

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

"دراسة سيكومترية على عينة من طلبة جامعة الوادي"

امباركة مصطفى¹. أ.د. خليفة زواري أحمد

جامعة الوادي - mostefaoui@univ-eloued.dz - mebarka-

جامعة الوادي - khalifa-zouariahmed@univ-eloued.dz

مخبر علم النفس العصبي المعرفي والاجتماعي جامعة الوادي (الجزائر)

تاريخ الاستقبال: 2026/03/10؛ تاريخ القبول: 2026/05/31؛ تاريخ النشر: 2026/06/10

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى إعداد وتطبيق مقياس لقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي، أين استخدمنا المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، وتم عرض خطوات بناء المقياس، والتحقق من خصائصه السيكومترية، حيث طبق على عينة قوامها (50) طالب وطالبة من كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وكلية العلوم الدقيقة بجامعة الوادي، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية. أين قدر الصدق بطريقة صدق المحكمين باعتماد (80%) كنسبة لاتفاق الخبراء، وصدق الاتساق الداخلي بين درجة البند والدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.28-0.77) وصدق الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس، تراوحت معاملات الارتباط ما بين (0.78-0.91)، كما تراوحت قيمة معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ ما بين (0.60-0.84)، وبذلك تحقق للمقياس خصائص سيكومترية مقبولة تجعله مهياً للتطبيق ومكوناً من (38) بند. الكلمات المفتاحية: تدفق نفسي؛ طلبة الجامعة؛ مقياس.

Abstract:

This study aimed to develop and apply a scale for measuring psychological flow among university students. The descriptive approach was employed due to its suitability to the nature of the study. The procedures for constructing the scale and verifying its psychometric properties were presented. The scale was administered to a sample of 50 male and female students from the Faculty of Social and Human Sciences and the Faculty of Exact Sciences at the University of El Oued, selected through stratified random sampling.

Validity was assessed using expert judgment validity, with an agreement rate of 80% adopted as the criterion for expert consensus, as well as internal consistency validity between item scores and the total score of the scale, where correlation coefficients ranged between 0.28 and 0.77. Internal consistency validity between the total score of each dimension and the overall scale score was also examined, with correlation coefficients ranging between 0.78 and 0.91. Reliability coefficients using Cronbach's Alpha ranged between 0.60 and 0.84. The findings indicated that the scale possesses acceptable psychometric properties, making it suitable for application, and it consists of 38 items.

Keywords: Psychological Flow; University Students; Scale.

مقدمة:

يعدّ علم النفس الإيجابي من الفروع الحديثة في علم النفس، التي تهتم بمكامن القوى في النفس البشرية ويهدف إلى تحقيق التطور الإيجابي للأفراد، كما يركز أيضا على المشاعر الإيجابية التي تمكن الفرد من أن يعيش حياة هادئة ومرضية تؤدي به إلى توظيف أقصى قدراته لتحقيق غاياته، مما يعزز الأداء الأمثل للفرد، الذي يسهم في سعادة الفرد ورفاهيته وتطور المجتمع. ومن بين المفاهيم المرتبطة بعلم النفس الإيجابي التدفق النفسي، الذي يعتبر حالة نفسية إيجابية تجعل الطلبة يستمتعون بأنشطتهم الدراسية، ويطورون من مهاراتهم، ويتحسن أداءهم للأفضل، ونظرا للأهمية البالغة للتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، تتمحور الدراسة الحالية حول بناء أداة قياس لقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.

الإشكالية:

يعتبر التدفق النفسي من المفاهيم الإيجابية التي ترتقي بالحياة لمستوى أفضل، وتصل بالفرد إلى توظيف أعلى طاقاته النفسية والتحكم فيها، كما يتم استثمار الانتباه بجرية لتحقيق أهداف الفرد، ويشعر المرء بعد تجربة التدفق بأنه أكثر قدرة ومهارة، ويؤدي التدفق أيضا إلى تحقيق التكامل الداخلي لأن الأفكار والنوايا والمشاعر والحواس تركز على نفس الهدف (Csikszentmihalyi, 1990, p. 3).

هذا؛ وتختلف الأنشطة المحددة التي يستمد منها الأفراد تجارب التدفق، حيث كشفت المقابلات مع الذكور والإناث من مختلف الأعمار والفئات والخلفيات الثقافية أن حالة التدفق يمكن أن تنشأ من المشاركة في مجموعة مختلفة من الأنشطة مثل ألعاب القوى، إجراء الجراحة، العمل، الدراسة... (Schmidt, 2010, p.605).

وبالتالي يمثل التدفق النفسي في المرحلة الجامعية أهمية كبرى، كونه يعمل على تشجيع الطالب على تكرار الأنشطة التي يستمتع بها وبجها، ويجعله يفضل ويحب البقاء فيها لفترة طويلة وهذا يحقق له الاستمتاع مما يدفعه إلى الارتقاء بمستوى أدائه وتجويده، كما يشير (Fongetal, 2014) إلى أن التدفق النفسي وسيلة لتحسين أداء الطالب الجامعي، والارتقاء به إلى الأفضل، كما أنه يعدّ بمخاطبة قوة تحفز الطالب داخليا وتعزز آداه وتمنحه مزيدا من التركيز والعزيمة والمثابرة، وما لذلك من أثر فعال في زيادة مستوى الأداء، ويدعم ذلك ما ذكره (Burke, 2016) من أن التدفق النفسي يرتبط بالعواطف الإيجابية فالطلبة مرتفعي المشاعر الإيجابية هم أكثر انخراطا في سلوكيات المواظبة والتنظيم، والتفكير الإيجابي والتصرف بطريقة أكثر إبداعية كما أنها تعزز النمو للمتعاضد للعمل الفردي (خشبة، 2017، 238-239).

