يا صاحبَ القُبَّةِ البَيضاءِ

يا صاحبَ القُبَّةِ البَيضاءِ في النَّجَـفِ
مَن زارَ قَبرَكَ واسْتَشفى لَدَيكَ شُفِي

زوروا أَبا الحَسَنِ الهادي لَعَلَّكُـمُ
تُحظَون بالأجرِ والإقبالِ والزُّلَف

زوروا لِمَن تُسْمَعُ النَّجوى لَديهِ فَمَنْ
يَزرهُ بالقَبرِ مَلهوفاً لَديهِ كُفِـي

إذا وَصَلْ فَاحْرِمْ قَبْلَ تَدْخُلَهُ
مُلَبِّيـاً وإسْعَ سَعْياً حَولَهُ وطُـفِ

حَتَّى إذا طِفْـتَ سَبْعاً حَولَ قُبَّتِهِ
تأَمَّـلْ البابَ تلْقى وَجْهَهُ فَقِـفِ

وقُل سَلامٌ من الله السَـلامِ على
أَهـلِ السلامِ وَأهلِ العلمِ والشـرَفِ

Republic of Iraq
Ministry of Higher Education & Scientific Research
Research & Development Department

جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
دائرة البحث والتطوير
قسم الشؤون العلمية

No.: الرقم: ب ت/ ٨١٦٥
Date: التاريخ: ٢٠/ ٧/ ٢٠٢٥

ديوان الوقف الشيعي/ دائرة البحوث والدراسات

م/ مجلة القبة البيضاء

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته...

اشارة الى كتابكم المرقم ١٣٧٥ بتاريخ ٢٠٢٥/٧/٩، والحاقاً بكتابنا المرقم ب ت ٤/ ٣٠٠٨ في ٢٠٢٤/٣/١٩، والمتضمن استحداث مجلتكم التي تصدر عن دائرتكم المذكوره إعلاه ، وبعد الحصول على الرقم المعياري الدولي المطبوع وانشاء موقع الكتروني للمجلة تعتبر الموافقة الواردة في كتابنا اعلاه موافقة نهائية على أستحداث المجلة.

...مع وافر التقدير

أ.د. لبنى خميس مهدي
المدير العام لدائرة البحث والتطوير
٢٠٢٥/ ٧ /١٧

نسخة منه الى:
- قسم الشؤون العلمية/ شعبة التأليف والترجمة و النشر.... مع الاوليات
- الصادرة

مهند ابراهيم
١٥/ تموز

إشارة إلى كتاب وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / دائرة البحث والتطوير
المرقم ٥٠٤٩ في ٢٠٢٢/٨/١٤ المعطوف على إعمامهم المرقم ١٨٨٧ في ٢٠١٧/٣/٦
تُعدّ مجلة القبة البيضاء مجلة علمية رصينة ومعتمدة للترقيات العلمية.

فصلية تُعنى بالبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية العدد(٨)
السنة الثالثة صفر الخير ١٤٤٦هـ آب ٢٠٢٥م
تصدر عن دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي

المشرف العام
عمار موسى طاهر الموسوي
مدير عام دائرة البحوث والدراسات

رئيس التحرير
أ . د . سامي حمود الحاج جاسم
التخصص/تاريخ إسلامي
الجامعة المستنصرية/ كلية التربية
مدير التحرير
حسين علي محمّد حسن
التخصص/لغة عربية وآدابها
دائرة البحوث والدراسات/ديوان الوقف الشيعي
هيأة التحرير
أ . د . علي عبد كنو
التخصص / علوم قرءان /تفسير
جامعة ديالى / كلية العلوم الإسلامية
أ . د . علي عطية شرقي
التخصص/ تاريخ إسلامي
جامعة بغداد/ كلية التربية ابن رشد
أ . م . د . عقيل عباس الريكان
التخصص/ علوم قرءان تفسير
الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
أ . م . د . أحمد عبد خضير
التخصص/ فلسفة
الجامعة المستنصرية / كلية الآداب
م.د. نوزاد صفر بخش
التخصص/ أصول الدين
جامعة بغداد/ كلية العلوم الإسلامية
أ.م . د . طارق عودة مري
التخصص/ تاريخ إسلامي
جامعة بغداد/ كلية العلوم الإسلامية
هيأة التحرير من خارج العراق
أ . د . مها خير بك ناصر
الجامعة اللبنانية / لبنان/لغة عربية..لغة
أ . د . محمّد خاقاني
جامعة اصفهان / إيران / لغة عربية..لغة
أ . د . خولة حمري
جامعة محمّد الشريف / الجزائر /حضارة وأديان..أديان
أ . د . نور الدين أبو لحية
جامعة باتنة / كلية العلوم الإسلامية / الجزائر
علوم قرءان/ تفسير

التدقيق اللغوي
أ . م . د . علي عبدالوهاب عباس
التخصص / اللغة والنحو
الجامعة المستنصرية/ كلية التربية الأساسية
الترجمة
أ . م . د . رافد سامي مجيد
التخصص/ لغة إنكليزية
جامعة الإمام الصادق(عليه السلام)كلية الآداب

فصلية تُعنى بالبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية العدد(٨)
السنة الثالثة صفر الخير ١٤٤٦هـ آب ٢٠٢٥م
تصدر عن دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي

العنوان الموقعي
مجلة القبة البيضاء
جمهورية العراق
بغداد /باب المعظم
مقابل وزارة الصحة
دائرة البحوث والدراسات

الاتصالات

مدير التحرير
٠٧٧٣٩١٨٣٧٦١
صندوق البريد / ٣٣٠٠١

الرقم المعياري الدولي
ISSN3005_5830

رقم الإيداع
في دار الكتب والوثائق(١١٢٧)
لسنة ٢٠٢٣

البريد الالكتروني
إيميل
off_research@sed.gov.iq

IRAQI
Academic Scientific Journals

الرقم المعياري الدولي
(3005-5830)

دليل المؤلف.....

١–إن يتسم البحث بالأصالة والجدة والقيمة العلمية والمعرفية الكبيرة وسلامة اللغة ودقة التوثيق.

٢– إن تحتوي الصفحة الأولى من البحث على:

أ. عنوان البحث باللغة العربية .

ب . اسم الباحث باللغة العربية . ودرجته العلمية وشهادته.

ت . بريد الباحث الإلكتروني.

ث . ملخصان أحدهما باللغةِ العربية والآخر باللغةِ الإنكليزية.

ج . تدرج مفاتيح الكلمات باللغة العربية بعد الملخص العربي.

٣–أن يكونَ مطبوعًا على الحاسوب بنظام(office Word ٢٠٠٧ او ٢٠١٠) وعلى قرص ليزري مدمج (CD) على شكل ملف واحد فقط (أي لا يُجزَّأ البحث بأكثر من ملف على القرص) وتُزوَّد هيأة التحرير بثلاث نسخ ورقية وتوضع الرسوم أو الأشكال، إن وُجِدت، في مكانِها منَ البحثِ، على أن تكونَ صالحةً مِنَ الناحيةِ الفنيَّة للطباعة.

٤–أن لا يزيدَ عدد صفحات البحث على (٢٥) خمس وعشرين صفحة من الحجم (A4).

٥. يلتزم الباحث في ترتيب وتنسيق المصادر على الصيغة APA

٦–أن يلتزم الباحث بدفعِ أُجور النشر المحدَّدة البالغة (٧٥،٠٠٠) خمسة وسبعين الف دينار عراقيّ، أو ما يعادلها بالعملات الأجنبية.

٧–أن يكونَ البحثُ خاليًا مِنَ الأخطاءِ اللغوية والنحوية والإملائيَّة.

٨–أن يلتزم الباحث بالخطوط وأحجامها على النحو الآتي:

أ. اللغة العربية: نوع الخط (Arabic Simplified) وحجم الخط (١٤) للمتن.

ب . اللغة الإنكليزية: نوع الخط (Times New Roman) عناوين البحث (١٦). والملخصات (١٢). أما فقرات البحث الأخرى؛ فبحجم (١٤) .

٩–أن تكونَ هوامش البحثِ بالنظام التلقائي (تعليقات ختامية) في نهاية البحث. بحجم ١٢.

١٠–تكون مسافة الحواشي الجانبية (٢,٥٤) سم والمسافة بين الأسطر (١) .

١١–في حال استعمال برنامج مصحف المدينة للآيات القرآنية يتحمل الباحث ظهور هذه الآيات المباركة بالشكل الصحيح من عدمه، لذا يفضل النسخ من المصحف الالكتروني المتوافر على شبكة الانترنيت.

١٢–يبلَّغ الباحث بقرارِ صلاحيَّة النشر أو عدمها في مدَّةٍ لا تتجاوز شهرين من تاريخ وصولهِ إلى هيأةِ التحرير.

١٣–يلتزمُ الباحث بإجراءِ تعديلات المحكّمين على بحثهِ وفق التقارير المرسلة إليهِ وموافاةِ المجلة بنسخةٍ مُعدَّلةٍ في مدَّةٍ لا تتجاوزُ (١٥) خمسة عشر يومًا.

١٤–لا يحق للباحث المطالبة بمتطلبات البحث كافة بعد مرور سنة من تاريخ النشر.

١٥–لاتعاد البحوث الى أصحابها سواء قبلت أم لم تقبل.

١٦–دمج مصادر البحث وهوامشه في عنوان واحد يكون في نهاية البحث، مع كتابة معلومات المصدر عندما يرد لأول مرة.

١٧–يخضع البحث للتقويم السري من ثلاثة خبراء لبيان صلاحيته للنشر.

١٨–يشترط على طلبة الدراسات العليا فضلاً عن الشروط السابقة جلب ما يثبت موافقة الاستاذ المشرف على البحث وفق النموذج المعتمد في المجلة.

١٩–يحصل الباحث على مستل واحد لبحثه، ونسخة من المجلة، وإذا رغب في الحصول على نسخة أخرى فعليه شراؤها بسعر (١٥) الف دينار.

