مجلة الرواق للدراسات الاجتماعية والإنسانية | ISSN: 2437 - 0363 EISSN 2602-6767 | المجلد 12 / العـدد: 01 (2026)، ص 428- 449

التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي

Psychological flow in elementary school English teachers

مباركة ميدون [*]، فايزة راجع [2]

[1] المركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر)، m.midoun@cu-elbayadh.dz

[2] المركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر)، nynanyna019@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2025/08/06 تاريخ القبول: 2026/04/08 تاريخ النشر: 2026/06/05

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي في ولاية البيض، وكذا الكشف عن الفروق في مستوى التدفق النفسي تبعاً لمدة الخبرة (أقل من سنة، من سنة الى خمس سنوات، أكثر من خمس سنوات) وكذا تبعاً للحالة الاجتماعية (أعزب، متزوج، مطلق). تكونت عينة الدراسة من 54 أستاذ لغة انجليزية في التعليم الابتدائي (الدفعة الأولى) في ولاية البيض،اعتمادنا على المنهج الوصفي باستخدام مقياس التدفق النفسي (اعداد الباحثتين) ، ثم تحليل البيانات بواسطة البرنامج الاحصائي *SPSS* (*V22*).

أسفرت نتائج الدراسة على أن مستوى تدفق النفسي لدى أفراد العينة منخفض، كما لم نسجل فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تدفق النفسي تعزى الى مدة الخبرة، الحالة الاجتماعية.

كلمات مفتاحية: التدفق النفسي، أساتذة اللغة الإنجليزية ، التعليم الإبتدائي.

Abstract:

This study aimed to identify the level of psychological flow among English teachers in primary education in the state of El Bayadh, as well as to reveal differences in the level of psychological flow according to length of experience (less than one year, one to five years, more than five years) and marital status (single, married, divorced). The study sample consisted of 54 English teachers in primary education (first batch) in the state of El Bayadh. We relied on the descriptive approach using the psychological flow scale (prepared by the researchers), then analyzed the data using the SPSS statistical program (V22).

The results of the study showed that the level of psychic flow among the sample was low, and we did not record any statistically significant differences in the level of psychic flow attributable to length of experience or marital status.

Keywords: Psychological Flow; English Language Teachers; Primary Education.

*مباركة ميدون

1. مقدمة:

يُعد التدريس من أكثر المهن التي تتطلب تفاعلاً مستمرًا بين المعلم وتلاميذه، حيث يواجه الأستاذ تحديات يومية تفرض عليه تفعيل مهارات معرفية وانفعالية عالية لضمان تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية. ويزداد الأمر تعقيدًا مع إدراج مواد جديدة في الطور الابتدائي، كما هو الحال مع مادة اللغة الإنجليزية، التي أُدرجت حديثًا ضمن هذا المستوى، ما فرض على الأساتذة تحديات مضاعفة تتعلق بتكييف المحتوى، وطبيعة المتعلمين، والبيئة الصفية، والوسائل البيداغوجية.

وفي هذا السياق، برز مفهوم التدفق النفسي كأحد المفاهيم الحديثة نسبيًا في مجال علم النفس الإيجابي، حيث قدّمه عالم النفس "كسكسنتميهالي"" **Csiksentmihalyi** " (1990) باعتباره حالة عقلية يكون فيها الفرد مندمجًا بالكامل في نشاط معين، مما يولد لديه شعورًا بالمتعة والتركيز العالي، والإنجاز، دون الشعور بالملل أو الإرهاق. (Csiksentmihalyi،1990،P129). وتُعد هذه الحالة النفسية محفّزة للسلوك الإبداعي، ومصدرًا للرضا الذاتي، ومؤشرًا على جودة الأداء، خاصة في البيئات المهنية التي تتطلب تفاعلًا دائمًا، كالبيئة التعليمية.

ولقد أظهرت الدراسات النفسية والتربوية المعاصرة اهتمامًا متزايدًا بدراسة التدفق النفسي في سياقات متعددة، منها الدراسة التي أجراها عماد عبد الأمير (2015) إلى أن هناك علاقة موجبة بين مستوى التدفق النفسي وكل من التفاؤل والإبداع لدى طلبة الدراسات العليا، ما يُبرز أهمية التدفق كعامل محفز على الابتكار والانخراط النشط في المهام المعرفية. هذا الربط بين التدفق والإبداع يمكن إسقاطه على المعلم، الذي يُتوقع منه ليس فقط نقل المعرفة، بل الإبداع في إيصالها وتكييفها مع خصوصيات المتعلم وسياق الصف.

وفي هذا الصدد تشير نتائج دراسة عبد الجواد أحمد (2017)، والتي كشفت عن وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي ومعنى الحياة لدى طلبة الجامعة، مما يعزز الطرح القائل بأن التدفق ليس مجرد حالة عقلية عابرة، بل يرتبط ببُعد أعمق يتعلق بالمعنى والرضا الشخصي.

أما على مستوى المتعلمين، فقد أكدت دراسة سهام نايلي (2021) أن التدفق النفسي يؤثر إيجابيًا على التوافق الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، دون أن تسجل الدراسة فروقًا ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس. وهذه النتيجة تقودنا إلى تساؤل مشروع حول تأثير التدفق النفسي لدى المعلم على البيئة التعليمية ككل، خصوصًا إذا كان للتدفق هذا الأثر الإيجابي على التلاميذ أنفسهم.