كما يوفر المرور بحالة التدفق مكافآت داخلية والتي تشجع الطالب على المثابرة في نشاط ما والعودة إليه (غباري، 2018، 348)، ويترتب على الشعور بالتدفق النفسي آثار إيجابية منها خفض الشعور بالملل واللامبالاة، وتقوية الثقة بالنفس والاستقلالية، تنمية التفكير الإبداعي، تنمية مستوى الطموح ودافع الإنجاز وتنمية القدرة على مواجهة التحديات في الأداء، وتنمية الفاعلية الذاتية وتحمل المسؤولية (عبد إبراهيم، 2018، 20).

وانطلاقا من أهمية التدفق النفسي ودوره في زيادة مستوى الأداء لدى الطالب الجامعي، تهدف هذه الدراسة إلى بناء أداة لقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي وذلك لعدم توفر مقاييس مناسبة للبيئة المحلية في هذا المجال.

أسئلة الدراسة:

- هل يتمتع مقياس التدفق النفسي المعد في الدراسة الحالية بدلالات صدق؟

- هل يتمتع مقياس التدفق النفسي المعد في الدراسة الحالية بدلالات ثبات؟

أهداف الدراسة:

- إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

- التعرف على دلالات صدق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.
- التعرف على دلالات ثبات مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.

أهمية الدراسة:

- قد تسهم الدراسة الحالية في إثراء الأدب النظري المتعلق بموضوع التدفق النفسي.
 - قد تفيد هذه الدراسة القائمين على العملية على العملية التعليمية في زيادة الاهتمام بالتدفق النفسي لدى الطالب الجامعي، لما له من أهمية في تنمية مهارات الطالب وزيادة أدائه الأكاديمي وتحسينه، والذي ينعكس إيجاباً على الجامعة والمجتمع على حد سواء، والمساهمة في ازدهار المجتمع وصناعة نمطه، واللاحق بركب الدول المتقدمة.
 - تأتي أهمية الدراسة الحالية كونها تقدم مقياس يمكن أن يستفيد منه الباحثين في قياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.
- حدود الدراسة:** تتحدد الدراسة الحالية ب:

الحدود المكانية: اقتصرَت الدراسة على الكليات التالية من جامعة الوادي: كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية وكلية العلوم الدقيقة.

الحدود الزمنية: أجريت الدراسة الحالية خلال شهر أكتوبر من السنة الدراسية: 2022/2021.

تحديد مصطلحات الدراسة:

- التدفق النفسي: هو حالة نفسية يعيشها الطالب الجامعي عند ممارسته لأي نشاط تعليمي مرغوب، يتحقق فيها الاندماج، مع المشاعر الإيجابية، وتكون مهاراته في حالة توافق تام مع مهاراته في حالة توافق تام مع تحديات النشاط، مع بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته، ويعبر عنها بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب على مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي المعد في الدراسة الحالية.

- الاندماج أثناء تأدية النشاط المرغوب: يتجسد في اهتمام الطالب الجامعي بالنشاط التعليمي المرغوب فيه، وتوجيه التفكير المستمر لكافة جوانبه، مع الفهم العميق له، والسعي لزيادة المعلومات الخاصة به.

- المشاعر الإيجابية: وتتجسد في شعور الطالب الجامعي بالمتعة والسعادة عند تأدية نشاطه التعليمي، وإحساسه بارتياح كبير في إنجازه.

- التوافق التام بين مهارات الطالب وتحديات النشاط: هو تمكن الطالب الجامعي من إنجاز النشاط التعليمي بدقة وإتقان عالين، مع إحداث توافق بين مهارته ومهارات نشاطه، وتجاوز كل العقايل والصعوبات بثبات وتحدي من أجل تطوير أدائه للأفضل.

- بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته: هو سعي الطالب الجامعي لتحقيق أهدافه الدراسية برغبة ومسؤولية، وإقباله على النشاط التعليمي بحماس وحيوية، وبذل أقصى ما يملك من جهد ووقت، دون إحساس بالتعب في إنجازه وإتقانه.

الإطار النظري

- مفهوم التدفق النفسي:

قام تشيكرنتي ميهالي عبر عقود من الزمن بدراسات نوعية وكمية ومقابلات شخصية مكثفة لآلاف الأشخاص ومن خلالها جاء استخدامه لمصطلح التدفق النفسي، حيث تناول ميهالي العديد من التعاريف وتم تبني التعاريف الآتية التي تناسب الدراسة الحالية:

تعريف تشيكرنتي ميهالي (1975) للتدفق النفسي: هو احساسات كلية يشعر بها الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها

ثم عاد تشيكزنكي ميهالي(1990): ووصف حالة التدفق بأنها حالة يجد فيها المرء نفسه مندمجا بصورة تامة في النشاط أو العمل الذي يقوم به، مع تجاهل تام لأي أنشطة أو مهام أخرى؛ مع تحقق حالة من الاستمتاع الشخصي بخبره المرء لمجرد القيام بالفعل أو العمل لذاته والاستعداد للتضحية وبذل كل المجهود وتكريس كل الوقت لإنجاز هذه المهمة(أبو حلاوة، 2013، 14).

ويضيف ميهالي(1995): بأن التدفق حالة من الإحساس من بالبهجة والاستمتاع، والدافعية الداخلية والرضا، والتنعيم والاندماج التام في نشاط معين(الأسود والأسود، 2020، 57).

وأضاف تشيكزنكي ميهالي(1996): تعريف آخر لحالة التدفق يربطه بما يعرف بالتوازن بين مستوى قدرات ومهارات الفرد وطبيعة المهام والتحديات التي يواجهها وذلك بقوله " إن التدفق حالة من التركيز العميق تحدث عندما يندمج الناس في التعامل مع مهام تتطلب تركيزا شديدا ومثابرة ومواصلة بذل الجهد، وهذه الحالة تتحقق أيضا عندما يكون مستوى قدرات ومهارات الفرد في حالة من التوازن التام مع مستوى التحدي والصعوبة المرتبطة بمهمة، خاصة المهام ذات الأهداف خاصة المهام ذات الأهداف المحددة والتي تقدم تغذية راجعة فورية.(أبو حلاوة، 2013، 14)

وعليه ومن خلال التعاريف السابقة تستنتج الباحثة التعريف التالي:

التدفق النفسي: هو الحالة الداخلية الإيجابية التي تنشأ نتيجة أداء نشاط جذاب يرغب الفرد، تجعله يستثمر كافة قدراته ومهاراته إلى أقصى حد ممكن وتطويرها، وتستغرق كل وقته وجهده ويصبح في انسجام تام مع النشاط يؤديه.

نظرية التدفق النفسي:

ظهرت نظرية التدفق النفسي بعد عدة سنوات من تأمل ميهالي في نتائج أبحاثه التي تناولت سبب سعي الناس وراء أهداف بحماس شديد في غياب المكافآت الخارجية ، وتم تصنيف التدفق النفسي 1990 باعتبارها من أهم النظريات التي تهتم بوجود ما يسمى بالدوافع الفطرية والتي تركز على فكرة أن كل البشر لديهم الدوافع للمشاركة في الأنشطة المختلفة والتي يمكن من خلالها استخلاص الخبرات المميزة أو الحصول على حالة من التدفق النفسي، ويمكن وصف هذه الحالة بأنها تنشأ عندما ينغمسون في عمل شيء ما يضيفي عليهم أجواء من المرح والسرور، ومن الواضح أن القدرة على الانغماس والاستغراق في تلك الأنشطة لا يتلاشى مع تقدم العمر، وترتكز النظرية على عامل مهم يعد أحد العوامل الرئيسة لها وهو التوازن بين مستوى المهارات التي يمتلكها الفرد والتحدي المنبثق عن النشاط الذي يقوم به الفرد، وقد تم إضافة بعض الخصائص الإضافية لها وهي فقدان الزمن، الشعور بالتركيز الشديد على الهدف ، التغذية الراجعة المرتدة واستخدام المهارات بصورة قد تبدو عفوية.

وتفترض النظرية أن التجارب المحفرة في جوهرها تؤدي إلى التجربة المثلى والتي تعرف بالتدفق والذي يؤدي إلى أعلى مستويات الأداء كما يقود إلى سلوكيات الاستكشافية والتكرار المستمر للنشاط، وبذلك فهو يساهم في تحقيق مستوى أفضل للأداء(خشبة، 2017، 235).

وحسب النظرية فإن التدفق هو تجربة مثلى تؤدي إلى أعلى مستويات الأداء حيث يتميز بالتركيز الشديد على الهدف والاستمتاع بالنشاط والتوازن بين التحدي والمهارة تغذية راجعة مرتدة فورية وفقدان الشعور بالزمن.

أبعاد التدفق النفسي: توصل ميهالي بعد دراسات عديدة ومقابلات شخصية مكثفة مع أشخاص من مسارات عديدة في الحياة أن الحالة الذاتية التي تنشأ لديهم تمتلك الخصائص التالية وذلك وفقا لكتاباته سنة 1990:

- التوازن بين التحدي والمهارة.

- اندماج بين الفعل والوعي (الحالة النفسية).

- أهداف مدركة وواضحة.

- تغذية غير غامضة.

- تركيز تام في المهمة أو العمل.
- إحساس بالضبط أو السيطرة.
- غياب الوعي أو الشعور بالذات.
- الإحساس إما بسرعة مرور الزمن أو بطء مروره.
- الاستمتاع الذاتي والذي يشير إلى خبرات داخلية (القيام بالعمل أو أداء النشاط وإنجاز المهمة هو الهدف في حد ذاته دون انتظار لإثابة من الخارج) (أبو حلاوة، 2013، 20).
- يتبين مما سبق أن خصائص التدفق تجعل من النشاط الدراسي جذابا وممتعا وغير ممل للطالب يدفعه الى الاقبال عليه وتكراره وإنجازه بإتقان مما يسهم في تحسين الأداء الأكاديمي.
- الدراسات السابقة:

بعد مراجعة أدبيات موضوع الدراسة سيتم عرض ما تم الحصول عليه من دراسات سابقة ذات صلة بالموضوع، على النحو التالي:

- دراسة العبودي(2018):

هدفت إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة، والكشف عن ما إذا كان هناك فروقا في مستوى التدفق النفسي وفقا لمتغير الجنس والتخصص ومتغير الترتيب الولادي، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي وتكونت العينة من (300) طالب وطالبة من طلبة كلية التربية الأساسية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، وتم تطبيق مقياس التدفق النفسي الذي تم بناؤه من قبل الباحث بعد أن تم التحقق من خصائصه السيكومترية، وأظهرت النتائج أن طلبة الجامعة يتميزون بمستوى جيد من التدفق النفسي، وأن لدى الذكور والإناث مستوى متقارب من التدفق النفسي، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير التدفق وفق التخصص(علمي - أدبي)، ولا توجد فروق في مستوى التدفق حسب الترتيب الولادي.

- دراسة الأسود والأسود(2020):

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، والكشف عن ما إذا كانت هناك فروقا في مستوى التدفق النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص الدراسي، وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (82) طالبا وطالبة من طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وقد تم تطبيق مقياس التدفق النفسي ل(ناصيف 2015)، وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من التدفق النفسي لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة في مستوى التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس، ووجود فروق في التخصص والمستوى الدراسي.

- تشترك الدراسة الحالية مع دراسة العبودي(2018) في بناء مقياس للتدفق النفسي لدى الطالب الجامعي ودراسة خصائصه السيكومترية.

- اتفقت الدراسة الحالية مع الدراستين السابقتين في المنهج المتبع والعينة التي شملت طلبة الجامعة.
- تتميز الدراسة الحالية عن الدراستين السابقتين في هدفها الرئيس المتمثل في بناء أداة لقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي ودراسة خصائصه السيكومترية.

إجراءات الدراسة الميدانية

منهج الدراسة: اتبع في الدراسة الحالية المنهج الوصفي باعتباره المنهج المناسب لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها.

مجتمع الدراسة: يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة سنة أولى ليسانس وسنة ثانية ماستر بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية وكلية العلوم الدقيقة بجامعة الوادي للموسم الجامعي 2021/2022.

عينة الدراسة الاستطلاعية: شملت عينة الدراسة الاستطلاعية 50 طالبا وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية ذات التوزيع المتساوي بمقدار 25 طالب وطالبة لكل كلية والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (01): توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية تبعا للمستوى الدراسي والكلية

الكلية المستوى	العلوم الاجتماعية والإنسانية	العلوم الدقيقة	العدد الكلي	النسبة المئوية %
أولى ليسانس	12	12	24	48
ثانية ماستر	13	13	26	52
المجموع	25	25	50	100

يتضح من الجدول (01): أن عينة الدراسة الاستطلاعية بلغت 50 طالبا وطالبة من الكليتين، حيث بلغ عدد طلبة سنة أولى ليسانس في الكليتين 24 طالبا وطالبة بنسبة 48%، بينما بلغ عدد طلبة سنة ثانية ماستر 26 طالبا وطالبة بنسبة 52%. وعليه تم القيام بالدراسة الاستطلاعية وذلك على مستوى كليتي العلوم الإنسانية والاجتماعية والعلوم الدقيقة بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس.

أداة الدراسة: تم تصميم وإعداد مقياس التدفق النفسي وفق الخطوات التالية:

1- تحديد الهدف من المقياس:

تهدف الأداة إلى قياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي.

2- تعريف الخاصية تعريفا إجرائيا:

بعد الاطلاع على التراث النظري للتدفق النفسي والبحوث السابقة تم تحديد مفهوم نظري للتدفق النفسي بالاعتماد على تعريف نشيكرتي ميهالي (1975)، (1990)، (1997) ومن خلاله تم تحديد تعريف إجرائي للتدفق النفسي.

3- تحديد الأبعاد:

اشتقت الأبعاد من مكونات التدفق النفسي التي وضعها تشيكرتيميهالي (1990) وهي كالتالي:

أ- الانتباه الشديد والتركيز الذهني العالي أثناء تأدية النشاط المرغوب.

ب- المشاعر الإيجابية.

ت- التوافق التام بين مهارات الطالب وتحديات النشاط.

ث- بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته.

4- صياغة البنود:

في ضوء المراحل السابقة تم صياغة مجموعة من البنود تغطي كافة الأبعاد، وعليه شملت الأداة في صورتها الأولية على (52) بندا، بحيث كانت موزعة على الأبعاد على النحو التالي:

1- الانتباه الشديد والتركيز الذهني العالي أثناء تأدية النشاط المرغوب: وتضمنت (20 فقرة).

2- المشاعر الإيجابية: وتضمنت (09 فقرات).

3- التوافق التام بين مهارات الطالب وتحديات النشاط: وتضمنت (10 فقرة).

4- بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته: وتضمنت (13 فقرة).

5- مفتاح المقياس:

تم اعتماد بدائل الإجابة: أبدا/أحيانا/غالبا. أمّا عن تكميم البدائل: 3/2/1

6- التعليمات:

ورد في التعليمات بعض البيانات التي لها علاقة بمتغيرات الدراسة، وكيفية الإجابة على الفقرات مع إعطاء مثال توضيحي لذلك، وطمأنة المحيب بأن الإجابات لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

7- الخصائص السيكومترية لمقياس التدفق النفسي:

يعدّ الصدق والثبات من الخصائص السيكومترية التي يجب توافرها في أداة القياس حتى تكون صالحة للاستعمال، أي أن ما تقيسه الأداة يجب الوثوق فيه، والاعتماد عليها في جمع البيانات.

وبالتالي ينبغي التأكد من أن أداة القياس تقيس فعلا ما وضعت لقياسه ولا تقيس شيئا آخر، لكي تفيد من نتائجها في اتخاذ قرارات صائبة خاصة بالفرد والجماعة، كما أن الدرجات المستمدة من الأداة ينبغي أن تعبر عن المقدار الحقيقي للسمة التي تهدف إلى قياسها، أي مدى خلوها من الأخطاء الغير منتظمة التي تشوب القياس (أبو علام، 2002، 130-131).

وللتحقق من ذلك تم الاعتماد على عدة طرق وهي كالتالي: صدق المحكمين، صدق الاتساق الداخلي الثبات بطريقة التجزئة النصفية، الثبات بطريقة ألفا كرونباخ.

- الأساليب الإحصائية:

تم استخدام برنامج الرزم الإحصائية (spss)، أين تم تطبيق الأساليب التالية:

- معامل الارتباط بيرسون.

- معادلة ألفا كرونباخ.

- عرض نتائج الدراسة وتحليلها:

السؤال الدراسة: هل يتمتع المقياس المعد في الدراسة الحالية بدلالات صدق؟

وللإجابة على هذا التساؤل تم الاعتماد على عدة طرق هي:

1- صدق المحكمين:

هو أن يعرض المقياس على مجموعة من المحكمين ممن لهم خبرة سابقة في المجال الذي وضع له المقياس، وتؤخذ آرائهم في المقياس، ويعدل واضع المقياس مقياسه حسب ما يراه المختصون؛ فإذا تمّ له ذلك مع موافقتهم على صدق ما جاء في مفردات المقياس، اعتبر الباحث أقوالهم دليلا على صدق المقياس الذي استخدمه (الطيب، 1999، 212).

وعليه تم توزيع المقياس على مجموعة خبراء مكونة من تسعة (09) أساتذة، وكان المطلوب منهم: تحديد التعريف الإجرائي المناسب للخاصية والأبعاد، تقدير مدى انتماء كل فقرة للبعد تقدير مدى ملائمة الصياغة اللغوية للفقرات، بدائل الأجوبة مناسبة أم لا، تقدير مدى ملائمة التعليمات الموجهة للمبحوث وقد تمّ تحكيم الأداة الحالية، حيث تم استرداد (07) استمارات للأساتذة وقد اعتمدنا (80) بالمئة كنسبة قبول اتفاق المحكمين، حيث جاءت ملاحظات المحكمين حول تعديل الصياغة اللغوية أو تبسيط العبارة، وتعديل البعد الأول إلى " الاندماج أثناء تأدية النشاط المرغوب"، وقد كانت الفقرات التي شملها التعديل على النحو التالي: البعد الأول:

-الفقرات رقم(2-6-13-14-15-17-18-19-20) حذفت.

-الفقرات رقم(4-3-5-9-10-11-12-16) تم تعديلها وإعادة صياغتها.

-تمت صياغة فقرات جديدة وهي(01-02-08).

-الفقرة رقم(01) استخدمت في البعد الثاني.

البعد الثاني:

-الفقرة رقم(01) من البعد الأول.

-تعديل الفقرة رقم(02).

-إلغاء الفقرة رقم(04) والفقرة رقم(05).

البعد الثالث:

-تم حذف الفقرات رقم(03-04-06-09-10).

-صياغة ثلاث فقرات جديدة الفقرة رقم(21-23-26).

البعد الرابع:

-تعديل صياغة الفقرة رقم(02).

-تعديل صياغة الفقرة رقم(04) والفقرة رقم(05).

الصورة الأولى للمقياس بعد التحكيم:

بعد ما تم الأخذ بالتوجيهات والتعديلات المقترحة جاء المقياس في صورته الأولى بعد التحكيم يتكون من(38) فقرة موزعة على الأبعاد الأربعة بالشكل التالي:

1-الإندماج أثناء تأدية النشاط المرغوب(10) بنود، والتي شملت على البنود(1-5-9-13-17-21-26-30-34-36)

2-المشاعر الإيجابية(08 بنود)، والتي شملت على البنود(2-6-10-14-18-23-27-31)

3-التوافق التام بين مهارات الطالب وتحديات النشاط(08 بنود)، والتي شملت على البنود(3-7-11-15-19-28-32-24)

4-بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته(12 بند)، والتي شملت على البنود(4-8-12-16-20-25-29-33-35-36-37-38)

2-صدق الاتساق الداخلي:

هو قوة العلاقات الارتباطية وطبيعتها بين فقرات المقياس والاختبار ككل، أو بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للأداة(تيعزة، 2008، 25).

وذلك بهدف التحقق بأن مفردات المقياس تقيس متغيراً واحداً، وعليه تم حساب معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية للأداة والنتائج موضحة في الجدول(02) و(03):

جدول(02): معاملات صدق الاتساق الداخلي بين درجات البنود والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

البند	قيمة الارتباط	البند	قيمة الارتباط	البند	قيمة الارتباط	البند	قيمة الارتباط
1	0.56	23	0.58	11	0.44	20	0.43

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

0.57	25	0.45	15	0.67	10	0.36	5
0.54	29	0.61	19	0.37	02	0.49	9
0.57	33	0.61	28	0.62	06	0.45	13
0.75	35	0.58	32	0.68	18	0.53	17
0.75	37	0.61	24	0.62	14	0.57	21
0.56	22	0.51	04	0.71	27	0.37	26
0.65	38	0.60	08	0.54	31	0.55	30
/	/	0.63	12	0.28	03	0.41	34
/	/	0.77	16	0.48	07	0.50	36

دالة عند مستوى (0.01) وعند مستوى (0.05)

يتضح من الجدول (02) أن قيم معامل الارتباط بيرسون تراوحت بين (0.28-0.77) وهي دالة عند مستوى (0.01) و (0.05)، وبما أنه تقبل قيمة الصدق الأكبر من (0.49)، فإنه قد تم تعديل البنود التالية (5-13-26-2-11-15-20-34)، أما باقي البنود فقد تراوحت قيم الارتباط بين (0.49-0.77) وهي مقبولة تعبر مدى ارتباط البنود بالدرجة الكلية للمقياس.

جدول (03): معاملات الاتساق الداخلي بين الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

الأبعاد	الاندماج أثناء تأدية النشاط المرغوب	المشاعر الإيجابية	التوافق التام بين مهارات النشاط وتحديها	بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته
الدرجة الكلية للمقياس	0.80	0.90	0.78	0.91

يتضح من الجدول (03) أن كل بعد يرتبط ارتباط قوي مع الدرجة الكلية ودال عند مستوى دلالة (0.01)، حيث تراوحت قيم الارتباط بين (0.78-0.91)، ويتبين من كذلك أن أبعاد المقياس تقيس مفهوما واحدا، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي، وهذا يؤكد صدق درجات المقياس.

السؤال الثاني: هل يتمتع المقياس المعد في الدراسة الحالية بدلالات ثبات؟

للإجابة على السؤال تم الاعتماد على:

1- معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:

معامل (ألفا) يعكس مستوى العلاقات الارتباطية بين فقرات المقياس، ويمثل - بناءً على ذلك - الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، لأن الارتفاع في الارتباطات بين عناصر المقياس يدل على ارتفاع مستوى الاتساق الذي يمثل ارتفاع مستوى الثبات الاختبار (تيغزة، 2017، 11).

وقد تم اعتماد معامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية وطريقة معامل ألفا الطبقيّة وهي الطريقة التي قدمها كل من جلسر وكرونباخ وراجارتنام (1965) وتعطي هذه الطريقة تقديرا للثبات يتعامل مع الاختبار كجزأين أو أكثر منفصلين (غازي العمري، 2018،

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

(90)، وتأخذ هذه الطريقة بعين الاعتبار المجموعات الفرعية التي يتكون منها المقياس، وأسما هذه الصيغة المعدلة بمعامل ألفا التطبيقية وهي تتناسب مع المقياس المعد في الدراسة الحالية الذي يحتوي على أبعاد (تغزة، 2017، 14). وذلك بهدف تقدير قيمة أخطاء الصدفة التي تؤثر في الدرجات، وعليه قد بلغ معامل ثبات الأبعاد حسب ألفا التطبيقية وللدرجة الكلية كما يلي:

جدول (04): معاملات الاتساق لألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

أبعاد مقياس التدفق النفسي	قيمة ألفا كرونباخ
البعد الأول: الاندماج أثناء تأدية النشاط المرغوب	0.62
البعد الثاني: المشاعر الإيجابية	0.75
البعد الثالث: التوافق التام بين مهارات النشاط وتحديدها	0.60
البعد الرابع: بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته	0.84
مقياس التدفق النفسي	0.91

يتضح من الجدول (04) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ للأبعاد تراوحت بين (0.60-0.84)، حيث بلغت قيمة معامل ألفا للبعد الأول (0.62) وهو معامل ثبات متوسط مناسب، وبلغت قيمة معامل ألفا للبعد الثاني (0.75) وهو معامل ثبات مرتفع، وبلغت قيمة معامل ألفا للبعد الثالث (0.60) وهو معامل ثبات متوسط ومقبول، وبلغت قيمة معامل ألفا للبعد الرابع (0.84)، وهو معامل ثبات مرتفع، في حين بلغ معامل ألفا للدرجة الكلية 0.91 وهو معامل ثبات مرتفع وهذا يدل على أن درجات المقياس تتمتع بثبات مرتفع ومناسب.

خاتمة:

إنّ ما تقدم من أدلة وبيّنات تمثل حجة وافية وكافية لصدق درجات المقياس، حيث شملت تقدير الخطأ المنتظم العشوائي وذلك من خلال: صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي، كما شملت أيضا تقدير الخطأ العشوائي الغير منتظم الذي يشوب القياس وذلك من خلال: الثبات بطريقة ألفا كرونباخ، وهي أدلة تعكس صدق التأويل لدرجات المقياس المعد في الدراسة الحالية، وصلاحيته للاستخدام في قياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي، وبناء على النتائج المتوصل إليها؛ يمكن اقتراح بعض التوصيات الآتية:

- دعوة الباحثين إلى استخدام مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي في دراسات ميدانية وإضافة متغيرات أخرى لها صلة بالتدفق النفسي.

- دعوة الباحثين إلى الالتزام ما أمكن بالخطوات العلمية في بناء كل أداة تستخدم نتائجها لغرض اتخاذ القرار في أي مجال كانت.

قائمة المراجع:

- أبو حلاوة، محمد السعيد. (2013). حالة التدفق: المفهوم، والأبعاد، والقياس. شبكة العلوم النفسية العربية.
- الأسود، مهريه والأسود الزهرة. (2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح بورقلة، *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(1)، 55-69.
- بوسالم، عبد العزيز. (2014). القياس في علم النفس والتربية الأسس النظرية والمبادئ التطبيقية. دار قرطبة للنشر والتوزيع.
- تيغزة، محمد. (2008). نظرية الصدق الحديثة ومتضمناتها التطويرية لواقع القياس [بحث مقدم]. ندوة علم النفس " علم النفس والتنمية الفردية والمجتمعية"، كلية التربية، قسم علم النفس جامعة الملك سعود.
- تيغزة، محمد. (2017). توجهات حديثة في تقدير صدق وثبات أدوات القياس: تحليل نظري تقويمي وتطبيقي. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 4(1)، 7-29.
- خشبة، فاطمة السيد حسن. (2017). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية في ضوء المتغيرات الديموغرافية لدى المعلمين. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 27(96)، 316-221.
- عبد الحسن حبيب العبودي، علاء. (2018). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة، *مجلة الأستاذ*، 3(225)، 123-148.
- عبد إبراهيم، حسن. (2018). حالة التدفق النفسي وعلاقتها بمستوى الطموح لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق، *مجلة جامعة البعث*، 40(17)، 11-44.
- عبد الرحمن، سعد. (2008). القياس النفسي النظرية والتطبيق (ط.5). هبة النيل العربية للنشر والتوزيع.
- غباري، ثائر. (2018). علم النفس الإيجابي الاستكشافات العلمية والعملية لنقاط القوة البشرية. دار الفكر.
- غازي العمري، حسان. (2018). المقارنة بين ثلاث طرائق في تقدير ثبات الاختبارات المركبة التي تتضمن نوعين من الفقرات (ألفا، ألفا الطبقي، راجو). *مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس*، 16(02)، 85-102.
- محمد الطيب، أحمد. (1999). التقويم والقياس النفسي والتربوي. المكتب الجامعي الحديث.
- Csikszentmihalyi, Mihaly. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Row
- J A Schmidt. (2010). *Flow in Education: in book international al encyclopedia of Education*, pp605-611

ملحق(01): مقياس التدفق النفسي للطلاب الجامعي في صورته الأولية

جامعة الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

قسم علم النفس وعلوم التربية
* استمارة خاصة بصدق التحكيم *

أستاذي(ة) الكريم(ة): السلام عليكم

نحن بصدد إعداد مقياس يقيس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي، وعليه ارتأينا إشراككم في تصميم هذا المقياس تبعاً لطريقة من طرق قياس الصدق؛ والتي مفادها إشراك مجموعة من المحكمين في بناء أداة القياس، لذا نرجو منكم - أساتذتنا الكرام - إفادتنا في هذا الإنجاز، ولتسهيل مهمتكم، نضع بين أيديكم المعطيات الآتية:

أولاً- التعريف الإجرائي المعتمد للخاصية:

* التدفق النفسي: هو حالة نفسية إيجابية يعيشها الطالب الجامعي عند ممارسته لأي نشاط تعليمي مرغوب، يرافقها انتباه شديد وتركيز ذهني عالٍ، وتكون مهاراته في حالة توافق تام مع مهارات النشاط وتتحداها، مع فقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته. وهو الدرجة التي يتحصل عنها المفحوص عند الاجابة عن الاستبيان

* التعريف الإجرائي للأبعاد:

1_ الانتباه الشديد والتركيز الذهني العالي أثناء تأدية النشاط المرغوب:

يتجسد في اهتمام الطالب الجامعي بالنشاط التعليمي المرغوب فيه، وتوجيه التفكير المستمر لكافة جوانبه، مع الفهم العميق له، والسعي لزيادة المعلومات الخاصة به، بحيث يكون لديه هدف واضح وواقعي، ويصرّ الطالب على إنجازه.

