الرضـا المهنى وفاعلية الذات كعوامـل منبئة بالتدفـق النفسـى لدى معلمـات الإقتصـاد المنزلى

إسراء عبد الفتاح عبد العظيم عمران

معيدة بقسم الاقتصاد المنزلى والتربية – كلية الاقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية

أ.د/ جمال على خليل الدهشان

أستاذ أصول التربية وعميد كلية التربية – كلية الإقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية.

أ.د/ منى عبد الرازق أبو شنب

أستاذ ورئيس قسم الإقتصاد المنزلى والتربية.

د.سلوى سعيد عبد الغنى ناصر

مدرس بقسم الإقتصاد المنزلى والتربية – كلية الإقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية.

المجلة العلمية المحكمة لدراسات وبحوث التربية النوعية

المجلد الخامس– العدد الأول– مسلسل العدد (٩)– يناير ٢٠١٩

رقم الإيداع بدار الكتب ٢٤٢٧٤ لسنة ٢٠١٦

ISSN-Print: 2356-8690 ISSN-Online: 2356-8690

موقع المجلة عبر بنك المعرفة المصري https://jsezu.journals.ekb.eg

البريد الإلكتروني للمجلة E-mail JSROSE@foe.zu.edu.eg

الرضـــا المهنى وفاعلية الذات كعوامـل منبئة بالتدفـق النفســى لدى معلمــات الإقتصــاد المنزلى

أ.د/ جمال على خليل الدهشان
أستاذ أصول التربية وعميد كلية التربية – كلية الإقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية.

أ.د/ منى عبد الرازق أبو شنب
أستاذ ورئيس قسم الإقتصاد المنزلى والتربية.

د.سلوى سعيد عبد الغنى ناصر
مدرس بقسم الإقتصاد المنزلى والتربية – كلية الإقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية

إسراء عبد الفتاح عبد العظيم عمران
معيدة بقسم الاقتصاد المنزلى والتربية – كلية الاقتصاد المنزلى – جامعة المنوفية

ملخص البحث:

يهدف البحث إلى محاولة التنبؤ بالتدفق النفسى فى ضوء كل من الرضا المهنى وفاعلية الذات. وتم اختيار عينة من معلمات الاقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية. واقتصر البحث على عينة مكونة من (٣٠٠) معلمة من معلمات الاقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية. واستخدمت الباحثة المنهج الوصفى التحليلى. وتمثلت الأدوات فى مقياس الرضا المهنى ومقياس فاعلية الذات ومقياس التدفق النفسى. وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى في مقياس التدفق النفسي لصالح الأقل خبرة. ووجود فروق في متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى فى مقياس التدفق النفسي ترجع الي نوع المدرسة لصالح معلمات المدارس الخاصة. وعدم وجود فروق بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى (حسب نوع المرحلة) بالنسبة للتدفق النفسي ككل وللأبعاد الفرعية أي أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي ترجع الي اختلاف نوع المرحلة. وعدم وجود فروق بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى (حسب المؤهل) بالنسبة للتدفق النفسي ككل وللأبعاد الفرعية أي أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي ترجع الي اختلاف المؤهل الدراسي. كما يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لدى عينة البحث فى ضوء مستوى الرضا المهني. ويمكن أيضاً التنبؤ بالتدفق النفسى لدى عينة البحث فى ضوء مستوى

فاعلية الذات. ووفقا لنتائج البحث قدمت الباحثة بعض المقترحات والتطبيقات التربوية التي يمكن أن تسهم في تنمية التدفق النفسي لدى معلمات الاقتصاد المنزلي وتحسين مستوى الرضا المهني وفاعلية الذات لديهن .

المقدمة:

يعد المعلم من أهم القوى البشرية التى تساهم بشكل كبير فى تقدم الشعوب والأمم فهو عصب العملية التعليمية والتربوية. الأمر الذى جعل الدول على اختلاف فلسفاتها وأهدافها تولى الارتقاء بمستوى أداء المعلم كل اهتمامها وعنايتها، سواء من حيث تحسين ظروفه المادية، أو من خلال تأهيله وتدريبه قبل الخدمة وأثناءها على الأساليب الحديثة فى التدريس والتقويم بما يجعله العنصر الفاعل فى العملية التعليمية داخل الصف **(سباق، ٢٠١٧ ، ص٢٣)**.

ويصل المعلم إلى أقصى مستويات العطاء والكفاءة والإبداع، من خلال ما يسمى "بالتدفق النفسى" الذى يعد حالة مختلفة من الإيجابية المطلقة والإنتاجية المثمرة تتحقق عندما يكون المعلم منهمكاً بكل كيانه فى مهمة تثير دوافعه الذاتية الداخلية، ومهنة التدريس تعتبر مهمة مناسبة لظهور مثل هذه الخبرة المميزة، فهى تحمل كل الصفات التى تسمح لظهور بعض عناصر التدفق النفسى إن لم نقل كلها، والتى عددها **Csikszentmihalyi, (1990)** فى تسع نقاط هى:- وضوح الأهداف، الاندماج والتركيز، فقدان الاحساس والوعى بالذات، تشوه الاحساس بالوقت، تغذية راجعة فورية، التوازن بين التحدى والقدرة، الاحساس بالقدرة على ضبط الموقف والنشاط، الإثابة الذاتية الداخلية، حصر الوعى فى النشاط **(البهاص، ٢٠١٠، ص٢٩)**.

وتمثل حالة التدفق النفسى ظاهرة إيجابية فى مجال علم النفس الإيجابى فهى حالة نفسية داخلية تجعل الفرد يشعر بالإندماج مع ما يقوم به والتركيز التام فيه والاندفاع بحيوية نحو الأنشطة مع احساس عام بالنجاح فى التعامل مع هذه الأنشطة وباعتبار المعلم نموذج مناسب لدراسة مثل تلك الحالة النفسية، لأنه هو همزة الوصل بين المعرفة والطلبة، لذا يفترض اتسامه بمستويات معقولة من الخصائص الإيجابية على رأسها التدفق النفسى **(الشيخ٢٠١٥، ص ٣)**.

وحيث أن العمل هو أهم الطرق التى بواسطته يتم اندماج الفرد فى الجماعة والمجتمع، بل أن الرضا المهنى يعتبر أحد مكونات السعادة، والرضا عن الحياة بشكل عام، أى أن الأفراد الذين

لديهم عمل أكثر سعادة من الأفراد غير العاملين وهذه الحقيقة تدفع إلى الاعتقاد بأن للرضا المهنى علاقة مباشرة بالإنتاجية **(الزيدان، ٢٠١٤: ص٢)**.

وفي هذا الصدد تظهر أهمية الرضا المهني لمعلمة الاقتصاد المنزلي حيث يذكر (سلمان، ٢٠١٢:٣) أن الفرد الراضي عن مهنته في همة ونشاط يكون سعيداً بها مما يزيد من كفايته الإنتاجية، أما عدم الرضا عن مهنته يكون غير متوازن انفعالياً ويظهر الكثير من مظاهر الضجر والملل كما أنه من الصعب أن يتكيف مع عمله.

ولذا يعد الرضا المهنى للمعلم جانباً مهماً فى حياته العملية، نظراً لما له من معنوية جمة تعود بالنفع على الفرد المعلم نفسه، أو على تلاميذه ومدرسته التى يعمل فيها أو حتى مجتمعه ككل **(الشمرى، ٢٠١٦: ص٤٢٣)**.

وتمثل حالة التدفق بالمعنى الذى توصف به فى أدبيات علم النفس الإيجابى الخبرة الإنسانية المثلى المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة بصفة عامة، لكونها حالة تعنى فناء الفرد فى المهام والأعمال التى يقوم بها فناءاً تاماً ينسى به ذاته على أن يكون ذلك مقترناً بحالة من النشوة والابتهاج والصفاء الذهنى الدافع له باتجاه المداومة والمثابرة **(العبيدى، ٢٠١٦، ص١٩٨)**.

فتلك المداومة والمثابرة ترتبطان بمفهوم من أكثر المفاهيم النظرية والعلمية أهمية فى علم النفس الحديث وهو فاعلية الذات الذي وضـــعه باندورا "Bandura" تحت اســـم توقعات فاعلية الذات Self-Efficacy Expectations أو معتقدات الفرد عن قدراته لينجز بنجاح ســـلوكاً معيناً، أو مجموعة من السلوكيات، وهذه المعتقدات تؤثر على سلوك الفرد، وأدائه، ومشاعره **(أبو غالى، :٢٠١٢، ص ٦٢٥)**.

مشكلة البحث: انطلاقاً مما سبق يمكن تحديد مشكلة البحث التساؤل الرئيس التالى:

ما امكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال متغيرى الرضا المهنى وفاعلية الذات لدى معلمات الإقتصاد المنزلى؟

وللإجابة عن هذا السؤال الرئيسى يمكن صياغة التساؤلات الفرعية الأتية:

١. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لسنوات الخبرة؟
٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المدرسة؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المرحلة؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى للمؤهل.
٥. هل يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال الرضا المهنى.
٦. هل يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال فاعلية الذات.

أهداف البحث: يهدف البحث الحالي إلى:-

١.تحديد الفروق بالتدفق النفسى وفقاً لمتغيرات (سنوات الخبرة، نوع المدرسة، نوع المرحلة، المؤهل).

٢.محاولة التنبؤ بالتدفق النفسى فى ضوء كل من الرضا المهنى وفاعلية الذات.

أهمية البحث: تكمن أهمية البحث فيما يلى:

أولاً: الأهمية النظرية:

-تنبع أهمية البحث الحالى من أهمية المفهوم الذى يتصدى للبحث عنه، وهو التدفق النفسى Psychological Flow، وما ينطوى عليه من تضمينات تربوية وبحثية خاصة فيما يتعلق بينه وبين مفهومين من المفاهيم المحورية فى علم النفس، وهما الرضا المهنى وفاعلية الذات لدى معلمة الإقتصاد المنزلى مما يعزز الدراسات والأبحاث النفسية فى علم النفس التربوى والصحة النفسية فى المجتمع المصرى، ونظراً لأهمية دور المعلم فى تنمية وتطوير المجتمع، ولما يؤديه التدفق النفسى من آثار ايجابية على المعلم وفاعليته ونوعية الخدمات التى يستطيع أن تقدمها لتلاميذها.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

-قد تفيد نتائج هذا البحث فى إعداد برامج ارشادية لتحسين مستوى الرضا والمهنى وفاعلية الذات وكذلك دورات تدريبية لتنمية الشعور بالتدفق النفسى لدى معلمات الإقتصاد المنزلى مما يساهم فى تطوير العملية التعليمية بشكل عام، بالإضافة إلى صياغة بعص التوصيات والمقترحات التى من شأنها تطوير الأداء المهنى للمعلمين.

-كما تتحدد أهمية البحث فى محاولة إعداد مقياس للتدفق النفسى لمعلمات الإقتصاد المنزلى خاصة مع الندرة الشديدة للمقاييس المتاحة فى المكتبات العربية.

مصطلحات البحث:

الرضا المهنى Job Satisfaction:

تعرفه الباحثة بأنه "حالة من الارتياح المهنى لدى معلمة الاقتصاد المنزلى والذى تتضمن الشعور بالارتياح النفسى الذى يعكس اتجاهاتها الإيجابية السارة نحو العمل مع الطالبات، وذلك بقدر اتفاق هذا العمل مع ميولها المهنية ودوافعها الذاتية، وبقدر ما يحقق لها من القبول الشخصى والذاتى، والاجتماعى، والمادى، والأدائى، والإنسانى، والمستقبلى مما يساعدها على النجاح فى هذا العمل والاستمرار فيه. ويقاس إجرائياً بالدرجة الكلية التى تحصل عليها المعلمات من خلال إجابتهن على مفرادات مقياس الرضا المهنى (إعداد الباحثة).