ورغم أهمية هذه النتائج، إلا أن الدراسات التي تناولت التدفق النفسي لدى الأساتذة ما تزال قليلة، إذ تركز أغلبها على فئة الطلاب أو الرياضيين أو المهنيين في القطاعات التقنية أو الصحية. إلا أن دراسات محلية بدأت تسلط الضوء على هذا المفهوم في البيئة التربوية، منها دراسة. مسقي فرح (2023) إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة بين التدفق النفسي والصمود النفسي لدى أساتذة التعليم المتوسط، كما بيّنت ذات الدراسة غياب فروق إحصائية في متوسطات التدفق والصمود تعزى لمتغيري الجنس أو سنوات الخبرة. وهذه النتيجة تُثير الانتباه إلى عوامل أخرى قد تكون مؤثرة في تجربة التدفق لدى الأستاذ، مثل طبيعة المادة المدرسة، الخصوصية الثقافية، والمستوى التعليمي الذي يُدرس فيه.

من ناحية أخرى، خلُصت دراسة طيبي وسميان (2024) التي توصلت إلى وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين التدفق النفسي والضغوط النفسية لدى أساتذة التعليم الابتدائي، وهو ما يعزز ضرورة الاهتمام بهذه الظاهرة كوسيلة للحد من الآثار السلبية للضغوط المهنية

وعلى الرغم من تعدد هذه الجهود، إلا أن أغلب الدراسات ركزت على البيئات التعليمية الثانوية أو الجامعية، كما أن البحوث التي اهتمت بأساتذة اللغة الإنجليزية خصوصًا في المرحلة الابتدائية لا تزال محدودة جدًا. وهذا يُعد نقصًا في الأدبيات، بالنظر إلى أن تعليم اللغة الإنجليزية في الطور الابتدائي ينطوي على تحديات بيداغوجية ونفسية فريدة، تتعلق بطبيعة المتعلمين في هذه المرحلة العمرية، وحداثة إدراج هذه المادة، ونقص الأدوات التعليمية المناسبة، وكذا نقص التكوين المسبق للأساتذة في هذا المجال. فاللغة الإنجليزية،

باعتبارها لغة أجنبية، تتطلب من الأستاذ جهدًا مضاعفًا في تبسيط المحتوى، وتنويع الوسائل، وابتكار طرق تقديم تحفّز التلميذ على التفاعل، وهي كلها عوامل قد تضعف التدفق النفسي إذا لم تكن مدعومة بتكوين جيد، وبيئة مدرسية ملائمة، وتقدير من طرف المؤسسة والمجتمع. كما أن إدراك الأستاذ ذاته لحالة التدفق النفسي قد يُسهم في تحسين أدائه، وزيادة تحمّله للضغوط، وتعزيز شعوره بالكفاءة الذاتية، وهو ما أكدته أدبيات علم النفس الإيجابي.

تُبرز هذه المعطيات الحاجة إلى دراسات ميدانية تركّز على فئة أساتذة اللغة الإنجليزية بالطور الابتدائي، وتكشف عن مستوى التدفق النفسي لديهم، والعوامل المرتبطة به، خاصة أن هذه المرحلة التعليمية تُعتبر أساسًا في تشكيل البنية المعرفية والنفسية للمتعلم. فالأستاذ في هذه المرحلة لا يُعد فقط ناقلًا للمعلومة، بل مكوّنًا لشخصية الطفل، ومصدرًا للإلهام والانضباط، وبالتالي فإن غياب التدفق لديه قد يُفقد العملية التعليمية بعدها الإنساني والفعال.

من هنا جاءت الدراسة الحالية لتسليط الضوء على هذه العينة من خلال فحص مستوى التدفق النفسي لديهم وتحليل ابعاده وعليه تم طرح التساؤل التالي:

ما هو مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي؟

فرضيات الدراسة: لمعالجة تساؤلات الدارسة جاءت صياغة الفرضيات كالآتي:

- مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي لولاية البيض منخفض
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الخبرة
- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

أهداف الدراسة:

- معرفة مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي. الكشف عن الفروق في مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي الدالة إحصائيا والتي تعزى لمتغير الخبرة ، الحالة الاجتماعية .

أهمية الدراسة

يكتسي هذا الموضوع أهمية كبيرة نظرًا لدوره في تحسين جودة العملية التعليمية وتعزيز الأداء التدريسي للأساتذة، فالتدفق النفسي يمكن أن يساعد الأساتذة على تقديم دروسهم بأسلوب أكثر تفاعلية وإبداعًا، مما يزيد من تحفيز المتعلمين واستيعابهم للمادة. كما يساهم في خلق بيئة عمل إيجابية للأساتذة، مما يقلل من الضغوط المهنية والاحتراق الوظيفي، ويعزز من رضاهم الوظيفي. بالإضافة إلى ذلك، فإن تدريس اللغة الإنجليزية للمتعلمين يتطلب جهودًا مضاعفة من الأستاذ

في حين الأهمية **النظرية** تتمثل في اثراء الاطر النظرية والدراسات النفسية في مجال علم النفس الإيجابي ، وضرورة تمتع الأساتذة بمستوى معين من التدفق النفسي يضمن لهم الانغماس مهني مقبول يفضي بهم إلى الوصول إلى الرفاهية في تأدية مهامهم. تهتم الدراسة الحالية بعينة من الاساتذة وهم معلمي اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي وهي رتبة مستحدثة في قطاع التربية والتعليم بالجزائر

الأهمية **التطبيقية** للدراسة:

- تعتبر هذه الدراسة امتدادا لدراسة بعض الباحثين السابقين الذين قاموا بدراسة التدفق النفسي في مجال التعليم على قلتها
- تكمن أهمية الدراسة الحالية في أن النتائج تتيح تسليط الضوء على هذه الفئة من الأساتذة الذين عينوا وفق ظروف مهنية خاصة
- مدخل للتخفيف من أعباء هذه العينة من الأساتذة بوصفها من أكثر الفئات التي تتعرض لضغوط مهنية وعملية.

المفاهيم الأساسية للدراسة:

أولا: التدفق النفسي

لقد عرف دانيال جولمان **Goleman Daniel** (2000) التدفق النفسي بأنه "استغراق الإنسان في أداء مهمة ما حتى يبلغ ذروة الأداء ودرجة الامتياز فيها ويستمر هذا التفوق بعد ذلك بأقل مجهود كالشلال المتدفق، فإذا استطاع الفرد الوصول إلى هذه الحالة فهو يمثل أقصى درجة من الأداء الإيجابي المليء بالطاقة التي تقي الفرد من الشعور بالملل والاكتئاب والتوتر والقلق". (الهاص, 2010 ,ص66)

و إجرائيا : يُقصد بالتدفق النفسي إجرائيًا الدرجة الكلية التي يحصل عليها المعلم في مقياس التدفق النفسي من إعداد الباحثتين، والموجّه لأساتذة التعليم الابتدائي للغة الإنجليزية. ويتكوّن هذا المقياس من أربعة أبعاد رئيسية، هي: التحديات المهنية والعملية، الجانب النفسي والعاطفي، الشعور بالإنجاز والتحفيز والتوازن بين العمل والحياة الشخصية

ثانيا: أستاذ اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي

إجرائيا : هم كل الأساتذة المسجلون في السنة الدراسية 2025/2024 والذين يزاولون مهنة التدريس في المؤسسات التربوية التابعة للتعليم الابتدائي (الدفعة الأولى لمديرية التربية لولاية البيض)

2. المنهج و طرق معالجة الموضوع :

1.2 منهج الدراسة:

بما أن الاشكالية تدور حول مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الانجليزية في التعليم الابتدائي ومحاولة الكشف عن الفروق في التدفق النفسي، اختلاف الخبرة، الحالة الاجتماعية. على هذا الأساس تم استخدام المنهج الوصفي لأنه يهتم بوصف الظاهرة المدروسة وذلك بالتحليل والتفسير والمقارنة، وهو ما ينطبق على موضوع الدراسة الحالية.

2.2 المعاينة

أ. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من بعض أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي بولاية البيض والمسجلين في السنة الدراسة 2024-2025 التابعين لمديرية التربية بولاية البيض ويزاولون منهتم بالمدارس الابتدائية في كامل تراب الولاية حيث بلغ عدد المجتمع الأصلي 62 معلماً ومعلمة، أما أفراد العينة فهم أساتذة اللغة الانجليزية من الدفعة الأولى والبالغ عددهم 54 معلماً تم اختيارهم بالطريقة القصدية.

ب. حجم العينة و مواصفاتها :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من 54 أستاذً وأستاذة للغة الانجليزية في التعليم الابتدائي والجداول التالية تمثل خصائص العينة حسب الخبرة، الحالة الاجتماعية.

جدول رقم (1): توزيع عينة الدراسة حسب متغير الخبرة

مدة الخدمة	عدد التكرارات	النسبة المئوية
أقل من عام	16	%29.6
من عام إلى 5 سنوات	34	%63
أكثر من 5 سنوات	4	%7.4
المجموع	54	%100

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن العينة الخاضعة للدراسة تتشكل بالدرجة الأولى من الفئة ذات الخبرة من سنة إلى أقل من 5 سنوات بنسبة 63%، وهو ما يشير إلى أن أغلب الأساتذة حديثو العهد بالتدريس، مع امتلاكهم تجربة مهنية قصيرة نسبيًا.تليها فئة الأساتذة الذين لم يكملوا سنة واحدة بعد، بنسبة 29.6%، مما يعكس أيضًا حداثة توظيفهم؛ أما الفئة التي لديها خبرة بين 5 و10 سنوات، فتمثل نسبة 7.4% فقط، وهي نسبة ضعيفة تدل على قلة عدد الأساتذة ذوي الخبرة المتقدمة في الميدان.

جدول رقم (2): توزيع عينة الدراسة حسب متغير الحالة الاجتماعية

الخالة الاجتماعية	عدد التكرارات	النسبة المئوية
أعزب (ة)	31	%57.4
متزوج (ة)	21	%38.9
مطلق (ة)	2	%3.7
المجموع	54	%100

يبين الجدول أعلاه التوزيع حسب الحالة الاجتماعية لعينة الدراسة المكوّنة من 54 أستاذًا وأستاذة للغة الإنجليزية في المدارس الابتدائية بولاية البيض، حيث بلغ عدد الأساتذة الذين صرحوا بأنهم غير متزوجين (عُزّاب) 31 أستاذًا، وهو ما يمثل نسبة 57.4% من إجمالي العينة، أما المتزوجون فكان عددهم 21 أستاذًا بنسبة 38.9%؛ في حين أن المطلقين بلغ عددهم 2 فقط بنسبة 3.7%.

ج . المجال الزمني والمكاني للدراسة:

تم اجراء الدراسة الأساسية وتطبيقها على 54 أستاذ (الدفعة الأولى) خلال السنة الدراسة 2024-2025 حيث كان تطبيق الأداة على شكلين: الكتروني وتطبيق تقليدي بعد الاتفاق مع الأساتذة حول طريقة استرجاع الاستمارات حسب الجدول التالي:

الجدول رقم (03): طرق توزيع استمارة الاستبيان

طريقة تسليم الاستبيان	التسليم الالكتروني	التسليم التقليدي
إجمالي الاستمارات الموزعة	**54**	**4**
الاستمارات المسترجعة	**54**	**0**
الاستمارات الملغاة	**0**	**0**
اجمالي الاستمارات الخاضعة للدراسة	54	0

حيث شمل مقياس التدفق النفسي في صورته النهائية على 32 فقرة من أصل 39 فقرة

3. أدوات جمع البيانات:

وصف خطوات بناء مقياس التدفق النفسي: يهدف تصميم هذا الاستبيان إلى التعرف على التحديات المهنية والعملية والجانب النفسي والعاطفي والاحساس بالإنجاز والتحفيز وكذا

التوازن بين الحياة العملية والشخصية لدى أستاذ اللغة الانجليزية في التعليم الابتدائي وفي سبيل اعداد هذا المقياس تم اتباع الخطوات التالية:

أ. الأدبيات والدراسات السابقة التي تناولت موضوع التدفق النفسي والتي سبق الاشارة لها في الاطار النظري.

ب. الاستفادة من بعض المقاييس التي تم الاطلاع عليها:

- مقياس جاكسون ومارش.

ج. الاستفادة من خبرات المعلمين والأساتذة والمفتش وذلك من خلال المقابلات التي أجرتها الطالبة معها حول أبعاد التدفق النفسي.

د. خبرة الطالبة من خلال عملها في مجال التدريس كأستاذة للغة أجنبية في مرحلة المتوسطة

إعتمدت الدراسة الحالية على مقياس التدفق النفسي من إعداد الباحثتين ، حيث تكون المقياس في صورته النهائية من على 32 فقرة من أصل 39 فقرة موزعة على الأبعاد التالية : (التحديات المهنية والعملية ،الجانب النفسي والعاطفي، الإحساس بالانجاز والتحفيز، التوزان بين العمل والحياة الشخصية) ، حيث أحتوى البعد الأول على (09) فقرات و البعد الثاني على (08) فقرات و البعد الثالث على (09) فقرات و البعد الرابع على (06) فقرات ، كما تحتوي على البدائل التالية (نعم ، أحيانا ، لا) .

1.3 الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

أولا : صدق المحكمين: تكون المقياس في صورته الأولية من 39 فقرة موزعة على الأبعاد التالية : (التحديات المهنية والعملية ،الجانب النفسي والعاطفي، الإحساس بالانجاز والتحفيز، التوزان بين العمل والحياة الشخصية) كما تم اعداد تعليمة توضح طريقة الإجابة على فقرات المقياس بالإضافة الى وضع بدائل للإجابة وهي (نعم، أحيانا، لا)

ـ بعد الانتهاء من اعداد المقياس في صورته الأولية تم التأكد من خصائصه السيكومترية لاختبار مدى صلاحيته في قياس الابعاد المراد قياسها من خلال التطبيق الذي كان خلال الثلاثي الثاني من السنة الدراسية 2024-2025.

ـ كما صممت استمارة تحكيم وبعدها عرضت على 7 خبراء محكمين لغرض ابداء أراءهم حول وضوح التعليمة، ملائمة البدائل وكفايتها، سلامة الفقرات، تحديد مستوى انتمائها للبعد الذي أدرجت تحته وللمقياس ككل.

ـ ولغرض حساب الصدق والثبات تم تطبيق مقياس التدفق النفسي المعد للدراسة على عينة مكونة من 54 أستاذ وأستاذة لغة انجليزية في التعليم الابتدائي.

بالإضافة الى صدق المحكمين الذي تم الاعتماد عليه في حساب الصدق استخدمت طريقة أخرى وهي :

ثانيا : صدق الإتساق الداخلي :

يقصد بصدق الاتساق الداخلي مدى اتساق كل عبارة من عبارات الاستبيان مع البعد الذي تنتمي إليه هذه العبارة، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات محاور الاستبيان والدرجة الكلية للمحور نفسه، ويمكن توضيح ذلك من خلال الجداول التالية حيث تم اعتماد مستوى الدلالة $\alpha \leq 0.05$ في كامل الدراسة:

جدول رقم (4): نتائج اختبار الارتباط لعبارات البعد الأول من المقياس

الرقم	محتوى العبارة	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	حجم الحصص الذي ادرسه يفوق طاقتي	54	0.682**	0.000
2	أجد صعوبة في تنظيم وقتي بين المدارس المختلفة	54	0.749**	0.000
3	تؤثر المسافة بين المدارس على قدرتي على إدارة وقتي بشكل فعال	54	0.718**	0.000
4	أجد صعوبة في تحضير الدروس بسبب الوقت المحدود	54	0.679**	0.000
5	أشعر أن عدد الساعات المقررة لي في الأسبوع يؤثر على جودة تدريس التلاميذ	54	0.711**	0.000
6	التدريس في أكثر من مدرسة يؤثر على قدرتي على التواصل مع التلاميذ	54	0.810**	0.000
7	أجد صعوبة في ادارة المهام الإدارية بين المدارس	54	0.675**	0.000
8	أواجه تحديات في ايجاد وقت لحصص الدعم للتلاميذ بسبب كثافة العمل	54	0.696**	0.000
09	توزيع الحصص على مدارس متعددة يسبب لي ضغوطا نفسية	54	0.672**	0.000

يشير الجدول أعلاه إلى أنّ هناك علاقة ارتباط طردية بين فقرات البعد الأول وإجمالي البعد ذاته، إذ أن هناك علاقات طردية لوجود إشارة موجبة ذات دلالة إحصائية بين جميع العبارات وبعد التحديات المهنية والعملية عند مستوى معنوية (0.000) والتي هي أقل من مستوى المعنوية الإحصائي **(0.05)** وبالتالي هناك ارتباط قوي بين العبارات والبعد ذاته. وبما أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) أقل من (0.05) المعمول به في الدراسة بين كل عبارة من عبارات البعد الأول وإجمالي البعد المذكور، فإنه يمكن الحكم أن البعد الأول من المحور الثاني من الاستبيان يتمتع بخاصية صدق التكوين الفرضي.