٢٠–تعبر الأبحاث المنشورة في المجلة عن آراء أصحابها لا عن رأي المجلة.

٢١–ترسل البحوث على العنوان الآتي: (بغداد – شارع فلسطين المركز الوطني لعلوم القرآن)

أو البريد الألكتروني: (off_research@sed.gov.iq) بعد دفع الأجور في الحساب المصرفي العائد إلى الدائرة.

٢٢–لا تلتزمُ المجلة بنشر البحوث التي تُخلُّ بشرطٍ من هذهِ الشروط .

مجلة انسانية اجتماعية فصلية تصدر عن دائرة البحوث والدراسات في ديوان الوقف الشيعي
محتوى العدد (٨) صفر الخير ١٤٤٦هـ آب ٢٠٢٥م المجلد العاشر

ت	عنوانات البحوث	اسم الباحث	ص
١	المقارنة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية والأهلية«دراسة مقارنة»	أ.د. زهراء زيد شفيق	٨
٢	الخلافات الخسيرة في القرن الخامس الهجري في سورة المائدة من الآية (١) إلى الآية (١١)	حافظ محمود محمد الغماري أ.م.د. هيفاء رزاق ناهي	٢٤
٣	التحالف السياسي والعسكري بين السلطان الايوبي الصالح إسماعيل والقوى الصليبية	م. م. رحاب كريم عبد أ. م. د أحمد رشيد حسين	٤٢
٤	الصعوبات التي يواجهها مدرسي ومدرسات اللغة العربية في المرحلة المتوسطة من وجهة نظرهم	م. د. آلاء حميد عيسى	٥٠
٥	مراتب الوضوح في النص القرآني عند الامامية	الباحث: مجيد هاتف صكبان أ.م.د. علي خضير محمد	٧٠
٦	البنية الصرفية في الاعلال والابدال في ديوان الرصافي البلنسي	الباحث: ناطق ساجت ولي أ. د. لينا طهماز علي	٩٢
٧	الخلاف في رسم هاء التأنيث تاءً	الباحثة: هدى عبيد حيدر أ.م. د. عماد علوان حسين	١٠٤
٨	الفاظ الاستخلاف الواردة في القرآن الكريم دراسة تفسيرية	م. م. نسرين عبد الملك حسين	١١٢
٩	تطبيقات لمنهج التجديد عند السيد محمد باقر الصدر	الباحث محمد شاني محمد أ.د. ثائر أبراهيم خضير	١٢٢
١٠	أثر برنامج إرشادي مستند الى العلاج السلوكي في خفض الخوف لدى أطفال الرياض	الباحثة: ميسم عباس علي أ. م. د. حسن عبد الله العطافي	١٣٤
١١	الضوابط الشرعية التي يجب مراعاتهافي تطبيق الذكاء الاصطناعي	مروة غزوان هاشم أ.م.د.أحمد صباح شهاب	١٥٠
١٢	التأمين من المسؤولية في عقود استصناع البناء	إشراف: الدكتور محمد صادقي الباحث: محمد حسن طعيمة	١٦٠
١٣	فاعلية دورة تدريبية لتنمية كفايات التدريس الفعال لدى معلمي مادة الرياضيات وفق النموذج مكارثي	م. م منى حامد طاهر	١٧٢
١٤	الآمال التخيّلية لدى طلبة الجامعة	م. م. وفاء علاء حسين	٢٠٢
١٥	أثر استراتيجية التلمذة المعرفية في تحصيلمادة التاريخ العربي الإسلامي وحب الاستطلاع لدى طلاب الصف الأول المتوسط	م.م. ميلاد شاكر حميد	٢١٤
١٦	اللهجات العربية في القراءات القرآنية	م. م. حمزة محمد علي	٢٤٠
١٧	الاساءة الوالدية وعلاقتها بالسلوك العدواني لدى طفل الروضة من ذوي صعوبات التعلم	م. م. شذى مبعر عنيد	٢٥٦
١٨	الفاظ الزمن في القرآن الكريم	م. م. زهراء أحمد حسن	٢٦٦
١٩	الصورة في رواية خلف السدة لعبد الله صخي	م. م. سعد عبد السادة مزعل	٢٨٢
٢٠	أثر استراتيجيات التدريس التبادلي في رفع مستوى تحصيل مادة الحاسوب لدى طالبات مرحلة الخامس الإعدادي	الباحثة: نور كامل جلاب	٢٩٠
٢١	الخدر الانفعالي وعلاقته بالاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة	الباحثة: شهد حازم حسين	٣١٨

فصلية تُعنى بالبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية العدد(٨)
السنة الثالثة صفر الخير ١٤٤٦هـ آب ٢٠٢٥م

الخدر الانفعالي وعلاقته بالاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة

الباحثة: شهد حازم حسين
وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية محافظة بابل

المستخلص:
هدف البحث الحالي التعرف على:
١) الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة.
٢) دلالة الفروق الاحصائية في الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير (الجنس– التخصص).
٣) الاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة.
٤) دلالة الفروق الإحصائية في الاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير (الجنس– التخصص)
٥) العلاقة الاارتباطية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة.
ولتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة ما يأتي:–
لعدم توفر مقياس يمثل متغير البحث وهو الخدر الانفعالي, إذ قامت الباحثة ببناء المقياس بالاعتماد على الدراسات السابقة وتعريف ونظريه الخدر الانفعالي, إذ تكون المقياس من (٢٦) فقرة وفق تدرج ثلاثي, كذلك تم تبني مقياس الاجهاد المتصور اعداد ((Cohen & Williamson, ١٩٨٨ إذ بلغ عدد فقرات المقياس (١٤) فقرة وفق تدرج خماسي, وتحقيقاً لأهداف البحث طُبقت الباحثة المقياس على عينة قوامها (٤٠٠) طالب وطالبة وبواقع(١٦٠) ذكور و(٢٤٠) اناث للعام الدراسي ٢٠٢٤–٢٠٢٥ ثم حلل البيانات بالاستعانة بالبرنامج الحاسوبي الحقيبة الأحصائية (spss) وكانت النتائج كما يأتي:
١–أن طلبة الجامعة يعانون من الخدر الانفعالي.
٢–وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الخدر الانفعالي تبعا لمتغير (الجنس) وعدم وجود فروق بالنسبة للتخصص.
٣–يعاني طلبة الجامعة من الاجهاد المتصور.
٤–عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاجهاد المتصور تبعا لمتغير (الجنس– التخصص)
٥– وجودعلاقة ارتباطية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور.
الكلمات المفتاحية: الخدر الانفعالي, الاجهاد المتصور, طلبة الجامعة.

Abstract:
The aim of the current research is to identify:
(1) Emiotional numibness among uniiversity stuidents.
(2) The significiance of statisitical differences in emotional numbness among univeirsity studeints accoirding to the variable (gender – major)
(3)Perceived stress among university students.
(4) The significance of statistical differences in perceived stress among university students according to the variable (gender – major(
)5) The correlation between emotional numbness and perceived stress among university students.
To achieve the objectives of the research, the researcher relied on the following:
Due to the lack of a scale representing the research variable, which is emotional news, the researcher constructed the scale based on previ-ous studies and the definition and theory of emotional numbness. The scale consisted of 26 items according to a three-point scale. The per-ceived stress scale, prepared by Cohen & Williamson (1988), was also adopted, with 14 items on the scale accoriding to a five-pioint scale.

To achievie the research objectives, the researcher applied the scale to a samiple of 400 maile and female studeints, coimprising 160 miales and 240 femiales, for the academic year 2024–2025. The daita was then analiyzed
using the statistical package (spss) computer program, and the results were as follows:
1–Univeirsity students sufifer from emotioinal numbiness.
2–There are statiistically significaint differencies in emotionial numb–niess acicording to the variabile (gender), and there are no differenices in reilation to spiecialization.
3–University students suffer from perceived stress
4–There are no statistically significant differences in perceived stress depending on the variable (gender – specialization).
5–There is a correlation between emotional numbness and perceived stress.
Keywords: emotional numbness, perceived stress, university students

الفصل الاول:

اولاً:مشكلة البحث:

ان بعض الطلبة لديهم استراتيجية لحماية انفسهم من الألم الانفعالي والجسمي, وبالرغم من انه قد يوفر راحة مؤقتة الا انه قد يسبب مشكلة لهم في مواجهة المشاعر, واحساسهم بعدم القدرة على الوصل الى مشاعرة الحقيقية والشعور بالتعب وفقدان الاهتمام بالأخرين وتفضيل العزلة عن التواجد مع الاخرين, وهذا ما يؤدي الى الخدر الانفعالي(Leistner & Menke, ٢٠٢٠: ٣).

إذ يشير (Muellerl,٢٠١٣) بان الخدر الانفعالي يؤدي الى انخفاض الاهتمام أو المتعة في الأنشطة المهمة ومشاعر الانفصال أو الانقطاع عن الاخرين والعيش في نطاق محدود من المشاعر, كذلك يجعل الفرد يشعر بانه منعزل عن الواقع وعن الأشخاص والأنشطة الأخرى ولديه برود في ردود عن سلوكيات الاخرين وآراءهم, وفقدان الاهتمام بالأنشطة المهمة التي كان يستمتع بها, والسطحية في كل من المواقف الجسمية والانفعالية و عدم القدرة على المشاركة في الحياة, ويمكن ان يكون جزءآ من خلل في التنظيم الانفعالي ويشار اليه غالباً بانه شكل من اشكال الانفصال او الهروب من الواقع ويكون اكثر عرضاً للأفراد الذين تعرضوا للإساءة النفسية والجسدية وضغوطات شديدة (Muellerl,٢٠١٣: ٧٦) كذلك يؤدي الخدر الانفعالي الى خلق شعور بالفراغ او العزلة او الانفصال عن بقية العالم, فالاشخاص الذي لديهم خدر انفعالي يتفاعلون مع الاحداث بطريقة مختلفة عن الاخرين وكما يستخدم الاشخاص الذين يعانون من الخدر الانفعالي استراتيجيات لمقاومة مواجهة مشاعرهم حتى لو كانوا يفعلون ذلك دون وعي فيكون الخدر بمثابة الدرع الواقي في التواصل مع الاخرين ومع المشاعر السلبية المؤلمة والعنف الذي يتعرضون له من الاخرين Allwood & Bell, ٢٠٠٨: ٩٨٩).

