

Psychological Flow and Psychological Hardiness Among a Sample of Medical Students at the University of Tobruk

Magdi Gomaa Hamad ^{*1}, Mohammed Omar Israfil²

^{1,2} Department Psychology, Faculty of Arts, University of Tobruk, Libya

* Email (for reference researcher): Dr.Magdi@tu.edu.ly

التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى عينة من طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق

مجدي جمعة حمد^{*1}، محمد عمر اسرافيل²

^{1,2} قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة طبرق، ليبيا

تاريخ الاستلام: 2026-05-25، تاريخ القبول: 2026-08-05، تاريخ النشر: 2026-08-06

Abstract

The present study aims, in general terms, to examine the levels of psychological flow and psychological hardiness among students enrolled in the Faculty of Human Medicine at the University of Tobruk. More specifically, it seeks to explore the nature of the relationship between psychological flow and psychological hardiness among these students, as well as to investigate potential differences in these variables according to gender, nationality, and academic level. The researchers adopted a descriptive method. The sample consisted of 59 male and female medical students selected through systematic random sampling. Two standardized instruments were employed: the Psychological Flow Scale developed by Susan A. Jackson and Herbert W. Marsh (1996), translated and adapted into Arabic by Al-Ukaili and Al-Muhamadawi (2015), and the Psychological Hardiness Scale developed by Mukhaymar (2002). The psychometric properties of both instruments were verified through a pilot study prior to their final administration. The findings revealed that medical students at the University of Tobruk demonstrated high levels of both psychological flow and psychological hardiness. Furthermore, the results indicated a strong and statistically significant positive correlation between psychological flow and psychological hardiness among the study participants. However, no statistically significant differences were found in either variable with respect to gender (male/female), nationality (Libyan/non-Libyan), or academic level (first, second, third, or fourth year).

Keywords : Psychological Flow; Psychological Hardiness; Medical Students.

الملخص

تهدف الدراسة الحالية بشكل عام إلى التعرف على مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق، وبشكل خاص تهدف إلى معرفة العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى هؤلاء الطلاب، بالإضافة إلى معرفة الفروق في هذه المتغيرات تبعاً لمتغيرات: (الجنس، والجنسية، والمرحلة الدراسية). واعتمد الباحثان في هذه الدراسة على المنهج الوصفي. وتكونت عينة الدراسة من (59) طالب وطالبة من طلاب كلية الطب البشري، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتظمة. وأستخدم الباحثان مقياس التدفق النفسي (Jackson & Marsh 1996)، ترجمة وتعريب العكيلي والمحمدأوي (2015)، ومقياس الصلابة النفسية من إعداد مخيمر (2002) تم التحقق من خصائصهما السيكومترية على دراسة استطلاعية قبل التطبيق النهائي. وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن كل من مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق كان مرتفعاً، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية وموجبة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى أفراد العينة، ولم تظهر نتائج الدراسة وجود اختلاف في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية ذو دلالة إحصائية لدى أفراد عينة الدراسة يعود لمتغيرات: النوع (ذكور – إناث) والجنسية (ليبيين – غير ليبيين) والمرحلة الدراسية (أولى – ثانية – ثالثة – رابعة).

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي؛ الصلابة النفسية؛ طلاب كلية الطب البشري.

1- المقدمة

يملك الإنسان العديد من القدرات الإيجابية التي حباها الله بها لكي يتمتع بالحياة وينعم بخيراتها، ومن هذه القدرات التفاؤل والأمل، والصمود والصلابة النفسية، والأبداع، والقدرة على الاستغراق في العمل وأداء المهام والأنشطة المتنوعة في الحياة، كي تستمر الحياة بسعادة، فيحب الإنسان نفسه ويقدرها ويحب غيره ويتعامل معه برفق وإنسانية. وعلى الرغم من أن الجوانب السلبية للشخصية كانت محل اهتمام الدراسات والابحاث في علم النفس لعقود طويلة، إلا أن العلماء لاحظوا من خلال دراستهم أن أحداث الحياة الضاغطة والمشاكل والصعوبات التي يواجهها الأفراد في حياتهم لا تؤدي بالضرورة إلى العزلة والاضطرابات النفسية والمشكلات الشخصية، بل أن بعض هذه الأحداث يمكن أن تقضي إلى نتائج إيجابية. (شريف، 2016)

واليوم أصبح دراسة الجوانب الإيجابية في حياة الإنسان من الموضوعات الأساسية لعلم النفس الإيجابي، حيث جاء هذا العلم كرد فعل على النموذج الطبي للسلوك غير الطبيعي والمرضي، وقد وجهت الأعمال والدراسات في هذا العلم إلى مفاهيم ومصطلحات مغايرة كالتفكير الإيجابي الذي ينتمي إلى علم النفس المعرفي، والصلابة النفسية التي تنتمي إلى علم النفس الصحة، وبهذه الرؤية قد جددت طموحات علم النفس وأعاد التوازن للأبحاث بإعادة التركيز على التنمية الذاتية وتعظيم القوى الإنسانية. (حمزة، 2023)

وفي هذا السياق يؤكد سليجمان وميهالي على تبني النموذج الإيجابي لعلم النفس الذي يركز على الخصائص الإيجابية للشخصية الإنسانية بمختلف مكوناته من الوعي بالتنعم الذاتي، والصلابة النفسية، والبحث عن المعنى في الحياة، والتدفق النفسي (الصبوة، 2008).

ويعد مفهوم التدفق النفسي "Flow State" من بين أهم المفاهيم المرتبطة بظهور حركة علم النفس الإيجابي، تلك الحركة التي أدخلت رسمياً في الاتجاه الأكاديمي لعلم النفس عام 1998، وذلك عندما ترأس مارتين سليجمان الجمعية الأمريكية لعلم النفس، ودعم ميهالي هذا الفرع الجديد بدراسات المتعمقة عن التدفق النفسي والأبداع وغيرها من القضايا (أبو حلاوة، 2014).

وقد تم اكتشاف مفهوم التدفق النفسي من قبل ميهالي (1975) في الربع الأخير من القرن الماضي، حيث لاحظ من خلال العديد من المقابلات الشخصية تجربة ذاتية شائعة تشتمل على تركيبات إدراكية وانفعالية مميزة تنساب داخل الأفراد، تتميز بالاستغراق التام في إداء المهام والإحساس بالمتعة والنشوة أثناء هذا الاستغراق، أطلق عليها حالة التدفق النفسي. (الشريبي، والعطية، 2019)

وعلى ذلك يعد مفهوم التدفق النفسي مفهوماً للخبرة الإنسانية المثلى المجسدة لأعلى تجليات الصحة النفسية الإيجابية وجودة الحياة، ومن خلاله يدرك الفرد مهاراته وصعوبة النشاط ويكون على ثقة أن كل شيء تحت السيطرة، مما يترتب عليه أثراً إيجابية وهي شعور الفرد بالسعادة (بقعة وقارني، 2018).

ومن ضمن المفاهيم الحديثة نسبياً التي حازت على اهتمام العديد من الباحثين في مجال علم النفس الإيجابي مفهوم الصلابة النفسية، حيث وجد الباحثين أن هناك خصائص معينة من السلوك قد تظهر تحت وطأة الضغوط النفسية من شأنها مساعدة الفرد على مواجهة الضغوط والتحديات الحياتية بطريقة إيجابية وفعالة وتساهم في الحفاظ على الصحة النفسية والجسدية، أطلق عليها علماء النفس مصطلح الصلابة النفسية. (عبد السلام، 2024).

وتعد سوزان كوبازا (Kobasa, 1979) أول من تحدث عن مفهوم الصلابة النفسية حيث، ترى أن معناها أن يتمتع الفرد بالصحة الجيدة وقدرته على الأداء تحت الضغط، ووفقاً لذلك فإن الأشخاص يتم صقلهم بفعل مواقف الحياة المجعدة، لإنهم يشاركون في بعض الاستجابات العاطفية والإدراكية والسلوكية تجاه تلك المواقف (الصبان وآخرون، 2020).

ويرى تيدسكي وكالهن (2004) أن الصلابة النفسية تتكون من ميول الأفراد نحو الالتزام والتحكم والتحدى في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، وبالتالي يتميز الأفراد ذوي الصلابة النفسية المرتفعة باستطاعتهم التأثير في أحداث الحياة المختلفة، ويتوقعون الحياة بما فيها من تحديات يمكن مواجهتها مع تنمية الشخصية.

وتأسيساً على ما سبق يرى الباحثان أن تقديم مثل هذه المفاهيم ذات المضامين الإيجابية، وتحليلها وتبين أبعادها وطرق رصدها وقياسها في البيئة المحلية والعربية ربما يفضي إلى تنشيط الاهتمام بالقضايا ذات العلاقة بحركة علم النفس الإيجابي، لتأسيس وإقرار ما يسمى كما يشير أبو حلاوة (2013) بالتمكين السلوكي للشخصية العربية بالتركيز على الجوانب الإيجابية الخاصة بحالة التدفق النفسي والصلابة النفسية.

مشكلة الدراسة

أن للعلم قيمة عظيمة لدى الأفراد، وبه تقوم الحضارات ويرتقى الجنس البشري، ويعد التعليم الجامعي من أهم مراحل التعليم، الذي يساعد على صنع طالب باحث ومفكر ومؤثر، يفيد في خدمة المجتمع والارتقاء به. ولكن يواجه معظم الشباب في عصرنا الحالي وخاصة طلاب الجامعة شتى أنواع الضغوط أثناء الدراسة الجامعية وبسببها، أو ضغوط لأسباب أخرى في مجالات الحياة المختلفة، منها كما يوضح (ضاري، عباس، 2026) ضعف العلاقات الاجتماعية مع الاهل والأصدقاء والصعوبات المالية، ومنها كما يشير (الأبرط، بلال، 2023) له علاقة بمواجهة الامتحانات والبحوث والاعباء الدراسية، والعلاقات مع الزملاء والأساتذة، والبيئة الجامعية وانظمتها وقوانينها.

كل هذه المشكلات المختلفة تؤدي إلى عدم استئثار الطاقة الإبداعية لدى الطلاب في مجال تعليمهم، وتتعاكس بشكل سلبي على حياتهم ما لم يستطيعوا التغلب عليها، ولكثرة هذه المشكلات قد لا يعطي الفرد حينها اهتماماً وانتهاهاً للحالة النفسية التي يمكن أن يشعر بها خلال مسيرته التعليمية الجامعية، مما أدى إلى البحث عن المفاهيم التي تعمل على استئثار الدافعية لديهم (التدفق النفسي- الصلابة النفسية) لكي يرتقوا بإدائهم ويبدل كل منهم جهده وطاقته من أجل تحقيق الأهداف التي وضعها كل منهم أمام عينيه وهو مستمتعاً بإدائه الدراسي الجامعي، وتكون نظرتهم للمستقبل مليئة بالتفاؤل والطموح فهذا الشيء له انعكاسات إيجابية على الفرد (كطالب جامعي) وعلى المجتمع ككل.

وعليه نتحدث مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية:

1. ما مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
2. ما العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
3. هل يمكن التنبؤ بمستوى الصلابة النفسية من خلال مستوى التدفق النفسي لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
4. هل يختلف مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري باختلاف متغير الجنس: ذكور – إناث؟
5. هل يختلف مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري باختلاف متغير المرحلة الدراسية: (أولى- ثانية- ثالثة- رابعة-خامسة)؟

أهداف الدراسة

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

1. التعرف على مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
2. التعرف على طبيعة العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
3. التعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالصلابة النفسية من خلال مستوى التدفق النفسي لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟
4. التعرف على الفروق في كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية وفقاً لمتغيرات الجنس والمرحلة الدراسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟

أهمية الدراسة

يمكن إيجاز أهمية الدراسة فيما يلي:

1. تتبع أهمية الدراسة الحالية من أهمية العينة التي تم اختبارها وهم طلاب كلية الطب البشري، لما لهذا التخصص من طبيعة خاصة تمثل الأمل في تحقيق الصحة والعافية للأفراد، وبالتالي تطوير مجالات الحياة المختلفة لتحقيق التنمية الشاملة للمجتمعات.
2. تتبع الأهمية من اختيار متغيرات حديثة ترتبط بعلم النفس الإيجابي وهي (التدفق النفسي – الصلابة النفسية)، حيث تفتقر المكتبة العربية والليبية بصفة خاصة لمثل هذه البحوث.
3. تسعى هذه الدراسة إلى محاولة الاستفادة من الجانب الإيجابي للشخصية الإنسانية وتفعيله، وذلك بالاهتمام بنقاط القوة لدى الفرد وتنميتها وتعزيزها ودفعه للاستفادة منها وتطويرها.
4. الاستفادة من نتائج الدراسة في عمل برامج الإرشادية لتنمية التدفق النفسي والصلابة النفسية كخبرة يمكن استخدامها في مواقف الحياة المختلفة.

تحديد مصطلحات الدراسة

تجدر الإشارة إلى أن مصطلحات الدراسة الرئيسية هما: التدفق النفسي، والصلابة النفسية، واعتمد الباحثان على التعريفات التي قدمها مصمما هاذين المقياسين، وذلك على النحو الآتي: -

أولاً. التدفق النفسي:

يعرف بأنه: "تجربة مثالية تتميز بانغماس الفرد التام في النشاط، حيث يتوازن مستوى التحدي مع المهارات الشخصية، ويشعر بالتحكم الكامل، وتغير إدراك الزمن، وينعكس ذلك في تركيز كامل ومتعة ذاتية ناجمة عن الأداء". Jackson & Marsh, 1996, 17).

ويتحدد التدفق النفسي اجرائياً في الدراسة الحالية " بأنه الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس التدفق النفسي الذي طوره جاكسون ومارش (Jackson & Marsh, 1996).

ثانياً. الصلابة النفسية:

يعرف بأنه: "نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد بأن الفرد قادر على التحكم فيما يوجهه من أحداث وتحمل المسؤولية عنها، وأن التغيرات التي تطرأ على حياته ليست تهديداً أو إعاقة، بل هي فرص محفزة للنمو والتطور". (مخير، 1996، ص.284)

ويتحدد الصلابة النفسية اجرائيا في الدراسة الحالية " بإنها الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على المقياس الصلابة النفسية إعداد عماد محمد مخيمر (2002).

حدود الدراسة

تقتصر الدراسة الحالية على الحدود الآتية:

- الحدود البشرية: طلاب كلية الطب البشري.
- الحدود المكانية: جامعة طبرق.
- الحدود الزمانية: العام الجامعي 2025-2026.
- الحدود الموضوعية: مفهومي التدفق النفسي والصلابة النفسية.

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

لا شك أن نجاح الإنسان في عمله وتحقيق الأداء الأمثل فيه يتطلب منه التركيز الشديد والاندماج العميق فيما يقوم به من أعمال. وإذا ما رافق هذا الاندماج الشعور بالمتعة في العمل وفقدان الإحساس بالوقت والذات، فإن هذا ما يطلق عليه علماء النفس مصطلح "التدفق النفسي". وقد صيغ مفهوم التدفق النفسي للمرة الأولى على يد ميهالي عام 1975 باعتباره إحساسات كلية يشعر بها الناس عندما يتصرفون باندماج تام مع العمل أو المهمة التي يقومون بها، وعرفه ميهالي بأنه الانخراط التجريبي المكثف في نشاط لحظي، يمكن أن يكون جسدياً أو عقلياً يستثمر الانتباه بشكل كامل في المهمة المطروحة ويعمل الشخص فيه بأقصى طاقته. (Stamatelopoulou, et al, 2018) كما يرى ميهالي (1990) أيضاً أنه حالة الانغماس الكامل للذات في نشاط ما، أو هو تركيز على الحالة العقلية الإيجابية عندما يؤدي الفرد نشاطاً وهو في استغراق كامل وتركيز شعوري نشط، فضلاً عن التمتع بهذه العملية من النشاط (الأسود والأسود، 2020:58)

ووفقاً لدانيال جولمان 1995 فإن التدفق النفسي قد يمثل الدرجة القصوى من كبح الانفعالات ليكون ذلك في خدمة الأداء الجيد (الاعسر والكفاي، 2000). أما جاكسون ومارشا (1996) فيعرف التدفق النفسي بأنه حالة يندمج فيها الفرد اندماجاً كبيراً مما يؤدي إلى أداء الوظيفة البدنية والعقلية على النحو الأمثل، كما ينظر إليها على أنها حالة تغير للوعي يشعر فيها الفرد بالانغماس في النشاط ويعمل فيها الجسم والعقل معاً. (الرسمي وآخرون، 2025)

وعرفه عبد المعطي والوكيل (2023) بأنه حالة من الاستغراق التام والانخراط الكلي في الأداء والتركيز وعدم الانتباه للذات أو الحاجات الشخصية للفرد لدرجة تصل إلى حد نسيان الزمن سعيًا لإنجاز المهمة على أكمل وجه مهما كلفه من وقت وجهد، نتيجة لشعوره بالكفاءة وإيمانه بأهدافه وثقته في إمكانياته وقدراته وتقييمه الصائب للأمور، وذلك عندما يتحقق التكافؤ بين مهارات وخبرات الفرد ومستويات المهام والتحديات المقدمة إليه.

وتعد نظرية ميهالي (Csikszentmihalyi, 1975) من أشهر النماذج النظرية التي طرحت لتفسير مفهوم التدفق النفسي، وتصنف على أنها واحدة من نظريات الدافع الداخلي، والتي تعتمد على فكرة أن جميع البشر لديهم الدافع للمشاركة في الأنشطة التي تثير التجارب المثلى أو حالات التدفق، والتي يبلغها الناس عندما يشاركون في القيام بعمل أو شيء يشعرون فيه بالمتعة. (Sinnott, J, 2013) وقد ظهرت هذه النظرية أثناء قيام ميهالي بمقابلاته الشخصية للعديد من الأشخاص من بلدان مختلفة منها الولايات المتحدة الأمريكية وكوريا واليابان، ومن مختلف الثقافات الأوروبية قام بإشراكهم في مجموعة من الأنشطة المختلفة لمعرفة مدى اندماجهم فيها. (الأسود والأسود، 2022)

ويوضح ميهالي أن حالة التدفق النفسي تجعل المهام والأعمال والأنشطة ذات طابع ممتع ومسل حتى لو كانت هذه الأعمال بدون مقابل مادي، حيث تكون هذه المهام هدفاً في حد ذاته فيشعر الفرد بالبهجة والمتعة والسرور، وبشكل خاص إذا كان هناك نوع من التعادل والتوازن بين مستوى مهارات الفرد والتحديات التي يقوم به (السعودي، الرفوع: 2022) ويشير ستاميلوبولوا وآخرون (Stamatelopoulou, et al, 2018)، أنه في تجربة التدفق النفسي يتم استثمار الانتباه بالكامل في المهمة المطروحة، بالإضافة إلى أن فقدان الوعي الذاتي والسعي لتحقيق أهداف واضحة يؤدي إلى استبعاد الأفكار والمشاعر التي يختبرها الناس على أنها سلبية.

ووفقاً لميهالي فإن التدفق النفسي كحالة نفسية لها تسعة أبعاد رئيسية تتمثل في:

- التوازن بين التحدي والمهارة.
- انتباه مرتفع ولكنه غير مجهود.
- أهداف واضحة ومدركة.
- تغذية راجعة مباشرة وغير غامضة.
- إحساس الفرد بالسيطرة والسيطرة على المواقف.
- غياب الوعي ونسيان احتياجات الذات.
- شعور مشوه بإدراك الوقت (بشكل أسرع أو أبطأ من المعتاد).
- الاستمتاع الذاتي.

- الأثابة والتعزيز الداخلي (النتشة، مصري، 2022) (Mao, et al 2020).

أما عن مفهوم الصلابة النفسية فقد كان ولا يزال ميدانا نشطا ومنتجا للبحث، حيث نشأ هذا المفهوم على يد سوزان كوباسا (1979) وذلك في محاولاته لإجابة على التساؤل الذي طرحته خلال دراستها، وهو لماذا لا يصاب بعض الأفراد بالأمراض النفسية والجسمية رغم تعرضهم لمستويات مرتفعة من الضغوط، بينما يمرض البعض الآخر؟ وأطلقت كوباسا على مجموعة الخصائص التي تميز الأفراد الذين يقاومون ويتحملون الضغوط مصطلح الصلابة النفسية (أبو الفتوح، 2014).

وقد عرفت سوزان كوباسا (1979) الصلابة النفسية على أنها: "سمة شخصية تتجلى في ثلاثة أبعاد: الالتزام والتحكم والتحدي، كما تعد عاملاً وقائياً ضد الضغوط النفسية". أما في معجم علم النفس والتحليل النفسي فقد عرفت الصلابة النفسية على أنها: "مصطلح يستخدم لوصف الأفراد الذين يتمتعون بقدرة عالية على التكيف الإيجابي مع الظروف الضاغطة والصعبة دون أن تتدهور صحتهم النفسية". (فهيم، 2007)

في حين عرف عبد الخالق (2006,89) الصلابة النفسية على أنها: "استعداد نفسي مكتسب يُكسب الفرد مرونة وصبراً عند مواجهة العقبات، ويُعينه على التكيف وتحقيق أهدافه تحت الضغوط". (ويشير (Byrne, 2019) إلى أن الصلابة النفسية هي مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية، التي يراها الفرد على أنها مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية للتعايش معها بنجاح، وهي (الالتزام والتحكم). (الشرجي، 2026)

ونظراً لأهمية مفهوم الصلابة النفسية فقد تعددت النظريات التي حاولت تقديم تفسيراً لها، إلا أن أشهر هذه النظريات هي نظرية سوزان كوباسا (Kobasa, 1979) التي تعتبر أكثر النظريات تأثيراً في فهم استجابات الأفراد للضغوط النفسية، من خلال مفهوم الصلابة النفسية الذي طورته كوباسا في أواخر السبعينات، وقد لاحظت في أبحاثها أن بعض الأفراد ينجحون في التكيف مع مواقف الحياة الضاغطة دون أن تظهر عليهم أعراض الانهيار النفسي أو الجسدي، رغم تعرضهم لنفس مستويات الضغط التي يوجهها آخرون ممن تظهر لديهم أعراض سلبية.

حيث تفترض هذه النظرية أن الصلابة النفسية تعمل كآلية دفاع نفسية تقلل من الأثر السلبي للضغوط النفسية على الفرد، فعندما يواجه الشخص موقفاً مهدداً تساعد أبعاده الصلابة الثلاثة (الالتزام – التحكم – التحدي) على إعادة تفسير الحدث بطرق تجعله أكثر قابلية للحمل، وهذا لا يعني غياب الضغط بل يشير إلى أن إدراك الفرد للحدث يتغير بطريقة تقلل من آثاره الضارة (Maddi, 2002).

وقد خلصت هذه النظرية إلى أن الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية مرتفعة يتمتعون بمجموعة من الخصائص التي تجعلهم قادرين على التكيف مع التحديات الحياتية، وفيما يلي نستعرض كل خاصية على حدة:

1. الالتزام: تتمثل أولى خصائص الصلابة النفسية في التزام الفرد بأهدافه وقيمه، فالأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية غالباً ما يظلون متمسكين بأهدافهم ويحرصون على مواصلة العمل نحو تحقيقها حتى في ظل الظروف الصعبة، حيث يمنح الالتزام هؤلاء الأشخاص معنى وهدفاً في حياتهم، مما يساعدهم على الاستمرار في مواجهة الضغوط النفسية دون أن يفقدوا حافزهم. (Kobasa, 1979)
2. التحكم: يمثل التحكم العنصر الثاني الذي يميز الأشخاص ذوي الصلابة النفسية، وهو يعني قدرة الفرد على التحكم في ذاته وفيما يجري من حوله من أحداث، مما ينعكس على شعورهم بالمسؤولية تجاه حياتهم، ويكونوا أكثر قدرة على التأثير والقيام بدور نشط في أحداث الحياة التي يمكن أن تؤثر عليهم. (الحمدان وآخرون، 2022)
3. التحدي: السمة الثالثة التي يتمتع بها الأشخاص الذين لديهم صلابة نفسية هي التحدي، فهؤلاء الأشخاص يعتبرون التحدي فرصة للنمو وتطوير شخصيتهم، حيث من خلال مواجهة التحديات والمشكلات يمكن للفرد تعزيز قدراته ومهاراته، وتساعد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وأحداثها الضاغطة المؤلمة، وخلق مشاعر التفاؤل والتقبل. (الشمري، 2024)

وباستقصاء الدراسات السابقة في هذا المجال، نجد أن هناك دراسات كثيرة اهتمت بمعرفة مدى ارتباط الصلابة النفسية بمتغيرات نفسية عديدة في مجالات مختلفة، لا يتسع المجال لذكرها هنا. وما يهم الباحثان حسب طبيعة مشكلة الدراسة الحالية وأهدافها هو الدراسات التي أجريت لقياس العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية، وهي دراسات – على حد علم الباحثان – نادرة، وغير موجودة في المجتمع الليبي.

ومن بين الدراسات التي ركزت على دراسة التدفق النفسي دراسة أولين وآخرون (Owleen, et. Al, 2012) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الميل إلى تجربة التدفق (الاستعداد للتدفق) وسمات الشخصية الكبرى والذكاء في عيّنتين، تكونت العينة رقم (1) من (137) فرداً أكملوا اختبارات الاستعداد للتدفق والذكاء وسمات الشخصية الخمس الكبرى، بينما تكونت العينة رقم (2) من (2539) من التوائم، تم قياس الاستعداد للتدفق والذكاء فقط، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة إيجابية

بين الاستعداد للتدفق والضمير، بينما كانت هناك علاقة سلبية بين التدفق والعصابية، كما أظهرت نتائج الدراسة ان الارتباط بين الذكاء والاستعداد للتدفق ضعيفة للغاية.

وكذلك دراسة جاكسون وآخرون (2001) التي هدفت إلى فحص العوامل النفسية ذات الصلة المحتملة بتجارب التدفق الرياضي، وكان الغرض الثانوي هو فحص العلاقة بين التدفق والأداء الأمثل تجريبياً، أكملت عينة الدراسة المتكونة من رياضيين من ثلاث رياضات تنافسية مختلفة تقييمات تصرفيه لمفهوم الذات الرياضي والمهارات النفسية والتدفق، كما أجاب الرياضيين على تقييم التدفق بعد الحدث، بالإضافة إلى أسئلة أخرى تتعلق بأدائهم بعد حدث تنافسي محدد، أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة إيجابية بين التدفق ومفهوم الذات، كما أظهرت وجود علاقة إيجابية بين التدفق النفسي واستخدام المهارات النفسية، بالإضافة إلى وجود علاقة بين تقييم التدفق بعد الحدث ومعايير الأداء.

كما تناولت دراسة زبير كمال (Zubair, A., Kamal, A, 2015) التأثيرات المباشرة والغير المباشرة للتدفق المرتبطة بالعمل ورأس المال النفسي على إبداع الموظفين في شركات البرمجيات، تكونت العينة من (532) موظف من شركات البرمجيات في روالبندي وإسلام آباد كانت العينة من الذكور والاناث الذين تتراوح أعمارهم بين (25 و 52) عاماً، أكملوا مقاييس رأس المال النفسي والتدفق في العمل وإبداع الموظفين، أظهرت نتائج الدراسة أن هناك ارتباط إيجابي كبير بين رأس المال النفسي والتدفق المرتبط بالعمل وإبداع الموظفين، كما كشف الدراسة أن التدفق المرتبط بالعمل هو مؤشر قوي لإبداع الموظفين، وأن الرجال أظهروا رأس مال نفسي وتدفقاً وإبداعاً متعلقاً بالعمل أكثر مقارنة بالنساء. أما دراسة محمد والعنابي (2019) هدفت للتعرف على درجة التدفق النفسي لدى طلبة جامعة واسط، بالإضافة إلى التعرف على مستوى دلالة الفروق للتدفق النفسي لدى أفراد العينة وفق متغيرات (النوع، التخصص، المرحلة)، وتكونت العينة من (375) طالب وطالبة، أظهرت النتائج أن طلاب الجامعة يتمتعون بالتدفق النفسي، وليس هناك فروق في مستوى التدفق النفسي وفق متغيري (النوع- التخصص) بينما يوجد تغيرات تعود لمتغير المرحلة الدراسية.

وجاءت دراسة ماو وآخرون (Mao, et al, 2020)، للتعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والقلق من خلال أدوار احترام الذات والكفاءة الذاتية الأكاديمية، شملت عينة الدراسة 590 طالباً جامعياً صينياً، طلب منهم إكمال استبيان تقرير ذاتي حول التدفق والقلق واحترام الذات والكفاءة الذاتية الأكاديمية، أظهرت النتائج وجود علاقة سلبية بين التدفق والقلق، كما أظهرت وجود علاقة بين التدفق والكفاءة الذاتية وتقدير الذات وأن كل من احترام الذات والكفاءة الذاتية الأكاديمية يتوسان تماماً المسار بين التدفق والقلق. أما دراسة الأسود والأسود (2020) هدفت إلى معرفة مستوى التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح ورقلة والكشف عن ما إذا كان هناك فروق لدى أفراد العينة تعود إلى متغيرات (النوع - التخصص - المرحلة الدراسية)، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت العينة من 82 طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وأظهرت النتائج أن أفراد العينة لديهم مستوى مرتفع من التدفق النفسي وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في مستوى التدفق النفسي ترجع إلى متغير النوع (ذكور - أناث) ووجود فروق تعزى لمتغير التخصص والمرحلة الدراسية.

ودراسة بوعود (2021) التي تهدف إلى دراسة العلاقة بين كل من التدفق النفسي والمناعة النفسية وذلك عند عينة من طلبة الجامعة، حيث تكونت عينة الدراسة من 90 طالباً من طلاب الجامعة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، واستخدمت الباحثتان مقياسين كأدوات للدراسة تمثلاً في مقياس التدفق النفسي لجاكسون ومارش (Jackson & Marsh, 1996) ترجمة (العكيلي والمحمداوي، 2015)، ومقياس المناعة النفسية من إعداد (علاء الشريف، 2015)، كما تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي ومعامل ارتباط بيرسون واختبارات كاساليب إحصائية، كما تم استخدام الحزمة الإحصائية SPSS V 22 لمعالجة بيانات الدراسة، وتوصلت الدراسة إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين التدفق النفسي والمناعة النفسية عند طلبة الجامعة، كما يتمتع طلبة الجامعة بمستوى متوسط من التدفق النفسي، ويتمتع طلبة الجامعة بمستوى متوسط من المناعة النفسية. وتناولت دراسة البعقوبي (2022) الكشف عن مدى تمتع طلاب جامعة بني وليد (كلية الآداب) بالتدفق النفسي والتعرف على الفروق وفقاً لمتغيرات (الجنس - التخصص - المرحلة الدراسية) تكونت العينة من 98 طالب وطالبة من قسمي علم النفس واللغة الإنجليزية، أظهرت نتائج الدراسة أن طلبة الجامعة يتمتعون بالتدفق النفسي، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعود إلى متغير النوع (ذكور - أناث) ومتغير المرحلة الدراسية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي ترجع إلى متغير التخصص.

أما دراسة تايبي وسيميان (Taibi & Semian, 2024) فقد بحثت العلاقة بين الضغط النفسي والتدفق النفسي، كما تقيس مدى انتشار كلا من البنائين بين معلمي التعليم الابتدائي. ويؤكد على أهمية استكشاف الآثار الإيجابية للتدفق النفسي وقضية الضغط النفسي المنتشرة ضمن هذه الفئة الديموغرافية. وباستخدام المنهج الوصفي الارتباطي، تم فحص الفرضيات على عينة مختارة قصدياً مكونة من 51 معلماً. تم تطبيق عليهم مقياس التدفق النفسي (جاكسون ومارش، 1996) ومقياس الإجهاد النفسي والمتعلق بالعمل (على قويدري، 2011)، تشير النتائج إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي والضغط، حيث أظهر معلمو التعليم الابتدائي انخفاض التدفق النفسي ومستويات التوتر العالية.