فاعلية الذات Self-Efficacy :

تتبنى الباحثة تعريف **سلمان (٢٠١٢، ص٦)** حيث "أن فاعلية الذات تشير إلى اعتقادات الفرد فى قدراته على تنظيم وتنفيذ الأعمال التى تتطلب أنواع محددة من الأداء". ويقاس إجرائياً بالدرجة الكلية التى تحصل عليها المعلمات من خلال إجابتهن على مفرادات مقياس فاعلية الذات المستخدم فى الدراسة الحالية **إعداد (سلمان،٢٠١٢).**

التدفق النفسى Psychological Flow:

تعرفه الباحثة بأنه حالة تتمثل بالاستغراق والانغماس والسرعة والدقة فى أداء عمل ما للوصول إلى أعلى مستوى من الأداء ترافقها حالة من الشعور بالسعادة والاستمتاع الشخصى وانخفاض الاحساس بالزمان والمكان ونسيان الذات عند قيام معلمة الإقتصاد المنزلى بالعمل.

ويقاس إجرائياً بالدرجة الكلية التى تحصل عليها المعلمات من خلال إجابتهن على مفرادات مقياس التدفق النفسى (إعداد الباحثة).

حدود البحث: اقتصرت الدراسة الحالية على الحدود التالية:

١- **الحدود الموضوعية:** يتحدد هذا البحث فى موضوعه الذى يقتصر على البحث فى الرضا المهنى وفاعلية الذات كعوامل منبئة بالتدفق النفسى.

٢- **الحدود البشرية:**- تقتصر عينة البحث على معلمات الإقتصاد المنزلى.

٣- **الحدود المكانية:**- تمثلت الحدود المكانية فى مديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية

٤- **الحدود الزمانية:**- ترتبط الحدود الزمنية بفترة تطبيق هذا البحث فى الفصل الدراسى الثانى من العام الجامعى ٢٠١٨:٢٠١٩م

الإطار النظرى والدراسات السابقة:

أولاً: الرضا المهنى

يعرف **الشـــيخ وشـــرير (٢٠٠٨: ص ٦٨٧)** الرضـــا المهنى للمعلم على أنه "مجموعة العوامل النفســـية والاجتماعية والمهنية والمادية التى يترتب عليها الحالة الانفعالية الســـارة التى تحقق الاشباع للمعلم وتجعله راضياً عن مهنته".

كما تعرف دراســة **أبو زيد (٢٠١٧: ص١٥)** الرضــا المهنى بأنه الحالة التى يصــل فيها المعلم إلى التكامل مع عمله والتفاعل مع وظيفته من خلال طموحه الوظيفى، ورغبته فى التقدم والنمو وسعيه إلى تحقيق أهدافه الشخصية والاجتماعية وأهداف المدرسة التى يعمل بها، وشعوره بالرضا عن علاقته بالإدارة، وطبيعة الاشراف التربوى، ونظام الحوافز والرواتب، والرضا عن دوره الاجتماعى، وتقديره لمهنته

أهمية الرضا المهني للفرد:

- **القدرة على التكيف مع بيئة العمل:** حيث أن الوضعية النفسية المريحة التى تتمتع لها الموارد البشرية تعطيها إمكانية أكبر للتحكم فى عملها وما يحيط به.

- **الرغبة فى الابداع والابتكار:** فعندما يشعر الفرد بأن جميع حاجاته المادية وغير المادية مشبعة بشكل كافى، تزيد لديه الرغبة فى تأدية الأعمال بطريقة مميزة.
- **مستوى الطموح والتقدم:** فالموارد البشرية التى تستمتع بالرضا المهنى تكون أكثر رغبة فى تطوير مستقبلها الوظيفى.
- **الرضا عن الحياة بصفة عامة:** حيث أن المزايا المادية وغير المادية التى توفرها الوظيفة للفرد تساعد على مقابلة متطلبات الحياة.
- القدرة على تحقيق التلاؤم والتوافق مع بيئة العمل.
- الرغبة على الانجاز وتحسين الأداء **(أبو العينين، ٢٠١٧: ١٧).**

مظاهر الرضا المهنى: يمكن أن يستدل على الرضا المهنى من خلال بعض المظاهر التى تتصل بسلوك الأفراد فى العمل، ويمكن تسمية هذه المظاهر بنواتج الرضا عن العمل أو مؤشرات الرضا المهنى وهى:

١-**الإنتاجية المرتفعة:** العلاقات الإنسانية الفعالة تعنى دائماً إنتاجية مرتفعة من جانب العاملين وهذه الكفاية الإنتاجية ترجع لزيادة إحساس العاملين بالانتماء للمؤسسة وحرصهم على مصلحتها، وترجع أيضاً إلى إحساس العاملين بقيمة ما يقومون به من عمل وشعور العاملين بأن إدارة المؤسسة تعمل دائماً على حل مشكلاتهم ومشكلات العمل لزيادة الإنتاج وتحقيق جودته **(عباس، ٢٠١٧: ص٧٢)** وذلك ما أكدته دراسة **المحتسب (٢٠٠٥)** والتى هدفت إلى التعرف على مدى تأثير الرضا المهنى على كل من الإنتاجية والولاء وأشارت النتائج إلى أن هناك علاقة إيجابية بين الرضا المهنى وكل من الإنتاجية والولاء. وفى هذا الصدد أكدت دراسة **الشهري (٢٠٠٤)** بعنوان " الرضا المهنى وعلاقته بالإنتاجية على وجود علاقة موجبة ودالة احصائياً بين مستوى الرضا المهنى ومستوى الإنتاجية بالإضافة إلى أن الإنتاجية تتأثر بمحيط العمل.

٢-**انخفاض نسبة منازعات العمل:** لا شك أنه فى ظل علاقات إنسانية فعالة يستطيع العاملون إشباع حاجاتهم الفسيولوجية وحاجاتهم النفسية والاجتماعية مما يسبب لهؤلاء العاملين قدراً من الرضا والاستقرار فتقل المنازعات داخل العمل سواء بين العاملين بعضهم البعض أو بينهم وبين رؤسائهم فى المؤسسة **(سلمان، ٢٠١٢: ص٤٠)**

٣-**انخفاض درجة مقاومة التغيير**: فى ظل العلاقات الإنسانية الجيدة ورضا العاملين عن عملهم، عادة ما يهم القادة فى المؤسسة التعرف على اعتراضات العاملين ومخاوفهم بالنسبة للتغيير الذى سيحدث، ومحاولة طمأنة العاملين وإعدادهم وتهيئتهم لاستقبال التغيير والتعامل معه **(الشمرى، ٢٠١٣: ص٤٧)**.

٤-**قلة الشكوى من جانب العاملين**: تعبر الشكوى والتظلمات عن حالة التذمر أو عدم الرضا عند الفرد نحو المنظمة وقد يكون هذا التظلم فردياً أو جماعياً، وليس من الضرورى أن تكون الشكاوى نتيجة سوء الإدارة وإنما قد تكون نتيجة لما قد يسود الجماعة من توتر داخلى **(أبو الروس، ٢٠١٥: ص١٥)**.

٥-**قلة التغيب**: هناك فرق بين مصطلحي التغيب والغياب، فالتغيب مفهوم يحوى توفر الإدارة الفردية فى الانقطاع عن العمل، أى عدم حضور الشخص إلى العمل رغم أنه مدرج فى جدول الأعمال، أما الغياب فهو مصطلح معناه الغياب بسبب خارجى عن إرادة الفرد **(أبو زيد، ٢٠١٧: ص٣٣)**.

المحور الثانى: فاعلية الذات

يرى **Gakiroglu *et al.*, (2005: p3)** أن فاعلية الذات عند المعلم هى الحكم على مهاراته التى تعمل على تحقيق نتائج مرغوبة، تتمثل فى التعلم والالتزام عند الطلاب، خاصة أولئك الذين يعانون من مشكلات دراسية، وانخفاض فى الدافعية.

كما تعرفها دراسة **السعدى (٢٠١٧: ص٣٨)** بأنها "اقتناع الفرد حول قدرته لتحريك الدوافع ومصادر المعرفة من أجل تنفيذ المهمات والأهداف بنجاح"

مظاهر فاعلية الذات: إن فاعلية الذات يظهر تأثيرها بشكل واضح من خلال أربع عمليات أساسية وهى العملية المعرفية والدافعية والوجدانية وعملية اختيار السلوك ويتضح ذلك فيما يلى:

١)**العملية المعرفية**: إن آثار فاعلية الذات على العملية المعرفية تأخذ أشكالاً مختلفة فهى تؤثر على كل من الأهداف التى يضعها الفرد لنفسه وكذلك فى السيناريوهات التوقعية التى يبنيها، فالأفراد ذوو فاعلية الذات المرتفع يتصورون سيناريوهات النجاح التى تزيد من أدائه وتدعمه

بينما الأفراد ذوو فاعلية الذات المنخفضة دائماً يتصورون سيناريوهات الفشل ويفكرون فيها **(يوسف، ٢٠١٣: ص١٧٤)**.

٢) **العملية الدافعية:** إن اعتقادات الأفراد لفاعلية الذات تساهم فى تحديد مستوياتهم الدافعية، ففاعلية الذات تحدد الأهداف التى يضعها الأفراد لأنفسهم، وكمية الجهد المبذول فى مواجهتها أو حلها، ودرجة إصرار الأفراد ومثابرتهم عند مواجهة تلك المشكلات فالأشخاص مرتفعو الفاعلية يبذلون جهداً عظيماً عند فشلهم لمواجهة التحديات **(المزين، ٢٠١٥: ٥٤)**.

٣) **العملية الوجدانية:** تؤثر اعتقادات فاعلية الذات فى كم الإحباطات والقلق التى يتعرض لها الأفراد فى مواقف الحياة، حيث إن الأفراد ذوى الإحساس المنخفض بفاعلية الذات أكثر عرضه للقلق حيث يعتقدون أن المهام تفوق قدراتهم وسوف يؤدى ذلك بدوره إلى زيادة مستوى القلق لاعتقادهم بأنه ليس لديهم المقدرة على الإنجاز التى تحقق الرضا الشخصى فى حين أن إدراك فاعلية الذات المرتفع ينظم الشعور بالقلق والانسحاب من المهام الصعبة عن طريق التنبؤ بالسلوك المناسب فى موقف ما (يوسف، ٢٠١٦: ٤٠). وهذا ما أثبتته دراسة **المشيخى (٢٠٠٩)** التى هدفت إلى معرفة العلاقة بين قلق المستقبل وفاعلية الذات، وكان من أهم نتائجها وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات العينة فى قلق المستقبل ودرجاتهم فى فاعلية الذات.

٤) **عملية اختيار السلوك:** فاعلية الذات تؤثر على عملية انتقاء السلوك، ومن هنا فإن اختيار الأفراد للأنشطة والأعمال التى يقبلون عليها مرهون بما يتوافر لديهم من اعتقادات ذاتية فى قدراتهم على تحقيق النجاح فى عمل محدد دون غيره، فالأفراد ذوى الإحساس المنخفض بفاعلية الذات ينسحبون من المهام الصعبة التى يشعرون أنها تشكل تهديداً لهم فى حين الأفراد ذوى فاعلية الذات المرتفع يرون الصعوبات تحدياً يجب التغلب عليه وليس تهديداً يجب تجنبه، بالإضافة أنهم يتخلصون بسرعة من آثار الفشل **(الجوهرى، ٢٠١٧: ٥٢)**.

الخصائص العامة لفاعلية الذات:

يشير **يوسف (٢٠١٦ص٣٨)** إلى أنها مجموعة الأحكام والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الفرد وإمكاناته ومشاعره، كما أنها بوجود قدر من الاستطاعة سواء أكانت فسيولوجية أم

عقلية أو نفسية بالإضافة إلى توافر الدافعية فى الموقف، وى عبارة عن توقعات الفرد للأداء فى المستقبل.

وتضيف دراسة **بسيونى (٢٠١٦، ص٥٩)** أن فاعلية الذات ليست سمة ثابتة أو مستقرة فى السلوك الشخصى بل هى مجموعة من الأحكام لا تتصل بما ينجزه الشخص فقط ولكن بالحكم على ما يستطيع إنجازه أيضاً وأنها نتاج للقدرة الشخصية، كما أنها تنمو من خلال تفاعل الفرد مع البيئة ومع الآخرين، كما تنمو بالتدريب واكتساب الخبرات المختلفة.

فى حين ترى دراسة **الجوهرى (٢٠١٧: ص٤٦)** أن فاعلية الذات تتحدد بالعديد من العوامل مثل صعوبة الموقف، كمية الجهد المبذول، مدى مثابرة الفرد، وأنها ليست مجرد إدراك أو توقع فقط، ولكنها يجب أن تترجم إلى بذل جهد وتحقيق نتائج مرغوب فيها.

المحور الثالث: التدفق النفسى

تشير دراسة **باظة (٢٠١٢ (ب): ص١٤٩)** إلى أن التدفق يطلق على الانشغال الإيجابى بمتغيرات البيئة فى صورة نشاط ويكون النشاط هدفاً فى حد ذاته لتحقيق البهجة والسعادة لدى الفرد بالتدفق. كما أن التدفق يعتبر الغاية الأكبر من توظيف الانفعالات فى خدمة النشاط والتعرف على البيئة.

كما تتفق كل من دراسة كلا من **عبد المجيد (٢٠١٧: ص٥٢) و حمزة (٢٠١٨: ص٢١)** بأنه حالة من نسيان الذات، والاستغراق التام فى فى أداء المهمة، والشعور بتوقف الزمن وغياب الوعى بالمكان وما يدور حوله بالبيئة الخارجية، والشعور بالاستمتاع والابتهاج لإنجاز المهمة والتقليل من الاضطرابات الانفعالية وتأدية الفعل دون أى مجهود.

فوائد التدفق النفسى: إن لخبرة التدفق فوائداً وآثاراً إيجابية عديدة للفرد منها ما يلى:

١. عندما يبلغ الفرد خبرة التدفق، فإنه يسيطر على التحديات التى تواجهه فى المهام المختلفة، ويقوى المهارات الموجودة لديه، كما يعمل على تطوير مستويات أعلى من مهاراته؛ فتصبح له قدرات وطاقات مناسبة للعمل.

٢. توفر خبرة التدفق نظام لتحديات متدرجة قادرة على مواءمة استمتاع الفرد المستمر بالنشاط الذى يؤديه، وتدعمه **(Dellefave & Massimini, 2005: P323)**. وتؤكد هذه الفوائد

دراسة **Kelly & Bauer, (2004)** للتعرف على العلاقة بين أبعاد حالة التدفق النفسى وكلا من الأداء والحالة المزاجية لدى العاملين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين كل من المهارة العالية والقدرة على التحدى وبين الحالة المزاجية لدى العاملين، كما سعت دراسة **Jhon & Evans, (2010)** إلى الكشف عن العلاقة بين أبعاد التدفق النفسى وكل من الأداء والحالة المزاجية لدى عينة من المراهقين، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين كل من التحدى والحاجة إلى الإنجاز وبين الحالة المزاجية والاندماج فى التدفق.

٣. يعمل التدفق على إيجاد حالة من الرضا الداخلى، والشعور بالسعادة والمتعة، وينمى الابتكار، والتأثير الإيجابى، والشعور بالسيطرة على المهام لدى الأفراد، حيث إن الخبرة التى تكون ممتعة لابد وأن تؤدى إلى أثر إيجابى وسعادة على المدى البعيد **(عبد الرازق، ٢٠١٤، ص٦٣:٦٤)**.

وهو ما أثبتته دراسة **Collins, *et al.*, (2009)** بعنوان "التدفق والسعادة فى الحياة"، حيث توصلت نتائجها إلى وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين التدفق بالإيجابية والرضا عن الحياة والسعادة، وأكدت ذلك دراسة **Admiraal, (2011)** والتى هدفت إلى التعرف إلى تجربة ألعاب الإنترنت بعلاقتها بالتفاعل الإجتماعى والسعادة، وتوصلت نتائجها إلى أن التدفق النفسى خلال ممارسة الألعاب كان له أثر فى تحقيق المتعة والسعادة والتفاعل الإجتماعى.

٤. تؤدى خبرة التدفق إلى تحسين الأداء، حيث وجد الباحثون أن التدفق يعزز الأداء فى مختلف المجالات بما فيها التعليم، والرياضة، والإبداع الفنى **(حرب، ٢٠١٥: ص١١٥)**. وهو ما أثبتته دراسة **Chu & Lee, (2012)** عن أن خبرة التدفق تؤثر تأثيراً إيجابياً على الأداء الوظيفى للمعلمين وذلك فى دراسة بعنوان "العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية (الانبساطية، يقظة الضمير، المقبولية، العصابية) وكل من الأداء الوظيفى لدى المعلمين وخبرة التدفق لديهم.

٥. يؤدى التدفق إلى مزيد من التعلم؛ فوضوح الأهداف أمام الطلاب، والتغذية الرجعية المستمرة والفورية والواضحة تؤدى إلى مزيد من الدوافع الذاتية اللازمة لمشاركة الطلاب فى أداء المهام وتواصلهم فى النشاط، والدافعية للإنجاز، والشعور بتقدير الذات، كما يصبحوا فى حالة نفسية أكثر إيجابية **(خليفة، ٢٠١٦: ص١٧)**. وهو ما أكدته دراسة **محجوب (٢٠١٦)** حيث كشفت

عن العلاقة الموجبة الدالة إحصائياً بين الدافعية للإنجاز والتدفق النفسى لدى لاعبى ألعاب القوى.

خصائص الشخص المتدفق: تشير دراسة **العطار (٢٠١٤:ص ٥٧)** أن هناك بعض الصفات التى يجب أن يتصف بها الشخص المتدفق وهى:

- الوضوح: فالفرد المتدفق يعرف تماماً ماذا يريد، وله هدفاً محدداً يسعى لتحقيقه من خلال خطة محددة.
- التقدير (القياس): أى قدرة الفرد على تقييم مدى تقدمه نحو تحقيق الأهداف.
- التركيز: وهو قدرة الفرد على الانشغال بما يتم عمله، ووعيه بالأهداف والأنشطة المطلوبة.
- فعالية الذات: أى اعتقاد الفرد المتدفق بأن لديه إختيارات عديدة، ويمكنه التحكم فى حياته، وأنه ليس ضحية لبيئته.
- الإلتزام: أى قدرة الفرد المتدفق على إلزام نفسه أن يؤدى سلوكاً إيجابياً يرتبط بتحقيق الأهداف المطلوبة.
- التحدى: أى رغبة الفرد فى البحث المستمر عن التحديات الجديدة، وأن يضع باستمرار أهدافاً واضحة ومتطورة.

تعقيب: ونستخلص من العرض السابق للإطار النظرى والدراسات السابقة ما يلى:

١. استخدمت معظم الدراسات السابقة المنهج الوصفى وهو المنهج المناسب، وهو ما استخدمته الباحثة فى بحثها الحالى.
٢. تتشابه معظم الدراسات السابقة فى طريقة جمع البيانات، كما أن معظم هذه الدراسات قامت على بناء المقياس.
٣. اتفق البحث الحالى مع معظم الدراسات السابقة من حيث نوع العينة وذلك فى متغيرى الرضا المهنى وفاعلية الذات فقط وهى فئة المعلمين بشكل عام ولم تجد الباحثة أى دراسة استخدمت عينة معلمات الاقتصاد المنزلى بشكل خاص. وهذا يختلف مع المتغير الثالث وهو التدفق النفسى حيث تنوعت العينات المستخدمة لمتغير التدفق النفسى باختلاف الدراسات: من **طلاب مدارس** فى دراسات كل من **John& Evans, (2010)** و**عبد الرازق، (٢٠١٤) وحرب، (٢٠١٥) وخليفة، (٢٠١٦) وعبد المجيد،(٢٠١٧).**

وطلاب جامعة مثل دراسات كل من **العطار، (٢٠١٤) والعبيدى، (٢٠١٦) والعصفورى، (٢٠١٦) وغنيم، (٢٠١٦) وحمزة، (٢٠١٨)، ورياضيون مثل دراسات Epstein, (2014) ومحجوب، (٢٠١٦) ومحمد، (٢٠١٧) ومحمد، (٢٠١٨) و معلمين مثل دراسات Chu& Lee, (2012) والشيخ، (٢٠١٥)** وعينات متنوعة تتضمن **مراهقين وراشدين ومسنين** مثل دراسات كل من **البهاص، (٢٠١٠) ولطفى وأبوالعلا،(٢٠١٥) وبلبقرة، (٢٠١٨)** وبناءاً على ذلك لاحظت الباحثة في حدود البحوث والدراسات العربية والأجنبية التي اطلعت عليها وجود قصور فى اهتمام الدراسات بتناول متغير التدفق النفسى لدى المعلمين.

وختاماً فقد توصلت الباحثة من خلال مراجعة الدراسات السابقة إلى أن موضوع البحث الراهن من الموضوعات التى لم تنل الاهتمام بالدراسة والبحث من قبل المتخصصين فى علم النفس، حيث خلت الدراسات –فى حدود علم الباحثة– من تناول الرضا المهنى وفاعلية الذات كعوامل منبئة بالتدفق النفسى لدى معلمات الاقتصاد المنزلى، بالرغم من أهمية هذه المتغيرات فى تحقيق التوازن النفسى وجودة الحياة وتحقيق الذات لدى معلمات الاقتصاد المنزلى. مما يعزز الأهمية البحثية للبحث الحالى، وهو ما دفع الباحثة لإجراء البحث الحالى.

فروض الدراسة: فى ضوء مشكلة البحث ونتائج الدراسات السابقة فإن البحث الحالى يحاول التحقق من الفروض التالية:

١. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لسنوات الخبرة.
٢. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المدرسة.
٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المرحلة.
٤. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الإقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى للمؤهل.
٥. يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال الرضا المهنى.
٦. يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال فاعلية الذات.

الإجراءات الميدانية للدراسة:

١. **منهج البحث:** اتبعت الباحثة فى هذه الدراسة المنهج الوصفى الارتباطى الذى يهتم بوصف الظاهرة وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعى، ودراسة العلاقات التى توجد بين هذه الظاهرة والظواهر الأخرى، وذلك بهدف تحليل الأبحاث والدراسات السابقة لإعداد الإطار النظرى وأدوات الدراسة.

٢. **مجتمع البحث:** يتكون مجتمع البحث من جميع معلمات الاقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية

٣. **عينة البحث:** تكونت عينة الدراسة من قسمين:

أ- **عينة التقنين:** تم اختيارهم من معلمات الإقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية، وقد بلغ عددهن (٥٠) معلمة وذلك من أجل التأكد من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة التى تم استخدامها فى البحث الحالى.

ب- **عينة البحث الأساسية:** تألفت عينة البحث الأساسية من معلمات الإقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية، وقد قامت الباحثة بتطبيق الأدوات على عينة قوامها (٣٦٥) معلمة اقتصاد منزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية وقد فقدت الباحثة عدداً من المقاييس خلال التطبيق بلغت (٢٧) وتم استبعاد (٣٨) مقياس لنقص البيانات فيها وبذلك أصبح العدد الفعلى للعينة (٣٠٠) معلمة.

٤. **أدوات البحث:** للتحقق من أهداف البحث الحالى لزم للباحثة إعداد مقياس الرضا المهنى ومقياس التدفق النفسى، والاستعانة بمقياس فاعلية الذات **(سلمان، ٢٠١٢)**، وسوف يتم عرض خطوات إعداد هذه المقاييس ووصفها والتحقق من المحددات السيكومترية لها.

أولاً: **مقياس الرضا المهنى (إعداد الباحثة)**

استناداً إلى المفهوم الإجرائى للرضا المهنى فى الدراسة الحالية اتبعت الباحثة الخطوات التالية لإعداد مقياس الرضا المهنى:

١- **تحديد الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلى قياس مستوى الرضا المهنى لدى معلمات الاقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية.