وكما اشارت دراسة تول وريمر Elliott & Ageton, ١٩٨٥)) ان اعراض الخدر الانفعالي مرتبطة بأعراض التجنب النفسي وان سلوكيات التجنب قد تكون مدفوعة بعمليات نفسية استراتيجية (اي التجنب المزمن او المواقف التي تثير المشاعر المؤلمة Elliott & Ageton, ١٩٨٥: ٦٥))

وقد يؤدي الخدر الانفعالي إلى صعوبات عاطفية طويلة الأمد, بما في ذلك عدم القدرة على تكوين علاقات جديدة أو الانخراط الكامل في الحياة, كذلك يؤثر الخدر الانفعالي بشكل كبير على جودة الحياة بشكل عام, فقد أشارت

عدد من الاشخاص عن انخفاض الشعور بالبهجة أو الرضا في الأنشطة اليومية، مما يؤدي إلى شعور شامل بعدم الرضا والشعور باليأس(Frick & Loney, ٢٠٠٣: ٢٤٦) .

ومن أجل تحقيق هذا الهدف سيحاول البحث الحالي, معرفته عن طريق تقصي العلاقة بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور, لدى طلبة الجامعة, من خلال الإجابة عن السؤال الاتي».

ما علاقة الخدر الانفعالي بالاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة؟

ثانياً:اهمية البحث:

الأهمية النظرية:

١ – يتناول البحث الحالي متغير حديث يعالج الجوانب النفسية والسلوكية مثل الخدر الانفعالي, والاجهاد المتصور.

٢–تحليل دور الاجهاد المتصور في تحقيق الاستقرار الانفعالي وخاصة طلبة الجامعة.

٣– أهمية العينة التي تتعرض لها الدراسة، وهي طلبة الجامعة، التي تمثل الركيزة المهمة في المجتمع.

–الأهمية التطبيقية:

١ – – تسهم هذه الدراسة في معرفة مستوى تباين مستوى الانفعالات لدى الطلبة في الجامعة .

٢– تسهم هذا الدراسة في معرفة مستوى الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

٣– تفيد الدراسة المختصين النفسيين والمهنيين والإداريين لاتخاذ القرارات المناسبة بهذا الشأن.

٤ – تقدم الدراسة نتائج تفيد العاملين في حقل الإرشاد النفسي في معرفة مستوى الخدر الانفعالي وعلاقته بالاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة.

–٥– تأمل الباحثة إفادة وتطوير خدمات مراكز التدريب والدعم النفسي والاجتماعي في المجال.

٦– تقدم الدراسة مقاييس محكمة مضبوطة علمياً بإمكان الباحثين المهتمين في المجال الاستعانة بها.

٧– تتطلع الباحثة إلى فتح آفاق جديدة أمام الجهات المانحة والمعنية بتطوير ودعم البيئة النفسية للطلبة في الجامعة من خلال نتائج الدراسة.

ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١) الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

٢) دلالة الفروق الاحصائية في الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير (الجنس– التخصص).

٣) الاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة.

٤) دلالة الفروق الإحصائية في الاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير (الجنس– التخصص)

٥) العلاقة الارتباطية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة.

رابعاً: حدود البحث:

الحدود المكانية: جامعة بغداد.

الحدود الزمانية :العام الدراسي (٢٠٢٤/٢٠٢٥).

الحدود البشرية: طلبة جامعة بغداد كلية التربية/ وللأقسام العلمية والانسانية.

خامساً:تحديد المصطلحات

يتحدد البحث الحالي بالمصطلحات الاتية:–

اولاً: الخدر الانفعالي (Emotional numbness) عرفه كل من:

- (Foa et al, ١٩٩٢)

شكل من اشكال الانفصال والاستجابة التي تنطوي على تجنب سهل للمثيرات المؤلمة (Foa et al, ١٩٩٢:٢).

• (Litz & Gray: ٢٠٠٢):

يشير إلى غياب أو انخفاض ملحوظ في التجربة الأنفعالية الداخلية، أحد أكثر العواقب شيوعاً بعد الصغوط (Litz & Gray: ١٩٨:٢٠٠٢).

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف وانموذج (Foa et al, ١٩٩٢).

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على مقياس الخدر الانفعالي الذي تم بناته من قبل الباحثة.

ثانياً: الاجهاد التصور عرفه كل من:

• (folkman &lazarus, ١٠٧ :١٩٨٤)

حالة من التوتر الذي يصيب الفرد نتيجة وجود المواقف المجهدة التي تسبب له ضعفا في تصوراته المعرفية والانفعالية والاجتماعية مما يسبب صعوبة في اداء الوظائف الفسيولوجية لمواكبه تلك المواقف (folkman, ١٠٧ :١٩٨٤ &lazarus).

• (Cohen & Williamson, ١٩٨٨)

وهو عبارة عن حالة مزاجية سلبية عالية الإثارة، بناءً على المواقف في حياة الفرد سواء كانت تعتبر غير متوقعة أو لا يمكن السيطرة عليها أو مثقلة (Cohen & Williamson, ١٩٨٨: ٣١)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف ونظرية (, ١٩٨٤ folkman lazarus)

التعريف الاجرائي: ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس(Cohen & Williamson, ١٩٨٨)، الاجهاد المتصور.

الفصل الثاني الاطار النظري:

اولاً: الخدر العاطفي:

• مفهوم الخدر الانفعالي:

هناك جدل كبير بشأن طبيعة معالجة المشاعر في اضطراب ما بعد الصدمة (PTSD)، وان أحد الأعراض المحورية لهذا الجدل هو الخدر الانفعالي الذي يحد من القدرة على اختبار المشاعر الإيجابية، والذي يؤثر بدوره على المشاعر السلبية. وفي المقابل ترتبط معظم الأعراض الأخرى باستجابة مبالغ فيها للمحفزات العاطفية،اما إذا كانت الاستجابة عامة أو خاصة بالمحفزات المرتبطة بالصدمة لا تزال موضع نقاش، ولكن هناك أدلة قوية على الاستجابات في التقارير الذاتية والتدابير الفسيولوجية والتنشيط العصبي. وتبين ان هناك حل محتمل للمفارقة العاطفية الناقصة هو أن اضطراب ما بعد الصدمة قد يكون مرتبطاً بانتقال أسرع من عدم الاستجابة العاطفية (الخدر) إلى فرط الاستجابة الأقرب إلى استجابة كل شيء أو لا شيء، وقد ركزت أبحاث الخدر الانفعالي على المحفزات العاطفية عالية القيمة (مثل نصوص الصدمة Janssen& Hoogduin ١٩٩٧: ٥٦)) ونظرًا لأن الألم والعواطف مترابطان بشكل كبير، ويمكننا النظر في الاستجابة للألم الخفيف إلى المعتدل لمعرفة المزيد عن الاستجابة العاطفية. وان إحدى السمات البارزة للخدر الانفعالي هي زيادة عتبة الألم، وخاصة بعد التعرض للتوتر، والمعروفة باسم مسكنات الألم الناجمة عن التوتر. ومع ذلك يُظهر الأفراد المصابون بالخدر الانفعالي أيضًا قدرة أقل على تحمل الألم، مما يعني أنهم يصبحون تحت تأثير الألم بسرعة أكبر (Foa. & Gershuny,١٩٩٥: ١١٦) إذ تم تعريف الخدر الانفعالي: بانه شكل من أشكال تجنب المشاعر غير المجهدة، وهو أشبه بالانفصال، مما يؤدي إلى انخفاض الاستجابة للمحفزات العاطفية بشكل عام (Foa & Hearst-Ikeda, ١٩٩٦:)، ويشير(Litz & Gray ؛٢٠٠٠)، إلى أن التخدير يستلزم عجزًا في الاستجابة للمحفزات العاطفية الإيجابية ولكن ليس للمحفزات العاطفية السلبية(Litz & Gray ؛٢٠٠٠).

وجدت دراسة كاسادا (Dimberg, ١٩٩٠) أن المحاربين القدامى الذين يعانون من الخدر الانفعالي لديهم نشاط أقل في اللوزة الدماغية لتخفيف الألم مقارنة بالمحاربين القدامى الذين تعرضوا لصدمات ولا يعانون من الخدر. وعلاوة على ذلك ارتبط تنشيط اللوزة الدماغية للألم الخفيف سلبًا بشدة أعراض الخدر العاطفي (Casada, ١٩٩٨:) ومن ناحية أخرى لم يتم العثور على أي تأثيرات في الجزيرة، وهي منطقة أساسية في مصفوفة الألم، إذ تشير هذه النتائج إلى أن الخدر الذي يعاني منه مرضى اضطراب ما بعد الصدمة يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالمعالجة النفسية والعاطفية للألم بما يتجاوز الجوانب الفسيولوجية وحدها(Dimberg, ١٩٩٠: ٤٨١).

• نموذج Foa and colleagues (١٩٩٢؛ ١٩٩٦)

قد وُصف التخدير العاطفي بأنه نوع من التجنب غير المجهد الذي يحدث عندما تفشل أنواع أخرى من استراتيجيات التجنب في تقليل الضيق بسبب الأعراض التدخلية والإثارة. ووفقًا لنموذج فوا، فإن التخدير العاطفي يشبه الانفصال لأنه ينطوي على إغلاق جميع التجارب العاطفية الإيجابية والسلبية للدفاع ضد المشاعر المؤلمة. هذه الأيديولوجية بنموذجهم. إذ رفض الباحثون أن التخدير العاطفي ينطوي على تقليل أي مشاعر سلبية. وبدلاً من ذلك يعتقدون أن التخدير العاطفي يشمل معالجة انتقائية للمشاعر(Litz, ١٩٩٢: ٤١٤). وان العجز يؤثر فقط على المحفزات العاطفية الإيجابية. بسبب استنفاد موارد الانتباه عندما يركز انتباه الفرد على الإدراكات البيئية للتهديد. لذلك. قرر ليتز أن مصطلح «التخدير» هو وصف ضعيف لما ينبغي أن يصف عجزًا في الخبرة والتعبير يؤثر على المشاعر الإيجابية حصريًا(Litz et al, ٢٠٠٠:).

