



جامعة زيان عاشور بالجلافة

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس والفلسفة



## الاحتراق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا

(دراسة ميدانية بجامعة زيان عاشور بالجلافة)

مذكرة لنيل شهادة الماستر في علم النفس التربوي

إشراف الأستاذ:

د.حري سليم

إعداد الطالبتين:

- صيلع عبير

- طاهيري مليكة إيناس

لجنة المناقشة:

1.أ.....رئيسا

2.أ.....مقرا

3.أ.....مناقشا

السنة الجامعية

2018-2017

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

1420 هـ

## كلمة شكر وتقدير

الحمد لله حمدا كثيرا لا يليق الا به وحده

الذي اعاننا على اتمام هذا العمل

كما نكرر شكرنا الى الله عزوجل على ما اكرمنا به من عائلة تحب العلم وتشجع عليه

بحيث انهم كانوا الصدر الواسع اثناء فترة دراستنا فبارك الله لنا فيهم جميعا.

وكما نتقدم باسمي معاني الشكر والتقدير الى مشرفنا الدكتور حربي سليم لقبوله اشراف

هذا العمل

وكما نتوجه بالشكر لكل من الدكتور فرحات عبد الرحمان والدكتور قيرع فتحي على

قبوله مناقشة هذه

المذكرة والى كل اساتذة قسم علم النفس والفلسفة الذين ساهموا في تكويننا طيلة السنوات

الدراسية الى غاية

يومنا هذا دون ان ننسى شكر طاقم جامعة الجلفة بداية من المدير الى اخر عامل في

المعهد.

كما نتوجه بالشكر الى كل افراد عينة الدراسة على مساعدتهم في اتمام هذا العمل والى

كل من ساهم معنا

قريب او بعيد في انجاز هذا العمل ولو بكلمة طيبة.

الى كل هؤلاء ندلي باسمي معاني الشكر والتقدير والعرفان فالف شكر.

## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على الاحتراق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى عينة من طلبة العلوم والتكنولوجيا بجامعة الجلفة واتبعت الطالبتان المنهج الوصفي الارتباطي الذي يفيد في تحقيق أهداف البحث، وتم استخدام مقياس الاحتراق النفسي لمجيدر بلال ومقياس مستوى الطموح لصالحه هناء، وطبقت هذه الأدوات على عينة تكونت من 140 طالبا وطالبة وتم اختيارهم بطريقة عشوائية وبعد معالجة البيانات إحصائيا باستخدام برنامج spss كشفت الدراسة على النتائج التالية :

-وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطموح تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

- وجود علاقة ارتباطية بين نقص في الشعور بالانجاز الشخصي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا.

-وجود علاقة ارتباطية بين تبلد المشاعر ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا.

-وجود علاقة ارتباطية بين الاستنزاف الانفعالي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.

-وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.

## Résumé :

L'étude visait à identifier la combustion psychologique et sa relation au niveau d'ambition dans un échantillon de

Les étudiants en sciences technologiques de l'Université de Djelfa ont suivi l'approche descriptive du chercheur Pour atteindre les objectifs de la recherche, l'échelle psychologique du compilateur Bilal et le niveau d'ambition ont été utilisés Salehi Hana, et appliqué ces outils sur un échantillon de 140 étudiants ont été sélectionné Au hasard et après avoir traité statistiquement les données en utilisant le programme SPSS, l'étude a été révélée le processus suivant:

-L'existence de différences Dat signification statistique dans le niveau d'ambition en fonction de la variable de genre (male, femme).

-Il n'y a pas de différences statistiquement significatives dans le niveau de la combustion psychologique en fonction de la variable de genre (homme, femme).

-Il existe une relation corrélative entre une diminution du sentiment de réussite personnelle et le niveau d'ambition des élèves

Sciences technologiques.

-L'existence d'une corrélation entre les sentiments et le niveau d'ambition des étudiants en sciences.

-Il existe une corrélation entre l'épuisement émotionnel et le niveau d'ambition chez les étudiants en science technologique.

-Il existe une corrélation inverse entre la combustion psychologique et le niveau d'ambition des étudiants en sciences Technologie.

## فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
ا	كلمة شكر وتقدير
ب	ملخص البحث بالعربية
ت	ملخص البحث بالفرنسية
ث	فهرس المحتويات
ج	قائمة الجداول
ح	قائمة الملاحق
1	مقدمة
<b>الجانب النظري</b>	
4	الفصل الاول: الجانب التمهيدي للدراسة
7	1/ الاشكالية
12	2/ الفرضيات
13	3/ اهمية الدراسة
14	4/ اهداف الدراسة
14	5/ تحديد المصطلحات الدراسية
16	6/ دراسات السابقة
24	7/ استثمار دراسات السابقة
31	الفصل الثاني: الاحتراق النفسي

33	تمهيد
33	1/ مفهوم الاحتراق النفسي
36	2/ علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات الاخرى
39	3/ نظريات الاحتراق النفسي
42	4/ اعراض ومستويات الاحتراق النفسي
45	5/ مراحل الاحتراق النفسي لدى الطالب الجزائري
46	6/ الاسباب التي تؤدي الى حدوث الاحتراق النفسي
47	7/ ابعاد ومؤشرات الاحتراق النفسي
49	8/ استراتيجيات لتخفيف من حدة الاحتراق النفسي
51	خلاصة الفصل
52	الفصل الثالث: مستوى الطموح
54	تمهيد
54	1/ التطور التاريخي لدراسة مستوى الطموح
55	2/ تعريف مستوى الطموح
57	3/ مظاهر واشكال مستوى الطموح
59	4/ خصائص الفرد الطموح
61	5/ نظريات مستوى الطموح
64	6/ اساليب قياس مستوى الطموح
67	7/ العوامل المؤثرة في مستوى الطموح

70	8/الاهمية التطبيقية لدراسة مستوى الطموح
72	خلاصة الفصل
	الجانب التطبيقي
74	الفصل الرابع: إجراءات الدراسة
76	تمهيد
76	1/منهج الدراسة
76	2/الدراسة الاستطلاعية
77	3/مجتمع الدراسة
77	4/عينة الدراسة
78	5/المجال المكاني والزمني للدراسة
78	6/ادوات جمع البيانات
84	7/الدراسة الاساسية
85	8/الاساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة
87	الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة
90	1/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الاولى
92	2/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية
93	3/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
96	4/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
98	5/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
100	6/عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة



<b>104</b>	7/الاستنتاج العام
<b>106</b>	8/التوصيات
<b>107</b>	9/المقترحات
<b>111</b>	10/ قائمة المراجع
	الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
78	جدول يبين عينة الدراسة حسب الجنس	01
81	جدول يبين معامل الثبات الفاكرومباخ لكل بعد من ابعاد مقياس الاحتراق النفسي	02
83	جدول يبين مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية	03
83	جدول يبين بدائل ودرجات الاجوبة لمقياس الاحتراق النفسي	04
84	جدول يبين مقياس مستوى الطموح في صورته النهائية	05
84	جدول يبين بدائل ودرجات الاجوبة لمقياس مستوى الطموح	06
90	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية الاولى	07
92	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية	08
94	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	09
97	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	10
99	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية الخامسة	11
101	جدول يوضح نتائج الفرضية الجزئية العامة	12

## قائمة الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق
01	قائمة بأسماء المحكمين بجامعة زيان عاشور بالجلفة
02	مقياس الاحتراق النفسي لمجيدر بلال
03	مقياس مستوى الطموح لصالحه هناء

مقدمة

تعد مرحلة التعليم العالي من المراحل التعليمية المهمة في حياة الطالب فهي أولى الخطوات الحقيقية التي يخطوها نحو المستقبل وتحقيق اهدافه و المساهمة في تطور المجتمع، والطالب الجامعي في مسيرته في الحياة الجامعية قد يتعرض لضغوطات مختلفة ومتواصلة تؤثر على حياته النفسية والاجتماعية والدراسية الاكاديمية، وهذه الضغوطات المتواصلة قد تؤدي به الى ما يسمى بالاحتراق النفسي .فهذا الاخير يعتبر مشكلة و ظاهرة سلبية تسبب اجهاد نفسي وبدني للطالب قد يؤثر على تحقيق اهداف المستقبلية وعلى مستوى طموحه، و تلعب طموحات الطلبة هنا دورا هاما في حياة الفرد لما له ابعاد مهمة في شخصية الفرد، حيث يعتبر مؤشر يوضح اسلوب يوضح مدى اجتهاد الطالب في دراسته وفي تحقيق اهدافه المستقبلية وكذلك يوضح اسلوب تعامل الفرد مع نفسه ومع البيئة المحيطة والمجتمع الذي يعيش فيه فالطموح هو سر نجاح الفرد وتقدم المجتمع، ومع العلم ان لكل طالب طموح معين وتختلف درجته من شخص الى اخر، الى انه اذا اردنا مجتمع متطور ومتقدم يجب توفير كل الإمكانيات والأساليب والظروف البيئية الملائمة الاقتصادية والاجتماعية من اجل مساعدة الطلبة على التصدي للعوامل التي تسبب لهم الضغوطات النفسية المتواصلة والتي من شأنها قد تؤدي الى شعور الطالب بالاحتراق النفسي. ومنه جاءت هذه الدراسة الى معرفة مدى تاثر الطلبة بالمواقف والضغوطات التي يتعرضون لها في حياتهم الجامعية وفي بيئتهم الاجتماعية وكذلك على مدى اصابة الطلبة بالاحتراق النفسي وتأثيره على مستوى طموحهم .

ومن هذا المنطلق جاءت فكرة دراسة هذا الموضوع والذي يهدف الى الكشف عن علاقة الاحتراق النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا، وعلى هذا الاساس وللوصول الى ذلك جاءت فصول هذه الدراسة كما يلي:

بداية الفصل الاول: تناولنا فيه الجانب التمهيدي للدراسة حيث تم تحديد فيه اشكالية وتساؤلات الدراسة و فرضيات واهداف واهمية الدراسة,بالاضافة الى تحديد المفاهيم الاساسية في الدراسة.

وفي الفصل الثاني: تم تناول فيه مفهوم الاحتراق النفسي وعلاقاته ببعض المصطلحات الاخرى و مراحل ابعاده والعوامل التي تؤدي الى حدوثه بالاضافة الى نظرياته وطرق التخفيف منه

الفصل الثالث: تم عرض فيه تعريف مستوى الطموح ,مظاهره واشكاله,نظرياته,اساليب قياسه,والعوامل المؤثرة فيه والاهمية التطبيقية لدراسة.

الفصل الرابع: وتم التطرق فيه للدرسة الاستطلاعية واجراءات الدراسة الاساسية والمتمثلة في اختيار منهج ومجتمع وعينة الدراسة بالاضافة الى حدود وادوات والاساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة الفصل الخامس:تم عرض فيه نتائج الفرضيات التوصل اليها,بالاضافة الى مناقشتها وتفسيرها.

الجانب النظري

# الفصل الأول



## الفصل الأول

الجانب التمهيدي للدراسة

1/الإشكالية

2/ الفرضيات

3/ أهمية الدراسة

4/ أهداف الدراسة

5/ تحديد المفاهيم

6/ دراسات السابقة

7/ استثمار الدراسات السابقة

## 1\_الإشكالية:

التعليم الجامعي يلعب دورا أساسيا في تكوين افراد يعتمد عليهم بالنهوض بالمجتمع و تحقيق اهدافه و غاياته و بالتالي ازدهاره الفكري و العلمي و الاقتصادي و الثقافي، و بما ان الطلبة الجامعيين من اهم عناصر هذا النظام التعليمي يجب حمايتهم و توفير لهم البيئة و الوسائل اللازمة لضمان نجاحهم الدراسي و الاكاديمي و المهني . و بما ان الحياة الجامعية من اكثر المراحل التي تسبب ضغوطا شديدة، يجب توفير كل الامكانيات للاهتمام بهذه الفئة و محاولة حمايتهم من المشاكل و الضغوطات التي قد تواجههم في حياتهم الجامعية و الدراسية و التي قد تنعكس سلبا على ادائهم و يكون حاجزا ي منعه من التفوق الدراسي والمهني وبالتالي يخفض من مستوى طموحهم الدراسي.

وفي اغلب الاحيان قد تتحول هذه الضغوطات التي يقع فيها الطالب و عدم مقدرته على مواجهتها او التكيف معها في حال استمرارها الى ما يسمى بالاحتراق النفسي هذا الاخير الذي يعتبر نمط سلبي من الاستجابات للاحداث الضاغطة و نقص في مساندة و التاييد من قبل الادارة و هو حالة متطورة من الاجهاد النفسي الذي يعني وجود اعباء انفعالية زائدة ناتجة عن تطلب الفرد لمطالب زائدة تؤدي الى الانهك البدني و النفسي.

(نبيلة باوية، 2012: 317)

وقد ذكر تايلر ان الاحتراق النفسي هو عبارة عن الارهاق و الاستنفاد القوة و النشاط.

(احمد عوض: 10)

و ذكرت كريستين ماسلاش التي تمثل الريادة في دراسة و تطوير هذا المفهوم، بان الاحتراق

النفسي مجموعة اعراض من الاجهاد الذهني و الاستنفاد الانفعالي و التبدل الشخصي، و

الاحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي و الاداء.

(بوبكر ديابي، اسماعيل، 2013: 13)

و قد اشار سافر الى ان من مشكلات الحياة اليومية للطالب الجامعي، من قلة النقود، قلة الوقت، ضغوط الدراسة المستمرة، و الابطاح الواجب انجازها، القيام من النوم مبكرا مشاريع المستقبل، تصوير المطبوعات درجات الامتحانات فقد وجد انها تسبب الكثير من الاجهاد لانها ذات علاقة بالكثير من مشاريع مستقبل، و مواصلة الدراسة . وفيما يخص هذه المشكلات فقد بين انه بالرغم من كونها مؤقتة الا انها تسبب كثير من الانزعاج للطلبة الجامعيين لانها تقف حجرة عثرة امام انجاز بعض المهام.

كما حدد بعض الباحثين و منهم ( ايفين و زملائها 1999 ) مصادر اخرى قد تؤدي الى اصابة الطالب الجامعي بالاجهاد، من بينها علاقة الطالب مع استاذ ته، المسؤوليات، العلاقات الاجتماعية، صعوبة المقررات الدراسية.

(نبيلة باوية، 2012: 317)

وقد تناول بعض الباحثين موضوع الاحتراق النفسي بالدراسة، من بينهم دراسة دراسة اسمى عبد الحافظ الجعافرة و اخرون (2012)، حيث هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي عند طلبة كلية الاميرة عالية الجامعية و الجامعات الحكومية الخاصة و القاطنين في المنازل الداخلية مع الاخذ بعين الاعتبار علاقة مستوى الاحتراق النفسي بكل من الجنس، و المستوى الدراسي و التخصص، و التحصيل الدراسي، اتبع الباحثون منهج البحث الوصفي التحليلي ، و تكونت عينة الدراسة من 329 طالبا و طالبة . طبق عليهم مقياس الاحتراق النفسي وبعد معالجة البيانات احصائيا، توصل الباحثون بانه يوجد ارتفاع في مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القاطنين في المنازل الداخلية، وذلك لوجود اختلافات وضحة دالة احصائيا في ابعاد الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور و كذلك تبعا لمتغير المعدل التراكمي في بعد الاجهاد الانفعالي و تبدل المشاعر وذلك عند الطلبة ذوي المعدلات المتدنية.

(اسمى عبد الحافظ الجعافرة وآخرون ، 2013 : 295)

و اتفقت هذه الدراسة مع دراسة نبيلة باوية ( 2012 ) حيث هدفت الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين في كلية العلوم الاجتماعية مع الاخذ بعين الاعتبار المتغيرات التالية الجنس، التخصص الدراسي، نمط الاقامة و اثر هذه المتغيرات على الاحتراق النفسي، و استخدمت الباحثة مقياس الاحتراق النفسي على عينة قوامها 170 طالب و طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية و بعد معالجة البيانات احصائيا ،توصلت الدراسة الى ان مستوى الاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي مرتفع.

( نبيلة باوية,2012:315)

وكما اتفقت دراسة مجيد بلال ( 2017 ) مع هذه الدراسات من حيث نتائجها، حيث قام بدراسة مشكلة الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين في كلية الطب استخدم الباحث المنهج الوصفي من اجل الكشف عن حقيقة الاحتراق النفسي على عينة قوامها 80 طالب، وحاول الباحث قياس الاحتراق النفسي لدى الطلبة من خلال ثلاثة ابعاد رئيسية تمثلت في الإجهاد الانفعالي ، تبدل المشاعر ونقص في الشعور بالانجاز الشخصي ، و بعد قيام الباحث بمعالجة إحصائية توصل ان الطالب الجامعي يعاني من احتراق نفسي في مختلف أبعاده.

(مجيد بلال،2017: 56)

من خلال ما جاءت به نتائج هذه الدراسات نجد ان الاحتراق النفسي يهدد مستقبل الطالب و يعترض طريقه، حيث يؤدي الاصابة به الى التعب البدني و النفسي والاجهاد واستنفاد القوة والنشاط و نقص في الاداء الاكاديمي و التفوق الدراسي و منه قد يؤثر بطريقة سلبية على مستوى طموح الطلبة، و يلعب الطموح دور مهم في حياة الطالب و المجتمع فهو سمة من سمات الشخصية التي تميزه. فهو عامل مهم يميز شخصية الفرد و خاصة الطالب فكل طالب جامعي طموح معين تختلف درجته من طالب لآخر، و يضعه امامه و يجتهد في تحقيقه وهذا يعتمد على

مدى كفاءته و ثقته بنفسه و مدى تاقلمه و تكيفه مع الحياة الجامعية و الضغوطات التي يتعرض لها.

و قد ذكر احمد ( 2013) ان مستوى الطموح يقصد به الاهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية او مهنية او اسرية او اقتصادية و يحاول تحقيقها، و يتاثر مستوى الطموح بالعديد من المؤثرات بشخصية الفرد او القوى البيئية المحيطة به.

(تهاني محمد الحزبي، 2014:

(42

و بما ان مستوى الطموح له اهمية كبيرة بالنسبة للطالب نفسه و بالنسبة للمجتمع في تطوره و تقدمه، و بما ان لكل طالب جامعي مستوى طموح معين يتاثر بعدة عوامل قد تؤدي الى زيادته او خفضه. وجاءت العديد من الدراسات التي تناولته بالدراسة فمن بينها ، دراسة **حسين عبيد جبر**(2012)و التي كانت تهدف الى معرفة العلاقة بين المناخ الدراسي و مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية الفنون الجميلة و معرفة اذا ما كانت توجد فروق ذات دلالة معنوية بين كل مناخ الدراسي و مستوى الطموح تبعا لمتغير التخصص، و تكونت عينة البحث من 100 طالب و طالبة ، استخدم الباحث مقياسين لمقياس المناخ الدراسي و مقياس مستوى الطموح، و اعتمد الباحث على مجموعة من الاساليب الاحصائية لمعالجة البيانات واسفرت النتائج انه توجد علاقة ارتباطية عالية بين المتغيريين و كذلك توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المناخ الدراسي و مستوى الطموح تبعا لمتغير التخصص.

(حسين عبيد جبر، 2012)

و كما جاءت دراسة **صالحى هناء** (2012) الى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي و مستوى الطموح الدراسي و ، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الاستكشافي على عينة بلغت

200 طالب مقيم بالاقامة الجامعية ، و استخدمت الباحثة استبيان للضغط النفسي و الثاني لمستوى الطموح و تم معالجة البيانات احصائيا، و اسفرت النتائج على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي و مستوى الطموح الدراسي لدى الطالب الجامعي. و قد تناولت **افز الورود و لوموني** في دراسة العلاقة بين مستوى الطموح و الجنس و المستوى الاجتماعي و الاقتصادي لدى عينة عشوائية من ( 148 ) طالبا و طالبة جامعيين في سنتهم الاخيرة في جامعة ناوغونغ في مدينة امام في الهند، حيث استخدم الباحثان مقياس مستوى الطموح ، و نتج من الدراسة ان الطلاب اكثر طموحا من الطالبات، و ان هناك علاقة موجبة دالة احصائيا بين مستوى الطموح و المستوى الاجتماعي الاقتصادي لدى الطلاب بينما لم تكن هذه العلاقة واضحة لدى الطالبات.

(هبة الله خياطة، 2015: 70)

و في حدود علم ال طالبتان نجد ان غالبية الدراسات تناولت موضوع الاحتراق النفسي لدى العاملين و المهنيين، و بالمقارنة نجد عدد قليل من الباحثين الذين تناولوا الاحتراق النفسي عند الطلبة الجامعيين، مع العلم ان العوامل و الضغوطات السلبية و المتواصلة التي يتعرض لها الطالب دورا فعال في احداث الاحتراق النفسي الذي يعتبر مشكلة كبيرة تسبب للطالب اجهاد و تعب نفسي و بدني يقلل من تفوقهم الدراسي و بالتالي يخفض من مستوى طموحه. و في ظل نقص الدراسات التي تناولت متغير الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين، و في ظل غياب تناول متغير الاحتراق النفسي و مدى تأثيره على مستوى الطموح جاءت الحاجة للقيام بهذه الدراسة و منها تحددت المشكلة العامة للدراسة كما يلي:

\_ هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاحتراق النفسي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا ؟

و تندرج تحت هذه المشكلة العامة التساؤلات الجزئية التالية:

\_هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاستنزاف الانفعالي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا؟

\_هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تبدل المشاعر و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا؟

\_هل توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين نقص في الشعور بالانجاز الشخصي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا؟

\_هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس؟

\_هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس؟

## 2\_ فرضيات الدراسة:

### الفرضية العامة:

\_توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاحتراق النفسي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا

### الفرضية الجزئية:

\_ توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاستنزاف الانفعالي و مستوى الطموح لدي طلبة العلوم والتكنولوجيا .

\_ توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تبدل المشاعر و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا.

\_ توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين نقص في الشعور بالانجاز الشخصي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا.

- \_ توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس (ذكور، اناث).
- \_ توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس (ذكور، اناث).

### 3\_ اهمية الدراسة:

الاهمية النظرية و التطبيقية:

#### 3-1- الاهمية النظرية:

تكمن الاهمية النظرية لهذه الدراسة في كونها اول دراسة تسلط الضوء على طبيعة العلاقة بين ظاهرة الاحتراق النفسي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا، و باعتبار ان الطالب الجامعي له دور فعال في التنمية الاقتصادية و الاجتماعية و هو يتعرض لضغوطات داخلية و خارجية قد تؤدي به الى الاصابة بالاحتراق النفسي و هذا من شأنه يؤدي الى تدني ادائه و مستوى طموحه الدراسي و المهني، و من هنا جاءت هذه الدراسة للكشف عن طبيعة هذه العلاقة، و كذلك تفتح المجال للباحثين باجراء المزيد من الدراسات حول هذا الموضوع و تناوله من زاوية اخرى فعلى حدود علم الطالبان هذه الدراسة ليست مدروسة .

#### 3-2- الاهمية التطبيقية:

تكمن الاهمية التطبيقية لهذا البحث في كونه تساهم نتائجه في محاولة لفت انتباه المسؤولين و الموجهين و الاولياء في توفير البيئة المناسبة للطلبة و تلبية رغباتهم، و و بناء استراتيجيات و تقنيات تعليمية سليمة تتمثل في التخفيف من جملة الصعوبات التي يعانيها الطالب و محاولة التقليل من ضغوطات الادارة و الاساتذة، و توفير البيئة المناسبة لنمو مستوى الطموح، و تفتحه بالشكل السليم و استغلال هذا الطموح بما يعود بالفائدة على المجتمع، بالاضافة الى وضع برامج لزيادة مستوى الطموح لدى الطلبة و مساعدتهم على استغلال طموحاتهم و طاقاتهم النفسية بما



يتمشى مع ميولاتهم و رغباتهم، و في المقابل وضع برامج ارشادية وقائية لتشخيص ظاهرة الاحتراق النفسي عند الطلبة و ايجاد الاليات و الاستراتيجيات المناسبة لتخفيف منها.

#### 4\_اهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة الى تحديد مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي، و بيان مدى تأثير هذه الظاهرة على مستوى الطموح، و هذا من خلال :

\_ تحديد مدى تاثر الطلاب بظاهرة الاحتراق النفسي.

\_ التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي و مستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.

\_ التعرف على طبيعة العلاقة بين ابعاد الاحتراق النفسي و مستوى الطموح.

\_ الكشف عن وجود فروق في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

\_ الكشف عن وجود فروق في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس.

#### 5\_ تحديد مصطلحات الدراسة:

اهم المصطلحات و المفاهيم لهذه الدراسة :

#### 5-1- الاحتراق النفسي:

#### 5-1-1- تعريف الاحتراق النفسي اصطلاحا:

\_عرفه الشعبي (2003) للاحتراق النفسي على انه مجموعة متداخلة من الضغوط تشمل جوانب مترابطة ببعضها البعض و تنقسم الى ثلاثة ابعاد رئيسية هي: الاجهاد الانفعالي، و تبدد المشاعر، ونقص الشعور بالانجاز.

\_عرفه كل من الخرابشة و عريبات ( 2005): على انه حالة نفسية تصيب الفرد بالارهاق و التعب ناجمة عن اعباء اضافية يشعر معها الفرد انه غير قادر على تحملها.

(اسمى عبد الحافظ الجعافرة واخرون: 302:2013)

### 5-1-2-التعريف الاجرائي:

الاحتراق النفسي : هو احساس الطالب الجامعي بالاجهاد و التعب النفسي و البدني نتيجة لتعرضه للضغوطات المتواصلة.

ويقاس هذا المستوى بالدرجة التي يتحصل عليها الطالب في مقياس الاحتراق النفسي.

### 5-2- مستوى الطموح:

قبل ذلك نرى بانه من المفيد توضيح كلمات او مصطلحات هذه التسمية المركبة.

**5\_2\_1\_ المستوى:** هو كمية التغير او الصفة المطلوب تقديرها. و احيانا يشير الى المعيار المطلوب لاغراض معينة على اساس قياس المستوى ما هو كاف لاداء المطلوب.

**5\_2\_2\_ الطموح لغة:** طمح طمحا بصره اليه: ارتفع و نظره شديدا اطمح بصره اليه: رفعه،

الطماح: البعيد الطرف، بحر طموح الموج: مرتفعه طمح في طلب: ابعده فيه

\_ الطموح تصور نظري قبلي لمستوى الطموح حسب ايزنك (1952) .

الطموح اذا هو توقع وضعية افضل من التي نحن عليها. و هو الاهداف التي يضعها الفرد و

الامنيات التي يتوقف الى تحقيقها. (شريفه بن قذفة, 2014: 326, 325)

**5\_2\_3\_ اصطلاحا:**

مستوى الطموح كمصطلح مركب يمكن تعريفه كما يلي :

- تعريف امال باضة ( 2004): تقصد به الاهداف التي يضعها الفرد لذاته في مجالات تعليمية او مهنية او اسرية او اقتصادية ويحاول تحقيقها, ويتاثر مستو بالطموح بالعديد من المؤثرات الخاصة بشخصية الفرد او القوى البيئية المحيطة به, واذا تناسب الطموح مع امكانيات الفرد وقدراته الحالية.

( الصادق محمد

بابكر, 2016:10)

**5-2-4 التعريف الاجرائي:**

مستوى الطموح : هو الاهداف و الغايات الدراسية و المهنية الي يريد الطالب الجامعي تحقيقها. و يقاس هذا المستوى بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس مستوى الطموح.

**6\_دراسات السابقة:**

سننتاول في هذا القسم الدراسات العربية و الاجنبية المتعلقة بالاحترق النفسي و كذلك

مستوى الطموح حسب التسلسل الزمني:

بالاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت الاحترق النفسي عند الطلبة الجامعيين وجد انه

يوجد نقص في هذه الدراسات مما اضطر الباحثان الى ذكر بعض الدراسات التي تناولت الاحترق

النفسي لغير طلبة الجامعة. و يجدر بنا ذكر انه لم تجد ا لطلبتان دراسة واحدة جمعت في علاقة بين الاحتراق النفسي و مستوى الطموح.

### \_ الدراسات العربية التي تناولت الاحتراق النفسي لغير طلبة الجامعة:

دراسة د.محمد جواد الخطيب(2007) :

حيث هدفت هذه الدراسة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي و مرونة الانا لدى المعلمين الفلسطينيين ( غزة) استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي لعينة قوامها 462 معلما و معلمة تم اختيارهم بالطريقة عشوائية طبقية من جميع المراحل التعليمية، استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي و مقياس مرونة الانا، و استخدم الباحث في المعالجة الاحصائية معامل ارتباط و النسب المئوية و الاختبار الثاني و تحليل التباين، و اظهرت النتائج الدراسة عدم وجود علاقة ارتباط بين ابعاد الاحتراق النفسي و مرونة الانا لدى الفلسطينيين في محافظات قطاع غزة و عدم وجود مستويات مرتفعة في ابعاد الاحتراق النفسي و وجود مستويات مرتفعة في ابعاد مرونة الانا.

(محمد جواد

الخطيب,2007)

دراسة ا.ابوفرة مختار, منصورى مصطفى(2014) :

و هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي، وكذلك معرفة ما اذا كانت توجد فروق ذات دلالة احصائية في علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي تبعا لاختلاف لمتغير الجنس ، سنوات الخبرة لدى عينة اساتذة التعليم الثانوي، استخدم الباحثان المنهج الوصفي لعينة بلغت 337 استاذا و استاذة، طبق عليهم مقياس مسلاش للاحتراق النفسي و مقياس الرضا الوظيفي و اعتمد الباحثان في المعالجة الاحصائية للبيانات على النسب المئوية و معامل الارتباط بيرسون و معادلة الفرق بين معاملات الارتباط، وقد اظهرت النتائج انه يوجد

علاقة سلبية دالة احصائيا بين الاحتراق و الرضا الوظيفي لدى اساتذة التعليم الثانوي، ولا توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي تعزى لمتغير سنوات الخبرة و الجنس. (بوفرة مختار، منصورى مصطفى: 2014)

دراسات العربية التي تناولت الاحتراق النفسي لطلبة الجامعة:

دراسة ا. نبيلة باوية (2012):

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين مع الاخذ بعين الاعتبار المتغيرات التالية: الجنس، التخصص الدراسي، نمط الإقامة و اثر هذه المتغيرات على الاحتراق، استخدمت الباحثة مقياس الاحتراق النفسي على عينة قوامها 170 طالب و طالبة، تم اختيارهم بالطريقة عشوائية و ثم الاعتماد في المعالجة الاحصائية على التكرارات و النسب المئوية و المتوسطات الحسابية و قيمة (ت) لدلالة الفروق، ومنه توصلت الدراسة الى النتائج التالية: مستوى الاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي مرتفع ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الطلبة تبعا لمتغيرات الجنس، نمط الإقامة، التخصص.

(نبيلة باوية, 2012)

دراسة اسمى عبد الحافظ الجعافرة و اخرون (2013) :

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القاطنين في المنازل الداخلية و علاقته بعدد من المتغيرات وهي الجنس ، المستوى الدراسي، التخصص، التحصيل الدراسي، اتبع الباحثون المنهج الوصفي التحليلي لتحقيق اهداف الدراسة، تكونت عينة الدراسة من 329 طالبا و طالبة تم اختيارهم من 17 سكنا داخليا، طبق عليهم مقياس الاحتراق النفسي المعد من قبل ماسلاش الم قن للبيئة الاردنية، و تم استخدام في المعالجة الاحصائية المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية ، و اختبار (ت) و تحليل التباين، و

توصل الباحثون الى النتائج التالية: ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القاطنين في المنازل الداخلية، و هناك اختلافات واضحة دالة احصائيا في ابعاد الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور و كذلك تبعا لمتغير المعدل التراكمي في بعدي الاجهاد الانفعالي و تبدل المشاعر و ذلك عند الطلبة ذوي المعدلات المتدنية، كما انه لا يوجد فروق دالة احصائيا في ابعاد المقياس تبعا لمتغير التخصص الاكاديمي و المستوى الدراسي.

(اسمى عبد الحافظ الجعافرة واخرون, 2013)

### دراسة مجيدر بلال(2017):

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مشكلة الاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعيين في كلية الطب,استخدم الباحث المنهج الوصفي من اجل الكشف عن حقيقة الاحتراق النفسي على عينة قوامها 80 طالب,اعتمد الباحث المنهج الوصفي,وفي جمع البيانات على تصميم مقياس مكون من 20 بند تم تقسيمه الى ثلاثة ابعاد وهي الاستنزاف الانفعالي,تبدل المشاعر,نقص في الشعور بالانجاز الشخصي وكما اعتمد في المعالجة الاحصائية على التكرارات والنسب المئوية,وبعد المعالجة الاحصائية توصل الباحث ان الطالب الجزائري يعاني من احتراق نفسي في مختلف ابعاده

(بلال مجيدر: 2017,61)

### \_دراسات الاجنبية التي تناولت الاحتراق النفسي:

#### \_دراسة فوغباز و اخرون(2007):

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الاحتراق الوظيفي لدى المحاضرين العاملين في جامعة اناتورك، في تركيا، تكونت عينة الدراسة من 180 استاذ (محاضر) يعملون بالجامعات المذكورة من مناطق مختلفة من تركيا، استخدم الباحثون مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، و اظهرت ان مستوى الاحتراق النفسي يتاثر بمجموعة من العوامل المستقلة و الصفات الشخصية

مثل العمر و الجنس و مستوى التعليم و الخبرة و مكان السكن و الجامعة التي يعمل بها  
(محمد)

معروف: (56,2013)

### \_ دراسة بلاتس دو وا جاليوتيس (2008):

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة مكونة من 127 معلما و معلمة من معلمي التربية الخاصة في المرحلة الابتدائية باليونان، وقد توصل الباحثان الى وجود مستويات منخفضة من الاحتراق لدى عينة الدراسة في الابعاد الثلاثة لمقياس مسلاش، كما اشارت النتائج الى وجود علاقة سلبية ودالة احصائيا بين مستويات الاحتراق النفسي و مستويات الرضا الوظيفي ، في حين اظهرت الدراسة عدم وجود فروق دالة احصائيا في مستويات الاحتراق تعزى لمتغير الجنس.

(سعيدالظرفي,ابراهيم القريوتي, 2010:178)

### دراسات التي تناولت مستوى الطموح:

#### \_دراسات العربية التي تناولت مستوى الطموح

#### دراسة د. زياد بركات(2009):

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في ضوء متغيرات: الجنس، التخصص، التحصيل الاكاديمي، استخدم الباحث المنج الوصفي التحليلي لعينة قوامها 378 طالبا و طالبة و استخدم مقياس لمفهوم الذات و مقياس لمستوى الطموح، وللتحقق من اهداف الدراسة احصائيا تم استخدام برنامج الرزم الاحصائية

Spss و اختبار معامل الارتباط بيرسون و متوسطات حسابية و اختبار التباين و (ت)، و اظهرت النتائج ان مستوى مفهوم الذات و مستوى الطموح لدى افراد الدراسة هما بالمستوى المتوسط، وهناك ارتباط موجبا بين مفهوم الذات و مستوى الطموح لدى الطلبة، كما بينت النتائج وجود فروق دالة احصائيا في درجات الطلاب على مقياس مفهوم الذات و مستوى الطموح تبعا لمتغير التحصيل الدراسي لصالح فئة طلاب ذوي التحصيل المرتفع، وعدم وجود فروق جوهرية في هذه الدرجات تبعا لمتغير الجنس، التخصص.

(زيادبركات، 2009)

**دراسة حسن عبيد جبر (2012) :**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين المناخ الدراسي و مستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الرابعة في كلية الفنون الجميلة و معرفة إذا ما كانت توجد فروق ذات دلالة معنوية بين كل من المناخ الدراسي و مستوى الطموح تبعا لمتغير التخصص و تكونت عينة البحث 100 طالب و طالبة تم اختيارهم بالطريقة عشوائية تضم 4 اقسام، استخدم الباحث مقياس للمناخ الدراسي و مقياس لمستوى الطموح، و اعتمد الباحث على الوسائل الاحصائية الاتية: معامل الارتباط بيرسون و اختبار (ت) و اسفرت النتائج انه توجد علاقة ارتباطية عالية بين المتغيرين ( المناخ الدراسي و مستوى الطموح) و كذلك توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المناخ الدراسي و مستوى الطموح تبعا لمتغير التخصص. (حسين عبيد جبر: 2012)

**دراسة صالحى هناع (2012):**

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين الضغط النفسي و مستوى الطموح الدراسي و الكشف عن فروق في الضغط النفسي لمتغير الجنس و المستوى الدراسي و التخصص، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الاستكشافي على عينة بلغت 200 طالب مقيمين بالاقامة الجامعية و تم اختيارهم بطريقة عشوائية و استخدمت الباحثة استبيان للضغط النفسي و استبيان



لمستوى الطموح و تم معالجة البيانات باساليب احصائية تمثلت في معامل الارتباط بيرسون، و سبيرمان و اختبار (ت) و الانحراف المعياري و المتوسط الحسابي، و بعد جمع البيانات و معالجتها احصائيا اسفرت النتائج على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الضغط النفسي، و مستوى الطموح الدراسي لدى الطالب الجامعي المقيم ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس و التخصص و المستوى الدراسي.

(صالحي هناء:2012)

### دراسة فضيلة و فاطمة ميسة(2014):

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن علاقة الرضا عن التخصص الدراسي بمستوى الطموح لدى الطالب الجامعي، و الكشف عن الفروق بين الطلبة في الرضا عن التخصص و مستوى الطموح حسب متغير الجنس و التخصص، تم اجراء الدراسة على عينة مقدره ب 89 طالب و طالبة، و باتباع المنهج الوصفي الارتباطي و المقارن و باستعمال الاساليب الاحصائية المناسبة و بادوات جمع البيانات ( مقياس التخصص الدراسي، مقياس مستوى الطموح) توصلت الباحثتان انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الرضا عن التخصص الدراسي و مستوى الطموح لدى عينة الدراسة، و لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور و الاناث في الرضا عن التخصص الدراسي و مستوى الطموح، و توجد فروق بين الطلبة في التخصص.

(فضيلة,فاطمة:2014)

### \_دراسات الاجنبية التي تناولت مستوى الطموح:

#### دراسة براندي 2002:

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على مستوى الطموح لدى طلاب العلوم و الاداب و علاقته بالانبساطية و العصائية و تكونت عينة الدراسة من 100 طالبا و طالبة من كلية العلوم و كلية

الاداب، وقد اظهرت النتائج وجود فروق دالة في مستوى الطموح تعزى لنوع الكلية لصالح طلاب كلية العلوم، وكما بينت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الطموح تبعا لمتغير الجنس، كما بينت النتائج ان مستوى الطموح لدى الطلاب كان مرتفعا اجمالا.

#### دراسة ماركوربيانكس 2004:

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين القدرة العقلية و سمات الشخصية و مستوى الطموح، و تكونت عينة الدراسة من 1500 طالبا و طالبة من مراحل التعليم الثانوي و الجامعي، وقد خلصت النتائج الى وجود ارتباط دال وجوب من القدرة القلية و التحصيلية و بعض سمات الشخصية و مستوى الطموح، كما بينت النتائج وجود فروق في مستوى الطموح في كل من متغيري الجنس و التخصص الدراسي لصالح الذكور و الطلاب من التخصصات العلمية و المهنية.

(زياد بركات، 2009: 10)

#### دراسة افزالور و دولوموني 2000:

وهدفت هذه الدراسة لمعرفة العلاقة بين مستوى الطموح و الجنس و المستوى الاجتماعي الاقتصادي لدى عينة عشوائية من 148 طالبا و طالبة جامعيين في سنتهم الاخيرة في الجامعة باوغونغ في مدينة اسام في الهند، استخدم الباحثان مقياس مستوى الطموح من اعداد بارغاف و شاه ، ونتج من الدراسة ان الطلاب اكثر طموحا من الطالبات، وان هناك علاقة موجبة دالة احصائيا بين مستوى الطموح و مستوى الاجتماعي الاقتصادي لدى الطلاب بينما لم تكن هذه العلاقة واضحة لدى الطالبات.

(هبة الله خياطة، 2015: 70)

#### 7\_ استثمار الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة نجد انها تناولت متغيرات الدراسة الحالية كل على حدى، و نجد معظم الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي عند المهنيين و العمال و عدد قليل من الدراسات التي تناولت الاحتراق عند طلبة الجامعة، مع انه قامت الباحثتان بالبحث المستمر عن الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعة و كذلك علاقة الاحتراق النفسي بمستوى الطموح الا انه على حد علم الباحثتان لا توجد دراسات اهتمت بهذه العلاقة . و عليه يمكن تلخيص عدة نقاط بالنسبة للدراسات السابقة فيما يلي:

### استثمار الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي:

#### من حيث المتغيرات:

من اهم المتغيرات التي اهتم بها الباحثين في الدراسات السابقة و التي كانت لها علاقة بالاحتراق النفسي هي علاقة الاحتراق النفسي مع مرونة الانا للباحث محمد جواد الخطيب (2007)، كذلك متغير الرضا الوظيفي الذي تناوله ابو فرة مختار و منصورى مصطفى ( 2014) بدراسته في علاقة مع الاحتراق النفسي و كما تناول في دراسة بيتلروكو نستانتين ( 2005) علاقة جمع بين الاحتراق النفسي و تقدير الذات الجماعي.

اما الباحثة نبيلة باوية ( 2012) و اسمى عبد الحافظ ( 2013) ومجيدر بلال (2017) ربطو الاحتراق النفسي بمتغيرات التالية: الجنس، التخصص الدراسي، نمط الاقامة. وفي هذه الدراسة الحالية يتم ربط الاحتراق النفسي بمتغير مستوى الطموح وذلك بهدف الكشف عن وجود العلاقة ومدى تاثير ظاهرة الاحتراق النفسي على مستوى طموح الطلبة.

#### من حيث الهدف:

اختلفت وتنوعت اهداف التي تم عرضها في الدراسات السابقة، حيث هدفت دراسة نبيلة باوية (2012) الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين، و اتفقت معها

كل من دراسة اسمى عبد الحافظ ( 2013 )، ومجيدلا بلال (2017) و دراسة فوغباز (2007) ، و في المقابل اختلفت هذه الدراسات من حيث الهدف مع دراسة محمد جواد الخطيب ( 2007 ) حيث هدفت الى التعرف عن طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي و مرونة الانا لدى المعلمين و اختلفت مع دراسة بوفرة مختار و منصورى مصطفى ( 2014 ) حيث هدفت الى الكشف عن علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي للاساتذة وفي المقابل هدفت دراسة بيتلركو نستانتين ( 2005 ) الى اختبار العلاقة بين تقدير الذات الجماعي و الاحتراق النفسي و المهني عند المعلمين. اما هدف الذي جاءت به هذه الدراسة هو الكشف عن علاقة الاحتراق النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة كلية العلوم التكنولوجية.

### من حيث المنهج:

اتبعت كافة الدراسات المذكورة المنهج الوصفي و لكن اختلفو في اختيار انواعه، حيث اتبعت دراسة محمد الخطيب ( 2007 ) و اسمى عبد الحافظ الجعافرة ( 2013 ) . المنهج الوصفي التحليلي ، اما دراسة ابوفرة مختار و منصورى مصطفى ( 2014 ) اختلفو مع هذه الدراسات حيث اتبعو المنهج الوصفي الارتباطي و الذي سنتبعه في هذه الدراسة الحالية حيث يعتبر من اكثر استخداما في الدراسات النفسية و التربوية، و في المقابل اتبعت دراسة نبيلة باوية ( 2012 ) الوصفي الاستكشافي.

### من حيث العينة:

اهم الفئة التي تمحورت عليهم الدراسات هي فئة الاساتذة و المعلمين، حيث نجد ان دراستين فقط تناولت متغير الاحتراق النفسي عند طلبة الجامعة و هذه الدراسات للباحثة نبيلة باوية (2012) و اسمى عبد الحافظ ( 2013 ) ومجيدر بلال ، و نظرا لنقص الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعة جاء هدف هذه الدراسة بدراسة هذا الموضوع عينة طلبة الجامعة.

و يجدر بنا ذكر انه اختلفت الدراسات السابقة في اختيار عدد العينة و لم يكن تشابه بين الدراسات في حجم العينة.

وفي الدراسة الحالية قام الباحثان باختيار عشوائيا 104 طالبا و طالبة لكي يمثلو عينة الدراسة.

### من حيث الادوات و الاساليب الاحصائية:

ان اغلب الدراسات استخدمت القياس كمي عن طريق المقاييس الخاصة بكل متغير من متغيرات التي تناولها الباحثون بالدراسة فمثلا استخدم كل من ابوفرة مختار و منصورى مصطفى (2014) و كذلك بيتلروكو نستانتين ( 2005 ) و فوغبان ( 2007 ) و بلاسندو واجليوتيس (2008) مقياس مسلاش للاحتراق النفسي ، اما الباحثة نبيلة باوية (2012) و اسمى عبد الحافظ و اخرون (2013) و مجيدر بلال ( 2017 ) قامو بتصميم مقياس الاحتراق النفسي لفئة طلبة الجامعة وفي هذه الدراسة الحالية تم اعتماد مقياس مجيدل بلال الذي اعده لعينة طلبة الجامعة. و في ما يخص الاساليب الاحصائية ، فقد استخدمت اغلب الدراسات النسب المئوية و الانحرافات المعيارية و المتوسطات الحسائية و معامل الارتباط بيرسون بالاطافة الى اختبار(ت) لدلالة الفروق. وسيتم الاعتماد على معظم هذه الاساليب في الدراسة الحالية.

### من حيث النتائج:

من اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة حول الاحتراق النفسي نجد انه يوجد تباين في النتائج و ذلك تبعا للمتغيرات التي تم ربطها بالاحتراق النفسي وحسب العينة، حيث وجدت علاقة ارتباطية (موجبة و سلبية) بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي و تقدير الذات الجماعي لكل من دراسة ابوفرة مختار و منصورى مصطفى(2014) و بيتلروكو نستانتين(2005).

و كما وجد نسبة الاحتراق النفسي مرتفع لدى الطلبة الجامعيين و هذا ما اظهرت نتائج دراسة نبيلة باوية(2012) و اسمى عبد الحافظ و اخرون ( 2013 ) ودراسة مجيدر بلال(2017). وكما وجد فوغبار واخرون ( 2007 ) ان الاحتراق النفسي مرتفع لدى الاساتذة المحاضرين , وفي المقابل وجد بلاتسدو و اجاليوتيس ( 2008 ) ان مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة المعلمين منخفضة في الابعاد الثلاثة لمقياس ما سلاش.

و اما بالنسبة للفروق في مستوى الاحتراق النفسي التي تعزى لمتغير الجنس وجد انه لا توجد فروق بين الذكور و الاناث و هذا في كل من دراسة بلاتسد و اجاليوتيس(2008) و دراسة نبيلة باوية(2012) و دراسة بوفرة مختار و منصورى مصطفى(2014) . اما في دراسة اسمى عبد الحافظ الحعافرة و اخرون(2013)وجدت انه توجد فروق في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور.

### استثمار الدراسات التي تناولت مستوى الطموح:

#### من حيث المتغيرات:

تنوعت و اختلفت الدراسات التي ربطت بين متغير مستوى الطموح و متغيرات الاخرى حيث من بين المتغيرات التي اهتم بها الباحثين في الدراسات السابقة و التي كانت لها علاقة بمستوى الطموح هي علاقة مستوى الطموح مع مفهوم الذات للباحث زياد بركات ( 2009 )، كذلك متغير المناخ الدراسي لحسين عبيد جبر ( 2012 ) و كما تناولت دراسته باندي ( 2002 ) حيث ربط مستوى الطموح بالانساطية و العصابية. وكما تناولت افزالور ودولوموني ( 2013 ) متغير مستوى الطموح مع متغير مستوى الاقتصادي و الاجتماعي.

و تناولت صالحى هناع (2012) في دراسة متغير مستوى الطموح وعلاقته بالضغط النفسي، بالإضافة الى دراسة كل من فضيلة و فاطمة ( 2014) الذي تناولوا علاقة الرضا عن التخصص الدراسي بمستوى الطموح و بمختلف هذه المتغيرات و الدراسات كانت لعينة طلبة الجامعة.

### من حيث الهدف :

اختلفت الاهداف التي تم عرضها في الدراسات السابقة، حيث هدفت دراسة صالحى هناع(2012)بالكشف عن العلاقة بين الضغط النفسي و مستوى الطموح، واختلفت معها كل من دراسة فضيلة و فاطمة ميسة ( 2014)، حيث هدفت الى الكشف عن علاقة الرضا عن التخصص الدراسي بمستوى الطموح، و في المقابل هدفت دراسة زياد بركات ( 2009) . الى التعرف على علاقة مفهوم الذلت بمستوى الطموح و هدفت دراسة حسين عبيد جبر ( 2012) الى معرفة العلاقة بين المناخ الدراسي و مستوى الطموح. و في الجهة الاخرى هدفت دراسة باندي(2002) الى التعرف على مستوى الطموح لدى طلاب العلوم و الاداب و علاقته بالانبساطية و العصائية، و اختلف هدف هذه الدراسة مع دراسة ماركو بيانكس الكشف فن العلاقة بين القدرة العقلية و سمات الشخصية و مستوى الطموح، وفي المقابل هدفت دراسة افزالور و دولوموني(2013) الى التعرف عن العلاقة بين مستوى الطموح و الجنس و المستوى الاجتماعي والاقتصادي.

### من حيث المنهج:

من حيث المنهج جميع الباحثين في الدراسات الي تم عرضها اتبعو المنهج الوصفي و لكن اختلفوا في انواعه، حيث اتبع كل من فضيلة و فاطمة ميسة ( 2014) و حسين عبيد جبر (2012) المنهج الوصفي الارتباطي وهذا المنهج الذي اتبعته الباحثتان في هذه الدراسة. وفي المقابل اختلفت دراسة صالحى هناع (2012) في اختيار نوع المنهج حيث اتبعت المنهج الوصفي الاستكشافي. اما دراسة زياد بركات(2009) اتبع المنهج الوصفي التحليلي.

**من حيث العينة:**

اهم فئة التي تمحورت عليها الدراسات التي تم عرضها هي فئة طلبة الجامعة حيث نجد ان مختلف الباحثين و الدارسين ركزوا على هذه الفئة من الشباب كما لها اهمية في النهوض بالمجتمع و ازدهاره الفكري و الثقافي و الاجتماعي و الاقتصادي، الا انه اختلف الباحثون في اختيار حجم العينة، حيث ان لكل دراسة عدد معين لحجم العينة بخلاف دراسة حسين عبيد جبر (2012) الذي كانت العينة التي وضعها نفس عينة دراسة باندي (2002) اما في الدراسة الحالية قام الباحثان باختيار 140 طالبا و طالبة من مجتمع الدراسة.

**من حيث الادوات و الاساليب الاحصائية:**

لقد استخدم اغلب الباحثين في الدراسات التي تم تناولها في جمع البيانات و المعلومات المقاييس و مجموعة من الاساليب المناسبة لتحليل البيانات ،حيث قام كل من زياد بركات (2009) و فضيلة و فاطمة ميسة ( 2014 ) و حسين عبيد جبر ( 2012 )، باندي (2002)، ماركوربيانكس (2004)، افزلور و دولوموني ( 2013 ) بالاستعانة بمقاييس لمستوى الطموح، اما الباحثة صالحى هناء (2012) فقامت بتصميم مقياس لمستوى الطموح لفئة طلبة الجامعة، وهذا المقياس تم الاعتماد عليه في الدراسة الحالية.

وفي ما يخص الاساليب الاحصائية التي استخدمت في الدراسات التي تم عرضها نجد انها تنوعت و نذكر منها : الانحرافات المعيارية و المتوسطات الحسابية . و معامل الارتباط بيرسون بالاضافة الى اختبار(ت) لدلالة الفروق.

**من حيث النتائج:**

من اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسات السابقة حول متغير مستوى الطموح نجد انه يوجد تشابه في النتائج و ذلك تبعا للمتغيرات التي تم ربطها بمستوى الطموح حيث وجد ارتباط دال



احصائيا بين المتغيرات المذكور في الدراسة السابقة و مستوى الطموح، و ذلك في كل من دراسة صالحى هناع(2012) و فضيلة و فاطمة ميسة ( 2014 ) ، زياد بركات( 2009) ، حسين غبيد جبر (2012)، ماركو ربيانكس(2004)، فزالورو دولوموني(2013).

و في المقابل بالنسبة للفروق في مستوى الطموح التي تعزى لمتغير الجنس نجد انه يوجد تباين حيث ماركوربيانكس ( 2004) فروق بين الذكور و الاناث في مستوى الطموح ، اما الباحث باندي (2002) و بركات ( 2009) و كل من فضيلة و فاطمة ميسة ( 2014) فلم يجد فروق في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس.

# الفصل الثاني

## الفصل الثانى

### الاحترق النفسى

تمهيد

1/ مفهوم الاحترق النفسى

2/ علاقة الاحترق النفسى ببعض المصطلحات الاخرى

3/ نظريات الاحترق النفسى

4/ اعراض ومستويات الاحترق النفسى

5/ مراحل الاحترق النفسى لدى الطالب الجزائرى

6/ الاسباب التى تؤدى الى حدوث الاحترق النفسى

7/ ابعاد ومؤشرات الاحترق النفسى

8/ استراتيجيات التخفيف من حدة الاحترق النفسى

خلاصة الفصل

## تمهيد:

يعد الاحتراق النفسي مصطلح علمي الذي لم يستعمل إلا حديثاً نسبياً فهو ظاهرة جذبت اهتمام الباحثين حيث انه يشكل احد المخاطر السلبية التي تعترض طريق الفرد و حياته النفسية و الاجتماعية و الأكاديمية , و تسبب له عجزاً و ضعفاً في تأدية واجباته و مهامه. و سنحاول في هذا الفصل تقديم عرض لما ورد في أدب مكتوب و دراسات سابقة فيما يتعلق بمفهوم الاحتراق النفسي و علاقته ببعض المفاهيم و النظريات المفسرة له و اعراضه و مراحلها و أسبابه و أبعاده بالاضافة إلى استراتيجيات التخفيف منه.

## 1\_ مفهوم الاحتراق النفسي:

يعتبر الاحتراق النفسي المرحلة المتأخرة من المراحل التعرض للضغوط النفسية التي تواجه الفرد سواء تعلق الأمر بالجانب الأسري أو الاجتماعي أو المهني، لكن الأساس في ظهور هذا المصطلح هو ميدان العمل و ما قد يعانيه الفرد من أعباء و كثرة المسؤوليات و الضغوطات الشديدة التي قد تؤدي به في نهاية المطاف إلى الإصابة بالضغوط النفسية، ومنه إلى الاحتراق النفسي .

لكن ما أشرت إليه بعض الدراسات هو ان هذا المصطلح تم استخدامه في الأصل للدلالة على المرضى الفصامين المزمنين الذين تدهورت حالتهم إلى حد كبير فوصلوا إلى حالة شديدة من الانسحاب من المجتمع و من البلادة إزاء الأحداث و الواقع و الآخرين، مع هبوط النشاط وضعف الحركة .

(نبيلة باوية ، 2012 :321)

و من أهم الرواد الأوائل الذين عرفوا هذا المصطلح (هربرت فرويد بنرجر و كريستينا ما سلاش حيث يعتبر المحلل النفسي الأمريكي هربرت فرويد بنرجر 1974 freudemberger هو أول من ذكر مصطلح الاحتراق النفسي burnout، و إضافة إلى ميدان البحث السيكولوجي وذلك من واقع تجربته الخاصة على بعض المتطوعين باحدى العيادات الجانية بمدينة نيويورك ،فاورد المعنى المرادف لمصطلح burnout، ويعني يجهد او يرهق و يصبح منهكا ، و لان تعريفه الأول لم يكن بالتعريف الشامل ، و لكنه كان يحمل معنى مرادف للمصطلح الوارد بالقاموس فعرفه

1974 بأنه أفراد الفرد في استخدام طاقته ،حتى يستطيع تلبية متطلبات العمل الزائدة عن قدرته ،وقد تم تعريفاً آخر يعكس نتائج تطور مصطلح احترق النفسي اعتمد فيه على زملة أعراض الاحترق النفسي و التي تتضمن :الانتهاك، والمشاعر السالبة و الاتجاهات السالبة نحو العمل و الزملاء .

و يجدر بنا ذكر إسهامات كريستينا ماسلاش 1981maslashم حيث تعتبر اختصاصية في علم النفس الاجتماعي بجامعة بيركلي، و لكريستينا ما سلاش لها تأثير واضح في تطور دراسة الاحترق النفسي فقد اضافت الدراسات الأولى التي أجرتها مع آخرين بجامعة بيركلي شهرة أكثر لهذا المصطلح، حيث وصفته بأنه مجموعة أعراض يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعاً من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس، و تتمثل هذه الأعراض في : الاجتهاد الانفعالي، تبدل المشاعر، ونقص الانجاز الشخصي، و توالى مجهوداتها بعد ذلك، حيث أضافت تعريفات أكثر وضوحاً إضافة إلى شهرة الأداء التي أعدتها .

(كرم نشوة، أبو بكر دردير، 19،182007)

وقد شهد هذا المصطلح منذ ظهور اهتمام كبير من طرف الباحثين و المختصين حيث قدموا تعريفات عديدة، ورغم تعددها إلا أن هناك اتفاق على معناه وفي ما يلي نورد بعض تعريفات الباحثين لهذا المفهوم :

عرف لازاريوس (Iazaus) الاحترق النفسي بأنه حالة من الإنهاك التي تحصل نتيجة للأعباء و المتطلبات الزائدة و المستمرة الملقاة على عاتق الأفراد، بما هو أكثر من طاقاتهم و قدراتهم، و يمكن التعرف على هذه الحالة عبر مجموعة من الأعراض النفسية و الجسدية التي تصيب الأفراد بدرجة تختلف من شخص لآخر .

(معن محمد)

احمد، 2008:96) أما تايلر (Taylor) فقد عرف الاحترق النفسي بأنه عبارة عن الإرهاق و استنفاد القوة و النشاط و عرفه ريسي و برانديت (Reece et Brandt) بأنه الشعور بالاستنزاف العاطفي، العقلي، والجسمي يوماً بعد الآخر حتى يصل الشخص الى ما بعد الاجتهاد، و حالة من الشعور بفقدان الاحساس.

(نعيمة طيبي، 2013،17)

و ايضا تعرف كل من ما سلاش و جاكسون ( Maslash et Jackson 1981 ) الاحتراق النفسي بأنه إحساس الفرد بالإجهاد الانفعالي، و تبدل المشاعر، و انخفاض الانجاز الشخصي، و يعرف الإجهاد الانفعالي Emotional Eschaustion بأنه فقد طاقة الفرد على العمل و الأداء و الإحساس بزيادة متطلبات العمل، بينما يعرف تبدل المشاعر Deprsonailzation بأنه شعور الفرد بأنه سلبي وصارم وكذلك احساسه باختلال حالته المزاجية، أما انخفاض الانجاز الشخصي Personal accomplishment lawer فيعرف بأنه امساس الفرد بتدني نجاحه، واعتقاد بان مجهوداته تذهب سدى.

(كرم نشوة، أبو بكر دردير، 2007: 20)

كما عرف سامر جميل رضوان ( 2007 ) الاحتراق النفسي كحالة جسدية و نفسية من الاحتراق أو الخمول أو الانطفاء، و حالة من الفراغ الذهني و الإنهاك الجسدي المطلق. أما فهد السيف (2000) فيعتبره كحالة عقلية و خبرات نفسية داخلية تعبر عن إنهاك عاطفي و تبدل الشعور و عدم القدرة على تحقيق الذات لدى الفرد.

(طايبي نعيمة: 2013, 7)

و في دراسة للباحثة نبيلة باوية عرفت الاحتراق النفسي هو مرحلة الاستنزاف و الاستنفاد الانفعالي او العاطفي التي يصل اليها الطالب الجامعي نتيجة أعباء الدراسة المعبر عنها من خلال الأبعاد المتمثلة في الإنهاك الانفعالي، نقص الشعور بالانجاز، تبدل المشاعر.

(نبيلة باوية: 2012, 321)

من خلال التعاريف السابقة لمفهوم الاحتراق النفسي يمكننا القول بأنه مجموعة من المظاهر السلبية تصيب الفرد كالشعور بالإجهاد و التعب النفسي و البدني و العجز و فقدان الاهتمام بالآخرين و عدم الرضا عن الانجاز الشخصي و هذا نتيجة للضغوطات الشديدة و المتواصلة و كثرة المسؤوليات و المتطلبات الزائدة و مستمرة الملقاة على عاتق الأفراد، فكل هذه الضغوطات الشديدة التي تفتقر لعوامل التخفيف منها، تؤدي في نهاية المطاف إلى الإصابة بالضغوط النفسية و منه إلى الاحتراق النفسي .

## 2- علاقة الاحترق النفسي ببعض المصطلحات الأخرى :

ما يميز الكثير من المفاهيم السيكولوجية هو التشابه الذي يربط بعضها البعض و صعوبة الفصل بينهما في بعض الأحيان، و الاحترق النفسي لا يخرج من هذا الاستثناء، حيث يرتبط بمفاهيم قريبة و متشابهة معه من بينها :

### 1\_2\_ الاحترق النفسي و الضغط النفسي :

تعتبر العلاقة بين الاحترق النفسي و الضغط النفسي عبارة عن علاقة سبب و نتيجة، حيث أن الاحترق النفسي هو حالة يصل إليها الفرد بسبب تعرضه لضغوط شديدة و مستمرة.

(محمد معروف، 2013:14)

و قد رأى الكثير من الباحثين أن هناك علاقة متبادلة ووثيقة بين المصطلحين على رغم من عدم تطابقها فقد ذكر فاربر أن الضغوط النفسية تكون دائما و أبدا سلبيا ، و يرى فاربر أن الاحترق النفسي في أحوال كثيرة لا يكون نتيجة للضغوط النفسية التي لاتحظى بالاهتمام ولا تجد المساندة الضرورة على الوجه الذي يؤدي إلى تلطيف اثارها والحد من مضاعفتها.

(نعيمة طايبي: 2013,56)

### 2\_2\_ الاحترق النفسي و الاكتئاب :

إن الاحترق النفسي يشترك مع مقياس الاكتئاب ل بيك ( Beck ) خصوصا في البنوك المتعلقة بالسلبية و صعوبة مباشرة الأفعال، فالإنهاك الانفعالي يشبه تعب الاكتئاب و تبرد الشعور يوافق الانطواء حول الذات في حالات الاكتئاب، إما نقص الشعور بالانجاز الشخصي فيوافق الشعور بعدم القدرة و فقدان الأمل و انخفاض الفعالية التي نجدها بكثرة في حالات الاكتئاب . و لطالما اهتمت دراسات عديدة من بينها دراسة كل من Sanderson et Andrews 2006 , Raitasalo et Maaniemi بالعلاقة الوطيدة بين الاحترق النفسي و الاكتئاب الذي يعد من ابرز الاضطرابات الانفعالية التي يتم وصفها عند التطرق الى الاحترق النفسي.

وحسب تحليل النتائج 18 دراسة تم فيها قياس الاكتئاب و الاحترق النفسي في نفس الوقت، توصل Mchnight et Glass 1995 إلى إن الأعراض الاكتئابية والاحترق النفسي لها مصادر اثنولوجية (مرضية) مشتركة، كما أن تطورهما يتم بتفاعل شديد ، ان الاكتئاب و الاحترق النفسي

يرتبطان امبريقيا مع انهما يختلفان من حيث المفهوم، إلا إنهما يتضم ران جملة من الميكانيزمات المعرفية و الانفعالية المشتركة (الانفعالية، السلبية، الإنهاك، الانطواء حول النفس، الشعور بعدم فعالية الذات) كما ان العلاقة القائمة بينهما قد تعود إلى المحددات الظرفية و الاستعدادات المشتركة. وعلى الرغم من التداخل بين أعراض الاكتئاب و الاحتراق النفسي إلا إنهما مفهومين متمايزين و يتضمنان أعراض جد متباينة، فالاحتراق النفسي إذ يكون في الميدان العملي نظيرا لما يمثله الاكتئاب في مجال الحياة بشكل عام من حيث انه يعمل على الاضرار الكلي براحة الفرد.

## 2\_3 الاحتراق النفسي و الاضطرابات الجسمية :

يشير مفهوم الاحتراق النفسي إلى حالة من الإنهاك العقل ي و الانفعالي الجسيمي التي تعتري الفرد لتعرضه المستمر للضغوط و بما ان الاحتراق النفسي نشأ عن الضغوط النفسية، فمن غير المدهش أن يكون مرتبطا بالتغيرات في الوظائف الفيزيولوجية و العصبية. فمن جهة طه فرج عبد العظيم 2006 أكد على أن الاحتراق النفسي يعمل على زيادة عملية إفراز كمية من الأدرينالين في الدم مما يؤدي إلى سرعة ضربات القلب و ارتفاع الضغط الدموي و زيادة نسبة السكر في الدم و اضطراب الأوعية الدموية إضافة إلى زيادة عملية التمثيل الغذائي في الجسم مما يضاعف الشعور بالإنهاك، كما ان ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم يؤدي إلى زيادة احتمال تصلب الشرايين و الأوعية القلبية عند الأفراد الذين يعانون من احتراق نفسي.

و قد اوضح كل من Parkr rt Kulik (1995) بان الاحتراق النفسي غالبا مايؤثر على الصحة الجسمية للفرد الذي قد يعاني من الشعور بالغبثيان و اضطرابات المعدة او الامعاء، والآلام المتفرقة على مستوى المفاصل و الظهر، إضافة الى الإرهاق و التعب المفاجئ المصحوب بضعف العضلات و الآلام العضلية و الصداع و الم الرأس.

(نعيمة طايبي، 2013 :56،65)



## 2\_4\_ الاحتراق النفسي و القلق :

إن الشعور بالقلق قديتكون لدى الفرد منذ الطفولة بعكس الاحتراق النفسي الذي يرتبط بأداء الفرد لعمل معين، وقلق هو عبارة عن شعور بالوحدة و قلة الحيلة وعدوان مضاد لبيئة يدركها الفرد على انها عدائية. و يتكون القلق من مشاعر و أفكار مزعجة قد تصل إلى القلق الحاد مما يشير إلى وجود صراع انفعالي غير واعي، وقد يتفاقم هذا الصراع فيولد ضغطا على الفرد لا يتحملة ثم يشتد مع الوقت فيتحول إلى الاحتراق النفسي.

(محمد معروف، 14، 2013)

## 2\_5\_ الاحتراق النفسي و الإجهاد النفسي و التعب :

قد رأى الكثير من الباحثين ان هناك علاقة متبادلة ووثيقة بين المصطلحين حيث أن الإجهاد عبارة عن عبء انفعالي زائد، ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة فتؤدي إلى الإنهاك البدني و النفسي، و إذا اعتبر قريبا الإجهاد الانفعالي، فانه يمثل احد مكونات الاحتراق النفسي، كما يعتبر عرضا من أعراضه العديدة. و يمكن أن نعتبر الضغط سابق على الإجهاد النفسي، كما إن الإجهاد يشكل ضغطا أيضا فهي علاقة دائرية، قد لاتكون لها نهاية بين الضغوط النفسية و الاجهاد النفسي.

(عبد الله سمحي السبيعي، 2014)

أما الاحتراق النفسي و التعب ليس بالضرورة أن كل من يشعر بالتعب فهو محترق نفسيا و إن كان الشعور بالتعب و الإنهاك من سمات الاحتراق النفسي، هذا الأخير الذي يتسم بالثبات و الاستمرارية و يكون من جراء الظروف العمل و علاقة الفرد مع مجتمع و بيئة العمل و بناء اتجاهات سلبية نحو العمل، بينما التعب فيظهر في فترات العمل كحالة جسدية أو حتى شعورية سرعان ما تنتهي بعد انتهاء العمل فهو حالة مؤقتة.

(محمد)

(معروف: 2013، 15)

### 3\_ نظريات الاحترق النفسي :

لم يدرس مفهوم الاحترق النفسي بشكل محدد وواضح في النظريات النفسية و إنما بدأ بصورة استكشافية و تم ربطه بضغط العمل، و من خلال الاطلاع على الأدب التربوي لعلم النفس نجد أن هناك مجموعة من اتجاهات و نظريات فسرت ظاهرة الاحترق النفسي نذكر منها :

#### 3\_1 النظرية المعرفية :

من رواد هذه النظرية نذكر لازاروس و آخرون Lazarus et la إذ يروا أن الاحترق النفسي يكمن في تقييم الخاطئ عند الفرد للعلاقة بينه و بين البيئة إذ يراها بأنها مرهقة و يتجاوز قدرته على التكيف و تعرض وجوده للخطر.

و تقوم هذه النظرية على أن المعرفة عامل يتوسط الموقف و السلوك، حيث أن الإنسان يفكر في موقف أو وضع معين، و تكون الاستجابة لهذا الموقف تعتمد على درجة فهمه و إدراكه لهذا الموقف و ليست استجابة عفوية تلقائية.

وظهرت في هذا المجال نظرية العلاج المعرفي (أو التقدير المعرفي) إذ ترى هذه النظرية ان الأشخاص الذين يعانون من مشاكل الاكتئاب و الاحترق النفسي هم أشخاص لديهم أخطاء في طريقة تفكيرهم كما يحملونه من آراء و اتجاهات و معتقدات حول أنفسهم ونحو الأحداث الضاغطة، برغم إن هذه الأحداث الضاغطة هي في حقيقتها اقل خطر من الطريقة التي بدر بها الأشخاص هذه الأحداث، فنجدهم يتصورون الأحداث الصغيرة في صورة كوارث كبيرة، و يري أصحاب هذه النظرية ان الضغوط النفسية و الاحترق النفسي لا يمكن عزلهما عما يتعلمه الفرد من البيئة المحيطة به، و تعمل الضغوط على أحداث اضطرابات في التنظيم العقلي يتمثل في تشوهات إدراكية ثم يليها التأثير النفسي مصحوبا بمظاهر جسدية.

(محمد معروف،28،2013)

#### 3\_2 النظرية السلوكية :

يرى أصحاب هذه النظرية أن السلوك هو نا نتج عن الظروف الفيزيقية و البيئية، و لم تتجاهل هذه النظرية مشاعر و أحاسيس الإنسان، مثلما تتجاهل العمليات الداخلية له مثل الإرادة

و الحرية و العقل، وحسب نظرة أصحاب هذه النظرية فان الاحتراق هو حالة داخلية شأنه شأن القلق و الغضب، ولهذا نجد إن النظرية السلوكية ترى إن الاحتراق النفسي هو نتيجة لعوامل بيئية، و إذا ما تم ضبط تلك العوامل فانه من السهولة التحكم بالاحتراق النفسي، و هذا ما تؤمن به الكثير من النظريات و الدراسات العلمية حاليا في أهمية و ضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية في مختلف مجالات العمل.

و ترى هذه النظرية السلوك الإنساني إلى مصدر عقلي داخلي، أي ان الإنسان يفكر فقط في الموقف الذي يتواجد فيه و يسعى إلى الاستجابة من اجل الوصول إلى أهداف يحددها، وعليه إذا أدرك الإنسان الموقف إدراكا ايجابيا فان ذلك يقود بالضرورة إلى حالة من الرضى و المعنوية العالية، و التكيف الايجابي معه، أما الإدراك السلبي فيؤدي إلى ظهور أعراض الاحتراق النفسي. تقوم هذه النظرية على تفسير سلوك الإنسان على انه قوى داخلية تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الأنا و ألهو و الأنا الأعلى الذي يسبب القلق و الاكتئاب، و الاحتراق و التوتر و الانفعال و التي هي مصادر السلوك الظاهري للإنسان مثل تبدل الشعور و الإجهاد و الانعزال عن الآخرين، و تلتقي هذه النظرية مع النظرية المعرفية في تفسير سلوك الإنسان.

(مهند عبد سليم عبد العلي، 2003: 57،58)

و حسب سكينر فانه يمكن التحكم بعملية الاحتراق بالدرجة التي يستطيع فيها التحكم بالظروف البيئية المحيطة.

(محمد

معروف، 2013،30)

### 3\_3\_ نظرية التحليل النفسي :

تؤكد هذه النظرية إن السلوك امر حتمي لا يحدث بالصدفة أو بشكل عشوائي و حسب فرويد فان أسباب محددة كامنة وراء الظواهر السلوكية البسيطة مثلا زلات اللسان و نسيان الأسماء و المواعيد، فحاول ان يجد تفسيراً لهذه السلوكات استناداً إلى (ألهو، الأنا، الأنا الأعلى) حيث تقود

نزوات الهو الى السلوك المتهور و تقود عمليات الأنا إلى السلوك المنطقي والانا العليا تقود الى السلوك الأخلاقي.

وفي هذا المجال برزت نظرية المقاومة و الهروب هذه النظرية التي صاغها كانون Cannon وقد اعتمدت على الجوانب البيولوجية في تفسير و دراسة الضغوط النفسية،وتؤكد هذه النظرية أن الحياة البشرية تجلب معها العديد من الأحداث الضاغطة،المرغوبة و الغير مرغوبة التي قد تهدد الحياة، مما يحتم على الأفراد أن يكافحو المقاومة هذه الأحداث ما تظهر عليهم تغيرات و اضطرابات عديدة تعيق التكيف العام للفرد مع مختلف المواقف.

### 3\_4\_ النظرية الوجودية :

تبلورت أفكار هذه المدرسة على يد الفيلسوف الدنماركي سوزن كيجارد و من اتباعها تيتشة و سارتر فعندما لا يعيش الإنسان وجوده ولا يدرك إمكاناته و قدراته وان لا يكون طرفي تحقيق ما يريد و أن لا يدرك نواحي ضعفه ولا طبيعة متناقضات هذه الحياة فان صحته النفسية تكون مهددة وقد يؤول به الأمر إلى الاحتراق النفسي. و تركز هذه النظرية في تفسير هل للاحتراق النفسي على عدم وجود معنى في حياة الفرد،فحينما يفقد الفرد الهدف و الغاية من الحياة فانه يعاني نوعا من الفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم أهميته في الحياة فيحرمه من التقدير الذاتي الذي يشجعه على مواصلة حياة عادية، لا يحقق أهدافه مما يعرضه للاحتراق النفسي.

### 3\_5\_ النظرية الإنسانية :

ويمثل هذا الاتجاه كل من روجر زاماسلو و ستين و فروم و تنظر هذه النظرية الى ان الانسان متكامل وان الطبيعة البشرية خيرة بالطبع، و لكنها تتأثر بعدم تحقيق الذات، و يرى روجرز أن تحقيق الذات هو المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات، التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى التوتر و القلق و سوء التوافق النفسي.

و يؤكد روجرز أن هناك اتصالاً وثيقاً في مفهوم تقبل الذات و تحقيقها و بين الصحة النفسية.

كمان عدم تحقيق الحاجات الإنسانية وفق هرم مندرج لماسلو قاعدته الحاجات الأساسية وقيمة الحاجة إلى تحقيق الذات، من شأنها يحدث اضطرابات في الصحة النفسية للفرد قد يؤدي إلى جملة من الاضطرابات النفسية منها الاحتراق النفسي.

(محمد معروف، 2013: 29،30)

### 4\_ أعراض و مستويات الاحتراق النفسي :

#### 4\_1\_1 أعراض الاحتراق النفسي :

- ان السلوكات التي تظهر لدى الشخص المصاب بالاحتراق النفسي، ماهي الا حالة من الهروب النفسي يتخذها الفرد حماية له و خوفاً من سود حالته أكثر فأكثر، و من أهم هذه الأعراض :
- قلة الإحساس بالمسؤولية\_ استنفاد الطاقة النفسية \_التخلي عن المثاليات و زيادة السلبية في الشخص \_لوم الآخرين في حالة الفشل\_ نقص الفعالية الخاصة في الأداء.
- كما حاول بعض الباحثين كذلك تفسير ظاهرة الاحتراق النفسي من خلال الأعراض التالية :

#### 4\_1\_1\_1 الأعراض الفسيولوجية الجسمية :

ارتفاع ضغط الدم، الأم في الظهر، الإنهاك الشديد، حيث يفقد حماسه و نشاطه، و قد يتحول الشعور بالإنهاك إلى مرض حقيقي، الصداع المستمر، ضغط عام في الجسم، و منه خلل في بعض أجهزة الجسم.

#### 4\_1\_2\_الأعراض المعرفية الإدراكية :

عدم القدرة على التركيز، المزاج الساخر، تغير في نمط الإدراك، حيث يتحول من شخص متساهل الى شخص عنيد، متصلب متشدد.

#### 4\_1\_3\_الأعراض النفسية:

التغيرات في العواطف، و تكون هذه التغيرات سلبية و مزعجة و أكثرها حدة الشعور بالإحباط، الإحساس بالعجز و اليأس إضافة إلى الشعور بالخوف و القلق و الاكتئاب و البلادة و الانعزال.....الخ.

#### 4\_1\_4\_الأعراض السلوكية:

تبدأ بالشكوى، بطء الأداء، عدم الرضا، الانجاز المتدني، التغيب المستمر و الانسحاب من حياة الأشخاص الذين يتعامل معهم.

(نبيلة باوية، 2012:322)

#### 4\_1\_5\_الأعراض الاجتماعية:

عدم الثقة بالآخرين، الانسحاب الاجتماعي، العنف، التشدد من الآخرين ، الدخول في صراعات مع الزملاء.

#### 4\_1\_6\_الأعراض المعرفية :

عدم القدرة على التركيز، تغير في نمط الإدراك، التشدد، عدم المبالاة، إهمال الواجبات لبيداغوجية، عدم الانضباط و الالتزام و التغيب و التأخر.

(بلال مجيدر، 2017:63)

و كما قسم الشعبي ( 2003) من خلال مراجعته للدراسات السابقة اعراض الاحتراق النفسي الى ثلاثة أقسام:

ا\_ اعراض جسمية: وتتمثل بالاجهاد الجسمي و الارهاق و التوتر العضلي والام الراس بالاضافة للتعب الشديد.

ب\_ اعراض سلوكية وتتمثل في رفض الاداء و التغيب عن العمل وعدم التفاعل و الارتباط، و القسوة تجاه الاخرين، بالاضافة الى الرغبة بترك العمل.

ج\_ اعراض نفسية كالغضب و التوتر و الملل و القلق والاحساس بالذنب و فقدان الشهية او زيادتها و كذلك الاكتئاب.

(اسمى عبد الحافظ الجعافرة واخرون، 2013:302)

#### 4\_2\_2\_ مستويات الاحتراق النفسي :

ان ظهور هذه الاعراض تختلف من شخص لآخر، مما يؤدي الى الاختلاف في مستويات الاحتراق النفسي كذلك، و التي حددها سبانيول 1979 كما يلي :

#### 4\_2\_1\_ احتراق نفسي متعادل:

وينتج عن نوبات قصيرة من الارهاق، التعب و قلق و الاحباط و التهيج.

#### 4\_2\_2\_ احتراق نفسي متوسط:

ويكون نتيجة الاعراض السابقة، لكنها تستمر حتى اسبوعين على الاقل .

#### 4\_2\_3\_ احتراق نفسي شديد:

و ينتج عن اعراض جسمية مثل القرحة، الام الظهر المزمنة، نوبات الص داغ الشديدة، فقد

يشعر الفرد ببعض حالات الاحتراق النفسي المعتدلة او المتوسطة من فترة لآخرى، لكن اذا

استمرت هذه الحالة و ظهرت في صورة امراض جسمية و نفسية مزمنة، يصبح عنها الاحتراق النفسي مشكلة خطيرة.

(نبيلة باوية، 2012 :323)

### 5\_ مراحل الاحتراق النفسي لدى الطالب الجزائري :

ان الاحتراق النفسي لا يحدث للفرد دفعة واحدة، و لكنه يمر بمراحل حتى يصل الفرد الى

معناة بالاحتراق النفسي، و تتمثل هذه المراحل في التالي :

يرى ماتسيون وانفا سيفيتش 1978 ان ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة و انما

تتضمن المراحل الاربعة التالية :

#### 5\_1\_ مرحلة الاستغراق (الحماس) :

و فيها يكون الطالب الجامعي على درجة عالية من الحيوية و النشاط و الدافعية و الرضا

ولكن تبدا الدرجة في الانخفاض في حالة حدث عدم الاتساق مع ماهو متوقع و ما يحدث في الواقع الجامعي.

#### 5\_2\_ مرحلة الكساد (الجمود) :

هذه المرحلة تنمو ببطء و ينخفض فيها مستوى الرضا و النشاط و الدافعية تدريجيا،

ويشعر الطالب بالروتين و الملل و تقل اهتماماته.

#### 5\_3\_ مرحلة الاحباط :

و فيها يدرك الطالب ما يحدث و تنتابه بعض الشكوك و يساوره الاحساس بعدم الثقة و

القلق حول مستقبله و مصيره بعد التخرج فيبدا في الانسحاب النفسي و اختلال في الصحة البدنية

و النفسية مع ارتفاع في مستوى الاجهاد النفسي.

#### 5\_4\_ المرحلة الحرجة :

وهي اقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي فيكون محيطا تماما و فيها تزداد الاعراض

البدنية و السلوكية و يصل الفرد الى مرحلة الانفجار و يفكر الطالب في امور سلبية جدا خاصة بعد التخرج

(بلال مجيدر، 2017 :62)



## 6\_الاسباب التي تؤدي الى حدوث الاحتراق النفسي :

بما اننا في هذه الدراسة نتكلم عن الاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي فسننتظر للعوامل المسببة للاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي.

### 6\_1\_العوامل الخاصة بالجانب الشخصي :

هناك شبه اتفاق بين معظم الباحثين على ان الفرد الاكثر التزاما و اخلاصا في عمله يكون اكثر عرضة للاحتراق النفسي من غيره و يعود ذلك الى كونه تحت ضغط داخلي للعطاء، اضافة الى مواجهته ظروف خارجية عن ارادته تقف عائقا امامه فتقلل من هذا العطاء و تجعله اكثر عرضة للاحتراق النفسي، فكلما زادت درجة عدم واقعية كلما كان اكثر عرضة للاحتراق النفسي فالفرد الذي يتمتع بالتكيف و مواجهة العقبات يكون اقل عرضة للاحتراق النفسي من غيره. ( اسمی عبد الحافظ الجعافرة واخرون, 2013:302)

### 6\_2\_العوامل الفيزيائية :

كالاضاءة و الحرارة و الرطوبة و الضوضاء و الروائح الكريهة و الاجهزة و الادوات المستعملة اثناء الدراسة و كذلك ظاهرة الاكتظاظ الكثير الذي تعانيه الجامعة و تفاعل الفرد مع هذه الظروف.

### 6\_3\_العوامل الفسيولوجية :

كارتفاع ضغط الدم و الصداع بانواعه المختلفة و اضطرابات الدورة الدموية والهضم و البول و السكري.....الخ.

**6\_4\_العوامل النفسية :**

كالفلق و الاكتئاب و الغضب و الشعور بالذنب و الياس و الغيرة و عدم الثقة بالنفس و عدم الطموح و الشعور بعدم التقدير و الاحترام من الاخرين.

**6\_5\_العوامل الاجتماعية :**

كالعلاقات مع عناصر العملية البيداغوجية كالاساتذة، الطلبة، الاداريين، و الشعور بعدم التقدير من الاخرين التانيب المستمر من طرف الزملاء، فشل العلاقات العاطفية خاصة مع الجنس الاخر.... الخ مشاكل عائلية.

**6\_6\_متطلبات العمل البيداغوجى :**

من خلال ضغط البحث العلمى من بحوث و امتحانات و رسائل التخرج..... الخ، و امكانية الفشل في هذه المتطلبات.

**6\_7\_قلق المستقبل :**

خاصة الغموض الكبير الذى يكشف مصير الطالب بعد التخرج و امكانية توظيف و بناء مستقبله من زواج و منزل و عائلة و اصطدامه بواقع صعب يمكن ان يجرمه من ذلك.

(بلال مجيدر، 2017: 61،62)

**7\_ابعاد و مؤشرات الاحترق النفسى :**

للاحترق النفسى ابعاد و مؤشرات نذكرها في الاتى :

**7\_1\_1 ابعاد الاحتراق النفسي :**

في دراسة للباحثين ماسلاش و جاكسون 1986، maslach et jakson حددا ثلاثة ابعاد للاحتراق النفسي اذ تبدأ بالبعد المتعلق بالاجهاد الانفعالي او النفسي، و البعد المتعلق بتبليد المشاعر، و البعد المتعلق بنقص الشعور بالانجاز.

(ياسر فخري مصطفى، 2014: 93)

**7\_1\_1\_1 بعد الاجهاد الانفعالي (Lepuiselement émotionnel) :**

يتصف هذا البعد بالارهاق و الضعف و الاستنزاف الانفعالي و فقدان الحيوية و النشاط لدى الفرد و الاحساس بالعجز عن العطاء، و يعد هذا البعد العنصر الاساسي للاحتراق النفسي، و يظهر على اشكال اعراض جسمية او ذهنية او كلاهما.

**7\_1\_1\_2 بعد تبليد الشعور (Le dépersonnalisation) :**

هو فقدان العنصر الانساني او الشخصي في التعامل و اعتبار الاشخاص كاشياء مادية بدلا من اعتبارهم كاشخاص، و يتصف الفرد الذي يعاني من الاحتراق النفسي في هذه الحالة بالقسوة و التشاؤم و كثرة الانتقاد و اللامبالاة و الشعور السلبي نحو الاخرين.

**7\_1\_1\_3 بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي**

**(L accomplissement personne ,ladiminution du sentiment) :**

و هو ميل الفرد الى تقييم انجازاته الشخصية بصفة سلبية و تتمثل في مشاعر الاكتئاب و الانسحاب و قلة الاداء و الشعور بعدم القدرة على القيام بالواجبات المطلوبة منه على احسن حال.

(محمد)

(معروف، 2013: 22)

## 7\_2\_ مؤشرات الاحتراق النفسي :

على الرغم من ان التعب او التوتر قد يشكل العلامات الاولى للاحتراق النفسي، الا ان ذلك ليس كافيا للدلالة عليه، خاصة اذ كانت قصيرة الامد، فالاحتراق النفسي يتصف بحالة من الثبات النسبي فيما يتعلق بالتغيرات السلبية ك فقدان الاهتمام بالعمل و السخرية من الاخرين، الكابة، الشك في قيمة الحياة و في العلاقات الاجتماعية، الى الشعور بالعجز و سوء تقدير الذات.

(نعيمة طايبي، 2013: 19)

و كما ترى باربرا ابراهام Barbara braham : ان هناك اربعة مؤشرات اولية ينبغي ان تؤخذ بعين الاعتبار، كنوع من التحذير بان الفرد في طريقه الى الاحتراق النفسي و هذه المؤشرات هي:

7\_2\_1\_ الانشغال الدائم و الاستعجال في انهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد و يسعى لتنفيذها كل يوم بطريقة ميكانيكية و الية ويكون حضوره جسديا فحسب، و بالتالي نجده يضحى بحاضره فلا يعيشه ولا يشعر به.

7\_2\_2\_ تاجيل الامور السارة و الانشطة الاجتماعية من خلال اقناع الذات بان لهذه الامور وقتا اخر حين يفرغ، و تستمر عملية التاجيل بحيث لا ياتي زمن هذه الانشطة المؤجلة و يعيش الفرد حينها في التسويق لان التاجيل اصبح قاعدة ومعيار في حياة الفرد.

7\_2\_3\_ العيش حسب قاعدة يجب و ينبغي فلا يستطيع ارضا نفسه ولا ارضاء الاخرين، لانه يتعامل بصرامة اتجاه نفسه و اتجاه الاخرين .

7\_2\_4\_ فقدان الرؤية او المنظور Perspection و ذلك بسبب الانهماك في العمل لان كل شئ لديه يصبح مهما و عاجلا، و يجد نفسه كثير التردد عند اتخاذ القرارات .

(محمد معروف، 2013:

(2

## 8\_ استراتيجيات التخفيف من حدة الاحتراق النفسي:

لقد اشار الباحثون لعدة طرق واساليب يمكن ان تخفف من حدة الاحترق النفسي او  
تساعده على تفاديه نذكر منها:

\_ يمكن للطالب تجنب الاحترق النفسي م ن خلال اللجؤ الى الاسترخاء، حيث يلجا الى الجلوس  
مستريحاً و هادئاً و يوجه تفكيره لامور ايجابية.

\_ يلجا الطالب الى ممارسة الرياضية او المطالعة باعتبارها وسيلة مخففة للتوتر لانها تنقل الفرد  
من الواقع المضغوط الى واقع اكثر استرخاء.

\_ الاستعانة بانظمة غذائية فقد اثبتت الدراسات ان الشكولاطة مثلا مخففة للضغط و التوتر، كما  
ان الخس فينصح تناوله للذين يعانون من قلة النوم و الارق.

\_ اللجؤ للصلاه و قراءة القران ففيهما راحة و سكينه.

\_ اجراء بعض تمارين تخفيف التوتر كتدليل العضلات و التنفس العميق .

\_ ممارسة الهوايات المختلفة و حضور الانشطة الترويحية.

\_ ادراك و تعرف الفرد على الاعراض التي تشير الى قرب حدوث الاحترق النفسي و بالتالي  
التعامل معها قبل تازمها.

\_ تكوين صداقات لضمان الحصول على دعم اجتماعي و مناقشة المشاكل مع الاخرين بغية  
الوصول الى حلول عملية ناجحة.

\_ الاستعانة بالمختصين نفسيين للحصول على المساعدة .

\_ عقد ملتقيات و التظاهرات تحسيسية لمخاطر ظاهرة الاحترق النفسي و طرق علاجها و

التخفيف منها. (بلال مجيدل، 2017: 630)

بالاضافة الى:

\_ وضع اهداف واقعية تقع ضمن قدراته و امكانياته.

\_ تجنب الانعزال عن الزملاء و الاصدقاء مثل الاشتراك نشاطات جماعية معهم.

\_ استغلال اوقات الفراغ المتمثلة بكسر روتين الحياة اليومية مثل الاشتراك في الملتقيات .

(مهند عبد سليم عبد العلي، 2003: 55)

و كذلك تعتبر البرامج الارشادية من اهم الاستراتيجيات الحديثة التي اثبتت فعالية كبيرة في

التحقيق من الاحترق النفسي خاصة في مهنة التدريس فالبرامج الارشادية تسمح الافراد بالتعاون

مع بعضهم بانجاز اهداف مشتركة و اتاحة فرصا عديدة للتعبير عن الامال و الطموحات و المخاوف، و مشاركة بعضهم بعضا في هذه الاهتمامات و الهموم و التخفيف من حدتها، من اجل التوافق السليم مع الذات ومع الاخرين.

(بوبر دبابي، اسماعيل لعيس، 2013: 15)

### خلاصة الفصل:

في ختام هذا الفصل و بعد تقديم عرض لما ورد في ادب مكتوب عن ظاهرة الاحتراق النفسي، و من خلال مفاهيمه المتشابهة و نظرياته المفسر له...الخ، يمكننا القول بان هذه الظاهرة تعبر عن حالة نفسية تصيب الفرد بالارهاق و التعب نتيجة وجود متطلبات و اعباء اضافية و ضغوط بيئية يشعر معها الفرد بانه غير قادر على التكيف معها مما ينعكس سلبا عليه و على من يتعامل معهم.

# الفصل الثالث

الفصل الثالث

مستوى الطموح

تمهيد

1/ التطور التاريخي لدراسة مستوى الطموح

2/ تعريف مستوى الطموح

3/ مظاهر واشكال مستوى الطموح

4/ خصائص الفرد الطموح

5/ نظريات مستوى الطموح

6/ اساليب قياس مستوى الطموح

7/ العوامل المؤثرة في مستوى الطموح

8/ الاهمية التطبيقية لدراسة مستوى الطموح

خلاصة الفصل



تمهيد:

يعد موضوع مستوى الطموح مهم جدا بالنسبة للفرد فهو يعتبر من سمات الشخصية الموجودة لدى كافة الافراد تقريبا و لكن بدرجات متفاوتة، فلكل منا طموح معين يضعه الفرد امامه و يتحدى كل العوائق و الضغوط و يجتهد في تحقيقه و قد ينجح او يفشل في ذلك فهذا يعتمد على مدى كفاءته و ثقته بنفسه و تبعا لخبرات النجاح او الفشل التي اكتسبها، فبقدر ما تكون قدرات و امكانيات الفرد عالية فبقدر ما يكون طموحه مرتفع و بقدر ما تكون شخصيته متميزة و بقدر ما يكون المجتمع متقدم.

و سنحاول من خلال هذا الفصل التطرق الى التطور التاريخي لمستوى الطموح و تعريفه ثم معرفة مظاهره و اشكاله و نظرياته و قياسه و العوامل المؤثرة فيه و اخيرا الاهمية التطبيقية لدراسته.

1\_التطور التاريخي لدراسة مستوى الطموح:

لم يكن مصطلح مستوى الطموح معروفا لهذه التسمية من قبل، و ما كان محددًا تحديدا علميا دقيقا الى ان ظهر في الدراسات السيكولوجية سنة 1930 ويعتبر هوب (hoppe) و كيرت ليفين (Levin) اللذان يرجع لهما الفضل في تجريد هذا المفهوم من العموميات والادبيات التي كان يعرف بها و ميزوه علميا باخضاعه للقياس و التجربة و التواصل من جراء ذلك الى اضافة لفظ مستوى الى اصطلاح الطموح.و حسب (هوب) يشير الى مستوى الطموح على انه اهداف الشخص او غاياته او ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة، و يتبين من تعريف هوب ان مستوى طموح الفرد يتوقف على توقعات و تنبؤات الاخرين بدرجة الانجاز التي قد يحققها في عمل ما. كما عرفه (كيرت ليفين) Kurt Levin 1948 بان هدف الفرد او طموحه قد يشكل الدافع الرئيسي للقيام بالعمل، فمستوى الطموح هو مستوى الانجاز المرتقب الذي يتوقع العامل ان يصل اليه في مهمة عادية مع معرفته بمستوى انجازه السابق. و منذ ذلك الحين اصبح المفهوم اكثر تداولًا و تناولا و عرف بمستوى الطموح Niveau d'aspiration et Level of a spiration.

(محمد بابكر الصادق، 2016:

(

## 2-تعريف مستوى الطموح:

كانت الاتجاهات الغالبة للعلماء الذين درسوا مستوى الطموح تتحو نحو تعريفه على اساس شرح العملية التي تكشف عنه من حيث الاداء العملي، ووصف السلوك بصرف النظر على توضيح ما هيته، وقد يرجع هذا في الواقع كثرة العوامل المتدخلة في طبيعته. و سوف نعرض الاتجاهات المختلفة في تعريف مستوى الطموح و طبيعته :

تعريف هوبي(1930): يعتبر هوبي اول من عرف مستوى الطموح في مجال دراسة عن علاقة النجاح و الفشل بمستوى الطموح حيث عرفه {بانه اهداف الشخص او غاياته او ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة}.

(كاميليا ابراهيم عبد الفتاح، 1984: 10)

تعريف راجح (1972): المستوى الذي يضعه الفرد لنفسه و يرغب في بلوغه، او يشعر انه قادر على بلوغه و هو يسعى لتحقيق اهداف في حياة او انجاز اعماله اليومية.

(حسين عبيد جبر، 2012: 187)

ويرى ايزنك (1945): بانه الميل الى تذليل العقبات، و تدريب القوة والمجاهدة في عمل شئ بصورة سريعة و جيدة، لتحقيق مستوى عال مع التفوق على النفس.

(هبة الله خياطة، 2015: 29)

و كما حدد جارندر (1949): مفهوم مستوى الطموح بانه {القرار او البيان الذي يتخذه الفرد بالنسبة لادائه المقبل}.

و كما عرف دريفر ( 1952): مستوى الطموح بانه {الاطار المرجعي الذي يتضمن اعتبار الذات او هو المستوى الذي على اساسه يشعر الفرد بالنجاح او الفشل}

(9) (كاميليا عبد الفتاح، بدون سنة : 9)

و كما تعرفه كاميليا عبد الفتاح { ان مستوى الطموح سمة ثابتة ثباتا نسبيا تفرق بين الافراد في الوصول الى مستوى معين يتفق و التكوين النفسي للفرد و اطاره المرجعي، و يتحدد حسب خبرات النجاح و الفشل التي مر بها .

و حديثا يرى عاقل 2003 بان مستوى الطموح هو مستوى قياس يضعه الفرد بنفسه، و يطمح الى الوصول اليه و يقيس انجازاته بالنسبة اليه و مستوى الطموح دليل على ثقة و يتراوح ارتفاعا و هبوط حسب النجاح و الاخفاق .

(9) (محمد بابكر الصادق، 2016: 9)

و عرفه فرانك ( 1935): بانه مستوى الاجادة المقبل في واجب مالوف ياخذ الفرد على عاتقه الوصول اليه بعد معرفة مستوى اجادته من قبل ذلك الواجب.

(كاميليا ابراهيم عبد الفتاح، 1984:

(10)

و يعتبر عسلان المساعد ( 1983 ) مستوى الطموح بانه(سمة نفسية ثابتة ثباتا نسبيا تميز الافراد بعضهم عن البعض في الاستعداد و الوصول الى اهداف فيها نوع من الصعوبة، و يتضمن الكفاح و تحمل المسؤولية و المثابرة و الميل و التفوق و يتحدد حسب الخبرات ذات الاثر الفعال التي مر بها الفرد في حياته).

(حسين عمر شاكر منسي، 2003: 185)

و يعرف كذلك مستوى الطموح: هو ما يحققه الفرد من اهداف واقعية يضعها لنفسه في حياته

المهنية و الاكاديمية و الشخصية تتفق مع اطار المرجعي و تكوينه من خلال خبرات النجاح و الفشل التي مر بها و التي تساعده على التغلب على ما يواجهه من عقبات و عراقيل و مشكلات. (ريم خليل كحيله و اخرون، 2017:415)

ومن خلال التعاريف التي ذكرت عن مستوى الطموح نجد انه يختلف من باحث لآخر كل حسب اتجاهاته و نظرياته الذاتية و المرجعية.

وكتعريف عام لمستوى الطموح نجد انه يعبر عن اهداف الفرد و غاياته الاكاديمية و الاجتماعية و المهنية التي يريد ان يحققها و تختلف من شخص لآخر كل حسب قدراته و كفاءته وقوة طموحه.

### 3\_ مظاهر و اشكال مستوى الطموح:

#### 3\_1\_ مظاهر الطموح:

لمستوى الطموح ثلاثة مظاهر وهي كالاتي :

3\_1\_1\_ المظهر المعرفي: و يتضمن ما يدركه الشخص و ما يعتقد في صحته و ما يراه صوابا و ما يراه خطأ كما يتضمن مفهوم الذات او فكرة الفرد عن ذاته.

3\_1\_2\_ المظهر الوجداني: و يتضمن مشاعر الشخص و ارتياحه سروره من اداء عمل معين ما يصيبه من مضايقة او عدم تحقيق مستوى يحدده لنفسه.

3\_1\_3\_ المظهر السلوكي: و يتضمن المجهود الذاتي الذي يبذله الفرد لتحقيق تلك اهدافه ان تكامل المظاهر الثلاثة معا و سيرها في اتجاه واحد يتحقق قدرا كبيرا من تكامل و اتزانها و الاختلاف بينها قد ينشا عنه الاضطراب النفسي الذي قد يصل الى درجة المصيبة.

(نجمة عبيد، مريم ضيف الله، 2015: 33)

### 3\_2\_3 اشكال الطموح:

للمطوح اشكال عديدة نذكر منها في الاتي:

#### 3\_2\_3\_1\_2\_3\_1 الطموح الدراسي: و هو الذي يتعلق بالحياة المدرسية، و ما يوجد فيها من تخصصات

و مستويات الدراسية و يبدا هذا النوع من الطموح في السنوات الاولى من دراسة الطفل حيث

يطمح في الانتقال من مستوي لآخر، حتى يلتحق بالتعليم الثانوي، فيطمح في تخصص دراسي

يراه هاما و جذابا و يعمل على النجاح فيه، و في السنة الاخيرة من التعليم الثانوي يطمح في

مواصلة الدراسة ، و يصبح هذا الطموح المحرك الاساسي لمواظبته، و اجتهاده للنجاح و لتحقيق

اسمى الطموح في الحياة. {هذا الطموح الذي ينمو و يرتقي مع ارتقاء السن الفرد، هو الذي يساعده

على التكيف في مختلف مراحل حياته } (محمد بوفاتح، 2005:

142)

#### 3\_2\_3\_2\_2\_3\_2 الطموح المهني: قد يشكل هذا النوع من الطموح عند الفرد في السنوات الدراسية، او بعد

الانتهاء، او الخروج منها، وقد يوجد لدى الشخص الذي لم يدرس بتاتا، فكثير ما يطمح الفرد في

مهمن و يتعلقون بها. و بمن يعملون فيها، كطموح الفرد في مهنة التعليم. وفي بعض الحالات

يبرز الطموح المهني الا في سنة الاخيرة من التعليم الثانوي او الجامعي عندما يصل الفرد الى

مرحلة معينة من الموازنة بين الواقع و الاستعدادات الشخصية .

#### 3\_2\_3\_3\_2\_3\_3 الطموح السياسي: ويشمل كل ما يتعلق بالحياة السياسية والحزبية العامة لبلد ما،

كطموح الافراد في تغيير النظام السياسي لبلدهم، او طموحهم في الفوز بالانتخابات ، او طموحهم

في قيادة البلاد، او طموحهم في تشكيل تحالفات و كتلتات سياسية، اوحزبية، او طموحهم، في

مراكز سياسية هامة او طموحهم في اصدار قوانين جديدة و قد يكون هذا النوع من الطموح جماعيا خاصا بمجموعة من الاشخاص، او فرديا خاصا بشخص واحد، او بالمجتمع باكماله .  
(هبة الله خياطة، 2015: 34)

**3\_2\_4\_ الطموح الاقتصادي:** و يشير ذلك الى الطموح الذي يتبناه شخصا او مجموعة من الاشخاص، او مجتمع لتحسين وضعيتهم الاقتصادية حسب ما يرونهم مناسباً لهم، او حسب مقارنة وضعيتهم مع وضعيات اقتصادية اخرى، مثال ذلك الطموح في مصادر مالية متعددة، الطموح في كسب مالي جديد، الطموح في ارباح تجارية، الطموح في زيادة الانتاج، الطموح في تحسين وضعية البلاد الاقتصادية، الطموح في الاصلاح الاقتصادي، الطموح في تحسين المكانة الاقتصادية العالمية للبلد الطموح في البحث عن اسواق اقتصادية جديدة الى غيرها من الطموحات و التطلعات الاقتصادية التي تعبر عن وضعية اقتصادية جيدة، او مريحة للفرد او الجماعة.  
ويشكل الطموح الدراسي و الطموح المهني و الاقتصادي اهم الطموحات في حياة الفرد، و ربما يرجع تفوق و تقدم و تقدم كثير من الامم و الشعوب في العديد من الميادين الاجتماعية و الاقتصادية و التكنولوجية الى وفرة وجوده و دقة منتوجاتها الذي ساهم فيه بلا شك مستوى الطموح المرتفع لافرادها على اختلاف مستوياتها.

(محمد بوفاتح، 2005: 142،

143)

#### 4\_ خصائص الفرد الطموح:

ذكرت حنان الحلبي 2000 بان هناك سمات مرتبطة بالشخص الطموح هي:

1/ يميل الى الكفاح

2/ نظرته للحياة فيها تفاؤل

- 3/ لديه القدرة على التحمل المسