



Qutaiba Hadi Muhammad²
Ahmed Sobhi Shakour

**3- Ministry of Education /
Directorate of Education of Kirkuk**
<http://doi.org/10.25130/sc.22.2.1>

Article history:

-Available online: 31/12/2022

Keywords:

- Psychological flow
- self-esteem
- Affiliates of youth and sports centers.

© 2022 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



The current research aims to:

- Identifying the correlation between psychological flow and self-esteem among the affiliates in youth and sports centers in Kirkuk governorate. The researchers assume the following:

- There is a significant correlation between psychological flow and self-esteem among the affiliates in youth and sports centers in Kirkuk governorate.

The researchers used the descriptive approach in the correlative method for its suitability and the nature of the current research.

The research community included the employees of the youth and sports centers in Kirkuk governorate 2021/2022, whose number is (92) in the directorates of youth and sports in the governorate of Kirkuk. 67)

affiliates, after excluding the stability and exploratory experience sample of (20) affiliates, and excluding (4) incomplete answers, thus the proportion of the research sample reached (72.82%) of the total research community.

The researchers used the following methods to reach the research results:
Psychometric flowmeter.

Self-esteem scale for athletes.

And that is after verifying the scientific transactions of the two scales of validity, reliability and validity of their application on the current research sample.

The researchers concluded the following:

The two variables of psychological flow and self-esteem affect each other in a positive and direct way and are associated with their appearance among the affiliates in the youth and sports centers in Kirkuk governorate.

The researchers recommend the following:

- Enhancing the self-esteem of the affiliates constantly as it raises the degree of their athlete commitment and thus affects their achievement and performance during the performance of their job duties in the Directorate.

تدفق النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك

تاريخ البحث

- متوفر على الانترنت

2022/12/31

الكلمات المفتاحية

- التدفق النفسي

- تقدير الذات

- منتسبي مراكز الشباب

والرياضة

م.م. حسام علي محمد / مديرية تربية كركوك

م.م. قتيبة هادي محمد / جامعة تكريت

م.م. احمد صبحي شكور / مديرية تربية كركوك

الخلاصة:

ويهدف البحث الحالي الى:

- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى المنتسبين في

مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

ويقترض الباحثون ما يأتي:

- وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى المنتسبين في مراكز

الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

واشتمل مجتمع البحث على منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك

2022/2021 والبالغ عددهم (92) منتسباً في مديريات الشباب والرياضة في محافظة كركوك،

اما عينة البحث فقد اشتملت على المنتسبين الذين تم الحصول على اجاباتهم عن مقاييس

البحث خلال التطبيق النهائي للبحث والبالغ عددهم (67) منتسباً وذلك بعد استبعاد عينة الثبات

والتجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (20) منتسباً، واستبعاد (4) استمارات غير مكتملة

الاجابة، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (72.82%) من المجتمع الكلي للبحث.

واستخدم الباحثون الوسائل التالية للتوصل الى نتائج البحث:

- مقياس التدفق النفسي.

- مقياس تقدير الذات للرياضيين.

وذلك بعد التأكد من المعاملات العلمية للمقياسين من صدق وثبات وصلاحيه تطبيقهم على

عينة البحث الحالي.

واستنتج الباحثون ما يأتي:

- متغيرا التدفق النفسي وتقدير الذات يؤثر كل منهما بالأخر بصورة ايجابية طردية

ويتلازمان في الظهور لدى المنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

ويوصي الباحثون بما يأتي:

- تعزيز تقدير الذات لدى المنتسبين باستمرار كونها ترفع من درجة الالتزام الرياضي

لديهم وبالتالي تؤثر على انجازهم وادائهم خلال أدائهم لمهامهم الوظيفية في المديرية.

1- التعريف بالبحث:**1-1 المقدمة البحث وأهميته:**

يعد التدفق النفسي من المفاهيم النفسية الحديثة وخاصة في المجال الرياضي، يعمل التدفق النفسي على تعزيز الجوانب الإيجابية في شخصية الفرد ويمثل ظاهرة إيجابية بوصفه خبرة ذاتية تتحقق عندما ينسى الفرد نفسه في أثناء أعمال التدبر والتفكر في حل بعض المشكلات، فيذوب بوصف الفرد في تنفيذ المهام والأعمال التي ترتبط بهذه المشكلات، مقترنا ذلك بحالة من النشوة والابتهاج، ويجد فيها بهجة الحياة ويكتشف معناها.

ويجد الباحثون أن حالة التدفق النفسي خبرة ذاتية الهدف توجد في مستويات الممارسة الرياضية كلها إذ ينظر لها بأنها إثابة ذاتية تشعرهم بذاتهم في اكتساب خبرة التآزر في الأداء والاستمتاع بالنشاط الممارس ومن ثم تجعل من يتعايش مع هذه الخبرة يصل إلى أعلى حالات الإبداع الإنساني.