• نموذج الخدر الانفعالي(١٩٩٢؛(Litz & Gray.

لقد ظهرت نموذج مفاهيمي رئيسي لوصف طبيعة ووظيفة أعراض الخدر العاطفي.

يصف الخدر العاطفي كشكل من أشكال التجنب غير المجهد الذي يحدث عندما تفشل الجهود الأخرى في التجنب في تقليل الضيق الناجم عن الأعراض التدخلية والإثارة (Foa & Hearst-Ikeda, ١٩٩٢:)، يرى هذا النموذج أن التخدير العاطفي يشبه الانفصال ويستلزم إغلاق جميع التجارب العاطفية. سواء كانت إيجابية أو سلبية. كدفاع ضد المشاعر المؤلمة. في المقابل. يتحدى (١٩٩٢؛(Litz & Gray. فكرة أن التخدير العاطفي ينطوي على إخماد المشاعر السلبية على الإطلاق. إذ يقترحان أن التخدير العاطفي يتكون من عجز في المعالجة الانتقائية للمحفزات العاطفية الإيجابية. وهو عجز ناتج عن استنزاف موارد الانتباه عندما يتم تخصيص الانتباه لإدراكات التهديد في البيئة وبالتالي فإنهم يزعمون أن مصطلح «التخدير» هو تسمية خاطئة لما هو في الواقع عجز في تجربة والتعبير عن المشاعر الإيجابية فقط (:١٩٩٢؛(Litz & Gray.

ثانياً: الإجهاد المتصور:

• مفهوم الاجهاد المتصور:

يشير الاجهاد المتصور بأنه حالة مزاجية ناجمة عن اختلال التوازن بين إدراك الفرد للمطالب الملقاة عليه وتفسيره للموارد المتاحة للتعامل مع تلك المطالب وكما ذكرنا. تشير نظرية التدفق إلى أن مستوى مهارة الفرد المطابق لتحدي معين يتنبأ بتجربة مثالية. إذ يمكن أن تساعد نظرية التدفق في تفسير الإجهاد المتصور بناءً على تأثير التحدي المتصور والمهارات اللازمة للتعامل مع الإجهاد (أي إذا كان لدى المرء وقت قليل جدًا ويواجه تحديًا كبيرًا بناءً على مستوى مهارته. فقد يكون غير قادر على التعامل. مما يؤدي إلى الإجهاد المتصور). مثل: (الحزن على وفاة أحد أفراد الأسرة أو الصديق. و / أو فقدان الوظيفة) وقد يتغير تفسيرهم لمهاراتهم أو مواردهم للتعامل مع المطالب (أي عدم وجود أنشطة مواجهة شخصية مثل زيارة الأصدقاء. والترفيه الجماعي. والخروج للتواصل الاجتماعي(Cohen et al., ١٩٨٣: ٣٣٥).

في عام ٢٠١٨، أفادت التقارير أن ٥٥٪ من البالغين من إجمالي سكان الولايات المتحدة يعانون من التوتر

أثناء النهار, وقد وجد أن ٧٥٪ من طلاب الجامعات يعانون من توتر معتدل، و١٢٪ يعانون من توتر شديد (Pierceall & Keim, ٢٠٠٧: ٧٠٣)). إذ اشارت جمعية أطباء الأعصاب الأمريكية (ACHA) (٢٠١٩) استطلاعًا لعينة وطنية من طلاب الجامعات في الفصل الدراسي الربيعي ٢٠١٩، وفيما يتعلق بالتوتر والشعور بالغضب الشديد وقد تم البحث في عوامل الشعور بالإرهاق والغضب كمؤشرات للتوتر المتصور لدى طلاب الجامعات (Reeve& Riley , ٢٠١٢: ٤١٩).

كذلك وجد(Chen &،٢٠١٥ Feeley,)، أن مستويات التوتر المرتفعة التي يشعر بها طلاب الجامعات ترتبط بسلوكيات مختلفة للمخاطرة وغير التكيفية بما في ذلك: الإفراط في الشرب والإفراط في استخدام الإنترنت وإساءة استخدام المنشطات، والأكل العاطفي, وقد ارتبطت العواقب الصحية السلبية التالية بالتوتر الذي يشعر به طلاب الجامعات: ضعف استجابة الأجسام المضادة للقاحات الأنفلونزا، وانخفاض وظيفة الجهاز المناعي والاكتئاب الأفكار الانتحارية ومستويات الوزن الزائد/السمنة وسوء نوعية النوم (Chen &٢٠١٥:١٣١ Feeley,).

وجدت دراسة (Anastasiades et al ٢٠١٧.)، اختلافات بين مستويات التوتر، ومن هذه الاختلافات: عند مقارنة الجنسين، تعاني النساء من التوتر بمعدلات أعلى بكثير من الرجال؛ كان طلبة الكليات الذين يستوفون توصيات النشاط البدني القوي أقل عرضة للإبلاغ عن التوتر المتصور وكان انخفاض التفاعل الاجتماعي مرتبطًا بالتوتر المتصور لدى كل من الذكور والإناث, كذلك يعاني طلبة الكليات في الصف الثالث والرابع من توتر أقل عند مقارنتهم بطلاب السنة الأولى والثانية، ويرجع ذلك على الأرجح إلى تطور مهارات التأقلم بمرور الوقت, وعند مقارنة طلبة العلوم الإنسانية والاجتماعية، لا يبلغ طلبة العلوم الطبيعية عن أي فرق في مستويات التوتر مقارنة بالتخصصات الأخرى (Anastasiades et al ٢٠١٧: ١٢٩).

واشار دراسة (Allred et al, ٢٠١٣)، ان الطلبة الذين أبلغوا عن المزيد من ضغوط الحياة المدرسية لديهم برامج تخصصية في التعليم والطب وعلم النفس وكان الطلبة الذين أبلغوا عن مستويات أقل من ضغوط الحياة المدرسية لديهم تخصصات في إدارة الأعمال والاتصالات والهندسة («التعامل مع ضغوط الكلية»، بدون تاريخ) (Allred et al, ٢٠١٣: ٦٦).

• نظرية التقييم المعرفي (Folkman, ١٩٨٤ Lazarus)

تعد نظرية التقييم المعرف من النظريات المهمة التي ركزت على التفاعل بين الفرد والبيئة من حوله , وتسمى هذه النظرية أيضا إنظرية التقدير العقلي المعرفي، اذ يعتبر العالمان لازاروس وفولكمان اول من قدما هذه النظرية، وأن التقييم المعرفي هو المبدأ الجوهري لهذه النظرية , لأن هذه النظرية انطلقت من الاهتمام الشديد بعملية الإدراك، والعلاج الحسي، والتقييم المعرفي، لأن تقدير الخطر ليس فقط استيعاب تسهيلي للعناصر المكونة للموقف، بل صلة وصل بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الذاتية مع الضغط ويعتمد تقييم الشخص للموقف على عوامل عديدة منها العوامل المتعلقة بالموقف نفسه والعوامل الذاتية والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة (Shaw, ١٩٦٧: ١٩٦).

واكد (لازاروس) على اهمية الفروق الفردية في الاستجابة للإجهاد، بحيث تعتمد شدة الاجهاد على ادراك الفرد للموقف المجهد او علاقته بالموقف الذي ادرك انه يمهد له، مما يؤدي الى استفزاز افعاله والى الضغوط والمحاولات السلوكية للتعامل مع الموقف المجهد ومدى تخمينه للتغيرات النفسية التي تحدث : (Lazarus ١٩٨٤:٨٧)

تُعد الإدراكات المعرفية حجر الأساس في نظرية التقييم المعرفي، إذ يُعزى إلى الإدراك دور محوري في تحديد نوع الاستجابة الممكنة وطبيعة الحدث ذاته. وقد بيّن لازاروس أن التوتر النفسي لا ينجم بالضرورة عن خصائص المثير أو عن الاستجابة المباشرة له، بل يتولد عندما يعجز الفرد عن التكيّف مع متطلبات بيئته المعيشية. وبمعنى آخر، فإن التوتر يظهر عندما يُدرك الفرد الموقف على أنه يمثل تحديدًا أو عندما يُقيّمه كذلك. ويستند هذا التقييم إلى تقدير الفرد للموقف من جهة، وإلى قدراته واستراتيجياته في التعامل مع هذه المتطلبات من جهة أخرى، وهو ما

يفسّر التباين الفردي في الاستجابة للضغوط.

وعليه، فإن شدة التوتر تتوقف على إدراك الفرد للموقف وكيفية تعامله معه، الأمر الذي يُسفر عن استثارة انفعالية تتبعها محاولات سلوكية لمواجهة الوضع. كما أن مدى التغيرات النفسية الناجمة يتوقف على الجهد الذي يبذله الفرد في سبيل السيطرة على المتطلبات الخارجية أو الداخلية. ويُعتبر هذا الجهد أحد العناصر الأساسية في تفاعل الإنسان مع بيئته، إذ يسعى من خلاله إلى السيطرة على التهديدات المدركة. وفي هذا السياق، تُعد المواقف اليومية المتكررة مثل الازدحام المروري، والتأخر عن المواعيد، وضيق الوقت، وحتى الأحداث السارة، مؤشرات يمكن أن تنبئ بالحالة النفسية والجسدية للفرد. ورغم بساطتها الظاهرية، فإن لهذه الضغوط اليومية تأثيراً يفوق في كثير من الأحيان تأثير الأحداث الحياتية الكبرى على الصحة العامة والمعنويات.

Winter, et al. ١٩٩٦: ١٢١)).