2- المشاعر الإيجابية:

وتتجسد في شعور الطالب الجامعي بالمتعة والسعادة عند تأدية نشاطه التعليمي، وإحساسه بارتياح كبير في إنجازه.

3- التوافق التام بين مهارات الطالب ومهارات النشاط وتحدياتها:

هو تمكّن الطالب الجامعي من إنجاز النشاط التعليمي بدقة وإتقان عاليين، مع إحداث توافق بين مهاراته ومهارات نشاطه، وتجاوز كل العقابيل والصعوبات باجتهاد وعزيمة من أجل تطوير أدائه للأفضل.

4- بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته:

هو سعي الطالب الجامعي لتحقيق أهدافه الدراسية برغبة ومسؤولية، وإقباله على النشاط التعليمي بحماس وحيوية، وبذل أقصى ما يملك من جهد ووقت، دون إحساس بالتعب في إنجازه وإتقانه.

ثانياً- التعليمات الموجهة للمبحوثين:

أخي الطالب، أختي الطالبة:

تعرض عليك مجموعة من العبارات التي نود أن تجيب عنها بصراحة، بحيث تمثل رأيك الخاص بالنسبة لكل عبارة، وذلك بوضع علامة (x) في الخانة المقابلة للإجابة التي تختارها.

* مثال توضيحي:

العبارة	أبداً	أحياناً	غالباً
أجد رغبة قوية للقيام بنشاطاتي الدراسية.		x	

3-بدائل الأجوبة: أبداً / أحياناً / غالباً

** نطلب منكم أساتذتنا الكرام:

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

أ. تحديد التعريف الإجرائي الأنسب للخاصية:

التعريف الاجرائي	غير مناسب	مناسب	اقتراح البديل
التعريف الاجرائي للخاصية			إضافة وهو الدرجة التي يتحصل عنها المفحوص عند الاجابة عن الاستبيان
التعريف الاجرائي للبعد الثاني			
التعريف الاجرائي للبعد الثالث			
التعريف الاجرائي للبعد الرابع			

- التعليمة المقدمة للمبحوث:

التعليمات	غير مناسبة	مناسبة	اقتراح البديل

- بدائل الأجوبة:

البدائل	غير مناسبة	مناسبة	اقتراح البديل

الصياغة اللغوية: سليمة / ملائمة.

.....

ب. تقدير مدى انتماء كل فقرة للخاصية:

مثال توضيحي:

فقرات تعبر عن التدفق النفسي			
لا تعبر	تعبر نوعا ما	تعبر بشدة	
		*	- أجد رغبة قوية للقيام بنشاطاتي الدراسية.

هذه الفقرة تمثل التدفق النفسي؛ ونعبر عن هذا البعد بشدة(مثلا)

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

ملاحظات أخرى

.....

.....

العبارة	البعد الأول	لا تعبر	تعبر نوعاً ما	تعبر بشدة
الانتباه الشديد والتركيز الذهني العالي أثناء تأدية النشاط المرغوب.				
1 أجدر رغبة قوية للقيام بنشاطاتي الدراسية.				
2 أنجذب لدراستي دون غيرها من الأنشطة الحياتية.				
3 أفضل أداء واجباتي الدراسية في وقتها.				
4 لدي اهتمام بالغ بدراستي.				
5 تشغل دراستي كل وقتي.				
6 أداوم على الدراسة بشغف.				
7 أملك إرادة قوية لأداء واجباتي الدراسية.				
8 أحرص على أداء واجباتي المدرسية.				
9 أوجه تفكيري لدراستي.				
10 أستم في التفكير الدقيق لكافة جوانب دراستي.				
11 أحاول فهم دروسي بكافة عناصرها.				
12 أسعى للاستزادة بالمعلومات الخاصة بدراستي.				
13 لدي هدف واضح من دراستي.				
14 أهداني الدراسية وفق طاقتي وإمكاناتي.				
15 أبذل كل ما أستطيع لتحقيق أهدافي الدراسية.				
16 أصر بشدة على إنجاز نشاطاتي الدراسية.				
17 أملك خطوات منظمة لتنفيذ نشاطاتي الدراسية.				
18 أتجاوز الصعوبات لبلوغ هدي.				
19 أضع جدولاً لقياس مدى تنفيذ أهدافي الدراسية.				
20 أعطي الأولوية لأهدافي الدراسية في الوقت والجهد والمال.				
المشاعر الإيجابية	البعد الثاني	لا تعبر	تعبر نوعاً ما	تعبر بشدة
1 أحب القيام بواجباتي الدراسية.				
2 ينشرح صدري أثناء أدائي لنشاطاتي الدراسية.				
3 بملائي الفرح عند ممارسة نشاطاتي المفضل.				