٢- **تحديد أبعاد المقياس:** تم اختيار مجموعة من الأبعاد بناءاً على الدراسات السابقة. كما قامت الباحثة بتوجيه سؤال مفتوح لعدد (٤٠) معلمة من معلمات الاقتصاد المنزلى وكان السؤال "ماهى الأسباب التى تجعلك غير راضية عن مهنتك كمعلمة اقتصاد منزلى"، وقد أخذت إجابات المعلمات بعين الاعتبار أثناء إعداد أبعاد المقياس. وتمثلت فى ستة أبعاد هى (الرضا عن الوضع الاجتماعى للمهنة- الرضا عن العائد المادى للمهنة- الرضا عن العلاقة مع الرؤساء- الرضا عن التفاعل مع الطلاب وأولياء الأمور- الرضا عن المستقبل المهنى- الرضا عن بيئة العمل المادية) وتمثلت الصورة الأولية من مقياس الرضا المهنى فى (٥٦) مفردة موزعة على ستة أبعاد هى الرضا عن الوضع الاجتماعى للمهنة وهو مكون من ١١ مفردة. الرضا عن العائد المادى للمهنة وهو مكون من ٩ مفردة. الرضا عن العلاقة مع الرؤوساء وهو مكون من ١١ مفردة. الرضا عن التفاعل مع الطلاب وأولياء الأمور وهو مكون من ٧ مفردة. الرضا عن المستقبل المهنى وهو مكون من ٧ مفردة. الرضا عن بيئة العمل المادية وهو مكون من ١١ مفردة.

٣- **صياغة تعليمات المقياس:** تمثلت تعليمات المقياس فى الأتى: كتابة البيانات الخاصة بكل معلمة (عدد سنوات الخبرة- نوع المرحلة- نوع المدرسة- المؤهل التعليمى) كما تم توضيح طريقة الإجابة: وذلك بوضع علامة (✓) أمام الاستجابة التى يتم اختيارها من خمسة استجابات. والإجابة على جميع العبارات دون ترك أى عبارة. وعدم وجود إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

٤- **المحددات السيكومترية لمقياس الرضا المهنى:** للتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات) قامت الباحثة بما يلى:

أولاً: الصدق Validity: تم التحقق من صدق المقياس بثلاث طرق وهي :

أ- **صدق المحكمين:** قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين ذوى الخبرة فى مجال علم النفس والتربية وذلك بهدف الأخذ بآرائهم وملاحظاتهم من أجل الكشف عن مدى صدق عبارات المقياس وملائمته لقياس ما وضع لقياسه.

ب- **صدق الاتساق الداخلي Internal Consistenvy:** تم حساب صدق الاتساق الداخلى لمقياس الرضا المهني وذلك عن طريق حساب معامل ارتباط درجة كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس كما يبين ذلك الجدول (١)

جدول (١): مصفوفة علاقة الأبعاد لمقياس الرضا المهني

الأبعاد	الرضا عن الوضع الاجتماعي	الرضا عن العائد المادي	الرضا عن العلاقة مع الرؤساء	الرضا عن العلاقة مع الطلاب وأولياء الأمور	الرضا عن المستقبل المهني	الرضا عن بيئة العمل المادية
الارتباط بالدرجة الكلية	٠,٧٠٨**	٠,٨٢٢**	٠,٦١٨**	٠,٦٢٤**	٠,٧١٧**	٠,٦٩٨**

** دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١

ويتضح من الجدول (١) أن معاملات الإرتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

ت-**صدق المقارنة الطرفية Verifying peripheral comparison:** تم حساب الدرجات الإرباعية (الإرباع الأول والإرباع الثالث) لدرجات العينة علي الدرجة الكلية للمقياس وتقسيم أفراد العينة الي ثلاث مجموعات واستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين درجات المجموعتين الطرفيتين (الأعلى ٢٥% >= ١٧٩، الأدني ٢٥% <= ١٥٤) والجدول التالي يبين طريقة حساب صدق المقارنة الطرفية:

جدول (٢): اختبار ت للفرق بين مجموعتي البحث الأعلى والأدني (الطرفين)

البعد	المجموعتين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
الرضا المهني ككل	الأعلى	١٤	١٨٩,٣٦	١٠,٠٥	١٠,٧٩	٢٤	دالة عند مستوي ٠,٠١
	الأدني	١٢	١٤٦,٠٨	١٠,٣٦			

يتضح من الجدول الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطات المجموعتين مما يعني تحقق صدق المقارنة الطرفية للمقياس وصلاحيته للتطبيق.

ثانياً: الثبات Reliability: بعد تطبيق المقياس على عينة التقنين تم حساب ثبات المقياس بطريقتين هما طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

أ-الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للثبات Cronbache alpha: تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ حيث تم حساب معامل الثبات للمقياس ككل في الجدول (٣) التالي:

جدول (٣): معامل ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس وللمقياس ككل

المقياس	معامل ألفا كرونباخ
الرضا المهني ككل	٠,٦٩

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ب- الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split-half: تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم حساب معامل ثبات المقياس ككل كما يوضحه الجدول (٤) التالي:

جدول (٤): معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

المقياس	سبيرمان براون
الرضا المهني ككل	٠,٧١٢

وهي قيم مرتفعة دالة احصائيا مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق.

١-**الصورة النهائية للمقياس:** بعد التأكد من صدق المقياس وثباته وإجراء التعديلات اللازمة أصبح المقياس صالحاً فى صورته النهائية للتطبيق، حيث تكون من (٥٦) عبارة تتدرج تحت ستة أبعاد موزعين بطريقة عشوائية. واتبعت الباحثة فى تقدير درجات المقياس طريقة ليكرت Likert الخماسى حيث يوجد خمسة استجابات أمام كل عبارة وهى (موافق بشدة، موافق، محايد، معترض، معترض بشدة) تحصل على درجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالى فى العبارات موجبة الاتجاه، وعلى درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالى فى العبارات سالبة الاتجاه، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٥٦- ٢٨٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الإحساس بالرضا المهنى، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى الإحساس بالرضا المهنى.

ثانياً: مقياس فاعلية الذات (إعداد سلمان، ٢٠١٢)

١-**وصف المقياس:** يتكون من (٤٢) عبارة تقيس فاعلية الذات للمعلم (٤٢) عبارة مقسمة على ثلاثة أبعاد وهى (فاعلية الذات المهنية، فاعلية الذات الإجتماعية، فاعلية الذات الأكاديمية) بواقع (١٣) عبارة لكل بعد.

٢-**المحددات السيكومترية لمقياس فاعلية الذات:**

أولاً: صدق المقياس: Validity: يتضمن صدق المقياس ما يلى:

قام **سلمان (٢٠١٢)** بحساب صدق مقياس فاعلية الذات من خلال قيم معاملات الارتباط بين درجات المعلمين والمعلمات على كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس حيث انحصرت بين (٠,٢٦٣- ٠,٥٩٧).

صدق المقياس فى الدراسة الحالية: يتضمن صدق المقياس ما يلى:

أ- **صدق الاتساق الداخلي Internal Consistenvy:** تم حساب صدق الاتساق الداخلى لمقياس فاعلية الذات بحساب معامل ارتباط درجة كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس كما يبين ذلك الجدول (٥)

جدول (٥): مصفوفة علاقة الأبعاد لمقياس فاعلية الذات

الأبعاد	فاعلية الذات المهنية	فاعلية الذات الاجتماعية	فاعلية الذات الأكاديمية
الارتباط بالدرجة الكلية	٠,٨١٣**	٠,٧٩٨**	٠,٨٠٦**

** دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الإرتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

ب-صدق المقارنة الطرفية Verifying peripheral comparison: تم حساب الدرجات الإرباعية (الإرباع الأول والإرباع الثالث) لدرجات العينة علي الدرجة الكلية للمقياس وتقسيم أفراد العينة الي ثلاث مجموعات واستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين درجات المجموعتين الطرفيتين (الأعلى ٢٥% > ٩٨، الأدني ٢٥% <= ٧٧) والجدول التالي يبين طريقة حساب صدق المقارنة الطرفية:

جدول (٦): اختبارت للفرق بين مجموعتي البحث الأعلى والأدني (الطرفين).

البعد	المجموعتين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
فاعلية الذات	الأعلى	١٢	١٠٧,٢٥	٧,٥٨	١٣,٤٨٨	٢١	دالة عند مستوي ٠,٠١
	الأدني	١١	٦٨,٢٧	٦,١٢			

يتضح من جدول (٦) الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطات المجموعتين مما يعني تحقق صدق المقارنة الطرفية للمقياس وصلاحيته للتطبيق.

ثانياً: الثبات Reliability: قام **سلمان (٢٠١٢)** بحساب ثبات المقياس من خلال طريقتين الأولى طريقة ألفا كرونباخ وكانت القيمة (٠,٨٨٢) والثانية طريقة إعادة تطبيق المقياس بفاصل زمنى قدره أسبوعين بين التطبيقين الأول والثانى وكانت القيمة (٠,٩٠١).

ثبات المقياس فى الدراسة الحالية: تم حساب ثبات المقياس بطريقتين وهما طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية:

أ-**الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للثبات Cronbache alpha:** تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، حيث تم حساب معامل الثبات للمقياس ككل في الجدول (٧) التالي:

جدول (٧) معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل

البعد	معامل ألفا كرونباخ
فاعلية الذات ككل	**٠,٩٠٨**

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ب- الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split-half: تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم حساب معامل ثبات المقياس ككل كما يوضحه الجدول (٨) التالي:

جدول (٨): معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

البعد	سبيرمان براون
فاعلية الذات ككل	**٠,٨٢٤**

وهي قيم مرتفعة دالة احصائيا مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق.

٣-**نظام تقدير الدرجات:** اتبع **سلمان، (٢٠١٢)** فى تقدير درجات المقياس على وجود خمسة استجابات أمام كل عبارة وهى (موافق بشدة، موافق، محايد، معترض، معترض بشدة) تحصل على درجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالى فى العبارات موجبة الاتجاه، وعلى درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالى فى العبارات سالبة الاتجاه، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٤٢- ٢١٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الإحساس بفاعلية الذات، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى الإحساس بفاعلية الذات.

ثالثاً: مقياس التدفق النفسى (إعداد الباحثة)

يهدف المقياس إلى قياس مستوى التدفق النفسى لدى معلمات الاقتصاد المنزلى بمديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية.

٢-**تحديد أبعاد المقياس:** تم اختيار مجموعة من الأبعاد بناءاً على الدراسات السابقة. وتمثلت فى خمسة أبعاد (وضوح الأهداف- الضبط والسيطرة- التركيز والاندماج فى الأداء- غياب الشعور بالذات- الخبرة الذاتية الإيجابية) وقد تكون مقياس التدفق النفسى فى صورته الأولية من (٥٥) مفردة موزعة على خمسة أبعاد. وضوح الأهداف وهو مكون من ١٠ مفردة. الضبط والسيطرة وهو مكون من ١٠ مفردة. التركيز والاندماج فى الأداء وهو مكون من ١٤ مفردة. غياب الشعور بالذات وهو مكون من ١٠ مفردة. الخبرة الذاتية الإيجابية وهو مكون من ١١ مفردة.

٣-**المحددات السيكومترية لمقياس الرضا المهنى:** للتحقق من الشروط السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات) قامت الباحثة بما يلى:

أولاً: الصدق Validity: تم التحقق من صدق المقياس بثلاث طرق وهي :

أ- **صدق المحكمين:** قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من السادة المحكمين ذوى الخبرة فى مجال التربية وعلم النفس وذلك بهدف الأخذ بآرائهم وملاحظاتهم من أجل الكشف عن مدى صدق عبارات المقياس وملائمته لقياس ما وضع لقياسه.

ب- **صدق الاتساق الداخلي Internal Consistenvy:** تم حساب صدق الاتساق الداخلى لمقياس التدفق النفسي حيث تم حساب معامل ارتباط درجة كل بُعد بالدرجة الكلية للمقياس كما يبين ذلك الجدول (٩)

جدول (٩): مصفوفة علاقة الأبعاد لمقياس التدفق النفسي

الأبعاد	وضوح الأهداف	الضبط والسيطرة	التركيز والاندماج في الأداء	غياب الشعور بالذات	الخبرة الذاتية الايجابية
الارتباط بالدرجة الكلية	**٠,٦٥٨	**٠,٧٣١	**٠,٦٩٣	**٠,٧١٦	**٠,٨٠٣

** دالة احصائيا عند مستوى ٠,٠١

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الإرتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يدل على أن المقياس بوجه عام يتمتع بدرجة عالية من الصدق وصادق لما وضع لقياسه.