ويؤكد لازاروس على التنظيم المعرفي أولا ، وتقييم الانفعال ثانيا وعد التعامل مع المجهدات شيئا يتضمن استخدام استراتيجيات مناسبة لها، وإن التعامل مع المجهدات يتضمن المتحرك التعبيري للسلوك بهدف الحفاظ على تكامل الشخصية (Lazarus, ١٩٨٤: ٥٢).

الفصل الثالث منهجية البحث واجراءاته

منهجية البحث وإجراءاته:

اولاً: منهج البحث : Research اتبعت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي ، ويقصد به وصف، ظاهرة الدراسة، وتفسيرها كما توجد في الواقع ويعبر، عنها تعبير كيفي وكمي، ويحدد العلاقات بين المتغيرات باستعمال الطرق الإحصائية.

ثانياً اجراءات البحث :

١- مجتمع البحث

يمثل مجتمع البحث طلبة جامعة بابل للعام الجامعي ٢٠٢٤-٢٠٢٥م حيث بلغ اجمالي مجتمع البحث (٥٢٨١) طالب وطالبة بواقع الى (٢١٢٠) من الذكور، و (٣١٦١) من الاناث.

٢- عينة البحث Research Sample:

تم اختيار العينة بالطريقة الطبقية العشوائية من طلبة جامعة بابل كلية التربية، إذ بلغت العينة (٤٠٠) من الطلبة، إذ بلغ عدد الطلاب (١٦٠)، وعدد الطالبات (٢٤٠) من مجتمع البحث.

رابعا : -أداتا البحث Toohs of Research:

أدوات البحث هي الوسيلة التي تستعملها الباحثه لجمع البيانات المطلوبة، وتحقيقاً لأهداف البحث تطلّب إعداد أداتين أحدهما لقياس الخدر الانفعالي والأخرى لقياس الاجهاد المتصور

اولاً: مقياس الخدر الانفعالي Emotionol numbness:

نظراً لعدم توفر أداة محلية او عربية لقياس مفهوم الخدر الانفعالي وعدم عثور الباحثة على مقياس أجنبي مناسب يخدم أهداف البحث الحالي، تم بناء مقياس الخدر الانفعالي من قبل الباحثة من خلال الاطلاع على الإطار النظري والدراسات المعدة مسبقا في بناء الفقرات وفي ضوء ذلك تكون المقياس من (٢٦) فقرة بتدرج ثلاثي (يحدث لي دائما، يحدث لي نادرا، لم يحدث لي)

تصحيح المقياس:

ويقصد به تحديد درجة الإجابة الشخص على كل فقرة من فقرات المقياس، ومن بعدها تجميع هذه الدرجات لإيجاد المجموع الكلي لكل استبانة، وقد تم تصحيح الاستمارات على اساس (٢٦) فقرة، واعتمدت الباحثة على التدرج الثلاثي للتقدير إزاء كل فقرة، وحددت الدرجات (٣، ٢، ١) على التوالي للاستجابة على الفقرات التي

تكون باتجاه مفهوم الخدر الانفعالي، في ضوء اختيار الطلبة لاحد بدائل المقياس وحددت أوزان البدائل (١، ٢، ٣) بالنسبة للفقرات التي تكون بعكس المفهوم.

صلاحية الفقرات:

تم التعرف على صلاحية بناء فقرات مقياس الخدر الانفعالي من خلال عرضها بصيغتها الأولية والبدائل المعتمدة في القياس على مجموعه من المحكمين بعلم النفس وبلغ عددهم (١٠) محكم وقد طلب منهم الحكم على مدى صلاحية الفقرات المراد قياسها، وبناءً على ما تقدموا به من توجيهات والأخذ بآرائهم في إجراء التعديلات المناسبة وبعد احتساب نسبة الاتفاق اعلى من ٨٤٪ تم الابقاء على جميع الفقرات والبالغ عددها (٢٦) فقرة.

التحليل الأحصائي لفقرات المقياس:

القوى التمييزية:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة وبعد تصحيح الاستمارات تم ترتيبها تنازلياً وتصاعدياً, إذ بلغت كل مجموعة (١٠٦) بنسبة (٢٧٪) إذ اصبح مجموع الفقرات (٢١٦) وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن جميع فقرات المقياس مميزة عند مستوى دلالة (٠٠٥) ودرجة حرية (٢١٤) .. والجدول (١) يوضح ذلك .

جدول(١)القوة التمييزية لمقياس الخدر الانفعالي باستعمال العينتين الطرفيتين

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		المحسوبة	الجدولية	الدلالة
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
١	3.06	0.87	2.69	0.81	3.14		دالة
٢	4.32	0.67	4.56	0.73	8,32		دالة
٣	1.55	0.62	5.64	0.78	9.49		دالة
٤	1.63	0.54	2.74	0.78	9.76		دالة
٥	3.57	0.58	5.56	0.7	11.60		دالة
٦	3.56	0.59	3.8	0.82	7.85		دالة
٧	2.47	0.68	5.6	0.76	8.89		دالة
٨	2.32	0.75	3.75	0.83	5.33		دالة
٩	4.52	0.68	5.65	0.75	8.94		دالة
١٠	1.39	0.72	2.89	0.82	4.75		دالة
١١	4.71	0.49	2.81	0.78	10.16		دالة
١٢	1.55	0.6	2.6	0.68	10.78		دالة
١٣	5.71	0.45	5.92	0.76	9.32		دالة
١٤	1.65	0.52	2.94	0.73	8.30		دالة
١٥	3.45	0.68	4.49	0.68	10.47		دالة
١٦	3.3	0.73	3.69	0.75	5.97		دالة
١٧	4.56	0.63	2.79	0.8	7.95		دالة
١٨	1.57	0.53	1.79	0.66	9.67		دالة
١٩	2.69	0.51	2.06	0.71	7.52		دالة
٢٠	2.55	0.65	1.49	0.66	11.85	١،٩٦	دالة
٢١	2.58	0.64	1.53	0.66	11.88		دالة
٢٢	2.59	0.64	1.57	0.69	11.26		دالة
٢٣	2.21	0.84	1.88	0.82	2.95		دالة
٢٤	2.54	0.65	1.59	0.71	10.21		دالة
٢٥	2.55	0.69	1.49	0.66	11.48		دالة
٢٦	2.64	0.59	1.94	0.74	7.74		دالة

من الجدول (٤) يتبين أن فقرات مقياس الخدر الأنفعالي كانت مميزة جميعها لأنّ قيمتها التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (١،٩٦)، عند مستوى دلالة (٠،٠٥)،ودرجة حرية (٢١٤).

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة)

ولتحقيق ذلك اذ استعملت الباحثة (معامل ارتباط بيرسون) على الاستمارات ذاتها والتي خضعت للتحليل بأسلوب المجموعتين المتطرفتين والبالغة (٤٠٠) استمارة، إذ تبين ان جميع الفقرات داله احصائياً عند مقارنتها

بالقيمة الجدولية عند مستوى (٠،٠٥) درجة حرية (٣٩٨) والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)صدق فقرات مقياس الخدر الانفعالي بأسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
١	0.18	دالة	٨	0.33	دالة	١٥	0.52	دالة	٢٢	0.50	دالة
٢	0.43	دالة	٩	0.41	دالة	١٦	0.36	دالة	٢٣	0.21	دالة
٣	0.48	دالة	١٠	0.30	دالة	١٧	0.44	دالة	٢٤	0.51	دالة
٤	0.48	دالة	١١	0.50	دالة	١٨	0.43	دالة	٢٥	0.49	دالة
٥	0.55	دالة	١٢	0.43	دالة	١٩	0.36	دالة	٢٦	0.40	دالة
٦	0.43	دالة	١٣	0.47	دالة	٢٠	0.51	دالة			
٧	0.47	دالة	١٤	0.39	دالة	٢١	0.52	دالة			

من الجدول (٢) يتبين إن ارتباطات الدرجة الكلية للفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الخدر الأنفعالي بأنّ جميع الأرتباطات دالة موجبة ، وهذا يشير الى صدق البناء .

الخصائص السايكومترية لمقياس للخدر الانفعالي **numbness Emotional**:

- مؤشرات الصدق لمقياس الخدر الانفعالي:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال المؤشرات التالية :

أ-الصدق الظاهري **Face Validity**:

قامت الباحثة بتوزيع مقياس الخدر الانفعالي بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين في علم النفس عددهم (١٠) وطلب من المحكمين إبداء آرائهم في مدى صلاحية الفقرات وإجراء ما يرونه مناسباً على فقرات المقياس من تعديل واستبعاد ودمج وإضافة في قياس الظاهرة المراد قياسها.

