وهم التفوق وعلاقته بالإجهاد الذهني لدى الطلبة المتميزين

م.م. محمود نايف سالم

mahmoudnayef1966@gmail.com

وزارة التربية/ مديرية تربية الكرخ الثالثة

الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١ . وهم التفوق لدى طلبة مدارس المتميزين. ٢ . مستوى الاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين.

٣ . العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني.

٤ . الفروق في العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

و لتحقيق أهداف البحث أعد الباحث مقياس وهم التفوق بعد اطلاعه على الدراسات السابقة وتبنى مقياس الاجهاد الذهني لـ علي وعلي (٢٠١٨)، وتحقق من خصائصهما السيكومترية. واستهدف البحث الحالي عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالب. وتوصل إلى النتائج الآتية:

١. يمتلك طلبة مدارس المتميزين وهم التفوق. ٢. يمتلك طلبة مدارس المتميزين الاجهاد الذهني.

٣ . توجد علاقة طردية دالة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين.

٤ . لا توجد فروق ذات دلالة في العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين تعباً لمتغير الجنس.

وخلص الباحث إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: وهم التفوق، الاجهاد الذهني، طلبة مدارس المتميزين.

The illusion of superiority and its relationship to mental stress among high-achieving students

M.M. Mahmoud Nayef Salem

Ministry of Education / Third Karkh Education Directorate

Abstract:

1. The current research aims to identify:

2. The illusion of superiority among gifted school students.

3. The level of mental stress among gifted school students.
4. The correlation between the illusion of superiority and mental stress.
5. The differences in the relationship between the illusion of superiority and mental stress according to the gender variable (males – females).

To achieve the research objectives, the researcher developed a scale for the illusion of superiority after reviewing previous studies. He adopted the mental stress scale of Ali and Ali (2018), and verified its psychometric properties. The current research targeted a sample of (200) male and female students. It reached the following results:

1. Students in gifted schools possess the illusion of superiority.
2. Students in gifted schools possess mental stress.
3. There is a significant direct relationship between the illusion of superiority and mental stress among gifted school students.
4. There are no significant differences in the relationship between the illusion of superiority and mental stress among gifted school students due to the gender variable.

The researcher concluded with a set of recommendations and proposals.

Keywords: Illusion of superiority – Mental stress – Gifted school students.

أولاً: التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

ويؤثر وهم التفوق على الطلبة المتميزين وعلى دافعيتهم للتعلم لأنه يجعل الطلبة يشعرون بعدم حاجتهم للمعرفة ليس الأمر لأنهم لا يريدون التعلم بل لاعتقادهم بعدم حاجتهم إلى تعلم شيء جديد، وهذا له تأثيراً كبيراً على شخصية الطالب المتميز ودافعيته وانجازه وتقدمه العلمي (Frederic & Miller,2009: 64).

فوهم التفوق من الأوهام التي تتعلق بالذات فيشعر الفرد بأنه أذكى من الآخرين ولديه خصائص شخصية مرغوبة. مما يؤثر سلباً على علاقاته الاجتماعية مع الآخرين حيث أكدت النظريات الوجودية والإنسانية بأن وهم التفوق من المشكلات للفرد وبذلك تنتج مشكلة وهم التفوق من الثقة المفرطة بالذات فتصل بالفرد إلى تجعله يتأكد من عدم إمكانية الوقوع في الخطأ. لذلك يعد وهم

التفوق من أكثر المشكلات تعقيداً في سلوك الفرد لأنها إذا استمرت فترة طويلة في حياة الفرد تؤدي به إلى حالة من الانفصام (الخفاجي، ٢٠٢٢: ٢-٤).

المشكلة الحقيقية هي أنه عندما يفتقد الطالب الكفاءة والمعرفة ويستحوذ عليه وهم التفوق لا يصل إلى استنتاجات وسلوكيات ويتخذ قرارات خاطئة فحسب بل تسلب منه القدرة على إدراك أخطائه أيضاً، فيقع فيها مجدداً غير مدرك أنها أخطاء من الأساس فبدلاً من أن يبذل مزيداً من التفكير والجهد لاكتساب المعرفة وتصحيح سلوكياته يصر بكل ثقة بأنه على صواب. (Kruger & Dunning,1999: 35).

ومن الآثار السلبية الناتجة عن وهم التفوق هو تأثيره على الصحة النفسية للفرد وقد اكتشف دانيغ (Dunning,2011) إن تفضيل الفرد لرغباته قد تشوه أحكامه على ذاته فيصدر أحكام بحسب رغبته بالموضوع المطروح (Dunning,2011: 90).

أضافة لذلك تأثير وهم التفوق على التعليم بنسبة كبيرة، بسبب شعور الفرد بأنه ليس بحاجة إلى المعرفة أو الاجتهاد لأن قدراته وامكانيته أكبر من ذلك (Steven & Lisa, 2012: 62).

وإذا بالغ الفرد في تقدير تفوقه ومدى ذكائه فسوف يبالغ في تقدير فرص نجاحه، فالأفراد الذين يعتقدون إنهم أفضل من المتوسط هم ذاتهم الذين يعتقدون أن الأحداث الجيدة هي من الأحداث الأكثر احتمالاً أن تحدث وكلما بالغ في تقديره زاد احتمال تعرضه لمخاطر (Whittleson,2012: 27).

في المقابل نجد أن الاجهاد الذهني Mental Fatigue من أبرز هذه الضغوط والمشكلات لاسيما للأفراد ممن يعتمدون على عملياتهم المعرفية في أغلب الأوقات، فالفقدان المفاجئ للذاكرة وضعف التركيز ونسيان المعلومات والفهم البطيء والسيء للمواقف أو التغيرات والتردد في الاستجابة فضلاً عما يرافقها من مشاعر الضيق والملل واللامبالاة أو الفتور تجاه المواضيع المقروءة والتي تعد من أبرز مظاهر الاجهاد الذهني (N.W.O, 2000: 16).

فضلاً عما يرافقها من ضعف في العمليات الادراكية التي تتضمن فقدان الذاكرة وضعف التركيز وعدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب خاصة إذا ما أستمر تعرض الفرد إلى هذه الضغوط والمشكلات لمدة طويلة (الدليمي وعلي، ٢٠٠٢ : ٢٢).

وهذا بدوره يؤدي إلى حدوث ضعف في أداء العمليات العقلية أو حدوث تشويش في الأفكار الداخلية والخارجية، إلا أنها تدفع الفرد إلى استعادة توازنه عبر اجراء التغيرات أو الاستعدادات التي تتلاءم مع ضغوط هذا الاختلال أو عن طريق معالجته للبيئة المحيطة به. (لازاورس، ١٩٨١ : ٨٧-٩٠).

ويحدث الاجهاد الذهني عند ممارسة أنشطة عقلية كما في حالة تأدية امتحان عسير، كما وينشأ عن أداء أنشطة جسمية، فكثرة المعلومات المتباينة والمتداخلة أو السوء في التذكر الذي يحدث

بسبب صعوبات الاسترجاع، وما يرافقها من الاضطرابات النفسية من مشاعر الضيق والألم والتعب تشكل أولى أعراض الاجهاد الذهني (N.W.O, 2000: 16).

وأن الاجهاد الذهني هو أحد مصادر اختلال التوازن الحاصل ما بين الفرد وما بين التغيرات الحاصلة في البيئة المحيطة به عندما تتجاوز هذه المتطلبات أو المجهدات (الداخلية والخارجية) طاقة الفرد وموارده بشكل كبير (Lazaurs,1981: 13).

وقد أكدت بعض الدراسات مثل دراسة (عساف، ١٩٩٦) أن الاجهاد الذهني يؤثر على إنتاجية الطالب في الجانبين العلمي والأكاديمي وعلى علاقته مع الزملاء والعاملين في المؤسسة التي ينتمي إليها بشكل سلبي، فضلاً عن تأثيرها عليه من الناحية الشخصية (عساف، ١٩٩٦: ٣٥).

التمس وشعر الباحث من خلال عمله كمرشد تربوي أن بعض الطلبة لديهم قصور في تحصيلهم الدراسي لذلك يعتقد بأنهم يعانون من وهم التفوق ولربما بسبب الاجهاد الذهني يحدث ذلك، فأرتى أن يدرس وهم التفوق وعلاقته بالإجهاد الذهني من هنا برزت مشكلة البحث وفق التساؤل:

هل هناك علاقة ارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني وما هي نوع العلاقة؟

أهمية البحث:

يعد وهم التفوق أحد أشكال التصور البشري للرغبة في تحقيق أقصى درجة من الإيجابية، ويعده وظيفة لتعزيز احترام الذات أو رؤية ذاته أكثر تفضيلاً من أقرانه (Carson,et al,2010: 257).

ومن زاوية أخرى وضحت دراسة براون (Brown,2002) أن وهم التفوق يعتمد على الثقافة حيث توصلت إلى أن شعوب شرق أسيا واليابانيين تحديداً يميلون إلى الاستخفاف بقدراتهم والتقليل منها للتوافق مع الآخرين ويعزى سبب ذلك إلى دور الثقافة في التقليل من حدة تأثير وهم التفوق وفسر ذلك بقوله "أن أفراد الشعب الياباني يميلون إلى التقليل من قدراتهم وينظرون إلى الفشل بمثابة دافع لتحسين قدراتهم وتطوير مهاراتهم في مهمة معينة، وبالتالي تعزيز مكانتهم ضمن المجموعة الاجتماعية"(Brown,2002: 148).

وفي دراسة فيشر وماثيو (Fisher & Matthew, 2015) حيث وضح مفهوم وهم التفوق هو أحد أخطاء التفكير وانه من الممكن لأي شخص أن يقدر نفسه بمستوى أعلى من مستواه الحقيقي توصلت النتائج إلى أن ٩٥ % منهم استبعدوا أنفسهم تماماً من الوقوع في هذا الوهم ما عدا بعض الأشخاص راجعوا أنفسهم وقالوا أنه من الممكن أن يقعوا في أخطاء التفكير هذه أكثر من غيرهم (Fisher & Matthew,2015: 677).

وتوصلت الدراسة التي أجراها فيشر (Fisher,2015) إلى أن الأفراد قد يقيمون أنفسهم أكثر تفوقاً من غيرهم بمجرد استخدامهم للإنترنت في البحث عن معلومة ما. ودراسة بيركن (Birken, 2017)، التي توصلت إلى أن الطلبة قدروا أنفسهم بأعلى من المتوسط على السمات الإيجابية مثل الصدق والأصالة وأقل من المتوسط في الصفات السلبية مثل الغرور والعداء، وتكشف هذه النتيجة عن ميل الطلبة في تقييم ذاتهم على إنهم متفوقون على الآخرين وأنهم أكثر ذكاء وأكثر أخلاقاً من الطالب العادي وهذه النتيجة توضح نظرة الفرد الايجابية إلى ذاته (Birken,2017: 85).

وازدادت أهمية دراسة الاجهاد الذهني بسبب ما يخلفه من صعوبة التركيز، مما يؤثر في أداء الشخص لمهام وظيفته وأنشطته اليومية، وقد يصل الأمر إلى عجز الشخص عن مواصلة عمله بالمستوى الاعتيادي أو المستوى المرضي (Hawley,1997: 246).

وتأكيداً لذلك أشار (البياتي، ٢٠٠٩) إلى أن الاجهاد الذهني له تأثيرات أساسية في الجهاز العصبي المركزي أو المخ بصورة خاصة. (البياتي، ٢٠٠٩ : ١).

