الإنهاك النفسي لدى طلبة الدّراسة الإعدادية في مديرية تربية المجر الكبير

م. م. صادق إبراهيم عبدالله م. م. رافد وليد دعيس

وزارة التربية /المديرية العامة لتربية ميسان

تكمن أهمية البحث في الكشف عن دور الإنهاك النفسي الذي يُعد اضطراباً استجابياً للضغوط التي تتعرض لها الفرد ولا سيما الطالب في المؤسسة التعليمية، مما يجعله يؤثر سلباً في حياته المهنية وعلاقته مع زملائه والذي يفقده الحماس والرغبة في النجاح والتطورمما يؤدي إلى حالة من الإنهاك البدني، والعقلي والإقتصادي؛ ليشعر الطالب بالقلق في مزاولة عمله والقيام بواجباته وظهور مضاعفات صحية وجسمية ونفسية وسلوكية يحول دون تحقيق اهدافه وفي شتى الميادين . استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لغرض إعداد مقياس الإنهاك النفسي، إذ أنمجتمع البحث هو طلاب وطالبات الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (2384) طالباً وطالبة، وقد تم إختيار عينة البحث والبالغ عددهم (108) طالباً و(130) طالبة. وفي ضوء مناقشة تلك النتائج قد توصل الباحثان إلى النتائج التالية : يتصفون طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير بالإنهاك النفسي. واوصى الباحثان بإجراء دراسة مشابهة على طلبة الدّراسة الإعدادية في المديرية العامة لتربية ميسان.

Abstract

Psychological exhaustion among middle school students in the AlMajar Alkabeer Directorate of Education

By

M. M. Sadiq Ibrahim Abdullah m. M. Rafid Walid Dais

Ministry of Education / Maysan General Directorate of Education

The importance of the research lies in revealing the role of psychological exhaustion, which is a disorder in response to the pressures that the individual is exposed to, especially the student in the educational institution, which makes him negatively affect his professional life and his relationship with his colleagues, which loses enthusiasm and desire for success and development, which leads to a state of physical and mental exhaustion. the economic; To make the student feel anxious in doing his work and carrying out his duties and the emergence of health, physical, psychological and behavioral complications that prevent him from achieving his goals in various fields. The researchers used the descriptive approach in the survey method for the purpose of preparing the psychological exhaustion scale, as the research community is the male and female students of the preparatory study in the education of Great Hungary, which numbered (2384) male and female students, and the research sample was chosen, numbering (108) male and (130) female. In light of the discussion of these results, the researchers reached the following conclusions: The preparatory school students in the education of the Great Hungary are characterized by psychological exhaustion. The researchers recommended conducting a similar study on middle school students in the General Directorate of Education in Maysan.

1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة واهمية البحث :

تُعد الأحداث المتعاقبة التي حظي بها العالم في السنوات الأخيرة من أزمات أمنية وصحية واقتصادية كانت لها الأثر البارز في حياة الفرد العراقي الذي لايستطيع أن يبعد نفسه عن تلك الأحداث الضاغطة التي برزت من خلالها اضطرابات نفسية متنوعة في حياته الشخصية والمهنية نتجت سلسلة من الإنفعالات السلبية التي تعكس نقص حقيقي في أشباع رغباته وحاجاته الأساسية مما يؤدي إلى الشعور بالقلق في مزاولة عمله والقيام بواجباته وظهور مضاعفات صحية وجسمية ونفسية وسلوكية ناتجة عن الإنهاك النفسي الذي يحول دون تحقيق أهدافه وفي شتى الميادين .

لذلك يُعد الإنهاك النفسي إضطراباً إستجابياً للضغوط التي يتعرض لها الفرد ولا سيما الطالب في المؤسسة التعليمية، مما يجعله يؤثر سلباً في حياته المهنية وعلاقته مع زملائه والذي يفقده الحماس والرغبة في النجاح والتطور، وكذلك الإحساس بالإجهاد وانخفاض مستوى التفاؤل ليحل محله التشاؤم والشعور بالإنكسار، مما يؤدي إلى حالة من الإنهاك البدني، والعقلي والاقتصادي، وقد أشار اليه (عمر محمد عبد الله الخرابشة، وأحمد عبد الحليم عربيات) "بأن الإنهاك النفسي حالة نفسية تصيب الفرد بالإرهاق والتعب نتيجة وجود متطلبات وأعباء إضافية يشعر معها الفرد أنه غير قادر على التكيف والتحمل مما ينعكس عليه سلبياَ، وكذلك على من يتعامل معه، بل يمتد فيقلل من مستوى الخدمة نفسها، ويتم ذلك عبر مراحل ثلاث: الشعور بوجود الضغوط على كاهل الفرد المهني، والشعور بالقلق والتعب نتيجة لعدم القدرة على التكيف مع تلك الضغوط، وحدوث مجموعة من التغيرات السلبية سلوكياً تغير إتجاهات وسلوك الفرد"(5: 29).