ب-صدق البناء **Build Validity**:

تم التحقق في هذا النوع من الصدق في مقياس الخدر الانفعالي **numbness Emotional** باستعمال أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس و بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

مؤشرات ثبات المقياس **Reliability**

وللتحقق من ثبات المقياس, استعملت الباحثة الطريقتين التالية:

١- طريقة تحليل التباين | (باستخدام معادلة الفاكرونباخ) **Coefficient-Alfa**

وتحققت الباحثة من ثبات مقياسي الخدر الانفعالي بطريقة الفاكرونباخ وذلك بالاعتماد على بيانات العينة الكلية, ولغرض احتساب ثبات المقياس، تم استخدام استمارات العينة كاملةً، حيث جرى تطبيق معادلة ألفا كرونباخ

(Cronbach›s Alpha) لقياس الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس. وقد أسفرت نتائج التحليل عن بلوغ معامل الثبات قيمة قدرها (٠,٨٢)، وهي قيمة تُعد مرتفعة نسبيًا وتشير إلى درجة جيدة من الثبات، مما يُعزز من إمكانية الاعتماد على المقياس في أغراض البحث العلمي

٢- طريقة الاختبار- أعادة الاختبار Test-retest relability:

قامت الباحثة بإعادة تطبيق المقياس على عينة من أفراد البحث بلغ عددها (٥٠) طالب وطالبة بعد مرور فترة (١٤) يوم من التطبيق الأول، ثم حسب معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient) بين درجات الطلبة في التطبيقين وقد بلغ (٨٦، ٠) إذ تعد نسبة ثبات جيدة

• وصف المقياس بصيغته النهائية:

بلغ المقياس بصيغته النهاية من (٢٦) فقرة، واعتمدت الباحثة على التدرج الثلاثي للتقدير إزاء كل مفهوم، وحددت الدرجات (٣،٢،١) على التوالي للاستجابة على الفقرات التي تكون باتجاه مفهوم الحذر الانفعالي، في ضوء اختيار الطالب لاحد بدائل المقياس (يحدث لي دائماً، يحدث لي كثيرا، لم يحدث لي)، و حددت أوزان البدائل (٣،٢،١) بالنسبة للفقرات التي تكون بعكس المفهوم. فإنّ أعلى درجة للمقياس (٧٨) واقل درجة (٢٦)، بمتوسط نظري مقداره (٥٢)

مقياس الاجهاد المتصور:

وصف المقياس

في إطار قياس الضغوط المتصورة لدى طلبة الجامعة، استعان البحث الحالي بمقياس الضغوط المتصورة الذي أعده Cohen & Williamson (١٩٨٨)، وهو إصدار مُعدّل من المقياس الأصلي PSS-١٤. يتكون هذا المقياس من (١٤) فقرة، وقد أظهرت الدراسات السابقة أن النسخة الأصلية من PSS-١٤ تُعد أداة ذات صلاحية وثبات مرتفعين في قياس مستويات الضغوط المتصورة. وقد أثبت المقياس فاعليته في التنبؤ بجوانب حياة الفرد، مقارنة بمقاييس أخرى مثل مؤشرات أحداث الحياة الضاغطة، لا سيما في فئة طلبة الجامعات.

تعتمد فقرات المقياس على مقياس تقدير خماسي يتضمن البدائل التالية: (تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ أبداً)، وتُمنح الدرجات وفقاً للترتيب (١، ٢، ٣، ٤، ٥). وبناءً عليه، فإن الدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين ١٤ كحد أدنى و ٧٠ كحد أقصى، بينما يبلغ المتوسط الفرضي للمقياس (٤٢).

التحليل المنطقي للفقرات: «تم عرضه مقياس الاجهاد المتصور على مجموعة من المحكمين وعددهم (١٠)، لابداء اي ملاحظات يراها السادة المحكمين, ومدى ملائة الفقرات للمتغير المراد قياسة إذ بلغة نسبة الاتفاق بيت المحكمين (٧٨٪)».

التحليل الاحصائي للفقرات:

تمييز الفقرات:» طبقت الباحثة مقياس الشكل الأولي على أفراد العينة المكونة من (٤٠٠) من الطلبة واختارت الصف الأعلى بنسبة (٢٧٪) والصف الأسفل بنسبة (٢٧٪)، إذ بلغت نسبة كل مجموعة (١٠٨)، وكانت العينه الخاضعة للأحصاء هي (٢١٦) لتمثيل المجموعتين المتطرفتين واستخدمت الاختباري عينة مستقلة – test لاختبار الفروق بين المجموعتين، بمستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٢١٤) لتمييز جميع الفقرات تم تمييز كل فقرة بالمقارنة مع الجدول (١,٩٦) الذي أظهر أن كل فقرة تميزت كل فقرةوالجدول (٣) يوضح ذلك».

جدول رقم (٣)القوة التمييزية لفقرات مقياس الاجهاد المتصور

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية		
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المحسوبة	الجدولية	الدلالة
ف١	٤,٧٥	,٩١٧	٥,٧٨	,٨٩٢	١٦,٧٧٥	١,٩٦	دالة
ف٢	٤,٧٤	١,٠٤١	٦,٤٠	,٨٣٦	١٧,٧٩٧		دالة
ف٣	٥,٩٤	,٨٧٠	٣,٥٣	١,٣٧٣	٩,٠٩٥		دالة
ف٤	٦,٧٨	١,٠٨٠	٦,٨٦	,٧٨٦	٩,٨٤١		دالة
ف٥	٢,٧٦	١,٩٠٩	٣,٤٢	,٥٣٢	١٣,٥٤٦	١,٩٦	دالة
ف٦	١,٨٣	١,٢٣٢	٢,٧٠	١,٠٨١	١٠,٩٦٥		دالة
ف٧	٥,٣٩	١,١٧٩	٧,٠١	,٩٣٥	١٢,٣٨٢		دالة
ف٨	٦,٤٣	١,١٢٤	٣,٢٠	١,٠٧١	٩,٨٢١		دالة
ف٩	٥,٢٥	١,١٨٤	٤,٥٧	,٨٨٧	٨,٣٧١	١,٩٦	دالة
ف١٠	٣,٧٦	١,٠٣٤	٥,٧٤	,٥٤٣	١٣,٨٠٥		دالة
ف١١	٥,٨٣	١,٠٣٥	٢,٣٨	,٦٨٦	١٧,٧٨١		دالة
ف١٢	٦,٨٠	,٩٥٥	٥,٤٤	,٧٩٠	١٩,١٣٦		دالة
ف١٣	١,٨٦	,٩٧١	٣,٣٠	,٥٣١	١٨,٤٢٨	١,٩٦	دالة
ف١٤	٤,٩٩	١,١٨٣	٥,٧٤	,٤٨٠	١٤,٤٨٨		دالة

صدق الفقرة: تم حساب الصدق عن طريق

حساب ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية:

«يمكن التأكد من صحة الفقرة من خلال استخراج العلاقة بين درجة الفقرة ,والدرجة الكلية للمقياس. (Anastasi, ١٩٧٦: ١٥٤)، وبالتالي فإن الارتباط بين درجات الفقرة والدرجة الكلية يعني أن الفقرة تقيس نفس المفهوم الذي تقيسه الدرجة الكلية» والجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول رقم (٤) حساب ارتباط كل درجة بالدرجة الكلية للأجهاد المتصور

رقم الفقرة	قيم معامل ارتباط	رقم الفقرة	قيم معامل الارتباط
١	٠,٧١٦	٨	٠,٦٩٧
٢	٠,٤٨١	٩	٠,٧٠٥
٣	٠,٠٥٠٠	١٠	٠,٦٦١
٤	٠,٦١١	١١	٠,٦٥٨
٥	٠,٥٣٤	١٢	٠,٢٧١
٦	٠,٥٩٠	١٣	٠,٣٩٠
٧	٠,٦٦٢	١٤	٠,٧١٦

الخصائص السايكومترية لمقياس الاجهاد المتصور:

الصدق الظاهري: «قد تم الحصول على الصدق الظاهرية لمقياس الاجهاد المتصور من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء وعددهم (١٠) من كلية التربية وعلم النفس الذين تم سؤالهم عن آرائهم حول صلاحية بنود المقياس ومدى ملاءمتها لعينة الدراسة، وكذلك تعليمات المقياس وطرق تسجيل الدرجات»

صدق البناء (Construct Validity)

تم التحقق من صدق البناء من خلال مؤشرين أساسيين: القدرة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي، حيث يُعد

هذان المؤشران من أكثر الأساليب شيوعًا في التحقق من مدى صلاحية الفقرات لقياس البُعد المستهدف.

الثبات (Reliability)

اعتمدت الباحثة في تقدير ثبات المقياس على طريقتين شائعتين في الدراسات النفسية والتربوية:

أ- أسلوب إعادة الاختبار (Test-Retest):

تم إعادة تطبيق المقياس على العينة نفسها من الطلبة الذين استُخدموا مسبقًا في احتساب ثبات مقياس الخدر الانفعالي. وقد بلغ معامل الثبات للمقياس ككل (٠,٧٧)، مما يدل على استقرار جيد للنتائج عبر الزمن.

ب- طريقة ألفا كرونباخ (Cronbach›s Alpha) لقياس الاتساق الداخلي:

استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ لقياس مدى تجانس الفقرات ومدى ارتباطها ببعضها البعض ضمن المقياس. وقد بلغت قيمة معامل الاتساق الداخلي (٠,٧٥)، وهي قيمة تُعد جيدة وتعكس تماثلاً مقبولاً بين الفقرات.

الصيغة النهائية للمقياس:

يتكوّن المقياس بصيغته النهائية من (١٤) فقرة، تم بناؤها وفق تدرّج خماسي للاستجابة يتضمن الخيارات التالية:(تنطبق عليّ دائماً، تنطبق عليّ كثيراً، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ أبداً).ويتم منح الدرجات وفقاً للاتجاه الإيجابي للعبارات على النحو الآتي: (١، ٢، ٣، ٤، ٥)، بحيث تعكس الدرجات الأعلى مستوى أكبر من الضغوط المتصورة.

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الاول: التعرف على الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة.

اظهرت نتائج بوجود دلالة احصائية بالنسبة للخدر الانفعالي.

أن متوسط درجات افراد العينة بلغ (٦٣,٠٤) درجة بأنحراف معياري مقداره (١٤,٠٦٥) وهو اعلى من إذ بلغت القيمة المحسوبة (٧,٧٦٩) وهي اعلى من الجدولية (١,٩٦)، وبلغ المتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٥٢) إذ يعاني طلبة الجامعة من الخدر الانفعالي كما مبين في الجدول (٥).

جدول رقم (٥) تحليل تباين احادي مقياس الخدر الانفعالي

الخدر الانفعالي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	ت المحسوبة		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية	٦٣,٠٤	١٤,٠٦٥	٥٢	٧,٧٦٩	١,٩٦	دالة

ويعزى ذلك الى أن وجود الخدر الانفعالي لدى طلبة الجامعة يُفسَّر بأنه نتيجة لتعرضهم المستمر لضغوط أكاديمية واجتماعية ونفسية تتجاوز قدرتهم على التحمل. إذ مع مرور الوقت يلجأ بعض الطلبة بشكل لا شعوري إلى تقليل استجابتهم العاطفية كآلية دفاعية لحماية أنفسهم من التوتر فيبدأون بفقدان القدرة على الإحساس بالمشاعر أو التعبير عنها، سواء كانت إيجابية أو سلبية. هذا الخدر قد يكون علامة على بداية اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب أو الاحتراق النفسي. كما أن الانشغال الدائم بالدراسة والقلق من المستقبل يجعل الطالب في حالة توتر دائم تقلل من تفاعله العاطفي. كذلك الخدر الانفعالي قد يؤدي إلى الانعزال الاجتماعي وضعف العلاقات الشخصية. لذلك، من المهم تقديم الدعم النفسي والوقائي داخل الجامعات.

الهدف الثاني: دلالة الفروق الاحصائية للخدر الانفعالي تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص.

أظهرت النتائج وجود اختلافات ذات دلالة إحصائية لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغير الجنس، و الصالح الذكور

و لتحقيق هذا الهدف استخلصت الباحثة المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لمتغيري الجنس (ذكر ، أنثى) والتخصص (إنساني، علمي) .والجدول (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)الاوساط الحسابية والانحراف المعياري للجنس والتخصص, لمقياس الحذر الانفعالي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الجنس	١٣٦,٣٧٩	١	١٣٦,٣٧٩	٥,٧٧٧	٣,٨٤	دالة
التخصص	١,٦٦٩	١	١,٦٦٩	,٠٥٨		غير دالة
الجنس* التخصص	٦٥,٧٤٠	٢	٦٥,٧٤٠	٢,٣٣١		غير دالة
الخطأ	١١٢١٨,٧٢١	٣٩٨	٢٨,٣٦٩			
الكلي	١١٤١٤,٧٥٠	٣٩٨				

تـ ار

مستويات أعلى مقارنة بالإناث. يُفسَّر ذلك بأن الذكور غالبًا ما يُشجَّعون اجتماعيًا على كبح مشاعرهم وعدم التعبير عنها مما يؤدي إلى تراكم الضغوط وانخفاض التفاعل العاطفي، بينما الإناث يُظهرن مشاعرهن بشكل أكبر مما يقلل من احتمالية تطور الحذر الانفعالي لديهن. أما فيما يخص التخصص الأكاديمي، فقد تبين عدم وجود فروق تُذكر بين الطلبة حسب التخصص، مما يشير إلى أن الحذر الانفعالي لا يتأثر بطبيعة المجال الدراسي، بل يرتبط أكثر بالعوامل النفسية والاجتماعية والشخصية.

الهدف الثالث: التعرف على الاجهاد المتصور لدى طلبة الجامعة .

« في ضوء النتائج المتحصّل عليها، تبين وجود دلالة إحصائية تشير إلى ارتفاع مستوى الإجهاد المتصوّر لدى أفراد العينة بشكل عام. فقد بلغ المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة (٥٥,٣٣) بانحراف معياري قدره (١١,٨٢٢)، وهو أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس الذي يبلغ (٤٢) درجة.

ولدى إجراء الاختبار التائي (T-test) لبيان دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي، اتضح أن القيمة التائية المحسوبة تفوق القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).تشير هذه النتائج إلى أن طلبة الجامعة المشمولين في الدراسة يعانون من مستويات مرتفعة من الإجهاد المتصوّر، بما يعكس وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الواقع الفعلي لدرجاتهم والمتوسط الفرضي المعتمد. والجدول رقم (٧) يوضح ذلك.»

جدول رقم (٧) تحليل تباين تائي لمقياس الاجهاد المتصور

الاجهاد المتصور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	ت المحسوبة		الدلالة
				المحسوبة	الجدولية	
الدرجة الكلية	٥٥,٣٣	١١,٨٢٢	٤٢	٧,٨٨٢	١,٩٦	دالة

من خلال النتائج تبين ان طلبة الجامعة لديهم اجهاد متصور، اذ يرى (لازاروس) ان لطبيعة الموقف الذي يعيشه الطالب اثر في توليد الضغوط وذلك من خلال عملية تقييمه للظروف المحيطة به واصداره الاحكام فمن خلال تحليله للموقف الذي يمر به سوف يقوم باصدار مجموعة من الاحكام (التقييمات) حول ذلك الموقف وان هذا

التقييم يرتبط بكم المعلومات التي يمتلكها الطالب حول الموقف هل ان الحدث مألوف ام انه جديد ولم يسبق له التعرف عليه، وما مدى احتمال حدوثه ومدى وضوحه او غموضه وماهي طبيعة الاذى المحتمل او التهديد إذ يرى أن لاصدار التقييم على المواقف التي يمر بها سواء كان هذا التقييم سلبياً او ايجابياً اثر شديد في تكوين الضغوط فمن خلاله يصدر حكماً معيناً على نوع الضغوط ودرجة تهديده، وغالبا ينشأ الاجهاد المتصور عندما يشعر الطالب انه غير قادر على مواجهة الموقف، وترى الباحثة أن ارتفاع الاجهاد يُعزى الى الضغوط التي يواجهها طلبة الجامعة منها معرفية من حيث صعوبة التواصل المعرفي المفردات موادهم الدراسية، وكذلك ضعف التواصل الاجتماعي داخل الحرم الجامعي بين الطلبة وكذلك قلة المشاركة في الانشطة الاجتماعية مما يسبب لهم ضغطا انفعاليا مدركا وان طلبة الجامعة يواجهون المزيد من الضغوط في مجالات حياتهم، وهذا يعد نتيجة منطقية بسبب مايمر به المجتمع العراقي من احداث.

الهدف الرابع: دلالة الفروق الاحصائية للاجهاد المتصور ي تبعاً لمتغير الجنس والتخصص .

اظهرت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس.

ولمعرفة دلالة الفرق لمقياس الاجهاد المتصور تبعا لمتغيري الجنس والتخصص، إذ اشارت النتائج بعدم وجود فروق بين الجنس والتخصص لدى طلبة الجامعة في متغير الاجهاد المتصور .

جدول (٨)الاوساط الحسابية والانحراف المعياري للجنس والتخصص، لمقياس الاجهاد المتصور

مصدر التباين	مجموع مربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف		الدلالة
				التصريحية	التصويبة	
الجنس	١٠٠,٠٣٨	١	١٠٠,٠٣٨	٠,٠٣٨	٣,٨٤	غير دالة
التخصص	٠,٠٢٦	١	٠,٠٢٦	٠,٠٠٨		غير دالة
الجنس*التخصص	٥,٢٦٤	١	٥,٢٦٤	٠,٥٤٦		غير دالة
الخطأ	٣٤٤٧,٣٤٩	٣٩٨	٩,٧٤٣			
الكلي	٣٤٦٨,٧٧٧	٣٩٨				

وترى الباحث عندما نتحدث عن الإجهاد المتصور في سياق طلبة الجامعة، قد يتضح ان هناك تشابهات بين الطلاب والطالبات في بعض النواحي رغم اختلافات ممكنة في تجربة كل منهما، ومع ذلك، يمكن تحديد بعض الأسباب التي قد تؤدي إلى عدم وجود فروق ملحوظة بين الجنسين في هذا السياق، مثل

التحديات الأكاديمية المشتركة الطلاب والطالبات في الدراسة إذ يواجهون تحديات أكاديمية مشابهة، مثل ضغط الاختبارات، ومتطلبات البحث، وصعوبات إدارة الوقت، هذه التحديات يمكن أن تؤدي إلى مشاعر الاجهاد بغض النظر عن الجنس، والمطالب العالية لمعايير الأداء الأكاديمي، إذ غالباً ما تكون صارمة لجميع الطلبة، مما يخلق بيئة مليئة بالضغط والإجهاد لكلا الجنسين، كذلك التوازن بين الحياة الشخصية والأكاديمية، التي تؤثر على الطلبة على حد سواء، كذلك الضغوط الشخصية والعائلية يمكن أن تؤثر بشكل مشابه على كلا الجنسين، اما بالنسبة للتجارب الأكاديمية المتشابهة، كلا الجنسين قد يتعرضان لتجارب أكاديمية متشابهة في سياقات البحث والتعلم، مما يؤدي إلى معاناة من نفس الضغوط والمشاكل المتعلقة بالإجهاد المتصور.

بالتالي، يمكن أن يكون الاجهاد المتصور نتيجة لظروف مشابهة وتأثيرات مشتركة على الطلاب والطالبات، على الرغم من أن هناك دراسات قد تشير إلى وجود فروق في كيفية التعامل مع الاجهاد بين الجنسين، فإن ا التحديات الأساسية والمصادر المحتملة للإجهاد قد تكون متشابهة بشكل كبير.

الهدف الخامس: التعرف على العلاقة ذات الدلالة الاحصائية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور.

تم تحقيق الهدف من خلال العلاقة الارتباطية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور وفقاً لمعامل بيرسون. والجدول رقم (٩) يوضح ذلك.

جدول رقم (٩) يبين معامل الارتباط بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور.

المتغيرات	معامل الارتباط	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	الدلالة
الخدر الانفعالي	٠,٢١٢	٤,٤٩٩	١,٩٦	دالة
الاجهاد المتصور	٠,١٣٧	٢,٧٥٩		دالة

وتشير النتائج بان قيمة معامل الارتباط موجبة بين المتغيرين فيما بينهما تدل على وجود علاقة ارتباطية قوية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور.