وأخيراً، جاءت دراسة عبد المعطي والوكيل (2023) بهدف التعرف على العلاقات السببية بين الصمود النفسي والتدفق النفسي والرفاهية النفسية لدى طلاب كلية التربية جامعة الاسكندرية، والتوصل إلى نموذج يحدد التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للصمود النفسي (كمتغير مستقل) والتدفق النفسي (كمتغير وسيط) في الرفاهية النفسية (كمتغير تابع)، واعتمد البحث على المنهج الوصفي، وتكون المشاركون في البحث من (406) طالب وطالبة بواقع (51) طالب و(355) طالبة منهم (210) طالب تخصص أدبي، و(196) طالب تخصص علمي، ممن تتراوح أعمارهم بين (19: 23) عاماً بمتوسط عمري قدره (20.97) وانحراف معياري قدره (1.238)، وتم استخدام مقياس التدفق النفسي (إعداد الباحثة)، والصمود النفسي

(إعداد/ Conner& Davidson,2003) ترجمة وتعريب الباحثة، ومقياس الرفاهية النفسية (إعداد/ شند وآخرون،2013) بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للأدوات، وقام الباحثين بالتحقق من التكافؤ بين مجموعات البحث في الصمود النفسي، التدفق النفسي، الرفاهية النفسية في النوع الاجتماعي (ذكور - إناث) والتخصص الدراسي (علمي - أدبي)، وقد أسفرت نتائج البحث عن وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الصمود النفسي والتدفق النفسي والرفاهية النفسية على مستوى الدرجة الكلية والأبعاد لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، كما أسفرت نتائج البحث عن أن التدفق النفسي يقوم بدور الوسيط بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية.

تعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من عرض الدراسات السابقة ما يأتي: -

1. اختلفت الدراسات في نوع العينة المستهدفة:

تنوعت الدراسات السابقة في طبيعة عيناتها واختلفت اختلافا متباينا، حيث ركز بعضها على عينات من الأفراد العاديين كما في دراسة أولين وآخرون (Owleen, et. Al,2012) التي شملت أفرادا وتوائم. بينما كانت العينة في دراسات أخرى من رياضيين محترفين كما في دراسة جاكسون وآخرون(2001) ، في حين كانت العينة من موظفين في قطاع البرمجيات كما في دراسة زبيرو كمال(2015) وفي دراسات محمد والعتابي (2019) والأسود والأسود (2020)، ودراسة ماو وآخرون (Mao, et, al ,2020)، ودراسة بوعود (2021)، ودراسة اليعقوبي (2022)، وعبد المعطي والوكيل (2023) كانت العينة من طلاب جامعيين. واخيرا ركزت دراسات أخرى مثل دراسة تايبي وسيميان (Taibi &Semian,2024) على عينة من معلمي المرحلة الابتدائية. ويرى الباحثان أن هذا التنوع يبرز شمولية مفهوم التدفق النفسي وامتداده إلى شرائح مختلفة من المجتمع.

2. تنوعت أهداف الدراسات بحسب مجال تطبيق التدفق النفسي:

حيث هدفت دراسة أولين (Owleen, et. Al,2012) لفحص العلاقة بين الاستعداد للتدفق وسمات الشخصية والذكاء. بينما سعت دراسة جاكسون (2001) لتفسير العلاقة بين التدفق الرياضي والأداء. في حين ركزت دراسة زبيرو كمال (Zubair, A., Kamal, A, 2015) على العلاقة بين التدفق المرتبط بالعمل والإبداع. واهتمت دراسة ماو (Mao, et al, 2020) بدور التدفق في خفض القلق عبر احترام الذات والكفاءة الذاتية. وبحث دراسة تايبي وسيميان (Taibi &Semian,2024) عن العلاقة بين الضغط النفسي والتدفق لدى المعلمين. أما دراسة عبد المعطي والوكيل (2023) فقد سعت إلى بناء نموذج سببي يربط الصمود النفسي بالتدفق والرفاهية النفسية. واخيرا هدفت دراسة كل من محمد والعتابي (2019) والأسود (2020) وبوعود (2021) ودراسة اليعقوبي (2022)، إلى التعرف على مدى تمتع طلاب الجامعة بالتدفق النفسي.

3. اتفقت نتائج معظم الدراسات السابقة على الآتي:

وجود علاقة إيجابية بين التدفق النفسي والمتغيرات الإيجابية مثل (الضمير – الكفاءة الذاتية – الإبداع – الرفاهية النفسية – رأس المال النفسي – المنة النفسية). وأيضا وجود علاقة سلبية بين التدفق النفسي والمتغيرات السلبية مثل (العصابية – الضغط النفسي – القلق). كما أبرزت بعض الدراسات مثل دراسة عبد المعطي والوكيل (2023) ودراسة Mao, et al, (2020) الدور الوسيط للتدفق النفسي بين الصمود النفسي والرفاهية، والدور الذي يلعبه التدفق النفسي في خفض القلق عبر احترام الذات والكفاءة.

ويُظهر هذا التحليل للدراسات السابقة مدى تنوع تناول التدفق النفسي في هذه الدراسات من حيث الفئات المستهدفة، الأدوات المنهجية، والأهداف. كما يؤكد وجود اتجاه عام يُجمع على أثر التدفق الإيجابي في الأداء النفسي والاجتماعي والعمل لدى الفئات التي تم استهدافها في هذه الدراسات، مما يعزز من أهمية تناول هذا المفهوم في سياقات بحثية متعددة، ومنها السياق الذي يتناوله هذا البحث الحالي.

إجراءات الدراسة

أولاً. منهجية الدراسة:

اعتمد الباحثان على المنهج الوصفي، بالأسلوب الارتباطي وكذلك المقارن، وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة وأسئلتها.

ثانياً. مجتمع الدراسة وعينتها:

يتكون مجتمع الدراسة الحالية من طلاب وطالبات كلية الطب البشري في جامعة طبرق من مختلف السنوات الدراسية للعام الجامعي 2025-2026 والبالغ عددهم كما ورد في سجلات التسجيل عدد (813) طالب وطالبة وبواقع (178) طالبا، و (635) طالبة. وقد أختير من هذا المجتمع عينة قوامها (59) طالب وطالبة بالطريقة العشوائية المنتظمة بواقع تمثيل (5%) من المجتمع الأصلي.

جدول (1) وصف تفصيلي لخصائص العينة.

6	السنة الأولى	المرحلة الدراسية
18	السنة الثانية	
8	السنة الثالثة	
15	السنة الرابعة	
12	السنة الخامسة	
22	ذكور	النوع
37	إناث	
48	ليبي	الجنسية
11	غير ليبي	

ثالثاً. أدوات الدراسة:

1. مقياس التدفق النفسي:

أعد هذا المقياس (Jackson & Marsh 1996)، ترجمة وتعريب (العكيلي والمحمداوي، 2015)، ويتكون المقياس من تسع مجالات وهي: (التوازن بين التحدي والمهارة) (اندماج الوعي بالفعل) و (أهداف واضحة) و (تغذية راجعة غير غامضة) و (التركيز في المهمة) و (إحساس بالضبط أو السيطرة) و (غياب الوعي بالذات) و (الإحساس بمرور الوقت) و (الاستمتاع الذاتي).

ويتضمن كل مجال من هذه المجالات التسعة (4) فقرات، وبذلك فإن العدد الكلي للفقرات هو (36) فقرة، وضعت لها بدائل وفق ميزان ليكرت الخماسي، وقد كانت بدائل الاستجابة هي (تنطبق على دائماً - تنطبق على غالباً - تنطبق على أحياناً، تنطبق على نادراً - لا تنطبق علي)، وفقاً لأوزان (5 - 4 - 3 - 2 - 1).

2. مقياس الصلابة النفسية:

أعد هذا المقياس عماد محمد أحمد مخيمر (2002)، ويتكون من 47 بنداً، موزعة على ثلاثة أبعاد هي: الالتزام وتقيسه 16 بند. (1 - 4 - 7 - 10 - 13 - 16 - 19 - 22 - 25 - 28 - 31 - 34 - 37 - 40 - 43 - 46)، والتحكم وتقيسه 15 بند. (2 - 5 - 8 - 11 - 14 - 17 - 20 - 23 - 26 - 29 - 32 - 35 - 38 - 41 - 44)، والتحدي وتقيسه 16 بنداً. (3 - 6 - 9 - 12 - 15 - 18 - 21 - 24 - 27 - 30 - 33 - 36 - 39 - 42 - 45 - 48).

ويصحح المقياس من خلال أربعة بدائل هي: (لا) وتنال صفر، (قليلاً) وتنال درجة واحدة، (متوسط) وتنال درجتين، (كثيراً) وتنال ثلاث درجات، وبالتالي تتراوح كل درجات المفحوص نظرياً بين (0 - 144)، حيث كل ما زادت درجة يعني ارتفاع الصلابة النفسية.

رابعاً. الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية للتحقق من صلاحية المقاييس للتطبيق من خلال عرضه على عدد من المحكمين في تخصصات مختلفة، وذلك لحساب الصدق والثبات على عينة قوامها (25) طالب وطالبة، وفيما يلي هذه النتائج:

- صدق المقاييس:

للتحقق من صدق مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية قام الباحثان بحساب الصدق بطريقتين، هما: صدق المحكمين، وصدق الاتساق الداخلي، وذلك على النحو الآتي: -

1. صدق المحكمين لمقياس التدفق النفسي والصلابة النفسية:

تم عرض فقرات كل من: مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية في صورهن الأولى على عدد (6) من السادة المحكمين ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس بكلية الآداب جامعة طبرق بهدف الحكم على مدى صلاحيات الفقرات لما وضعت من أجله، وأيضاً مدى وضوح معانيها وسهولة فهمها بالنسبة لأفراد العينة، وملاءمتها للمجتمع الليبي، وأجراء التعديلات المناسبة من حيث إعادة الصياغة أو الإضافة أو الحذف إذا تطلب الأمر ذلك. وبعد تحليل استجابات وملاحظات السادة المحكمين الخبراء، تم استخراج صدق المحكمين من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقياسين، حيث تم قبول الفقرات التي أتفق عليها (70%) فأكثر من آراء الخبراء والمحكمين، وتعديل الفقرات التي تحصل على نسبة اتفاق أقل من ذلك. وبهذا الأجراء تم الوصول إلى النتائج الآتية: -

- فيما يخص مقياس التدفق النفسي فقد حصلت معظم الفقرات على نسبة اتفاق (100%) من آراء المحكمين، بينما حصلت ثلاث فقرات، وهي فقرة رقم (12، 10، 3) على نسبة اتفاق تساوي (60%)، وهي نسبة أقل من نسبة (70%) التي حددها الباحثان لقبول الفقرة بدون تعديل. وعليه قام الباحثان بتعديل في صياغة هذه الفقرات بناءً على آراء المحكمين.

- أما فقرات مقياس الصلابة النفسية فقد حصلت معظمها على نسبة اتفاق (100%) من آراء المحكمين، بينما حصلت أربع فقرات، وهي فقرة رقم (5، 9، 16، 20) على نسبة اتفاق تساوي (50%)، وهي نسبة أقل من نسبة (70%) التي وضعها الباحثان لقبول أي فقرة، وبالتالي قام الباحثان بتعديل في صياغة هذه الفقرات بناءً على آراء المحكمين.

2. صدق الاتساق الداخلي لمقياس التدفق النفسي والصلابة النفسية:

بعد الانتهاء من حساب صدق المحكمين لمقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية، والتي أسفرت عن تعديل بعض فقراتها، تم تطبيقهما على عينة استطلاعية مكونة من (20) طالب، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لهذين المقياسين، والجدولان (2) و (3) يوضحان هذه النتائج:

جدول (2)

معاملات ارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس التدفق النفسي بالدرجة الكلية للمقياس (ن=20)

ت	رقم العبارة	الارتباط	الدالة	ت	رقم العبارة	الارتباط	الدالة
1	العبارة رقم (1)	0.593	0.01	19	العبارة رقم (19)	0.551	0.01
2	العبارة رقم (2)	0.621	0.01	20	العبارة رقم (20)	0.686	0.01
3	العبارة رقم (3)	0.668	0.01	21	العبارة رقم (21)	0.613	0.01
4	العبارة رقم (4)	0.567	0.01	22	العبارة رقم (22)	0.751	0.01
5	العبارة رقم (5)	0.400	0.01	23	العبارة رقم (23)	0.738	0.01
6	العبارة رقم (6)	0.261	0.05	24	العبارة رقم (24)	0.728	0.01
7	العبارة رقم (7)	0.873	0.01	25	العبارة رقم (25)	0.654	0.01
8	العبارة رقم (8)	0.439	0.01	26	العبارة رقم (26)	0.278	0.05
9	العبارة رقم (9)	0.278	0.05	27	العبارة رقم (27)	0.290	0.05
10	العبارة رقم (10)	0.582	0.01	28	العبارة رقم (28)	0.509	0.01
11	العبارة رقم (11)	0.613	0.01	29	العبارة رقم (29)	0.309	0.05
12	العبارة رقم (12)	0.471	0.01	30	العبارة رقم (30)	0.281	0.05
13	العبارة رقم (13)	0.592	0.01	31	العبارة رقم (31)	0.273	0.05
14	العبارة رقم (14)	0.649	0.01	32	العبارة رقم (32)	0.331	0.01
15	العبارة رقم (15)	0.590	0.01	33	العبارة رقم (33)	0.354	0.05
16	العبارة رقم (16)	0.402	0.01	34	العبارة رقم (34)	0.338	0.05
17	العبارة رقم (17)	0.746	0.01	35	العبارة رقم (35)	0.498	0.01
18	العبارة رقم (18)	0.580	0.01	36	العبارة رقم (36)	0.611	0.01

يتضح من الجدول (2) أن جميع فقرات مقياس التدفق النفسي ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 و 0.05. حيث تراوحت جميع معاملات الارتباط بين (0.261 - 0.873). وهو ما يعني أن هناك اتساق داخلي مقبول بين فقرات مقياس التدفق النفسي، وعلى ذلك يصبح عدد فقرات مقياس التدفق النفسي النهائي (36) فقرة صادقة بدرجة مطمئنة يمكن الاعتماد عليها في الدراسة الحالية.

جدول (3) يوضح معاملات ارتباط بين كل فقرة من فقرات مقياس الصلابة النفسية بالدرجة الكلية للمقياس

(ن=20)

ت	معامل ارتباط	الدالة	ت	معامل ارتباط	الدالة	ت	معامل ارتباط	الدالة	ت	معامل ارتباط	الدالة
1	0.478	0.01	13	0.598	0.01	25	0.399	0.01	37	0.242	0.05
2	0.276	0.05	14	0.531	0.01	26	0.603	0.01	38	0.201	0.05
3	0.404	0.01	15	0.506	0.01	27	0.513	0.01	39	0.477	0.01
4	0.317	0.01	16	0.274	0.05	28	0.317	0.05	40	0.340	0.01
5	0.591	0.01	17	0.458	0.01	29	0.451	0.01	41	0.531	0.01
6	0.284	0.05	18	0.541	0.01	30	0.513	0.01	42	0.261	0.05
7	0.281	0.05	19	0.422	0.01	31	0.555	0.01	43	0.541	0.01
8	0.432	0.01	20	0.260	0.05	32	0.359	0.01	44	0.306	0.05
9	0.367	0.01	21	0.366	0.01	33	0.556	0.01	45	0.583	0.01
10	0.271	0.05	22	0.391	0.01	34	0.306	0.05	46	0.238	0.05
11	0.327	0.01	23	0.525	0.01	35	0.375	0.01	47	0.436	0.01
12	0.369	0.01	24	0.660	0.01	36	0.272	0.05			

يتضح من الجدول (3) أن معظم فقرات مقياس الصلابة النفسية ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالاً إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 و 0.05. حيث تراوحت جميع معاملات الارتباط بين (0.201 - 0.660) وهو ما يعني أن هناك اتساق داخلي مقبول بين فقرات مقياس الصلابة النفسية بالنسبة للمقياس ككل. وعلى ذلك يصبح عدد فقرات مقياس الصلابة النفسية النهائي (47) فقرة صادقة بدرجة مطمئنة يمكن الاعتماد عليها في الدراسة الحالية.

- ثبات المقاييس:

للتحقق من ثبات مقياس التدفق النفسي، ومقياس الصلابة النفسية قام الباحثان بحساب معامل الثبات باستخدام طريقتين: ألفا كرونباخ (Alpha Cronbach)، وطريقة التجزئة النصفية (Split half). وفيما يلي عرض هذه المعاملات:

1. ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي والصلابة النفسية:
قام الباحثان بحساب معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية على عينة استطلاعية مكونة من (20) طالب. ويكشف جدول (4) هذه النتائج.

جدول (4)

معاملات ثبات مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية بطريقة ألفا كرونباخ

المتغيرات	عدد فقرات المقياس	معامل ارتباط ألفا كرونباخ
مقياس التدفق النفسي	36	0.896
مقياس الصلابة النفسية	47	0.796

يتضح من نتائج الجدول (4) إن معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية مرتفعة. حيث بلغ معامل ثبات الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي (0.896) وهو معامل مرتفع وممتاز. بينما وصل معامل ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الصلابة النفسية إلى (0.796)، وهو جيد جدا ومقبول. وعلى ذلك فإن هذا المعاملات تدل على أن مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية يتمتعان بدرجة جيدة ومطمئنة من الثبات يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني للدراسة الحالية.

2. ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي والصلابة النفسية:

كما قام الباحثان بحساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية Splithalf Method باستخدام معادلة جتمان Guttman Split Half Coefficient بالنسبة للدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية. ويكشف الجدول (5) هذه النتائج.

جدول (5)

معاملات ثبات مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية بطريقة التجزئة النصفية

المقاييس	عدد فقرات المقياس	معامل الارتباط قبل التصحيح	تصحيح المعامل جتمان
مقياس التدفق النفسي	36	0.736	0.848
مقياس الصلابة النفسية	47	0.425	0.595

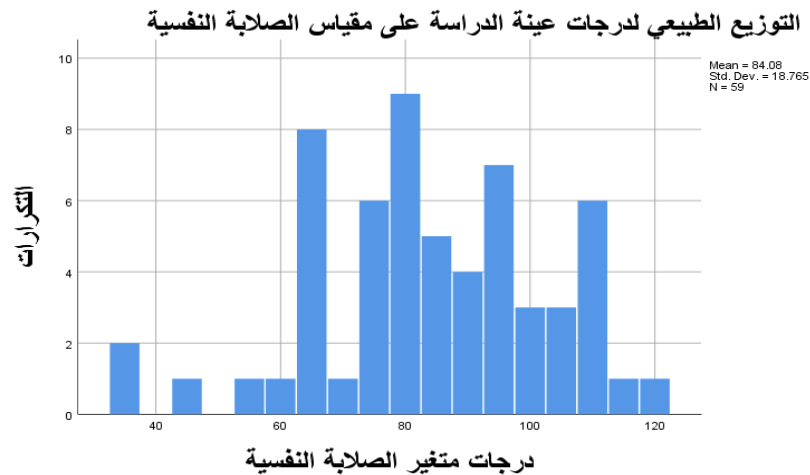
يتضح من الجدول (5) أن معاملات ثبات التجزئة النصفية لمقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية لا بأس بها فهي جيد جدا. حيث بلغ معامل ثبات الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي قبل التصحيح (0.736)، وبعد التصحيح بمعادلة جتمان بلغ معامل الثبات (0.848)، بينما كان معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس الصلابة النفسية قبل التصحيح (0.425) وبعد التصحيح بمعادلة جتمان بلغ معامل الثبات (0.595). وعلى ذلك فإن هذه القيم تعد دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ومقبولة. وهو ما يعني أن مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية يتمتعان بدرجة مطمئنة من الثبات يمكن الاعتماد عليهما في التطبيق الميداني للدراسة الحالية.

خامساً. اختبار اعتدالية التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة:

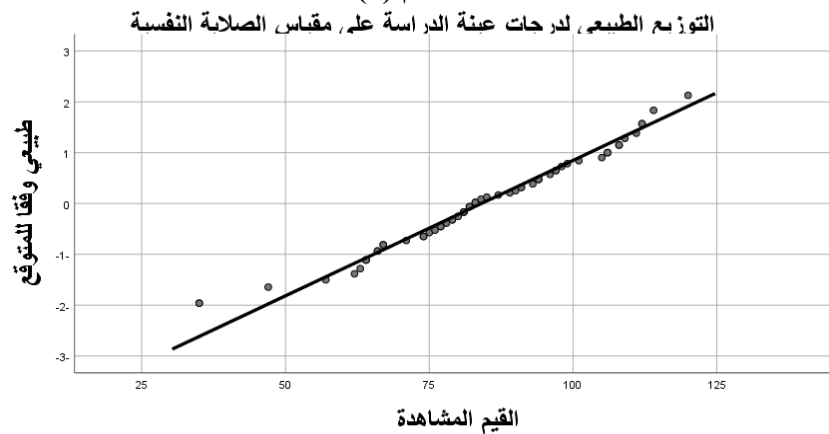
قام الباحثان بالتحقق من اختبار التوزيع الطبيعي لمتغيرات الدراسة حتى يمكن اختيار التحليل الإحصائي المناسب. لذا تم إخضاع متغيرات الدراسة لاختبار كولموغوروف سمرنوف (Kolomgrov-sminov test) بالإضافة الي اختبار شابيرو ويلك (Shapiro-Wilk test) لمعرفة هل بيانات متغير الصلابة النفسية ومتغير التدفق النفسي تتبع التوزيع الطبيعي أم لا. وباستخدام برنامج (SPSS) تم الحصول على النتائج الآتية: -

1. فيما يخص اختبار التوزيع الطبيعي لمتغير (الصلابة النفسية) أظهرت النتائج أن قيمة اختبار شابيرو- ويلك (Shapiro-Wilk test) كانت تساوي 0.252 وهي أكبر من 0.05، وكذلك قيمة اختبار كولموغوروف- سمرنوف (K-S) كانت تساوي 0.200 وهي أكبر من 0.05. وهو ما يعني أن بيانات متغير الصلابة النفسية لعينة الدراسة تتبع التوزيع الطبيعي. ويوضح الرسم البياني في الشكل رقم (1) و (2) هذه النتائج.

شكل رقم (1)

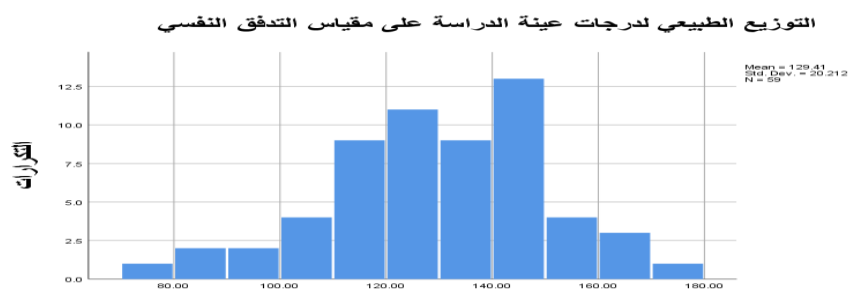


شكل رقم (2)

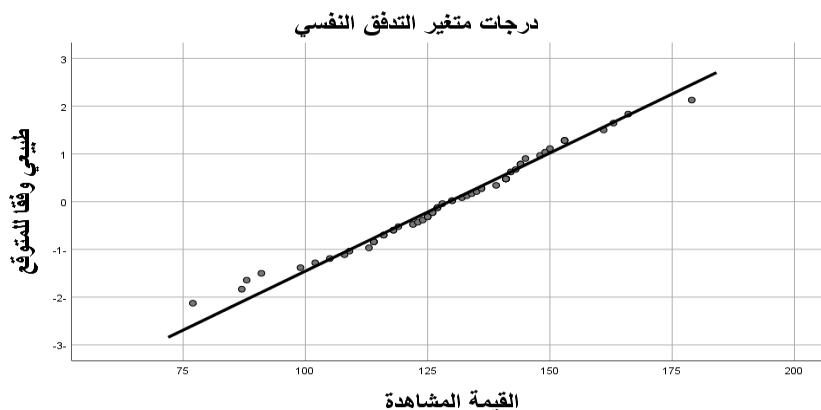


2. أما فيما يتعلق باختبار التوزيع الطبيعي لمتغير (التدفق النفسي) فقد أظهرت النتائج أيضا أن قيمة اختبار شابيرو- ويلك (Shapiro-Wilk test) كانت تساوي 0.252 وهي أكبر من 0.05، وكذلك قيمة اختبار كولموغوروف- سميرونوف (K-S) كانت تساوي 0.200 وهي أكبر من 0.05. وهو ما يعني أن بيانات متغير التدفق النفسي لعينة الدراسة تتبع التوزيع الطبيعي. ويوضح الرسم البياني في الشكل رقم (3) و(4) هذه النتائج.

شكل رقم (3)



شكل رقم (4)



سادساً. الأساليب الإحصائية:

اختيرت الأساليب الإحصائية طبقاً لخصائص العينة وأسئلة الدراسة، وباستخدام برنامج الرزم (SPSS) الإحصائية للعلوم الاجتماعية إصدار رقم (22). واشتملت التحليلات على ما يلي:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. معادلة ألفا كرونباخ
3. اختبار "ت" لعينة واحدة.
4. معاملات ارتباط بيرسون
5. معامل ارتباط سبيرمان براون.
6. معادلة الانحدار الخطي
7. اختبار "ت" لعينتين مستقلتين.
8. تحليل التباين الأحادي.

عرض نتائج الدراسة

أولاً. عرض نتائج السؤال الأول: الذي ينص على: "ما مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟"

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة الكلية على مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية. ثم تم حساب الفرق بين الوسط الحسابي لأفراد العينة والوسط الفرضي للمقياسين باستخدام اختبار "ت" (T-Test) لعينة واحدة، والجدول رقم (6) يوضح ذلك.

جدول رقم (6)

اختبار "ت" لعينة واحدة لحساب مستوى درجات التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية.

المتغيرات	العينة الكلية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	المتوسط الفرضي	قيمة T	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	59	129.40	20.211	58	108	8.135	0.000
الصلابة النفسية	59	84.08	18.765	58	70.5	5.561	0.000

يتضح من الجدول (6) إن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة الكلية على متغير التدفق النفسي قد بلغ (129.40) بانحراف معياري قدره (20.211)، وهو أقل من المتوسط الفرضي الذي يقدر بـ (108) لمقياس التدفق النفسي، وقد كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (8.135) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية التي تساوي (2.00)، عند درجة الحرية (58) ومستوى دلالة (0.000)، وبذلك يمكن القول أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات التدفق النفسي ودرجات المتوسط الفرضي. وبما إن درجة المتوسط الفرضي للمقياس أقل من قيمة الوسط الحسابي للعينة، فإن هذا يشير إلى أن طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق عينة الدراسة الكلية لديهم مستوى تدفق نفسي مرتفع.

كما يتضح من الجدول رقم (6) أيضاً إن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة الكلية على متغير الصلابة النفسية قد بلغ (84.08) بانحراف معياري قدره (18.765)، وهو أقل من المتوسط الفرضي الذي يقدر بـ (70.5) لمقياس الصلابة النفسية.

وقد كانت قيمة (ت) المحسوبة تساوي (5.561) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية التي تساوي (2.00)، عند درجة الحرية (58) ومستوى دلالة (0.000)، وبذلك يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الصلابة النفسية ودرجات المتوسط الفرضي. وبما إن درجة المتوسط الفرضي للمقياس أصغر من قيمة الوسط الحسابي للعينة، فإن هذا يشير إلى إن طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق عينة الدراسة الكلية لديهم مستوى صلابة نفسية مرتفعة. **ثانياً. عرض نتائج السؤال الثاني:** الذي ينص على: "ما العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟"

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان باستخدام اختبار معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين درجات التدفق النفسي ودرجات الصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق عينة الدراسة الكلية. والجدول رقم (7) يوضح هذه النتائج.

الجدول رقم (7)

يوضح العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلبة كلية الطب البشري جامعة طبرق

مستوى الدلالة	قيمة الدلالة	معامل ارتباط بيرسون	التدفق النفسي الصلابة النفسية
دالة احصائية	0.008	**0.344	

**العلاقة دالة احصائياً عند مستوى دلالة 0.01

يتضح من الجدول (7) أن العلاقة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة الكلية علاقة قوية وموجبة. حيث تبين أن قيمة معامل ارتباط بيرسون تساوي (**0.344) عند مستوى دلالة 0.01، وبالتالي يمكن القول إنه كلما زاد التدفق النفسي كلما زادت الصلابة النفسية لدى طلبة كلية الطب البشري بجامعة طبرق، والعكس صحيح.

ثالثاً. عرض نتائج السؤال الثالث: الذي ينص على: "هل يختلف مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق باختلاف متغير الجنس (ذكور – إناث)؟" للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لحساب الفروق بين متوسطي درجات كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى الذكور والإناث من طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق. والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (8)

اختبار "ت" للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث في التدفق النفسي والصلابة النفسية

المتغيرات	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	الذكور	22	125.40	19.36	57	1.175	0.245
	الإناث	37	131.78	20.58			
الصلابة النفسية	الذكور	22	83.24	19.56	57	0.143	0.887
	الإناث	37	83.97	18.46			

يتضح من الجدول رقم (8) إن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة على متغير التدفق النفسي لدى عينة الذكور بلغ (125.40) بانحراف معياري قدره (19.36)، وهو أقل من المتوسط الحسابي لعينة الإناث الذي يقدر بـ (131.78) وبانحراف معياري (20.58)، وقيمة (ت) المحسوبة تساوي (1.175) عند درجة الحرية (57)، ومستوى دلالة (0.245)، في حين كانت قيمة (ت) الجدولية تساوي (2.00)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنس (ذكور إناث) لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق.

كذلك الحال، يتضح من الجدول رقم (8) إن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة على متغير الصلابة النفسية لدى عينة الذكور بلغ (83.24) بانحراف معياري قدره (19.56)، وهو مساوي تقريباً للمتوسط الحسابي لعينة الإناث الذي يقدر بـ (83.97) وبانحراف معياري (18.46)، وقيمة (ت) المحسوبة تساوي (0.143) عند درجة الحرية (57)، ومستوى دلالة (0.887)، في حين كانت قيمة (ت) الجدولية تساوي (2.00)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنس (ذكور إناث) لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق.

رابعاً. عرض نتائج السؤال الرابع: الذي ينص على: "هل يختلف مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق باختلاف متغير الجنسية (الليبيين – غير الليبيين)؟"

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان باستخدام اختبار "ت" لعينتين مستقلتين لحساب الفروق بين متوسطي درجات كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق الليبيين وغير الليبيين. والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول رقم (9)

اختبار "ت" للفروق بين متوسطات درجات الطلاب الليبيين وغير الليبيين في التدفق النفسي والصلابة النفسية

المتغيرات	الجنسية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة T	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	ليبيين	48	128.97	21.16	57	2.97	0.768
	غير ليبيين	11	131.100	16.93			
الصلابة النفسية	ليبيين	48	83.67	18.54	57	0.35	0.724
	غير ليبيين	11	85.91	20.51			

يتضح من الجدول رقم (9) أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة على متغير التدفق النفسي لدى عينة الطلاب الليبيين بلغ (128.97) بانحراف معياري قدره (21.16)، وهو أقل من المتوسط الحسابي لعينة الطلاب غير الليبيين الذي يقدر بـ(131.100) وبانحراف معياري (16.93)، وقيمة (ت) المحسوبة تساوي (2.97) عند درجة الحرية (57) ، ومستوى دلالة (0.768)، في حين كانت قيمة (ت) الجدولية تساوي (2.00)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التدفق النفسي تعزى لمتغير الجنسية لدى طلاب كلية الطب البشري الليبيين وغير الليبيين بجامعة طبرق.

كما يتضح من الجدول رقم (9) أيضاً أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة الدراسة على متغير الصلابة النفسية لدى عينة الطلاب الليبيين بلغ (83.67) بانحراف معياري قدره (18.54)، وهو أقل من المتوسط الحسابي لعينة الطلاب غير الليبيين الذي يقدر بـ(85.91) وبانحراف معياري (20.51) ، وقيمة (ت) المحسوبة تساوي (0.35) عند درجة الحرية (57) ، ومستوى دلالة (0.724)، في حين كانت قيمة (ت) الجدولية تساوي (2.00)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الجنسية لدى طلاب كلية الطب البشري الليبيين وغير الليبيين بجامعة طبرق.

خامساً. عرض نتائج السؤال الخامس: الذي ينص على: "هل يختلف مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق باختلاف متغير المرحلة الدراسية: (أولى- ثانية- ثالثة-رابعة-خامسة)؟"

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان بتقسيم عينة الدراسة إلى خمس مجموعات وفقاً للمرحلة الدراسية التي ينتمي إليها كل طالب (سنة أولى- سنة ثانية- سنة ثالثة- سنة رابعة- سنة خامسة). ثم حسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات كل مجموعة على مقياسين (التدفق النفسي والصلابة النفسية) وفقاً للمرحلة الدراسية، كما هو مبين في الجدول (10).

جدول رقم (10)

يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات الطلاب على مقياسين

(التدفق النفسي/ الصلابة النفسية) تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية

المقياس	المرحلة الدراسية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التدفق النفسي	السنة الأولى	6	134.50	14.94
	السنة الثانية	18	122.22	23.56
	السنة الثالثة	8	143.62	12.46
	السنة الرابعة	15	125.13	17.60
	السنة الخامسة	12	133.50	20.30
	الكلية	59	129.40	20.21
الصلابة النفسية	السنة الأولى	4	83.00	13.540
	السنة الثانية	18	82.06	16.163
	السنة الثالثة	10	86.70	26.567
	السنة الرابعة	16	82.88	15.318
	السنة الخامسة	11	87.18	22.986
	الكلية	59	84.08	18.765

يلاحظ من الجدول أن هناك تفاوتاً بين المتوسطات الحسابية لدرجات طلاب كلية الطب البشري في المراحل الدراسية الخمسة على مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية، ولمعرفة دلالة الفروق بين هذه المتوسطات تم استخدام تحليل التباين الأحادي. والجدول (11) يبين هذه النتائج.

جدول رقم (11)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين درجات طلاب كلية الطب البشري على مقياس (التدفق النفسي والصلابة النفسية) تبعاً للمراحل الدراسية المختلفة

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف المحسوبة	مستوى الدلالة
التدفق النفسي	بين المجموعات	3177.01	4	794.254	2.090	0.095
	داخل المجموعات	20517.219	54	379.949		
	المجموع	23694.23	58			
الصلابة النفسية	بين المجموعات	276.145	4	69.03	0.185	0.945
	داخل المجموعات	20146.431	54	373.082		
	المجموع	20422.56	58			

يتضح من هذا الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب كلية الطب البشري حسب المراحل الدراسية المختلفة (أولى- ثانية- الثالثة-رابعة-خامسة) في كل من مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية، حيث أن قيم "ف" لم تصل إلى مستوى الدلالة 0.05 في كل من المقياسين. أي أن الفروق بين المتوسطات ليس لها دلالة إحصائية وهو ما يعني أن درجات الطلاب على مقياس التدفق النفسي ومقياس الصلابة النفسية لا تختلف باختلاف المرحلة الدراسية التي ينتمي إليها كل طالب.

سأدسأ. عرض نتائج السؤال السادس: الذي ينص على: "هل يمكن التنبؤ بمستوى الصلابة النفسية من خلال مستوى التدفق النفسي لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق؟"

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحثان باستخدام معادلة الانحدار الخطي للتنبؤ بمستوى الصلابة النفسية من خلال التدفق النفسي لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق عينة الدراسة. ويوضح الجدول رقم (12) هذه النتائج.

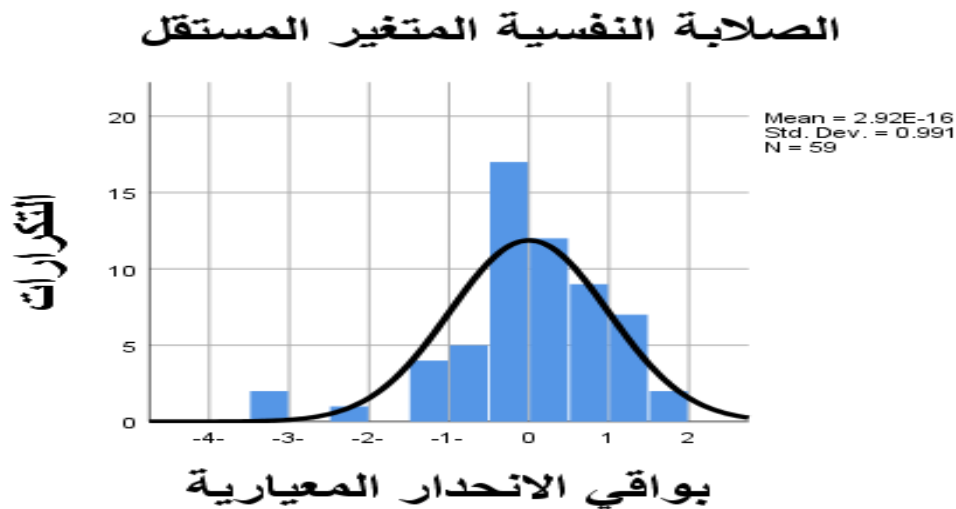
جدول رقم (12)

نتائج الانحدار الخطي للتدفق النفسي كمنبئ للصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق

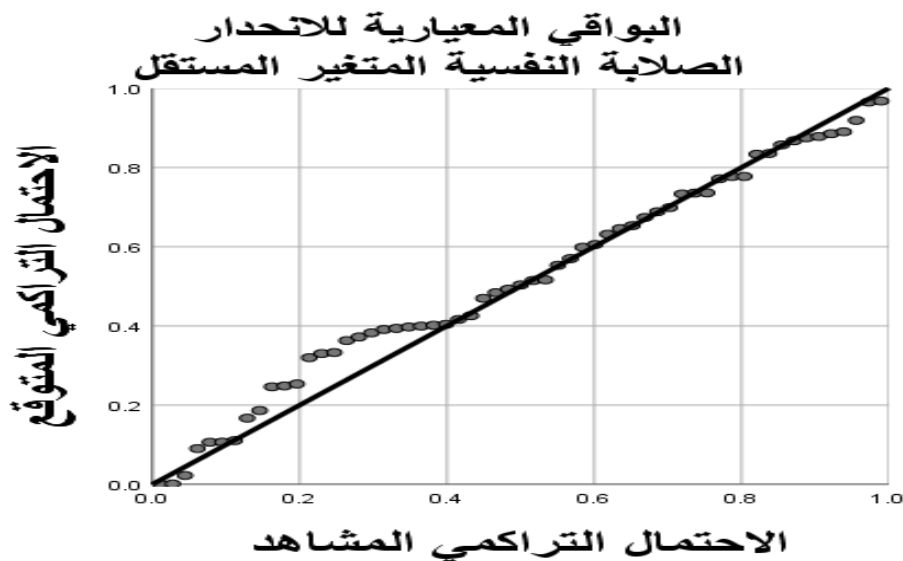
المتغير التابع	المتغير المنبئ	معامل الارتباط	معامل التحديد	قيمة ف	دلالة ف	قيمة بيتا	قيمة ت	دلالة ت	معامل التضخم
الصلابة النفسية	التدفق النفسي	0.344	0.119	7.668	0.008	42.714	2.825	0.006	1.000

يتضح من الجدول (12) أنه يمكن التنبؤ بمستوى الصلابة النفسية من خلال التدفق النفسي، وذلك باستخدام نموذج الانحدار الخطي المتعدد والذي اعتبر فيه متغير التدفق النفسي كمتغير تفسيري ومتغير الصلابة النفسية كمتغير تابع، حيث أظهرت نتائج نموذج الانحدار أن نموذج الانحدار معنوي وذلك من خلال قيمة (ف) البالغة (7.668) بدلالة (0.008) أصغر من مستوى المعنوية (0.01). وتعني هذه النتائج أن متغير التدفق النفسي يفسر 11.9% من التباين الحاصل في الصلابة النفسية وذلك بالنظر في معامل التحديد (0.119)، كما جاءت قيمة بيتا التي توضح العلاقة بين الصلابة النفسية والتدفق النفسي بقيمة (0.344) ذات دلالة إحصائية، حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة ت والدلالة المرتبطة بها. وهذا يعني أنه كلما تحسن التدفق النفسي بمقدار وحده تحسن مستوى الصلابة النفسية بمقدار 0.344 وحده. كما يوضح الجدول نتائج اختبار التعددية الخطية حيث كشفت النتيجة أن عامل تضخم التباين للنموذج كان 1.088 أصغر من 3 مما يشير إلى عدم وجود مشكلة تعددية خطية بين متغيري النموذج، كما نستطيع كتابة معادلة الانحدار كالتالي: الصلابة النفسية (المتوقعة) = $0.344 + 42.714 \times \text{التدفق النفسي}$ + خطأ التنبؤ. ويوضح الرسم البياني في شكل رقم (5) أن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، كما يبين الرسم البياني في شكل رقم (6) أن القيم المتوقعة تلامس القيم المشاهدة، مما يعني أن القيم المتوقعة تتبع التوزيع الطبيعي.

شكل رقم (5)



شكل رقم (6)



مناقشة وتفسير النتائج

أظهرت نتائج الدراسة في السؤال الأول أن مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية مرتفعة لدى طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق، وهو ما يتفق مع دراسة محمد والعتابي (2019) ودراسة الأسود والأسود (2020) ودراسة بوعود (2021) ودراسة اليعقوبي (2022)، والتي أظهرت نتائجها أن مستوى التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة كان يتراوح بين متوسط إلى مرتفع، ويرى الباحثان أن هذه النتيجة منطقية نظراً لأن العينة من كلية الطب ويغلب على دراستهم الجانب العلمي الذي يتطلب المزيد من التركيز والانتباه بشكل مضاعف، بالإضافة إلى أهمية هذه المرحلة من حياتهم والذي بدوره ينعكس على التدفق النفسي والصلابة النفسية لديهم، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة قوية موجبة بين التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى عينة الدراسة وهو ما يتفق مع دراسة عبد المعطي والوكيل (2023) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة موجبة بين التدفق النفسي والصمود والرفاهية النفسية، ودراسة تايبي وسيميان (2024) Taibi & Semian التي أظهرت نتائجها وجود علاقة سلبية بين التدفق النفسي والضغط، ودراسة ماو وآخرون (2020) Mao, et al التي أظهرت نتائجها وجود علاقة سلبية بين التدفق النفسي والقلق وعلاقة موجبة بين التدفق النفسي والكفاءة الذاتية وتقدير الذات ودراسة زبيرو كمال (2015) Zubair, A., Kamal, A التي أظهرت نتائجها وجود علاقة قوية بين التدفق النفسي ورأس المال النفسي، ودراسة جاكسون وآخرون (2001)، ودراسة أولين وآخرون (2012) Owleen, (et. Al, 2012) التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية

بين التدفق النفسي ومفهوم الذات واستخدام المهارات النفسية، ودراسة أولين وآخرون (Owleen, et. Al, 2012)، التي أظهرت نتائجها وجود علاقة إيجابية بين التدفق النفسي والضمير وعلاقة سلبية بين التدفق والعصابية وبالتالي يرى الباحثان أن هذه النتيجة منطقية نظراً لأن التدفق النفسي من مفاهيم علم النفس الإيجابي الذي يرتبط بشكل وثيق بالمفاهيم الإيجابية لدى الأفراد منها الصلابة النفسية والكفاءة الذاتية والرفاهية النفسية.

كما أظهرت نتائج الدراسة في السؤال الثالث عدم وجود فروق في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية تعود لمتغير النوع (ذكور أناث) وهو ما يتفق مع دراسة اليعقوبي (2022) ودراسة محمد والعنابي (2019) ودراسة الأسود والأسود (2020)، ويفسر الباحثان ذلك أن التشابه في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى الطلاب الذكور والإناث يعود إلى التحفيز الذاتي والرغبة في الإنجاز لدى الطلاب في المرحلة الجامعية بغض النظر عن النوع، كما لم تظهر نتائج الدراسة في السؤال الرابع والخامس وجود اختلاف يعود لمتغير المرحلة الدراسية و الجنسية (ليبي - غير ليبي)، في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة، ويفسر الباحثان هذه النتيجة لتشابه الظروف الأكاديمية والثقافية بالإضافة إلى المرحلة العمرية المتقاربة التي يعيشها أفراد العينة، وأظهرت نتائج الدراسة في السؤال السادس أن التدفق النفسي يعد متغيراً مفسراً دال إحصائياً لمتغير الصلابة النفسية، أي يمكن التنبؤ بمستوى الصلابة النفسية من خلال مستوى التدفق النفسي، ويفسر الباحثان ذلك بأن أن الأشخاص ذوي التدفق النفسي المرتفع يتمتعون بمشاعر الكفاءة والإنجاز، والقدرة على التحكم والتحكم، وهي أبعاد مهمة وأساسية في الصلابة النفسية.

خلاصة النتائج:

توصلت الدراسة الحالية إلى النتائج الآتية: -

1. يتمتع طلاب كلية الطب البشري بجامعة طبرق بمستوى مرتفع من التدفق النفسي والصلابة النفسية
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية تبعاً لمتغير جنس طلاب كلية الطب البشري (الذكور-الإناث).
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية تبعاً لمتغير جنسية طلاب كلية الطب البشري (ليبين - غير ليبين).
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التدفق النفسي والصلابة النفسية تبعاً لمتغير المرحلة الدراسية (أولى-ثانية - ثالثة - رابعة).
5. يمكن التنبؤ بمستوى الصلابة النفسية لدى طلاب كلية الطب البشري من خلال قياس مستوى التدفق النفسي لديهم.

التوصيات

1. إجراء المزيد من دراسات تهتم بمفاهيم علم النفس الإيجابي.
2. إنشاء مراكز للإرشاد والتوجيه للطلبة داخل الحرم الجامعي لمساعدتهم على زيادة الصلابة النفسية وحالات التدفق النفسي.
3. توفير الجامعة لندوات للطلبة حول أهمية الصحة النفسية والتدفق النفسي والصلابة النفسية لديهم.
4. تصميم برامج إرشادية لتدريب الطلاب على تعزيز أبعاد الصلابة النفسية وللوصول إلى تجربة حالات التدفق.

المقترحات

1. إجراء دراسة للتعرف على دور الذي تلعبه الجامعات في تنمية الصلابة النفسية والتدفق النفسي لدى طلابها.
2. إجراء دراسة مقارنة بين الطلاب المتفوقين وغير المتفوقين في مستوى التدفق النفسي لدى طلاب الجامعة.
3. إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين مستوى كل من التدفق النفسي والصلابة النفسية بأساليب تنشئة الوالدين لدى طلاب الجامعة.

المراجع

1. الأبرط، نايف على صالح. بلال، حنان عبد الله. (2023). الضغوط النفسية لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة البيضاء وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة جامعة البيضاء. 5 (4).
2. أبو الفتوح، نهى عبد الرحمن (2014). الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة وقلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة. الجمعية المصرية للدراسات النفسية 24، (85) (483-540). <https://eaps-eg.com/downloadfile/15854034710118-024-085-010.pdf>
3. أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد. (2014). علم النفس الإيجابي ماهيته ومنطلقاته النظرية وأفاقه المستقبلية. مؤسسة العلوم النفسية العربية.
4. أبو هاشم، محمود محمد. (2017). النموذج البنائي للتدفق النفسي والاندماج الأكاديمي والرضا عن الحياة لدى طلاب الجامعة. المجلة التربوية، جامعة الكويت- مجلس النشر العلمي. 31 (124)، 15-67.

5. الأسود، مهربية والأسود، الزهرة (2020). التدفق النفسي لدى طلبة جامعة قاصدي مرباح وقلة. مجلة العلوم النفسية والتربوية. 6(2). (55-69).
6. الأعسر، صفاء. كفاقي، علاء الدين. (2000). الذكاء الوجداني. دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
7. بقعة، حميدة. قارني، مونية. (2018). التدفق النفسي من منظور علم النفس الإيجابي: دراسة تحليلية. مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية. 16، 227-237.
8. بوعود، أسماء. (2021). المناعة النفسية والتدفق النفسي عند عينة من طلبة الجامعة. مؤتمر الأدوية النفسية والعصبية، المركز الجامعي بريقة.
9. الحمدان، نجاة. الزغلول، عماد. الطبيخ، بشائر على. (2022). الصلابة النفسية وعلاقتها بالاستجابات التكيفية للضغوط النفسية لدى الطلبة الموهوبين بالصف الحادي عشر في دولة الكويت. مجلة جدارا للدراسات والبحوث. 1(1): 51-67. DOI: 10.54161/jrs.v1i1.56.
10. حمزة، باشن. (2023). علم النفس الإيجابي: مدخل لسيكولوجية القوى الإنسانية. كنوز الحكمة للنشر والتوزيع: الجزائر.
11. الرّسمي، ياسمين على ناصر. العريقي، افتكار درهم ثابت. والنخلاني، جميل سعيد ناجي. (2025). التدفق النفسي وعلاقته بسمات الشخصية الانفعالية السلبية لدى طلبة الجامعة المتفوقين دراسياً. مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية. (50)، 487-518. <http://hesj.org/ojs/index.php/hesj/index>.
12. السعودي، رزان شاهر والرفوع، محمد أحمد (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالاتساق المعرفي لدى طلبة الجامعة الطفلية. مجلة الدراسات والبحوث التربوية، 2 (6).
13. الشربيني، عاطف. العطية، أسماء. (القيمة التنبؤية للتفاؤل في التدفق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس (دول الخليج ومصر): دراسة مقارنة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية 15(3). 359-376.
14. الشرجبي، إخلاص عبد الرقيب سلام. دراج، ذهب حسين (2026). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة جازان. المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي. 81: 228-251. <http://doi.org/10.52132/Ajrsp/v7.81.10>
15. شريف، هناء. (2016). الصحة النفسية من منظور علم النفس الإيجابي. دراسات نفسية: مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية. 7 (13)، (109-117).
16. الشمري، طلال جزاع باجي. (2024). الصلابة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلبة كلية التربية الأساسية في دولة الكويت. مجلة الدراسات والبحوث التربوية. 4(10): 111-151.
17. الصبان، عبير محمد. الفاندي، مرام عبد العزيز. والمالكي، وفاء عايض. (2020). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإيجابي لدى طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى. مجلة القراءة والمعرفة. 255. 79-130.
18. الصبوة، محمد نجيب أحمد. (2008). علم النفس الإيجابي تعريفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له. الهيئة المصرية العامة للكتاب.
19. ضاري، ميسون كريم. عباس، فاطمة فاضل. (2026). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية. 7(1).
20. عبد الخالق، أحمد. (2016). مقدمة في علم النفس الصحي. الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
21. عبد السلام، أحمد السيد. (2024). تأثير استخدام الموديلات التعليمية المدعمة إلكترونياً على الصلابة النفسية ومستوى أداء بعض مهارات" الكاراتيه للطلاب". مجلة علوم الرياضة 37(15): 63-93. <https://doi.org/10.21608/ssj.2024.464918>
22. عبد المعطي، شيماء والوكيل خضرجي (2023). نمذجة العلاقات السببية بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية. مجلة البحث العلمي في التربية. 24 (4)، 62-115. <https://dx.doi.org/10.21608/jsre.2023.216289.1573>
23. فهم، مجدي. (2007). بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية. مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضية. 15. (69-111)
24. محمد، زينب ماجد. العتاي، عبد الله مجيد. (2019). معرفة التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة كلية التربية جامعة واسط. 37.
25. الننتشة، نيرمين. مصري، إبراهيم. (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالطموح الأكاديمي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في جامعات محافظة الخليل. مجلة جامعة فلسطين التقنية خضوري للأبحاث. 10(4)، 84-104.
26. اليعقوبي، رقية محمد حامد. (2022). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة. مجلة جامعة بني وليد للعلوم الإنسانية والتطبيقية. ع 25.

1. Fredrik Ullén, Örjan de Manzano, Rita Almeida, Patrik K.E. Magnusson, Nancy L. Pedersen, Jeanne Nakamura, Mihály Csíkszentmihályi, Guy Madison. (2012). Proneness for psychological flow in everyday life: Associations with personality and intelligence, *Personality and Individual Differences*, 52, (2), 167-172.
2. Jackson, S. A., & Marsh, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The *Flow State Scale*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 17–35.
3. Jackson, S. A., Thomas, P. R., Marsh, H. W., & Smethurst, C. J. (2001). Relationships between Flow, Self-Concept, Psychological Skills, and Performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 13(2), 129–153. <https://doi.org/10.1080/104132001753149865>
4. Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
5. Maddi, S. R. (2006). Hardiness: The courage to grow from stresses. *Journal of Positive Psychology*, 1(3), 160-168.
6. Maddi, S. R. (2013). *Hardiness as a pathway to resilience under stress*. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 65(3), 141–152.
7. Mao, Y., Yang, R., Bonaiuto, M., Ma, J., & Harmat, L. (2020). Can Flow Alleviate Anxiety? The Roles of Academic Self-Efficacy and Self-Esteem in Building Psychological Sustainability and Resilience. *Sustainability*, 12(7), 2987.
8. Sinnott, J. D. (Ed.). (2013). *Positive psychology: Advances in understanding adult motivation*. Springer Science + Business Media.
9. Stamatelopoulou, F., Pezirkianidis, C., Karakasidou, E., Lakioti, A. and Stalikas, A. (2018). “Being in the Zone”: A Systematic Review on the Relationship of Psychological Correlates and the Occurrence of Flow Experiences in Sports’ Performance. *Psychology*, 9, 2011-2030.
10. Taibi, Metiem & Semian, L. (2024). Psychological Flow and its Relationship with Psychological Stress Among Elementary Education Teachers. *Journal of Social and Human Science Studies*. 13(2), 393-404 <https://asjp.cerist.dz/en/article/247548>
11. Zubair, A., Kamal, A. Work Related Flow, Psychological Capital, and Creativity Among Employees of Software Houses. *Psychol Stud* 60, 321–331 (2015). <https://doi.org/10.1007/s12646-015-0330-x>

Disclaimer/Publisher’s Note: The statements, opinions, and data contained in all publications are solely those of the individual author(s) and contributor(s) and not of **SAJH** and/or the editor(s). **SAJH** and/or the editor(s) disclaim responsibility for any injury to people or property resulting from any ideas, methods, instructions, or products referred to in the content.