جدول رقم (5): نتائج اختبار الارتباط لعبارات البعد الثاني من المقياس

الرقم	محتوى العبارة	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	أشعر بالإرهاق بسبب حجم العمل اليومي	54	0.540**	0.000

2	أجد صعوبة في الحفاظ على التركيز أثناء تدريس حصص متعددة في يوم واحد	54	0.725**	0.000
3	تؤثر الضغوط النفسية على جودة أدائي في التدريس	54	0.853**	0.000
4	أجد صعوبة في الحفاظ على الإيجابية أثناء العمل	54	0.697**	0.000
5	أعاني من مشاعر التوتر بسبب عبء العمل	54	0.779**	0.000
6	أشعر بأن العمل في مدارس متعددة يقلل من شعوري بالراحة	54	0.732**	0.000
7	يؤثر العمل المرهق على حالتي المزاجية العامة	54	0.664**	0.000
8	تؤثر الضغوطات النفسية على تجربتي كأستاذ	54	0.781**	0.000

يشير الجدول أعلاه إلى أنّ هناك علاقة ارتباط طردية بين فقرات البعد الثاني وإجمالي البعد ذاته، إذ أن هناك علاقات طردية لوجود إشارة موجبة ذات دلالة إحصائية بين جميع العبارات وبعد الجانب النفسي والعاطفي عند مستوى معنوية (0.000) والتي هي أقل من مستوى المعنوية الإحصائي **(0.05)** وبالتالي هناك ارتباط قوي بين العبارات والبعد سابق الذكر. وبما أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) أقل من (0.05) المعمول به في الدراسة بين كل عبارة من عبارات البعد الثاني وإجمالي البعد، فإنه يمكن الحكم أن البعد الثاني من المحور الثاني من الاستبيان يتمتع بخاصية صدق التكوين الفرضي.

جدول رقم (6): نتائج اختبار الارتباط لعبارات البعد الثالث من المقياس

الرقم	محتوى العبارة	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	أشعر بالرضا عن التقدم الذي احرزه مع تلاميذي	54	0.726**	0.000
2	أجد أن العمل في أكثر من مدرسة يساهم في تحسين مهاراتي	54	0.684**	0.000
3	أشعر بالإيجابية أثناء تحقيق أهدافي التدريسية	54	0.465**	0.000
4	مستوى التعاون بيني وبين زملائي في المدارس المختلفة جيد	54	0.584**	0.000
5	أشعر أن المدرسة تدعمني بما فيه الكفاية لتحقيق أهدافي التعليمية	54	0.516**	0.000
6	لدي الفرصة لتطوير مهاراتي المهنية أثناء عملي في أكثر من مدرسة	54	0.708**	0.000
7	أشعر بأنني احرز تقدماً في تطوري الشخصي والمهني	54	0.495**	0.000
8	أشعر بالحافز للعمل بشكل أفضل عندما أرى نتائج إيجابية من تلاميذي	54	0.277*	0.043
9	أجد أن التحديات التي اواجهها تزيد من شعوري بالإنجاز عند التغلب عليها	54	0.388**	0.004

يشير الجدول أعلاه إلى أنّ هناك علاقة ارتباط طردية بين فقرات البعد الثالث وإجمالي البعد ذاته، إذ أن هناك علاقات طردية لوجود إشارة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستويات معنوية أكبرها (0.043) والتي هي أقل من مستوى المعنوية الإحصائي **(0.05)**.

أما عن شدة الارتباط فقد بلغت إلى أقصاها بين العبارة الأولى وإجمالي البعد الثالث أين بلغت (**0.726) حسب معامل الارتباط بيرسون.، ويليها ثانيا ارتباط الفقرة السادسة مع إجمالي البعد والتي بلغت (**0.708).

وبما أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) أقل من (0.05) المعمول به في الدراسة بين جميع عبارات البعد الثالث وإجمالي البعد المذكور، فإنه يمكن الحكم أن البعد الثالث (الإحساس بالإنجاز والتحفيز) من المحور الثاني من الاستبيان يتمتع بخاصية صدق التكوين الفرضي.

جدول رقم (7): نتائج اختبار الارتباط لعبارات البعد الرابع من المقياس

الرقم	محتوى العبارة	حجم العينة	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
1	أجد صعوبة في التوازن بين العمل وحياتي الشخصية بسبب عبء العمل	54	0.555**	0.000
2	ساعات العمل الطويلة تؤثر على حياتي الاجتماعية	54	0.646**	0.000
3	أجد صعوبة في تخصيص وقت لأنشطتي الشخصية	54	0.654**	0.000
4	يؤثر العمل في مدارس متعددة على وقت الراحة الخاص بي	54	0.720**	0.000
5	أشعر أن ضغط العمل يترك أثراً سلبياً على علاقاتي الشخصية	54	0.737**	0.000
6	العمل في أكثر من مدرسة يؤثر على جودة حياتي بشكل عام	54	0.499**	0.000

يشير الجدول أعلاه إلى أنّ هناك علاقة ارتباط طردية بين فقرات البعد الرابع وإجمالي البعد ذاته، إذ أن هناك علاقات طردية لوجود إشارة موجبة ذات دلالة إحصائية بين جميع العبارات وبعد التوازن بين العمل والحياة الشخصية عند مستوى معنوية (0.000) والتي هي أقل من مستوى المعنوية الإحصائي **(0.05)** وبالتالي هناك ارتباط قوي بين العبارات والبعد سابق الذكر. وبما أن هناك علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (0.000) أقل من (0.05) المعمول به في الدراسة بين جميع عبارات البعد الرابع وإجمالي البعد المذكور، فإنه يمكن الحكم أن البعد الرابعمن المقياس من الاستبيان يتمتع بخاصية صدق التكوين الفرضي.

ثالثا : حساب الثبات:

اعتمدت الدراسة في حساب الثبات على معامل ألفا كرونباخ والجدول التالي يوضح ذلك

الجدول رقم (8): نتائج اختبار ألفا كرونباخ

المحور	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
البعد الأول: التحديات المهنية والعملية	9	0.87
البعد الثاني: الجانب النفسي والعاطفي	8	0.88
البعد الثالث: الإحساس بالإنجاز والتحفيز	9	0.72
البعد الرابع: التوازن بين العمل والحياة الشخصية	6	0.84
الاستبيان ككل	32	0.88

من خلال الجدول أعلاه، قيمة معامل الارتباط ألفا كرونباخ لأغلب أبعاد الدراسة وللاستبيان ككل هي أكبر من القيمة المعيارية للاختبار 0.6 (الحد الأدنى)، وهي قيم ممتازة ومناسبة، وتفي بأهداف وأغراض الدراسة حيث أن قيمة الاستبيان ككل تؤكد ثبات الاستبيان ما يعادل **88%**.

2.3 تصحيح مقياس التدفق النفسي:

اعتمدت الدراسة في تصحيح مقياس التدفق النفسي على جمع الدرجات التي تحصل عليها الفرد (الأستاذ) من خلال استجاباتهم على كل فقرات المقياس و التي تم التأكد من صدقها وثباتها اذ تتكون كل فقرة من ثلاث عبارات تقدر من واحد (01) الى ثلاثة (03) والدرجة القصوى أو الكلية التي يحصل عليها الأستاذ هي 96 و أدناها 32 وذلك على النحو التالي: نعم: ثلاث نقاط (03) ، أحيانا : نقطتين (02) ، لا : واحد نقطة (01) . و بنفس الطريقة تم حساب المتوسطات الحسابية .

4. عرض وتفسير نتائج الدراسة :

1-4 عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولى

تنص الفرضية الأولى على أن مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الانجليزية في التعليم الابتدائي منخفض لغرض المعالجة الاحصائية للفرضية الأولى تم الاعتماد على حساب الفروق بين المستويين (مرتفع، منخفض) في مقياس التدفق النفسي كما هو موضح في الجدول أدناه:

الجدول رقم (9): one sample T- TEST تحليل لإجابات أفراد العينة

T	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة المعنوية sig
45.34	1.49	0.24	0.000

بما أن قيمة الدلالة 0.05 > 0.000 Sig، فإن الفرق بين المتوسط الفعلي (1.49) والمتوسط النظري (64) فرق دال إحصائيًا. فإن ذلك يشير إلى أن مستوى التدفق النفسي لدى الأساتذة منخفض مقارنة بما يُفترض أن يكون عليه. تشير نتائج اختبار T لعينة واحدة إلى أن أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي يعانون من تدنٍ في مستوى التدفق النفسي أثناء أداء مهامهم المهنية، مما يدل على ضعف في الشعور بالانخراط الذهني والاندماج في العمل وعليه، نقبل الفرضية الأولى والتي تنص على وجود مستوى تدفق نفسي منخفض لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي بالمؤسسات محل الدراسة.

يمكن عزو هذه النتيجة إلى أن أساتذة اللغة الإنجليزية في الطور الابتدائي لا يعيشون في الغالب تجارب "التدفق النفسي" أثناء أدائهم لمهامهم التربوية، أي أنهم لا يشعرون بالانغماس التام أو الانسجام الكلي مع عملهم، كما قد يواجهون صعوبات أو مثبطات تحدّ من إمكانية تحقيق هذا الشعور الإيجابي. وقد يُعزى هذا الانخفاض إلى عدة عوامل محتملة، مثل الضغوط المهنية، ضعف الحوافز، الروتين، غياب الدعم البيداغوجي، أو ربما إلى التكوين غير الكافي في المادة التي أصبحت تُدرّس حديثًا في الطور الابتدائي.

تتعارض نتائج الدراسة الحالية مع نتائج عدد من الدراسات السابقة التي وجدت مستويات مرتفعة من التدفق النفسي في بيئات أكاديمية وجامعية. فتوصلت دراسة عبد الجواد (2017) إلى وجود علاقة إيجابية بين التدفق النفسي ومعنى الحياة لدى طلبة الجامعة، مما يدل على أن هؤلاء الطلبة يعيشون تجارب محفزة تساعدهم على التفاعل الإيجابي مع أنشطتهم. كما بيّنت ، مما يعكس وجود بيئة نفسية مشجعة لدى الأفراد في مرحلة المراهقة أو الدراسة الجامعية. وبالمثل، توصلت دراسة أحمد أحمد (2021) إلى أن

التدفق النفسي يسهم بنسبة 43% في التنبؤ بجودة الحياة الأكاديمية، مما يؤكد أن الأفراد الذين يعيشون حالات تدفق نفسي يتمتعون بجودة حياة أفضل على المستوى المهني أو الأكاديمي. وهو ما يختلف عن واقع أساتذة التعليم الابتدائي في العينة الحالية، الذين لا تظهر لديهم هذه التجربة النفسية الإيجابية بالشكل المرجو. أما دراسة العبيدي وخليل (2016) فقد أظهرت أن الطلبة يتمتعون بمستوى جيد من التدفق النفسي، دون وجود فروق تعزى إلى الجنس، مما يبرز اختلافًا جوهريًا بين تجربة الطلبة وتجربة الأساتذة، ويدعم فكرة أن بيئة العمل قد تكون أقل دعمًا للتدفق من البيئة التعليمية للطلبة. يمكن تفسير هذا التباين في النتائج من خلال الفروقات في البيئة والسياق. فبينما يتمتع الطلبة أو الرياضيون بدرجة أكبر من الحرية والانخراط في أنشطة محفزة، قد يعاني الأساتذة من الروتين، وضغوط العمل، وتكرار المهام، وضعف التقدير المهني، مما يضعف إمكانية تحقق التدفق لديهم.

2-4 عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية

تنص الفرضية على وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الانجليزية تعزى لمدة الخبرة (أقل من سنة، من سنة الى 5 سنوات وأكثر الخبرة. تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لقياس ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي حسب "مدة الخبرة".

جدول رقم (10): الفروق في التدفق النفسي عند أساتذة التعليم الابتدائي للغة الإنجليزية تبعاً لمتغير الخبرة

المتغيرات	أقل من عام		من عام إلى 5 سنوات		من 5 سنوات إلى عشر سنوات		اختبار (F)	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة	المعنوية
التدفق النفسي عند أساتذة التعليم الابتدائي للغة الإنجليزية	1.44	0.30	1.49	0.16	1.61	0.45	0.826	0.443

يتضح من الجدول أعلاه أنه لا يوجد اختلافات جوهرية بين الأساتذة فيما يتعلق باستجاباتهم نحو التدفق النفسي وذلك تبعاً لمدة الخبرة، حيث تشير قيم اختبار "F" ومعنويتها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.05 بين الأساتذة فيما يتعلق باستجاباتهم نحو التدفق النفسي وذلك تبعاً لمدة الخدمة. بما أن قيمة Sig. 0.443 > 0.05، فإن الفرق بين المجموعات غير دال إحصائيًا. هذا يعني أنه لا توجد فروق جوهرية في مستوى التدفق النفسي بين الأساتذة باختلاف مدة خبرتهم. وعليه نرفض الفرضية. البحثية ونقبل الفرضية البديلة التي مفادها أنه لا توجد فروق في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الخبرة.

وهذا ما يشير إلى أن مستوى الخبرة لا يعد عاملاً حاسمًا في تحديد درجة شعور الأساتذة بحالة التدفق أثناء عملهم. ويمكن تفسير ذلك بكون التدفق النفسي مرتبطًا بدرجة أكبر بالخصائص الذاتية للفرد – مثل الشغف، التركيز، والقدرة على مواجهة التحديات – أكثر من ارتباطه بالعوامل الزمنية أو المهنية. وتتفق هذه النتيجة مع ما خلصت إليه دراسة مسقي فرح (2023) حول التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي و بيّنت هذه الدراسة غياب فروق إحصائية في متوسطات التدفق النفسي تعزى لمتغير سنوات الخبرة. وهذه النتيجة تُثير الانتباه إلى عوامل أخرى قد تكون مؤثرة في تجربة التدفق لدى المعلم، مثل طبيعة المادة المدرسة، الخصوصية الثقافية، والمستوى التعليمي الذي يُدرس فيه. وتختلف هذه النتيجة عن الطابع العام للدراسات السابقة،مثل دراسة عبد الجواد (2017) التي ركزت على العلاقة بين التدفق النفسي ومؤشرات ذاتية داخلية كإدارة الذات وتقدير الذات، ولم تتناول الفروق المرتبطة بالخبرة المهنية. وهذا يعزز من فرضية أن التدفق النفسي يتطلب عوامل نفسية نوعية، وليس بالضرورة تراكمًا في الخبرة الزمنية.

3-4 عرض وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

والتي مفادها "يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية". تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لقياس ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي حسب "الحالة الاجتماعية".

جدول رقم (11): الفروق في التدفق النفسي عند أساتذة التعليم الابتدائي للغة الإنجليزية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

المتغيرات	أعزب (ة)		متزوج (ة)		مطلق (ة)		اختبار (F)	
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	القيمة	المعنوية
التدفق النفسي عند أساتذة التعليم الابتدائي للغة الإنجليزية	1.47	0.25	1.53	0.21	1.25	0.29	1.37	0.262

نلاحظ من المتوسطات أن فئة "العزاب" لديهم أعلى متوسط في التدفق النفسي (1.47)، يليهم المتزوجون (1.35)، ثم المطلقون (1.29). رغم هذا التفاوت البسيط، إلا أن اختبار (F) أظهر قيمة منخفضة جدًا (0.262). والأهم أن مستوى الدلالة (Sig 0.262) أكبر من 0.05، ما يدل على أن هذه الفروق غير معنوية إحصائيًا. وعليه نرفض الفرضية البحثية ونقبل الفرضية البديلة التي مفادها أنه لا توجد فروق في مستوى التدفق النفسي تعزى الحالة الاجتماعية . يمكن تفسير هذه النتيجة من خلال كون الحالة الاجتماعية – سواء كان الأستاذ متزوجًا أم أعزبًا – لا تمثل عاملاً حاسمًا في تحديد مستوى التدفق النفسي أثناء ممارسة التدريس. فالتدفق النفسي، بحسب نظرية (2002) " Nakamura " ، يرتبط أساسًا بدرجة الانخراط التام في النشاط، وتحقيق التوازن بين التحدي والمهارة، إلى جانب شعور الفرد بالتحكم والمعنى داخل اللحظة الآنية. وكل هذه الجوانب تميل إلى التأثر بالعوامل النفسية الداخلية للفرد أكثر من تأثرها بظروفه الاجتماعية مثل الزواج أو العزوبية. عند مقارنة هذه النتيجة بالدراسات السابقة، يمكن القول إن دراسة عبد الجواد (2017) لم تتناول متغير الحالة الاجتماعية بشكل مباشر ضمن متغيراتها البحثية، بل ركزت على العلاقة بين التدفق النفسي وإدارة الذات ومعنى الحياة لدى طلبة الجامعة، مما يعني أنها لا

تقدم دعما مباشرا أو معارضة لنتيجة هذه الفرضية. ومع ذلك، فإن تركيزها على المتغيرات النفسية الداخلية يعزز الفكرة القائلة بأن العوامل الذاتية أهم من العوامل الاجتماعية الظرفية في تفسير التدفق النفسي . أما دراسة "جريش "(2017)، فهي أيضًا لم تتطرق إلى متغير الحالة الاجتماعية، بل ركزت على عادات العقل، واليقظة العقلية، وتقدير الذات، وهي جميعها متغيرات نفسية داخلية. وقد وجدت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين التدفق النفسي وتلك العوامل، مما يشير مرة أخرى إلى أن التدفق يتأثر بعوامل معرفية وذاتية أكثر من تأثره بمتغيرات ديموغرافية مثل الحالة الاجتماعية. من هنا يتضح دور العوامل الذاتية الداخلية في التأثير على التدفق النفسي، كما أن غياب تناول مباشر لمتغير الحالة الاجتماعية في تلك الدراسات يدعم فكرة أنه لا يُعد من العوامل الجوهرية عند دراسة هذا المفهوم.

خاتمة :

تُعد ظاهرة التدفق النفسي من الظواهر النفسية المهمة التي تؤثر بشكل مباشر على جودة الأداء المهني داخل الوسط التربوي، لاسيما لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي، حيث يواجهون جملة من التحديات المهنية والنفسية الناتجة عن إدراج هذه المادة حديثًا في هذا الطور، وما يتطلبه ذلك من جهود إضافية وتكيّف مع متطلبات البيئة التعليمية.

وقد تم بناء هذه الدراسة انطلاقًا من ملاحظة ميدانية لمجموعة من الصعوبات التي يعاني منها الأساتذة في هذا السياق، حيث تم تصميم استبيان يرتكز على أربعة أبعاد أساسية: التحديات المهنية والعملية، الجانب النفسي والعاطفي، الإحساس بالإنجاز والتحفيز، وأخيرًا التوازن بين العمل والحياة الشخصية. وقد استُخدمت في تحليل المعطيات مجموعة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة الفرضيات، أبرزها اختبار (T) لعينة واحدة وتحليل التباين الأحادي (ANOVA)، بما يضمن الموضوعية والدقة في الوصول إلى نتائج علمية موثوقة. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود مستوى منخفض للتدفق النفسي لدى أساتذة اللغة الإنجليزية في التعليم الابتدائي، دون تسجيل فروق ذات دلالة إحصائية تعزى

إلى متغيرات مثل الخبرة المهنية، الحالة الاجتماعية، أو السن، وهو ما يعكس الحاجة المُلِحّة إلى تعزيز الدعم النفسي والمهني لهذه الفئة.

مقترحات الدراسة:

على ضوء النتائج المتحصل عليها تقترح الباحثتين ما يلي:

- ✓ تعزيز بيئة العمل الإيجابية داخل المدارس، من خلال توفير الإمكانيات والوسائل البيداغوجية اللازمة، وتخفيف الأعباء الإدارية.
- ✓ يُنصح بتخفيف عدد الحصص الدراسية التي يدرسها الأستاذ الواحد، وتنظيم الجدول الدراسي بطريقة تقلل من العمل في مدارس متعددة، لتقليل الضغوط المهنية وتحسين جودة الأداء التدريسي.
- ✓ يُوصى بتفعيل برامج دعم نفسي وتدريب على تقنيات إدارة الضغوط النفسية والتوتر، لتعزيز القدرة على التعامل مع الضغوط المهنية والعاطفية وتحسين الحالة النفسية للأساتذة.
- ✓ توسيع نطاق البحث ليشمل عينات أكبر ومناطق مختلفة، ودراسة عوامل أخرى محتملة تؤثر على التدفق النفسي

المراجع:

1. أحمد عبد أحمد. أحمد (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالشعور بالسعادة النفسية لدى طلبة الجامعات العراقية (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة بغداد.
2. الهاص سيد أحمد. (2010)، *التدفق النفسي والقلق الاجتماعي لدى عينة من المراهقين مستخدمي الأنترنت*، دراسة سيكومترية إكلينيكية. المؤتمر الخامس، جامعة عين شمس – مركز الإرشاد النفسي.
3. العبيدي ابراهيم، عفران خليل (2016). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء متغير الجنس والتخصص الدراسي. في المؤتمر العلمي الدولي "مقدمات ونتائج لإصلاح التربية والتعليم في العراق: كليات التربية أنموذجا"، كلية التربية للعلوم الإنسانية (ابن الرشد)، جامعة بغداد، العراق.

4. جريش، إيمان(2017)، التدفق النفسي وعلاقته بعادات العقل و اليقظة العقلية و تقدير الذات لدى طلبة الجامعة ، مجلة كلية التربية ،جامعة كفر الشيخ ،كلية التربية ، مجلد 26،العدد 05، ص ص 199 -296
5. طيبي مريم، سميان لامية (2024)، تدفق النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى أساتذة تعليم المتوسط، مجلة دراسات نفسية واجتماعية، المجلد 12، العدد 01.
6. عبد الأمير عماد، (2015)، العلاقة بين التدفق النفسي والتفاؤل والابداع لدى طلبة الدراسات العليا، مجلة دراسات نفسية، المجلد 01، العدد 03.
7. عبد الجواد أحمد، (2017)، التدفق النفسي ومعنى الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة العلوم النفسية والتربوية، المجلد 05، العدد 02.
8. مسقي فرح، (2023). التدفق النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدى أساتذة التعليم المتوسط، دراسة ميدانية بولاية غرداية، المجلد 02، العدد 08.
9. نايلي سهام. (2021). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي قائم على خبرة التدفق النفسي في تنمية توليد الذات والتوافق الدراسي لدى عينة من تلاميذ أولى ثانوي ببلدية الجلفة. أطروحة دكتوراه في علم النفس المدرسي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة زيان عاشور – الجلفة.

10-Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The Psychology of Optimal Experience. Harper & Row .

11-Nakamura, J., & Csikszentmihalyi, M. (2002). The Concept of Flow. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of Positive Psychology. Oxford University Press .