

دافعية الإنجاز وعلاقتها بحالة التدفق النفسي لدي لاعبي مسابقات الميدان والمضمار بدولة الكويت
* جارالله نايف محمد ناصر

المقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر الإعداد النفسي للرياضيين عامة ولرياضي العاب القوى خاصة مكونا هاما وأساسيا لتطوير مستوى لاعبي العاب القوى، حيث يسهم إسهاما إيجابيا وفعالا بالتقدم بالمستوى الرقمي. ويتضمن الإعداد النفسي تهيئة المتسابقين وتجهيزهم على ظروف المنافسات من حيث الزمان والمكان والمتنافسون أنفسهم، فبالنسبة للزمان يتمثل في التوقيت الخاص بالمنافسات والذي يتزامن مع مواعيد التدريب وهنا يلعب الإيقاع الحيوي دورا كبيرا، أما ما يخص المكان فيتمثل في تدريب المتسابق في أماكن ومضمارات وفي ظروف مناخية..... مختلفة مع إعطاء الفرصة للاحتكاك بمستويات متباينة ذات المستوى الأعلى والأقل حتى يخلق عند المتسابق الروح التنافسية، وتنمي عنده الدوافع والاتجاهات الإيجابية نحو المسابقة مع كسر عامل الخوف منها.... وبذلك تتكون عنده القناعات الحقيقية والمعارف العلمية والقيم الخلقية كل ذلك يعد له اللاعب إعداد طويل المدى، هذا بالإضافة إلى الإعداد القصير المدى والذي يسبق المنافسات إما بوقت قصير أو قبل المنافسة مباشرة والتي يجب أن يعد لها المتسابق وكذلك بعد انتهاء المنافسات.(٤ : ٤٤)

وعلى ذلك يجب أن يسير الإعداد النفسي جنبا إلى جنب مع كل من الإعداد البدني والمهارى.... حتى تكتمل المكونات الرئيسية للمستوى، وعلى ذلك فتدريب المتسابق على السمات الإرادية الخاصة كالمثابرة والهادفية والشجاعة وضبط النفس والتصميم وقوة الإرادة والتخلي بروح الكفاح من السمات الواجب غرسها وتميئتها عند متسابقى العاب القوى.

يرى محمد علاوي (١٩٩٨م) أن الدافعية ليست شيئا ماديا أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة إنما هي حالات في الكائن الحي يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط الكائن الحي نفسه، وليس معنى هذا أن الدافعية هي نمط السلوك الذي نلاحظه، إنما هي حالة وراء هذا السلوك أي أنها حالة تثير وتنشط وتوجه السلوك نفسه وتعمل على استمراريته.(٢١: ١٨)

ويرى أسامة راتب (١٩٩٩م) أن الدافعية تسهم بشكل عام في تسهيل فهمنا لبعض الحقائق المحيرة في السلوك الإنساني ، ويمكن القول أن الدافعية مهمة لتفسير عملية التعزيز وتحديد المعززات وتوجيه السلوك نحو هدف معين، والمساعدة في التغييرات التي تطرأ على عملية ضبط المثير (تحكم المثيرات بالسلوك) ، والمثابرة على سلوك معين حتى يتم انجازه. كذلك فإننا نتصرف عادة أثناء حياتنا اليومية وكأننا نتقدم نحو مكان ما (أي أن سلوك الإنسان هادف)، ولولا الدافع العالي لتحقيق هذا الهدف لما حدث ذلك كله. كما أن الدافعية تلعب الدور المهم في مثابرة الإنسان على إنجاز عمل ما ، وربما كنت المثابرة من أفضل المقاييس المستخدمة في تقدير مستوى الدافعية عند هذا الإنسان. ذلك لان التفوق في رياضة معينة

يتطلب اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخططية ، ثم يأتي دور الدافع للبحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، والتدريب عليها بغرض صقلها وإتقانها، وللدافعية أهمية رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم وتطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: أن كل سلوك وراءه دافع أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة، ومعرفة دوافع ممارسة الأفراد للنشاط الرياضي، تمكن المربي الرياضي من تحفيزهم على تطوير أدائهم على النحو الأفضل، فالأداء لا يكون مثمراً وجيداً إلا إذا كان يرضى دوافع لدى الإنسان.(٤: ٤٥)

ويرى علماء النفس على انه يمكن تفسير معظم أنماط السلوك الإنساني من خلال إحدى المكونات الدافعية الهامة وهي الحاجة أو الدافع للإنجاز فيرى علماء النفس أن الدافع للإنجاز ليس من الشروط الضرورية لبدء التعلم والعمل فحسب، بل انه ضروري للاحتفاظ باهتمام الفرد وزيادة جهده، بحيث يؤدي إلى تركيز الانتباه وتأخير الشعور بالتعب فيزيد الإنتاج، كما رأوا أن الدافع للإنجاز يكون مصدر هام من مصادر تباين التحصيل الدراسي لدى الطلاب، فقد يغير الدافع طالباً فاشلاً فيجعله متفوقاً وقد يكون الافتقار للدافع سبباً وراء رسوب طالب آخر بينما يجعل الدافع طالباً ثالث يؤدي عمله بنجاح.(٢٣: ١٩)

والتدفق النفسي صفة من النوع الراقي ، والعلاقة المميزة هي الشعور بالسرور التلقائي حتى النشوة أو الغبطة ، فهذا الشعور بالسرور يعتبر مكافأة تدعيمية ، وهو الحالة التي يستغرق فيها اللاعبون كلياً فيما يقومون به من تدريبات ونشاطات موجهين أقصى درجات الانتباه بينما يكون الوعي مصاحباً لذلك الجهد.(٢٠: ٣١٥، ٣١٦)

تشير **أمال أباطة** (٢٠١١م) بأن مفهوم التدفق النفسي من المفاهيم الإيجابية الحديثة مثل المرونة أو الصمود وجودة الحياة التي تصل بالفرد إلى أعلى درجة لتوظيف الطاقة النفسية لدى الفرد وبصاحبها حالة رضا وسعادة مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية للفرد.(٦: ٤)

كما يعرف **أحمد سيد البهاص**(٢٠١٠م) التدفق بأنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر، عندما تؤدي المهام بأقصى درجات الأداء، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام بالأداء، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل.(٢: ٢٥)

وترى **فايزة باكير**(٢٠١٢م) نقلا عن **مونتسوري**(١٩٧٦م) أن الفرد في هذه الحالة يقوم بالأعمال الصعبة باسترخاء وكأنه في نزهة، ويتجه إلى هدف العمل الذي يقوم به وإلى متطلباته من تلقاء نفسه، متحملاً المسؤولية، وهذه الحالة من التدفق تسهم في الإبداع والحل الفعال للمشكلات، فالدافعية للعمل متزايدة بالقدر الذي يؤدي إلى الرضا عنه.(٢٥: ١٢)

تتقل **صفاء الأعسر وآخرون**(٢٠٠٠م) نقلا عن **جولمان Golman** أن هناك عدة وسائل للوصول إلى حالة التدفق كتركيز الانتباه على العمل الجاري، لأن التركيز العالي هو جوهر التدفق، ويبدو أن هذه حركة تغذية راجعة عندما يكون المرء على أعتاب هذه الحالة من التدفق، فالتدفق يتطلب جهداً كبيراً

للوصول إلى حالة التركيز الكافي لبدء العمل، والانتباه هنا ذو نوعية مسترخية على الرغم من شدة التركيز، وهذه الخطوة الأولى تتطلب قدراً كبيراً من الجهد، وبمجرد أن يبدأ تركيز الانتباه تتخذ حالة التدفق قوة دفع ذاتية، الأمر الذي يؤدي إلى تخفيف الاضطرابات الانفعالية وتأدية الفعل دون جهد. (١١ : ٤٩)

وتعد مسابقات ألعاب القوى هي أصل الألعاب الاولمبية القديمة و عصب الألعاب الأولمبية الحديثة، والمهارات المكتسبة من مسابقات ألعاب القوى تدخل ضمن المهارات الفردية لمعظم الألعاب الرياضية الأخرى. (٣:٩)

لذلك تعتبر مسابقات ألعاب القوى من أهم المسابقات التي تترجم وتعكس بأسلوب موضوعي مدى تقدم الدول باعتبارها تتميز بموضوعية تقييم الإنجاز البشري حيث تترجم المستويات الرقمية إلى أزمدة في مسابقات المشي والعدو والجري، إلى مسافات في مسابقات الوثب و الرمي. و من ثم تعتبر ألعاب القوى مؤشراً صادقا هاما في تقييم الرياضي للدول. (١٥ : ١٠)

وأصبحت ألعاب القوى الرياضية الأساسية المتميزة نظرا لما تتمتع به من رصيد كبير من الأهمية، ولما تشتمل عليه من مهارات و قدرات متنوعة الأمر الذي جعلها تحتل مكان الصدارة في برنامج الدورات الاولمبية القديمة و تعتبر عروس الدورات الاولمبية الحديثة، و نلاحظ في العصر الحديث التغير السريع في الأرقام القياسية لمسابقات ألعاب القوى، سواء في البطولات العالمية أو الاولمبية و هذا التغير السريع ما هو إلا صدق التقدم العلمي و التكنولوجي لطرق ووسائل اختيار المتسابقين من الناحية البدنية و الجسمية و الفسيولوجية و النفسية التي تحاول استغلال و تنمية طاقات الفرد. (٢:٩)