ويعني التدفق النفسي أفضل بيئة أو تعبئة نفسية لدى العاملين و يستطيع منها تحقيق أفضل أداء لهم في أثناء العمل ، وتكون خبرة التدفق النفسي عادة نتيجة زيادة مصادر الطاقة النفسية الإيجابية مقابل انخفاض مصادر الطاقة النفسية السلبية ، ويشير إلى أن تعدد الخبرات الانفعالية التي يمر بها الموظف في الممارسة إلى ما هو إيجابي والتي تزيد من دافعيته واستمراره في الممارسة من لمزيد من الاستمتاع والتفوق فيه ، و قد يصل المنتسب إلى حالة من القلق والملل و قد تؤدي إلى العزوف عن ممارسة هذا النشاط والانسحاب منه ، لذا تظهر أهمية التدفق النفسي في تضمن احتفاظ الرياضي بأفضل حالة من الاستعداد النفسي حتى يحقق أفضل مستوى أداء. ⁽¹⁾ ان تقدير الذات في المجالات المختلفة يرتبط ارتباطاً وثيقاً بمفهوم الذات لدى الفرد من خلال ثقة الفرد بنفسه واقتناعه بمستواه الذاتي على اختلاف قدراته البدنية والجسمية وغيرها، وبذلك فان تقدير الذات يعد عملية تقييمية لأداء الفرد خلال ادائه لواجباته الوظيفية ، ومن المعلوم ان تقديرنا لذاتنا يتغير في المواقف المختلفة ، كتغير مفهومنا لذواتنا في المواقف المختلفة أيضاً، فقد يقدر الفرد نفسه بدرجة كبيرة في علاقاته الشخصية بالآخرين ويقدر نفسه بدرجة منخفضة في المواقف التي تتطلب نكاهاً وتفكيراً، ويقدر نفسه بدرجة متوسطة في أداء عمله ، وان العوامل البيئية والعوامل الشخصية هي التي تأثر في تقدير الذات المرتفع او المنخفض لدى الفرد.

وتكمن أهمية البحث الحالي في التعرف على العلاقة الارتباطية ومدى ارتباط متغير التدفق النفسي بمتغير تقدير الذات لدى المنتسبين في مديريات شباب ورياضة محافظة كركوك في العراق.

(1) أبو حلاوة , محمد السعيد؛ حالة التدفق، المفهوم، الإبعاد، القياس: (شبكة العلوم النفسية-القاهرة، 2013)، ص5.

1-2 مشكلة البحث

يعد متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات من المتغيرات النفسية الحديثة نسبياً على الجانب الرياضي وبالذات للمنتسبين في مديريات الشباب والرياضة بصورة عامة ومنتسبي شباب وراضة محافظة كركوك بصورة خاصة، اذ برزت مشكلة البحث لدى الباحثون في دراسة العلاقة الارتباطية بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك، ومن هنا يمكن تلخيص مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك ، وما قوة هذه العلاقة وما هو اتجاهها؟.

وهذا ما سيجاول الباحثون الاجابة عنه من خلال نتائج البحث الحالي.

1-3 هدف البحث

ويهدف البحث الحالي الى:

1-3-1 التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-4 فرض البحث

ويفترض الباحثون ما يأتي:

1-4-1 وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-5 مجالات البحث

اما مجالات البحث فقد كانت:

1-5-1 المجال البشري: منتسبو مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك للموسم 2022/2021.

1-5-2 المجال الزمني: المدة من 2021/12/25 ولغاية 2022/4/4.

1-5-3 المجال المكاني: مقرات مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

1-6 تحديد المصطلحات

1-6-1 التدفق النفسي عرف جاكسون ومارش التدفق النفسي بأنه " :حالة انفعالية آنية تحدث عندما يكون الشخص مندمجاً كلياً في الأداء في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات التحدي، وفيها يعيش الفرد حالة تغير للوعي في الأداء وانغماس في النشاط".⁽¹⁾

(1) ربيعة، بن الشيخ؛ علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي. رسالة ماجستير في علم النفس التربوي. جامعة قاصدي مرباح -ورقلة -كلية العلوم الانسانية والاجتماعية:(قسم علم النفس وعلوم التربية , الجزائر، 2015)، ص20.

1-6-2 تقدير الذات

هو التقييم العام لدى الفرد لذاته في خصائصها العقلية والاجتماعية والانفعالية والخلقية والجسدية وينعكس هذا التقييم على ثقته بذاته وشعوره نحوها وفكرته عن مدى أهميتها وجدارتها وتوقعاته منها كما يبدو ذلك في مختلف مواقف حياته، وهو التعريف الذي يتبناه الباحث⁽¹⁾

1-الاطار النظري والدراسات السابقة**1-2 الاطار النظري****1-1-2 التدفق النفسي****1-1-1-2 أهمية التدفق النفسي**

يمكن تلخيص أهمية التدفق النفسي بعدد من النقاط الآتية:

- 1-يعد أحد أهم العوامل التي تسمح لنا بالتطور والتحديد والازدهار كأفراد.
- 2-يمنحنا فرصة لضبط وتنظيم الذات والوعي بها والسيطرة على وعينا وشعورنا.
- 3-يمكننا من تعزيز وبناء رأس مالنا النفسي والارتقاء به.
- 4-يسمح لنا بالوصول الى قمة الخبرة المثالية.⁽²⁾

1-1-2-2 خصائص التدفق النفسي:

ذكرت دراسة (عرعار وآخرون)⁽³⁾ ، ودراسة (سعيد)⁽⁴⁾ بأن خصائص عملية التدفق النفسي، هي:

1-التدفق النفسي عملية كمية:

وتعني ضرورة النظر الى الإنسان بوصفه شخصية كمية ومن ثم يصدق التدفق النفسي على المجالات المختلفة في حياة الفرد وليس على مجال جزء من حياته، ويصدق التدفق النفسي على المظاهر والمسالك الخارجية لمفرد ولحياته الداخلية وتجاربه الشعورية من حيث الرضا عن نفسه وعن محيط العمل والدراسة او الزواج والعلاقات الإنسانية بوجه عام.