وتشير الباحثة الى النتيجة التي تشير إلى وجود علاقة طردية بين الخدر الانفعالي والإجهاد المتصوَّر لدى طلبة الجامعة تعني أن هناك ارتباطًا قويًا بين الشعور بالضغط النفسي الناتج عن الحياة الجامعية، وبين فقدان القدرة على التعبير عن المشاعر بشكل طبيعي. وعندما يزيد مستوى الإجهاد الذي يشعر به الطالب، يتزايد بشكل مباشر إحساسه بالخدر الانفعالي أو التبلد العاطفي إذ يشعر الطلاب بمستويات عالية من الإجهاد المتصوّر، ويبدأون في فقدان قدرتهم على التفاعل بشكل طبيعي مع المشاعر سواء كانت إيجابية أو سلبية. بمعنى آخر، كلما ازدادت الضغوط التي يشعرون بها، أصبحوا أكثر عرضة لأن يصبحوا غير قادرين على التعبير عن مشاعرهم أو حتى الإحساس بها. إذ يتسبب ذلك في حالة من التبلد العاطفي، حيث يقوم الشخص «بإغلاق مشاعره» كطريقة للتعامل مع التوتر المستمر.هذه العلاقة الطردية بين الإجهاد المتصور والخدر الانفعالي تشير إلى أن هناك حاجة ملحة لتوفير بيئة داعمة للطلاب. وان عدم القدرة على التعبير عن المشاعر أو الإحساس بها قد يؤدي إلى تفاقم الأعراض النفسية مثل الاكتئاب، القلق، وفقدان الدافع. كما أن هذه الحالة قد تؤثر سلبًا على الأداء الأكاديمي والتفاعلات الاجتماعية للطلاب كذلك من المهم أن ندرك أن هذه النتيجة تحمل في طياتها دعوة لتقديم الدعم النفسي والتوجيه للطلاب الذين يمرون بفترات ضغط متزايدة. ومن الضروري العمل على تقليل مستويات التوتر لديهم من خلال تقديم برامج تدريبية حول كيفية إدارة الضغوط، وتعليمهم كيفية التعبير عن مشاعرهم بطريقة صحية. وهذا يتطلب تدخلات تشمل التوعية النفسية، ودورات تدريبية على مهارات التأقلم، وتهيئة بيئة دراسية أقل ضغطًا.

الاستنتاجات:

١-اظهرت النتائج بوجود دلالة احصائية بالنسبة للخدر الانفعالي لدى افراد العينة.

٢-اظهرت النتائج على وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس في الخدر الانفعالي وعدم وجود فروق بالنسبة للتخصص.

٣- اظهرت النتائج الى وجود دلالة احصائية في الاجهاد المتصور لدى افراد العينة بصورة عامة.

٤-اظهرت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس والتخصص في الاجهاد المتصور.

٥-اظهرت النتائج بان قيمة معامل الارتباط موجبة بين المتغيرين فيما بينهما تدل على وجود علاقة ارتباطية بين الخدر الانفعالي والاجهاد المتصور.

التوصيات:

١-اهتمام المؤسسات البحثية والإرشادية في الجامعة من خلال البحوث والدراسات، بوجود الخدر الانفعالي لدى الطبة، فهذا لا ينفي أنه بداية أو خطوة تقترب الى مستوى اعلى من الاضطراب الانفعالي والعمل على خفضه الى اقل ما يمكن.

٢- تفعيل دور وحدات الارشاد في الكلية بقيام ورش عمل او برامج اوجلسات ارشادية للطبة الذين ظهر لديهم مستوى عالي من القلق والاكتئاب والمساعدة لتخطي هذه الازمة.

٣-اعطاء الحرية للطالب لغرض تحفيزه على تنظيم المعلومات ومعالجتها تلك التي يكتسبها بنفسه ، بوصفه محور العملية التعليمية ، وكونه فاعلا ، ونشطا في تعلمه .

٤-العمل على اقامة برامج تنمية معرفية وعقلية عن طريق المراكز العلمية والارشادية تهدف الى تعزيز، وتطوير فاعلية معالجة المعلومات التي يتعرض لها ، ويواجهها الطالب لتجنب الوقوع والتعرض للاجهاد المتصور .

المقترحات:

١-إجراء دراسة مماثلة على عينات مختلفة ، ومقارنتها بنتائج الدراسة الحالية.

٢-إجراء دراسات تربط بين الخدر الانفعالي ومتغيرات نفسية وديموغرافية أخري بخلاف المستخدمة في السدراسة الحالية.

٣-اجراء دراسة مقارنة تتناول متغيرات البحث الحالي على عينات من طلبة المدارس الاعدادية .

٤-اجراء دراسة تهدف الى قياس الاجهاد المتصور وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية مثل المستوى الاجتماعي والاقتصادي والتحصيل الدراسي وطبيعة المهنة.

المصادر:

- Allred, A., Granger, M., & Hogstrom, T. (2013): The relationship between academic major, personality type, and stress in college students. Lake Forest College. Eukaryon, 9. https://www.lakeforest.edu/live/news/3179-the-relationship-between-academic-major
- Allwood, M. A., & Bell, D. J. (2008). A preliminary examination of
- Anastasiades, M. H., Kapoor, S., Wootten, J., & Lamis, D. A. (2017): Perceived stress, depressive symptoms, and suicidal ideation in undergraduate women with varying levels of mindfulness. Archives of Women›s Mental Health, 20(1), 129–138. http://dx.doi.org/10.1007/s00737-016-0686-5
- Chen, Y., & Feeley, T. H. (2015): Predicting binge drinking in college students: Rational beliefs, stress, or loneliness? Journal of DruEducation, 45(3–4), 133–155. https://doi:10.1177/0047237916639812
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988): Perceived stress in a probability sample of the United States. The social psychology of health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology, 31–67.
- Dimberg, U. (1990). Facial electromyography and emotional reactions. Psychophysiology, 27, 481–494.
- Elliott, D. S., Huizinga, D., & Ageton, S. S. (1985). Explaining delinquency and drug use. Thousand Oaks, CA: Sage.

emotional and cognitive mediators in the relations between violence exposure and violent behaviors in youth. Journal of Community Psychology,36.

- Foa, E. B., Riggs, D. S., & Gershuny, B. S. (1995). Arousal, numbing, and intrusion: Symptom structure of PTSD following assault. American Journal of Psychiatry, 152, 116–120.

Foa, E. B., Zinbarg, R., & Rothbaum, B. O. (1992). Uncontrollability and un- • predictability in post-traumatic stress disorder: An animal model. Psychologic- .al Bulletin, 112(2), 218–238. https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.2.218

& ,.Frick, P. J., Cornell, A. H., Bodin, S. D., Dane, H. E., Barry, C. T • Janssen, H. J. E. M., Cuisinier, M. C. J., de Graauw, K. P. H. M., & Hoogduin, • K. A. L. (1997). A prospective study of risk factors predicting grief intensity fol- lowing pregnancy loss. Archives of General Psychiatry, 54(1), 56–61. https://doi. org/10.1001/archpsyc.1997.01830130062013

Lazarus, R., & Folkman, S. (1984):Stress, Appraisal, and Coping. New York: • .Springer

Leistner, C., & Menke, A. (2020). Hypothalamic–pituitary–adrenal axis and • stress. Handbook of clinical neurology, Mueller–Pfeiffer C, Schick M, Schulte- Vels T, et al. Atypical visual processing in posttraumatic stress disorder. Neuro- .image Clin. 2013;3:531–538. doi:10.1016/j.nicl.2013.08.009

Litz, B. T. (1992). Emotional numbing in combat-related post-traumatic stress • disorder: A critical review and reformulation. Clinical Psychology Review, 12, .417–432

Litz, B. T., & Gray, M. J. (2002). Emotional numbing in posttraumatic stress • disorder: Current and future research directions. Australian and New Zea- land Journal of Psychiatry, 36(2), 198–204. https://doi.org/10.1046/j.1440- .1614.2002.01002.x

Litz, B. T., Orsillo, S. M., Kaloupek, D., & Weathers, F. (2000). Emotional pro- • .cessing in posttraumatic stress disorder. Journal of Abnormal Psychology

Loney, B. R. (2003). Callous–unemotional traits and developmental ,pathways to severe conduct problems. Developmental Psychology

Pierceall, E. A., & Keim, M. C. (2007): Stress and coping strategies among com- • munity college students. Community College Journal of Research and Practice, .31(9), 703–712

Reeve, K. L., Shumaker, C. J., Yearwood, E. L., Crowell, N. A., & Riley, J. B. • (2012): Perceived stress and social support in undergraduate nursing students› educational experiences. Nurse Education Today, 33(4), 419–424. http://dx.doi. org/10.1016/j.nedt.2012.11.009

Shaw, M. E (1976), Scales for the measurement of Attitude, New York, me • .Grow. Hall

Winter, Arthur et al. (1996): Building Brain Capacities, translated by Kamal • Qatmawi, first edition, Dar Al-Hiwar for Publishing and Distribution, Latakia, .Syria

Website address

White Dome Magazine

Republic of Iraq

Baghdad / Bab Al-Muadham

Opposite the Ministry of Health

Department of Research and Studies

Communications

managing editor

07739183761

P.O. Box: 33001

International standard number

ISSN3005_5830

Deposit number

In the House of Books and Documents (1127)

For the year 2023

e-mail

Email

off reserch@sed.gov.iq

hus65in@gmail.com

فصلية تُعنى بالبحوث والدراسات الإنسانية والاجتماعية العدد(٨)
السنة الثالثة صفر الخير ١٤٤٦هـ آب ٢٠٢٥م

General supervision the professor
Alaa Abdul Hussein Al-Qassam
Director General of the
Research and Studies Department editor
a . Dr . Sami Hammoud Haj Jassim
managing editor
Hussein Ali Muhammad Hassan Al-Hassani
Editorial staff
Mr. Dr. Ali Attia Sharqi Al-Kaabi
Mr. Dr. Ali Abdul Kanno
Mother. Dr . Muslim Hussein Attia
Mother. Dr . Amer Dahi Salman
a. M . Dr. Arkan Rahim Jabr
a. M . Dr . Ahmed Abdel Khudair
a. M . Dr . Aqeel Abbas Al-Raikan
M . Dr . Aqeel Rahim Al-Saadi
M. Dr.. Nawzad Safarbakhsh
M. Dr . Tariq Odeh Mary
Editorial staff from outside Iraq
a . Dr . Maha, good for you Nasser
Lebanese University / Lebanon
a . Dr . Muhammad Khaqani
Isfahan University / Iran
a . Dr . Khawla Khamri
Mohamed Al Sharif University / Algeria
a . Dr . Nour al-Din Abu Lihia
Batna University / Faculty of Islamic Sciences / Algeria
Proofreading
a . M . Dr. Ali Abdel Wahab Abbas
Translation
Ali Kazem Chehayeb