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

4	دراسي تشعري بالبهجة.			
5	القيام بواجباتي الدراسية يدخل على نفسي السعادة.			
6	أحس بارتياح كبير عند مزاولة لدراسي.			
7	أشعر بالتحدي عند ممارسة نشاطاتي الدراسية.			
8	القيام بأداء الواجبات الدراسية يثير لدي الإحساس بالمتعة.			
9	أشعر بالإنجاز عند أي نجاح أحرزه من دراسي.			
البعد الثالث	التوافق التام بين مهارات الطالب ومهارات النشاط وتحديها	لا تعبر	تعبر نوعا ما	تعبر بشدة
1	أتمكن من انجاز نشاطاتي الدراسية كاملة.			
2	أنجح في أداء نشاطاتي الدراسية بدقة عالية.			
3	أنجز نشاطاتي الدراسية بتميز.			
4	أجتهد في انجاز نشاطاتي الدراسية بإتقان.			
5	أتجاوز الصعوبات التي تواجهني أثناء تأدية نشاطاتي الدراسية.			
6	أستطيع أداء نشاطاتي الدراسية بيسر.			
7	أعمل على تطوير مستواي الدراسي للأفضل.			
8	نشاطاتي الدراسية تتضمن الكثير من المهام الممتعة			
9	محتوى نشاطاتي الدراسية يلبي طموحاتي.			
10	أبدع في انجاز نشاطاتي الدراسية.			
البعد الرابع	بذل الجهد وفقدان الإحساس بالزمن ونسيان الطالب لذاته	لا تعبر	تعبر نوعا ما	تعبر بشدة
1	أسعى برغبة شديدة لإنجاز نشاطاتي الدراسية.			
2	أتحمل المسؤولية في تحقيق أهدافي الدراسية.			
3	أقبل على نشاطاتي الدراسية بحمة عالية.			
4	أنجز نشاطاتي الدراسية بحماس.			
5	أواظب على أداء واجباتي الدراسية بعزيمة وإصرار.			
6	أثابر على إنجاز نشاطاتي الدراسية بحيوية.			
7	أقوم بواجباتي الدراسية بجدية كبيرة.			
8	أبذل أقصى جهدي في إنجاز واجباتي الدراسية.			
9	لا أشعر بمرور الوقت وأنا أنجز نشاطاتي الدراسية.			
10	أقضي وقتا ممتعا عند قيامي بنشاطاتي الدراسية.			
11	أحس أن الوقت يمر بسرعة أثناء انشغالي بنشاطاتي الدراسية.			

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

12	أفضل القيام بالنشاط على النوم والراحة.		
13	أنسى شعوري بالتعب عند أدائي لنشاطاتي الدراسية.		

ملحق(02): مقياس التدفق النفسي للطالب الجامعي في صورته النهائية

جامعة الوادي

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس وعلوم التربية

التعليمات:

أخي الطالب؛ أختي الطالبة: نعرض عليك مجموعة من العبارات، التي نود أن تجيب عنها بصراحة بحيث تمثل رأيك الخاص بالنسبة لكل عبارة، وذلك بوضع علامة (X) في الخانة المقابلة للإجابة التي تختارها.

مثال توضيحي:

العبارة	أبدا	أحيانا	غالبا
أنجز أعمالي بمهمة عالية.		X	

واعلم أخي الطالب، أختي الطالبة أنه ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، وإنما الإجابة الصحيحة هي التي تمثل رأيك الشخصي، ولن تستخدم البيانات المعطاة إلا في أغراض البحث العلمي.

بيانات شخصية:

☐

الجنس: ذكر

☐

أنثى

المستوى الدراسي:

التخصص:

وشكرا

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

الرقم	الفقرات	أبدا	أحيانا	غالبا
1	أركز جل انتباهي أثناء أداء واجباتي الدراسية.			
2	يميلني الفرح عند ممارسة نشاطي المفضل.			
3	أتمكن من انجاز نشاطاتي الدراسية دون مساعدة أحد.			
4	أحاول تحقيق أهدافي الدراسية دون كلل أو ملل.			
5	أمعن النظر في حل واجباتي الدراسية قبل انائها.			
6	أجد رغبة قوية للمداومة على القيام بنشاطاتي الدراسية.			
7	أنجح في أداء نشاطاتي الدراسية بدقة.			
8	أقبل على انجاز نشاطاتي الدراسية برغبة وهمة.			
9	أحرص على فهم دروسي بتركيز ذهني على العناصر الأساسية.			
10	أشعر بالنشاط والحيوية أثناء أدائي لنشاطاتي الدراسية.			
11	أتحدى قدراتي في انجاز نشاطاتي الدراسية.			
12	أنجز نشاطاتي الدراسية بحماس.			
13	أوجه تفكيري نحو إيجاد حلول جديدة للمشكلات.			
14	أشعر بالتحدي عند أداء واجباتي الدراسية.			
15	أتجاوز الصعوبات التي تواجهني أثناء تأدية نشاطاتي الدراسية.			
16	أواظب على أداء واجباتي الدراسية بعزيمة واصرار.			
17	أهتم بكل ما يسند إلي من مهام تعليمية (واجبات، بحوث..).			
18	أحس بارتياح عند مزاولتي دراستي بشكل يومي.			
19	أوفق بين مهاراتي وبين طبيعة نشاطاتي الدراسية.			
20	أثابر على انجاز نشاطاتي الدراسية حتى أنسى ذاتي.			
21	أسعى لإثراء محتوى دروسي بمعلومات جديدة.			
22	أفضل القيام بالنشاط على النوم والراحة.			
23	أحب القيام بواجباتي الدراسية بجدارة.			
24	أشعر بالانسجام النفسي حين أمارس نشاطاتي الدراسية.			
25	أقوم بواجباتي الدراسية بجدية ومسؤولية.			
26	أحرص على انهاء واجباتي الدراسية في حينها.			
27	يتملكني الاحساس بالمتعة وأنا أقوم بواجباتي الدراسية.			
28	أعمل على تطوير مستواي الدراسي للأفضل.			
29	أستمتع بإنجاز واجباتي الدراسية رغم كثرتها.			
30	أستغرق وقتا ممتعا في فهم دروسي حين أراجعها.			

إعداد وتطبيق مقياس التدفق النفسي لدى الطالب الجامعي

			أشعر بالإنجاز عند أي نجاح أحرزته من دراستي.	31
			نشاطاتي الدراسية تتضمن مهامًا ممتعة بالنسبة لي.	32
			لا أشعر بمرور الوقت وأنا أنجز نشاطاتي الدراسية.	33
			أستمر في التفكير حين لا أجد حلاً لواجباتي الدراسية.	34
			أقضي وقتًا ممتعًا وأنا أقوم بنشاطاتي الدراسية.	35
			أصر على إنجاز نشاطاتي دون الشعور بمرور الوقت.	36
			أحس أن الوقت يمر بسرعة أثناء انشغالي بنشاطاتي الدراسية.	37
			أنسى شعوري بالتعب عند أدائي لنشاطاتي الدراسية.	38