ت- **صدق المقارنة الطرفية Verifying peripheral comparison:** تم حساب الدرجات الإرباعية (الإرباع الأول والإرباع الثالث) لدرجات العينة علي الدرجة الكلية للمقياس وتقسيم أفراد العينة الي ثلاث مجموعات واستخدام طريقة المقارنة الطرفية بين درجات المجموعتين

الطرفيتين (الأعلى ٢٥% > ١٣٠، الأدني ٢٥% <= ١٠٥) والجدول التالي يبين طريقة حساب صدق المقارنة الطرفية:

جدول (١٠): اختبار ت للفرق بين مجموعتي البحث الأعلى والأدني (الطرفين)

البعد	المجموعتين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	الأعلى	١٢	١٤٠,٦٧	٦,٨١	١٤,١٦٤	٢٣	دالة عند مستوي ٠,٠١
	الأدني	١٣	٩٦,٦٩	٨,٥٣			

يتضح من الجدول الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطات المجموعتين مما يعني تحقق صدق المقارنة الطرفية للمقياس وصلاحيته للتطبيق.

ثانياً : الثبات Reliability: بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية تم حساب ثبات المقياس بطريقتين هما طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية.

أ-**الثبات بطريقة ألفا كرونباخ للثبات Cronbache alpha:** تم حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، حيث تم حساب معامل الثبات للمقياس ككل في الجدول (١١) التالي:

جدول (١١): معامل ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس وللمقياس ككل

البعد	معامل ألفا كرونباخ
التدفق النفسي ككل	٠,٧٢١

يتضح من الجدول السابق أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ب- **الثبات بطريقة التجزئة النصفية Split-half:** تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية، حيث تم تجزئة المقياس الي نصفين (المفردات فردية الرتبة والمفردات زوجية الرتبة) لكل بعد علي حدة ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات نصفي المقياس وحساب معامل ثبات المقياس ككل كما يوضحه الجدول (١٢) التالي:

جدول (١٢): معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية

البعد	سبيرمان براون
التدفق النفسي ككل	٠,٧٨٩

وهي قيم مرتفعة دالة احصائيا مما يعني ثبات المقياس وصلاحيته للتطبيق.

٤- **الصورة النهائية للمقياس:** بعد التأكد من صدق المقياس وثباته وإجراء التعديلات اللازمة أصبح المقياس صالحاً فى صورته النهائية للتطبيق، حيث تكون من (٥٥) عبارة تندرج تحت خمسة أبعاد موزعين بطريقة عشوائية. واتبعت الباحثة فى تقدير درجات المقياس طريقة ليكرت Likert الخماسى حيث يوجد خمسة استجابات أمام كل عبارة وهى (موافق بشدة، موافق، محايد، معترض، معترض بشدة) تحصل على درجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على التوالى فى العبارات موجبة الاتجاه، وعلى درجات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالى فى العبارات سالبة الاتجاه، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (٥٥- ٢٧٥)، وتدل الدرجة المرتفعة على ارتفاع الإحساس بالتدفق النفسى، وتدل الدرجة المنخفضة على انخفاض مستوى الإحساس بالتدفق النفسى.

نتائج البحث وتفسيرها

١- النتائج المتعلقة بالتحقق من صحة الفرض الأول

ينص الفرض الأول للدراسة على: " **لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لسنوات الخبرة** ".

ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري أقل درجة ، أكبر درجة) لبيانات مجموعات البحث (أقل من ٥ سنوات ، من ٥ سنوات حتي ١٠ سنوات ، أكثر من ١٠ سنوات) في مقياس التدفق النفسي ككل، كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (١٣): المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري لبيانات عينة البحث

المقياس	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل درجة	أكبر درجة
مقياس التدفق النفسي	أقل من ٥ سنوات	٢٧	١٣٦,٧٤	٢٥,٧٩	٩٠	١٧٦
	٥ – ١٠ سنوات	٧٩	١٣٢,٢٢	٢٤,٥٤	٧٤	١٧٨
	أكثر من ١٠ سنوات	١٩٤	١٢٤,١٤	٢٤,٤١	٦٥	٢٠٠

يتضح من الجدول السابق أن متوسطات درجات مجموعة المعلمات الأكثر خبرة أقل من نظيرتها الأقل خبرة في التدفق النفسي.

وللتحقق من دلالة الفرق بين المجموعات تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه للتعرف علي دلالة الفرق بين متوسطات المجموعات الثلاثة في التدفق النفسي، ويوضح ذلك جدول رقم (١٤) :

جدول (١٤): نتائج تحليل التباين الأحادي بين مجموعات البحث للتدفق النفسي باختلاف الخبرة

المتغير		مجموع مربعات	د.ح	متوسط مربعات	ف	الدلالة الإحصائية
مقياس التدفق النفسي	بين المجموعات	٦٢٤٣,٧١١	٢	٣١٢١,٨٥٥	٥,١٧٤	دالة عند مستوي ٠,٠١
	داخل المجموعات	١٧٩٢١٢,٤٩	٢٩٧	٦٠٣,٤٠٩		
	المجموع	١٨٥٤٥٦,٢	٢٩٩			

ومن خلال الجدول السابق يتبين وجود فروق بين مجموعات البحث (حسب الخبرة) بالنسبة للتدفق النفسي ككل أي أن هناك فروقا في التدفق النفسي ترجع الي اختلاف مستوي الخبرة. ولمعرفة مصدر هذا التباين والاختلاف والفروق قامت الباحثة باستخدام برنامج SPSS (اختبار أقل الفروق معنوية LSD) وهو أحد أساليب التحليل الإحصائية البعدية لاختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه. وذلك ما يوضحه الجدول رقم (١٥):

جدول (١٥): تحليل تالي لتحليل التباين الأحادي (LSD) للتعرف علي مصدر التباين

البعد	المقارنات الثنائية	متوسط الفرق	الدلالة الإحصائية
مقياس التدفق النفسي	أقل من ٥ – أكثر من ١٠	١٢,٦٠	دالة عند مستوي٠,٠٥

	من ٥ الي ١٠ – أكثر من ١٠	٨,٠٧	دالة عند مستوي ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات مجموعات البحث في التدفق النفسي لصالح الأقل خبرة.

ولدراسة درجة الأهمية التربوية للنتيجة ودلالتها العملية تم استخدام اختبار مربع ايتا (مربع ايتا = التباين بين المجموعات / التباين الكلي) وتبين من الجدول ( ) أن الأهمية التربوية للفرق بين المجموعات منخفضة حيث أنقيمة مربع ايتا = ٠,٠٣٥ مما يعني أن ٣,٥% من التباين بين المجموعات في مستوي التدفق النفسي يرجع الي اختلاف الخبرة.

وتختلف نتيجة هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسة (لطفى وأبو العلا، ٢٠١٥) حيث أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين قليلى ومتوسطى ومرتفعى الخبرة من مديرى المدارس فى جميع أبعاد التدفق النفسى والدرجة الكلية له فى اتجاه مرتفعى الخبرة كما تختلف نتيجة هذا الفرض عن دراسة (الشيخ، ٢٠١٥) حيث أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى درجة التدفق النفسى لدى أساتذة التعليم الثانوى لبعض المواد الأدبية بمدينة ورقلة تبعاً للأقدمية، كما تختلف أيضاً دراسة (بلبقرة، ٢٠١٨) والتى توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بورقلة تعزى لمتغير الأقدمية.

وترجع الباحثة وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى التدفق لدى معلمات الاقتصاد المنزلى لصالح الخبرة الأقل إلى:

١. رغبة المعلمة الجديدة فى إثبات الذات مما يزيد من طموحها ودافعيتها للإنجاز مما يدفعها إلى الاندماج والتركيز فى العمل بشكل كبير لتحصل على التقدير من الرؤساء.
٢. كلما كان العمر أقل كلما زاد نشاط المعلمة بالتالى يكون بعد الضبط والسيطرة أعلى وبالتالى وضوح الأهداف وهذان البعدان من أهم أبعاد التدفق.
٣. المعلمة الصغيرة يكون لديها طموحات كثيرة تجاه تطوير مهنتها مما يجعلها تهتم بالتركيز والاندماج فى العمل حيث أن هذا البعد من أهم الأبعاد لحدوث التدفق.

٤. طبيعة المهنة التى تتضمن مهام متعددة مثل المعارض والأنشطة الفردية والمسابقات والمنافسات التى تحتاج إلى معلمة لديها القدرة النفسية والصحية للقيام بهذه المهام بالإضافة إلى أن القيام بهذه المهام يجب أن تتوافر فى معلمة لديها قدرة عالية على التركيز والاندماج فى العمل وأن تكون مستمتعة بما تقوم به من مهام حيث أن هذه الشروط من الأبعاد المهمة لحدوث حالة التدفق.

٥. الخبرة الأقل تعنى عمر أقل للمعلمة بالتالى تزيد قابليتها للتعلم مما يساعدها فى تحديد أهداف واضحة كما يساعدها فى ضبط العملية التعليمية بشكل جيد وهذان البعدان من الأبعاد التى تساعد فى حدوث حالة التدفق.

٢- النتائج المتعلقة بالتحقق من صحة الفرض الثاني:

ينص الفرض الثانى للدراسة على:"**لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المدرسة**"

حيث يتضمن متغير نوع المدرسة مستويين هما (حكومي – خاص) لذا تم استخدام اختبار (ت) لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين بالنسبة لمستوي التدفق النفسي، ويوضح ذلك الجدول التالي رقم (١٦)

جدول (١٦): اختبارت لدلالة الفرق بين متوسطي مجموعتي البحث (حكومي – خاص)

البعد	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	ت	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
مقياس التدفق النفسي	حكومية	٢٦٨	١٢٥,٩٩	٢٤,٦٦	٢,٩٢٦	٢٩٨	دالة عند مستوي ٠,٠١
	خاصة	٣٢	١٣٩,٤٧	٢٤,٤٣			

يتضح مما سبق وجود فروق ونتائج ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات المجموعتين (حكومية – خاصة) في مستوي التدفق النفسي ككل وأن هذه الفروق لصالح مجموعة معلمات المدارس الخاصة الأكثر في مستوي التدفق النفسي.

وبذلك يتم قبول الفرض الذي يعني وجود فروق في التدفق النفسي ترجع الي نوع المدرسة لصالح معلمات المدارس الخاصة.

ولدراسة درجة الأهمية التربوية للنتيجة ودلالتها العملية تم استخدام اختبار مربع ايتا (مربع ايتا = ت^{٢}/ ت^{٢}+ درجة الحرية) وتبين من الجدول (٤-٤) أن الأهمية التربوية للفرق بين المجموعتين منخفضة حيث أن ٣% من التباين بين المجموعتين في مستوي التدفق النفسي يمكن ارجاعة الي اختلاف نوع المدرسة.

وتختلف نتيجة هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسة **لطفى و أبو العلا، (٢٠١٥)** حيث أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين مديرى المدارس الحكومية ومديرى المدارس الخاصة فى التدفق النفسى تعزى لنوع المدرسة (خاصة، حكومي).

وترجع الباحثة وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى التدفق لدى معلمات الاقتصاد المنزلى لصالح معلمات المدارس الخاصة إلى:

١. اهتمام المدارس الخاصة بمادة الاقتصاد المنزلى مثلها مثل أى مادة أخرى مما يجعل المعلمة فى حالة من الاستمتاع الشخصى تجاه مهنتها وهذا بعد من أبعاد التدفق على عكس المدارس الحكومية التى جعلت من مادة الاقتصاد المنزلى مادة نشاط ليس لها قيمة مما يجعل المعلمة فى حالة من الملل تجاه مهنتها.
٢. العائد المادى فى المدارس الخاصة أعلى من العائد المادى فى المدارس الحكومية.
٣. الضبط والسيطرة من قبل مديرى المدارس الخاصة فى الإدارة أفضل منه فى المدارس الحكومية.
٤. الاهتمام بالمعارض والمسابقات وتوفير البيئة المادية المناسبة للعمل فى المدارس الخاصة أعلى مما يدفع المعلمة إلى التركيز والاندماج فى العمل أكثر من معلمة المدارس الحكومية.

٣- النتائج المتعلقة بالتحقق من صحة الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث للدراسة على: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى لنوع المرحلة"**

ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري أقل درجة ، أكبر درجة) لبيانات مجموعات البحث (ابتدائية، إعدادية، ثانوية) في أبعاد مقياس التدفق النفسي، كما يوضحها جدول (١٧) :

جدول (١٧): المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري لبيانات عينة البحث

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل درجة	أكبر درجة
مقياس التدفق النفسي	ابتدائية	٨٨	١٢٥,٠٣	٢٣,٣٥	٨٧	١٩٢
	اعدادية	١٢٩	١٣٠,٤٧	٢٦,١٨	٦٥	٢٠٠
	ثانوية	٨٣	١٢٥,١٤	٢٤,٢٣	٧٤	١٧٣

يتضح من الجدول السابق أن متوسطات درجات مجموعات المعلمات متقاربة في التدفق النفسي. مما يعكس هامشية الفروق وعدم جدواها، وللتحقق من دلالة الفرق بين المجموعات تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه للتعرف علي دلالة الفرق بين متوسطات المجموعات الثلاثة في التدفق النفسي، ويوضح ذلك جدول (١٨)

جدول (١٨): نتائج تحليل التباين الأحادي بين مجموعات البحث للتدفق النفسي باختلاف نوع المرحلة

المتغير		مجموع مربعات	د. ح	متوسط مربعات	ف	الدلالة الإحصائية
مقياس التدفق النفسي	بين المجموعات	٢١٣٢,٨٧٩	٢	١٠٦٦,٤٣٩	١,٧٢٨	غير دالة احصائيا
	داخل المجموعات	١٨٣٣٢٣,٣٢	٢٩٧	٦١٧,٢٥		
	المجموع	١٨٥٤٥٦,٢	٢٩٩			

ومن خلال الجدول السابق يتبين عدم وجود فروق بين مجموعات البحث (حسب نوع المرحلة) بالنسبة للتدفق النفسي ككل أي أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي ترجع الي اختلاف نوع المرحلة.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع ما توصلت إليه دراسة **لطفى و أبو العلا، (٢٠١٥)** بعنوان حيث أشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مديرى المراحل الدراسية (إبتدائى- إعدادى- ثانوى) فى التدفق النفسى.

وترجع الباحثة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى التدفق النفسى لدى معلمات الاقتصاد المنزلى لصالح نوع المرحلة إلى:

١. أن المهام المطلوبة من معلمة الاقتصاد المنزلى فى الثلاث مراحل متساوية مثل إقامة المعارض والمسابقات وورش العمل.
٢. أن خريجة كلية الاقتصاد المنزلى مؤهلة للتدريس للثلاث مراحل الابتدائى والإعدادى والثانوى.
٣. عدم وجود اختلافات فى العائد المادى بين معلمات الثلاث مراحل حيث أن الثلاث معلمات على كادر واحد فى المدارس الحكومية وذلك ينطبق أيضاً على معلمات المدارس الخاصة فى الثلاث مراحل وذلك بالرغم من اختلاف العائد المادى بين المدارس الحكومية والخاصة.
٤. أنه إذا تواجد فروق بينهم فى الثلاث مراحل ما اضطرت مديرية التربية والتعليم بمحافظة المنوفية إلى نظام انتداب المعلمات من مدارسهم إلى مدارس أخرى ليست من نفس المرحلة التى تعمل بها وذلك لسد العجز الموجود.
٥. لا توجد اختلافات فى الضبط والسيطرة فى نظام الإدارة فى الثلاث مراحل.

النتائج المتعلقة بالتحقق من صحة الفرض الرابع:

ينص الفرض الرابع للدراسة على: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات معلمات الاقتصاد المنزلى على مقياس التدفق النفسى تعزى للمؤهل الدراسي للمعلمة"**

ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري أقل درجة ، أكبر درجة) لبيانات مجموعات البحث (دبلوم، بكالوريوس، ماجستير، دكتوراة) في مقياس التدفق النفسي، كما يوضحها جدول (١٩).

جدول (١٩): المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري لبيانات عينة البحث

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أقل درجة	أكبر درجة
	دبلوم	٣٣	١٢٨,٠٠	١٩,٨٥	٨٧	١٦٨

مقياس التدفق النفسي	بكالوريوس	٢٢٩	١٢٧,٧٠	٢٤,٨٧	٦٩	٢٠٠
	ماجستير	٣٣	١٢٧,٢٤	٣٠,٤٠	٦٥	١٧٨
	دكتوراة	٥	١١٠,٨٠	١٤,٧٠	٩١	١٢٧

يتضح من الجدول السابق أن متوسطات درجات مجموعات المعلمات متقاربة في التدفق النفسي. مما يعكس هامشية الفروق وعدم جدواها، وللتحقق من دلالة الفرق بين المجموعات تم استخدام اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه للتعرف علي دلالة الفرق بين متوسطات المجموعات الأربعة في التدفق النفسي، ويوضح ذلك جدول (٢٠):

جدول (٢٠): نتائج تحليل التباين الأحادي بين مجموعات البحث للتدفق النفسي باختلاف نوع المؤهل

المتغير		مجموع مربعات	د. ح	متوسط مربعات	ف	الدلالة الإحصائية
مقياس التدفق النفسي	بين المجموعات	١٤١١,٥٣	٣	٤٧٠,٥٠٩	٠,٧٥٧	غير دالة احصائيا
	داخل المجموعات	١٨٤٠٤٤,٦٧	٢٩٦	٦٢١,٧٧٣		
	المجموع	١٨٥٤٥٦,٢٠	٢٩٩			

ومن خلال الجدول السابق يتبين عدم وجود فروق بين مجموعات البحث (حسب المؤهل) بالنسبة للتدفق النفسي ككل أي أنه لا توجد فروق في التدفق النفسي ترجع الي اختلاف المؤهل الدراسي.

وترجع الباحثة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى التدفق لدى معلمات الاقتصاد المنزلى لصالح اختلاف المؤهل إلى:

١. أن أعباء العمل المطلوبة من معلمات الاقتصـــاد المنزلى متســـاوية لا تختلف باختلاف مؤهلاتهن.

٢. أن المعلمة التى تزيد فى الدرجة العلمية يزيد العائد المادى لها بنســـبة طفيفة جداً لا تتعدى ٥% من العائد المادى للمعلمة الأقل منها فى الدرجة العلمية ويعنى ذلك أن المعلمة الحاصلة على درجة الماجســـتير يزيد عائدها المادى بما يعادل مئة جنيه فقط عن المعلمة الحاصـــلة على البكالوريس.

٣. ان حافز العمل أو الدافع لديهن واحد بســـبب العمل فى مكان واحد تحت ظروف واحدة حيث أن المعلمات رغم اختلاف مؤهلاتهن يعملن ســـوياً فى مدرســـة الواحدة بمعنى أن المعلمة الحاصـــلة على درجة الدكتوراه وهى أعلى درجة علمية تتواجد فى نفس المدرســـة مع المعلمة الحاصلة على الدبلوم وهى أقل درجة علمية.

٤. المكافأت المادية والمعنوية واحدة بين المعلمات ولا تكون تبعاً للمؤهل التعليمى لهن.

٥. توزيعهن على المدارس لا يحدد تبعاً للمؤهل الدراسى.

اختبار صحة الفرض الخامس:

ينص الفرض الخامس للبحث علي: **يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال الرضا المهنى**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم دراسة امكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الرضا المهني ككل باستخدام تحليل الانحدار وجاءت النتائج كما بجدول (٢١) التالي.

جدول (٢١): تحليل الانحدار للتنبؤ بالتدفق النفسى من خلال الرضا المهني ككل

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	الثابت	١٦,٢١	٠,٠١	٠,٢٢٧	٠,٠٥	٧٩,٥٩	٦,٦٥	٠,٠١
	الرضا المهني ككل					٠,٢٢٧	٤,٠٣	٠,٠١

ويتضح من الجدول أن الرضا المهني ككل منبئ بالتدفق النفسي ويسهم في التنبؤ بنسبة ٥% من التدفق النفسي. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

التدفق النفسي = ٧٩,٥٩ + ٠,٢٢٧× الرضا المهني ككل

ولدراسة امكانية التنبؤ بالتدفق النفسي في ضوء الأبعاد الفرعية للرضا المهني تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise وجاءت النتائج كما بالتسلسل التالي:

تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتدفق النفسي من أبعاد الرضا المهني:جدول (٢٢)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	بيتا معامل الانحدار	ت	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء	٧٠,١٨	٠,٠١	٠,٤٣٧	٠,١٩	٠,٤٤	٨,٣٨	٠,٠١

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	بيتا معامل الانحدار	ت	الدلالة الاحصائية
	الثابت					٦٩,٦٨	٨,٣٩	٠,٠١
	الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء					٠,٤٢	١١,٢٩	٠,٠١
	الرضا عن الوضع الإجتماعى للمهنة	٣٨,٢٥	٠,٠١	٠,٥٢٩	٠,٢٨	٠,٣٤	٦,٠٣	٠,٠١
	الرضا عن بيئة العمل المادية					٠,١٧	٣,٠٣	٠,٠١

ووفق ما هو موضح بالجدول فان ثلاثة أبعاد فرعية من أبعاد الرضا المهني تنبئ بالتدفق النفسي (وثلاثة أبعاد أخري فرعية غير منبئة) ووفق الجدول السابق يمثل بعد (الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء) أكثر الأبعاد المساهمة في التنبؤ بالتدفق النفسي حيث يتنبأ منفردا بنسبة ١٩% من التدفق النفسي بينما تسهم العوامل الثلاثة معا بنسبة ٢٨% من درجات التدفق النفسي.

- **ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية للجدول السابق كما يلي:**

التدفق النفسي = ٦٩,٦٨ + ٠,٤٢ × الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء + ٠,٣٤ × الرضا عن الوضع الإجتماعى للمهنة + ٠,١٧ × الرضا عن بيئة العمل المادية.

وفي ضوء ما سبق يتضح قبول الفرض بأن الرضا المهني وكذلك أبعاد الرضا المهني تسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسي لدي عينة البحث.

ويتفق ذلك مع ما توصلت اليه دراسة **Csikszentmihalyi, (1997)** التى توصلت نتائجها إلى أن حالة التدفق تظهر من خلال تركيز الانتباه، وانعدام الشعور بالوقت، والمتعة

والسرور والرضا عن المهمة ومن خلال تلك الدراسة يتضح أن الرضا عن المهمة أو ما تسميه الباحثة الرضا المهنى عامل رئيسى من عوامل الوصول إلى حالة التدفق وهذا يتفق مع الفرض السابق بأن الرضا المهنى يسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسى.

كما يشير **Caprara *et al.*, (2003: P40)** أن الرضا المهنى هو" شعور الفرد بالسعادة والارتياح لاشباعه حاجاته المعنوية من تحقيق ذاته، وشعوره بمكانه فى مهنته وانتمائه لها، وعلاقته داخل بيئة، ولحاجته المادية من إمكانية حصوله على الأجر المناسب من عمله مما يجعله يقبل على عمله بسعادة دون تذمر، وبما أن الرضا المهنى هو ذلك الشعور بالارتياح النفسى فى بيئة العمل، سواء كان موجه نحو زملاء العمل أو محتوى العمل أو ظروف العمل فى حين يصف **حسين، (٢٠٠٧ ، ص ١٤٤ : ١٤٥)** التدفق بأنه خبرة من النوع الراقى، والعلامة المميزة له هى الشعور بالسرور التلقائى حتى النشوة أو الغبطة، ولأن التدفق يشعر الفرد بالسرور فإنه يعد مكافأة تدعيمية، من خلال ذلك التعريفين يتضح أن الفرد لابد أن يصل أولاً إلى حالة الرضا المهنى والتى ينتج عنها حالة من الارتياح والسرور وهذه الشعور هو العلامة المميزة للتدفق النفسى وذلك يتفق مع هذا الفرض بأن الرضا المهنى يسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسى.

وبذلك توضح الباحثة أن مفهوم التدفق يرتبط ارتباطاً وثيقاً بخبرة التدريس، فالمعلم الناجح هو ذلك المعلم الذى يعطى كل طاقته لتلاميذه، ويبذل كل جهده فى الشرح، ويستعين بكل الوسائل لتوصيل المعلومة للطالب، ويخلق حالة داخل الفصل ليجعل التلاميذ وكأنهم يعيشون داخل الدرس الذى تم شرحه ويكون هذا الشعور نتيجة عن رضا ذلك المعلم عن مهنته الذى يتحدد من خلال علاقته الطيبة برؤسائه وزملائه وتقديرهم له وكذلك بيئة العمل المادية المحيطة به بالإضافة إلى شعوره بمكانته الإجتماعية وتقدير الآخرين له (الأبعاد الثلاثة للرضا المنبئة بالتدفق النفسى)، فيتحول الرضا المهنى لديه إلى استمتاع لما يقوم به خاصة إذا كانت المهارات التدريسية التى يمتلكها المعلم تتناسب مع التحديات التدريسية التى يواجهها فى عمله وبهذا يصل المعلم إلى حالة التدفق النفسى وهذا يثبت ما فرضته الباحثة بأن الرضا المهنى يسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسى.

كما أشارت النتائج أن أكثر أبعاد الرضا تنبؤ للتدفق هو بعد العلاقة مع الرؤساء والزملاء ويتعلق هذا البعد بالبيئة التى يعمل بها المعلم فهو عضو فى مدرسة ويرتبط برؤسائه وزملاءه داخل تلك المدرسة، حيث أن لجماعة العمل أثر فى رضا المعلم عن عمله أو نفوره منه فكلما كان

تفاعل المعلم مع أفراد آخرين فى العمل يحقق تبادل المنافع بينه وبينهم كلما كانت جماعة العمل مصدراً لرضاه والعكس صحيح, حيث يؤكد **Miller, (2001:P 54)** أن الرضا المهنى يعد مشاعر الفرد وأحاسيسه تجاه العمل والتى يمكن اعتبارها انعكاساً لمدى إشباع حاجاته الذى يستمده من هذا العمل والجماعات التى تشاركه فى هذا العمل ومن سلوك رئيسه معه، ومن بيئة العمل الداخلية والخارجية فضلاً عن هيكل شخصيته الذاتية ".

وتعزى الباحثة هذه النتيجة إلى أن معلمة الاقتصاد المنزلى تحتم عليها طبيعة العمل التفاعل الكبير والمستمر بينها وبين زميلاتها ورؤسائها فى المدرسة لإقامة المعارض والمسابقات وورش العمل ولذلك فإن خبرة التدفق لدى معلمات الاقتصاد المنزلى تحدث عندما يكون لديهن أهداف واضحة وتصورات مشتركة لهذه الأهداف، مما يجعلهن ينغمسون فى النشاط بتركيز عالى لأداء هذه المهام.

٤-اختبار صحة الفرض السادس:

ينص الفرض السادس للبحث علي: **يمكن التنبؤ بالتدفق النفسى لمعلمات الاقتصاد المنزلى من خلال فاعلية الذات.**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم دراسة امكانية التنبؤ بالتدفق النفسى من خلال فاعلية الذات ككل باستخدام تحليل الانحدار وجاءت النتائج كما بجدول (٢٣) التالي.

جدول (٢٣): تحليل الانحدار للتنبؤ بالتدفق النفسى من خلال فاعلية الذات ككل

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
	الثابت	٥٥٣,٢٥	٠,٠١	٠,٨١	٠,٦٥	٤٠,٥٨	١٠,٧١	٠,٠١

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	فاعلية الذات ككل					٠,٨١	٢٣,٥٢	٠,٠١

ويتضح من الجدول أن فاعلية الذات ككل منبئة بالتدفق النفسي وتسهم في التنبؤ بنسبة ٦٥% من التدفق النفسي. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية :

التدفق النفسي = ٤٠,٥٨ + ٠,٨١× فاعلية الذات ككل.

ولدراسة امكانية التنبؤ بالتدفق النفسي في ضوء الأبعاد الفرعية لفاعلية الذات تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Regression بطريقة Stepwise وجاءت النتائج كما بالتسلسل التالي:

جدول (٢٤): تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالتدفق النفسي من أبعاد فاعلية الذات

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	بيتا معامل الانحدار	ت	الدلالة الاحصائية
التدفق النفسي	فاعلية الذات المهنية	٥٠٠,٥٦	٠,٠١	٠,٧٩	٠,٦٢	٠,٧٩	٢٢,٣٧	٠,٠١
	الثابت	٣١٢,٧٦	٠,٠١	٠,٨٢	٠,٦٨	٤٣,٧٩	١٢,٣٦	٠,٠١
	فاعلية الذات المهنية					٠,٤٨	٨,٣٨	٠,٠١

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط المتعدد	معامل التحديد	بيتا معامل الانحدار	ت	الدلالة الاحصائية
	فاعلية الذات الأكاديمية					٠,٣٩	٦,٨٨	٠,٠١

ووفق ما هو موضـــح بالجدول فان أبعاد فاعلية الذات تنبئ بالتدفق النفســـي (ما عدا بعد فاعلية الذات الاجتماعية: فهذا البعد غير منبئ بالتدفق النفسـي) ووفق الجدول السـابق يمثل بعد (فاعلية الذات المهنية) أكثر الأبعاد المسـاهمة في التنبؤ بالتدفق النفسـي حيث يتنبأ منفردا بنسـبة ٦٢% من التدفق النفســي بينما يســهم العاملان (فاعلية الذات المهنية، فاعلية الذات الأكاديمية) معا بنسبة ٦٨% من درجات التدفق النفسي.

- **ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية للجدول السابق كما يلي:**

التـدفق النفســـــي = ٤٣,٧٩ + ٠,٤٨× فاعلية الذات المهنية + ٠,٣٩× فاعلية الذات الأكاديمية.

وفي ضــوء ما ســبق يتضــح قبول الفرض بأن فاعلية الذات بأبعادها تســهم بالتنبؤ بالتدفق النفسي لدي عينة البحث.

وتثبت دراسة **العطار، (٢٠١٤: ص٥٧)** ما صحة هذا الفرض حيث تشير إلى أن فاعلية الذات من الصفات التى تجعل الفرد لديه القدرة على التمتع بحالة التدفق حتى فى أصعب الظروف، أى اعتقاد الفرد المتدفق بأن لديه إختيارات عديدة، ويمكنه التحكم فى حياته، وأنه ليس ضحية لبيئته.

كما تشير دراسة **غنيم، (٢٠١٦: ص٢٤)** أن من أهم خصائص الشخص المتدفق أن يتسم بفاعلية الذات أى اعتقاد الفرد المتدفق بأن لديه إختيارات عديدة، ويمكنه التحكم فى حياته، وأنه

ليس ضحية لبيئته. وبذلك يتضح أن فاعلية الذات سمة أساسية يجب توافرها لكى يصل الفرد لحالة التدفق النفسى وهذا ما يثبت صحة فرض الباحثة بأن فاعلية الذات تسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسى.

ويذكر **عبد الرازق (٢٠١٤: ص٧١)** أن من العوامل والمحفزات التى تسهم فى تنمية التدفق النفسى مواجهة تحديات حقيقية حتى يشعر الفرد بقدرته على أداء المواقف الضاغطة، فى حين ذلك يرى **يوسف، (٢٠١٦:ص٢٧)** أن فاعلية الذات هى إدراك الفرد لقدرته الشخصية في التعامل بكفاءة ومسؤولية مع مختلف المواقف الضاغطة وبتضح من هذا المفهوم أن فاعلية الذات من المحفزات والعوامل التى تسهم فى زيادة التدفق النفسى، وذلك يثبت صحة ما فرضته الباحثة بأن فاعلية الذات تسهم بالتنبؤ بالتدفق النفسى

كما أشارت النتائج أن أكثر أبعاد فاعلية الذات تنبؤ بالتدفق النفسى بعد فاعلية الذات المهنية وتفسر الباحثة ذلك بأن المهنة تلعب دوراً مهماً فى حياة الأفراد، سواء كان ذلك من النواحى النفسية أم الاجتماعية أم الاقتصادية، فهى تمثل أسلوب حياة الفرد وتلعب دوراً فى تشكيل أنماط الأبنية النفسية له، وإذا ما اختار الفرد المهنة المناسبة لميوله وقدراته فإن ذلك سيؤدى إلى الشعور بالرضا المهنى وزيادة الإنتاج مما يجعل الفرد فى حالة من التحدى ليوازن بين مهاراته وقدراته كما يصل إلى مستوى عالى من التركيز التام فى عمله ويعود كل ذلك على الفرد بحالة من الاستمتاع الشخصى ليصل بالنهاية إلى حالة التدفق النفسى.

كما تشير دراسة **أبو الخيل، (٢٠١٧: ص ٥٦)** أن الفاعلية الذاتية المهنية تعتبر من العوامل المعرفية التى تؤثر على تطوير اهتمام وأهداف وسلوك الفرد الخاص بمجال الاستكشاف الوظيفى واتخاذ القرار المهنى. حيث تشير قدرة الفرد على تحديد الأهداف واضحة إلى وصوله إلى حالة التدفق النفسى أيضاً.

وتشير دراسة **الريس وأخرون، (٢٠١٢:ص٥)** إلى إن فاعلية الذات المهنية للمعلم مرتبطة بسلوكه فى حجرة الصف، كما أنها تؤثر على الجهد الذى تضعه المعلم فى التدريس والأهداف الموضوعة، فالمعلم ذو الفاعلية العالية يكون لديه اتجاه مرتفع من الضبط والتنظيم، وهذا التعريف يشمل بعد من أهم أبعاد ومكونات التدفق النفسى ألا وهو الضبط والسيطرة.

وعليه توضح الباحثة أن فاعلية الذات المهنية هى اعتقادات معلمة الاقتصاد المنزلى حول قدرتها على تخطيط وتنفيذ الأنشطة المطلوبة للوصول إلى الأهداف التربوية المحددة كما أنها تشمل قدرتها على التأثير على طلابها ورفع مستواهم فى مختلف الجوانب والتمكن من طرائق التدريس ووصولها إلى مستوى تتقبله من الرضا النفسى والاستمتاع الشخصى تجاه عملها، وكما يتضح فى شروط الوصول إلى حالة التدفق النفسى يجب أن تتميز المعلمة بوضوح الأهداف وتوافر الضبط والسيطرة فى عملها بالإضافة إلى التركيز والاندماج فى العمل والوصول إلى حالة الاستمتاع الشخصى من العمل يتضح أن فاعلية الذات بصفة عامة وفاعلية الذات المهنية كبعد من أبعاد فاعلية الذات بصفة خاصة عاملان يساهمان بشكل كبير فى التنبؤ بالتدفق النفسى.

٥- توصيات البحث:

تأسيساً على ما توصل إيه البحث الحالى من نتائج، توصى الباحثة بما يلى:

١. تواصل الدراسات فى موضوع التدفق النفسى فى شتى المجالات، خاصة وأن الدراسات العربية التى تناولته كانت قليلة مقارنة بالتاريخ الفعلى لظهور المفهوم وحجم الاهتمام الذى لقيه فى البحوث الأجنبية.

٢. توفير مناخ مناسب لمعلمات الاقتصاد المنزلى يمكنهم من الدخول فى حالة التدفق وبالتالى الحصول على نتائج إبداعية فى التدريس.

٣. إعداد المزيد من البرامج الإرشادية لتنمية مستوى فاعلية الذات لدى معلمات الاقتصاد المنزلى بما يتناسب مع إمكاناتهن وقدراتهن الحقيقية.

٤. توجيه الاهتمام إلى فئة معلمات الاقتصاد المنزلى، وبحث التحديات التى يواجهونها، والضغوط التى يكابدونها، وتهيئة مستقبل أفضل للطالبة المعلمة، التى تسير بخطى ثابتة لتكون معلمة المستقبل؛ فالمعلم هو المؤثر الأساسى فى تشكيل شخصيات وعقول الأجيال القادمة.

٦-بحوث مقترحة:

فى ضوء أهداف ونتائج الدراسة تقترح الباحثة القيام بالأبحاث التالية:

١. التنبؤ بالانجاز الدراسى فى ضوء مستوى التدفق النفسى وفاعلية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة.

٢. دراسة العلاقة بين مستوى الطموح والرضا المهنى لدى عينة من معلمات الاقتصاد المنزلى.

٣. فاعلية برنامج ارشادي معرفي سلوكي لتنمية التدفق النفسي وتحسين الدافعية للانجاز لدى عينة من طلاب الجامعة.

٤. فاعلية الذات وعلاقتها بالتوافق النفسى لدى عينة من طلاب كلية الاقتصاد المنزلى.

٥. تقدير الذات وعلاقته بالتدفق النفسى لدى عينة من معلمات الاقتصاد المنزلى.

٦. الأمن النفسى وعلاقته بفاعلية الذات لدى معلمات الاقتصاد المنزلى.

المراجع:

أبو الخيل، آمنة عبد العزيز صالح (٢٠١٧). الفاعلية الذاتية المهنية وعلاقتها بصعوبة اتخاذ القرار المهنى لدى عينة من طالبات وطلاب السنة التحضيرية بجامعة الملك عبد العزيز، **مجلة العلوم التربوية، ع (٢)، ج (١)**، ص ٥٥- ٩٧.

أبو الروس، سامى على (٢٠١٥). العوامل المؤثرة على الرضا الوظيفى للشرطة النسائية الفلسطينية فى قطاع غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التجارة، الجامعة الإسلامية، غزة.

أبو العينين، حمدى الشربينى السيد (٢٠١٧). أثر الرواتب على الرضا الوظيفى للعاملين دراسة تطبيقية على أعضاء هيئة التدريس جامعة المنصورة، رسالة ماجستير(غير منشورة)، كلية التجارة، جامعة المنصورة.

أبو زيد، فاطمة حسين على (٢٠١٧). الرضا الوظيفى وعلاقته بالتوافق النفسى والاجتماعى لدى المعلمين فى مدارس الصم فى قطاع غزة، رسالة ماجستير(غير منشورة)، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.

أبو غالى، عطاف محمود (٢٠١٢). فاعلية الذات وعلاقتها بضغوط الحياة لدى الطالبات المتزوجات فى جامعة الأقصى. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد (٢٠)، العدد (١)، ٦١٩- ٦٥٤.

البهاص، سيد أحمد أحمد (٢٠١٠). التدفق النفسى والقلق الاجتماعى لدى عينة من المراهقين مستخدمى الانترنت (دراسة سيكومترية- إكلينيكية)، المؤتمر السنوى الخامس عشر لمركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس.

الجوهرى، سعاد أبو بكر موسى (٢٠١٧). المهارات الإجتماعية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية وفاعلية الذات لدى عينة من طلاب الجامعة بليبيا، رسالة دكتوراة (منشورة)، كلية الأداب، جامعة المنصورة.

الريس، إيمان محمد وزهران، العزب محمد وعبد الفتاح، هدى عبد الحميد و عبد العزيز، رحاب أحمد (٢٠١٢). فاعلية وحدات دراسية قائمة على استراتيجيات الكورت في تنمية الكفاءة الذاتية المهنية لطلاب شعبة الرياضيات بكليات التربية، مجلة تربويات الرياضيات، مج (١٥)، ج (٣) ، ص ٥- ٣٠.

الزيدان، خالد زيدان سليمان (٢٠١٤). الرضا الوظيفى وعلاقته بفاعلية الذات لدى عينة من معلمى التربية الخاصة بمراحل التعليم، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة أم القرى.

السعدى، رحاب عارف (٢٠١٧). فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظات شمال الضفة الغربية، دار الاستقلال، مج (٢)، ع (١).

الشمرى، محمد وسمى (٢٠١٣). دور العلاقات العامة فى وكالة الأنباء الكويتية "كونا" فى تحقيق الرضا الوظيفى للعاملين فيها: دراسة تطبيقية، رسالة ماجستير (منشورة)، كلية الإعلام، جامعة الشرق الأوسط.

الشهرى، على يحيى (٢٠٠٤). الرضا الوظيفى وعلاقته بالإنتاجية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

الشيخ، جواد محمد وشرير، عزيزة عبد الله (٢٠٠٨). الرضا الوظيفى وعلاقته ببعض المتغيرات (الديموجرافية) لدى المعلمين، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسة الدراسات الإنسانية) مج (١٦)، ع (١) ، ص ٦٨٣-٧١١.

الشيخ، ربيعة (٢٠١٥). علاقة الاتزان الانفعالى بالتدفق النفسى، دراسة ميدانية على عينة من أساتذة التعليم الثانوى بمدينة ورقلة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدى مرياح–ورقلة.

العبيدى، عفراء إبراهيم خليل (٢٠١٦). التدفق النفسى لدى طلبة الجامعة فى ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسى، مجلة الأستاذ، مجلد (١)، العدد (٤)، ص– ص ١٩٧– ٢١٤

العصفورى، رهام محمود فايز مصطفى (٢٠١٦). التدفق النفسى والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب الجامعة دراسة سيكومترية– إكلينيكية، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة الزقازيق.

العطار، محمود مغازى على (٢٠١٤). فاعلية برنامج إرشادى معرفى سلوكى فى تنمية التدفق النفسى والإقدام على المخاطرة المحسوبة لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

المحتسب، لينه حسام (٢٠٠٥). العوامل المؤثرة فى تطوير أداء موظفى البنوك دراسة تطبيقية ميدانية على محافظة الخليل– فلسطسن وعلاقتها بالرضا الوظيفى، مجلة جامعة الملك عبد العزيز، مج (١٩)، ع (٢)، ص ٨٥–١١٢.

المزين، حماده مسعد السيد (٢٠١٥). سلوك حل المشكلات باستخدام محركات البحث فى الإنترنت فى ضوء متغيرى المرونة وفاعلية الذات لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية جامعة دمنهور.

المشيخى، غالب محمد على (٢٠٠٩). قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب جامعة الطائف، رسالة دكتوراة (منشورة)، كلية التربية، جامعة أم القرى.

باظه، آمال عبد السميع (٢٠١٢) (ب). جودة الحياة النفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

بسيونى، نداء الشربينى الشربينى (٢٠١٦). الإدارة المدركة وعلاقتها بفاعلية الذات والشعور بالانتماء المدرسى لدى معلمى المدارس الإعدادية الحكومية والخاصة، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة المنصورة.

بلبقرة، أحمد (٢٠١٨). التدفق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى العمال الدائمين بمديرية التجارة بولاية ورقلة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدى مرباح– ورقلة.

حرب، سامح حسن سعد الدين (٢٠١٥). نمذجة العلاقات بين توجهات الأهداف وقلق الاختبار وأنماط الدافعية والإرجاء الأكاديمى والتدفق والتحصيل الدراسى، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم علم النفس التربوى، كلية التربية، جامعة بنها.

حسين، محمد عبد الهادى (٢٠٠٧). الذكاء العاطفى وديناميات قوة التعلم الاجتماعى، الإمارات العربية المتحدة، دار الكتاب الجامعى.

حمزه، منى إمام محمود (٢٠١٨). دراسة سيكومترية حول قياس التدفق النفسى باستخدام نظرية الاستجابة المفردة، قسم علم النفس، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

خليفة، مى أنور محمد (٢٠١٦). فعالية برنامج للعلاج بالفن فى تنمية التدفق النفسى ومهارات التواصل لدى عينة من الأطفال الموهوبين ذوى الإعاقة السمعية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ.

سباق، ساره عادل محمود (٢٠١٧). تنمية ضبط الذات لتحسين الرضا الوظيفى لدى معلمى المرحلة الإبتدائية، رسالة ماجستير (منشورة)، كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، جامعة عين شمس.

سلمان، حسين محمد على (٢٠١٢). فاعلية الذات والرضا المهنى وعلاقتهما بالضغوط النفسية لدى عينة من المعلمين والمعلمات، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة عين شمس.

عباس، إيمان طاهر سيد (٢٠١٧). دور الاتصال الداخمي في تحقيق الارتباط الوظيفي للعاملين في المنظمات المصرية، رسالة دكتوراه (منشورة)، كلية الإعلام جامعة القاهرة.

عبد الرازق، محمد محمد منصور (٢٠١٤). مهارات ما وراء المعرفة وعلاقتها بالتفكير الابتكارى والتدفق النفسى، وفعالية برنامج تدريبى قائم على مهارات ما وراء المعرفة لتنمية التدفق

النفسى لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية العامة الموهوبين، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية الأداب، جامعة المنصورة.

عبد المجيد، ماجدة عبد السلام (٢٠١٧). دراسة قوى الشخصية وعلاقتها بكل من التدفق النفسى والرفاهية الروحية لدى الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية وأقرانهم العاديين فى ضوء النظرية الوجودية، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة حلوان.

غنيم، زهراء محمد فريد حسن (٢٠١٦). نموذج بنائى للتدفق فى علاقته بكل من سمات الشخصية والسعادة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة عين شمس.

لطفى، أسماء فتحي وأبو العلا، حنان فوزي (٢٠١٥). التدفق النفسي كمنبئ بمهارات اتخاذ القرار لدي عينة من مديري المدارس بمحافظة المنيا، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع (٦٠)، مج (٢)، ٣٢٣- ٢٨٣.

محجوب، إسلام حجازي (٢٠١٦). دافعية الانجاز وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى لاعبي العاب القوي، رسالة ماجستير (منشورة)، كلية التربية الرياضية, جامعة جنوب الوادى.

محمد، منى عادل عبادة (٢٠١٨). أثر برنامج للتصور العقلى على حالة التدفق النفسى والأداء المهارى لدى لاعبى التنس، رسالة دكتوراة (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة بنها.

محمد، هبه عبد العال السيد (٢٠١٧). التدفق النفسى وعلاقته بدافعية المشاركة فى الأنشطة الرياضية لطلاب جامعة كفر الشيخ، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية، جامعة كفر الشيخ.

يوسف، محمود رامز (٢٠١٣). فاعلية برنامج علاجى معرفى سلوكى فى خفض حدة القلق المستقبل وتحسين الشعور بفاعلية الذات لدى عينة من الشباب الجامعى، المؤتمر السنوى السابع عشر، مركز الإرشاد النفسى، جامعة عين شمس.

يوسف، ولاء سهيل (٢٠١٦). فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، جامعة دمشق.

Admiraal, W. Huizenga, J. Akkerman, S. & Dam, G. (2011). Experience of psychological flow of Internet players, Computers in Human Behavior, 27 (3), Pp 1185-1194.

Caprara, G. Barbaranelli, C. Borgogni, L. & Steca, P. (2003). Efficacy beliefs as determinants of teachers' job satisfaction. Journal of Educational Psychology, 95(4), Pp821-832.

Chu, L. & Lee, C. (2012). Exploring the impact of flow experience on job performance. Journal of Global Business Management, 8, Pp150-158.

Collins, A. Sarkisian, N. & Winner, E. (2009). Flow and happiness in later life; An investigation into the role of daily and weekly flow experiences, Journal of Happiness Stuies, 10 (/6), Pp703- 719.

Csikszentmihalyi, M. (1997). Finding Flow in every day life. New York: Harper Collins.

Dellefave, A. & Massimini, F. (2005). Optimal experience in work and leisure among teachers and physicians; individual and biocultural implications, leusur students.

Epstein, B. (2014). What is a flow?, Entrepreneur Fitness. www.entrepreneurfitness.com/what-is-a-flow-stste

Gakiroglu, J. Cakiroglu, E. William, J. (2005). Pre-Service teacher self-efficacy beliefs regarding science teaching; A comparison of pre-service teaching in Turkey and USA. Spring, 14(1), Research, 36(1), Pp75-83.

John, H. & Evans, S. (2010). Challenge, Skill and positive subjective states in the daily life of a sample of YTS students", Journal Of Occupational and Organizational Psychology, 12 (3), Pp 1105-1140.

Kelly, T. & Bauer, D. (2004). Psychological flow in work for highly skilled , Handbook on knowledge management, 2, Pp 511-532.

Miller, G. (2001). Job Satisfaction among teachers in member Schools of the southeast Region of the Association of Christian Schools International. The University of Tennessee., Dissertation Abstracts International, 61(6)2130 A.