وكذلك التدريب الرياضي في مجال مسابقات ألعاب القوى باعتبارها ميدان تجريبي يقصد به العملية التربوية التي تخضع للأسس و المبادئ و القوانين العلمية للعلوم المرتبطة بعلم التدريب بهدف مساعدة اللاعبين على فهم وتلبية حاجاتهم الاجتماعية، و العاطفية و النفسية لتطوير قدراتهم البدنية و المهارية للوصول لأفضل مستوى أداء ممكن في مسابقة أو أكثر من مسابقات ألعاب القوى. (٨:١٥)

ومن خلال تجربة الباحث كلاعب وكمدرّب ألعاب قووي وإشرافه على منتخب وزارة التربية والتعليم لألعاب القوى لاحظ الباحث أن هناك قصور شديد وإهمال للجوانب النفسية من قبل المدربين والاهتمام فقط بالبرنامج التدريبي وترتب عليه عدم تجديد الدوافع لدى هؤلاء اللاعبين وبالتالي شعورهم بالإحباط وعدم المثابرة على المنافسة عند التعرض لأي هزيمة رياضية أو تحقيق مستوى رقمي غير مأمول وعلى الرغم من وجود اللاعبين الذين يمتلكون سمات لاعبي المستويات العليا في الجانب البدني والمهارى إلا انه لوحظ عدم القدرة على تحمل المسؤولية وانخفاض الطاقة والارتباك والعجز وعدم التركيز في الواجبات وعدم القدرة على استدعاء المهارات النفسية أثناء المنافسة وعدم التوفيق في النشاط الرياضي.

ومن هنا ظهرت مشكلة البحث التي تتلخص في محاولة الباحث لاستخدام أساليب غير تقليدية بإتباع الاسلوب الأمثل للاستفادة من الجانب النفسي للاعبين لدفعهم لتحقيق مستوى أفضل الامر الذي يعود بالنفع للرياضيين بشكل عام وعلى رياضة ألعاب القوى بشكل خاص وتعتبر خطوة لتطبيق هذه الدراسة على

الأنشطة الرياضية الأخرى.

ومن خلال اطلاع الباحث على الكتب والمراجع العلمية والاطلاع على شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) لاحظ الباحث وفي حدود علمه عدم تطرق الباحثين لدراسة العلاقة بين دافعية الانجاز والتدفق النفسي لدى لاعبي العاب القوى في دولة الكويت لتحقيق مستويات رقمية وانجاز أفضل.

أهمية البحث:

- الإسهام في تطوير المجال الرياضي.
- مجارة الاتجاهات والمتغيرات الحديثة.
- التعرف على أهمية دافعية الانجاز في رياضة العاب القوى.
- الإسهام في تكوين اتجاهات ايجابية نحو الاعتراف بأهمية دور دافعية الانجاز كركيزة أساسية في الوصول للتدفق النفسي والتفوق في النشاط الرياضي.
- تنمية دافعية الانجاز لدى اللاعبين الرياضيين ومحاولة الوصول إلى المستويات العليا.

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على علاقة دافعية الانجاز بحالة التدفق النفسي لدى لاعبي العاب القوى من خلال الواجبات الآتية:

- ١- التعرف على العلاقة بين دافعية الانجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي الميدان.
- ٢- التعرف على العلاقة بين دافعية الانجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي المضمار.

تساؤلات البحث:

- ١- ما العلاقة بين دافعية الانجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي الميدان؟
- ٢- ما العلاقة بين دافعية الانجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي المضمار؟

مصطلحات البحث:

دافعية الانجاز:

دافعية الانجاز هي استعداد اللاعب أو الممارس للنشاط البدني لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية أو مواقف الأداء البدني لمحاولة التفوق والامتنياز في ضوء مستوى أو معيار معين من معايير أو مستويات التفوق والامتنياز. (١٠: ١١)

التدفق النفسي:

هي حالة يندمج فيها الفرد اندماجا كبيرا مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الأمثل، وينظر إليها على أنها حالة تغير للوعي يشعر فيها الفرد بالانغماس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معا. (٣٢: ٢٣)

الدراسات السابقة :

أولاً: الدراسات المرتبطة دافعية الانجاز.

أولاً : الدراسات العربية.

١- دراسة رشاد عبدالعزيز موسى (١٩٩٤م) (٧) بعنوان (بعض العوامل النفسية المرتبطة بدافعية الانجاز) ، هدف الدراسة التعرف على الفروق بين الأفراد مرتفعي الدافعية للإنجاز والأفراد منخفضي الدافعية للإنجاز في القلق والخوف والعصابية بين الأفراد مرتفعي الدافعية للإنجاز والأفراد منخفضي الدافعية للإنجاز في الانطواء وقوة الأنا، استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على (٢٤٠) طالب تتراوح أعمارهم.. من ١٥-١٩ سنة، واستخدم الباحث مقياس الدافعية للإنجاز للأطفال المراهقين، وأشارت النتائج إلى أن الأفراد مرتفعي الدافعية للإنجاز أقل قلقاً وخوفاً وعصابية كما أنهم يميلون للانطواء ويتميزون بقوة أنا مرتفعة عن الأفراد منخفضي الانجاز.

٢- دراسة منى مختار المرسى (١٩٩٩م) (٢٤) بعنوان (بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين دراسة تحليلية مقارنة) ،هدفت الدراسة إلى بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي المقارن، واشتملت عينة البحث على (٤٠٠) لاعب (١٠٠) لاعب عينة استطلاعية، (٣٠٠) لاعب عينة المعاير، مقسمة على (١٠) أنشطة (قدم، سلة، يد، طائرة، عدو ١٠٠متر و٢٠٠متر، سباحة، مصارعة، تنس، تجديف، جودو) تم تحديد المحاور الأساسية للمقياس وهى:

- ١- الرغبة في التفوق ٢- الثقة في النفس ٣- الالتزام نحو انجاز الهدف
 - ٤- التنافس بكفاية ٤- التقدير الاجتماعي ٥- المثابرة في الأداء
 - ٦- الاستقلالية ٧- مستوى الطموح ٨- الدافع الذاتي للإنجاز
- وكانت أهم النتائج بناء صورة المقياس المكون من ٦٣ عبارة عن ٩ محاور.

٣- دراسة عطوة المتولي عطوة (٢٠٠٣م) (١٢) بعنوان (علاقة دافعية الانجاز بقلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة) ، وهدفت الدراسة إلى التعرف على دافعية الانجاز لدى اللاعبين وعلاقتها بقلق المنافسة الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واشتملت عينة البحث على ٩٦ لاعبا ضمن الدوري الممتاز من (٨) أندية مختلفة، واستخدم الباحث قائمة دافعية الانجاز الرياضي تصميم جؤولس وتعريب محمد حسن علاوي، والصورة المعدلة لقائمة حالة قلق الرياضة تصميم راينزمارتنز تعريب علاوي، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز بين لاعبي الأندية عينة البحث ولصالح لاعبي المستوى الأعلى، وجود فروق دالة إحصائية في مستوى أبعاد قلق المنافسة الثلاثة (المعرفي - البدني - الثقة بالنفس) بين لاعبي الأندية ولصالح لاعبي المستوى الأعلى ، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين دافعية الانجاز الرياضي وأبعاد قلق المنافسة الثلاثة لدى أندية المربع الذهبي ولصالح الفرق الأعلى.

٤- دراسة إبراهيم المتولي احمد (٢٠٠٧م) (١) بعنوان (دافعية الانجاز الرياضي وعلاقته بقلق المباراة لدى ناشئي كرة القدم)، وتهدف الدراسة للتعرف على العلاقة بين دافع الانجاز وقلق المباراة

واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على (٦٠) ناشئ كرة قدم، استخدم الباحث مقياس دافعية الانجاز الرياضي لمحمد علاوي، مقياس قلق المباراة الرياضية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه دالة احصائياً بين دافع انجاز النجاح وبعد القلق المعرفي، وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين بعد دافع انجاز النجاح وكلا من بعدى القلق المعرفي وسرعة وسهولة انفعاله.

ثانياً : الدراسات الأجنبية.

١- دراسة أفرتون ،وسارا وآخرون .Overton & Sara et al. (١٩٩١م) (٣٥) بعنوان (دافعية

الانجاز وعمليات الموائمة ومشاركة الرياضيين ذوي الإعاقات البدنية)، قامت هذه الدراسة ببحث دافعية الانجاز وعمليات الموائمة لدى (١٨١) رياضياً تتراوح أعمارهم بين (١٨-٦٦) عما ممن لديهم إعاقات تؤثر على مشاركتهم في الأنشطة الرياضية التنافسية وبحثت هذه الدراسة سمات الأداء المعرفية التالية (١) أسباب المشاركة الرياضية (٢) كيف يعرف الرياضي النجاح أو الفشل الشخصي في الرياضيات (٣) كيف يفسر الرياضيون أداء الفوز والخسارة (٤) كيف يتواعم الرياضيون مع الإعاقات (٥) كيف يتوأم الرياضيون مع الضغط والإجهاد (٦) العوامل التي تؤثر على قرار الرياضي وعلى تصميمه في المنافسة، وطبقت استبيانات قبلية وبعديّة وأسفرت تلك الاستبيانات عن أن هناك موائمة عالية لدى هؤلاء الرياضيين مع إعاقاتهم وان توجهات الانجاز لديهم كانت مشابهة تقريبا للرياضيين الذين لا يعانون من الإعاقات وقد استخدم كل من الفائز والخاسر تفسيرات ليوضح أسباب أدائه وكان هناك فروق واضحة بين ذوي الإعاقة الشديدة، وذوي الإعاقة الأقل في استخدامهم للمبررات وتوجد وثائق في هذه الدراسة تتكون من ملاحق تشتمل على استبيانات قدمت في الاجتماعات الأكثر تخصيصاً.