وهنا تكمن أهمية البحث بدراسة الإنهاك النفسي لطلبة الدّراسة الإعدادية في قسم تربية المجر الكبير ومعرفة مدى إنعكاسها على المستوى العلمي لديهم.

1-2 مشكلة البحث :

التأثير السلبي للإنهاك النفسي على طلبة المدارس أصبح أمر معترف به، على أنه يؤدي إلى مرض إجهاد في الحيوية، وهذا التأثير السلبي يتسب بمجموعة من الآثار السلبية التي تصيب الفرد مما يترتب عليها من تدهور في أمكاناته وقدراته الذاتية بظهور مضاعفات صحية وجسمية وسلوكية ناتجة عن الإنهاك النفسي الذي تؤثر وبشكل مباشر على المستوى العلمي للطالب والذي قد يسبب مخرجات غير محمودة لا تليق بمستوى وسمعة المدارس التي ينتمي إليها الطالب والتي عملت جاهدة للوصول إلمستوى علمي مرموق يعبر عن مدى الاهتمام التربوي والتعليمي في تلك المؤسسة .

ومن هنا جاءت مشكلة البحث للتعرف على نتائجالإنهاك النفسي ومدى تأثيرها على طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير .

1-3هدف البحث

2- التعرف على مستوى لإنهاك النفسي لطلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير.

1-4 فرض البحث :

1- وجود فروق بين طلاب وطالبات الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير في متغير(الإنهاك النفسي) .

1-5 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير للعام الدراسي (2020-2021) والبالغ عددهم (2،384) .

1-5-2 المجال الزماني :للمدة من (2020/10/25) إلى (2021/3/31) .

1-5-3 المجال المكاني :المدارس الإعدادية في قسم تربية المجر الكبير وعددها (5) مدارس .

1-6 تحديد وتعريف المصطلحات :

1-6-1 الإنهاك النفسي :

- يعُد الإنهاك النفسي حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط؛ أي أنه يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين، بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة (22:1) .

- حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي والإرهاق البدني الناتج عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد(81:3) .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

1-2 منهج البحث :

إن ما يتلاءم مع تحقيق أهداف البحث استخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي "فالبحث الوصف يُعد أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كماً بواسطة جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة"(287:6) .

2-2 مجتمع البحث وعيناته :

1-2-2 مجتمع البحث :

يشتمل مجتمع البحث على طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (2،384) طالباً وطالبة.

2-2-2 عينة البحث :

أتبع الباحث الطريقة العشوائية في اختيار عينة البحث والمتمثلة بطلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير والبالغ عددهم (238) بواقع (108) طالباً، و(130) طالبة، وبهذا تكون النسبة المئوية (9،98%) من مجتمع الأصل، وقد اختيروا على وفق ما تتطلبه إجراءات البحث .

أولاً : العينة الاستطلاعية:

اشتملت العينة الاستطلاعية على(18) طالباً وطالبة من الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير وقد تم اختيارها بطريقة عمدية بنسبة (0،76) من مجتمع الأصل .

ثانياً : عينة تطبيق مقياس الإنهاك النفسي :

بعد أستبعاد العينة الإستطلاعية والبالغة (18) طالباً وطالبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير، تكونت عينة التطبيق من (220) طالباً وطالبة، بواقع (100) طالباً، و(120) طالبة، وبهذا تكون النسبة المئوية (9،23%) من مجتمع الأصل وقد أُختيروا بالطريقة العشوائية وفق ما تتطلبه إجراءات البحث .

3-2 الأدوات والوسائل المستخدمة بالبحث :

2- 3- 1 الوسائل المستخدمة :

لغرض جمع البيانات والمعلومات والوصول إلى الحقيقة استعان الباحث بالوسائل الآتية :

- المصادر العربية .
- إستمارات لتسجيل وتفريغ البيانات
- المقابلات الشخصية للخبراء والمختصين .
- التجربة الإستطلاعية .

- الوسائل الإحصائية .

2- 3- 2 الأدوات المستعملة :

- حاسبة يدوية (Casio) صينية المنشأ .
- حاسوب لابتوبAcer عدد 1 .

2-4 الإجراء الميدانية للبحث:-

2-4-1 مقياس الإنهاك النفسي :-

أعتمد الباحثان مقياس الإنهاك النفسي المُعد من قبل (رحيم عبد الله الزبيدي) على عينة من طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية للدراسة الصباحية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) ومن التخصصين(علمي-انساني) وللعام الدراسي 2010/ 2011 ويتكون من أربعة أبعاد رئيسية تعبر عن أبعاد البحث الأساسية وهي : (البعد الفسيولوجي ، البعد النفسي ، البعد العقلي ، البعد الاقتصادي) ، ويتكون من (40) فقرة ، ومفتاح للدرجات مكون كالآتي: (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة معتدلة ، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي أبداً) .

2-4-2 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الإستطلاعية للفترة من (2020/11/23إلى2020/11/24) على عينة مؤلفة من(18) طالباً وطالبة، ثم أُجريت مناقشات مع العينة الإستطلاعية بعد الإنتهاء من الإستجابة على فقرات مقياس الإنهاك النفسي حول مدى وضوح التعليمات وصياغة الفقرات ووضوح المعاني لتفادي الأخطاء .

2-4-3 الأُسس العلمية للمقياس :

2-4-3-1 الصدق :

قام الباحثان بعرض مقياس الإنهاك النفسي على الخبراء والمختصين وذوي الخبرة من علم النفس وطرائق التدريس، وبينت النتائج إن المقياس صادق للغرض الذي وضع من أجله وبنسبة إتفاق بلغت (90%) على إن المقياس ملائم للعينة .

2-4-3-2 الثبات :

أولاً : طريقة الفا كرونباخ :إستخراج الثبات بهذه الطريقة من خلال تطبيق معادلة كورنباخ على أفراد عينة إعداد المقياس باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss)، تبين أن قيمة معامل الثبات لجميع أبعاد مقياس الإنهاك النفسي(786%)، وهو معامل ثبات عالٍ، ويمكن الإعتماد عليه لتقدير ثبات الإختبار .

ثانياً : طريقة التجزئة النصفية :"تعتمد هذه الطريقة على تقسيم مفردات الأختبار إلى نصفين الأول يحتوي على الفقرات ذات الأرقام الزوجية والاَخر يحتوي على الفقرات ذات الأرقام الفردية، وبذلك تعطي هذه الطريقة درجات متكافئة لنصفي الفقرات" (60:4)، وقد تم الأعتماد على البيانات التي حصل عليها الباحث والمتعلقة بدرجات (220) طالباً وطالبة على الإنهاك النفسي والمتضمن (40) فقرة، إذ تم تقسيم المقياس إلى جزئيين الأول يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الأرقام الفردية وبواقع (20) فقرة، والثاني يتضمن درجات الفقرات التي تحمل الزوجية وبواقع (20) فقرة لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة وأستخدم الباحث في ذلك الحقيبة الإحصائية للمقياس (spss)، إذ تم حساب معامل الإرتباط البسيط بيرسون، والذي بلغ للمقياس (0،756)، إلا ان هذه القيمة تمثل معامل ثبات نصف الاختبار؛ لذا قام الباحث باستعمال معادلة (سبيرمان بروان) بهدف تصحيح معامل الإرتباط وبذلك أصبح ثبات المقياس ككل (0،877) .

2-4-4 التجربة الرئيسية للمقياس :

بعد أن أصبح المقياس جاهز للتطبيق، باشر الباحثان بتطبيق المقياس للفترة من2020/12/2إلى2021 /1/5 على عينة البحث والمكونة من (220) طالباً وطالبة في الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير، وقد قام الباحث بجمع البيانات وتبويبها ووضعها في جداول إحصائية لغرض معالجتها إحصائياُ.

