

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل



السنة التاسعة، العدد 31
المجلد الثاني، سبتمبر 2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



جامعة حائل
University of Ha'il

مجلة العلوم الإنسانية

دورية علمية محكمة تصدر عن جامعة حائل

للتواصل:

مركز النشر العلمي والترجمة

جامعة حائل، صندوق بريد: 2440 الرمز البريدي: 81481



<https://uohjh.com/>



j.humanities@uoh.edu.sa

نبذة عن المجلة

تعريف بالمجلة

مجلة العلوم الإنسانية، مجلة دورية علمية محكمة، تصدر عن وكالة الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي بجامعة حائل كل ثلاثة أشهر بصفة دورية، حث تصدر أربعة أعداد في كل سنة، وبحسب اكتمال البحوث المجازة للنشر. وقد نُحِتَت مجلة العلوم الإنسانية في تحقيق معايير اعتماد معامل التأثير والاستشهادات المرجعية للمجلات العلمية العربية معامل "آر سيف Arcif" المتوافقة مع المعايير العالمية، والتي يبلغ عددها (32) معياراً، وقد أُطلق ذلك خلال التقرير السنوي الثامن للمجلات للعام 2023.

رؤية المجلة

التميز في النشر العلمي في العلوم الإنسانية وفقاً لمعايير مهنية عالمية.

رسالة المجلة

نشر البحوث العلمية في التخصصات الإنسانية؛ لخدمة البحث العلمي والمجتمع المحلي والدولي.

أهداف المجلة

تهدف المجلة إلى إيجاد منافذ رصينة؛ لنشر المعرفة العلمية المتخصصة في المجال الإنساني، وتمكن الباحثين -من مختلف بلدان العالم- من نشر أبحاثهم ودراساتهم وإنتاجهم الفكري لمعالجة واقع المشكلات الحياتية، وتأسيس الأطر النظرية والتطبيقية للمعارف الإنسانية في المجالات المتنوعة، ووفق ضوابط وشروط ومواصفات علمية دقيقة، تحقيقاً للجودة والريادة في نشر البحث العلمي.

قواعد النشر

لغة النشر

- 1- تقبل المجلة البحوث المكتوبة باللغتين العربية والإنجليزية.
- 2- يُكتب عنوان البحث وملخصه باللغة العربية للبحوث المكتوبة باللغة الإنجليزية.
- 3- يُكتب عنوان البحث وملخصه ومراجعته باللغة الإنجليزية للبحوث المكتوبة باللغة العربية، على أن تكون ترجمة الملخص إلى اللغة الإنجليزية صحيحة ومتخصصة.

مجالات النشر في المجلة

تهتم مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل بنشر إسهامات الباحثين في مختلف القضايا الإنسانية الاجتماعية والأدبية، إضافة إلى نشر الدراسات والمقالات التي تتوفر فيها الأصول والمعايير العلمية المتعارف عليها دولياً، وتقبل الأبحاث المكتوبة باللغة العربية والإنجليزية في مجال اختصاصها، حيث تعنى المجلة بالتخصصات الآتية:

- علم النفس وعلم الاجتماع والخدمة الاجتماعية والفلسفة الفكرية العلمية الدقيقة.
- المناهج وطرق التدريس والعلوم التربوية المختلفة.
- الدراسات الإسلامية والشريعة والقانون.
- الآداب: التاريخ والجغرافيا والفنون واللغة العربية، واللغة الإنجليزية، والسياحة والآثار.
- الإدارة والإعلام والاتصال وعلوم الرياضة والحركة.

أوعية نشر المجلة

تصدر المجلة ورقياً حسب القواعد والأنظمة المعمول بها في المحلات العلمية المحكمة، كما تُنشر البحوث المقبولة بعد تحكيمها إلكترونياً لتعم المعرفة العلمية بشكل أوسع في جميع المؤسسات العلمية داخل المملكة العربية السعودية وخارجها.

ضوابط النشر في مجلة العلوم الإنسانية وإجراءاته

أولاً: شروط النشر

أولاً: شروط النشر

1. أن يتسم بالأصالة والجدّة والابتكار والإضافة المعرفية في التخصص.
2. لم يسبق للباحث نشر بحثه.
3. ألا يكون مستلماً من رسالة علمية (ماجستير / دكتوراة) أو بحوث سبق نشرها للباحث.
4. أن يلتزم الباحث بالأمانة العلمية.
5. أن تراعى فيه منهجية البحث العلمي وقواعده.
6. عدم مخالفة البحث للضوابط والأحكام والآداب العامة في المملكة العربية السعودية.
7. مراعاة الأمانة العلمية وضوابط التوثيق في النقل والاقتباس.
8. السلامة اللغوية ووضوح الصور والرسومات والجداول إن وجدت، وللمجلة حقها في مراجعة التحرير والتدقيق النحوي.

ثانياً: قواعد النشر

1. أن يشتمل البحث على: صفحة عنوان البحث، ومستخلص باللغتين العربية والإنجليزية، ومقدمة، وصلب البحث، وخاتمة تتضمن النتائج والتوصيات، وثبت المصادر والمراجع باللغتين العربية والإنجليزية، والملاحق اللازمة (إن وجدت).
2. في حال (نشر البحث) يُزوّد الباحث بنسخة إلكترونية من عدد المجلة الذي تم نشر بحثه فيه، ومستلاً لبحثه .
3. في حال اعتماد نشر البحث تؤول حقوق نشره كافة للمجلة، ولها أن تعيد نشره ورقياً أو إلكترونياً، ويحق لها إدراجه في قواعد البيانات المحليّة والعالميّة - بمقابل أو بدون مقابل - وذلك دون حاجة لإذن الباحث.
4. لا يحقّ للباحث إعادة نشر بحثه المقبول للنشر في المجلة إلا بعد إذن كتابي من رئيس هيئة تحرير المجلة.
5. الآراء الواردة في البحوث المنشورة تعبر عن وجهة نظر الباحثين، ولا تعبر عن رأي مجلة العلوم الإنسانية.
6. النشر في المجلة يتطلب رسوما مالية قدرها (1000 ريال) يتم إيداعها في حساب المجلة، وذلك بعد إشعار الباحث بالقبول الأولي وهي غير مستردة سواء أجاز البحث للنشر أم تم رفضه من قبل المحكمين.

ثالثاً: توثيق البحث

أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية (APA7)

رابعاً: خطوات وإجراءات التقديم

1. يقدم الباحث الرئيس طلباً للنشر (من خلال منصة الباحثين بعد التسجيل فيها) يتعهد فيه بأن بحثه يتفق مع شروط المجلة، وذلك على النحو الآتي:
 - أ. البحث الذي تقدمت به لم يسبق نشره (ورقياً أو إلكترونياً)، وأنه غير مقدم للنشر، ولن يقدم للنشر في وجهة أخرى حتى تنتهي إجراءات تحكيمه، ونشره في المجلة، أو الاعتذار للباحث لعدم قبول البحث.
 - ب. البحث الذي تقدمت به ليس مستلماً من بحوث أو كتب سبق نشرها أو قدمت للنشر، وليس مستلماً من الرسائل العلمية للماستير أو الدكتوراة.
 - ج. الالتزام بالأمانة العلمية وأخلاقيات البحث العلمي.
 - د. مراعاة منهج البحث العلمي وقواعده.
- هـ. الالتزام بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل كما هو في دليل المؤلفين لكتابة البحوث المقدمة للنشر في مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل وفق نظام APA7
2. إرفاق سيرة ذاتية مختصرة في صفحة واحدة حسب النموذج المعتمد للمجلة (نموذج السيرة الذاتية).
3. إرفاق نموذج المراجعة والتدقيق الأولي بعد تعبئته من قبل الباحث.
4. يرسل الباحث أربع نسخ من بحثه إلى المجلة إلكترونياً بصيغة (word) نسختين و (PDF) نسختين تكون إحداها بالصيغتين خالية مما يدل على شخصية الباحث.
5. يتم التقديم إلكترونياً من خلال منصة تقديم الطلب الموجودة على موقع المجلة (منصة الباحثين) بعد التسجيل فيها مع إرفاق كافة المرفقات الواردة في خطوات وإجراءات التقديم أعلاه.
6. تقوم هيئة تحرير المجلة بالفحص الأولي للبحث، وتقرير أهليته للتحكيم، أو الاعتذار عن قبوله أولاً أو بناء على تقارير المحكمين دون إبداء الأسباب وإخطار الباحث بذلك
7. تملك المجلة حق رفض البحث الأولي ما دام غير مكتمل أو غير ملتزم بالضوابط الفنية ومعايير كتابة البحث في مجلة حائل للعلوم الإنسانية.
8. في حال تقرر أهلية البحث للتحكيم يخطر الباحث بذلك، وعليه دفع الرسوم المالية المقررة للمجلة (1000 ريال غير مستردة من خلال الإيداع على حساب المجلة ورفع الإيصال من خلال منصة التقديم المتاحة على موقع المجلة، وذلك خلال مدة خمس أيام عمل منذ إخطار الباحث بقبول بحثه أولاً وفي حالة عدم السداد خلال المدة المذكورة يعتبر القبول الأولي ملغى.
9. بعد دفع الرسوم المطلوبة من قبل الباحث خلال المدة المقررة للدفع ورفع سند الإيصال من خلال منصة التقديم، يرسل البحث لمحكمين اثنين؛ على الأقل.
10. في حال اكتمال تقارير المحكمين عن البحث؛ يتم إرسال خطاب للباحث يتضمن إحدى الحالات التالية:
 - أ. قبول البحث للنشر مباشرة.
 - ب. قبول البحث للنشر؛ بعد التعديل.
 - ج. تعديل البحث، ثم إعادة تحكيمه.
 - د. الاعتذار عن قبول البحث ونشره.
11. إذا تطلب الأمر من الباحث القيام ببعض التعديلات على بحثه، فإنه يجب أن يتم ذلك في غضون (أسبوعين من تاريخ الخطاب) من الطلب. فإذا تأخر الباحث عن إجراء التعديلات خلال المدة المحددة، يعتبر ذلك عدولاً منه عن النشر، ما لم يقدم عذراً تقبله هيئة تحرير المجلة.
12. في حالة رفض أحد المحكمين للبحث، وقبول المحكم الآخر له وكانت درجته أقل من 70%؛ فإنه يحق للمجلة الاعتذار عن قبول البحث ونشره دون الحاجة إلى تحويله إلى محكم مرجح، وتكون الرسوم غير مستردة.

13. يقدم الباحث الرئيس (حسب نموذج الرد على المحكمين) تقرير عن تعديل البحث وفقاً للملاحظات الواردة في تقارير المحكمين الإجمالية أو التفصيلية في متن البحث
14. للمجلة الحق في الحذف أو التعديل في الصياغة اللغوية للدراسة بما يتفق مع قواعد النشر، كما يحق للمحررين إجراء بعض التعديلات من أجل التصحيح اللغوي والفني. وإلغاء التكرار، وإيضاح ما يلزم. وكذلك لها الحق في رفض البحث دون إبداء الأسباب.
15. في حالة رفض البحث من قبل المحكمين فإن الرسوم غير مستردة.
16. إذا رفض البحث، ورغب المؤلف في الحصول على ملاحظات المحكمين، فإنه يمكن تزويده بهم، مع الحفاظ على سرية المحكمين. ولا يحق للباحث التقدم من جديد بالبحث نفسه إلى المجلة ولو أجريت عليه جميع التعديلات المطلوبة.
17. لا تردّ البحوث المقدمة إلى أصحابها سواء نشرت أم لم تنشر، ويخطر المؤلف في حالة عدم الموافقة على النشر
18. يحق للمجلة أن ترسل للباحث المقبول بحثه نسخة معتمدة للطباعة للمراجعة والتدقيق، وعليه إنجاز هذه العملية خلال 36 ساعة.
19. هيئة تحرير المجلة الحق في تحديد أولويات نشر البحوث، وترتيبها فنياً.

المشرف العام

سعادة وكيل الجامعة للدراسات العليا والبحث العلمي

أ. د. هيثم بن محمد بن إبراهيم السيف

هيئة التحرير

رئيس هيئة التحرير

أ. د. نوف بنت سالم الشمري

أستاذ البلاغة والنقد، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية

أعضاء هيئة التحرير

أ. د. عمر عبد الله العنانزة

أستاذ الإدارة الفندقية، جامعة اليرموك
المملكة الأردنية الهاشمية

أ. د. عبد العزيز بن سليمان الغسلان

أستاذ السياسة الشرعية، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية
المملكة العربية السعودية

أ. د. سيندر دوفتشين

أستاذ تعليم اللغة، جامعة كيرتن، أستراليا

أ. د. عبد الله محمد أبو تينة

أستاذ القيادة التربوية، جامعة قطر، دولة قطر

د. عمر عبد الله الصمعاني

استاذ تنمية المواهب والابتكار المشارك، جامعة حائل
المملكة العربية السعودية

د. ثامر بن عيسى العميم

أستاذ اللغويات التطبيقية المشارك، جامعة حائل
المملكة العربية السعودية

أ. ممدوح نويجع الرشيد

سكرتير هيئة التحرير

د. محمد بن حسين أوانق أحمد

محاضر أول (Senior Lecturer) في دراسات اللغة العربية
جامعة ملايا، ماليزيا

مدير إدارة التحرير

د. علي بن عيسى الشمري

أستاذ المناهج وتعليم اللغة العربية المشارك، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية

الهيئة الاستشارية

أ.د فهد بن سليمان الشايع

جامعة الملك سعود - مناهج وطرق تدريس

Dr. Nasser Mansour

University of Exeter. UK – Education

أ.د محمد بن مترك القحطاني

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - علم النفس

أ.د علي مهدي كاظم

جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان - قياس وتقييم

أ.د ناصر بن سعد العجمي

جامعة الملك سعود - التقييم والتشخيص السلوكي

أ.د حمود بن فهد القشعان

جامعة الكويت - الخدمة الاجتماعية

Prof. Medhat H. Rahim

Lakehead University - CANADA

Faculty of Education

أ.د رقية طه جابر العلواني

جامعة البحرين - الدراسات الإسلامية

أ.د سعيد يقطين

جامعة محمد الخامس - سرديات اللغة العربية

Prof. François Villeneuve

University of Paris 1 Panthéon Sorbonne

Professor of archaeology

أ. د سعد بن عبد الرحمن البازعي

جامعة الملك سعود - الأدب الإنجليزي

أ.د محمد شحات الخطيب

جامعة طيبة - فلسفة التربية

لتدفق النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء

Psychological Flow as a Moderating Variable of the Relationship between Cognitive Flexibility and Academic Well-being among

د. نجلاء بنت عبد الرحمن الجساس

أستاذ علم النفس المشارك، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة شقراء، المملكة العربية السعودية.

<https://orcid.org/0000-0002-4990-1040>

Dr.Najla Abdulrahman ALjasas.

Associate Professor of Psychology, Department of Psychology, College of Education, Shaqra University, Kingdom of Saudi Arabia.

(تاريخ الاستلام: 2026/01/04، تاريخ القبول: 2026/04/18، تاريخ النشر: 2026/08/01)

المستخلص

هدفت الدراسة إلى فحص التدفق النفسي (توازن المهارة مع التحدي، واندماج الوعي بالأداء، والأهداف الواضحة، والتركيز في الأداء، وفقدان الوعي الذاتي، وتحول الوقت) كمتغير معدل في قوة العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية (الترايط الجامعي، الامتنان الأكاديمي، الفاعلية الأكاديمية) لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء، بالإضافة إلى تحديد مستوى كل من التدفق النفسي والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية لديهم، والعلاقة بين التدفق النفسي وكل من المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية. تكوّنت عينة الدراسة من (194) طالبًا وطالبة من طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء، طبق عليهم مقياس التدفق النفسي، ومقياس المرونة المعرفية، ومقياس الرفاهية الأكاديمية، من إعداد الباحثة، وتم استخدام المنهج الوصفي، وأسفرت نتائج الدراسة عن ظهور مستوى مرتفع لدى أفراد عينة الدراسة في التدفق النفسي والرفاهية الأكاديمية، بينما كان مستوى المرونة المعرفية متوسطًا، وأنه يمكن التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من خلال التدفق النفسي والمرونة المعرفية كلاً علي حدى، وأن التدفق النفسي متغير معدل للعلاقة بين المرونة والرفاهية فهو المنبئ الأقوى والأكثر دلالة. وخلص البحث إلى عدة توصيات في ضوء نتائج البحث.

الكلمات المفتاحية: التدفق النفسي، المرونة المعرفية، الرفاهية الأكاديمية، السنة التحضيرية.

Abstract

The study aimed to examine psychological flow (skill-challenge balance, performance awareness integration, clear goals, performance focus, loss of self-awareness, and time shift) as a moderating variable in the strength of the relationship between cognitive flexibility and academic well-being (university affiliation, academic gratitude, and academic effectiveness) among preparatory year students at Shaqra University. It also aimed to determine the levels of psychological flow, cognitive flexibility, and academic well-being, as well as the relationship between psychological flow, cognitive flexibility, and academic well-being. The study sample consisted of (194) male and female preparatory-year students at Shaqra University. The researcher administered the Psychological Flow Scale, the Cognitive Flexibility Scale, and the Academic Well-being Scale. The descriptive approach correlational was used. The study results revealed high levels of psychological flow and academic well-being among the study sample, while cognitive flexibility was moderate. Academic well-being can be predicted by both psychological flow and Cognitive Flexibility. And psychological flow is a variable moderating of the relationship between cognitive flexibility and well-being. with psychological flow being the more powerful and significant predictor of the relationship between cognitive flexibility and well-being. The study concluded with several recommendations in light of the research findings. .

Keywords: psychological flow, cognitive flexibility, academic well-being, preparatory year.

للاستشهاد: الجساس، نجلاء بنت عبد الرحمن. (2026). التدفق النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء. مجلة العلوم الإنسانية بجامعة حائل، 02 (31)، ص11-ص32.

Funding: "There is no funding for this research".

التمويل: لا يوجد تمويل لهذا البحث.

المقدمة

يتزايد اهتمام الباحثين في مجال علم النفس في الآونة الأخيرة بدراسة المتغيرات الإيجابية للشخصية الإنسانية؛ كونها تعد من أهم مؤشرات التوافق العام، والصحة النفسية. وخاصة في بداية الحياة الجامعية المتمثلة بالسنة التحضيرية التي يسعى فيها الطالب إلى الاستقلالية، والتّميّز في المعرفة ليواكب التغيرات المتسارعة التي تحدث في جميع مجالات الحياة الجامعية، وتعد السنة التحضيرية مرحلة انتقالية حساسة تتطلب من الطالب مهارات نفسية ومعرفية تساعد على التكيف مع متطلبات البيئة الجامعية. ومن أبرز هذه المهارات التدفق النفسي، والمرونة المعرفية. والرفاهية الأكاديمية، لما لها من دور مباشر في تعزيز الأداء الأكاديمي والصحة النفسية.

وتعتبر الرفاهية الأكاديمية توظيفاً نوعياً للرفاهية النفسية في السياق الأكاديمي، وتشير إلى رفاهية الطلاب فيما يتعلق بالعوامل المختلفة المرتبطة بالحياة الأكاديمية، وترتبط ارتباطاً وثيقاً بالجوانب النفسية والأكاديمية المرتبطة بانخفاض مشاعر القلق والاكتئاب، وارتفاع مستويات الإنجاز، والسلوك الإيجابي، والتكيف مع الظروف. وتعرف الرفاهية الأكاديمية بأنها جودة الخبرة الذاتية للطلاب داخل السياق الأكاديمي المتمثلة في المشاعر والانفعالات والعلاقات داخل البيئة الأكاديمية. (Hoferichter, Hirvonen, & Kiuru, 2021)

وترتبط الأهداف التي يسعى الطلبة إلى تحقيقها في حياتهم الأكاديمية بالرفاهية الأكاديمية التي تؤدي دوراً مهماً في تشكيل خبراتهم، وتطلعاتهم الأكاديمية، كما أنها تؤثر إيجابياً في الجوانب الفكرية، والنفسية، والأكاديمية. كما أنّ لها دوراً إيجابياً في نتائجهم التعليمية (Widlund, Tuominen, & Korhonen., 2018). وترتبط الرفاهية بجموية ونشاط الطالب الجامعي، وقدرته على ضبط النفس؛ ما يؤثر في صحته النفسية بشكل عام. وأيضاً تؤثر في الجانب المهني للطالب واتجاهاته، وعلى نواتج السلوك التي تفيد المجتمع بأكمله وتدفعهم للاستمرار والسعي إلى تحقيق النجاح التعليمي، وتوفير الحرية في اختيار التخصص الدراسي، واستمتاعهم بالذهاب إلى الجامعة، ورضاهم عن أساتذتهم (Udhayakumar & Illango, 2018).

وقد حظيت الرفاهية الأكاديمية باهتمام متزايد في الدراسات السابقة، حيث هدفت دراسة العنزي (2022) إلى وضع نموذج بنائي للعلاقات بين الرفاهية الذاتية الأكاديمية وكل من الكمالية الأكاديمية والتجول العقلي لدى طلبة الجامعة، وتوصلت إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية الذاتية الأكاديمية. كما اهتمت دراسة سليمان (2022) بتحديد مستوى الرفاهية الأكاديمية والتحقق من الإسهام النسبي لأنماط الاستثارة الفائقة والوظائف التنفيذية في التنبؤ بها، وأظهرت النتائج وجود مستوى مرتفع من الرفاهية الأكاديمية لدى الطلبة المتفوقين، كما وجدت أن الوظائف التنفيذية تعدل قوة العلاقة بين أنماط الاستثارة الفائقة والرفاهية الأكاديمية. من جهة أخرى، كشفت دراسة خليفة (2021) عن وجود مستوى متوسط من الرفاهية الأكاديمية لدى طالبات الجامعة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة ما وراء المزاج والرفاهية الأكاديمية. في حين أظهرت

دراسة شلي وأحمدش والقصي (2020) وجود مستوى متوسط من الرفاهية الأكاديمية، وأن الصمود الأكاديمي يتنبأ بها بشكل إيجابي، بينما يتنبأ الاحتراق الأكاديمي بها بشكل سلبي. كما توصلت دراسة إبراهيم (2021) إلى وجود علاقة موجبة بين الرفاهية الأكاديمية وكل من التفكير الإيجابي والمرونة المعرفية، وعلاقة سلبية مع الضغوط الأكاديمية، وإمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من خلال هذه المتغيرات.

وبما أن تحقيق أهداف الطالب الجامعي يرتبط بالسياق المعرفي العالمي، فإن ذلك يستدعي تحلي الطلبة بالمرونة المعرفية التي تعني مدى تقبله للتغيير، والقدرة على اكتساب أنماط جديدة من السلوك، وذلك من خلال قدرته على اختيار البدائل المتاحة بطريقة فعالة وتنظيم ذاته بطريقة مرنة. وتعتبر المرونة المعرفية أحد المتغيرات اللازمة للأداء الجيد ومواجهة الأحداث، فمن الضروري أن يمتلك الطالب القدرة على التصرف بمرونة مع المواقف الجديدة (جابر، 2015). وقد أشارت دراسة الحربي (2024) إلى أن طلاب جامعة القصيم لديهم مستوى جيد من المرونة المعرفية، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائية بين المتوسط الفرضي والتجريبي في المرونة المعرفية. كما أوضحت دراسة عبد العزيز (2022) وجود علاقة ارتباطية دالة بين الرفاهية الأكاديمية والمرونة المعرفية (كأحد أبعاد الرضاقة المعرفية)، وأن المرونة المعرفية تسهم في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية. وفي السياق نفسه، وجدت دراسة (Malkoc & Mutlu, 2019) أن المرونة المعرفية تعمل كمتغير وسيط في العلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية، وتفسر مع الثقة بالنفس نحو 30% من التباين في الرفاهية النفسية.

ويعد التدفق النفسي من المفاهيم النفسية الحديثة في علم النفس الإيجابي، وهي حالة نفسية داخلية تجعل الشخص في حالة تركيز تام وحضور كلي وشعور بالاستغراق فيما يقوم به، وبالتالي ينعكس على مشاعره، لذا غالباً نجد الفرد الذي يشعر بالتدفق النفسي يعيش نشوة الشعور بالإنجاز وارتفاع مستوى الإحساس بالسعادة، بالإضافة إلى شعور الفرد بقدراته وإمكاناته، فالأصل في التدفق النفسي هو ذوبان الفرد واندماجه التام بال اللحظة الحالية حيث يتلاشى إحساسه بالزمن والمكان ويتعايش مع ما يقوم به. (العبيدي، 2016، ص. 197).

وقد نال التدفق النفسي أهمية كبيرة؛ كونه يتيح الوصول إلى الخبرة المثالية للفرد، حيث يتيح الفرصة للتنظيم وال ضبط والسيطرة على الشعور والوعي، كما أنه يسمح بتطوير قدرات الفرد الذاتية وتقوية ثقته بنفسه والوصول إلى الاستقلالية ومستوى الدافعية المطلوبة للوصول إلى الهدف المنشود وتحمل مسؤولية ذلك، كما أنه ينمي التخيل الإبداعي لدى الفرد، وينمي لديه القدرة على حل المشكلات (أبو حلاوة، 2013).

وقد أشار Csikszentmihally أن الأشخاص الذين يشعرون بالتدفق النفسي لديهم قدر عالٍ من التركيز يصل إلى الاستغراق التام في النشاط الذي يمارسونه لدرجة فقدان الذات والوصول إلى ذروة الأداء ونشوة الإدراك، وهذا ما يفسر اختفاء جميع المشاكل الانفعالية والخبرات غير السارة في تلك اللحظة، كما أنهم يشعرون بأن أحاسيسهم الداخلية والأهداف والتحديات والتغذية الراجعة المتعلقة

الدراسات: دراسة المشعان (2025) للشغف الأكاديمي، ودراسة عبيد، عبده، محمد، والهجين، (2024) للكمالية والتوجه الإيجابي نحو الحياة، ودراسة عبد الجيد وخاطر (2023) للتعقل وتنظيم الذات والعوامل الخمس الكبرى للشخصية، ودراسة هباش وعبد الحي (2023) للقلق المستقبل، ودراسة السعودي والرفوع (2022). للاتساق المعرفي، ودراسة برغوتي، وعلوية (2022) للكفاءة الذاتية، ودراسة عبد الكريم، شحاتة وخطاب (2022). لكفاءة الذات، ودراسة الحامد والعلوان (2022) للتوجهات الهدافية، ودراسة عبد المجيد (2021) للنهوض الأكاديمي، دراسة الأمحمدي (2021) للتدفق النفسي، ودراسة معوض (2021) لليقظة العقلية، دراسة باجابر (2021) للاتزان الانفعالي، ودراسة إبراهيم، علي، وشحاتة (2021) للكفاءة الذاتية الأكاديمية، الجزائر، الهجين وعيسى (2021) لعمليات ما وراء المعرفة، ودراسة أحمد والبرعي (2020) للتفكير الإيجابي، دراسة أيوب والبدوي (2017) للتلكؤ الأكاديمي.

ومن منطلق أنَّ التدفق النفسي وفقاً لنتائج هذه الدراسات تمثل بنية نفسية لسلوك الفرد وترتبط بالعديد من المتغيرات النفسية، فإنه من المحتمل أن ترتبطها علاقة بمتغيرات المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية؛ كون الشخصية الإنسانية كلاً متكاملًا. وتساعد المرونة المعرفية الطلبة على إحداث التكامل بين قدرات متعددة وسط ظروف متغيرة، كما تساعدهم على التوافق مع المواقف المختلفة لتلبية الاحتياجات البيئية، وتزيد من مهارات التفكير الإبداعي، وحل المشكلات التي تواجههم، وتزيد من إيجابيتهم وفاعليتهم في التعلم، وتمكنهم من السيطرة على طريقة تفكيرهم، وتحسين عمليات المعالجة المعرفية، وعمليات صناعة القرار، وبالتالي تحسن تحصيلهم الدراسي (الفيل، 2020).

وعلى الرغم من الدراسات التي تناولت التدفق النفسي والمرونة المعرفية كلٌّ على حدة لدى طلبة الجامعة - مثل دراسات محسن، والسماوي (2018) للمرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة، دراسة جابر (2015) للعوامل المبنية بالمرونة المعرفية لدى طلاب الجامعة، دراسة الأش، منصور عبد القادر (2023) للمرونة المعرفية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة الجامعة، ودراسة عثمان (2023) للفروق في التدفق النفسي بين المتفوقين دراسياً والعاديين من طلاب الجامعة، ودراسة منصور (2021) درجة التدفق النفسي لدى عينة من طالبات جامعة الطائف، ودراسة العبودي، (2018) للتدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة - إلا أن هناك ندرة في الأبحاث التي تدرس تلك المتغيرات معاً، حيث تناولت دراسة إبراهيم (2021) العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، ودراسة سليمان (2022) للعلاقة بين الوظائف التنفيذية وتشمل المرونة المعرفية بالرفاهية الأكاديمية، ودراسة علي (2022) للعلاقة بين المرونة المعرفية وجودة الحياة الأكاديمية، ودراسة المرتجي، الحربي، بن علي (2024) للعلاقة بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية.

كما أنَّ هناك ندرة في الدراسات التي تناولت التدفق النفسي كمتغير معدل، حيث أكدت دراسة الوكيل (2023) على دور متغير التدفق النفسي بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية، ودراسة (Malkoc & Mutlu, 2019) على أنَّ المرونة المعرفية متغير معدل

بالنشاط الذي هم بصددته تتفاعل معاً بطريقة سلسلة ومنظمة، وبالتالي يسخرون كل طاقتهم لهذا النشاط (Tavares, Freire, 2016)

وقد تناولت العديد من الدراسات التدفق النفسي في السياق الأكاديمي. فهدفت دراسة المرتجي والحربي وبن علي (2024) إلى التعرف على العلاقة بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية، وأظهرت النتائج أن مستوى التدفق الأكاديمي كان متوسطاً، بينما كانت الرفاهية الأكاديمية مرتفعة، ووجود علاقة موجبة بينهما، وأن الرفاهية الأكاديمية وحدها ذات دلالة في التنبؤ بالتحصيل الدراسي. كما كشفت دراسة الوكيل (2023) عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والتدفق النفسي والرفاهية النفسية، وأن التدفق النفسي يقوم بدور الوسيط بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية. من ناحية أخرى، أوضحت دراسة السعودي والرفوع (2022) أن درجة التدفق النفسي مرتفعة وترتبط ارتباطاً دالاً بالاتساق المعرفي لدى طلبة الجامعة، بينما توصلت دراسة أنديجاني (2022) إلى أن مستوى التدفق النفسي مرتفع، ولكن لا توجد علاقة دالة بين الغضب والتدفق النفسي. كما أشارت دراسة أحمد والبرعي (2020) إلى وجود مستوى متوسط من التدفق النفسي وعلاقات ارتباطية موجبة بينه وبين التفكير الإيجابي.

وبذلك أصبح للتدفق النفسي انعكاسات واضحة على جودة حياة الطالب وتعممه بالرفاهية الأكاديمية التي تعكس مدى كفاءته الأكاديمية ورضاه عن حياته الأكاديمية والتواصل الجيد بالآخرين والامتنان والمثابرة والاندماج في المهام الأكاديمية (Renshaw, 2016)

وعلى الرغم من كثرة الدراسات التي تناولت العلاقات الثنائية بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، وبين التدفق النفسي والرفاهية الأكاديمية، إلا أن هناك ندرة في الدراسات التي تناولت الدور الوسيط أو المُعَلِّل للتدفق النفسي في العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، خاصة لدى عينة من طلبة السنة التحضيرية الذين يمرّون بمرحلة انتقالية حساسة. لذا تسعى الدراسة الحالية إلى سد هذه الفجوة من خلال الكشف عن دور التدفق النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية.

مشكلة البحث

انطلاقاً من الاهتمام بدراسة البنية النفسية الإيجابية للطلاب الجامعي في بداية حياته الجامعية التي تسهم في الانفتاح الإيجابي على البيئة الدراسية، والبيئة الاجتماعية. نجد أنَّ طلبة السنة التحضيرية في بداية حياتهم العلمية في الجامعة بحاجة إلى مهارات إيجابية كالتدفق النفسي، والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لمواجهة صعوبات الحياة الجامعية التي قد تعترضهم.

ويواجه الطالب الجامعي تحديات تتعلق بالتدفق النفسي للتكيف مع متطلبات التعليم الجامعي؛ ما قد يؤثر في صحته النفسية وأدائه الأكاديمي. ولقد تناولت العديد من الدراسات علاقة التدفق النفسي بمتغيرات نفسية متعددة لدى طلبة الجامعة من هذه

أهمية البحث

أولاً: الأهمية النظرية

- يستمد البحث الحالي أهميته من أهمية العينة وهم طلاب السنة التحضيرية في الجامعة الذين يحتاجون إلى مهارات عالية المستوى لمواجهة الصعوبات في بداية مشوارهم العلمي بالجامعة.
- إلقاء الضوء على المفاهيم الحديثة نسبياً في مجال البحوث النفسية، والتي تتمثل في (التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية)، لما لها من تأثير في شخصية الطالب، وتشكيل سلوكه، وتحديد أهدافه.
- عدم وجود دراسات تناولت المتغيرات الثلاثة (التدفق النفسي، المرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية) في دراسة واحدة.

ثانياً: الأهمية التطبيقية

- قدم البحث مقاييس من إعداد الباحثة لقياس متغيرات البحث، والتحقق من خصائصهما السيكومترية مما يفيد الباحثين في المجال مستقبلاً.
- يمكن الاستفادة من نتائج البحث، والكشف عن مستوى الرفاهية الأكاديمية، والمرونة المعرفية، والتدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية لإعداد برامج تدريبية لتنمية الرفاهية الأكاديمية، والمرونة المعرفية، والتدفق النفسي.
- يمكن أن تسهم نتائج البحث الحالي في فهم العلاقات بين التدفق النفسي، المرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية، لتنبية القائمين بتعزيز هذه المهارات ودعمها لدى الطلاب.
- أهمية ما تسفر عنه النتائج في الكشف عن التدفق النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين المرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية.

حدود البحث

- الحدود الموضوعية: تتمثل في متغيرات الدراسة، وهي: التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية.
- الحدود البشرية: عينة من طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء.
- الحدود المكانية: جامعة شقراء.
- الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الثاني للعام (1444/1445هـ).

مصطلحات البحث

الرفاهية الأكاديمية: عرفها خليفة (2021) بأنها: عبارة عن مجموعة من المدركات والمؤشرات السلوكية التي تنعكس على تقييم الطالب لجوانب حياته الأكاديمية، ومن ثم شعوره بالإيجابية نحو مجاله الدراسي.

العلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية؛ ما يدعم إمكانية دراسة التدفق النفسي كمتغير معدل للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية.

كما سبق تتحدد مشكلة البحث الحالي في التساؤلات التالية:

1. ما مستوى التدفق النفسي والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟
2. ما العلاقة بين التدفق النفسي وكل من المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟
3. ما الدور المعدل للتدفق النفسي كمتغير معدل بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟
4. ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟
5. ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من المرونة المعرفية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟
6. ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من التدفق النفسي المرونة المعرفية معاً لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟

أهداف البحث

يهدف البحث إلى:

1. تحديد مستوى التدفق النفسي والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء.
2. التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين التدفق النفسي وكل من المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء.
3. الكشف عن إمكانية أن يعدل التدفق النفسي العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية.
4. الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من خلال التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية.
5. الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من خلال المرونة المعرفية لدى طلبة السنة التحضيرية.
6. الكشف عن إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من خلال التدفق النفسي المرونة المعرفية معاً لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء.

3. الأهداف الواضحة: الإحساس بالنقطة واليقين، والقدرة فيما يتعلق بما يقوم به المرء.

4. التركيز في الأداء: إحساس تام بالاستغراق، أو ما يعرف بأسر المهمة للمرء.

5. فقدان الوعي الذاتي: فالاهتمام بالذات يتناقض؛ إذ يصبح المرء متوحدًا مع المهمة وجزءًا منها.

6. تحول الوقت: فإما يمتلك المرء إحساسًا بأن الزمن يمر بسرعة، أو ببطء شديد.

المرونة المعرفية: تشير المرونة المعرفية إلى قدرة الطالب على إعادة تهيئة العقل سريعًا عند الانتقال بين المهام المختلفة، وقدرة الطالب على تحويل وجهة نشاطه العقلي نحو المعلومات الأكثر ارتباطًا بالمهمة التي يعمل عليها رغم التغير المستمر، أي تغيير الإستراتيجيات السلوكية عند تغير البيئة (Wang et al., 2021). ويرى (Hartkamp & Thornton, 2017) أنها القدرة على إنتاج استجابات جديدة ومتعددة تمكنه من التكيف مع المطالب المتغيرة لبيئته، بالإضافة إلى قدرة الطالب على تقديم تفسيرات وحلول بديلة ومتعددة للمواقف الصعبة والتحكم فيها.

وعرفها (Dennis & Vandr, 2010) بأنها قدرة الفرد على التحول الذهني للتوافق مع مؤثرات البيئة، وبممكنه إيجاد حلول بديلة متعددة للمواقف الصعبة.

وتتحدد إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الجامعي على مقياس المرونة المعرفية المستخدم في الدراسة الحالية.

السنة التحضيرية في الجامعة: تعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها: برنامج تمهيدي للدراسة، مدته سنة دراسية تسبق بدء دراسة البرنامج الذي يرغب الطالب في دراسته يشتمل على عدة مواد من ضمنها مواد تحديد اللغة، والحاسب الآلي، ومهارات الدراسة. حيث يمكن للطلاب من خلالها تطوير مهاراتهم اللغوية والدراسية للالتحاق ببرامجهم الدراسي المفضل.

دور التدفق النفسي كمتغير مُعدّل للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية: تمثل المرونة المعرفية (Cognitive Flexibility) أحد البنى المعرفية الأساسية التي تعكس قدرة الفرد على إعادة تنظيم أفكاره، والتكيف مع المتغيرات البيئية، وتوليد بدائل متعددة لمواجهة المواقف الجديدة أو غير المتوقعة (Dennis & Vander Wal, 2010). وفي السياق الأكاديمي، تُمكن المرونة المعرفية الطالب من الانتقال بين المهام المختلفة، وإعادة صياغة المشكلات بطرق مبتكرة، وتعديل استراتيجيات التعلم وفقًا لمتطلبات الموقف. وهذا بدوره يقلل من الشعور بالإحباط والضغط النفسي الناتج عن الفشل في استراتيجية معينة، مما ينعكس إيجابًا على جودة خبراته الأكاديمية (جابر، 2015).

من ناحية أخرى، تشير الأدبيات النظرية إلى أن الرفاهية الأكاديمية لا تنبع فقط من التحصيل المرتفع، بل من قدرة الطالب على إدارة التحديات الأكاديمية بفعالية. وهنا تبرز أهمية المرونة المعرفية

وعرفها غزالة والسيد (2019): بأنها تقييم الطلاب بالجامعة عن مدى رضاهم عن حياتهم الأكاديمية، والمناهج الدراسية، وامتلاك العلاقات الإيجابية مع الآخرين، والشعور باستمرار النمو والتطور الشخصي.

وتعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها: بناء واسع يُشكل مجموعة من المؤشرات التي تعكس مدى كفاءة الطلاب الأكاديمية، ورضاهم عن حياتهم الأكاديمية، والتواصل الجيد مع الآخرين، ومدى الاندماج في المهام الأكاديمية، والاستمتاع بعملية التعلم، وتقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس الرفاهية الأكاديمية المعد لهذا البحث بأبعادها الثلاثة:

الترايط الجامعي: يشير إلى مدى شعور الطالب بالانتماء والتواصل الإيجابي مع زملائه وأساتذته وبيئة الجامعة. كلما زاد هذا الترايط، زادت احتمالية التزامه ونجاحه الأكاديمي.

الامتنان الأكاديمي: هو شعور الطالب بالامتنان تجاه الفرص الأكاديمية، مثل الدعم من الأساتذة، أو موارد الجامعة، أو زملائه، أو ما يقدمه الآخرون له في الجامعة.

الفاعلية الأكاديمية: هي ثقة الطالب في قدراته على أداء المهام الأكاديمية بنجاح، واعتقاد الطالب في قدراته وفاعلية سلوكياته التي تلي أهدافه الأكاديمية

التدفق النفسي: يعرف محمد (2015، ص. 142) التدفق النفسي بأنه: «حالة نفسية تجعل الطلبة يشعرون بالتوحد مع ممارسة المحاضرات العملية، وبالتركيز فيما يقومون به من أداء، والاندفاع بحيوية نحوه مع إحساس عام بالنجاح في التعامل مع النشاط، أو المهمة». يرى (Guan, 2013) أن خبرة التدفق، أو التدفق يتميز بالتركيز الشديد على الكفاءة المعرفية، والتوازن بين مهارات التحدي المدركة، وردود الفعل الفورية، مع حالة من اندماج العمل والوعي لدى الفرد، والشعور بالتحكم والمتعة مما يجعل الوقت يمر بسرعة.

وعرفته باظة (2009، ص. 3) بأنه: «الاستغراق التام، أو الانشغال بالأداء، وسرعة الأداء، والوصول إلى مستوى عالٍ من الأداء، والشعور بالسعادة، وانخفاض الوعي بالزمان والمكان أثناء الأداء، ونسيان احتياجات الذات، والاستفادة القصوى من الحالة الوجدانية في التعرف والتعلم ودقة الأداء».

تعرف الباحثة التدفق النفسي بأنه: «الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التدفق، والمتمثلة في الأبعاد التالية.

1. توازن المهارة مع التحدي: يعني شعور الفرد بأن قدراته ومهاراته تتسق، أو تتطابق مع المطالب التي تقتضيها المهام والأعمال والأنشطة التي يقوم بها.
2. اندماج الوعي بالأداء: يتحقق فيه اندماج عميق جدًا في المهام، وبالتالي صدور أفعال تلقائية ذاتية من قبل الفرد غالبًا ما تكون ذات طابع متسلسل تنقله إلى ما يعرف بالعادات السلوكية.

الباحث. وأظهرت النتائج أنَّ التدفق الأكاديمي كان مستواه متوسطاً بين الطلبة، بينما كان مستوى الرفاهية الأكاديمية مرتفعاً. وتبين وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً متوسطة الشدة بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية، وعدم وجود فروق دالة إحصائية في كل من الرفاهية الأكاديمية والتدفق الأكاديمي تعود للفروق في الجنس، وأنَّ الرفاهية الأكاديمية وحدها ذات دلالة إحصائية في التنبؤ بالتحصيل الدراسي لدى الطلاب.

دراسة الوكيل (2023) التي هدفت إلى التعرف على العلاقات السببية بين الصمود النفسي والتدفق النفسي والرفاهية النفسية لدى طلاب كلية التربية جامعة الإسكندرية، والتوصل إلى نموذج يحدد التأثيرات المباشرة وغير المباشرة والكلية للصمود النفسي (كمتغير مستقل) والتدفق النفسي (كمتغير معدل) في الرفاهية النفسية (كمتغير تابع)، واعتمد البحث على المنهج الوصفي، وتكون المشاركون في البحث من (406) طلاب وطالبات، وتم استخدام مقياس التدفق النفسي (إعداد الباحثة)، والصمود النفسي (إعداد Conner & Davidson, 2003) ترجمة وتعريب الباحثة، ومقياس الرفاهية النفسية (إعداد/ شند وآخرون، 2013) وأسفرت 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 أنَّ التدفق النفسي يقوم بدور الوسيط بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية.

سعت دراسة العززي (2022) إلى وضع نموذج بنائي للعلاقات بين الرفاهية الذاتية الأكاديمية، وكل من الكمالية الأكاديمية والتجول العقلي لدى طلبة الجامعة، والكشف عن الفروق بين الطلبة في النوع في متغيرات الدراسة، وتكوَّنت عينة الدراسة من (284) طالباً وطالبة، وطبقت عليهم مقياس الرفاهية الذاتية الأكاديمية (من إعداد الباحث) ومقياس الكمالية الأكاديمية (من إعداد شلي، والقصي) ومقياس التجول العقلي (من إعداد الفيل)، وتوصلت النتائج إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية الذاتية الأكاديمية، ودعمت البيانات صحة النموذج البنائي المقترح للعلاقات والتأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الرفاهية الأكاديمية، وكل من: الكمالية الأكاديمية، والتجول العقلي لدى طلبة الجامعة.

واهتمت دراسة سليمان (2022) بتحديد مستوى كل من أنماط الاستثارة الفائقة، والوظائف التنفيذية، والرفاهية الأكاديمية، إلى جانب التحقق من درجة الإسهام النسبي لأنماط الاستثارة الفائقة والوظائف التنفيذية في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية، بالإضافة إلى فحص دور الوظائف التنفيذية كمتغير معدل في قوة العلاقة بين أنماط الاستثارة الفائقة والرفاهية الأكاديمية، وتكوَّنت عينة الدراسة من (131) طالباً وطالبة من الطلبة المتفوقين أكاديمياً بكلية التربية بقنا، طبق عليهم مقياس أنماط الاستثارة الفائقة، ومقياس الوظائف التنفيذية، ومقياس الرفاهية الأكاديمية، وأسفرت نتائج الدراسة عن ظهور مستوى مرتفع لدى أفراد عينة الدراسة في جميع متغيراتها عدا الاستثارة التخيلية كان متوسطاً، كما وجد أن أنماط الاستثارة الفائقة

كأحد المصادر الرئيسية لهذه القدرة. فعندما يواجه الطالب صعوبات دراسية، فإن المرونة المعرفية تسمح له بإعادة تقييم الموقف، والبحث عن حلول بديلة، وتعديل أهدافه بشكل واقعي، مما يمنع تطور مشاعر العجز أو الإحباط (إبراهيم، 2021). كما أن الطالب المرن معرفياً يكون أكثر قدرة على تبني منظور إيجابي تجاه الفشل المؤقت، والنظر إليه كفرصة للتعلم وليس كتهديد لذاته، وهذا يدعم رفاهيته الأكاديمية (عبد العزيز، 2022). وبالتالي، يمكن القول إن المرونة المعرفية تنبئ إيجابياً بالرفاهية الأكاديمية من خلال آليات التنظيم الانفعالي، وحل المشكلات، والتكيف مع الضغوط.

ومع ذلك، قد لا تكون العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية علاقة خطية مباشرة دائماً، بل يمكن أن تتأثر بوجود متغيرات أخرى تعزز هذه العلاقة أو تضعفها. ومن أهم هذه المتغيرات التدفق النفسي (Flow)، فالتدفق النفسي يمكن أن يلعب دوراً معززاً (Moderator) للعلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية.

وبناءً عليه يمكن افتراض أن التأثير الإيجابي للمرونة المعرفية على الرفاهية الأكاديمية يكون أقوى لدى الطلاب الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التدفق النفسي، بينما يكون هذا التأثير أضعف أو غير دال لدى الطلاب ذوي التدفق المنخفض. أي أن التدفق النفسي يعدل العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، وذلك من خلال تحسين جودة الاندماج في المهام، وزيادة الاستمتاع، وتقليل الإدراك السلبي للصعوبات.

الدراسات السابقة

دراسة الحري (2024) التي هدفت إلى التعرف على إمكانية التنبؤ بالتوافق الأكاديمي من خلال المرونة المعرفية والابتكارية الانفعالية لدى طلاب جامعة القصيم، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي الارتباطي، ومقياس الابتكارية الانفعالية، من إعداد أفريل (Averill, 1999)، وتعريب عفيفي (2016)، ومقياس المرونة المعرفية، من إعداد دينيس وفاندر (Dennis & Vandr, 2010)، ومقياس التوافق الأكاديمي لليران وميلر (Liran & Miller, 2019)، ترجمة حسبان والربيع (2021)، وتم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من (600) طالب من طلاب جامعة القصيم، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق كبيرة دالة إحصائياً بين المتوسط الفرضي في المرونة المعرفية وبين المتوسط التجريبي لديهم، كما أشارت النتائج إلى أنَّ طلاب جامعة القصيم لديهم مستوى جيد من الابتكارية الانفعالية، والمرونة المعرفية، والتوافق الأكاديمي.

وهدف دراسة المرتجي، الحري، بن علي (2024) التعرف على العلاقة بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية في ضوء النوع والمستوى التحصيلي، واستخدمت الدراسة المنهج الارتباطي التنبؤي، وتمت الدراسة على عينة من الجنسين بلغ عددها (857) من طلبة كلية التربية الأساسية بدولة الكويت، طبق عليهم كل من مقياس التدفق الأكاديمي الذي أعده (Bakker, et al, 2017)، وقام بترجمته وتقنيته الحري (2021)، ومقياس الرفاهية الأكاديمية الذي وضعه. Stockinger, Vogl, & Pekrun, (2023) إعداد

التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية.

وحاولت دراسة شلي، وأحدش، والقصي (2020) تحديد الإسهام النسبي لكل من الصمود والاحترق الأكاديمي في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة. والكشف عن مستوى طلاب جامعة الملك خالد في متغيرات البحث. وتكوّنت عينة البحث الأساسية من (239) طالباً بكلية التربية بجامعة الملك خالد بأها. طبقت عليهم مقياس الرفاهية الأكاديمية، والاحترق الأكاديمي، والصمود الأكاديمي. وقد أظهرت نتائج البحث تنبؤ متغير الصمود بأبعاده تنبؤاً دالاً وإيجابياً بالرفاهية، كما تنبأ متغير الاحترق الأكاديمي بأبعاده تنبؤاً دالاً سلبياً بالرفاهية، كما أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط من الرفاهية الأكاديمية، والاحترق الأكاديمي، ومستوى مرتفع من الصمود الأكاديمي لدى أفراد العينة.

واهتمت دراسة أحمد والبرعي (2020) بالتعرف على مستوى كل من التدفق النفسي، والتفكير الإيجابي؛ وطبيعة العلاقة بينهما. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي، وتكوّنت عينة الدراسة من (240) طالبة من طالبات جامعتي جدة والملك فيصل، طبق عليهن مقياس التدفق النفسي إعداد (Jackson & Marsh, 1996) تعريب وتقنين الباحثين؛ ومقياس التفكير الإيجابي إعداد الباحثين. وتم التوصل إلى وجود مستوى متوسط من كل من التدفق النفسي والتفكير الإيجابي لدى أفراد العينة، ووجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة في التدفق النفسي وأبعاده، والتفكير الإيجابي وأبعاده.

وحاولت دراسة إبراهيم (2021) التعرف على الإسهام النسبي للتفكير الإيجابي، والمرونة المعرفية، والضغط الأكاديمي في الرفاهية الأكاديمية، وتكوّنت عينة البحث من (528) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، وكلية الدراسات الإنسانية بجامعة الأزهر، وكلية التربية جامعة كفر الشيخ، طبق عليهم مقياس التفكير الإيجابي، ومقياس المرونة المعرفية، ومقياس الضغوط الأكاديمية، ومقياس الرفاهية الأكاديمية، من (إعداد الباحث)، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين الرفاهية الأكاديمية، وكل من التفكير الإيجابي، والمرونة المعرفية، ووجود علاقة سلبية ودالة إحصائياً بين الرفاهية الأكاديمية والضغط الأكاديمي، وأمكن التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية تنبؤاً دالاً إحصائياً بمعلومية التفكير الإيجابي، والمرونة المعرفية، والضغط الأكاديمي.

دراسة (Malkoc & Mutlu, 2019) لدور الثقة بالنفس والمرونة المعرفية في الرفاهية النفسية، اشتركا في الدراسة (284) من طلاب الجامعة، مدرجين في كلية التربية في جامعة خاصة بتركيا. تم جمع البيانات باستخدام مقياس الثقة بالنفس ومقياس الازدهار ومقياس المرونة المعرفي. وتوصلت نتائج الانحدار المتعدد عن الثقة بالنفس والمرونة المعرفية ممكن أن تنبأ بالرفاهية النفسية، حيث تفسر الثقة بالنفس والمرونة المعرفية 30% من التباين في الرفاهية النفسية، كما عملت المرونة المعرفية كمتغير وسيط للعلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية.

والوظائف التنفيذية تسهم إسهاماً دالاً إحصائياً في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى عينة الدراسة، ووجد أيضاً أنّ الوظائف التنفيذية تعدل قوة العلاقة والدلالات التنبؤية بين أنماط الاستشارة الفاعلة، والرفاهية الأكاديمية لدى عينة الدراسة.

وحاولت دراسة السعودي، والرفوع (2022) التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والاتساق المعرفي، وتكوّنت عينة الدراسة من (434) طالباً وطالبة بجامعة الطفيلة التقنية، طبق عليهم مقياس التدفق النفسي، ومقياس الاتساق المعرفي، وقد أظهرت النتائج: أنّ درجة التدفق النفسي مرتفعة، ودرجة الاتساق المعرفي متوسطة لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية، كذلك أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التدفق النفسي والاتساق المعرفي.

وكرزت دراسة أنديجاني (2022) على العلاقة بين الغضب والتدفق النفسي، ومستوى الغضب، والتدفق النفسي، لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وتكوّنت عينة الدراسة من (224) من طلبة الجامعة، وتوصلت النتائج إلى أنّ مستوى الغضب كان منخفضاً، بينما كان مستوى التدفق النفسي مرتفعاً، ولم توجد علاقة دالة بين الغضب والتدفق النفسي.

دراسة عبد العزيز (2022) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين الرضاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلبة الجامعة، وتحديد مستوى الرضاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلاب كلية التربية، بالإضافة إلى تحديد نسبة إسهام الرضاقة المعرفية (الانفتاح المعرفي - المرونة المعرفية - تركيز الانتباه) في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة وتكوّنت عينة البحث من (293) طالباً وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة والرابعة - كلية التربية جامعة المنيا ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بإعداد أداتين لقياس كل من: الرضاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وقد أظهرت النتائج مستوى مرتفع في كل من الرضاقة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة البحث، كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً وموجبة عند مستوى (0.01) بين الرفاهية الأكاديمية والرضاقة المعرفية (الانفتاح المعرفي - المرونة المعرفية - تركيز الانتباه)، كما أسفرت النتائج عن إسهام الرضاقة المعرفية وأبعاده (الانفتاح المعرفي - المرونة المعرفية - تركيز الانتباه) في التنبؤ بمقدار (46.5%) من الرفاهية الأكاديمية.

هدفت دراسة خليفة (2021) إلى الكشف عن مستوى كل من الرفاهية الأكاديمية، وسمة ما وراء المزاج، والعلاقة بينهما، والفروق بينهما وفقاً لمتغير الفرقة الدراسية، فضلاً عن التعرف على مدى إسهام سمة ما وراء المزاج في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طالبات الجامعة. وتكوّنت عينة البحث من (237) طالبة من طالبات شعبة علم نفس تربوي بكلية البنات جامعة عين شمس. طبق عليهن مقياسي الرفاهية الأكاديمية، وسمة ما وراء المزاج (إعداد الباحثة). وأظهرت النتائج أنّ مستوى كل من الرفاهية الأكاديمية وسمة ما وراء المزاج جاء متوسطاً، ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين سمة ما وراء المزاج والرفاهية الأكاديمية، وأسهمت سمة ما وراء المزاج في

التعليق على الدراسات السابقة

تطبيقها، في بناء الإطار النظري، وتصميم أدوات الدراسة، وإجراءات التطبيق، والمعالجة الإحصائية والتعليق على النتائج، وعلى الرغم من أهمية الدراسات السابقة جميعها، فإن أيًا منها لم تتطرق إلى دراسة المتغيرات مجتمعة، وهنا تبرز أهمية البحث الحالي لعله يفتح آفاقًا جديدة في هذا المجال.

المنهج والإجراءات

أولاً منهج الدراسة: اتبعت الدراسة المنهج الوصفي؛ لملاءمته لطبيعة الدراسة وأهدافها، واعتماده على وصف الظاهرة وتحليل العلاقات بين متغيراتها كما هي في الواقع.

ثانياً عينة البحث: استخدم البحث عينة استطلاعية بلغ قوامها (93) طالبًا وطالبة بالسنة التحضيرية بجامعة شقراء، لتحديد الخصائص السيكومترية للمقاييس المستخدمة، في حين تكونت العينة الأساسية من (194) طالبًا وطالبة بالسنة التحضيرية بجامعة شقراء للإجابة عن تساؤلات الدراسة.

أدوات الدراسة

• مقياس التدفق النفسي (إعداد الباحثة):

تم إعداد المقياس بالاستناد إلى الأدبيات النظرية والدراسات السابقة، ومن أبرزها دراسة أحمد والبرعي (2020)، ودراسة عز الدين (2022). وتكون المقياس في صورته الأصلية من (24) عبارة موزعة على ستة أبعاد، بواقع (4) عبارات لكل بُعد، وهي: توازن المهارة مع التحدي، واندماج الوعي بالأداء، والأهداف الواضحة، والتركيز في الأداء، وفقدان الوعي الذاتي، وتحول الوقت. وتم تصحيح استجابات أفراد العينة وفق مقياس ليكرت الخماسي، الذي يتضمن البدائل الآتية: (موافق بشدة، موافق، محايد، أعارض، أعارض بشدة). الخصائص السيكومترية للمقياس

أ- الاتساق الداخلي

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون لدرجات العينة الاستطلاعية على عبارات المقياس مع درجاتهم على أبعاد المقياس، ثم معامل الارتباط للأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (1)، (2) يوضحان ذلك.

يتضح من الجدول (3) أنَّ قيم معاملات ألفا كرونباخ تراوحت

– أكدت بعض الدراسات السابقة على الدور الوسيط لمتغير (التدفق النفسي) مثل دراسة الوكيل (2023) التي أظهرت أنَّ التدفق النفسي يلعب دورًا وسيطًا بين الصمود النفسي والرفاهية النفسية، ودراسة (Malkoc & Mutlu 2019) التي وجدت أنَّ المرونة المعرفية متغير وسيط للعلاقة بين الثقة بالنفس والرفاهية النفسية.

– دراسات قاست مستويات التدفق النفسي مثل دراسة السعودي والرفوع (2022) ودراسة أندجاني (2022) التي أظهرت أنَّ مستوى التدفق النفسي مرتفع لدى طلاب الجامعة، بينما وجدت دراسة أحمد والبرعي (2020)، ودراسة المرتجي، الحري، بن علي (2024) مستوى متوسط من التدفق النفسي.

– دراسات قاست مستويات الرفاهية الأكاديمية فوجدت دراسة كل من خليفة (2021) ودراسة شلي، وأحمد، والقصي (2020) أنَّ الرفاهية الأكاديمية كانت عند مستوى متوسط، بينما توصلت دراسة العززي (2022) ودراسة سليمان (2022) ودراسة عبد العزيز (2022)، ودراسة المرتجي، الحري، بن علي (2024) إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية الأكاديمية.

– دراسات قاست مستويات المرونة المعرفية فتوصلت دراسة عبد العزيز (2022) إلى وجود مستوى مرتفع في المرونة المعرفية (كبعد للرشاقة المعرفية)، ودراسة الحري (2024) في وجود مستوى جيد من المرونة المعرفية.

– دراسات كشفت عن علاقة إيجابية دالة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية مثل دراسة إبراهيم (2021)، بينما دراسة سليمان (2022) وجدت أنَّ الوظائف التنفيذية تشمل المرونة المعرفية ترتبط بالرفاهية الأكاديمية، كما وجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين المرونة المعرفية وجود الحياة الأكاديمية في دراسة علي (2022)، كما أثبتت دراسة المرتجي، الحري، بن علي (2024) وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية.

جميع الدراسات السابقة قد أكدت أهمية دراسة متغيرات الدراسة التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، ولكنها لم تدرس الدور المعدل للتدفق النفسي في العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة، التي تباينت أهدافها ومنهجيتها، ومناطق

جدول 1

معامل ارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات مقياس التدفق النفسي بالبعد الذي تنتمي إليه

توازن المهارة مع التحدي		اندماج الوعي بالأداء		الأهداف الواضحة	
الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط
1	.616**	2	.672**	3	.651**
7	.680**	8	.551**	9	.611**
13	.710**	14	.480**	15	.711**
19	.747**	20	.743**	21	.807**

التركيز في الأداء		فقدان الوعي الذاتي		تحول الوقت	
الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط
4	.675**	5	.734**	6	.621**
10	.699**	11	.639**	12	.596**
16	.689**	17	.498**	18	.590**
22	.664**	23	.697**	24	.619**

جدول 2

معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية مع الدرجة الكلية لمقياس التدفق النفسي

البُعد	توازن المهارة مع التحدي	اندماج الوعي بالأداء	الأهداف الواضحة	التركيز في الأداء	فقدان الوعي الذاتي	تحول الوقت
التدفق النفسي	.779**	.751**	.753**	.727**	.692**	.688**

الثبات:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) على أفراد العينة الاستطلاعية، وذلك للتحقق من مدى اتساق فقرات المقياس داخليًا، والتأكد من تمتع الأداة بدرجة مناسبة من الثبات تسمح بتطبيقها على العينة الأساسية. ويعرض الجدول (3) قيم معاملات الثبات لأبعاد المقياس والدرجة الكلية.

يتضح من الجدول (2) أنَّ جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)، وتراوح بين (0,480، 0,807)، ويتضح من جدول (5) أنَّ جميع معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس هي (0,779، 0,751، 0,753، 0,727، 0,692، 0,688) وهي دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)؛ ما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول 3

معاملات الثبات لمقياس التدفق النفسي

أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ	أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ
توازن المهارة مع التحدي	.804	فقدان الوعي الذاتي	.788
اندماج الوعي بالأداء	.784	تحول الوقت	.798
الأهداف الواضحة	.802	التدفق النفسي	.879
التركيز في الأداء	.866		

الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الرفاهية الأكاديمية كالآتي:

صدق المحكمين:

تم عرض المقياس مع التعريفات الإجرائية بأبعاده الفرعية على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (7) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والمقياس النفسي؛ وذلك للتأكد من صلاحية المقياس للتطبيق، ومدى انتماء عباراته إلى ما يقيسه، وتروحت نسب اتفاق المحكمين على عبارات مقياس الرفاهية الأكاديمية، ما بين (89-100%) وهي نسب مقبولة.

الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي كمؤشر مهم من مؤشرات صدق المقياس، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون لدرجات العينة الاستطلاعية على عبارات المقياس مع درجاتهم على أبعاد المقياس، ثم معامل الارتباط للأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدولان (4) و(5) يوضحان ذلك. يتضح من الجدولين السابقين أنَّ جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة

ما بين (0,784-0,866) للأبعاد، وكانت (0,879) للمقياس ككل، وهذه القيم تدل على أنَّ المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

• قياس الرفاهية الأكاديمية (إعداد الباحثة):

هدف المقياس إلى الكشف عن مستوى الرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بالجامعة، وتم إعداد المقياس من خلال الاستفادة الإطار النظري للرفاهية النفسية ومكوناتها، والرفاهية الأكاديمية والأدبيات والدراسات السابقة لهم مثل: الوكيل (2023)، خليفة (2021)، العنزي (2022)، إبراهيم (2021)، شلي، أمجدش، والقصي (2020)، عبد الحميد، ودنقل (2021)، سليمان (2022)، مسعود (2023)، ويتكوّن المقياس من (15) عبارة، وتم تقدير استجابة الطلبة على مفردات المقياس وفقًا لمقياس خماسي في ضوء أسلوب ليكرت Likert، وذلك على النحو التالي: (تنطبق عليّ تمامًا) خمس درجات، (تنطبق عليّ غالبًا) أربع درجات، (تنطبق عليّ أحيانًا) ثلاث درجات، (تنطبق عليّ نادرًا) درجتان، (لا تنطبق عليّ أبدًا) درجة واحدة. وقد تبنت الباحثة في إعداد المقياس ثلاثة أبعاد للرفاهية الأكاديمية، وهي: (الترابط الجامعي، الامتنان الأكاديمي، الفاعلية الأكاديمية)، كل بُعد مثله بـ (5) عبارات.

جدول 4

معامل ارتباط بيرسون لارتباط العبارات بالأبعاد لمقياس الرفاهية الأكاديمية

الارتباط الجامعي		الامتنان الأكاديمي		الفاعلية الأكاديمية	
العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	.710**	6	.782**	11	.734**
2	.787**	7	.631**	12	.790**
3	.840**	8	.794**	13	.776**
4	.733**	9	.672**	14	.716**
5	.806**	10	.696**	15	.543**

**دال عند مستوى 0.01

جدول 5

معاملات ارتباط الأبعاد الفرعية مع الدرجة الكلية لمقياس الرفاهية الأكاديمية

البعد	الارتباط الجامعي	الامتنان الأكاديمي	الفاعلية الأكاديمية
الرفاهية الأكاديمية	.912**	.919**	.860**

النتائج:

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ على بيانات العينة الاستطلاعية؛ للتحقق من مدى اتساق استجابات أفراد العينة واستقرار نتائج المقياس. ويُعد ارتفاع قيمة معامل ألفا كرونباخ مؤشرًا على تمتع المقياس بدرجة مناسبة من الثبات وإمكانية الاعتماد على نتائجه في تحقيق أهداف البحث، والجدول (6) يوضح ذلك.

يتضح من الجدولين السابقين أنَّ جميع معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للأبعاد دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01)، وتراوح بين (0,543-0,840)، كما أنَّ معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس بلغت (0,912، 0,919، 0,860)، وجميعها دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (0,01)؛ مما يؤكد تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي، وصلاحيته للتطبيق على عينة البحث الأساسية.

جدول 6

معاملات الثبات لمقياس الرفاهية الأكاديمية

أبعاد المقياس	معامل ألفا كرونباخ
الارتباط الجامعي	.829
الامتنان الأكاديمي	.854
الفاعلية الأكاديمية	.852
الرفاهية الأكاديمية	.905

صدق المحكمين:

تم عرض المقياس مع التعريفات الإجرائية للأبعاد الفرعية على مجموعة من المحكمين بلغ عددهم (7) من الأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس والمقياس النفسي؛ وذلك للتأكد من صلاحية المقياس للتطبيق، ومدى انتماء عباراته إلى ما يقيسه، وتراوح نسب اتفاق المحكمين على عبارات مقياس المرونة المعرفية، ما بين (94-100%) وهي نسب عالية ومقبولة.

الاتساق الداخلي:

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي كمؤشر مهم من مؤشرات صدق مقياس المرونة المعرفية، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون لدرجات العينة الاستطلاعية على عبارات المقياس مع درجاتها على أبعاد المقياس، ثم معامل الارتباط للأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس، والجدول (7) يوضح ذلك. يتضح من الجدول السابق أنَّ جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى (0,01)

ويتضح من الجدول (6) أنَّ قيم معاملات ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (0,829-0,852) للأبعاد، وكانت (0,905) للمقياس ككل، وهذه القيم تدل على أنَّ المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الثبات يمكن الاعتماد عليه في التطبيق الميداني للبحث.

• مقياس المرونة المعرفية (إعداد الباحثة):

هدف المقياس إلى الكشف عن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة السنة التحضيرية بالجامعة، وتم إعداد المقياس من خلال الاستفادة من الأدبيات والدراسات السابقة ومنها: إبراهيم، 2021؛ ظفراني وركري، 2021؛ مصطفى (2022)، ويتكوّن المقياس من (20) عبارة، تم تقدير استجابة الطلبة على مفردات المقياس وفقًا لمقياس خماسي وذلك على النحو التالي: (موافق بشدة) خمس درجات، (موافق) أربع درجات، (محايد) ثلاث درجات، (غير موافق) درجتان، (غير موافق بشدة) درجة واحدة. الخصائص السيكومترية للمقياس

جدول 7

معامل الارتباط للعبارة مع الدرجة الكلية لمقياس المرونة المعرفية

العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط	العبارة	معامل الارتباط
1	.741**	8	.748**	15	.429**
2	.509**	9	.654**	16	.484**
3	.690**	10	.430**	17	.689**
4	.632**	11	.627**	18	.809**
5	.509**	12	.437**	19	.808**
6	.549**	13	.579**	20	.559**
7	.454*	14	.412**		

الإجابة عن تساؤلات البحث:

الإجابة عن التساؤل الأول: ما مستوى التدفق النفسي والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟ ولتحديد مستوى هذه المتغيرات لدى أفراد العينة، تم الاعتماد على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات النسبية، بما يسهم في تفسير مستوى كل متغير وفقاً للمعايير المعتمدة في الدراسة. وتم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والمتوسط النسبي للتدفق النفسي والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، والجدول (8) يوضح ذلك.

بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية، وتراوحت القيم بين (0,412، 0,809)، وهو ما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس. وتشير هذه النتائج إلى تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الصدق البنائي، مما يؤكد ملاءمته للتطبيق على العينة الأساسية وتحقيق أهداف الدراسة.

النتائج

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ على العينة الاستطلاعية وجاءت قيم معاملات الثبات (0,906، 0,876)، وهي قيم تدل على أنَّ المقياس يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

جدول 8

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسط النسبي للتدفق النفسي والمرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية

المتوسط الحسابي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النسبي	المستوى التقييمي
توازن المهارة مع التحدي	16.35	2.24	4.09	مرتفع
اندماج الوعي بالأداء	13.23	2.74	3.31	متوسط
الأهداف الواضحة	16.47	2.56	4.12	مرتفع
التركيز في الأداء	14.80	2.14	3.70	مرتفع
فقدان الوعي الذاتي	14.02	3.05	3.51	مرتفع
تحول الوقت	16.21	2.41	4.05	مرتفع
التدفق النفسي	91.08	10.99	3.80	مرتفع
الترابط الجامعي	20.83	3.91	4.17	مرتفع
الامتنان الأكاديمي	20.34	3.94	4.07	مرتفع
الفاعلية الأكاديمية	20.74	3.47	4.15	مرتفع
الرفاهية الأكاديمية	61.91	10.19	4.13	مرتفع
المرونة المعرفية	65.03	9.27	3.25	متوسط

* المستوى التقني: من 1 إلى أقل من 1,80 منخفض جداً، من 1,80 إلى أقل من 2,60 منخفض، من 2,60 إلى أقل من 3,40 متوسط، من 3,40 إلى أقل من 4,20 مرتفع، من 4,20 إلى 5,00 مرتفع جداً.

- التدفق النفسي جاء بمستوى مرتفع بمتوسط موزون (3,80)، وجاء بعد اندماج الوعي بالأداء بمستوى متوسط بمتوسط موزون (3,31) وجاءت أبعاده (توازن المهارة مع التحدي، الأهداف الواضحة، التركيز في الأداء، فقدان الوعي الذاتي، تحول الوقت) بمستوى مرتفع بمتوسط موزون (4,09، 4,12، 3,70، 3,51، 4,05)، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة السعودي، والرفوع (2022)، ودراسة أنديجاني (2022) وتختلف هذه النتيجة مع دراسة كل من: أحمد والبرعي (2020)، ودراسة المرتجي، الحري، بن علي (2024) حيث جاءت متوسطة.

وتدل هذه النتيجة على أنَّ طلبة السنة التحضيرية لديهم مستوى مرتفع من القدرات والمهارات التي تتطابق مع المطالب التي تقتضيها المهام والأعمال والأنشطة، مع إحساس بالثقة واليقين، والقدرة فيما يتعلق بما يقومون به من مهام. وإحساس تام بالاستغراق، إذ يصبح المرء متوحداً مع المهمة وجزءاً منها. كفاية في حد ذاته دون انتظار مكافآت أو فائدة في المستقبل. بينما لديهم مستوى متوسط من اندماج الوعي بالأداء الذي يصدر نتيجة له أفعال تلقائية ذاتية تتحول إلى عادات سلوكية.

الإجابة عن التساؤل الثاني: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التدفق النفسي وكل من المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟ ولتحقق من طبيعة العلاقة بين متغيرات الدراسة، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون؛ لقياس قوة العلاقة واتجاهها بين التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية. وتم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء، والجدول (10) يوضح ذلك.

معاملات الارتباط بيرسون بين التدفق النفسي، والمرونة المعرفية، والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية

● المتغيرات	الترابط الجامعي	الامتحان الأكاديمي	الفاعلية الأكاديمية	الرفاهية الأكاديمية	المرونة المعرفية
توازن المهارة مع التحدي	.466**	.485**	.583**	.565**	.384**
اندماج الوعي بالأداء	.158*	.148*	.250**	.195**	.428**
الأهداف الواضحة	.246**	.294**	.463**	.365**	.327**
التركيز في الأداء	.202**	.238**	.265**	.260**	.207**
فقدان الوعي الذاتي	.274**	.326**	.325**	.342**	.184*
تحول الوقت	.152*	.187*	.148*	.181*	.332**
التدفق النفسي	.348**	.396**	.481**	.450**	.439**

(0,184، 0,332).

- ارتباط دال موجب بين التدفق المعرفي ككل وأبعاده (توازن المهارة مع التحدي، اندماج الوعي بالأداء، الأهداف الواضحة، التركيز في الأداء، فقدان الوعي الذاتي، تحول الوقت) والرفاهية الأكاديمية قيمته (0,439، 0,384، 0,428، 0,327، 0,207، 0,260، 0,450، 0,565، 0,195، 0,365، 0,260، 0,439).

يتضح من الجدول (8) أنَّ:

- الرفاهية الأكاديمية جاءت بمستوى مرتفع بمتوسط موزون (4,13)، وجاءت أبعاده (الترابط الجامعي، الامتحان الأكاديمي، الفاعلية الأكاديمية) بمستوى مرتفع بمتوسط موزون (4,07، 4,17، 4,15). وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كل من: العنزي (2022) وسليمان (2022) وعبد العزيز (2022)، والمرتجي، الحري، بن علي (2024) إلى وجود مستوى مرتفع من الرفاهية الأكاديمية، وتختلف مع دراسة كل من خليفة (2021) وشليبي، وأحمد، والقصي (2020) في أن الرفاهية الأكاديمية كانت بمستوى متوسط.

وتدل هذه النتيجة على أنَّ طلبة السنة التحضيرية لديهم قدرة مرتفعة على القيام بالمهام الدراسية على النحو المرغوب فيه، ووضوح الأهداف التعليمية لديهم، ويملكون المهارات اللازمة للنجاح الأكاديمي، كما أنَّ لديهم رضا عن تحصيلهم الأكاديمي، ولديهم قدرة مرتفعة على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة مع الزملاء والأساتذة، تتخللها الثقة والاحترام المتبادل مع الآخرين؛ وقد يرجع ذلك للخدمات المقدمة من قبل الجامعة لهم من إرشاد أكاديمي وتعاون، وطبيعة المواد التعليمية بهذه السنة.

- المرونة المعرفية جاءت بمستوى متوسط بمتوسط موزون (3,25) وتختلف هذه النتيجة مع دراسة كل من عبد العزيز (2022) في وجود مستوى مرتفع في المرونة المعرفية (كبعد للرشاقة المعرفية)، ودراسة الحري (2024) في وجود مستوى جيد من المرونة المعرفية. وتدل هذه النتيجة على أنَّ طلبة السنة التحضيرية لديهم قدر متوسط من الرؤى الجديدة، والتوافق مع الظروف المتغيرة، والتنوع المعرفي.

جدول 9

يتضح من الجدول (9) وجود:

- ارتباط دال موجب بين المرونة المعرفية والتدفق النفسي وأبعاده (توازن المهارة مع التحدي، اندماج الوعي بالأداء، الأهداف الواضحة، التركيز في الأداء، فقدان الوعي الذاتي، تحول الوقت) قيمته (0,439، 0,384، 0,428، 0,327، 0,207، 0,260، 0,450، 0,565، 0,195، 0,365، 0,260، 0,439).

(0,342، 0,181)،

الأداء، كما أن التدفق يوفر شعورًا بالسيطرة والإنجاز؛ ما يعزز الدافعية الذاتية ويقلل من الإرهاق. ويقلل من التركيز على المخاوف الخارجية (مثل الخوف من الفشل) فيزيد من الرفاهية الأكاديمية.

الإجابة عن التساؤل الثالث: ما الدور المعدل للتدفق النفسي بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟ وللتحقق من ذلك قامت الباحثة بحساب معامل الارتباط البسيط بين الرفاهية الأكاديمية والمرونة المعرفية ومعامل الارتباط الجزئي بين الرفاهية الأكاديمية والمرونة المعرفية بعد عزل أثر التدفق النفسي كما هو موضح بالجدولين (10) و(11) التاليين.

معامل الارتباط البسيط بين الرفاهية الأكاديمية والمرونة المعرفية مع بقاء أثر (التدفق النفسي)

المتغير	الترابط الجامعي	الامتحان الأكاديمي	الفاعلية الأكاديمية	الرفاهية الأكاديمية
المرونة المعرفية	0.246**	0.269**	0.287**	0.296**

جدول 11

معامل الارتباط الجزئي بين الرفاهية الأكاديمية والمرونة المعرفية بعد عزل أثر التدفق النفسي

المتغيرات	الترابط الجامعي	الامتحان الأكاديمي	الفاعلية الأكاديمية	الرفاهية الأكاديمية
التدفق النفسي	0.093	0.103	0.064	0.101
المرونة المعرفية				

ويفسر ذلك بأنه عند ارتفاع التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية تصبح المرونة المعرفية (مثل القدرة على التكيف مع المناهج الجديدة) أكثر فاعلية في تعزيز الرفاهية الأكاديمية؛ لأن الطالب يشعر بالسيطرة والإنجاز.

بينما عند انخفاض التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية حتى لو كان الطالب مرناً معرفياً، لا تتحول هذه المرونة إلى رفاهية بسبب الشعور بالملل أو الإرهاق، فالطلاب الجدد يواجهون تحولات مفاجئة في المتطلبات الأكاديمية، مع الضغوط الأكاديمية فيعمل التدفق كحاجز وقائي يُحوّل التحديات إلى فرص نمو بدلاً من رؤية الصعوبات كمصدر قلق، ويصبح التركيز على الإنجاز.

وتؤكد هذه النتائج أهمية تنمية التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية من خلال توفير بيئة تعليمية داعمة وأنشطة أكاديمية محفزة؛ لما لذلك من أثر في تعظيم الاستفادة من المرونة المعرفية وتحسين مستوى الرفاهية الأكاديمية.

الإجابة عن التساؤل الرابع: ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟

وللتحقق من ذلك قامت الباحثة بحساب الانحدار الخطي البسيط من أجل التوصل إلى معادلة خطية تربط بين المتغير المستقل (التدفق النفسي)، والمتغير التابع (الرفاهية الأكاديمية) وبين الجدول (12) نتائج تحليل الانحدار.

وتتفق هذه النتيجة جزئياً مع دراسة المرتجي، الحربي، بن علي (2024) في وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التدفق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية، وتدلل هذه النتائج على أنه كلما زاد التدفق النفسي زادت المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية؛ ويرجع ذلك إلى الدور المهم للتدفق النفسي في بناء شخصية الطالب بالسنة التحضيرية، ففي أثناء التدفق، يكون الطلاب أكثر انفتاحاً على تجارب جديدة وحل المشكلات بطرق إبداعية ويتكرر حالات التدفق في المهام الأكاديمية يقل التمسك بالأنماط التقليدية للتفكير؛ ما يعزز القدرة على التكيف والمرونة في

جدول 10

من الجدول السابق يتضح أن التدفق النفسي يعدل العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، حيث انخفضت معاملات الارتباط جزئياً عند عزل أثر التدفق النفسي، فانخفض معامل الارتباط بين:

- المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية من (0,296) مع بقاء أثر (التدفق النفسي) دال إحصائياً إلى (0,101) غير دال إحصائياً عند مستوى 0.01 بعد عزل أثر التدفق النفسي.

- المرونة المعرفية والترابط الجامعي من (0,246) دال إحصائياً مع بقاء أثر (التدفق النفسي) إلى (0,093) غير دال إحصائياً عند مستوى 0.01 بعد عزل أثر التدفق النفسي.

- المرونة المعرفية والامتحان الأكاديمي من (0,269) دال إحصائياً مع بقاء أثر (التدفق النفسي) إلى (0,103) غير دال إحصائياً عند مستوى 0.01 بعد عزل أثر التدفق النفسي.

- المرونة المعرفية والفاعلية الأكاديمية من (0,287) دال إحصائياً مع بقاء أثر (التدفق النفسي) إلى (0,064) غير دال إحصائياً عند مستوى 0.01 بعد عزل أثر التدفق النفسي. وهذا يشير إلى أن التدفق النفسي يلعب دوراً في تعديل العلاقة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية، والعلاقة الإيجابية الدالة بين المرونة المعرفية والرفاهية الأكاديمية تتفق مع دراسة كل من: إبراهيم (2021)، ودراسة سليمان (2022)، وتتفق جزئياً مع دراسة علي (2022) في وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين المرونة المعرفية وجودة الحياة الأكاديمية.

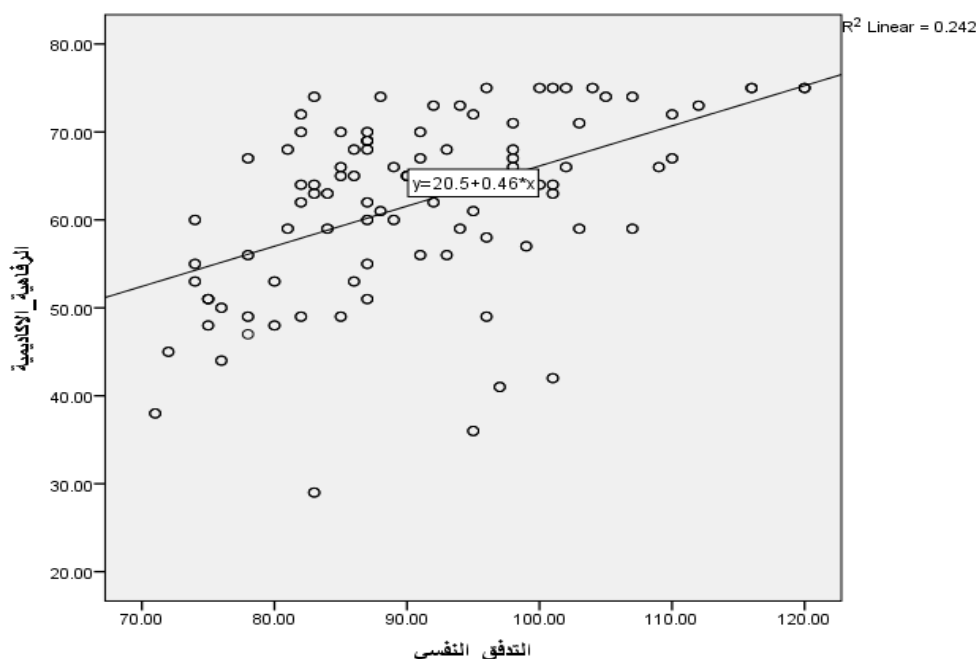
جدول 12

نتائج الانحدار الخطي البسيط للتدفق النفسي للتنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة

العوامل المنبئة	Beta	Std. Error	R2	B	قيمة ف	قيمة ت
مستوى	القيمة	مستوى	القيمة	مستوى	القيمة	الدلالة
(Constant)	.492	5.452	.242	20.50	58.530	.000
التدفق النفسي		.060		.46		.000

شكل 1

الانحدار الخطي البسيط للتدفق النفسي على الرفاهية الأكاديمية



الإنتاجية وتحسن جودة الإنجاز. كذلك يسهم التدفق النفسي في خفض القلق والتوتر والحد من الأفكار السلبية، وهو ما ينعكس إيجاباً على الصحة النفسية والشعور العام بالرضا الأكاديمي. ومن ثم، كلما ارتفع مستوى التدفق النفسي لدى الطلبة، ازدادت قدرتهم على التفاعل الإيجابي مع متطلبات البيئة الجامعية وتحقيق مستوى أعلى من الرفاهية الأكاديمية.

الإجابة عن التساؤل الخامس: ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من المرونة المعرفية لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟ وللتحقق من ذلك، قامت الباحثة بحساب الانحدار الخطي البسيط؛ من أجل التوصل إلى معادلة خطية تربط بين المتغير المستقل (المرونة المعرفية) والمتغير التابع (الرفاهية الأكاديمية)، وذلك بهدف تحديد مدى إسهام المرونة المعرفية في تفسير التباين في الرفاهية الأكاديمية، والكشف عن قدرتها التنبؤية لدى أفراد العينة. وبين الجدول (13) نتائج تحليل الانحدار.

يتضح من الجدول (12) والشكل (1) أن التدفق النفسي يمكنه التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة بنسبة (24,4%)، حيث بلغت قيمة «ف» (58,53) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01).

وفي ضوء ما سبق يمكن تكوين معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{الرفاهية الأكاديمية} = 20,50 + 0,46 * \text{التدفق النفسي}$$

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن التدفق النفسي يُعد مؤشراً مهماً للرفاهية الأكاديمية؛ إذ يسهم في تحويل عملية التعلم من واجب مفروض إلى خبرة ممتعة ومحفزة، كما يعزز الأداء المعرفي والانفعالي، ويدعم تكوين علاقة إيجابية بالمهام الأكاديمية، ويوفر قدرًا من الحماية من الإرهاق والضغط الدراسية. ففي أثناء حالة التدفق يزداد تركيز الطلبة على المهام، وتحسن قدرتهم على معالجة المعلومات، وينخفض تشتت الانتباه؛ مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى

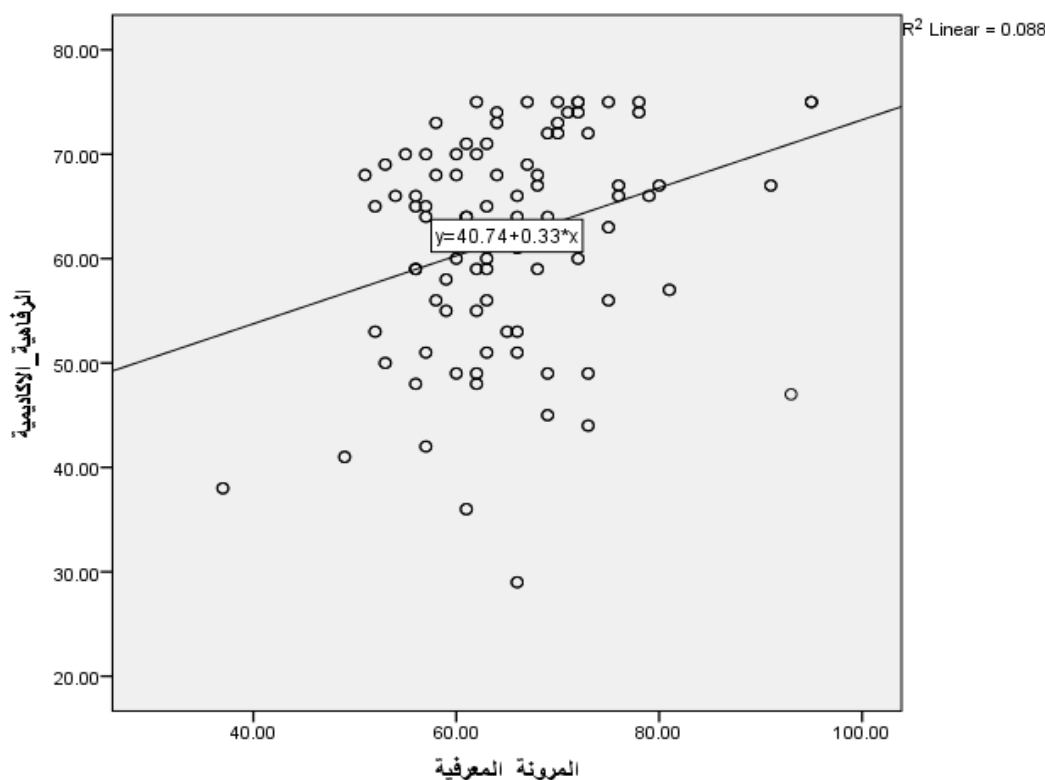
جدول 13

نتائج الانحدار الخطي البسيط للمرونة المعرفية للتنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة

العوامل المتنبئة	Beta	Std. Error	R2	B	قيمة ف	قيمة ت	مستوى الدلالة
(Constant)	.296	5.101	.088	40.74	17.57	7.99	0.00
المرونة المعرفية		.078		.33		4.19	0.00

شكل 2

الانحدار الخطي البسيط للمرونة المعرفية على الرفاهية الأكاديمية



التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية، إلا أن التدفق النفسي يُظهر قدرة تنبؤية وتأثيراً أقوى في الرفاهية الأكاديمية. وقد يُعزى ذلك إلى ارتباط التدفق النفسي المباشر بالاندماج في المهام والشعور بالمتعة والإنجاز، في حين تعمل المرونة المعرفية بوصفها قدرة مساندة تساعد الطالب على التكيف مع المتطلبات الأكاديمية المتغيرة.

الإجابة عن التساؤل السادس: ما إمكانية التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية من التدفق النفسي المرونة المعرفية معاً لدى طلبة السنة التحضيرية بجامعة شقراء؟

تم إجراء انحدار خطي متعدد (Multiple Regression) لوضع المتغيرين (التدفق والمرونة) معاً كمتغيرات منبئة للرفاهية. لتحديد أي المتغيرين أكثر إسهاماً بدقة أكبر حين يجتمعان. وبين الجدول (14) نتائج تحليل الانحدار المتعدد.

يتضح من الجدول (13) والشكل (2) أن المرونة المعرفية يمكنها التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة بنسبة (8.8%)، حيث بلغت قيمة «ف» (17,57) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,01).

وفي ضوء ما سبق يمكن تكوين معادلة التنبؤ كما يلي:

$$\text{الرفاهية الأكاديمية} = 40,74 + 0,33 * \text{المرونة المعرفية}$$

تشير النتيجة إلى أن المرونة المعرفية تساهم في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية؛ إذ إن الطلبة الذين يتمتعون بدرجة أعلى من القدرة على التكيف الفكري والانتقال المرن بين البدائل المعرفية يكونون أكثر شعوراً بالرضا والدافعية والتوازن النفسي في حياتهم الأكاديمية. كما توضح نتائج التساؤل الرابع والخامس أن كلاً من التدفق النفسي والمرونة المعرفية، عند دراسة أثر كل منهما بصورة مستقلة، يساهم في

نتائج الانحدار الخطي المتعدد للمرونة المعرفية والتدفق النفسي للتنبؤ بالرفاهية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة

العوامل المنبئة	B	Std. Error	Beta	R Square	قيمة ت		قيمة ف	
					القيمة	مستوى الدلالة	القيمة	مستوى الدلالة
(Constant)	17.154	5.969		.250	2.874	.005	30.327	0.000

البحوث المقترحة:

- فاعلية برنامج تعليمي قائم على المرونة المعرفية في تنمية الرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية.
- القيمة التنبؤية لمتغير التنظيم الذاتي والذكاء الانفعالي في الرفاهية الأكاديمية.
- فاعلية برنامج تدريبي قائم على التدفق النفسي في تنمية الرفاهية الأكاديمية لدى طلبة السنة التحضيرية.
- فاعلية برنامج علاجي لتشتت الانتباه وضعف التركيز لدى طلبة السنة التحضيرية.

المراجع

- إبراهيم، رضا محروس (2021). الإسهام النفسي للتفكير الإيجابي المرونة المعرفية والضغط الأكاديمية في الرفاهية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 31 (113)، 314-249.
- إبراهيم، شيماء إبراهيم، عبد المقصود، هاتم علي، علي، سمية أحمد، وشحاتة، غادة محمد (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة جامعة الزقازيق. *دراسات تربوية ونفسية*، (112)، 51-127.
- أبو حلاوة، محمد السعيد (2013). *حالة التدفق المفهوم والأبعاد والقياس*، إصدارات أرت شبكة العلوم النفسية العربية.
- أحمد، سمية علي، والبرعي، هاتم مصطفى (2020). التدفق النفسي وعلاقته بالتفكير الإيجابي لدى طالبات الجامعة بالملكة العربية السعودية. *مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية*، 7 (14)، 491-542.
- الأحمدي، صفاء عيد (2021). الرضا عن الحياة وعلاقته بالتدفق النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الطائف. *مجلة جامعة الطائف للعلوم الإنسانية*، 7 (29)، 869-898.
- الأش، منصور عبد القادر (2023). المرونة المعرفية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلبة جامعة حلب. *مجلة جامعة بابل - العلوم الإنسانية*، 31 (12)، 161-177.

تشير نتائج جدول (14) بوضوح إلى أنه عند إدخال كل من التدفق النفسي والمرونة المعرفية معاً في نموذج الانحدار المتعدد للتنبؤ بالرفاهية الأكاديمية، فإن التدفق النفسي يظل منبئاً دالاً وقوياً، حيث جاءت قيمته «ت» 6,277 داله عند 0.01 ، وأن المرونة المعرفية تفقد دلالتها الإحصائية جاءت قيمته «ت» 0,175 وهي غير داله عند 0.05، مما يعني أنه لا يمكن القول بأن المرونة المعرفية تسهم بشكل مستقل في التنبؤ بالرفاهية الأكاديمية بعد التحكم في أثر التدفق النفسي، وشير النموذج إلى أن التدفق يفسر ربع التباين تقريباً في الرفاهية الأكاديمية، وهو نفس المستوى تقريباً الذي كان يقدمه التدفق النفسي وحده (0.242) وهذا يؤكد أن إضافة المرونة المعرفية لم تحسن القدرة التنبؤية للنموذج بشكل ذي دلالة عملية. وتؤكد النتيجة بأن التدفق النفسي متغير معدل للعلاقة بين المرونة والرفاهية فهو المنبئ الأقوى والأكثر دلالة، ويُفسر وحده معظم التباين الذي يمكن تفسيره بواسطة هذين المتغيرين.

توصيات البحث

- توجيه اهتمام القائمين على برامج السنة التحضيرية بالجامعة إلى ضرورة تضمين محتوى البرامج لأبعاد المرونة المعرفية ضمن برامج إعدادهم؛ لما له من أهمية كبرى في إعداد طلاب قادرين على مسايرة التطورات العلمية، والتغيرات الفكرية في مجتمعهم لعيش حياة هادئة ومستقرة.
- تضمين مهارات المرونة المعرفية ضمن مقرر مهارات التعلم والتفكير بالسنة التحضيرية
- إعداد برامج تدريبية لتنمية التدفق النفسي لدى طلبة السنة التحضيرية بالجامعة.
- ضرورة الاهتمام بتنمية المرونة المعرفية، والتدفق النفسي في كل المراحل الدراسية للطلاب، لما لهذه المهارات من أهمية واضحة في تكوين الشخصية، والنجاح في الحياة والتوافق مع الآخرين.
- عقد دورات تدريبية لأعضاء هيئة التدريس لتعريفهم بالإستراتيجيات التدريسية التي تساعد طلبة السنة التحضيرية لتنمية الرفاهية الأكاديمية حتى يمكنهم توظيفها في تدريسهم للطلاب.
- إعداد برامج علاجية لتحسين تركيز الانتباه لدى طلبة السنة التحضيرية، بما يسهم في الحد من تشتت الذهني ورفع مستوى اندماجهم في المهام الأكاديمية وتحسين تحصيلهم الدراسي.

- بين الرفاهية الأكاديمية وكل من الكمالية والصمود الأكاديميين والتحصیل لدى طلبة الجامعة. *المجلة التربوية*، (74)، 801-845.
- ظفراني، هنادي محمد أحمد، وزكري، علي محمد (2021). التدفق النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طالبات المرحلة الثانوية بإدارة تعليم صبيا. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس*، (139)، 111-170.
- عبد الجيد، هيام عبد الرحمن، وخاطر، شيماء شكري (2023). علاقة التعقل وتنظيم الذات والعوامل الخمس الكبرى للشخصية بالتدفق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة بنائية. *المجلة العلمية بكلية الآداب*، (52)، 896-928.
- عبد الحميد، هبة جابر، ودنقل، عيبر أحمد (2021). فاعلية العلاج السلوكي الجدلي في تحسين التنظيم الانفعالي الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلاب الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 31، 439-514.
- عبد العزيز، أمل أنور (2022). الرشاقة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية الأكاديمية لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية*، (132)، 1-68.
- عبد الكريم، منى محمد، شحاتة، عبد المنعم، وخطاب، سمير سعد (2022). كفاءة الذات المنبئة بالرفاهية النفسية والتدفق النفسي لدى عينة من طلاب الجامعة. *علم النفس*، (132)، 141-164.
- عبد الله، أنيس أحمد، وذياب، أمين طلال (2019). أثر خصائص شخصية المنظمة في تعزيز مقدرات المرونة الاستراتيجية: بحث تحليلي لعدد من الجامعات الأهلية في العراق. *مجلة تكريت للعلوم الإدارية والاقتصادية*، 15، (48)، 105-123.
- عبد المجيد، أماني فريحت (2021). النهوض الأكاديمي وعلاقته بالتدفق النفسي واليقظة الذهنية لدى عينة من طلبة كلية التربية جامعة دمنهور. *مجلة كلية التربية في العلوم النفسية*، (3)، 163-238.
- العبودي، علاء عبد الحسن (2018). التدفق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة الجامعة. *مجلة الأستاذ للعلوم الإنسانية والاجتماعية*، (225)، 123-148.
- العبيدي، عفراء إبراهيم (2016). التدفق النفسي لدى طلبة الجامعة بناءً على متغير الجنس والتخصص الدراسي، *مجلة الأستاذ، العدد الخاص بالمؤتمر العلمي الرابع، جامعة بغداد، العراق*، 197-214.
- عثمان، إيمان أحمد رضوان (2023). الفروق في التدفق النفسي بين المتفوقين وأنديجاني، عبد الوهاب مشرب (2022). علاقة الغضب بالتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. *مجلة جامعة الباحة للعلوم الإنسانية*، (30)، 154 - 189.
- أيوب، ناهد خالد، والبديوي، عفاف سعيد (2017). التلكؤ الأكاديمي وعلاقته بالدافعية الذاتية والتدفق النفسي لدى طالبات جامعة الأزهر. *مجلة التربية*، 174، (2)، 825-885.
- باجابر، عادل عبد الله (2021). الاتزان الانفعالي وعلاقته بالتدفق النفسي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى. *مجلة كلية التربية بالإسماعيلية*، (51)، 162-192.
- باطة، آمال عبد السميع (2009): *مقياس التدفق النفسي*. مكتبة الأنجلو المصرية.
- برغوتي، توفيق، وعلوية، سميرة (2022). الكفاءة الذاتية وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة جامعة الأغواط. *مجلة طلبة للدراسات العلمية الأكاديمية*، 5، (2)، 1187-1209.
- جابر، مروة مختار (2015). العوامل المنبئة بالمرونة المعرفية لدى طلاب الجامعة. *دراسات تربوية واجتماعية*، 21، (3)، 1059-1110.
- الجزار، نجوى صابر، المهجين، عادل عبد الفتاح، وعيسى، لطفي عبد الباسط (2021). التدفق النفسي وعلاقته بعمليات ما وراء المعرفة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية*، (3)، 468-500.
- الحامد، منار خالد، والعلوان، أحمد فلاح (2022). *التوجهات الهادفة وعلاقتها بالتدفق النفسي لدى طلبة الجامعة الهاشمية* (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الهاشمية، الزرقاء.
- خليفة، سهام محمد (2021). الرفاهية الأكاديمية وعلاقتها بسمعة ما وراء المزاج لدى طالبات الجامعات. *مجلة البحث العلمي في التربية*، 6، (22)، 166-193.
- السعودي، رزان شاهر، والرفوع، محمد أحمد (2022). التدفق النفسي وعلاقته بالاتساق المعرفي لدى طلبة جامعة الطفيلة التقنية. *مجلة الدراسات والبحوث التربوية*، 2، (6)، 408-443.
- سليمان، شيماء سيد (2022). أنماط الاستشارة الفائقة والوظائف التنفيذية كمنبئات بالرفاهية الأكاديمية لدى الطلاب المتفوقين أكاديميًا بكلية التربية بقنا. *المجلة التربوية*، (93)، 1215 - 1317.
- شليبي، يوسف محمد، أمجدش، صالحه أحمد، والقصي، وسام حمدي (2020). النموذج البنائي للعلاقات المتبادلة

- 225-273. مجلة بحوث جامعة حلب في المناطق المحررة، 2(3)، 225-273.
- الوكيل، شيماء عبد المعطي (2023). نموذج العلاقات السببية بين الصمود النفسي والتدقيق النفسي والرفاهية النفسية لدى طلاب المرحلة الجامعية. مجلة البحث العلمي في التربية، 4(24)، 62-115.
- Abd Allāh, Anīs Aḥmad, & Dhiyāb, Amīn Talāl. (2019). The impact of organizational personality characteristics on enhancing strategic flexibility capabilities: An analytical study of several private universities in Iraq (in Arabic). *Tikrit Journal of Administrative and Economic Sciences*, 15(48), 105-123.
- Abd al-‘Azīz, Amal Anwar. (2022). Cognitive agility and its relationship to academic well-being among university students (in Arabic). *Journal of the College of Education*, 33(132), 1-68.
- Abd al-Ḥamīd, Hibat Jābir, & Danqal, ‘Abīr Aḥmad Abū al-Wafā. (2021). The effectiveness of dialectical behavior therapy in improving academic emotional regulation and academic well-being among a sample of university students (in Arabic). *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 31(113), 439-514.
- Abd al-Jayyid, Hayām ‘Abd al-Raḥmān Aḥmad, & Khāṭir, Shaymā’ Shukrī. (2023). The relationship between rationality, self-regulation, and the Big Five personality traits and psychological flow among a sample of university students: A structural study (in Arabic). *Journal of the Faculty of Arts*, (52), 896-928.
- Abd al-Karīm, Muná Muḥammad Ibrāhīm, Shahḥātah, ‘Abd al-Mun‘im, & Khaṭṭāb, Samīr Sa’d Ḥamīd. (2022). Self-efficacy as a predictor of psychological well-being and psychological flow among a sample of university students (in Arabic). *Psychology*, 33(132), 141-164.
- Abd al-Majīd, Amānī Farḥāt. (2021). Academic advancement and its relationship to psychological flow and mindfulness among a sample of students from the Faculty of Education at Damanhour
- دراسيًا والعاديين من طلاب الجامعة. مجلة كلية الآداب، (68)، 438-423.
- عز الدين، رازان نديم (2022). التدقيق النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية لدى عينة من طلاب جامعة البعث. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 19(4)، 58-96.
- العسيري، محمد علي (2023). الخصائص السيكومترية لمقياس التدقيق النفسي لدى طلاب جامعة الملك خالد. المجلة العلمية لكلية التربية، (44)، 92-100.
- العنزي، عبد الله عبد الهادي (2022). النموذج البنائي للعلاقات بين الرفاهية الذاتية الأكاديمية والكمالية الأكاديمية والتجول العقلي لدى طلبة جامعة الجوف. مجلة جامعة تبوك للعلوم الإنسانية والاجتماعية، 12(1)، 3-29.
- عيد، فاطمة الزهراء جمال، عبده، عبد الهادي السيد، محمد، محمد عبد الرؤوف، والمهجين، عادل عبد الفتاح (2024). الكمالية والتوجه الإيجابي نحو الحياة في علاقتهما بالتدقيق النفسي لدى طلاب الجامعة. مجلة كلية التربية، 39(1)، 558-519.
- غزالة، آيات فوزي، والسيد، نبيل عبد الهادي (2019). واقع اتجاه طلاب جامعة الجوف بالملكة العربية السعودية نحو استخدام البلاك بورد في التعلم الإلكتروني وعلاقته بالرفاهية الذاتية الأكاديمية. مجلة كلية التربية، 19(4)، 75-168.
- محسن، عبد الكريم غالي، والسماوي، فجر حسين (2018). المرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة. مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية، 43(2)، 313-296.
- محمد، بثينة (2015). التدقيق النفسي للرياضيين. مجلة الأمن والحياة، 35(402)، 142-145.
- المرتجي، يوسف راشد، الحري، سعود نامي، وابن علي، سمية نادر (2024). العلاقة بين التدقيق الأكاديمي والرفاهية الأكاديمية لدى طلبة كلية التربية الأساسية في ضوء الجنس والمستوى التحصيلي. مجلة التربية، 204(3)، 317-340.
- مسعود، عبد الرحمن محمد (2023). أثر التدريب على ما وراء الذاكرة في المرونة العقلية والرفاهية الأكاديمية لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الأزهر. مجلة كلية التربية، 89(1)، 1148-1220.
- المشعان، عويد سلطان (2025). الشغف الأكاديمي وعلاقته بالتدقيق النفسي والاندماج الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة: دراسة في نموذج العلاقات. مجلة جامعة شقراء للعلوم الإنسانية والإدارية، 12(2)، 222-248.
- مصطفى، دعاء محمد (2022). المرونة المعرفية وعلاقتها بالرفاهية لدى معلمات رياضات الدمج. مجلة الطفولة والتربية، 14(49)، 191-248.
- معوض، دينا صلاح الدين (2021). اليقظة العقلية وعلاقتها بالتدقيق النفسي وسلوك المخاطرة لدى طلبة كلية التربية - جامعة المنصورة. مجلة تطوير الأداء الجامعي، 14(2)، 135-180.
- منصور، إناس محمد (2021). درجة التدقيق النفسي لدى عينة من طالبات جامعة الطائف. مجلة كلية التربية، (100)، 227-256.
- هباش، حمزة أحمد، وعبد الحي، محمود (2023). التدقيق النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة جامعة حلب في المناطق المحررة.

- Psychometric properties of the Psychological Flow Scale among King Khalid University students (in Arabic). *Scientific Journal of the College of Education*, (44), 92–100.
- al-Hāmid, Manār Khālīd Muḥammad, & al-‘Alwān, Aḥmad Fallāḥ. (2022). *Goal orientations and their relationship to psychological flow among students at the Hashemite University* [Unpublished master's thesis, in Arabic]. Hashemite University.
- al-Jazzār, Najwā Šābir ‘Abd al-Muṭṭalib, al-Hujayn, ‘Ādil ‘Abd al-Fattāḥ Muḥammad, & ‘Isā, Lutfī ‘Abd al-Bāsiṭ Ibrāhīm. (2021). Psychological flow and its relationship to metacognitive processes among university students (in Arabic). *Journal of the College of Education*, 36(3), 468–500.
- al-Mish‘ān, ‘Uwayd Sultān. (2025). Academic passion and its relationship to psychological flow and academic engagement among a sample of university students: A study in relationship modeling (in Arabic). *Shaqra University Journal of Humanities and Administrative Sciences*, 12(2), 222–248.
- al-Murtajī, Yūsuf Rāshid, al-Ḥarbī, Sa‘ūd Nāmī Sa‘ūd, & Ibn ‘Alī, Sumayyah Nādir. (2024). The relationship between academic flow and academic well-being among students of the College of Basic Education in light of gender and academic achievement level (in Arabic). *Journal of Education*, 204(3), 317–340.
- al-Sa‘ūdī, Razzān Shāhir ‘Abd al-Wālī, & al-Rafū‘, Muḥammad Aḥmad Khalīl. (2022). Psychological flow and its relationship to cognitive consistency among students at Tafila Technical University (in Arabic). *Journal of Educational Studies and Research*, 2(6), 408–443.
- al-Wakīl, Shaymā’ ‘Abd al-Mu‘ī Khudrajī. (2023). Modeling the causal relationships among psychological resilience, University (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education in Psychological Sciences*, 45(3), 163–238.
- Aḥmad, Sumayyah ‘Alī ‘Abd al-Wārith, & al-Bar‘ī, Hānam Muṣṭafā Muḥammad Muṣṭafā. (2020). Psychological flow and its relationship to positive thinking among female university students in the Kingdom of Saudi Arabia (in Arabic). *Fayoum University Journal of Educational and Psychological Sciences*, 7(14), 491–542.
- al-‘Abīdī, ‘Ifra’ Ibrāhīm Khalīl. (2016). Psychological flow among university students based on the variables of gender and academic specialization (in Arabic). *Al-Ustad Journal, Special Issue for the Fourth Scientific Conference*, 197–214.
- al-‘Abūdī, ‘Alā’ ‘Abd al-Ḥasan Ḥabīb. (2018). Psychological flow and its relationship to some variables among university students (in Arabic). *Al-Ustad Journal for Humanities and Social Sciences*, (225), 123–148.
- al-Aḥmadī, Šafā’ bint ‘Īd. (2021). Life satisfaction and its relationship to psychological flow among a sample of male and female students at Taif University (in Arabic). *Taif University Journal of Humanities*, 29(29), 869–898.
- al-‘Anzī, ‘Abd Allāh bin ‘Abd al-Hādī Salīm. (2022). A structural model of the relationships among academic subjective well-being, academic perfectionism, and mind wandering among students at Al-Jouf University (in Arabic). *Tabuk University Journal of Humanities and Social Sciences*, 21(1), 3–29.
- al-Ash, Mansūr ‘Abd al-Qādir. (2023). Cognitive flexibility in light of some demographic variables among students at the University of Aleppo (in Arabic). *Journal of the University of Babylon-Humanities*, 31(12), 161–177.
- al-‘Asūrī, Muḥammad ‘Alī Muḥammad. (2023).

- ucation and Psychology, (139), 111–170.
- Ghazālah, Āyāt Fawzī Aḥmad, & al-Sayyid, Nabīl ‘Abd al-Hādī Aḥmad. (2019). The reality of students’ attitudes at Al-Jouf University in the Kingdom of Saudi Arabia toward using Blackboard in e-learning and its relationship to academic self-well-being (in Arabic). *Journal of the College of Education, 19*(4), 75–168.
- Good, D. J. (2009). *Explorations of cognitive agility: A real-time adaptive capacity* [Doctoral dissertation, Case Western Reserve University].
- Good, D. J., & Yeganeh, B. (2012). Cognitive agility: Adapting to real-time decision making at work. *OD Practitioner, 12*(2), 13–17.
- Guan, X. (2013). A study on flow theory and translation teaching in China’s EFL class. *Journal of Language Teaching and Research, 4*(4), 785–790.
- Habbāsh, Ḥamzah Aḥmad, & ‘Abd al-Ḥayy, Maḥmūd. (2023). Psychological flow and its relationship to future anxiety among a sample of Aleppo University students in the liberated areas (in Arabic). *Aleppo University Research Journal in the Liberated Areas, 23*(3), 225–273.
- Hartkamp, M., & Thornton, I. M. (2017). Meditation, cognitive flexibility, and well-being. *Journal of Cognitive Enhancement, 1*(2), 182–196.
- Hasnain, N., Wazid, S. W., & Hasan, Z. (2014). Optimism, hope, and happiness as correlates of psychological well-being among young adult Assamese males and females. *Journal of Humanities and Social Science, 19*(2), 44–51.
- Ibrāhīm, Riḍā Maḥrūs al-Sayyid. (2021). The relative contribution of positive thinking, cognitive flexibility, and academic stress to the academic well-being of university students (in psychological flow, and psychological well-being among undergraduate students (in Arabic). *Journal of Scientific Research in Education, 24*(4), 62–115.
- Andījānī, ‘Abd al-Wahhāb bin Mashrab. (2022). The relationship between anger and psychological flow among university students in light of some demographic variables (in Arabic). *Al-Baha University Journal of Humanities, 30*(30), 154–189.
- Ayyūb, Nāhid Khālīd Hindāwī, & al-Badīwī, ‘Afāf Sa’īd Faraj. (2017). Academic procrastination and its relationship to intrinsic motivation and psychological flow among female students at Al-Azhar University (in Arabic). *Journal of Education, 174*(2), 825–885.
- Bājābir, ‘Ādil bin ‘Abd Allāh bin ‘Alī. (2021). Emotional balance and its relationship to psychological flow among a sample of students at Umm Al-Qura University (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education in Ismailia, 51*(1), 162–192.
- Barghūṭī, Tawfīq, & ‘Alīwah, Sumayyah. (2022). Self-efficacy and its relationship to psychological flow among students at the University of Laghouat (in Arabic). *Tabna Journal of Academic Scientific Studies, 2*(2), 1187–1209.
- De Meuse, K. P. (2017). Learning agility: Its evolution as a psychological construct and its empirical relationship to leader success. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 69*(4), 267–295.
- Dennis, J. P., & Vander Wal, J. S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy and Research, 34*(3), 241–253.
- Dhafrani, H., & Zakari, A. (2021). Psychological flow and its relationship to cognitive flexibility among female high school students in the Sabya Education Administration (in Arabic). *Arab Studies in Ed-*

- of female students at Taif University (in Arabic). *Journal of the College of Education*, (100), 227–256.
- Mas'ūd, 'Abd al-Raḥmān Muḥammad 'Abd al-Raḥmān. (2023). The effect of metacognitive training on mental flexibility and academic well-being among a sample of students at the Faculty of Education, Al-Azhar University (in Arabic). *Journal of the Faculty of Education*, 89(1), 1148–1220.
- Ma'waḍ, Dīnā Ṣalāḥ al-Dīn Ibrāhīm. (2021). Mindfulness and its relationship to psychological flow and risk-taking behavior among students of the Faculty of Education at Mansoura University (in Arabic). *Journal of University Performance Development*, 14(2), 135–180.
- Muḥammad, Buthaynah. (2015). Psychological flow of athletes (in Arabic). *Journal of Security and Life*, 35(402), 142–145.
- Muḥsin, 'Abd al-Karīm Ghālī, & al-Samāwī, Fajr Ḥusayn. (2018). Cognitive flexibility among university students (in Arabic). *Basra Journal of Humanities Research*, 43(2), 296–313.
- Muṣṭafā, Du'ā' Muḥammad. (2022). Cognitive flexibility and its relationship to well-being among teachers in inclusive kindergartens (in Arabic). *Journal of Childhood and Education*, 14(49), 191–248.
- Price, E., Ottati, V., Wilson, C., & Kim, S. (2015). Open-minded cognition. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(11), 1488–1504.
- Renshaw, T. L. (2016). Psychometrics of the revised college student subjective well-being questionnaire. *Canadian Journal of School Psychology*, 33(2), 136–149.
- Shalabī, Yūsuf Muḥammad, Amḥadīsh, Ṣāliḥah bint Aḥmad Ḥasan Muḥammad, & al-Qaṣbī, Arabic). *Egyptian Journal of Psychological Studies*, 31(113), 249–314.
- Ibrāhīm, Shaymā' Ibrāhīm Tawfīq, 'Abd al-Maqṣūd, Hānam 'Alī, 'Alī, Sumayyah Aḥmad Muḥammad, & Shaḥḥātah, Ghādah Muḥammad Aḥmad. (2021). Psychological flow and its relationship to academic self-efficacy among students at Zagazig University (in Arabic). *Educational and Psychological Studies*, (112), 51–127.
- 'Id, Fāṭimah al-Zahrā' Jamāl Muḥammad Ibrāhīm, 'Abduh, 'Abd al-Hādī al-Sayyid, Muḥammad, Muḥammad 'Abd al-Ra'ūf 'Abd Rabbuh, & al-Hujayn, 'Ādil 'Abd al-Fattāḥ Muḥammad. (2024). Perfectionism and positive orientation toward life in relation to psychological flow among university students (in Arabic). *Journal of the College of Education*, 39(1), 519–558.
- Izz al-Dīn, Rāzān Nadīm. (2022). Psychological flow and its relationship to psychological resilience among a sample of students at Al-Baath University (in Arabic). *Journal of the Association of Arab Universities for Education and Psychology*, 19(4), 58–96.
- Jābir, Marwah Mukhtār Baghdādī. (2015). Predictors of cognitive flexibility among university students (in Arabic). *Educational and Social Studies*, 21(3), 1059–1110.
- Khalīfah, Sihām Muḥammad 'Abd al-Fattāḥ. (2021). Academic well-being and its relationship to a meta-mood trait among female university students (in Arabic). *Journal of Scientific Research in Education*, 22(6), 166–193.
- Lustig, C., May, C. P., & Hasher, L. (2001). Working memory span and the role of proactive interference. *Journal of Experimental Psychology: General*, 130(2), 199–207.
- Manṣūr, Īnās Muḥammad Sulaymān. (2021). Level of psychological flow among a sample

- Wisām Ḥamdī ‘Abd al-Samī’. (2020). A structural model of the interrelationships between academic well-being, academic perfectionism, academic resilience, and achievement among university students (in Arabic). *Educational Journal*, (74), 801–845.
- Sulaymān, Shaymā’ Sayyid. (2022). Hyperarousal patterns and executive functions as predictors of academic well-being among academically gifted students at the Faculty of Education in Qena (in Arabic). *Educational Journal*, (93), 1215–1317.
- Uthmān, Īmān Aḥmad Riḍwān. (2023). Differences in psychological flow between academically gifted and average university students (in Arabic). *Journal of the Faculty of Arts*, (68), 423–438.
- Wang, X., Liu, X., & Feng, T. (2021). The continuous impact of cognitive flexibility on the development of emotion understanding in children aged 4 and 5 years: A longitudinal study. *Journal of Experimental Child Psychology*, 203, 1–15.
- Widlund, A., Tuominen, H., & Korhonen, J. (2018). Academic well-being, mathematics performance, and educational aspirations in lower secondary education: Changes within a school year. *Frontiers in Psychology*, 9, 1–20.
- Zafarānī, Hanādī bint Muḥammad bin Aḥmad, & Zakarī, ‘Alī Muḥammad ‘Abd Allāh. (2021). Psychological flow and its relationship to cognitive flexibility among female high school students in the Sabya Education Department (in Arabic). *Arab Studies in Education and Psychology*, (139), 111–170.



Journal of Human Sciences
At Hail University



جامعة حائل
University of Hail

Journal of Human Sciences

A Scientific Refereed Journal Published
by University of Hail



Ninth Year, Issue 31
Volume 2, September 2026