ويعد الاجهاد الذهني حالة عامة مرتبطة بحالات جسمية ونفسية ومرتبطة بمفاهيم عدة منها: النحول العصبي (Neurasthenia) والإنهاك (Exhaustion) والارهاق (Strain) والتعب (Tiredness)، فضلا عن ذلك فأن الاجهاد الذهني له سببان: نفسي وجسمي، فقد كانت هناك بحوث عدة اهتمت بمسألة تأثير الاجهاد الذهني في الصحة النفسية والبدنية للأفراد (زيدان، ١٩٩٨ : ١٣).

والاجهاد الذهني يعد أمراً طبيعياً إذ ينشأ عن إنجاز الأعمال، والذي يشكل سبباً في الشعور بحالة من القلق بالتفكير بالمستقبل مما يجعل له أثراً بالغ السوء في زيادة الاجهاد الذهني (رشيد، ١٩٩٣: ٨٦).

وبذلك تظهر بوادر الاجهاد الذهني في نقص متزايد في الأداء، وشعور ذاتي بالضيق والألم، فضلاً عن تغيرات فسيولوجية مثل أرتفاع أو انخفاض السكر في الدم (راجح، ١٩٦٥: ٣٦).

وأشارت دراسة (Hawley,1997) ان العمل والضغط الذهني سواء في حالة التحفيز الزائد أو التحفيز الضعيف حالة من الاجهاد الذهني وقد تسبب جراء ذلك شعور الشخص بالإحباط أو الملل أو قلة النوم والمرض(Hawley,1997: 246).

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١. وهم التفوق لدى طلبة مدارس المتميزين. ٢ .مستوى الاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين.

٣. العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني.

٤ . الفروق في العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالطلبة المتواجدين في المدارس الثانوية للمتميزين (الصف الرابع والخامس العلمي) التابعة للكرخ (الأولى، الثالثة) من الذكور والإناث للعام الدراسي (٢٠٢٤ – ٢٠٢٥).

تحديد المصطلحات:

أولا : وهم التفوق (Illusory superiority):

عرفه كل من:

- تايلور (Taylor,1989): هو أدراك منحرف يحمله الفرد حول سماته وظروفه وواقعه ويكون أكثر إيجابية ومبالغة من الحدود الموضوعية المتوقعة أو عند المقارنة بواقع يمكن اثباته (Taylor, 1989 : 6).
- داينغ وكروجر (Dunning & Kruger,1999): انحياز معرفي يشير إلى ميل الأفراد للمبالغة في تقدير مهاراتهم بسبب صعوبة قدرتهم على التنافس والمعرفة والتفريق بين الفرد الكفء وغير الكفء مبالغين في تقديرهم لقدراتهم بشكل يجعلها تبدو أكثر مما هي عليه في الحقيقة (Dunning & Kruger,1999: 51).
- اليك (Alick, 1995): اعتقاد الأفراد بتفوقهم على الآخرين وذلك بتضخيم إيجابيتاهم وتقليل سلبياتهم فيقيمون أنفسهم بدرجة أعلى من المتوسط في السمات الإيجابية وبدرجة أقل من المتوسط في السمات السلبية لديهم والرغبة في تقييم ذاتهم بشكل أفضل مما تتطلبه المقاييس الموضوعية (Alicke,1995: 808).
- التعريف النظري: اعتمد الباحث تعريف اليك (Alick,1995) لاعتماده على نظريته في تفسير وهم التفوق.
- التعريف الإجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على المقياس الذي تم اعداده من قبل الباحث.

ثانياً :

١-الاجهاد (Fatigue) :تعريف حسن (٢٠١٠): هو حالة من الشعور بالتعب أو الملل Weariness البدني و/أو الذهني الذي يؤثر سلباً في قدرة الإنسان على أداء عمله، وهذا الشعور إما أن يكون لسبب حقيقي أو أن يتخيله الإنسان (حسن، ٢٠١٠ : ٢).

٢-الاجهاد الذهني (Mental Fatigue):

▪ تعريف لازاروس وفولكمان (Folkman & Lazarus,1980): على أنه حالة من الإعياء والتعب الذهني الناتج عن مثيرات فكرية إيجابية أو سلبية تعجز قدرات الفرد عن التصدي لها (Folkman & Lazarus,1980 : 215).

▪ المنظمة الهولندية للأبحاث العلمية (N.O.W. 2000) بأنه حالة من الضعف في التركيز وصعوبات في استرجاع المعلومات بمعنى ضعف القدرة على تذكر الخبرات السابقة أو العجز الوظيفي مع عدم القدرة على الملاحظة والانتباه للحقيقة الخارجية (N. O.W., 2000 : 232).

▪ عبد الحسن (٢٠٠٦): نقض تدريجي في الطاقة، وينشأ من القيام بأعمال يتوقف اداؤها في المقام الأول على النشاط العقلي، وتظهر أثاره في الأدراك الحسي والانتباه والتذكر والأداء (عبد الحسن، ٢٠٠٦ : ٢٠).

▪ التعريف النظري: تبنى الباحث تعريف لازاروس وفولكمان للإجهاد الذهني لأنه تبنى نظريته في البحث الحالي.

التعريف الاجرائي: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الاستجابة على فقرات مقياس الاجهاد الذهني.

ثالثاً: الطالب المتميز Distinguished student:

عرفه كل من:

١- فولر وفولر (Fowler & Fowler, 1964): هو الشخص المختلف في نوعيته وهو الرائع (حسب نوعيته)، متفوق شهير وذو مكانة مرموقة (Fower & Fowler,1964: 356).

٢- مكتب التربية الأمريكي (١٩٧٢) يعرف المتميز: هو صاحب الأداء العالي مقارنة مع المجموعة العمرية التي ينتمي اليها في قدرة أو أكثر من مجموعة من القدرات التالية : قدرة عقلية عامة، استعداد اكاديمي خاص، قدرة إبداعية، التفكير المنتج، قدرة قيادية، قدرة في الفنون الادائية البصرية، قدرة نفسحركية، وفي عام ١٩٧٨، قام مكتب التربية الأمريكي بإلغاء القدرة النفسحركية من التعريف (السرور، ١٩٩٨: ٢٨).

٣- (العزة، ٢٠٠٠): هم التلاميذ الحاصلون على معدل (٩٨%) في امتحانات الصف السادس الابتدائي وممن اجتازوا اختبار القدرة العقلية وآخر في التحصيل الدراسي بدرجات عالية (العزة، ٢٠٠٠ : ٣٣٦).

٤- الطلبة المتميزين (Distinguished student): هم الطلبة الدارسون في مدارس المتميزين وتم قبولهم فيها على أساس حصولهم على أعلى المجاميع في الامتحانات العامة للدراسة الابتدائية فضلاً عن نجاحهم في أداء اختبارين الأول لقياس القدرة العقلية، والثاني الاختبار

التحصيلي في بعض المواد الدراسية، واشتراط قبوله أن لا يكونوا من الراسبين أو المكملين خلال السنين السابقة (وزارة التربية، ١٩٧٩ : ٦).

ثانياً: إطار نظري ودراسات سابقة

١- إطار نظري:

- وهم التفوق (Illusory Superiority):

يتضح مفهوم وهم التفوق من خلال احتفاظ الفرد بصورة إيجابية غير واقعية عن ذاته والمبالغة في تقييم ذاته بشكل أفضل من الآخرين فعندما يقدر الأفراد موقعهم النسبي على عدد من سمات الشخصية فأنهم يقيمون أنفسهم في السمات الإيجابية بدرجة أعلى من المتوسط وفي السمات السلبية بدرجة أقل من المتوسط وهو مفهوم أساسي في علم النفس الاجتماعي ((هذا أفضل من المتوسط)) (Alicke, 1995) وقد تمت دراسة وهم التفوق في مجالات متنوعة مثل سمات الشخصية والقدرات وظروف الحياة والرضا عن العلاقات (Alicke,1995: 86).

أن قابلية الأشخاص في التعا مل مع غزارة المعلومات التي يتعرضون لها تكون محدودة، وأن الإنسان يتذكر أجزاء صغيرة فقط من هذه المعلومات وقد يفقد معلومات مهمة، مما يجعل الأفراد يتأخذون الكثير من الأحكام بحكم الوقت، وكما أن العوامل الانفعالية والعاطفية لدى الأفراد قد تعرضهم أيضاً إلى إحكام خاطئة (Simon,1978: 16).

ويرى داينغ –كروجر هناك جهل بالقدرات والإمكانات المتعلقة بأي مهارة أو سلوك. وما يؤكد ذلك هو تمتع بعض الأفراد بخبرة كبيرة بينما البعض الآخر لديهم خبرة قليلة وأشخاص آخرين قد تكون ضعيفة جداً، ومن هنا يتساءل داينغ كيف لهؤلاء الأفراد أن يكون لهم قدرة على معرفتها بشكلها الموضوعي؟ فالأشخاص الذين لديهم عجز في معرفتهم بالأمور لا يكون لديهم الوعي الكافي بهذا العجز على الرغم من ارتكابهم للخطأ تلو الآخر فهم ميالون للاعتقاد بانهم الأفضل والأحسن ولهذا فأولئك الذين لا يتمتعون بالكفاءة لا يدركون عدم اهليتهم للأمور، وهذا ما يطلق عليه (الجهل بالجهل) والذي يولد نتيجة الافتقار للخبرة والمعرفة فتبقى جميع الأمور في عالم المجهول بالنسبة لهم، وتأثير داينغ – كروجر (Dunning – Kruger Effect) هو دليل تجريبي على فوقية الجهل وهذا ما نشاهده في الخلافات والعديد من المجالات الاجتماعية والفكرية إذ يجهل الكثير منا الخبرة الموضوعية لرؤية الأمور على حقيقتها (Dunning,2011: 285).

النظريات التي فسرت وهم التفوق:

أولاً: نظرية التعزيز الذاتي لـ اليك The Self – enhancement theory (Alicke,1995)

ظهرت نسخة أكثر تطوراً في التسعينات لعالم النفس الاجتماعي اليك (Alick, 1995) أكدت على أهمية المقارنات النزولية حيث يقارن الأفراد انفسهم بمن هم في اعتقادهم أقل أو أسوأ

منهم ووجود دافع من وراء المقارنة وهو دافع التعزيز الذاتي حيث يبحث الأفراد من وراء هذه المقارنات من أجل أثبات وجهة نظرهم بأنهم متفوقون على الآخرين ونستلزم المقارنات الاجتماعية ثلاثة عناصر أساسية:

- الدافع للتقييم الذاتي الذي يتمثل بالتعزيز الذاتي.
- الهدف الذي يتم إجراء المقارنات معه المتوسط، الآخر، الزميل.
- البعد الخاص الذي تتم مقارنته (على سبيل المثال، السلوك، السمة، الموقف).

ومن خلال عناصر المقارنة المذكورة أعلاه نجد أن وهم التفوق يتضح من خلال المقارنة مع فرد أو متوسط أو مجموعة على عدد من السمات أو القدرات أو الأبعاد السلوكية ووجود دافع من وراء المقارنة وهو تعزيز الذات، والذي يتحقق من خلال نظرة الفرد إلى ما يمتلكه من سمات على أنها أفضل من تلك الخاصة بالآخرين واحتفاظه بصورة إيجابية غير واقعية عن نفسه مقارنة بالآخرين في هذا الصدد، يمكن النظر إلى وهم التفوق على انه نوع من التحيز الذاتي حيث يقيم الافراد سماتهم وقدراتهم على أنها متفوقة على الآخرين (Alicke, 1995 : 80).