٢- دراسة بونجوه .Pongoh. (٢٠١٤م) (٣٦) بعنوان: "تأثير قيادة ودافعية انجاز المدير علي

الكفاءة التدريسية لمعلمي المدارس العامة في مدينة مانادو"، هدفت هذه الدراسة إلى تحليل أثر قيادة ودافعية انجاز المدير علي الكفاءة التدريسية لمعلمي المدارس العامة في مدينة مانادو، وتكون مجتمع الدراسة من معلمي المدارس الثانوية الحكومية في مدينة مانادو باندونيسيا، واشتملت عينة الدراسة علي (٧٦) معلم من (٩) مدارس ثانوية حكومية، واعتمدت الباحثة علي المنهج الوصفي التحليلي القائم علي الاستبيان لمعرفة تصورات المعلمين، وأظهرت الدراسة العديد من النتائج أهمها، أن دافعية الانجاز لدى المدير تؤثر ايجابيا علي كفاءة المعلمين وتشجعهم علي اكتساب المهارات وتطبيقها بنجاح وبالتالي تحقيق أدوار هامة في التدريس، أن قيادة المدير تؤثر ايجابيا علي كفاءة المعلمين التدريسية، كما أن المعلمين الذين لديهم دافعية قوية للإنجاز يستمرون في تطوير أدائهم وكفاءتهم بأنفسهم ، أن مشاركة القادة في انجاز الأعمال يوجد دافع كبير لدى المعلمين ويؤثر ايجابيا علي كفاءتهم التدريسية كما يتولد لديهم دافعية للتطور في العمل بشكل كبير عبر تنفيذ المهام التربوية والتدريسية بشكل فعال.

٣- دراسة يامان ، وآخرون . Yaman et al. (٢٠١٥م) (٣٩) بعنوان: " دافعية الانجاز للمعلمين

المرشحين لتدريس الرياضيات للمرحلة الابتدائية وفقاً لأساليبهم المعرفية وأساليبهم الدافعة"، هدفت هذه

الدراسة لمعرفة وجود علاقة بين دافعية الانجاز للمعلمين المرشحين وفقاً لأساليبهم المعرفية والدافعية أم لا؛ وتكون مجتمع الدراسة من المعلمين المرشحين بجامعة ولاية بتركييا؛ واشتملت عينة الدراسة على (١٤٤) من المعلمين منهم (٤٦ ذكر، و ٦٨ أنثى)؛ واعتمد الباحثون على المنهج الوصفي المقارن القائم على اختبار مجموعة الأعداد المدمجة لمعرفة الأساليب المعرفية للمعلمين المرشحين؛ ومقياس الدافعية للإنجاز المكون من (١٤) فقرة لمعرفة أساليب الدافعية المتبعة لدى المعلمون المرشحون؛ وأظهرت الدراسة العديد من النتائج أهمها، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المعلمين المرشحين وفق مقياس الدافعية للإنجاز من حيث متغير الجنس، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المعلمين المرشحين وفق مقياس الدافعية للإنجاز من حيث متغير مستوى الصف الدراسي حيث حاز معلمي الصف الثاني على الدرجات الأعلى، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المعلمين المرشحين وفق مقياس الدافعية للإنجاز من حيث الأساليب المعرفية، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المعلمين المرشحين وفق مقياس الدافعية للإنجاز من حيث متغير الأساليب الدافعية لصالح الأساليب الدافعية القائمة على (الفضول، والنجاح، والوعي).

ثانياً: الدراسات المرتبطة بالتدفق النفسي:

١-الدراسات العربية:

١- دراسة مجدي حسن يوسف (٢٠٠٦)(١٩) بعنوان (فيثومينولوجيا التدفق النفسي لدى لاعبي المستوى العالي في بعض الألعاب والرياضات) ، وتهدف الدراسة إلى التعرف على الفروق الإحصائية بين درجات اللاعبين في مقياس حالة التدفق النفسي تبعا لبعض المتغيرات التنافسية، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واشتملت العينة على ٨٣ لاعب من الجنسين موزعين بين المستوى العالي (٤٣) والأقل (٤٠) في بعض الألعاب (الكرة الطائرة - كرة السلة) والرياضات (الاسكواش- التنس - الجودو) من أندية (سموحة - الاتحاد الاولمبي) ، وقد تم تقسيم مجموعة لاعبي المستوى العالي إلى مجموعة اللاعبين في الألعاب بلغت ٣٣ لاعب ومجموعة اللاعبين في الرياضات بلغت ١٠ لاعبين كما تم تقسيمها إلى مجموعة اللاعبين المشاركين في المنافسات بلغت ٢٨ لاعب ومجموعة اللاعبين غير المشاركين بلغت ١٥ لاعب، واستخدم الباحث مقياس حالة التدفق النفسي إعداد كل من جاكسون ومارش تعديل وتطوير كريستيان، مقياس الاستمتاع بالنشاط الرياضي إعداد موتل وآخرون.

٢- دراسة محمد السيد صديق (٢٠٠٩م)(٢٠) بعنوان (التدفق وعلاقته ببعض العوامل النفسية

لدى طلاب الجامعة)، وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل الاعتماد على النفس والمثابرة وفاعلية الذات والرضا عن الذات ومستوى الطموح وتحمل المسؤولية والدافع للإنجاز والثقة بالنفس والقلق والاكتئاب والإحباط واليأس والسأم والملل واللامبالاة وتمثلت العينة في (٦١٦) طالباً بمتوسط عمر زمني (٢٢) عاماً وسبعة أشهر، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وأشارت نتائج هذه الدراسة أنه توجد علاقة إيجابية بين التدفق وبعض العوامل الشخصية مثل الاعتماد على

النفس والمثابرة وفاعلية الذات ومستوى الطموح وتحمل المسؤولية والثقة بالنفس والدافع للإنجاز ، توجد علاقة سلبية بين التدفق وبعض العوامل النفسية مثل القلق والاكتئاب والإحباط واليأس والسأم والملل واللامبالاة.

٣-دراسة ميثم مطير حميدي (٢٠١٥م)(٢٥) بعنوان التدفق النفسي وعلاقته بالتوجه الدافعي للاعبين كرة القدم بالدوري الممتاز بالعراق ، وتهدف الدراسة إلى دراسة حالة التدفق النفسي لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز بالعراق ، دراسة العلاقة بين التوجه النفسي والتوجه الدافعي لدى لاعبي الدوري الممتاز لكرة القدم بالعراق ، التنبؤ بحالة التدفق النفسي بدلالة التوجه الدافعي تبعا لنسبة مساهمته ، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، واشتملت العينة على ٧٠ لاعب من لاعبي أندية الدوري الممتاز العراقي لكرة القدم. واستخدم الباحث مقياس حالة التدفق النفسي إعداد كل من جاكسون ومارش ، وكانت أهم النتائج وجود ارتباط موجب بين أبعاد مقياس التدفق النفسي والتوجه الدافعي الداخلي والخارجي ، هناك ارتباط معنوي بين الدافعية الخارجية وأبعاد مقياس التدفق النفسي ما عدى تغذية عكسية واضحة ونسيان الذات ، وجود ارتباط معنوي بين ابعاد الدافعية الداخلية وجميع ابعاد مقياس التدفق النفسي.

٢-الدراسات الأجنبية:

١- دراسة: جاكسون. Jackson. (١٩٩٦م)(٢٨) بعنوان (حالة التدفق النفسي لدى اللاعبين) ، وتهدف إلى التعرف على العوامل التي تساعد لاعبي التزلج على الجليد من المستوى العالي للوصول إلى حالة التدفق النفسي حيث أشارت النتائج إلى أن الاتجاه الايجابي لكل من القدرات العقلية والبدنية والمتغيرات التنافسية يساعد اللاعب على الوصول إلى حالة التدفق النفسي.

٢- دراسة جاكسون وآخرون. Jackson et al (٢٠٠١م)(٢٩) بعنوان العلاقات بين التدفق ومفهوم الذات والمهارات النفسية والأداء ، وهدفت الدراسة إلى دراسة المهارات النفسية المحتملة وعلاقتها بخبرة التدفق ومفهوم الذات والأداء ، وأستخدم الباحثون المنهج الوصفي وتمثلت عينة البحث (٢٣٦) من الرياضيين الذكور والإناث يمثلون ثلاثة ألعاب مختلفة التزلج وعددهم (١١٢) ركوب الأمواج وعددهم (٩٢) ركوب الدراجات(٣٢) وكانت تتراوح أعمارهم ما بين (٢٥-٤٥) عام ، وتمثلت ادوات الدراسة في مقياس التدفق النفسي جاكسون وآخرون(٢٠٠١م) ، مقياس EASDQ لإختبار الذات للرياضيين النخبة ، وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن هناك علاقة إيجابية بين التدفق والقدرة على تحدى القلق والنجاح وكذلك الدوافع المتاحة والقابلة للتغير كالثقة بالنفس والخوف.

٣- دراسة كريستيان. Kristian. (٢٠٠٦)(٣١) بعنوان نموذج لتقييم تجربة التدفق النفسي للمباراة ، وتهدف إلى تقييم تجربة حالة التدفق النفسي في بيئة المباراة وقد أكدت النتائج على الأبعاد التسعة للتدفق النفسي وفق ما ذكره ميهالي Mihaly وصلاحية نموذج القياس الذي يحتوي على اثنين وعشرين عبارة تتدرج تحت الأبعاد التسعة وفق تدرج خماسي للقياس كما أضافت النتائج أن الأبعاد التي تساهم في خبرة التدفق النفسي أشارت إلى(توازن المهارة مع التحدي - التغذية الراجعة الواضحة والسريعة - الإحساس

بالتحكم - الاندماج في الأداء) ولذا يجب مراعاة تلك الأبعاد عند تصميم برامج الإعداد والتدريب في المراحل المختلفة.

٤- دراسة سنجر كندى **Singer K.** (٢٠٠٦) (٣٧) بعنوان (تقييم تأثير التغذية الراجعة على كل من التدفق النفسي والقلق والأداء لدى لاعبي الجولف المتميزين)، وتهدف إلى التعرف على تأثير استخدام برنامج مقترح للتغذية الراجعة على كل من حالة التدفق النفسي والقلق والأداء لدى عينة من لاعبي الجولف ذوى المستوى العالي حيث أشارت النتائج بعد حضور عينة اللاعبين (٢٠ وحدة) تدريبية من البرنامج إلى انخفاض في مستوى وحالة سمة القلق وزيادة معنوية في حالة التدفق النفسي مرتبط بتحسن أداء اللاعبين في إحراز الثمانية عشر نقطة بعد تطبيق البرنامج.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج المسحي بخطواته وإجراءاته وذلك لمناسبته لطبيعة هذا البحث.

عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة عشوائية قوامها (٥٠) لاعب من لاعبي العاب القوي والمسجلين بالإتحاد الكويتي للموسم التدريبي ٢٠١٧/٢٠١٨ م، منهم (٢٥) لاعب مضمار، (٢٥) لاعب ميدان، كما قام الباحث باختيار عينة استطلاعية قوامها (٢٠) لاعب .

أدوات جمع البيانات:

١- قائمة دافعية الإنجاز (جو ولس Willis) (١٩٨٢) مرفق (١)

٢- مقياس حالة التدفق النفسي (جو ولس Willis - تعريب مجدي يوسف) (٢٠٠٧) مرفق (٣)

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الإستطلاعية في الفترة من ٢٠١٧/٢/١١ م لإجراء المعاملات العلمية والتحقق من مناسبة المقاييس المستخدمة في الدراسة لعينة الدراسة.

المعاملات العلمية لقائمة الدافعية للإنجاز :

أولاً : الصدق.

قام الباحث باستخدام صدق الإتساق الداخلي عن طريق إيجاد العلاقة بين العبارة والبعد المنتمية له وبذلك يتحقق صدق التكوين الفرضي للمقياس ويوضح جدول (١) قيد معاملات الارتباط.

جدول (١)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي لكل محور

من محاور قائمة دافعية الإنجاز

دافع تجنب الفشل		دافع انجاز النجاح		دافع القدرة	
رقم العبارة	قيمة الارتباط	رقم العبارة	قيمة الارتباط	رقم العبارة	قيمة الارتباط
١	٠.٤٢٠	١	٠.٤٣٥	١	٠.٥٧٢
٣	٠.٦٨٠	٢	٠.٧٩٥	٢	٠.٧٦٨
٥	٠.٥٠٧	٣	٠.٦٧٣	٣	٠.٥٢٧
٧	٠.٣٦٠	٤	٠.٦٩٢	٤	٠.٧٨٧
٩	٠.٥٧٣	٥	٠.٦٥٥	٥	٠.٨١٠
١١	٠.٦٢٦	٦	٠.٣٥٢	٦	٠.٦٣٨
١٣	٠.٨٠٩	٧	٠.٥٥٨	٧	٠.٥٠٢
١٥	٠.٦٠٠	٨	٠.٦٦٨	٨	٠.٥٦٢
١٧	٠.٥٦١	٩	٠.٤١٣	٩	٠.٧٨١
١٩	٠.٣٠٨	١٠	٠.٣٨٠	١٠	٠.٦٦٧
		١١	٠.٣٨٨	١١	٠.٥٥٥
		١٢	٠.٦٦٠	١٢	٠.٦٠٣
		١٣	٠.٥١٢		
		١٤	٠.٧٥٧		
		١٥	٠.٧٩٤		

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨

يتضح من جدول (١) أن جميع قيم معاملات الارتباط لعبارات أبعاد قائمة دافعية الإنجاز دالة احصائياً عند مستوي معنوية (٠.٠٥) مما يدل علي اتساق كل عبارة مع البعد المنتمية له وبالتالي صدق العبارات في التعبير عن كل بعد من ابعاد القائمة.
ثانياً: الثبات .

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات باستخدام معامل الفا **Alpha** للثبات بإيجاد متوسط المعاملات الناتجة عن تجزئة الاختبار الي اجزاء بطرق مختلفة ، ويمثل معامل الارتباط بين أي جزئين من أجزاء قائمة دافعية الإنجاز ، ويوضح جدول(٢) قيم معاملات الفا لأبعاد قائمة دافعية الإنجاز.

جدول (٢)

قيم معامل الفا Alpha لأبعاد قائمة دافعية الإنجاز ن=٢٠

البعاد	مسمى البعد	قيمة معامل الفا
الأول	دافع القدرة	٠.٩٩٢
الثاني	دافع إنجاز النجاح	٠.٨٩٥
الثالث	دافع تجنب الفشل	٠.٨٤٨

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٠.٢٨٨

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم المعاملات للثبات تتراوح ما بين (٠.٨٤٨، ٠.٩٩٢) وذلك يؤكد علي أن قائمة دافعية الإنجاز علي درجة من الثبات. المعاملات العلمية لمقياس حالة التدفق النفسي: أولاً : الصدق.

قام الباحث بإستخدام صدق الإتساق الداخلي عن طريق إيجاد العلاقة بين العبارة والبعاد المنتمية له وبذلك يتحقق صدق التكوين الفرضي للمقياس ويوضح جدول (٣) قيد معاملات الارتباط.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (ت) المحسوبة بين الرباعي الأعلى والرباعي

الأدنى في مقياس التدفق النفسي ن=٢٠

ت	الربيع الأدنى		الربيع الأعلى		الأبعاد
	ع	م	ع	م	
١٠.٩١٢	٠.٨٢٨	٦.٤٠٠	٠.٤١٤	٩.٢٠٠	توازن التحدي مع المهارة
١٠.٨٥٢	٠.٦٣٩	٦.٤٦٦	٠.٥٩٣	٨.٩٣٣	تغذية عكسية واضحة
١٤.٥٤١	٠.٤١٤	٦.٨٠٠	٠.٤٨٧	٩.٣٣٣	وضوح الأهداف
١٢.٥٦٠	١.١٢٥	١٠.٨٦٦	١.٢٤٥	١٦.٨٦٦	التركيز في الأداء
٨.١٨٩	٠.٤١٤	٦.٨٠٠	٠.٦٣٢	٨.٤٠٠	الإحساس بالتحكم
١٠.٤٣٥	١.٣٥٥	١٠.٥٣٣	٠.٥٠٧	١٤.٤٠٠	الخبرة الذاتية الإيجابية
١٤.٩٤١	٠.٦٣٩	٥.٤٦٦	٠.٠٠٠	٨.٠٠٠	الاندماج في الأداء
١٤.٩٩٧	٠.٤١٤	٥.٨٠٠	٠.٥٩٣	٨.٧٣٣	فقد الوعي الذاتي
١١.١٢١	١.٢٢٢	٩.٧٣٣	٠.٤٥٧	١٣.٢٦٦	تحول الوقت

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ١.٦٩٩

يتضح من الجدول (٣) أن قيمة (ت) المحسوبة والتي تراوحت ما بين (٨.١٩٨: ١٥.٦٩٧) أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) والتي بلغت (١.٦٩٩) لصالح الربيع الأعلى وهذا يشير علي أن المقياس قادر علي ان يقيس ما وضع من أجله.

ثانيا: الثبات.

تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه:

استخدم الباحث طريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه **Test-ReTest** ، حيث تم اجراء تطبيق مقياس التدفق النفسي علي عينة قوامها (٢٠) لاعب وتم اعادة التطبيق بفاصل زمني قدره (١٥) يوم بنفس شروط الاجراء الأول وكانت النتائج كما يوضحها جدول (٤)

جدول (٤)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمحاور مقياس التدفق النفسي ن=٢٠

ر	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		الأبعاد
	ع	م	ع	م	
٠.٧٥١	٠.٩٧٩	٧.٥٨٣	١.١١٧	٧.٩٣٣	توازن التحدي مع المهارة
٠.٦٨٢	٠.٨٦٦	٧.٢١٦	١.٠٣٦	٧.٦٦٦	تغذية عكسية واضحة
٠.٦٦٣	٠.٨٤١	٧.٩٣٣	١.٠٢٢	٨.٠٦٦	وضوح الأهداف
٠.٩٧٣	١.٩٦٠	١٣.٤٣٣	٢.٣٧٨	١٣.٦٥	التركيز في الأداء
٠.٥٣٧	٠.٨٠٦	٧.٤٠١	٠.٧٥٨	٧.٦٣٣	الإحساس بالتحكم
٠.٧٦٥	١.٤٥٣	١٢.٤١٦	١.٦٤٧	١٢.٧١٦	الخبرة الذاتية الإيجابية
٠.٦٨٧	٠.٨٩٩	٧.٠٦٦	١.٠٠٩	٦.٧٨٣	الاندماج في الأداء
٠.٦٤١	٠.٨٦٥	٧.٢١٦	١.١٥٨	٧.٢٥	فقد الوعي الذاتي
٠.٧٥٢	١.٢٩٠	١١.٧١٦	١.٤٩٠	١١.٥	تحول الوقت

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لأبعاد مقياس التدفق النفسي قد تراوحت بين (٠.٥٣٧: ٠.٩٧٣) مما يشير الي ان ابعاد المقياس ذات معاملات ثبات عالية.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية علي عينة البحث في الفترة من ٢٠١٧/٣/١ م الى

٢٠١٧/٤/١ م .

المعالجة الإحصائية :

بعد جمع البيانات وتسجيلها و تفرغها ، تم إجراء المعالجات الإحصائية المناسبة باستخدام البرنامج الإحصائي للحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية الذي يرمز له بالرمز "SPSS" وتم حساب ما يلي:

- ١- المتوسط الحسابي.
- ٢- الانحراف المعياري.
- ٣- معامل الارتباط بيرسون.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً- عرض النتائج:

جدول (٥)

الفروق بين درجات اللاعبين في مقياس دافعية الإنجاز
من حيث نوع المنافسة (ميدان _ مضمار)

ن=٥٠

مستوى الدلالة	قيمه (ت)	لاعبى المضمار		لاعبى الميدان		المحاور
		ع	م	ع	م	
غير دال	١.٥٨٨	٠.٩٠٨	٣٧.٦٠٠	١٠.٤٤٥	٣٦.٣٥٠	دافع القدرة
غير دال	١.٢٣٧	١.٠٧٦	٤٩.٩٢٥	٠.٩٧٠	٤٨.٢٨٧	دافع إنجاز النجاح
غير دال	١.٩٧٧	٠.٩٠٦	٤٠.٨٣٧	٠.٦٦٩	٣٩.٢١٥	دافع تجنب الفشل

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من جدول (٥) أنه توجد فروق غير دالة احصائيا بين كلا من لاعبي الميدان ولاعبى المضمار في قائمة دافعية الإنجاز .

جدول (٦)

الفروق بين درجات اللاعبين في مقياس التدفق النفسي
من حيث نوع المنافسة (ميدان - مضمار)

ن=٥٠

مستوى الدلالة	قيمه (ت)	لاعبي المضمار		لاعبي الميدان		المحاور
		ع	م	ع	م	
دال	٧٠.٥٨٨	٠.٩٠٨	٨.٦٠٠	١٠.٤٤٥	١٠.٣٥٠	توازن التحدي مع المهارة
دال	٢.٢٣٧	١.٠٧٦	٧.٩٢٥	٠.٩٧٠	٩.٢٨٧	تغذية عكسية واضحة
دال	٢.٩٧٧	٠.٩٠٦	٧.٨٣٧	٠.٦٦٩	٩.٢١٥	تغذية عكسية واضحة
دال	٢٢.٦٨٤	٠.٨٥٦	١١.٩٧٥	١.٩٨٦	١٤.٤٦٢	التركيز في الأداء
دال	١٥.٢٨٧	٠.٧٣٦	١٠.٠٣٥	٢.٥٣٥	١٣.٥٥٠	الإحساس بالتحكم
دال	٢٧.٠٥٠	٠.٨٧٨	٩.٧٥٠	١.٢٨١	١٢.٤٥٠	الخبرة الذاتية الإيجابية
دال	١٣.٦٣٢	٠.٦٢٦	٨.٩٨٧	٢.٢٦٠	١٢.٥٦٢	الاندماج في الأداء
دال	٤.٣٦٦	٠.٨٢٥	٧.٥٣٧	٠.٧٦٦	٩.٠٨٧	فقد الوعي الذاتي
دال	٣٠.٥٦٦	٠.٩٨٣	٩.٧١٢	١.٠٣٨	١٣.٥٠٠	تحول الوقت

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = ٢.٠١

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي بين عينة البحث من حيث نوع المسابقة (لاعبي الميدان - لاعبي المضمار) لصالح لاعبي الميدان في جميع المحاور (توازن التحدي مع المهارة ، تغذية عكسية واضحة، تغذية عكسية واضحة، التركيز في الأداء ، الإحساس بالتحكم ، الخبرة الذاتية الإيجابية ، الاندماج في الأداء ، فقد الوعي الذاتي ، تحول الوقت) .

جدول (٧)

معامل الارتباط بين دافعية الإنجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي الميدان

ن = ٢٥

دافعية الإنجاز			التدفق النفسي
دافع تجنب الفشل	دافع إنجاز النجاح	دافع القدرة	
*٠.٣٦٩	*٠.٤٥٣	*٠.٤٦١	توازن التحدي مع المهارة
*٠.٥٠١	*٠.٥٦٦	*٠.٤٧١	تغذية عكسية واضحة

*.٥٤٥	*.٦٩١	*.٤٣١	وضوح الأهداف
*.٦٧٢	*.٤٥٩	*.٣٦٨	التركيز في الأداء
*.٥٥٨	*.٥٦٨	*.٤٧٠	الإحساس بالتحكم
*.٤٣٧	*.٤٧٢	*.٥٠٦	الخبرة الذاتية الإيجابية
*.٦٤٣	*.٤٩٦	*.٥٦٠	الاندماج في الأداء
*.٥٨١	*.٥٢١	*.٤٠٨	فقد الوعي الذاتي
*.٦٢١	*.٥٥٥	*.٤٩٩	تحول الوقت

قيمة ر الجدولية عند مستوي(٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يتضح من جدول (٧) أنه توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي الميدان.

جدول(٨)

معامل الارتباط بين دافعية الإنجاز وحالة التدفق النفسي لدى لاعبي المضمار

ن = ٢٥

دافعية الإنجاز			التدفق النفسي
دافع تجنب الفشل	دافع إنجاز النجاح	دافع القدرة	
*.٤٦٠	*.٤١٩	*.٣٦٧	توازن التحدي مع المهارة
*.٤٤٢	*.٤٨٦	*.٦٨٧	تغذية عكسية واضحة
*.٤٦٥	*.٣٩٩	*.٤٥٨	وضوح الأهداف
*.٢٦٩	*.٥٤٨	*.٤١٧	التركيز في الأداء
*.٢٨٩	*.٤٨٨	*.٥٦٨	الإحساس بالتحكم
*.٤٠٦	*.٣٦٩	*.٣٥٦	الخبرة الذاتية الإيجابية
*.٣٠٩	*.٦٠٠	*.٥٢٢	الاندماج في الأداء
*.٣٣٣	*.٥٠٣	*.٥١٢	فقد الوعي الذاتي
*.٤١٠	*.٤٠٢	*.٤٥٦	تحول الوقت

قيمة ر الجدولية عند مستوي(٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يتضح من جدول (٨) أنه توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي المضمار.

ثانياً - مناقشة النتائج:

في ضوء أهداف البحث والمنهج المستخدم والعينة والقياسات والمعالجات الإحصائية وعرض النتائج توصل الباحث إلى :

يتضح من جدول (٥) أنه توجد فروق غير دالة احصائياً بين كلا من لاعبي الميدان ولاعبي المضمار في قائمة دافعية الإنجاز .

ويرى الباحث وليس ثمة شك إن الدافعية عندما تكون مرتفعة نحو رياضة معينة، فإن ذلك يعكس مدى الاهتمام بهذه الرياضة والاستمرار في الممارسة، كما أن وظيفة الدافعية تتضح من خلال مستوى أداء اللاعب، باعتبار أن المستوى الأمثل للدافعية خاصة في موقف الاختبار أو المنافسة يتطلب مستوى معيناً من الحالة التنشيطية.

ويوضح إبراهيم المتولي(٢٠٠٧م) (١) هذا ويكون مدفوعين للحصول على الأشياء التي تأتي من تحقيق أو انجاز بعض الأهداف التي توجد فيها فرص للنجاح ويتجنبون الأعمال السهلة وأنهم يقبلون على التدريب ليصبحوا أكثر انجازاً.

ويشير وائل مختار(٢٠٠٩م) (٢٦) كما أن هؤلاء الناس يفضلون الحصول على النقد في وقته وتغذية عكسية عن أدائهم وتظهر الدراسات أن هؤلاء الناس ذوي الحاجات المرتفعة للإنجاز يقومون بأداء أفضل خاصة في الأعمال ذات الالتزام مثل بدء الأعمال الجديدة.

يشير محمد حسن علاوي(٢٠٠٠م) (٢٢) إلي أنه لكي يستطيع الرياضي تحقيق أفضل أداء في المنافسات الرياضية ينبغي أن يكون لديه تكامل وتوازن بين الوظائف البدنية والوظائف النفسية وأن نجاح أو فشل اللاعب الرياضي في إظهار أفضل ما عنده من قدرات ومهارات أثناء الأداء في المنافسة الرياضية تكمن في عملية التكامل بين المهارات والقدرات الحركية و البدنية ، وما بين المهارات النفسية وغيرها من المهارات النفسية.

ويذكر أسامة إبراهيم(٢٠١٤م) (٣) دافع الإنجاز بأنه دافع مكتسب من البيئة ويشتمل على مجموعة من القوى (معرفية، انفعالية، سلوكية) بحيث توجد الفرد نحو تحقيق الهدف كما يرى أنه يمثل رغبة الفرد في التفوق والتميز عن الآخرين وتحقيق الأهداف من خلال المثابرة والعمل الجاد وبذل الجهد ووضع خطط مناسبة تتفق مع القدرات.

ويشير عماد الزغول(٢٠١٢) (١٣) الي أن أهمية الدافعية تكمن في المحافظة على ديمومة واستمرارية السلوك، فالدافعية تعمل على مد السلوك بالطاقة اللازمة حتى يتم إشباع الدافع أو تحقيق الغايات والأهداف التي يسعى لها الفرد، أي أنها تجعل من الفرد مثابراً حتى يصل إلى حالة التوازن اللازمة لبقائه واستمراره.

كما يذكر فاروق عبد الفتاح(٢٠٠٣م) (١٦) أن الأفراد ذوي دافع الانجاز المرتفع يميلون إلى بذل محاولات جادة للحصول على قدر كبير من النجاح في كثير من المواقف المختلفة كما أنهم أكثر ميلاً

للوصول إلى حلول للمواقف التي تتطلب حل المشكلة والاستمرار في العمل والاجتهاد فيه حتى في حالة عدم وجود ضغط خارجي أو مراقبة كما وجد أنهم يميلون إلى احتلال مراكز مرموقة في المجمع.

كما ويرى عويد سلطان (١٩٩٣م) (١٤) أن الشخص الذي يحصل على درجة مرتفعة في الدافعية للإنجاز يمتلك دافعاً أقوى للإنجاز من دافع تحاشي الفشل.

ويشير فتحي الزيات (٢٠٠١م) (١٨) إلى أن دوافع النجاح ودوافع تجنب الفشل هي المحددات الأساسية لدافعية الإنجاز في ظل ثبات المواقف موضوع المعالجة .

ويشير فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٣م) (١٦) توصل إلى أن الأفراد ذوي دافع الانجاز المرتفع يميلون إلى أن يكونوا واقعين في مواقف المغامرة فهم يتجنبون عادة الدخول في مواقف يكونون متأكدين في النجاح فيها ولكنهم يحصلون على عائد صغير جداً كما أنهم يتجنبون أيضاً المواقف التي يكونون متأكدين إلى حد كبير من فشلهم فيها. ويفضل الأفراد ذوي دوافع الانجاز المرتفع ومستوى القلق المنخفض الوظائف التي توفر لهم فرصاً معقولة من النجاح وعائداً مادياً معقولاً أيضاً، بينما يميل الأفراد ذوو دافع الانجاز المرتفع ومستوى القلق المنخفض الوظائف التي توفر لهم فرصاً معقولة من النجاح وعائداً مادياً معقولاً ايضاً، بينما يميل الأفراد ذوو دافع الانجاز المنخفض ومستوى القلق المرتفع إلى الوظائف السهلة ذات العائد الصغير أو إلى الوظائف ذات العائد الكبير التي قد تتطلب مسئولياتها قدرأ فوق قدراتهم.

يتضح من جدول (٦) وجود فروق دالة احصائيا في التدفق النفسي بين عينة البحث من حيث نوع المسابقة (لاعبي الميدان - لاعبي المضمار) لصالح لاعبي الميدان في جميع المحاور (توازن التحدي مع المهارة ، تغذية عكسية واضحة، تغذية عكسية واضحة، التركيز في الأداء ، الإحساس بالتحكم ، الخبرة الذاتية الإيجابية ، الاندماج في الأداء ، فقد الوعي الذاتي ، تحول الوقت) .

ويرجع الباحث هذه النتائج الي أن مسابقات الميدان لدي لاعبي العاب القوي تتميز بالترتيب التسلسلي للمراحل الفنية لكل مسابقة كما يختلف الأداء الفني من مسابقة الي اخري بالنسبة لمسابقات الوثب، الرمي، القفز ، حيث يتطلب الأداء المهارى الأعداد للمهارة ومراحل تجميع قوي اللاعب ، ثم انهاء المهارة ، بالإضافة الي تكرار عدد المحاولات لكل مسابقة طبقا لما يحدده قانون كل مسابقة وبذلك يبدو التدفق النفسي لدي لاعبي الميدان بنسبة أكثر من لاعبي المضمار .

ويذكر "ميهالى وآخرون" Mihaly et al. (٢٠٠٥م) (٣٤) التدفق النفسي بأنه حالة ذاتية للفرد يعلن

عنها عندما يندمج كلياً في النشاط ويكون الانتباه مركزاً في العمل الذي يقوم به بكل طاقاته.

كما يوضح "جاكسون ومارش" Jackson & Marsh (١٩٩٦م) (٢٨) حاله التدفق النفسي بأنها حالة انفعالية ايجابية تحدث حينما يكون اللاعب مرتبطاً ارتباطاً كلياً بالأداء في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات التحدي حيث أنها حالة يبتغيها اللاعبون المتميزون.

كما يعرف أحمد سيد البهاص (٢٠١٠م) (٢) التدفق بأنه خبرة مثالية تحدث لدى الفرد من وقت لآخر ، عندما تؤدي المهام بأقصى درجات الأداء ، ويتحدد هذا التدفق من خلال الانشغال التام بالأداء ،

وانخفاض الوعي بالزمن والمكان أثناء الأداء ، ونسيان احتياجات الذات ، والسرور التلقائي المصحوب بالبهجة والمتعة أثناء العمل.

ويشير **تشكزنت ميهالي. Mihaly (١٩٩٠م)** (٣٣) إلى التدفق باعتباره احساس يشعر به الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل او المهمة التي يقومون بها .

ويرى كل من **صفاء الاعسر، وعلاء الدين الكفافي(٢٠٠٠م)**(١١) ان التدفق خبرة من النوع الراقى، والعلامة المميزة للتدفق هي الشعور بالسرور التلقائي حتي النشوة أو الغبطة. ولأن التدفق يشعر الفرد بالسرور فإنه يعتبر مكافئة تدعيميه، إنه الحالة التي يستغرق فيها الناس كليا فيما يقومون به من أعمال موجهين أقصى درجات الانتباه غير الموزع علي العمل بينما يكون الوعي مصاحباً للعمل. وفي الحقيقة فأن التقطع الذي يمكن أن يحدث يعكس إلي أي مدي يكون التركيز الحادث، حيث يقول الفرد لنفسه أنني كنت أعمل علي نحو مدهش، ويصبح الانتباه مركزاً علي العمل وينخفض الوعي بالزمن والمكان. فالجراح علي سبيل المثال يستدعي أو يذكر العملية المتحدية التي كان خلالها تدفق عندما أكمل أو أتم العملية. فالتدفق في أحد جوانبه حالة من نسيان الذات (**Self- forgetfulness**) وهي تعكس التأمل والشعور بالهم.

ويشير **ميهالي. Mihaly (١٩٩٠م)**(٣٣) أن التدفق يستخدم كاستراتيجية لتحسين جودة الحياة من الناحية النفسية من خلال تهيئة الفرد لمواجهة التحديات والصعاب بهدف تحقيق الشعور بالسعادة والمتعة أثناء ممارسة النشاط.

كما تبرز أهمية التدفق في مجال التعليم واكتساب المهارات، حيث يمكن استخدامه كمحفز داخلي في تعليم الاطفال أكثر من استخدامه كوسيلة للضغط والتهديد، كما يفضل استثمار المزاج الإيجابي المصاحب للتدفق لجذب الأطفال إلي التعلم النشط في المجالات التي يستطيعون تنمية كفاءاتهم فيها، بالإضافة إلي أن حالة التدفق تساعد الطفل علي مقاومة الملل والسأم وتشعره بالتحدي في أداء واجباته المدرسية، ومن ثم يتم تعلمه علي نحو أفضل.

ترى **فايزة باكير(٢٠١٢م)**(١٧) أن الأهداف هي المحرك للسلوك والباعث عليه ، وتتمحور حولها السببية في تدفق السلوك بتشابكاتها وتفرعاتها المختلفة ، ومن ثمة فهي تمثل الأساس لأي دراسة من دراسات سلوك الإنسان ، ولا بد أن تكون قابلة لتحقيق وتتناسب وقدرات الفرد.

ويرى **كورن korchn(٢٠٠٧م)**(٣٠) نقلاً عن **جackson(١٩٩٦م)**(٢٨) أن الشعور بالسيطرة يعطى حالة من الاتزان المثلى ، وأن إدراك أعلى درجات التحكم والسيطرة يحفز المستويات القصوى من المهارات لمواجهة التحديات الطارئة التي قد تسبب الانحراف إلى حالات الملل والاسترخاء أو القلق.

معظم المتدفقين يرون أن الزمن قد بدا لهم كأنه انقضى بسرعة حيث يشعرون بأن الساعات الطوال التي قضاها في المهمة كانت كدقائق معدودات ، لكن في كثير من الأحيان يحدث العكس ، فالبعض يرى

أن هناك منعطفات مهمة احتاجت منهم في الحقيقة إلى لحظات لكنهم أحسوا أنها دقائق أو ساعات طوال ، وهو ما يمكن وصفه بلحظات الذروة التي مرت كأنها دهور .

خلال أداء المهمة يعمل كل من الجسد والعقل معاً كوحدة واحدة للوصول إلى اندماج تام في النشاط ، بحيث يتم استبعاد كل المخاوف والشكوك حول احتمال الإخفاق ، وهكذا تصبح كل الإجراءات التي يقوم بها المتدفق تحدث بشكل عفوي دون عناء وبتلقائية تامة ، ذلك حيث أن الفرد يكون مندمجاً جسدياً وعقلياً في النشاط الذي يقوم به ، ويكون تركيزه موجهاً بالكامل نحو النشاط.

كما يحتاج اللاعبين تغذية راجعة واضحة وفورية وتشمل معرفتهم بما ينبغي لهم القيام به ، فالأفراد أثناء تدفقهم يستقبلون تغذية راجعة فورية وواضحة لتقييم مدى نجاحهم في المهام التي بين أيديهم ويعرف **كورن ستيفانى Korhn Stefan** (٢٠٠٧م) (٣٠) أن الاستمتاع الذاتي بأنه حالة نفسية تتولد عنها تغذية راجعة ملموسة تحافظ على استمرارية الأداء في ظل غياب أي شكل من أشكال المكافأة الخارجية، فالفرد يقوم بالنشاط مقابل الحصول على مكافأة ذاتية داخلية بدلاً عن المكافآت ذات المصدر الخارجي ، في صورة الفرح أو المتعة التي تتبع عن النشاط ذاته.

وترى **فايزة باكير** (٢٠١٢م) (١٧) نقلاً عن **تري مونتسوري** (١٩٧٦م) أن الفرد في هذه الحالة يقوم بالأعمال الصعبة باسترخاء وكأنه في نزهة ، ويتجه إلى هدف العمل الذي يقوم به وإلى متطلباته من تلقاء نفسه ، متحملاً المسؤولية ، وهذه الحالة من التدفق تسهم في الإبداع والحل الفعال للمشكلات ، فالدافعية للعمل متزايدة بالقدر الذي يؤدي إلى الرضا عنه.

تذكر **بريتون كاثرين Breton Catherine** (٢٠٠٨م) (٢٧) أن التدفق لا يحدث فجأة ولكن هناك شروط أو مراحل يتم من خلالها حدوث التدفق النفسي وهي:

- ❖ أهداف واضحة.
- ❖ فرص التركيز على المهمة.
- ❖ التدريب المستمر للمهارات.
- ❖ الشعور بالسيطرة الشخصية الكاملة على الأداء.
- ❖ الشعور بأن هذا النشاط هو مكافأة جوهرية.
- ❖ مهارات عالية وكافية للفعالية المنجزة.

وقد وضع **كسيكسزينتاميهالى Csikszentmihalyi** (١٩٩٠م) (٣٣) ما يقصد بخبرة التدفق ، إذ يرى أن الأنشطة المثالية في قناة التدفق تتحرك خارج إطار القيود والتحديات مع سيطرة المرء على مهاراته التي تحرره من البلادة النفسية والسلوكية.

رشاد **عبدالعزیز موسى** (١٩٩٤م) (٧) ، **منى مختار المرسي** (١٩٩٩م) (٢٤) ، **عطوة المتولي** (٢٠٠٣م) (١٢) ، **أفرتون وسارا وآخرون. Overton & Sara et al** (١٩٩١م) (٣٥)

يتضح من جدول (٧) أنه توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي الميدان.

ويرى محمد علاوي (١٩٩٨م) (٢١) أن الدافعية ليست شيئاً مادياً أي أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة إنما هي حالات في الكائن الحي يستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط الكائن الحي نفسه، وليس معنى هذا أن الدافعية هي نمط السلوك الذي نلاحظه، إنما هي حالة وراء هذا السلوك أي أنها حالة تثير وتنشط وتوجه السلوك نفسه وتعمل على استمراريته.

وتبرز أهمية التدفق في مجال التعليم واكتساب المهارات، حيث يمكن استخدامه كمحفز داخلي في تعليم الاطفال أكثر من استخدامه كوسيلة للضغط والتهديد، كما يفضل استثمار المزاج الإيجابي المصاحب للتدفق لجذب الأطفال إلي التعلم النشط في المجالات التي يستطيعون تنمية كفاءاتهم فيها، بالإضافة إلي أن حالة التدفق تساعد الطفل علي مقاومة الملل والسأم وتشعره بالتحدي في أداء واجباته المدرسية، ومن ثم يتم تعلمه علي نحو أفضل.

ومن الآثار النفسية الايجابية للتدفق الإبداعي، وتنمية التخيل العقلي، وزيادة مستوي الطموح والدافع للإنجاز، وتنمية القدرة علي مواجهة التحديات، وتنمية انفعالية الذاتية وتحمل المسؤولية، وتنمية الثقة بالنفس والاستقلالية بالإضافة إلي خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة.

وألعاب القوى تعتبر احدي الرياضية الأساسية المتميزة نظرا لما تتمتع به من رصيد كبير من الأهمية، ولما تشتمل عليه من مهارات و قدرات متنوعة الأمر الذي جعلها تحتل مكان الصدارة في برنامج الدورات الاولمبية القديمة و تعتبر عروس الدورات الاولمبية الحديثة، و نلاحظ في العصر الحديث التغير السريع في الأرقام القياسية لمسابقات ألعاب القوى، سواء في البطولات العالمية أو الاولمبية و هذا التغيير السريع ما هو إلا صدق التقدم العلمي و التكنولوجي لطرق ووسائل اختيار المتسابقين من الناحية البدنية و الجسمية و الفسيولوجية و النفسية التي تحاول استغلال و تنمية طاقات الفرد.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة مجدي حسن يوسف" (٢٠٠٦) (١٩) ، محمد صديق (٢٠٠٩م) (٢٠) ، "ميثم مطير حميدي" (٢٠١٥م) (٢٥) ، جاكسون وآخرون Jackson et al (١٩٩٦م) (٢٨) جاكسون وآخرون. Jackson et al (٢٠٠١) (٢٩)

يتضح من جدول (٨) أنه توجد علاقة ارتباطية بين محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي الميدان.

ويضيف أسامه راتب (٢٠٠٨م) (٥)، أن معظم اللاعبين الذين يشتركون في المنافسات الرياضية ولديهم قدرات متميزة تزيد عن المهارات البدنية يمتلكون قدرات مدهشة في الإعداد وتهيئه أنفسهم للمنافسة، والقدرة على مواجهه الضغوط، والقدرة على التركيز الجيد، والقدرة على وضع أهداف تستثير التحدي ولكن بصورة واقعية. إنهم يتمتعون بالمقدرة على تصور أنفسهم يؤدون مهاراتهم في المنافسة بدقة ، كما يستطيعون ما يتصورونه على نحو جيد.

ومن الآثار النفسية الايجابية للتدفق الإبداعي، وتنمية التخيل العقلي، وزيادة مستوى الطموح والدافع للإنجاز، وتنمية القدرة علي مواجهة التحديات، وتنمية انفعالية الذاتية وتحمل المسؤولية، وتنمية الثقة بالنفس والاستقلالية بالإضافة إلي خفض الشعور بالخوف والملل واللامبالاة.

كما وأنه يحتاج الانغماس في الأداء إلى أن يحدد الفرد هدفاً واضحاً يسعى من أجل تحقيقه ، فالمتمتع والتدفق لا يمكن تحقيقهم إلا في ظل قيام الفرد باختيار أهداف صعبة تمثل تحدياً فعلياً وفي نفس الوقت قابلة للتحقق من جهة ، ومن جهة أخرى لا بد أن تتسم الأهداف بالوضوح حتى تعمل على تسهيل عملية تركيز الوعي في نشاط محدد، ويساعد وضوح الهدف الفرد على معرفة حدود قدراته ليكون على بينة بالمستويات التي لا يمكنه تجاوزها والتي قد تعرقل عملية التدفق النفسي لديه.

وأشار **فلاتشوبولوس وآخرون Vlachopoulos (٢٠٠٠م)** (٣٨) إلى التدفق النفسي بأنه سمات ذاتية وتوجهات بيئية تضم مكونات معرفية متعددة تشكل الإحساس السيكلوجي بحالة التدفق النفسي منها تحديد الأهداف وإدراك التوازن بين التحديات والمهارات مع زيادة التركيز الذي يتطلب أن يكون لدى اللاعب الرغبة في التدريب والمنافسة التي تؤدي إلى رد فعل ايجابي تجاه النشاط الممارس .

الأستنتاجات والتوصيات:

أولاً : الإستنتاجات .

١- توجد فروق غير دالة احصائياً بين كلا من لاعبي الميدان ولاعبي المضمار في قائمة دافعية الإنجاز .

٢- توجد فروق دالة احصائياً في التدفق النفسي بين عينة البحث من حيث نوع المسابقة (لاعبي الميدان - لاعبي المضمار) لصالح لاعبي الميدان في جميع المحاور (توازن التحدي مع المهارة ، تغذية عكسية واضحة، تغذية عكسية واضحة، التركيز في الأداء ، الإحساس بالتحكم ، الخبرة الذاتية الإيجابية ، الاندماج في الأداء ، فقد الوعي الذاتي ، تحول الوقت) .

٣- توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي الميدان.

٤- توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور قائمة دافعية الإنجاز ، حالة التدفق النفسي لدي لاعبي المضمار.

ثانياً : التوصيات .

١. الأعداد النفسية المستمر لدى لاعبي العاب القوي بدولة الكويت عن طريق استراتيجيات الأعداد النفسي .

٢. مراعاة الفروق النفسية للاعبي العاب القوي بدولة الكويت وذلك أثناء وضع الأهداف وعدم تكليف الأفراد بمهام تفوق قدراتهم حتي لا تكون لها الأثر سلبى علي الدافعية لدي هؤلاء الأفراد.

٣. ضرورة تفهم لاعبي العاب القوي بدولة الكويت بقدراتهم النفسية وإمكاناتهم البشرية ، وتقدير هذه القدرات وإبرازها من قبل المدربين مما يساعد علي زيادة الشعور بالدافعية للإنجاز مما يساعد علي وتحقيق الأهداف.

٤. تقييم الخبرات الناجحة والسلبية للاعبين والاستفادة من هذه الخبرات لتوجيه دافعيتهم للإنجاز نحو تحقيق الأهداف.

٥. يجب الإهتمام بتوضيح أن المعيار الحقيقي للنجاح هو مقدار بذل الجهد .

٦. أهمية اتباع الأسلوب العلمي واستخدام الإحصاء النفسي لإرشاد اللاعبين والمدربين بالقدرات النفسية للاعبي العاب القوي بدولة الكويت.

٧. ضرورة اجراء دراسات تجريبية عن البرامج النفسية التي يمكن من خلالها زيادة الشعور بالدافعية للإنجاز ، التدفق النفسي لدي لاعبي العاب القوي بدولة الكويت.

قائمة المراجع :

أولاً: المراجع العربية.

- ١- إبراهيم المتولي احمد(٢٠٠٧): دافعية الانجاز الرياضي وعلاقته بقلق المباراة لدى ناشئي كرة القدم"، العدد٧٣، الجزء الثاني ، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الزقازيق.
- ٢- أحمد احمد سيد البهاص(٢٠١٠): التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الانترنت (دراسة سيكو مترية - إكلينيكية)، المؤتمر السنوي الخامس عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس
- ٣- أسامة إبراهيم(٢٠١٤): تنمية دافع الانجاز (دراسة تجريبية) على عينة من طلاب المرحلة المتوسطة بالرياض، رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود، كلية التربية.
- ٤- اسامة كامل راتب ، ابراهيم عبد ربة خليفة(١٩٩٩): النمو والدافعية في توجيه النشاط الحركي للطفل ، والأنشطة المدرسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
- ٥- أسامة كامل راتب (٢٠٠٨): علم نفس الرياضة - المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- أمال عبدالسميع أباطة(٢٠١١): الكمالية السوية والعصابي ١، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ٧- رشاد عبدالعزيز موسى(١٩٩٤): دراسات وبحوث علم النفس الدافعي، دار النهضة العربية.
- ٨- زكي محمد حسن(٢٠٠٦): التفوق الرياضي ، المكتبة المصرية ، الإسكندرية ، مصر .
- ٩- سعد الدين الشرنوبى(١٩٩٨): مسابقات الميدان والمضمار(العدو- المسافات المتوسطة - اختراق الضاحية - دفع الجلة - الوثب العالي) ، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية ، القاهرة .
- ١٠- شفيق علاونة(٢٠٠٤): الدافعية. دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.
- ١١- صفاء الأعسر وآخرون.(٢٠٠٠): الذكاء العاطفي، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت.

- ١٢- عطوة المتولي عطوة (٢٠٠٣): علاقة دافعية الانجاز بقلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ١٣- عماد الزغول (٢٠١٢): مبادئ علم النفس التربوي، الإمارات العربية المتحدة- العين: دار الكتاب الجامعي .
- ١٤- عويد سلطان (١٩٩٣): دراسات في الفروق بين الجنسين في الرضا المهني، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.
- ١٥- عويس على الجبالي (١٩٩٨): سلسلة المناهج النمطية منهاج ألعاب القوى، المجلس الأعلى للشباب والرياضة ، الإدارة المركزية لإعداد القادة ، القاهرة.
- ١٦- فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٣): اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
- ١٧- فائزة باكير (٢٠١٢): تصميم برنامج تدريسي لمادة النحو وفق نظرية التدفق في الصف الأول الثانوي، دراسة تجريبية في ثانويات محافظة دمشق، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة دمشق.
- ١٨- فتحي مصطفى الزيات (٢٠٠١): علم النفس المعرفي دراسات وبحوث، القاهرة، دار النشر للجامعات.
- ١٩- مجدى حسن يوسف (٢٠٠١): فينومينولوجيا التدفق النفسى فى المجال الرياضى، مؤسسة الرياضة ودار الوفاء لنديا الطباعة ،الإسكندرية الطبعة الاولى.
- ٢٠- محمد السيد صديق (٢٠٠٩): التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات ، دراسات نفسية معهد الدراسات النفسية والتربوية ، العدد الثاني ، القاهرة.
- ٢١- محمد حسن علاوي (١٩٩٨): مدخل فى علم النفس الرياضى ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٢- محمد حسن علاوي (٢٠٠٠): الدافعية للإنجاز، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.
- ٢٣- مصطفى حسين باهى، أمينة ابراهيم شلبي (١٩٩٩): "الدافعية (نظريات وتطبيقات)، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٤- منى مختار المرسي (٢٠٠٠): بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين (دراسة تحليلية مقارنة)، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان.
- ٢٥- ميثم مطير حميدي (٢٠١٥): التدفق النفسي وعلاقته بالتوجه الدافعي للاعبي كرة القدم بالدوري الممتاز بالعراق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنات ، الاسكندرية.
- ٢٦- وائل مختار (٢٠٠٩): إدارة وتنظيم المكتبات ومراكز المعلومات، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.

ثانيا : المراجع الأجنبية .

- 27- **Breton, Catherine. (2008):** "Flowing together "Positive Psychology Daily News Journal of the American Society for Horticultural Science 126 (6), 668-675.
- 28- **Jackson, S.A.& Marsh, H.W. (1996):** Development and Validating of a scale to measure optimal experience: The flow State Scale. Journal of sport and exercise psychology, Volume 18.
- 29- **Jackson, Thomas ,Marshand Smethur. (2001):** Relationships between Flow,Self-concep Journal of Humanities and Social Science (JHSS), Vol. 4, Issue 1, Pp: 17-19.
- 30- **KorhnStefan,july. (2007):** propensity And Attainment Of Flow State, Submitted To Satisfy The Requirement For The Doctor Of Philosophy By Research, School Of Human Movement And Performance Of Faculty Of Human Development, Victoria University.
- 31- **Kristian, Kiili. (2006):** Evaluations of Anexperientili Gaming Model, An Interdisciplinary Journal Humans in ICT Environments Volume 2 (2), 87-201
- 32- **Marshand S. Jackson, Thomas. (2001):**Relationships between Flow,Self-concep Journal of Humanities and Social Science (JHSS), Vol. 4, Issue 3, Pp: 15-17.
- 33- **MihalyCsikszent mihalyi. (1990):** flow the psychology of optimal Experience harper ROW. ISBN 978-0-06-016253-5
- 34- **Mihalycsikszent mihalyi. Sami Abuhamdeh &Jeanne Nakamuura. (2005):** Flow A general Context for a concept of mastery motivation, Handbook of cometenec and motivation New York: Guilford PRESS
- 35- **Overton, Sara, R.and Others. (1991):** Achievement motivation coping processes and sports participation of athletes with physical Handicaps, Michigan State Uni .,Washington.

- 36- **Pongoh, Sophia. (2014):** The Effect of Principal Leadership and Achievement Motivation on Teaching Competence of Public School Teacher in Manado City. Journal of Education and Practice, Vol. 5, no. 1.
- 37- **Singer, K. (2006):** An evaluation of the effectiveness of neuron feedback on flow ,anxiety, and performance of a highly ranked Journal of Humanities and Social Science (JHSS), Vol. 2, Issue 1, Pp: 13-17.
- 38- **Vlachopoulos S.P., Karageorghis, C.I., & Terry, P.C. (2000):** Hierarchical confirmatory factor analysis of The flow state scale in an exercise. Journal of sport sciences ,Creativity Research Journal, Volume 5.
- 39- **Yaman, Hakan & DüNDAR, Sefa & Ayvaz, Ülkü. (2015):** Achievement motivation of primary mathematics education teacher candidates according to their cognitive styles and motivation styles. International Electronic Journal of Elementary Education. Vol. 7, No. 2.