2-التدفق النفسي عملية نشوءية تطورية ارتقائية:

مما يعني أن نضع في اعتبارنا حاجات الفرد ودوافعه في كل مرحلة من مراحل العمرية وخصائصه ومتطلباتها.

(1) عبد الامير، نصر حسين؛ تقدير الذات وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الرابع، العدد الثالث، جامعة بابل، العراق، 2011)، ص55.

(2) محمود ، هبة سامي؛ التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية: (جامعة عين شمس ، مصر، 2018)، ص125.

(3) عرعار، سامية وآخرون؛ خبرة التدفق النفسي المفاهيم والابعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الايجابية الابداع والسعادة نموذجا: (مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر، 2014)، ص110.

(4) سعيد، عبد الله ؛ إبراز مفهوم السعادة في البحوث النفسية، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية: (جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة ، الجزائر، 2016)، ص71.

3-التدفق النفسي عملية وظيفية:

ويقصد به أن التدفق النفسي سليماً كان أو مرضياً ينطوي على وظيفة إعادة الاتزان أو تحقيق التوتر الناشئ من صراع القوى بين الذات والموضوع، وليس التوافق مجرد عملية لحفظ التوتر وانما لتحقيق الذات وتحقيق للوجود الإنساني بوصفه موقفاً من العالم.

4-التدفق النفسي عملية ديناميكية:

التدفق النفسي هو المحصلة النهائية لصراع بين القوى، صراع بين الذات والموضوع، وهو سلسلة تتصل ولا تنتهي. التدفق النفسي هو عملية مستمرة من صراع القوى، فكلما اوقف صراع وأزيل التوتر نشأ صراع جديد يتطلب القيام بعملية توافق وهكذا.

5-التدفق النفسي عملية نسبية:

ليس هناك تدفق نفسي تام، فقد يكون الفرد متوافقاً في فترة معينة من حياته وقد يكون غير متوافق في فترة أخرى.

6-التدفق النفسي عملية اقتصادية:

توفر عملية التدفق النفسي جزءاً من الطاقة النفسية المستنفذة في الصراع بين القوى المختلفة.

2-1-1-3 التدفق النفسي في المجال الرياضي:

تبرز أهمية التدفق النفسي لدى موظفي مراكز الشباب والرياضة من وجهة نظر الباحثان في النقاط التالية:

1-العمل المتوازن بين الخبرات المتراكمة والمهام المطلوب تنفيذها.

2-التركيز على الواجبات والاندماج في عملية تنفيذها والتحكم فيها.

3-الشعور بحالة من السعادة والاستمتاع الذاتي بالعطاء.

4-السيطرة على العمل بنشاط وحيوية.

2-1-2 تقدير الذات**2-1-2-1 مفهوم تقدير الذات:**

أن تقدير الذات هو: الأحكام التي يصدرها الإنسان عن نفسه بناء على نظراته لنفسه أو نظرت الآخرين لها، من خلال مواقف الحياة المخلفة⁽¹⁾.

كما يعرف تقدير الذات بأنه "عبارة عن تقييم الشخص لذاته على نهاية قطب موجب أو سالب أو بينهما"⁽²⁾ ومن خلال ما تقدم من تعريفات لتقدير الذات يرى الباحثون إن تقدير الذات هو تقييم يضعه الإنسان لذاته وحسب ما يتم إدراكه الآخرون من وجهة نظره.

(1) ابو دوميك، سليمان عودة سليمان؛ الخصائص السيكمترية لمقياس براون والكساندر لتقدير الذات للفئة العمرية (13،18):(سنة في مدينة تبوك، العدد التاسع عشر، المجلد الثاني، المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، السعودية 2018)، ص130.

2-2-1-2 اتجاهات مفهوم تقدير الذات:

الاتجاهات التي تناولت مفهوم تقدير الذات وكما يلي:

- تقدير الذات بوصفه اتجاهًا، بأنه شعور الفرد بالإيجابية مع نفسه متمثلة في الكفاءة والقوة والإعجاب بالذات واستحقاق الحب.
- تقدير الذات بوصفه حاجة، حيث اهتم "أبراهام ماسلو" (Maslow) بتصنيف حاجات التقدير إلى اتجاهين مهمين أولهما : حاجات التقدير التي تتضمن الرغبة القوية في الانجاز والكفاءة والثقة بالنفس والقدرة على الاعتمادية ، وثانيهما : حاجات تشترك مع التصنيف الأول ولكنها تتضمن الرغبة في الحصول على الهيبة والإعجاب ، فالناس لديهم احتياج حقيقي للتقدير من خلال وجهة نظر الآخرين.
- تقدير الذات بوصفه حاله، فقدمت كرسنين (وآخرون) تعريفاً لتقدير الذات يتضمن نظرة الشخص الشاملة لذاته أو لنفسه، والتقدير يتضمن التقييم والحكم على معرفة الذات التي تتضمن الإيجاب والسلب فالتقدير الإيجابي يرتبط بالصحة النفسية ، والتقدير السلبي يرتبط بالاكتئاب.
- أما بالنسبة لتقدير الذات بوصفه توقعاً ، فإن التغذية الراجعة (feedback) السلبية أو الإيجابية تؤثر من خلال البيئة الاجتماعية في تقدير الذات ، ويربط "أدлер Adler" بين الإحساس بالفشل وتقدير الذات ، وهو ما أسماه عقدة النقص ، هذا على عكس ما تصوره "ألبرت Alport" وهو القوة والمثابرة ، أما "رولوماي (Rollo may)" فيؤكد أن تقدير الذات مرتبط بالكينونة "نكون أو لا نكون" فالوعي بالذات احتياج ومطلب رئيس للأفراد حتى يعي بنفسه وكينونته ، وقبول ما هو مقبول ومستحسن ، وأخيراً تقدير الذات بوصفه تقييماً ، فيتمثل في إصدار الحكم وأيضاً أحكام الآخرين لمعاني الذات المتمثلة في الذات الجسمية ، وهوية الذات، ونطاق الذات ، وتصور الذات ، ومجموع تلك القيم المدركة يمكن أن يعبر عنه من خلال الظاهرة السلوكية للفرد في أثناء المحادثة. (1)

