبعة خاصة بوزارة التربية والتعليم.
- إبراهيم محمد عبده وخلف محمد محجوب (٢٠١٦). التدفق النفسي وعلاقته بالعوامل الكبرى الخمسة للشخصية. ***المجلة الدولية للعلوم التربوية والنفسية***، (١).
- أبو بكر محمد الرازي (١٩٨٦). ***مختار الصحاح***. بيروت: مكتبة لبنان.
- أسامة ربيع أمين (٢٠٠٧). ***التحليل الإحصائي باستخدام*** SPSS، ***الجزء الأول: اختبارات الفروق الإحصائية المعلمية واللامعلمية. ط٢***. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بشرى إسماعيل أرنؤوط (٢٠١٥). فاعلية برنامج إرشادي قائم على نظرية العلاج الواقعي في خفض الكمالية العصابية وزيادة فاعلية الذات الأكاديمية لدى طالبات الدراسات العليا بجامعة الملك خالد. ***مجلة الإرشاد النفسي***، ٤٢.

– بشير صالح الرشيدي (٢٠١٤). ***الإرشاد النفسي وفق نظرية العلاج الواقعي. ط ٤***. الكويت إنجاز العالمية للنشر والتوزيع.

– بن الشيخ ربيعة (٢٠١٥). ***علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي دراسة ميدانية على أساتذة التعليم الثانوي في مدينة ورقلة***. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، كلية العلوم الإنسانية، والاجتماعية– مدينة ورقلة– الجزائر.

– خالد عبدالرحيم الهيتي (٢٠٠٠). ***إدارة الموارد البشرية: مدخل استراتيجي***. عمّان: دار مكتبة الحمد للنشر والتوزيع.

– دانيال جولمان (٢٠٠٢). ***الذكاء العاطفي. ترجمة ليلى الجبالي. سلسلة عالم المعرفة، (٢٦٢)***. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

– رافدة الحريري وسمير الإمامي (٢٠١١). ***الإرشاد التربوي والنفسي في المؤسسات التعليمية***. عمّان: دار المسيرة للطباعة والنشر.

– سامي سعود الحارثي وصالح يحيى الغامدي (٢٠٢٥). نظرية العلاج بالواقع لوليام جلاسر: مقاربة علاجية مبتكرة. ***المجلة العربية للقياس والتقويم، ٦*** (١١).

– شاكر محمد أحمد(٢٠١٩). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى أساتذة الجامعة كلية الآداب جامعة تكريت. ***مجلة آداب الفراهيدي***، العراق.

– عبدالله بن صالح القحطاني (٢٠١٥). فاعلية برنامج قائم على الإرشاد بالواقع في خفض الضغوط النفسية لدى العاملين في مهنة التمريض في المملكة العربية السعودية. ***مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٣*** (٤).

– عبدالهادي السيد عبده وفاروق عثمان (٢٠١٨). ***مقياس حالة التدفق للمراهقين والراشدين***. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

– علياء رجب محمد السيد (٢٠١٨). نمذجة لبعض المتغيرات النفسية وعلاقتها بحالة التدفق لدى عينة من طلاب كلية التربية بالسادات. ***مجلة التربية في القرن ٢١ للدراسات التربوية والنفسية***، (٨).

– ماهر يوسف المجدلاوي (٢٠٢٠). فعالية برنامج إرشادي بالواقع لخفض المشكلات الزوجية لدى عينة من المتزوجات. ***مجلة آل البيت، عمادة البحث العلمي***، (٢٦)، ١.

– محمد أحمد السيد خليل (٢٠٢٠). فعالية العلاج بالواقع في تخفيف مستوى القابلية للإيحاء لدى طلاب الجامعة. ***المجلة المصرية للدراسات النفسية***، ٣٠ (١٠٧).

– محمد السعيد أبوحلاوة (٢٠١٣). حالة التدفق المفهوم والأبعاد والقياس. ***الكتاب الإليكتروني لشبكة العلوم النفسية،*** (٢٩).

– محمد علي إبراهيم (٢٠٢٠). عوامل التدفق النفسي لدى معلمي الأطفال الصم والمساهمة في الموهبة لديهم. ***مجلة التربية وثقافة الطفل، كلية التربية للطفولة المبكرة، بجامعة المنيا،*** (١٥).

– محمد علي حسن (٢٠١٠). توجهات نظرية للعلاج بالواقع. ***مجلة الإرشاد النفسي،*** (٢٦).

– مرزوق العبدالهادي العنزي (٢٠٢٠). الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي على عينة من الرياضيين بدولة الكويت. ***المجلة العربية للعلوم النفسية،*** (١٨).

– نادية بوجمان وعماد الدين مهمل (٢٠٢٣). الإرشاد والعلاج النفسي الواقعي وتطبيقاته التربوية في الأسرة والمدرسة. ***مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة عبد الحميد مهري، قسنطينة، ٩*** (١).

– ***Corey G (2013).Theroy and practice of consoling and psychotherapy: Ninth Education.***

– ***Iswinarti, W. & Yannuraty, P. (2020). Group Reality Therapy to Increase Self - Esteem in Adolescents. Advances Social Serenc, Education and Humanities Research, 13 (2), 71-75.***

– ***Mihaly Csikszentmihaly (2014). Flow and the fountains of positive psychology, 438- 478.***

– ***Snja Tatalovic Vorkapic (2016). Relationship between flow and personality traits among preschool teachers, 24, 497- 572.***

– ***Robert .E. Wubbold ing.(2015) INITEDARTICLE, Thevoice of William Glasser:Accesing the Continuing Evolution of Reality Therapy.***