بالإضافة إلى ذلك وضح إليك وجوفورون (Alicke & Govorun, 2005) أن السمات يتم اختيارها في ضوء عدة معايير فالأشخاص الذين يدعون امتلاك سمات إيجابية يمكن بسهولة دحضها لذلك فان معايير السمات تمكنا من الحصول على مؤشر التعزيز الذاتي العقلاني الذي يمثل دليلاً على وهم التفوق بأقل تشويه ممكن وبصورة موضوعية ودقيقة واعتبرها عوامل تساهم في تعديل قوة التأثير الأكثر من المتوسط (وهم التفوق) (Alicke & Govorun,2005: 99).

وهذه المعايير هي:

١- طريقة المقارنة : تستخدم معظم دراسات وهم التفوق طريقة المقارنة الاجتماعية التي تتضمن مقارنة بين الفرد والنظير العادي حيث أن هناك طريقتان للمقارنة هما الطريقة المباشرة وهي الطريقة الأكثر شيوعاً وتتم عن طريق تقييم المشاركين لأنفسهم وللأخرين أو النظير المتوسط على مقياس واحد من أقل من المتوسط إلى أعلى من المتوسط (Zell,et.al, 2019 : 11).

أما الطريقة غير المباشرة فهي أقل استخداماً إلا أنها أكثر فائدة وتتم عن طريق تقييم الذات والنظير المتوسط على مقاييس منفصلة حيث يطلب من المستجيبين اصدار احكام منفصلة عن الآخرين والذات وبعدها الفرق بينهما وبين اسنادهم السمات الإيجابية المرغوبة لأنفسهم وهو ما يسمى ((مؤشر تحسين الذات)) والذي يعد دليلاً على وهم التفوق وبالتالي يتم قياس وهم التفوق بطريقة أكثر موضوعية (Heck & Kruger,2015: 1005). وهي الطريقة المستخدمة في البحث الحالي.

٢- طبيعة هدف المقارنة: تعد طبيعة هدف المقارنة من أهم عوامل الاعتدال حيث تتم المقارنة أما بين الات وكيان افتراضي أو احصائي (متوسط) او مع شخص معين أو مجموعة معينة (Alicke,1995 : 80).

٣- القدرة على التحكم (السيطرة): من العوامل المهمة وهو اعتقاد الفرد انه قادر على التحكم في موقفه أو تغييره في البعد المعني. أي قابلية التحكم المتصورة لسمة معينة فالسمة المسيطر عليها هي التي يمكن تطويرها من خلال بذل قدر كاف من الجهد والسمة غير المسيطر عليها هي التي يكون الجهد غير كاف لتطويرها (Alicke & Govorun,2005: 100).

٤- غموض السمة: يشير الغموض إلى الذاتية المجردة أو الموضوعية للسمة المراد تقييمها وفكرة أن الغموض يساهم في الدقة والموضوعية في الحكم تم أثباتها في دراسة داينيغ (Dunning,1999) عن وهم التفوق حيث أظهرت النتائج أن السمات الغامضة تساهم في اعتدال قوة تأثير وهم التفوق عندما جرت مقابلة تلفزيونية مع الملاكم محمد علي كلاي بعد فوزه وتم سؤاله من قبل المذيع هل كنت "مشاكساً" أثناء المباراة فرد عليه لا أعرف ما هو المشين ولكن إذا كان ذلك جيداً فأنا كذلك التقط داينيغ وأخرون هذا الغموض واثبت في دراسته أن وهم التفوق كان أقل في السمات التي صنفت على أنها غامضة فالسمات الغامضة تجعل الافراد أكثر حرية وانفتاحاً في تفسير السمات لصالحهم وبطريقة تؤكد تفوقهم حتى وأن كانت سلبية (Alicke & Govorun,2005: 96).

٥- الفروق الفردية: تختلف سمات الشخصية على نطاق واسع بين الناس وقد وجد أنها تؤثر على نظرة الأفراد لأنفسهم، ومن المتغيرات التي حظيت باهتمام الدراسات هو تقدير الذات حيث وجد براون (Brown, 1986) أن الميل لتقييم الفرد لنفسه في السمات الإيجابية كان أكبر بالنسبة لذوي تقدير الذات المرتفع مقارنة بذوي تقدير الذات المنخفض وأن ميل الأفراد لتقييم ذاتهم على أنها متفوقة هو دليل على رغبتهم في تعزيز ذاتهم (Brown,1986: 363).

وفقاً لما طرحه مارك أليك (Alicke)، يعد وهم التفوق نتيجة طبيعية لعمليات تعزيز الذات التي تدفع الأفراد إلى تقييم أنفسهم بصورة أكثر إيجابية مما تبرره الأدلة الموضوعية. وفي البيئات الأكاديمية النخبوية مثل مدارس المتميزين، يتوقع أن تظهر مستويات أعلى من وهم التفوق نظرا لتوافر إشارات اجتماعية تعزز تصورات الطلاب عن تفوقهم الشخصي (Alicke & Govorun, 2005: 86).

ثانياً : نظرية تأثير دانينغ – كروجر (Dunning & Kruger, 1999):

ديفيد دانينغ هو أستاذ علم النفس الاجتماعي في جامعة كورنيل في نيويورك، ابتدأ العمل مع جوستن كروجر عام ١٩٩٩ مما دفعهم العمل إلى عدة دراسات حيث طرحوا دراسة عام (٢٠٠٠) عنوانها (العمال غير المهرة) قد استنتج أن الأفراد غير الكفء يكونون أكثر صعوبة

للاعتراف بمستوى كفاءتهم وقدرتهم. حتى توصلوا إلى نظريتهم التي عرفت باسم تأثير (دانينغ – كروجر) القائلة إذا قرر الفرد خوض تجربة في مجال جديد ثقته في قدرته على النجاح تكون ١٠٠% وهي تعتبر ثقة وهمية بسبب التفاؤل غير الواقعي لكن خلال تغيير أفكاره وجعلها واقعية أكثر واكتساب معارف وخبرات في ذلك المجال، ينخفض التفوق الوهمي تدريجياً إلى مرحلة محورية تكون هي الفاصلة بين نجاحه وفشله وإذا تجاوزها سوف يكتسب تدريجياً ثقة حقيقية ومن هنا حدد المنظران أن وهم التفوق ينحصر في عدة مجالات هي (الذكاء، التفوق على الآخرين، الجاذبية، المعرفة العامة، المهارات الاجتماعية، الصفات الإيجابية)، فركزت أبحاث دانينغ (Dunning) في علم النفس الاجتماعي على التقييم الذاتي للفرد والثقة البشرية المفرطة بالذات، إذا أوضح في مجال عمله الواسع أن الأفراد يميلون إلى ابداء آراء مبهجة عن كفاءتهم وطابعهم التي لا يكمن خلفها أدلة موضوعية (Lacko,2015: 25– 30).

ثالثاً: مفهوم الاجهاد الذهني:

إن كثرة التجاذبات المعرفية والتقدم العلمي والتكنولوجي السريع الحاصل، وتدفق هذا الكم الهائل من المعلومات السمعية والبصرية، وزيادة تعقيدات الحياة التي تمتاز بمتغيرات متعددة، التي جعلت الفرد عن طريقها يتعرض لضغوط كثيرة متعددة ومتنوعة، لذلك أصبحت ضغوط الحياة وانفعالاتها من الظواهر التي تستدعي الانتباه والمعاينة في حياة الإنسان المعاصر (القيسي، ٢٠٠٤ : ٣). وهذه الضغوط ربما قد تكون في الأسرة أو المجتمع أو الخوف من عدم القبول في الجامعة أو المظهر الشخصي أو الافتقار إلى الخبرة أو التجربة في مواجهة الأحداث الضاغطة (حسن، ١٩٩٨ : ١٩). والتي بدورها تؤدي إلى حدوث اضطرابات وتشوهات معرفية في تقييم الافراد لأنفسهم وللآخرين مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالأمراض النفسية (حسين ونادر، ١٩٩٥ : ١٦–١٩).

والتي تعد من أبرز أعراض الاجهاد الذهني، حيث تشكل الاضطرابات الجسمية والنفسية، فضلاً عما يرافقها من ضعف في التركيز وضعف الذاكرة والملل الأعراض الأولى للإجهاد الذهني (العبيدي، ٢٠٠١ : ٥٦).

ويرى لازاروس أن التعامل (Coping) كل ما يبذله الفرد من جهد للسيطرة على المتطلبات الخارجية والداخلية، وهو أحد المكونات التي بموجبها يتفاعل الفرد مع البيئة، ويحاول السيطرة بأدراكه لمتطلبات التهديد الذي يواجهه (Lazarus,1981: 13).

لذا فأن الاجهاد الذهني الذي يصيب الطلبة له سببان هما : (الجانب النفسي) : فالقلق والمرض والتوتر النفسي يؤثر في مختلف العمليات العقلية المعرفية، اما الاكتئاب النفسي فيفقد الطالب الثقة بالنفس ومن ثم يعجز عن أستدعاء المعلومات التي يحاول استذكارها. أما (الجانب

العضوي) ويختص بالمخ إذ وجد أن أي خلل مادي مباشر أو ضعف وأضطراب في الجهاز العصبي يتبعه خلل في عمل الدماغ والاستجابات والعمليات العقلية (القوصي، ١٩٩٢ : ٤٠).

وهذا ما أشارت اليه أبحاث (سوتو Soto) التي اكدت على أن الاجهاد الذهني يحدث عند ممارسة أنشطة عقلية ومعرفية تحتاج إلى جهد أضافي من الفرد كما في حالة تأدية امتحان عسير (Soto et al, 2000 : 301).

النظريات التي فسرت الاجهاد الذهن :

أولا : نظرية ريتشارد لازاروس (Richard Lazarus 1966):

أكد لازاروس أن الاجهاد يحدث عندما لا يستطيع الفرد التكييف مع متطلبات حياته فالاجهاد لا يكون متزامن مع خصائص التنبيه أو الاستجابة، ولكن يظهر متى ما أدرك الفرد الموقف على انه مهدد أو قومه كذلك وهذا التقويم يستند إلى تخمين الموقف، وقابلية الفرد وآلياته التعاملية المعتمدة مع هذه المتطلبات وهذا يفسر الاختلافات الفردية في الاستجابة للمجهدات. وعليه فإن شدة أي جهد ستعتمد على شعور الفرد وكيفية تعامله مع الموقف الذي ادركه لكونه مهدداً وسيؤدي إلى استثارة انفعالية وإلى ظهور المحاولات السلوكية للتعامل وتخمين مدى التغيرات النفسية الحاصلة(الزبيدي، ٢٠٠٠ : ٢٨).

يؤكد لازاروس أن الأحداث قد تكون مجهدة بالنسبة لشخص ما في حين هي عادية بالنسبة لشخص آخر، وأن هناك أسباباً مباشرة كضغوط الحياة، وأخرى غير مباشرة تؤثر في الاجهاد مثل إساءة استخدام العقاقير، والمثيرات الفيزياوية كالفوضى والضوضاء (Rybash & Koodin,1986: 33). والاجهاد يحدث لعدم قدرة الفرد على التكييف لمتطلبات حياته، ويظهر عندما يكون الفرد في موقف يدرك أنه في حالة تهديد وتحد لقدراته، ومن هنا يأتي تفسير مقدار الإختلافات الفردية في استجابته للمجهدات (الزبيدي، ٢٠٠٠ : ٢٨).

وفقاً لما طرحه لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman, 1984)، يحدث الاجهاد الذهني عندما يقيم الأفراد المواقف الحياتية على أنها تتجاوز قدراتهم ومواردهم المتاحة للمواجهة. وفي سياق طلبة مدارس المتميزين، فإن الضغوط العالية المرتبطة بالتفوق الأكاديمي والمنافسة الشديدة غالبا ما تدرك على أنها تهديدات للذات، مما يؤدي إلى تفعيل عمليات تقييم معرفي تولد مستويات مرتفعة من الاجهاد الذهني (Lazarus & Folkman,1984: 19).

ووجد لازاروس وفولكمان أن الادراك الإيجابي والسلبي لأحداث الحياة من المحددات الهامة للصحة النفسية، فالأحداث قد تزيد من ثقة الفرد ومهارات التفاعل مع الاحداث المستقبلية بالنسبة لشخص ما. وقد تكون مجهدة وذات تحد بالنسبة لشخص آخر، بينما تحدث وبصورة روتينية لشخص ثالث، وعليه فإن فقدان الوظيفة أو العمل يعد مجهداً لبعض الناس وغير مجهد بالنسبة

للآخرين وفقاً للتقييم المعرفي لكل حدث من الأحداث (Lazarus & Folkman,1984: 107).

٢- دراسات سابقة:

- دراسة حسن (٢٠٠٦) (الاجهاد لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية)

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الاجهاد ومعرفة الفروق في الاجهاد وعلى وفق متغيري الجنس والتخصص الدراسي والتفاعل بينهما لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، وتم اجراء الدراسة على عينة بلغت (١٦١) طالب وطالبة وبواقع (٦٦) طالباً و(٩٥) طالبة، وقد استعمل المتوسط والانحراف المعياري والتباين الثنائي بين المجموعات في تحليل بيانات عينة الدراسة، وأشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الاجهاد لدى المشاركين، في حين لم يكن هناك تأثير لمتغيري الجنس والتخصص الدراسي في مستوى الاجهاد لدى أفراد العينة، ولم تجد الدراسة تأثير تفاعلي لهذين المتغيرين في مستوى الاجهاد لدى عينة الدراسة (حسن، ٢٠٠٦: ٣٩٢).

ثالثاً: منهجية البحث وإجراءاته

١- منهج البحث: يستهدف البحث الحالي تعرف وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين، فضلاً عن تعرف العلاقة بينهما، وفيما إذا كان هناك فروقاً في العلاقة تبعاً لمتغير الجنس. ولذلك، فقد اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي الذي يهدف إلى وصف الظاهرة وخصائصها كما هي الواقع (ملحم،٢٠٠٠: ٣٢٤).

٢- إجراءات البحث:

مجتمع البحث: يشير مجتمع البحث إلى العناصر أو المفردات الكلية التي يهدف الباحث تعميم نتائج بحثه عليها (عودة،١٩٩٢: ١٥٩). وقد شمل البحث الحالي (٦٧٣٨) طالباً وطالبة في مدارس المتميزين، موزعين بواقع (٢٨٧٦) ذكور و(٣٨٦٢) إناث.

عينة البحث: تشكل العينة جزء من مفردات المجتمع (عباس وآخرون،٢٠٠٩: ٢١٢). والتي يلجأ لها الباحث بسبب صعوبة حصر المجتمع بشكل كلي وتطبيق إجراءات البحث عليه. بالتالي، يلجأ للعينة كمجموعة من العناصر المشتقة من المجتمع والممثلة له (فيركسون،٢٠١٧: ١٩).

وقد اختار الباحث عينته بواقع (٢٠٠) طالب وطالبة موزعة على كلا الجنسين بواقع (١٠٠) ذكور و(١٠٠) إناث.

أدوات البحث: توفر أداة البحث طريقة علمية وموضعية لقياس سلوك معين (Anastasi,1976: 15). ولتحقيق أهدف البحث فقد أعد الباحث مقياس وهم التفوق من خلال

اطلاعه على الدراسات السابقة وعدد من المقاييس المستعملة لقياس وهم التفوق. وتبنى الباحث مقياس علي وعلى (٢٠١٨) لقياس الاجهاد الذهني.

أولاً- مقياس وهم التفوق: تكون مقياس وهم التفوق من (٢٥) فقرة رباعية التدرج يجاب عنها بالبدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، لا أبداً) وبالدرجات (٤، ٣، ٢، ١).

صلاحية فقرات مقياس وهم التفوق:

للتحقق من صلاحية مقياس وهم التفوق، عرض الباحث فقرات المقياس والتعريف النظري الذي اعتمده والهدف من البحث على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس بواقع (١٥) محكماً. وقد حصلت الفقرات على نسبة اتفاق تراوحت بين (٨٦,٦٦٦%- ١٠٠%). وبالتالي، فإن جميع الفقرات كانت صالحة. والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١) نسب آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس وهم التفوق

الفقرات	العدد	الموافقون	غير الموافقين	النسبة المئوية
٤، ٥، ٧، ١٠، ١٢، ١٣، ١٨، ١٩، ٢٢، ٢٥	١٠	١٥	-	%١٠٠
١، ٢، ٣، ٨، ١٧، ٢٠، ٢١، ٢٣	٨	١٤	١	%٩٣,٣٣٣
٦، ٩، ١١، ١٤، ١٥، ١٦، ٢٤	٧	١٣	٢	%٨٦,٦٦٦

التطبيق الاستطلاعي:

أعد الباحث تعليمات الإجابة عن فقرات المقياس وبين أن الإجابة لأغراض علمية فقط، ولا يوجد داع لذكر الاسم. وطلب من المستجيبين الإجابة بدقة، وأكد لها بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة، وشملت عينة التطبيق الاستطلاعي (٦٠) طالباً وطالبة موزعين بواقع

الجدول (٢) عينة التجربة الاستطلاعية موزعة بحسب الجنس

الجنس	العدد
ذكور	٣٠
إناث	٣٠
المجموع	٦٠

وتمت الإجابة أمام الباحث ليتمكن من معرفة فيما إذا كانت هناك فقرات غير واضحة أو غير مفهومة أو أن التعليمات غير واضحة. وتبين من التجربة الاستطلاعية أن الفقرات واضحة ولا

توجد صعوبة في الإجابة عليها. وقد سجل الباحث زمن الاستجابة لكل مستجيب، وقد بلغ متوسط الزمن (١٩) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس وهم التفوق:

يرى المختصون في القياس النفسي أن الأحكام المنطقية لا تعني الاستغناء عن التحليل الإحصائي لفقرات المقياس. فالتحليل الإحصائي أكثر موثوقية ودقة من التحليل المنطقي (عودة والخليلي، ١٩٩٨: ٨٨).

لذا لجأ الباحث لتحليل فقرات مقياس وهم التفوق من خلال الآتي:

-القوة التمييزية للفقرات:

يمثل تمييز الفقرات معياراً أساسياً يعبر عن مدى صلاحية الفقرات، لأنه يبين قدرة كل فقرة في كشفها عن الفروق بين المستجيبين (Ebel,1972: 399).

ولذلك، طبق الباحث المقياس على عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة، ثم قام بالخطوات الآتية:

- تصحيح كل الاستمارات وتحديد الدرجات الكلية لها.
- ترتيب الدرجات الكلية ترتيباً تنازليا من أعلى درجة إلى أدني درجة
- إختيار نسبة القطع لتحديد المجموعتين الطرفيتين أذ أشار أيبل Eble إلى أن نسبة (٢٧%) تعد أفضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين، وذلك لأنه على وفق هذه النسبة يتم الحصول على عينة بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Eble,1972: 261). وفي ضوء هذه النسبة، بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (٥٤) استمارة، أي إن عدد الاستمارات الكلية التي خضعت للتحليل بلغ (١٠٨).
- تطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق على كل فقرة.

وتبين من خلال نتائج الاختبار التائي أن جميع الفقرات مميزة، إذ تراوحت القيم التائية المحسوبة بين (٤,٩٦٩- ٩,٥٤٤) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨٠) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦). والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣) القوة التمييزية لفقرات مقياس وهم التفوق

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى دلالة (٠.٠٥)
الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣,٠٣٧	٠,٨٠٠	٢,١٤٨	٠,٨٣٣	٥,٦٥٤	دالة
٢	٣,٠٧٤	٠,٦٩٦	٢,٠٥٥	٠,٧٨٧	٧,١٢٢	دالة
٣	٢,٩٠٧	٠,٨٠٣	١,٩٨١	٠,٨٥٧	٥,٧٠٠	دالة
٤	٣,١٦٦	٠,٧٩٥	١,٩٠٧	٠,٧٠٧	٨,٦٩٤	دالة
٥	٢,٨٨٨	٠,٨٨٣	٢,٠١٨	٠,٧٦٤	٥,٤٧٦	دالة
٦	٣,٠٩٢	٠,٨٠٧	١,٨٣٣	٠,٦٣٦	٨,٩٩٩	دالة
٧	٣,٠٧٤	٠,٧٤٨	١,٨٧٠	٠,٧٥٣	٨,٣٢٨	دالة
٨	٣,١١١	٠,٨٣٩	١,٨٣٣	٠,٧٢٠	٨,٤٩٠	دالة
٩	٢,٨٥١	٠,٨٩٨	٢,٠٧٤	٠,٩٠٨	٤,٤٣٧	دالة
١٠	٢,٩٤٤	٠,٧٨٧	٢,٠٣٧	٠,٨٢٣	٥,٨٥٤	دالة
١١	٢,٩٨١	٠,٦٨٦	١,٩٢٥	٠,٧٤٨	٧,٦٣٦	دالة
١٢	٣,١٦٦	٠,٧٢٠	٢,١٢٩	٠,٧٧٣	٧,١٨٧	دالة
١٣	٢,٩٨١	٠,٧٦٤	١,٨١٨	٠,٨١٦	٨,١١٧	دالة
١٤	٣,٠٨١	٠,٨٣٥	١,٨٨٨	٠,٨١٦	٧,١٠٧	دالة
١٥	٣,١٤٨	٠,٧١١	١,٩٨١	٠,٨١٢	٧,٩٤٠	دالة
١٦	٣,٠٣٧	٠,٧٧٦	٢,٠٥٥	٠,٩٩٨	٥,٧٠٣	دالة
١٧	٣,١٦٦	٠,٧٧٠	١,٨٥١	٠,٦٥٦	٩,٥٤٤	دالة
١٨	٣,٠١٨	٠,٨٥٧	١,٨٨٨	٠,٧١٨	٧,٤٢١	دالة
١٩	٣,٠٣٧	٠,٧٧٦	١,٩٦٣	٠,٨٢٣	٦,٩٧٦	دالة
٢٠	٢,٩٢٥	٠,٧٩٧	١,٧٦٩	٠,٧٦١	٧,٥٢٧	دالة
٢١	٢,٩٦٣	٠,٨٠٠	١,٨٣٣	٠,٧٩٥	٧,٣٦٠	دالة
٢٢	٣,١٦٦	٠,٦٩٣	١,٨٨٨	٠,٧٩٣	٨,٩١٢	دالة
٢٣	٣,٠٥٥	٠,٨١٠	١,٩٦٣	٠,٧٥١	٧,٢٦٣	دالة
٢٤	٢,٩٢٥	٠,٧٤٨	٢,٢٠٣	٠,٧٦١	٤,٩٦٩	دالة
٢٥	٣,٠٩٢	٠,٨٠٧	٢,٠٥٥	٠,٧٦٢	٦,٨٦٢	دالة

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي):

قام الباحث بحساب صدق الفقرات باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وذلك لكون الفقرات تتضمن درجات متدرجة ومتصلة. وقد تم تطبيق هذا التحليل على عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة وطالبة. وبمقارنة معاملات الارتباط المحسوبة مع القيمة الحرجة (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، تبين أن جميع القيم كانت دالة إحصائيا. ويعرض الجدول (٤) نتائج هذا التحليل.