2-2 الدراسات السابقة

2-2-1 دراسة محمود وحسين، 2017 (1):

بعنوان **التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة والتهديف بكرة القدم** . و يهدف البحث في التعرف على مستوى التدفق النفسي للاعبين نادي الصناعة الرياضي و التعرف على نوع العلاقة بين التدفق النفسي و مهارتي المناولة و التهديف و شملت عينة البحث لاعبي نادي الصناعة الرياضي و استخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسحي و بلغت عينة البحث (150) و استخدم مقياس التدفق النفسي (حسين ، 2016)، و بعد

(2) الفحل، نبيل محمد؛ دراسة تقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في كل من مصر والسعودية – دراسة ثقافية، مجلة علم النفس: (العدد الرابع والخمسين، القاهرة، 2000)، ص233.

(1) إبراهيم، عبد الستار؛ العلاج السلوكي للطفل أساليبه ونماذج من حالاته: (علم المعرفة، الكويت، 1993)، ص13.

(1) محمود ، غازي صالح و حسين ، ازهر كمال؛ التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة و التهديف بكرة القدم: (مجلة الرياضية المعاصرة ، العدد 3 ، العراق ، 2017).

عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها كانت اهم الاستنتاجات هي وجود علاقة معنوية بين التدفق النفسي و مهارتي المناولة و التهديف . إذ كانت اهم التوصيات ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لما اهمية كبرى في مردود الاداء المهاري لمهارتي المناولة و التهديف. (محمود , غازي صالح و حسين , ازهر كمال، 2017).

2-2-2 دراسة هبة سامي محمود، 2018⁽¹⁾

بعنوان "تقدير الذات وعلاقته باداء الوثب الطويل للاعبي منتخب الشباب بالعاب القوى"

هدفت الدراسة الى :

1. التعرف على مستوى تقدير الذات البدني للاعبي الشباب لفعالية الوثب الطويل.
2. التعرف على مستوى انجاز الوثب الطويل للاعبي الشباب.
3. معرفة العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات البدني ومستوى انجاز فعالية الوثب الطويل لدى عينة البحث.

واعتمدت الباحثة في المنهجية بان يكون المنهج الوصفي للبحث، وكانت العينة لاعبي الشباب للمنتخب الوطني بفعالية الوثب الطويل والبالغ عددهم (12) لاعبا بالطريقة العمدية. واستخدمت الباحثة استمارة استبانة: (مقياس الذات البدني) واختبار الوثب الطويل. واستخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الاحصائية (spss).

2- اجراءات البحث

3-1 منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب الارتباطي لملائمته وطبيعة البحث الحالي.

3-2 مجتمع البحث وعينته

اشتمل مجتمع البحث على منتسبو مراكز الشباب والرياضة في مديرية شباب ورياضة كركوك للعام 2022/2021 والبالغ عددهم (92) منتسباً، اما عينة البحث فقد اشتملت على عدد من المنتسبين والبالغ عددهم (67) منتسباً والذين تم الحصول على اجاباتهم عم مقاييس البحث الحالي، وذلك بعد استبعاد عينة الثبات والتجربة الاستطلاعية البالغة (20) منتسباً، واستبعاد (4) استمارات غير مكتملة الإجابات، وبذلك بلغت نسبة عينة البحث (72.82%) من المجتمع الكلي للبحث.

3-3 وسائل جمع البيانات والمعلومات

3-3-1 مقياس التدفق النفسي

⁽¹⁾ هبة سامي محمود ؛ التدفق النفسي و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية . مجلة كلية التربية في العلوم النفسية : (جامعة عين شمس، مصر، 2018).