2-4-5 تصحيح المقياس :

بعد أنْ تم جمع أستمارات الإجابة للعينة، تم أستخراج الدرجات الكلية لهم بأستخدام مفتاح التصحيح المُعد لهذا الغرض، ولأجل أستخراج الدرجة الكلية للمقياس، تجمع الدرجات التي يحصل عليها الطالب على فقرات مقياس الإنهاك النفسي البالغ عددها (40) فقرة بعد أن أعطيت الدرجات للإستجابة على الفقرات التي وضع المختبر أمامها علامة (√)، وقد حددت الأوزان من (5،4،3،2،1) درجات لكل فقرة وحسب البدائل التي يختارها المختبر.

3- عرض ومناقشة النتائج :

لأجل التعرف على مستوى أبعاد مقياس الإنهاك النفسي لطلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير وللوصول إلى نتائج أكثر دقة وشاملة وممثلة عمدَ الباحثان إلى تطبيق المقياس على عينة التطبيق البالغة (220) طالباَ وطالبة؛ إذ أعتمدَ الباحث على الوسط الحسابي، ويتم ذلك بحساب طول الفترة أولاً، وهي عبارة عن حاصل (قسمة 4/5)؛ إذ (4) تمثل عدد المسافات (من 1 إلى 2 مسافة أولى، ومن 2 إلى 3 مسافة ثانية، ومن 3 إلى 4 مسافة ثالثة، ومن 4 إلى 5 مسافة رابعة)، أما العدد (5)، فيمثل عدد الإختيارات وعند قسمة (4/5) ينتج طول الفترة ويساوي (0،80) (26:7)، ويصبح التوزيع حسب الجدول (1) .

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والمستوى لمقياس الإنهاك النفسي

الوسط الحسابي	تقدير الإنهاك النفسي	المستوى
5 إلى 4.21	تنطبق عليَّ بدرجة كبيرة جداً	جيد جداً
4.20 إلى 3.41	تنطبق عليَّ بدرجة كبيرة	جيد
3.40 إلى 2.61	تنطبق عليَّ بدرجة معتدلة	متوسط
2.60 إلى 1.81	تنطبق عليَّ بدرجة قليلة	مقبول
1.80 إلى 1.00	لا تنطبق عليَّ ابداَ	ضعيف

وبعد معالجة البيانات إحصائياً الجدول (2) يبين تفسير النتائج التي حصل عليها الباحثان :

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة الجدولية لإجابات طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير

ت	عدد الفقرات	الأبعاد	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الدلالة	(ت) المحسوبة
1	10	الفسيولوجي	30	39،45	4،06	00،0	2،32
2	10	النفسي	30	40،89	4،84	00،0	3،76

3	10	العقلي	30	38،88	3،55	00،0	2،10
4	10	الاقتصادي	30	42،56	5،25	00،0	4،33

يلاحظ من الجدول(2) أن الوسط الفرضي لبُعد الفسيولوجي (30) والوسط الحسابي(39،45) وبإنحراف معياري (4،06)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (2،32) وبمستوى دلالة (0،00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0،05)، وجد أن الوسط الحسابي (39،45) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن الإنهاك النفسي له تأثيراً فسيولوجياً مباشراً على طلبة الاعدادية والذي يكون مرتبط بالسلوك والأعضاء، فالنفس موجودة بصورة مادية في الاعضاء الحسية والعصبية، وأن الإضطرابات الناتجة عن الضغوط التي يتعرض لها الجهاز العصبي قد تتطور متحولة إلى أعراض خطيرة مثل عمى النفسي أو الصمم النفسي فضلاً عن اضطرابات عضوية أُخرى مرتبطة بالجهاز العصبي تؤدي إلى انعكاسات سلبية في طريقة التعامل مع التدريسين والزملاء وعدم فهم آراء الآخرين ليكون جزءاً من الأجواء المشحونة التي تحدث نتيجة الظروف الراهنة في المجتمع العراقي دون الإهتمام بالطرح العلمي في داخل الدرس الأمر الذي يؤدي إلى تدني المستوى العلمي لدى الطالب .

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير فسيولوجي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي .

أما البُعد النفسي فيظهر في الجدول (2) بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي(40،89) وبإنحراف معياري (4،84)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (3،76) وبمستوى دلالة (0،00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0،05)، وجد أن الوسط الحسابي (40،89)أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثانأن الضغط النفسي يرتبط بالمواقف والمثيرات السالبة والمحزنة كالشعور بالقلل والتوتر والحزن والضيق الناتجة عن توتر الوضع الامني والصحي والاقتصادي التي يعاني منها العالم اليوم ، الأمر الذي يخلق جواً مشحونا ومربكاً يقود الطالب بالتفكير في ترك مقاعد الدراسة نتيجة الشعور بالانكسار وعدم تحقيق مبتغاه في بناء مستقبل مشرق يطمح اليه الكثير .

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسةبأن طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير نفسي ،وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

أما البُعد العقلي فيظهر في الجدول (2) بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي(38،88) وبإنحراف معياري (3،55)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (2،10) وبمستوى دلالة (0،00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0،05)، وجد أن الوسط الحسابي (38،88) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن العمليات العقلية والتي تتكون من عدة ملكات(الذكاء والتفكر والتذكير والانتباه والاستيعاب والاستلال....وغيرها الكثير)التي يتميز بها العقل البشري لا يمكن الاستغناء عنها تحت أي مسمى أو ظرف من الظروف، ولكن قد نجد هناك بعض الأمور التي تربك دور وعمل تلك العمليات في وقت يحتاج اليها المرء من أجل القيام في عمله لتحقيق ما يطمح اليه من اهداف وامنيات تكاد تنحسر في وقت وزمان محددين كالفترة الدراسية التي يعيشها الطالب وما يترتب عليها من واجبات وادوار مستعينا بعقله البشري وما يملكه من ملكات، الّا أن تعرضها لبإرهاصات وظروف مختلفة وصعبة تفوق قدراته

التحميلة قد تنتج عمليات عقلية معاكسه تتضمن بعدم التركيز والانتباه والاستيعاب الامر الذي يجعل الطالب بعيد عن ممارسة دوره داخل غرفة الصف مما يؤثر تأثيراً مباشراً على مستواه العلمي.

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير في البُعد العقلي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

أما البُعد الإقتصادي فيظهر في الجدول (2)بوسط فرضي (30) وبوسط حسابي(42،56) وبإنحراف معياري (5،25)؛ إذ كانت (ت المحسوبة) بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة البحث (4،33) وبمستوى دلالة (0،00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0،05)، وجد أن الوسط الحسابي (42،56) أكبر من الوسط الفرضي (30) أي وجود فروق معنوية ولصالح الوسط الحسابي .

من خلال ذلك يرى الباحثان أن الجوانب الاقتصادية في العملية التربوية تسهم مساهمة فعالة في تطوير وتنمية الجانب المعرفي لدى الطلاب ولجميع الفئات من خلال بناء المدارس والمكتبات الداخلية والخارجية وتوفير كافة المستلزمات الضرورية والفعالة في عملية التعليم من وسائل إيضاح ومعدات فنية ومناهج دراسية وغيرها، فالأنفاق على التعليم وبشكل مدروس وعلمي ينتج استثماراً علمياً لأبناء المجتمع ،أظف إلى ذلك الحالة الاقتصادية للطالب في إمكاناته المتواضعة وما يملكه من الدخل المالي ولعائلته وأحياناً طريقة كسب المعيشة والتوافق بين عمله وبين مهنته كطالب علم وعدم تسديد نفقات التعليم لتوفر المستلزمات اللازمة في التعلم، فلا شك بانها تعيق الوصول إلى مبتغاه وتحقيق الأهداف التي يطمح اليها بسبب التأثير السلبي على مستواه العلمي والتعليمي.

وبذلك ظهرت نتائج هذه الدراسة بأن طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير ذات تأثير اقتصادي، وبالتالي يتصفون بالإنهاك النفسي.

3-1عرض نتائج الفروق بين طلاب وطالبات الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير وتحليلها ومناقشتها:

جدول (3)

يبين نتائج الفروق بين طلاب وطالبات الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير لمقياسا لإنهاك النفسي

المعاملات الإحصائية / اسم المقياس	وحدة القياس	الطلاب			الطالبات			قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		ن	سَ	±ع	ن	سَ	±ع			
الإنهاك النفسي	الدرجة	100	138،55	19،34	120	130،89	62،21	5،65	0،00	دال

درجة الحرية (ن+ن-2) (220+220-2=438) ومستوى الدلالة (0.05) .

من خلال عرض الجدول (3)، من نتائج المقياس بين الطلاب والطالبات، يتضح لنا بأن المتوسط الحسابي لعينة الطلاب قد بلغ (138،55) درجة، وبإنحراف معياري بلغ (19،34)، فيما بلغ المتوسط الحسابي لعينة الطالبات(130،89) درجة، وبإنحراف معياري (62،21)،وعند استعمال قانون (T-Test) للعينات غير المترابطة؛ إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (5،65)،

تحت مستوى دلالة (0،00)، مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (438) ؛ وبذلك يكون الفرق دال ولصالح عينة الطلاب .

ويعزو الباحثان هذه الفروق المعنوية بأن الإنهاك النفسي لا يرتكز على فئة معينة دون فئة أو مركز اجتماعي دون آخر فالضغوط التي يمكن أن تنتج عن الإنهاك النفسي يتأثر بها الجميع ويعتمد على ظروف بيئة الفرد من اضطرابات اقتصادية وازمات مالية وصحية ،والتي يعاني منها العراق ودول العالم مؤخراَ، فضلاً عن انتشار الأوبئة وماعاناه من تحول خطير في جميع الأصعدة لتوقف الحياة شبه كامل الأمر الذي أثر سلباً على جميع فئات المجتمع ومنها بشكل مباشر الحياة المهنية للطلبة من خلال توقف العملية التربوية في جميع المؤسسات التعليمية بسبب أنتشار وتفشي (كوفيد 19) والمسمى فايروس (كورونا) الذي لعب دوراً بارزاً في انهيار أغلب المؤسسات وتعطيل الحياة وتدهور اقتصاد بلدان عظمى وتزايد عدد الوفيات والإصابات يومياً بشكل مخيف بسبب تفشي هذا المرض ،مما لجئت الصحة العالمية إلى جعله وباءً لتحذير الدول منه وعمل كثير من الإجراءات الاحترازية خوفاً من انتشاره ومنها حظر التجوال وتعطيل الدوام في المؤسسات ومنها التعليمية مما أدى ذلك إلى حدوث تصدعات واخفاقات واضحة في المسيرة التعلمية وتسببت بضغوط كبيرة على الطالب الذي يطمح بمستقبل زاهر من خلال تفوقه علمياَ والحصول على أقل الحقوق كمواطن داخل بلده ولكن ما حدث من تلك الظروف القاسية من الناحية الاقتصادية والأمنية والصحية التي حالت دون التفكير في تحقيق أهدافه كان للإنهاك النفسي دوراَ بارزاً في التغييرات الفسيولوجية عليه من عدم إنتظام في ضربات القلب وفقدان الشهية وكذلك الشعور بالقلق حيال دراسته وعمله والشعور بالإنفعال المستمر مع التعامل مع الزملاء والرغبة في ترك المدرسة والعمل على إعالة عائلته لصعوبة توفر المتطلبات الدراسية المختلفة لكونها تثقل كاهل أسرته وكذلك الشعور بالعجز وعدم القدرة عن مواجه المشاكل كلها أمور تجعل الطلاب يتمتعون بالإنهاك النفسي وبدرجة تتفاوت مع الطالبات اللاتي يشعرن بهذه التغيرات الفسيولوجية والنفسية والعقلية والاقتصادية بدرجة أقل من الطلاب كون الأخير رجلاً يتحمل عبء الحياة بكل معطياتها من عمل ومسؤولية الجانب الأمني وأعباء الأسرة وشعوره بالمسؤولية خارجو داخل المدرسة .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

1- يتصفون طلبة الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير بالإنهاك النفسي .

2-وجود فروق بين طلاب وطالبات الدّراسة الإعدادية في تربية المجر الكبير في متغير الإنهاك النفسي ولصالح الطلاب .

4-2 التوصيات :

1- إجراء دراسة مشابهة على طلبة الدّراسة الإعدادية في المديرية العامة لتربية ميسان.

المصادر

1- إبراهيم السمادوني :إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية ،المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر الجمعية المصرية للدراسات النفسية بالاشتراك مع قسم علم النفس التعليمي كلية التربية -جامعة المنصورة الجزء2،1990.

2- احمد حازم احمد الطائي ، نغم خالد نجيب الخفاف: بناء مقياس الإنهاك النفسي لممارسي الأنشطة الرياضية لطلاب جامعة الموصل،2013.

3- زيدان علوي : قرائات انثربولوجية، ملتقى الانثربولوجية العرب ، 2004. http://www.anthvo-ablmontada.net/montadu-f10/topic.t611.htm

4- عبدالرحمن محمد عيسوي : القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، ط3 ، الأسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ، 1999.

5- عمر محمد عبد الله الخرابشة ، أحمد عبد الحليم عربيات: الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر ، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية -جامعة أم القرى ، المجلد،17،العدد2، 2005.

6-كاظم كريم رضا الجابري: مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، بغداد ، مكتب النعيمي، 2011.

7-وليد عبد الرحمن خالد : تحليل بيانات باستعمال البرنامج الاحصائي spss ، الندوة العالمية للشباب الإسلامي ، السعودية . 2008م .

الملاحق (مقياس الإنهاك النفسي)

ت	الفقرات	تنطبق عليَّ بدرجة كبيرة جداً	تنطبق عليَّ بدرجة كبيرة	تنطبق عليَّ بدرجة معتدلة	تنطبق عليَّ بدرجة قليلة	لا تنطبق عليَّ أبداً
1	أشعر بالصداع عند نهاية كل واجب دراسي					
2	أشعر بنحو لشديد عند الاستيقاظ مبكراً					
3	لدي القدرة على أداء دراستي بصورة جيدة					
4	أشكو من آلالام في عضلات جسمي عند قيامي بعمل ما					
5	أجد نفسي قادراً على مواجهة الصعوبات أثناء الدراسة والبحث العلمي					
6	أعاني من ارتفاع ضغط الدم بسبب ضغوط العمل والدراسة					
7	عندي دافعية جيدة للقراء تفي أي وقت					
8	أشعر أن دقات قلبي سريعة وغير منتظمة					
9	أعتقد أن شهيتي للطعام لابأس بها					
10	أشعر بالقلق من جراء عملي ودراستي					
11	تراودني فكرة ترك الدارسة وايجاد عملل إعالة عائلتي					
12	أشعر بالضيق عندما يكلفني استاذي في اعداد بحثا وتقرير دراسي					
13	أشعر بالندم عندما يوجد خلاف مع زملائي الطلبة					
14	أميل إلى المشاركة والتعاون مع زملائي الطلبة					
15	أشعر بالحزن جراء كوني ادرس في هذا القسم وهذا التخصص					

16	أنقل مشاكل الدراسة الكثيرة إلى منزلي					
17	أتوتر عندما ينتقدني اساتذتي والطلبة					
18	أشعر بالإحراج عند تعاملي معا اساتذتي					
19	أجد نفسي منفعلاًعند تعاملي مع زملائي الطلبة					
20	أجد صعوبة في استرجع المعلومات الخاصة بالمحاضرة السابقة					
21	ينتابني شعور مستمر بالتعب الذهني					
22	أعاني من صعوبة استيعاب مايقوله اساتذتي					
23	أعاني من تشتت افكاري وشرود في الذهن					
24	أتمتع بالدقة والتنظيم في أعمالي					
25	لدي قدرة عالية كافية لتأدية أعمالي					
26	عقلي مشوش جراء كثرة المشاكل في حياتي					
27	توفر لي دراستي فرصة لتبادل المعلومات مع الزملاء					
28	أجد اني غير قادر على ايجاد الكلمات المناسبة عند الحديث مع الآخرين					
29	أشعر بالضعف والعجز وعدم القدرة على حل المشكلات الخاصة بي					
30	أمتلك القدرةا لكافية في السيطرة على انفعالاتي					
31	يقلقني من أن تكون الحالة المادية عائقاً في أكمال دراستي					
32	أشعر أن مصروف دراستيي ثقل كاهل أسرتي					
33	يؤلمني أن الدخل الشهري للأسرة محدود					
34	صعوبة توافر المتطلبات المالية لإكمال دراستي					
35	يثقل كاهلنا زيادة الإيجار الشهري المتسارع من قبل مالك الدار الذي نسكنه					
36	أشعر ان ارتفاع أسعار الأكل في مطاعم الطلبة يثقل كاهلي المادي					
37	يقلقني انخفاض المستوى المادي للعائلة					
38	وضعي الماديي شكل عبئاً على دراستي					
39	يرهقني ارتفاع أجور النقل ويثقل كاهلي					
40	يؤلمني عدما ستطاعتي ارتداء ملابس جديدة بسب إرتفاع الأسعار					