الجدول (٤) معامل ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٣٧٧	دالة	٦	٠,٥٤٤	دالة	١١	٠,٥١٢	دالة	١٦	٠,٤٩٦	دالة	٢١	٠,٥٣٥	دالة
٢	٠,٤٦٢	دالة	٧	٠,٥١٤	دالة	١٢	٠,٥٣٦	دالة	١٧	٠,٥٦٨	دالة	٢٢	٠,٥٧٧	دالة
٣	٠,٤٩٠	دالة	٨	٠,٥٩٢	دالة	١٣	٠,٥٣٨	دالة	١٨	٠,٥٠٠	دالة	٢٣	٠,٤٧٧	دالة
٤	٠,٥٢٤	دالة	٩	٠,٣٨٩	دالة	١٤	٠,٥٤٤	دالة	١٩	٠,٥١٠	دالة	٢٤	٠,٣٧٥	دالة
٥	٠,٤٤٧	دالة	١٠	٠,٣٩٩	دالة	١٥	٠,٥١٠	دالة	٢٠	٠,٤٧٠	دالة	٢٥	٠,٤٥٩	دالة

الخصائص القياسية لمقياس وهم التفوق:

حتى يعد أي مقياس صالحا للاستخدام، لا بد من توفر مجموعة من الشروط، تَعد بمثابة أهداف يسعى مصمم المقياس إلى تحقيقها، ومن أبرز هذه الشروط أن يتصف المقياس بالصدق والثبات (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ١٢). وقد عمل الباحث على التحقق من توفر هذين الشرطين على النحو التالي:

أولًا: صدق المقياس

يعد الصدق من المؤشرات الأساسية التي تُستخدم لتقدير مدى صلاحية المقياس لقياس ما وضع من أجله (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ٦٠). وقد سعى الباحث للتحقق من الصدق من خلال ما يلي:

١. الصدق الظاهري: قدّم الباحث المقياس إلى (١٥) خبيرا متخصصا في مجالي التربية وعلم النفس، وذلك بهدف التأكد من مدى مناسبة الفقرات لقياس مفهوم وهم التفوق من الناحية الظاهرية. وقد أشار جميع المحكمين إلى صلاحية الفقرات، بنسبة اتفاق بلغت (٨,٦٦٦% – ١٠٠%).

٢ . صدق البناء: يشير صدق البناء إلى مدى قدرة المقياس على قياس البنية النظرية أو المفهوم الذي صمم لقياسه (Eble, 1972: 261). وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عدة إجراءات، هي:

- قياس التمييز الإحصائي لكل فقرة.
- حساب ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ثانيا: ثبات المقياس:يعد الباث من الخصائص الأساسية التي تعكس مدى اتساق أداء فقرات المقياس في قياس الظاهرة المستهدفة (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ٧٧). وقد تم التحقق من ثبات مقياس وهم التفوق من خلال الأساليب التالية:

١. طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٦٠) طالب وطالبة (٣٠ من كل جنس)، وهي العينة نفسها المستخدمة في التطبيق الاستطلاعي.

وبعد مرور (١٤) يوما، أُعيد تطبيق المقياس على نفس الأفراد، ثم تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين باستخدام بيرسون، فبلغت القيمة (٠.٧٥)، وهو ما يدل على ثبات جيد للمقياس عبر الزمن.

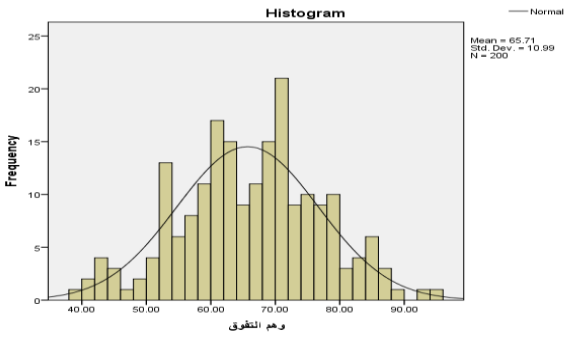
٢ . الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ: تُعد هذه الطريقة من أكثر الطرق دقة وانتشارا في قياس الثبات الداخلي للفقرات (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢٨). وقد تم تطبيق المقياس على العينة الكاملة المكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، ثم حسب معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، فبلغت القيمة (٠.٧٨)، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي.

المؤشرات الإحصائية لمقياس وهم التفوق:

عند تحليل المؤشرات الإحصائية لمقياس وهم التفوق، تبين أن توزيع الدرجات يقترب من التوزيع الطبيعي، حيث كانت قيم المتوسط، والوسيط، والمنوال متقاربة. كما أن معاملي الالتواء والتفرطح جاءت قريبة من الصفر، سواء بقيمة موجبة أو سالبة، وهو ما يعكس انتظام شكل التوزيع. وتشير هذه النتائج إلى أن العينة المستخدمة تمثل المجتمع بشكل مناسب، مما يدعم استخدام الأساليب الإحصائية المعلمية في تحليل البيانات. ويوضح الجدول (٥) والشكل (١) هذه النتائج.

الجدول (٥) المؤشرات الإحصائية لمقياس وهم التفوق

المؤشرات	مقياس وهم التفوق	المؤشرات	مقياس وهم التفوق
المتوسط Mean	٦٥,٧١٠	الالتواء Skewness	-٠,٠٦٩
الوسيط Median	٦٦,٠٠٠	التفلطح Kurtosis	-٠,٢٣٦
المنوال Mode	٧٠	المدى Range	٥٥
الانحراف المعياري Std.Dev	١٠,٩٩٠	أقل درجة Minimum	٣٩
التباين Variance	١٢٠,٧٩٠	أعلى درجة Maximum	٩٤



الشكل (١) التوزيع الطبيعي لقيم مقياس وهم التفوق

الصيغة النهائية لمقياس وهم التفوق:

تكون مقياس وهم التفوق بصيغته النهائية (الملحق١) من (٢٥) فقرة رباعية التدرج يجاب عنها بالبدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، لا أبداً) وبالدرجات (٤، ٣، ٢، ١). وبذلك، تكون أعلى درجة يمكن الحصول عليها (١٠٠) وأقل درجة (٢٥). بالتالي، فإن الوسط النظري للمقياس هو (٦٢,٥) درجة.

ثانياً: مقياس الاجهاد الذهني:

تكون مقياس الاجهاد الذهني من (٢٢) فقرة رباعية التدرج يجاب عنها بالبدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، لا أبداً) وبالدرجات (٤، ٣، ٢، ١).

صلاحية فقرات مقياس الاجهاد الذهني:

للتحقق من صلاحية مقياس الاجهاد الذهني، عرض الباحث فقرات المقياس والتعريف النظري الذي اعتمده والهدف من البحث على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس بواقع (١٥) محكماً. وقد حصلت الفقرات على نسبة اتفاق تراوحت بين (٨٦,٦٦٦%- ١٠٠%). وبالتالي، فإن جميع الفقرات كانت صالحة. والجدول يوضح (٦) ذلك.

الجدول (٦) نسب آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الاجهاد الذهني

الفقرات	العدد	الموافقون	غير الموافقين	النسبة المئوية
١، ٢، ٣، ٤، ٨، ٩، ١٣، ١٤، ١٨، ٢٢	١٠	١٥	-	%١٠٠
٥، ٧، ١١، ١٢، ١٩، ٢٠، ٢١	٧	١٤	١	%٩٣,٣٣
٦، ١٠، ١٥، ١٦، ١٧	٥	١٣	٢	%٨٦,٦٦٦

التطبيق الاستطلاعي:

أعد الباحث تعليمات الإجابة عن فقرات المقياس وبين أن الإجابة لأغراض علمية فقط، ولا يوجد داع لذكر الاسم. وطلب من المستجيبين الإجابة بدقة، وأكد لها بأنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.

وشملت عينة التطبيق الاستطلاعي (٦٠) طالباً وطالبة موزعين بواقع (٣٠) ذكور و(٣٠) إناث. (ذات العينة الاستطلاعية لمقياس وهم التفوق). وتمت الإجابة أمام الباحث ليتمكن من معرفة فيما إذا كانت هناك فقرات غير واضحة أو غير مفهومة أو أن التعليمات غير واضحة. وتبين من التجربة الاستطلاعية أن الفقرات واضحة ولا توجد صعوبة في الإجابة عليها. وقد سجل الباحث زمن الاستجابة لكل مستجيب، وقد بلغ متوسط الزمن (١٨) دقيقة.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الاجهاد الذهني:

يرى المختصون في القياس النفسي أن الأحكام المنطقية لا تعني الاستغناء عن التحليل الإحصائي لفقرات المقياس. فالتحليل الإحصائي أكثر موثوقية ودقة من التحليل المنطقي (عودة والخليلي، ١٩٩٨: ٨٨). لذا لجأ الباحث لتحليل فقرات مقياس الاجهاد الذهني من خلال الآتي:

القوة التمييزية للفقرات:

يمثل تمييز الفقرات معياراً أساسياً يعبر عن مدى صلاحية الفقرات، لأنه يبين قدرة كل فقرة في كشفها عن الفروق بين المستجيبين (Ebel,1972: 399).

ولذلك، طبق الباحث المقياس على عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة، ثم قام بالخطوات الآتية:

- تصحيح كل الاستمارات وتحديد الدرجات الكلية لها.
- ترتيب الدرجات الكلية ترتيباً تنازليا من أعلى درجة إلى أدني درجة
- إختيار نسبة القطع لتحديد المجموعتين الطرفيتين أذ أشار أيبل Eble إلى أن نسبة (٢٧%) تعد أفضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين، وذلك لأنه على وفق هذه النسبة يتم الحصول على عينة بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Eble,1972: 261). وفي ضوء هذه النسبة، بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعة (٥٤) استمارة، أي إن عدد الاستمارات الكلية التي خضعت للتحليل بلغ (١٠٨).
- تطبيق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق على كل فقرة.

وتبين من خلال نتائج الاختبار التائي أن جميع الفقرات مميزة، إذ كانت جميع القيم التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٨٠) عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٠٦). والجدول (٧) يوضح ذلك.