استخدم الباحثون مقياس التدفق النفسي (محمد، 2021) بصيغته النهائية المتكون من (6) مجالات هي (التوازن بين التحدي و المهارة، الاندماج في المهمة ، الشعور بالتحكم، الاستمتاع الذاتي(السعادة و النشوة) ، الطاقة النفسية ، الشعور بخبرة النجاح)، وتغطي هذه المجالات (38) فقرة، منها (25) ايجابية والتي تحمل التسلسلات (1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 21, 23, 24, 26, 28, 29, 32, 34, 35, 38)، فضلا عن (13) فقرة سلبية التي تحمل التسلسلات (4, 9, 10, 11, 20, 22, 25, 27, 30, 31, 33, 36, 37). ودرجة كل فقرة تكون (5) إذا كانت (موافق جدا)، و(4) إذا كانت (موافق) ، و (3) إذا كانت (محايد)، و (2) إذا كانت (غير موافق) ، و(1) إذا كانت (غير موافق جدا). وتسري عكس هذه الدرجات في حالة كون الفقرات سلبية. وتكون الإجابة بحسب البديل الذي يختاره المستجيب، ويتم حساب درجة كلية للمقياس في جمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عن كل بديل يختاره من كل فقرة من فقرات المقياس، لذا فان أعلى درجة يمكن أن يتحصل عليها المستجيب هي (190) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، اما متوسط درجة التي يمكن ان يحصل عليها هي (114) واقل درجة يحصل عليها هي (38) والتي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس.⁽¹⁾ (الملحق 1)

3-3-2 مقياس تقدير الذات

استخدمت الدراسة الحالية مقياس تقدير الذات المعد من قبل (سالم، 2015) والمطبق على طلاب جامعة حلوان ويحتوي على (30) فقرة والملحق (6) يوضح ذلك حيث قام الباحث بعرض المقياس على الخبراء من اجل تحويل او تعديل الفقرات لينسجم تطبيقها على البيئة العراقية للعاملين في منتديات الشباب والرياضة بالعراق.

اذ يتألف المقياس من (30) فقرة فيها (19) فقرة إيجابية ، وهي الفقرات ذات التسلسلات (4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 12, 13, 16, 19, 20, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29) و (11) فقرة سلبية وهي الفقرات ذات التسلسلات (1, 2, 3, 11, 14, 15, 17, 18, 21, 26, 30) في المقياس ، ويقابل كل فقرة من فقرات المقياس اربعة بدائل هي(دائماً ، احياناً ، نادراً ، ابدأ) ، وقيمت لها الأوزان (4 - 1) درجة على التوالي وفق البدائل للفقرات الايجابية ، اما الفقرات السلبية فتكون بالعكس(1-4) ، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (30-120) درجة بمتوسط فرضي (75) ، ويشير هذا إلى انه كلما ارتفعت درجة المجيب على المقياس فانه يشير إلى وجود تقدير للذات عالي لدى العاملين في منتديات الشباب والرياضة بالعراق ، وكلما انخفضت درجة المجيب فانه يشير إلى انخفاض في تقدير الذات. (الملحق 1) ⁽¹⁾.

(1) هوار معصوم عزيز محمد ؛ التدفق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية على وفق بعض المتغيرات لدى منتسبي مراكز الشباب في محافظة دهوك (دراسة مقارنة): (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، الموصل، العراق، 2021)، ص77.

(1) علي محمد علي؛ الاتجاه نحو المشاركة السياسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة: (رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان، مصر، 2015)، ص55.

3-4 المعاملات العلمية للمقياسين**3-4-1 الصدق الظاهري للمقياسين**

يعد صدق المقياس أهم شروط المقياس الجيد ولغرض التحقق من صدق المقياسين المستخدمين في البحث الحالي قام الباحثان بعرض الاستبيان على عدد من الخبراء والمختصين¹ في مجال علم النفس والقياس والتقويم وذلك للتأكد من صلاحية فقرات المقياسين ومناسبتها لعينة البحث مع الإشارة إلى صلاحية بدائل المقياس إذ يعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس إذا يشير الزيود وعليان (1998) وكذلك عويس (1999) إلى أنه يمكن أن نعد الاختبار صادقاً بعد عرضه على عدد من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيس الاختبار فإذا أقر الخبراء إن هذا الاختبار يقيس السلوك الذي وضع لقياسه يمكن الباحث الاعتماد على حكم الخبراء) وبعد جمع الاستبيانات تم استخراج صدق المحكمين على صلاحية فقرات المقياسين والتي حصلت على نسبة اتفاق تراوحت (80% - 100%) هذا ما يؤكد (Eble, 1972) على أن أفضل وسيلة للتأكد من صدق الأداء هو أن يقرر عدد من المختصين مدى تغطية وشمولية الفقرات لجوانب الصفة المراد قياسها⁽¹⁾ (Eble, 1972, 555).

3-4-2 ثبات المقياسين

يعد الثبات من الشروط المهمة للأداء الجيد ويعني الاتساق في النتائج والتميز بالاستقرار (marshall 104 , 1972), ولغرض إيجاد معامل الثبات قام الباحثان باستخراج الثبات بطريق التجزئة النصفية وذلك بعد توزيع المقياسين على عينة الثبات البالغة (20) منتسباً من خارج عينة التجربة الرئيسية، ومن ثم استخراج قيمة الثبات بين نصفي الاختبار والبالغة (0.83) لمقياس التدفق النفسي و(0.81) لمقياس تقدير الذات وبعد معالجة قيمة معامل الثبات بين نصفي الاختبار عن طريق استخدام معادلة سبيرمان براون بلغ معامل الثبات الكلي لمقياس التدفق النفسي (0.91) ولمقياس تقدير الذات (0.89)، إذ تم التحقق من ثبات المقياسين قبل التطبيق النهائي.

¹ السادة الخبراء والمختصون هم:

قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة / كلية التربية الأساسية
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كركوك

- أ.د. عكلة سليمان علي الحوري
- أ.د. سعد فاضل عبد القادر
- أ.د. سعد عباس عبد
- أ.د. ثامر محمود ذنون
- أ.م.د. احمد مؤيد حسين
- أ.م.د. ونام عامر عبد الله

⁽¹⁾ Ebel. R.L. (1972) Essentials of Educational Measurement. Eugewood Cliffs prentice-all , New Jersey.p.555.

3-5 التجربة الاستطلاعية للمقياسين

قام الباحثون بتطبيق المقياسين تطبيقاً أولياً استطلاعياً على عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (20) منتسباً من خارج عينة البحث الرئيسية وذلك بتاريخ (2022/2/8) من أجل التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثون في التطبيق النهائي للبحث وكذلك التعرف على مدى فهم واستيعاب المنتسبين لفقرات المقياسين وامكانية الاجابة عنهم، وكذلك التعرف على الوقت المستغرق في الاجابة. ونتج عن هذه العملية توصل الباحثون الى فهم المنتسبين لفقرات المقياسين وسهولة الاجابة عن المقياسين وكذلك عدم وجود فقرات غامضة او مبهمه المعنى لدى المنتسبين وكانت تتراوح اجابات المنتسبين عن المقياسين (22 - 26) دقيقة.

3-6 التطبيق النهائي للبحث

قام الباحثون بإجراء التطبيق النهائي للبحث وذلك بتوزيع المقياسين عينة البحث الرئيسية من منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك والبالغ عددهم (67) منتسباً، وذلك للمدة الزمنية (2022/2/15 لغاية 2022/4/4).

3-7 الوسائل الاحصائية

استخدم الباحثون الوسائل الاحصائية التالية للتوصل الى نتائج بحثه عن طريق استخدام البرنامج الاحصائي spss:

- النسبة المئوية.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- المتوسط الفرضي.
- معامل الاختلاف.

(التكريري والعبيدي، 1999)

3- عرض النتائج ومناقشتها**4 - 1 عرض النتائج**

بعد توزيع المقياسين (التدفق النفسي وتقدير الذات) على عينة البحث الرئيسية من منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك وجمعها وتصحيحها ووضع الدرجات الخاصة بكل مقياس لعينة البحث، تم التوصل الى المعالم الاحصائية للمقياسين وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين المعالم الاحصائية للمقياسين

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	معامل الاختلاف
1.	التدفق النفسي	146.55	9.19	114	6.27%
2.	تقدير الذات	91.28	10.15	75	11.11%

ومن ثم قام الباحثون ولغرض تحقيق هدف البحث والتحقق من فرضه بإيجاد العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في مديرية رياضة وشباب كركوك وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين معامل الارتباط والقيمة المعنوية بين متغيرات البحث

ت	المتغيرات	معامل الارتباط البسيط	المعنوية	النتيجة
1.	التدفق النفسي	0.77	0.02	معنوي
2.	تقدير الذات			

• معنوي عند (0.05).

اذ يتبين من الجدول (2) وجود علاقة ارتباط معنوية بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك، اذ بلغت قيمة (ر) المحسوبة (0.77) وبمعنوية مقدارها (0.02)، وهي اقل من مستوى معنوية (0.05) مما يدل على وجود العلاقة بين المتغيرين، وبذلك يتحقق هدف البحث وترفض الفرضية الصفرية للبحث وتقبل الفرضية البديلة.

4-2 مناقشة النتائج

من خلال الجداول المعروضة في اعلاه يتبين وجود علاقة ارتباط وثيقة بين متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك اذ يؤثر ويتأثر كل من المتغيرين ببعضهما اذ ان التدفق النفسي للعمل في الوظيفة لن يتوافر الا اذا كان هنالك تقدير ذات عالي للموظف في مركز الشباب والرياضة وكذلك التدفق النفسي للموظفين المنتسبين في مركز الشباب والرياضة العالي يأتي من خلال تقديرهم الذاتي العالي لأنفسهم والذي يأتي من خلال الثقة الكبيرة التي تعطى للموظف خلال العمل والمدير الجيد الذي يعطي الفرصة لكل الموظفين لإثبات هويتهم وشخصيتهم خلال العمل في المديرية. ويرى الباحثون ان متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات متغيران متلازمان ومؤثران احدهما بالآخر بالنسبة للمنتسبين في مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك اذا ان الابداع في العمل يحتاج الى تقدير

ذات عالي للموظفين والذي سينتج بدوره تدفق نفسي يعمل على تحسين الحياة الوظيفية للمنتسب وبالتالي الحصول على نتائج افضل للدائرة التي يعمل بها المنتسب خلال الوظيفة والأداء العالي.

4- الاستنتاجات والتوصيات

5- 1 الاستنتاجات

استنتج الباحثون ما يأتي:

5-1-1 متغيرا التدفق النفسي وتقدير الذات يؤثر كل منهما بالآخر بصورة ايجابية طردية ويتلازمان في الظهور لدى منتسبي مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك.

5-1-2 يتميز منتسبو مراكز الشباب والرياضة في محافظة كركوك بدرجة مرتفعة في متغيري التدفق النفسي وتقدير الذات.