الجدول (٧) القوة التمييزية لفقرات مقياس الاجهاد الذهني

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى دلالة (٠,٠٥)
الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢,٨٥١	٠,٨٣٣	٢,١٨٥	٠,٨٩١	٤,٠١٤	دالة
٢	٢,٨٥١	٠,٨٩٨	٢,١٨٥	٠,٧٠٢	٤,٢٩٥	دالة
٣	٢,٩٢٥	٠,٨٨٧	٢,١٢٩	٠,٨٦٩	٤,٧١٠	دالة
٤	٢,٧٩٦	٠,٨٥٥	٢,٢٠٣	٠,٨٣٢	٣,٦٤٨	دالة
٥	٢,٧٥٩	٠,٨٢٢	٢,٢٥٩	٠,٨٠٥	٣,١٩٢	دالة
٦	٢,٧٤٠	٠,٨٧٢	٢,١٨٥	٠,٨٧٠	٣,٣١٢	دالة
٧	٢,٧٧٧	٠,٩٢٤	٢,١٨٥	٠,٨٠٢	٣,٥٥٦	دالة
٨	٢,٨١٤	٠,٨٧٠	٢,٠٠٠	٠,٨٠٠	٥,٠٦٢	دالة
٩	٢,٨٨٨	٠,٨٨٣	٢,٠١٨	٠,٧٨٨	٥,٤٠١	دالة
١٠	٢,٩٢٥	٠,٧٤٨	٢,١٢٩	٠,٨٢٥	٥,٢٥٢	دالة

١١	٢,٧٩٦	٠,٨٣٢	٢,٠٣٧	٠,٨٨٩	٤,٥٧٩	دالة
١٢	٣,٠٠٠	٠,٧٧٧	١,٩٨١	٠,٨٣٥	٦,٥٦١	دالة
١٣	٢,٧٥٩	٠,٨٦٧	٢,٢٢٢	٠,٩٢٤	٣,١١٣	دالة
١٤	٢,٨٨٨	٠,٧٤٣	٢,٠٠٠	٠,٨٠٠	٥,٩٧٥	دالة
١٥	٢,٨٧٠	٠,٨٢٥	٢,١٦٦	٠,٨٦٣	٤,٣٣٠	دالة
١٦	٢,٨٨٨	٠,٨١٦	١,٩٤٤	٠,٨٥٥	٥,٨٦٧	دالة
١٧	٢,٧٠٣	٠,٨٨٢	٢,٠٥٥	٠,٨١٠	٣,٩٧٥	دالة
١٨	٢,٨١٤	٠,٧٥٤	٢,١٦٦	٠,٨١٨	٤,٢٨٠	دالة
١٩	٢,٨٥١	٠,٧٨٦	٢,٢٢٢	٠,٨٦١	٣,٩٦٦	دالة
٢٠	٢,٨٣٣	٠,٨٦٣	٢,١٦٦	٠,٨٤١	٤,٠٦٤	دالة
٢١	٣,٠٠٠	٠,٩٣١	٢,٠٠٠	٠,٨٠٠	٥,٩٨١	دالة
٢٢	٢,٩٦٣	٠,٨٠٠	٢,١١١	٠,٧٦٨	٥,٦٤١	دالة

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي):

قام الباحث بحساب صدق الفقرات باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وذلك لكون الفقرات تتضمن درجات متدرجة ومتصلة. وقد تم تطبيق هذا التحليل على عينة مكونة من (٢٠٠) طالبة وطالبة. وبمقارنة معاملات الارتباط المحسوبة مع القيمة الحرجة (٠.١٣٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥) ودرجة حرية (١٩٨)، تبين أن جميع القيم كانت دالة إحصائيا. ويعرض الجدول (٨) نتائج هذا التحليل.

الجدول (٨) معامل ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية لمقياس الاجهاد الذهني

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
١	٠,٣٣٩	دالة	٦	٠,٣١٢	دالة	١١	٠,٣٦٠	دالة	١٥	٠,٣١٠	دالة
٢	٠,٣١٢	دالة	٧	٠,٢٧٩	دالة	١٢	٠,٤١٧	دالة	١٦	٠,٤٠٤	دالة
٣	٠,٣٨٢	دالة	٨	٠,٣٧٠	دالة	١٣	٠,٢٣٥	دالة	١٧	٠,٣٤٧	دالة
٤	٠,٣١٨	دالة	٩	٠,٣٩٧	دالة	١٤	٠,٤١١	دالة	١٨	٠,٣٠٦	دالة
٥	٠,٢٣٨	دالة	١٠	٠,٣٧١	دالة						

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
١٩	٠,٣٥٥	دالة
٢٠	٠,٣١٧	دالة
٢١	٠,٤٢٢	دالة
٢٢	٠,٣٥١	دالة

الخصائص القياسية لمقياس الاجهاد الذهني:

حتى يعد أي مقياس صالحا للاستخدام، لا بد من توفر مجموعة من الشروط، تعد بمثابة أهداف يسعى مصمم المقياس إلى تحقيقها، ومن أبرز هذه الشروط أن يتصف المقياس بالصدق والثبات (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ١٢). وقد عمل الباحث على التحقق من توفر هذين الشرطين على النحو التالي:

أولًا: صدق المقياس

يعد الصدق من المؤشرات الأساسية التي تستخدم لتقدير مدى صلاحية المقياس لقياس ما وضع من أجله (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ٦٠). وقد سعى الباحث للتحقق من الصدق من خلال ما يلي:

١. **الصدق الظاهري:** قدم الباحث المقياس إلى (١٥) خبيرا متخصصا في مجالي التربية وعلم النفس، وذلك بهدف التأكد من مدى مناسبة الفقرات لقياس الاجهاد الذهني من الناحية الظاهرية. وقد أشار جميع المحكمين إلى صلاحية الفقرات، بنسبة اتفاق بلغت (٨,٦٦٦% – ١٠٠%).

٢. **صدق البناء:** يشير صدق البناء إلى مدى قدرة المقياس على قياس البنية النظرية أو المفهوم الذي صمم لقياسه (Eble, 1972: 261). وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عدة إجراءات، هي:

- قياس التمييز الإحصائي لكل فقرة.
- حساب ارتباط كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

ثانيا: ثبات المقياس:

يعتبر الثبات من الخصائص الأساسية التي تعكس مدى اتساق أداء فقرات المقياس في قياس الظاهرة المستهدفة (الإمام وآخرون، ١٩٩٠: ٧٧). وقد تم التحقق من ثبات مقياس الاجهاد الذهني من خلال الأساليب الآتية:

١. طريقة الاختبار وإعادة الاختبار: قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٦٠) طالب وطالبة (٣٠ من كل جنس)، وهي العينة نفسها المستخدمة في التطبيق الاستطلاعي. وبعد مرور (١٤) يوما، أُعيد تطبيق المقياس على نفس الأفراد، ثم تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين باستخدام بيرسون، فبلغت القيمة (٠.٧١)، وهو ما يدل على ثبات جيد للمقياس عبر الزمن.

٢ . الاتساق الداخلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ: تُعد هذه الطريقة من أكثر الطرق دقة وانتشارا في قياس الثبات الداخلي للفقرات (ملحم، ٢٠٠٠: ٣٢٨). وقد تم تطبيق المقياس على العينة الكاملة المكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة، ثم حسب معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، فبلغت القيمة (٠.٧٥)، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة مرتفعة من الاتساق الداخلي.

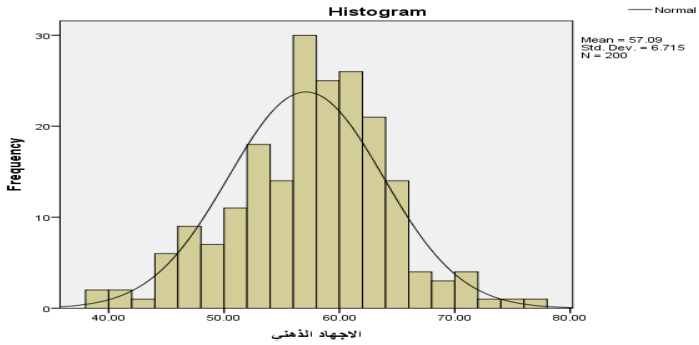
المؤشرات الإحصائية لمقياس الاجهاد الذهني:

عند تحليل المؤشرات الإحصائية لمقياس الاجهاد الذهني، تبين أن توزيع الدرجات يقترب من التوزيع الطبيعي، حيث كانت قيم المتوسط، والوسيط، والمنوال متقاربة. كما أن معاملي الالتواء والتفرطح جاءت قريبة من الصفر، سواء بقيمة موجبة أو سالبة، وهو ما يعكس انتظام شكل التوزيع. وتشير هذه النتائج إلى أن العينة المستخدمة تمثل المجتمع بشكل مناسب، مما

يدعم استخدام الأساليب الإحصائية المعلمية في تحليل البيانات. ويوضح الجدول (٩) والشكل (٢) هذه النتائج.

الجدول (٩) المؤشرات الإحصائية لمقياس الاجهاد الذهني

المؤشرات	مقياس الاجهاد الذهني	المؤشرات	مقياس الاجهاد الذهني
المتوسط Mean	٥٧,٠٩٠	الالتواء Skewness	-٠,٢١٨
الوسيط Median	٥٧,٥٠٠	التفلطح Kurtosis	٠,٢٧٧
المنوال Mode	٥٧	المدى Range	٣٧
الانحراف المعياري Std.Dev Std.Dev	٦,٧١٤	أقل درجة Minimum	٣٩
التباين Variance	٤٥,٠٨٧	أعلى درجة Maximum	٧٦



الشكل (٢) التوزيع الطبيعي لقيم مقياس الاجهاد الذهني

الصيغة النهائية لمقياس الاجهاد الذهني:

تكون مقياس الاجهاد الذهني بصيغته النهائية (الملحق٢) من (٢٢) فقرة رباعية التدرج يجاب عنها بالبدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، لا أبداً) وبالدرجات (٤، ٣، ٢، ١). وبذلك، تكون أعلى درجة يمكن الحصول عليها (٨٨) وأقل درجة (٢٢). بالتالي، فإن الوسط النظري للمقياس هو (٥٥) درجة.

الوسائل الإحصائية:

اعتمد الباحث في تحليل البيانات على برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، واستخدم مجموعة من الأساليب الإحصائية، تمثلت في الآتي:

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (t-test): بهدف فحص القوة التمييزية لفقرات المقياس.

معامل ارتباط بيرسون: لاختبار العلاقة بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس، وأيضا لحساب الارتباط بين التطبيق الأول والثاني بهدف تقدير ثبات المقياس. وكذلك، حساب العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني.

معادلة ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي: لقياس ثبات المقياسين من خلال فحص مدى اتساق فقراته داخليا.

الاختبار التائي لعينة واحدة (One-Sample t-test): بهدف التعرف على مستوى وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى أفراد عينة البحث.

الاختبار التائي (t-test) لدلالة معامل الارتباط.

الاختبار الزائي للفرق بين معاملي ارتباط: لمعرفة فيما إذا كان هناك فروق في العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً للجنس.

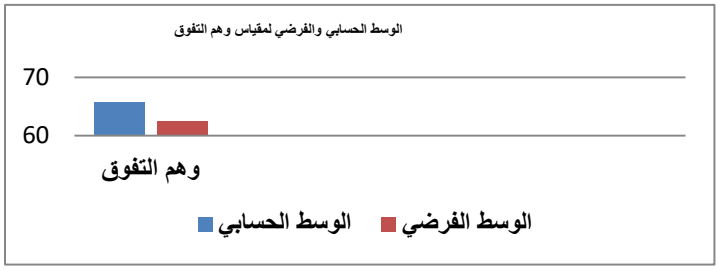
رابعاً: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

الهدف الأول: تعرف وهم التفوق لدى طلبة مدارس المتميزين:

لتحقيق الهدف الأول، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة. ثم حسب المتوسط الحسابي الذي بلغ (٦٥,٧١٠)، والانحراف المعياري الذي بلغ (١٠,٩٩٠). ولاختبار ما إذا كان الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي البالغ (٦٢,٥) ذا دلالة إحصائية، استخدم الباحث اختبار (t) لعينة واحدة. وقد جاءت النتائج كما هو موضح في الجدول (١٠) والشكل (٣).

الجدول (١٠) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة ومستوى الدلالة لمقياس الدلالة لمقياس وهم التفوق

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
٢٠٠	٦٥,٧١٠	١٠,٩٩٠	٦٢,٥	٤,١٣١	دالة



الشكل (٣) الوسط الحسابي والفرضي لمقياس وهم التفوق

يتبين من خلال عرض الجدول أعلاه أن القيمة التائية المحسوبة (٤,١٣١) أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩). وهذا يعني وجود فروق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي ولصالح متوسط العينة، أي أن العينة من طلبة مدارس المتميزين يمتلكون وهم التفوق.

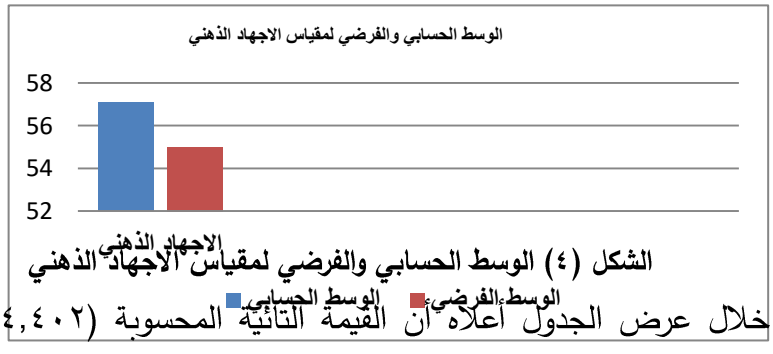
ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما طرحه اليك في نظرية التعزيز الذاتي، إذ وفقاً لما طرحه مارك أليك (Alicke)، يعد وهم التفوق نتيجة طبيعية لعمليات تعزيز الذات التي تدفع الأفراد إلى تقييم أنفسهم بصورة أكثر إيجابية مما تبرره الأدلة الموضوعية. وفي البيئات الأكاديمية النخبوية مثل مدارس المتميزين، يتوقع أن تظهر مستويات أعلى من وهم التفوق نظرا لتوافر إشارات اجتماعية تعزز تصورات الطلاب عن تفوقهم الشخصي (Alicke & Govorun,2005: 86).

الهدف الثاني: تعرف الاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المتميزين:

لتحقيق الهدف الأول، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة. ثم حسب المتوسط الحسابي الذي بلغ (٥٧,٠٩٠)، والانحراف المعياري الذي بلغ (٦,٧١٤). ولاختبار ما إذا كان الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي البالغ (٥٥) ذا دلالة إحصائية، استخدم الباحث اختبار (t) لعينة واحدة. وقد جاءت النتائج كما هو موضح في

الجدول (١١) الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة ومستوى الدلالة لمقياس الاجهاد الذهني

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
٢٠٠	٥٧,٠٩٠	٦,٧١٤	٥٥	٤,٤٠٢	دالة



الشكل (٤) الوسط الحسابي والفرضي لمقياس الاجهاد الذهني

يتبين من خلال عرض الجدول أعلاه أن القيمة التائية المحسوبة (٤,٤٠٢) أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩). وهذا يعني وجود فروق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي ولصالح متوسط العينة، أي أن العينة من طلبة مدارس المتميزين يمتلكون الاجهاد الذهني.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تتفق مع ما طرحه لازاروس، إذ يرى لازاروس وفولكمان (Lazarus & Folkman,1984) أن الاجهاد الذهني يحدث عندما يقيم الأفراد المواقف

الحياتية على أنها تتجاوز قدراتهم ومواردهم المتاحة للمواجهة. وفي سياق طلبة مدارس المتميزين، فإن الضغوط العالية المرتبطة بالتفوق الأكاديمي والمنافسة الشديدة غالبا ما تُدرك على أنها تهديدات للذات، مما يؤدي إلى تفعيل عمليات تقييم معرفي تولد مستويات مرتفعة من الاجهاد الذهني (Lazarus & Folkman,1984: 19).

الهدف الثالث: العلاقة الإرتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني:

للتعرف على نتيجة هذا الهدف, استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لدرجات أفراد العينة على مقياس وهم التفوق ودرجاتهم على مقياس الاجهاد الذهني، إذا بلغ معامل الارتباط (٠,٧٥٨). وهذا يعني أن هناك علاقة طردية موجبة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني. ولمعرفة ما إذا كانت هذه العلاقة دالة إحصائياً، استعمل الباحث الاختبار التائي (t) لدلالة معامل الارتباط. وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٦,٣٧١) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨), وهذا يعني ان العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني هي علاقة طردية دالة بمعنى كلما امتلك الفرد وهم التفوق زاد الاجهاد الذهني. والجدول (١٢) يوضح ذلك.

الجدول (١٢)العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني

العدد	معامل الارتبط	القيمة التائية		مستوى الدلالة (٠,٠٥)
		المحسوبة	لجدولية	(٠,٠٥)
٢٠٠	٠,٧٥٨	١٦,٣٧١	١,٩٦٠	دالة

ويرى الباحث أنه يمكن تفسير هذه النتيجة بكون طلبة مدارس المتميزين يواجهون اجهاداً ذهنياً بسبب رغبتهم الدائمة في التفوق والوصول إلى أفضل مستويات المقارنة مع الزملاء، وكذلك ما تخلقه روح المنافسة والسعي للوصول إلى أفضل المستوياتٍ وهذا ما يجعل الطالب يجهد ذهنياً بسبب صعوبة متطلبات التفوق والتي قد تتجاوز قدراته أحياناً.

الهدف الرابع: الفروق في العلاقة الإرتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً لمتغير الجنس:

لتحقيق هذا الهدف، قام الباحث بحساب العلاقة الاربتاطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني لكل من الذكور والإناث، إذ بلغ معامل الارتباط لدى الذكور (٠,٧٦٩)، ولدى الإناث (٠,٧٥٢). ولمعرفة ما إذا كان هناك فروقاً في معامل الارتباط بين الذكور والإناث، استعمل الباحث الاختبار الزائي لدلالة الفرق بين معاملي ارتباط. وقد بلغت القيمة الزائية المحسولة (٠,٢٤٣) وهي أصغر من القيمة الزائية الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨), وهذا يعني أنه لا توجد فروق في العلاقة الارتباطية بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً لمتغير الجنس. والجدول (١٣) يوضح ذلك.

الجدول (١٣) الاختبار الزائي لدلالة الفرق في العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني تبعاً للجنس

الجنس	العدد	معامل الارتباط	القيمة المعيارية	القيمة الزائية		مستوى الدلالة الدلالة (٠,٠٥)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	١٠٠	٠,٧٦٩	١,٠٠٨	٠,٢٤٣	١,٩٦٠	غير دالة
إناث	١٠٠	٠,٧٥٢	٠,٩٧٣			

ويرى الباحث أن عدم وجود فروق في العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى طلبة مدارس المميزين بين الذكور والإناث يعود إلى أن كل الجنسين يعيشون حالات وهم التفوق والرغبة في الوصول إلى أعلى مستويات المقارنة وهو ما يولد أجهاداً ذهنياً لتحقيق ذلك.

الاستنتاجات:

من خلال ما تم الوصول له من نتائج، يستنتج الباحث الآتي:

١.أظهرت نتائج البحث أن طلبة مدارس المتميزين يمتلكون مستويات دالة من وهم التفوق، مما يشير إلى ميلهم إلى تقييم قدراتهم وإمكاناتهم بصورة أكثر إيجابية مما هي عليه في الواقع.

٢.كما كشفت النتائج عن وجود مستويات مرتفعة ودالة من الإجهاد الذهني لدى هؤلاء الطلبة، مما يعكس حجم الضغوط النفسية والذهنية التي يتعرضون لها نتيجة متطلبات البيئة الدراسية العالية.

٣. أظهرت التحليلات الإحصائية وجود علاقة ارتباطية طردية ودالة إحصائيا بين وهم التفوق والإجهاد الذهني، بما يعني أن ارتفاع مستويات وهم التفوق لدى الطلبة يقترن بزيادة مستويات الإجهاد الذهني. ويفسر ذلك بأن التقدير المبالغ فيه للذات قد يضع الطلبة تحت ضغوط إضافية لتحقيق الصورة المثالية عن أنفسهم، مما يزيد من شعورهم بالإجهاد.

٤. لم تكشف النتائج عن وجود فروق دالة في العلاقة بين وهم التفوق والإجهاد الذهني تبعا للجنس، مما يدل على أن هذه العلاقة قائمة بنفس القوة لدى الذكور والإناث في مدارس المتميزين، وهو ما قد يعود إلى تشابه الضغوط والبيئة التنافسية التي يعيشها جميع الطلبة بغض النظر عن جنسهم.

٥.تشير هذه النتائج إلى أهمية مراعاة الجوانب النفسية والانفعالية لدى طلبة مدارس المتميزين، وعدم الاقتصار على الاهتمام بالإنجاز الأكاديمي فقط، لما لذلك من أثر مباشر على صحتهم النفسية.

التوصيات:

من خلال ما توصل إليه الباحث من استنتاجات، يوصي وزارة التربية بالآتي:

١. الاستفادة من مقياسي وهم التفوق والاجهاد الذهني في مجال الإرشاد التربوي من قبل المرشدين التربويين في المدارس.

٢.تثقيف وتوعية الطلبة بمعنى وهم التفوق من اجل الابتعاد عن الثقة الزائدة بالنفس. وعدم بناء القرارات والأحكام والمعايير على معان ودلالات قد تكون وهمية إلا بعد التحقق منها.

٣.على وزارة التربية اتباع معايير أكثر كفاءة في تصنيف طلبة المدارس من موهوبين ومتميزين ومتفوقين.

٤.أن تعمل المدارس على توفير بعض الفعاليات والرامج والأنشطة العلمية والرياضية والترفيهية من اجل مساعدة الطلبة في تخفيف حدة الاجهاد الذهني.

المقترحات:

من خلال ما تقدم يقترح الباحث الآتي:

إجراء دراسة على عينات أخرى وعلى فئات عمرية أخرى.

إجراء دراسة تتناول متغيرات البحث الحالي وعلاقتها بمتغيرات أخرى مثل حيوية الضمير والانتماء والهوية الاجتماعية والثقة المفرطة وتجميد الذات والتحيز المعرفي وغيرها.

إجراء دراسات مقارنة للتعرف على وهم التفوق والاجهاد الذهني بين طلبة الريف والمدينة.

المصادر

أولا: المصادر العربية:

١- البياتي، وهبي علوان (٢٠٠٩) : تعب العضلة، مقالة منشورة على الموقع الالكتروني للاكاديمية الرياضية العراقية.

٢- حسن، مهدي جاسم (٢٠١٠) : العبء المعرفي وعلاقته بالانتباه الاختياري المبكر والمتأخر لدى طلبة المرحلة الإعدادية، جامعة بغداد، كلية التربية – ابن رشد، أطروحة دكتوراه غير منشورة.

٣- حسن، نمير (٢٠٠٦) : الاجهاد لدى طلبة كلية التربية في الجامعة المستنصرية، مجلة كلية التربية، العدد الثاني.

٤- حسين، محمود عطا، نادر، فهمي الزبود (١٩٩٩) : مشكلات طلبة الجامعة ومستوى الاكتئاب لديهم في ضوء متغيرات الجنس والتخصص والمعدل التراكمي والمستوى الدراسي، مجلة البصائر، مجلد (٣)، عدد (٢)، جامعة البنات الأهلية الأردنية، الأردن.

٥- الخفاجي، نور طالب (٢٠٢٢) : أثر أسلوب التدخل التناقضي في تخفيض وهم التفوق لدى طالبات المرحلة الإعدادية، أطروحة دكتوراه، جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية، مجلة ديالى للبحوث الإنسانية.

٦- الدليمي، أحمد محمد وعلي، كريم ناصر (٢٠٠٢) : الضغوط النفسية التي تواجه مديري المدارس الأساسية، مجلة كلية المعلمين، العدد (٣٢).

٧- راجح، أحمد عزت (١٩٦٥) : علم النفس الصناعي، الدار القومية للنشر والتوزيع، القاهرة.

٨- رشيد، سهير. (١٩٩٣). الأقراص المنومة والمهدئات، بيروت، دار العربية للعلوم.

٩- الزبيدي، كامل علوان (٢٠٠٠) : الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.

١٠- زيدان، أيمان محمد مصطفى (١٩٩٨) : مدى فاعلية كل من الإرشاد النفسي الموجه وغير الموجه في تخفيف حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمات، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة (أطروحة دكتوراه غير منشورة).

١١- السرور، ناديا هايل (١٩٩٨) : مدخل إلى تربية المتميزين والموهوبين، ط١، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان-الأردن.

١٢- عبد الحسن، غادة ثاني (٢٠٠٦): تأثير التعب الذهني وخفضه في حل المشكلات، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية.

١٣- العبيدي، حازم بدري (٢٠٠١): أثر برنامج تدريسي لخفض التعب النفسي لدى العاملين في المؤسسات الإنتاجية، جامعة بغداد – كلية الآداب.

١٤- العزة، سعيد حسن (٢٠٠٠) : تربية الموهوبين والمتفوقين، الدار الدولية ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان-الأردن.

١٥- عساف، عبد محمد (١٩٩٦) : مصادر الاجهاد النفسي لدى معلمي الجامعات، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية.

١٦- علي، كريم ناصر وعلي، بشرى حسين (٢٠١٨). الاجهاد الفكري لدى طلبة المرحلة الإعدادية. مجلة أبحاث الذكاء والقدرات العقلية، العدد (٢٤). ص: ١-٢٢.

١٧- القوصي، عبد العزيز (١٩٥٢) : أسس الصحة النفسية، مصر، مكتبة النهضة.

١٨- القيسي، سهى شفيق توفيق (٢٠٠٤) : الضغوط المدرسية عند طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالعنف الأسري، جامعة بغداد، كلية التربية / ابن رشد، رسالة ماجستير، غير منشورة.

١٩- لازاروس، ريتشارد (١٩٨١) : الشخصية، ترجمة : سيد محمد غنيم، دار الشروق، بيروت.

٢٠- وزارة التربية، الجمهورية العراقية (١٩٧٩) : المجموعة الكاملة للتشريعات التربوية، أعداد مديرية الشؤون القانونية، مطبعة وزارة التربية، بغداد.

ثانيا: المصادر الأجنبية:

1- Alicke , M. D., Kloztz, M. L., Breitenbecher, D. L., Yurak, T. J., & etal . (1995). Personal contact , individuation , and the better –than – average effect. Journal of personality and social psychology, 68(5).

2- Alicke , Mark D. Govorun, Olesya (2005). "The better –than – average effect" journal of personality and social psychology 68(5).

3- Alicke, M. D., & Govorun, O. (2005). The better–than–average effect. In M. D. Alicke, D. A. Dunning, & J. I. Krueger (Eds.), The self in social judgment (pp. 85–106). Psychology Press.

4- Birken, E. G., (2017): End financial stress Now: immediate steps you can take to improve your financial outlook , Adams media, New York London, Sydney, New Delhi .

5- Brown , Jonathan D. (1986). "Evaluations of self and others : self–Enhancement biases in social Judgments" social cognition 4(4).

6- Brown, J, D., Kobayashi, C. (2002). Self–enhancement in Japan and America . Asian Journal of social psychology, 5.

7- Carson , R. C. , Hallon , S. D. & Shelton , R. C. (2010). Depressive Realism and clinical Depression, behavior Research and therapy, 48(4).

8- Dunning, D. & Kruger, J. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self–assessments. Journal of Personality and Social Psychology.

9- Dunning, D.(2011). The Dunning–Kruger effect; on being Ignorant of one own Ignorance, Department of psychology, Cornell University, Ithaca , New York, USA, advances In Experimental social Psychology. Volume 44.

10- Fisher ,M., Goddu, M. K., & Keil , F. C., (2015). Searching for explanations : How the Internet inflates estimates of internal knowledge , journal of psychology: General ,144.(3).

11- Folkman, S. & Lazarus R. S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample, journal of Health and social behavior, 21 pp:212–239.

12- Fowler , H. W. & Fowler, F. G. (1964): the concise oxford Dictionary of Gurrent English , 5ed oxford university press.

13- Frederic P. Miller . Agnes F. Vendome , (2009). illusory superiority , John Brewster VDM publishing.

14- Hawley, JA, Reilly, T. (1997). Fatigue revisited . journal of sports sciences 15(3).

15- Heck , P. R. & Krueger , J. I. (2015). Self-enhancement diminished , Journal of experimental psychology : General , 144(5).

16- Kruger, J., & Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: how difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. Journal of personality and social psychology, 77(6).

17- Lacko, D. (2015): Dunning – Kruger . effect , why once a fool, always a fool, psychology ustav FFMU. Brno.

18- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Publishing Company.

19- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984): stress Appralsalard Eopting, New York.

20- Lazaurs, A. (1981). Stress appraisal and coping New York , P. 13. 48-52.

21- N. W. O.: Netherlands Organization for scientific research.(2000). Fatigue at Work, Borsboom M. W drs 3440966, email, bai, Bos MW. Drs, C. A email @ now.n.

22- Rybash , J & Koodin , P. (1986). Adult cognation and aging development changes in process knowing and thinking, New York, pregaman press.

23- Simon , H, A; (1978). Rationality as process and as product of thought, American Economic Review, 68, 1-16.

24- Soto , NE, straus, S. E at el (2000) chronic fatigue syndrome and herpes virus : the padding , (report by net-goggle).

25- Steven. K& Lisa , A. D. , (2012). Intentional Interruption Breaking Down Learning Barriers To Transform Professional Practice , Corwim ASAGE Company.

26- Taylor, S. E. (1989). Positive illusions: creative self-deception and the healthy mind. Basic Books/ Hachette Book Group.

27- Wattleson , J.(2012). Do you think you are better than average , published November 27th.

28- Zell , E. Strickhouser , J. E. Sedikides, C., & Alicke, M. D. (2019). The better –than – average effect in comparative self-evaluation : A comprehensive review and Meta –Analysis , psychological Bulletin, 146(2).

الملاحق

الملحق رقم (١)

مقياس وهم التفوق

عزيزي الطالب .... عزيزي الطالبة

بين يديك مقياسين موضوعة لأغراض البحث العلمي تتآلف من مجموعة من العبارات تهدف إلى التعرف على العلاقة بين وهم التفوق والاجهاد الذهني لدى طلاب المرحلة الثانوية المتميزين أطلع عليها بتمعن ثم اختار البديل الملائم وضع أمام كل عبارة مجموعة من البدائل للإجابة وانت حر في اختيار البديل المناسب علماً أن أجابتك لا يطلع عليها أحد سوى الباحث.

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	لا ابداً
١.	أرى نفسي أفضل من الآخرين				
٢.	لدي مستوى عال من الذكاء				
٣.	أفهم الدروس أسرع من زملائي في صفي				
٤.	أجد نفسي أفضل من الآخرين في تحليل المواقف				
٥.	عندي الثقة التامة بأن مهاراتي ستوصلني إلى مكانة مهنية مرموقة				
٦.	أرفض التنازل عن رأيي مهما كلف الأمر				
٧.	أشعر أني أكثر أبداعاً من الآخرين				
٨.	حماستي لا تقارن بحماسة الآخرين				
٩.	أعتقد أني أتميز عن زملائي في أسلوب تفكيري لحل المشكلات المشكلات				
١٠.	أرى أن الناس فاقدة للكثير من الأخلاقيات بينما التزم بكثير منها				
١١.	أرى أن أغلب الناس لا يحللون الأمور مثلي				
١٢.	أنا شخص اجتماعي أكثر من الآخرين				

١٣.	أرى أن هناك من ينافسني، لكنه أدنى مني في القدرات				
١٤.	عندي شك في نفسي ولهذا اسعى دوماً لقراءة المزيد				
١٥.	لا يؤثر نقد الآخرين في تقديري العالي لذاتي				
١٦.	أفسر الحدث نفسيراً واحداً فقط				
١٧.	أمتلك قدرات لا يمتلكها الآخرون				
١٨.	أنا صادق في أقوالي بينما الكثير من الناس يكذبون				
١٩.	أشعر بأن الآخرين يقتدون بي				
٢٠.	لدي قدرة على وضع أنظمة جديدة بالعمل				
٢١.	عندي الثقة التامة بأن مهاراتي ستوصلني إلى مكانة مهنية مرموقة				
٢٢.	هناك ما يؤهلني لأن تنشر مواقع التواصل الاجتماعي عن إنجازاتي				
٢٣.	أتمتع بتحكم في عاطفتي مهما كانت الظروف				
٢٤.	أثق في قدراتي لحل أي مشكلة تواجهني مع الآخرين مستقبلاً مستقبلاً				
٢٥.	أنا على دراية كاملة في مواطن جهلي بالأمور				

الملحق رقم (٢)

مقياس الاجهاد الذهني

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	لا ابداً
١.	اشعر بتفكيري مشتت في بعض				
٢.	وقت الدراسة لا يكفيني				
٣.	يزعجني سلوك بعض المدرسين مع الطلبة				
٤.	أشعر بصعوبة التعبير عما في داخلي				
٥.	أشعر بالخوف من الفشل في دراستي				
٦.	أعاني من ضعف قدرتي في بعض الدروس				
٧.	أجد صعوبة في وضع خطتي الدراسية				
٨.	أجد صعوبة في التكلم مع زملائي				
٩.	أشعر بصعوبة في القص التي أدرسه				
١٠.	أعاني من صعوبة اتخاذ القرار في الدراسة				
١١.	دراستي تشغلني عن العلاقات مع الآخرين				
١٢.	أشعر بضعف التركيز في الدراسة				
١٣.	أشعر بالقلق من الامتحانات				
١٤.	أعاني من الشعور بالأرق				
١٥.	أشعر بالتعب الذهني من كثرة الدراسة				
١٦.	أشعر بالتوتر والخوف من المدرسين				

١٧.	أشعر بالملل من طول الحصة الدراسية				
١٨.	تنتابني أحلام اليقظة في طف				
١٩.	أشعر بالغيرة من تفوق زملائي				
٢٠.	أجد صعوبة في أقناع زملائي بأفكاري				
٢١.	أجد انزعاج من زملائي عندما أنتقدهم				
٢٢.	أشعر بالانزعاج من عرقلة الدرس				