5- 2 التوصيات

يوصي الباحثون بما يأتي:

5-2-1 تعزيز الروح الايجابية لدى المنتسبين باستمرار كونها ترفع من المهارات النفسية لهم وبالتالي تؤثر على انجازهم وادائهم خلال الوظيفة من خلال تعزيز تقديرهم لذاتهم وتدفقهم النفسي.

5-2-2 اجراء دراسات وبحوث اخرى على عينات مختلفة في فعاليات مختلفة وعينات اخرى في متغيري البحث (التدفق النفسي وتقدير الذات).

المصادر العربية والاجنبية

- أبو حلاوة , محمد السعيد؛ حالة التدفق، المفهوم، الإبعاد، القياس: (شبكة العلوم النفسية-القاهرة، 2013).
- ربيعة، بن الشيخ؛ علاقة الاتزان الانفعالي بالتدفق النفسي، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، جامعة قاصدي مرباح -ورقلة -كلية العلوم الانسانية والاجتماعية: (قسم علم النفس وعلوم التربية، الجزائر، 2015).
- عبد الامير، نصر حسين؛ تقدير الذات وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين الناشئين والشباب بكرة السلة: (مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الرابع، العدد الثالث، جامعة بابل، العراق، 2011)، ص55.
- محمود , هبة سامي؛ التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية: (جامعة عين شمس , مصر، 2018).
- عرار، سامية وآخرون؛ خبرة التدفق النفسي المفاهيم والابعاد وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكولوجية الايجابية الابداع والسعادة نموذجا: (مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر، 2014).
- سعيدي، عبد الله ؛ إبراز مفهوم السعادة في البحوث النفسية، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية: (جامعة قاصدي مرباح ، ورقلة ، الجزائر، 2016).
- ابو دوميك، سليمان عودة سليمان؛ الخصائص السيكمترية لمقياس براون والكساندر لتقدير الذات للفئة العمرية (13،18): (سنة في مدينة تبوك، العدد التاسع عشر، المجلد الثاني، المجلة العربية للعلوم ونشر الابحاث، السعودية 2018).

- الفحل، نبيل محمد؛ دراسة تقدير الذات ودافعية الإنجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في كل من مصر والسعودية – دراسة ثقافية، مجلة علم النفس: (العدد الرابع والخمسين، القاهرة، 2000)، ص 233.
- إبراهيم، عبد الستار؛ العلاج السلوكي للطفل أساليب ونماذج من حالاته: (علم المعرفة، الكويت، 1993).
- محمود ، غازي صالح و حسين , ازهر كمال؛ التدفق النفسي وعلاقته بمهارتي المناولة و التهديف بكرة القدم: (مجلة الرياضية المعاصرة ، العدد 3 ، العراق ، 2017).
- هبة سامي محمود ؛ التدفق النفسي و علاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلاب كلية التربية , مجلة كلية التربية في العلوم النفسية : (جامعة عين شمس، مصر، 2018).
- هوار معصوم عزيز محمد ؛ التدفق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية على وفق بعض المتغيرات لدى منتسبي مراكز الشباب في محافظة دهوك (دراسة مقارنة): (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة الموصل، الموصل، العراق، 2021).
- علي محمد علي؛ الاتجاه نحو المشاركة السياسية وعلاقته بتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة: (رسالة ماجستير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان، مصر، 2015).
- Ebel. R.L. (1972) Essentials of Educational Measurement. Eugewood Cliffs prentice-all , New Jersey.p.555.
- Abu Halawa, Muhammad Al-Saeed; Flow state, concept, dimension, measurement: (The Psychological Science Network - Cairo, (2013), p. 5.
- Rabia, Ibn Sheikh; The Relationship of Emotional Balance with Psychological Flow, Master Thesis in Educational Psychology, Kasdi Merbah University - Ouargla - Faculty of Humanities and Social Sciences: (Department of Psychology and Education Sciences, Algeria, 2015), p. 20.
- Abdul Amir, Nasr Hussein; Self-esteem and its relationship to the skillful performance of young and young players in basketball: (Journal of Physical Education Sciences, Volume Four, Issue Three, University of Babylon, Iraq, 2011), p. 55.
- Mahmoud, Heba Sami; Psychological flow and its relationship to the level of ambition among a sample of students in the Faculty of Education: (Ain Shams University, Egypt, 2018), p.1
- Arar, Samia et al.; The experience of psychological flow, concepts and dimensions, and their relationship to some positive psychological variables, creativity and happiness as a model: (Journal of the Development of Social Sciences, University of M'sila, Algeria, 2014).
- Saidi, Abdullah: Highlighting the concept of happiness in psychological research, Journal of the Development of Social Sciences: (University of Kasdi Merbah, Ouargla, Algeria, 2016).
- Abu Doumik, Suleiman Odeh Suleiman; Psychometric properties of the Brown and Alexander scale of self-esteem for the age group (13,18): (a year in the city of Tabuk, the nineteenth issue, the second volume, the Arab Journal of Science and Research Publishing, Saudi Arabia 2018).
- Al-Fahal, Nabil Muhammad; A study of self-esteem and achievement motivation among secondary school students in Egypt and Saudi Arabia - a cultural study, Journal of Psychology: (Fifty-fourth Issue, Cairo, 2000)
- Ibrahim, Abdul Sattar; Behavioral treatment of the child, its methods and examples of his cases: (Science of Knowledge, Kuwait, 1993).

- Mahmoud, Ghazi Saleh and Hussein, Azhar Kamal; Psychological flow and its relationship to handling and scoring skills in football: (Modern Sports Journal, No. 3, Iraq, 2017).
- Heba Sami Mahmoud; Psychological flow and its relationship to the level of ambition among a sample of students of the Faculty of Education, Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences: (Ain Shams University, Egypt, 2018).
- Hawar Masum Aziz Muhammad; Psychological flow and its relationship to personality traits according to some variables among members of youth centers in Dohuk Governorate (comparative study): (unpublished master's thesis, College of Basic Education, University of Mosul, Mosul, Iraq, 2021).
- Ali Muhammad Ali; The trend towards political participation and its relationship to self-esteem among a sample of university students: (a published master's thesis, Faculty of Arts, Helwan University, Egypt, 2015).

الملحق (1) / مقياس التدفق النفسي

ت	الفقرات	موافق جدا	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق جدا
1	اشعر بالحماس عند ادائي الوظيفي					
2	اؤدي اعمالي باتقان					
3	احدد الهدف بناء على متطلبات عملي					
4	اشعر بتشتيت انتباهي في اثناء العمل					
5	اشعر بالارتياح على الرغم من صعوبة المهمة					
6	اهتم بتوزيع طاقتي على تفاصيل عملي					
7	اخطط لاي عمل قبل ادائه بما يتناسب مع قدراتي					
8	اندمج باي عمل مطلوب مني					
9	استسلم للعقبات ولا أتمكن من التغلب عليها					
10	انا غير سعيد بعملي					
11	ينتابني الإحباط بعد كل حالة فشل					
12	ارسم اهداف شخصية عديدة لتزيد دافعي					
13	امتلك مواجهة إدارة الازمات في العمل					
14	اجتهد لايجاد الحلول لمشكلات العمل					
15	اشعر بالمنافسة مع ذاتي					
16	ادرك أهمية الاندماج في العمل واتحكم فيه					
17	اشعر بالمتعة والدافعية في اثناء الاداء					
18	ينتابني الشعور بالنشوة بعد نجاح المهمة					
19	اشعر بانني اعلى خبرة من زملاء					
20	تتكدر واجباتي ويتاخر تنفيذها في الوقت المحدد لها					
21	اهتم بمراجعة اعمالي بنفسي					
22	افقد الاندماج الكامل في العمل					
23	اعمل بصمت و عملي هو من يتكلم					
24	انا بحاجة الى دورات لتطويري بالاختصاص					
25	ينخفض عطائي كلما اقترب الدوام من نهايته					
26	اشعر انني بحاجة ملحة لزيادة نشاطي					
27	افقد اعصابي عندما يوكل الي كثير من الاعمال					
28	اقدم النصيحة لكل من يحتاجها					
29	أحاول تطوير مهاراتي للوصول الى افضل أداء					

30	افقد لتركيز من زخم العمل				
31	اواجه صعوبة في اكمال الواجبات				
32	ابذل قصاري للوصول الى اهدافي				
33	اجد نفسي مقصرا في أي عمل أقوم به				
34	اؤدي عملي باستغراق تام				
35	اراجع ادائي واطوره باستمرار				
36	قدراتي اقل من حجم المهمة التي اكلف بها				
37	اشعر بالتعب وافقد السيطرة على الوقت عند تراكم العمل				
38	اشعر بتدفق افكاري وانسيابيتها				

مقياس تقدير الذات

ت	الفقرات	دائماً	احياناً	نادراً	ابداً
1.	اجد صعوبة في التحدث امام مجموعة من الناس .				
2.	انا غير راضي عن نفسي .				
3.	اجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي .				
4.	اترك انطبعا ايجابيا لدى من اقابلهم ولو لمرة واحدة .				
5.	اتوقع النجاح فيما اقوم به من اعمال .				
6.	اتصرف بحكمة في المواقف الحرجة .				
7.	انا جدير باحترام الآخرين .				
8.	استطيع التغلب على الصعوبات التي تواجهني .				
9.	انا شخص محبوب من الآخرين .				
10.	اعبر عن وجهة نظري مهما كانت دون خوف او تردد .				
11.	اخشى التعبير عن مشاعري .				
12.	من الصعب علي تقبل الفشل .				
13.	اشعر بالسعادة عندما اتواجد مع الآخرين .				
14.	اشعر بانني ليس لدى ما يدعو للفخر.				
15.	اشعر ان رايتي لا قيمة له .				
16.	من السهل علي تقبل نقد الآخرين .				
17.	اشعر بانني شخص لا قيمة له في الحياة .				
18.	اتجنب التواجد في المواقف الاجتماعية (المهرجانات والدعوات العامة).				
19.	اشعر بالرضا عن حياتي الحالية .				
20.	من السهل علي اقناع الآخرين بوجهة نظري .				
21.	اشعر بانني لست جذابا مثل الآخرين .				
22.	النجاح هو هدفي في كل ما اقوم به من اعمال .				
23.	اشعر بانني قادر علي لفت انتباه الآخرين .				
24.	ينظر الي الآخرين باحترام .				
25.	اثق في قدرتي على التعامل مع اي شخص اقبله .				
26.	اشعر ان اصدقائي افضل مني .				
27.	من السهل علي التأثير على الآخرين .				
28.	يشعر الآخرون بالسعادة عند تواجدي معهم .				
29.	لدي شخصية قوية .				
30.	لدي شعور بانني شخص فاشل .				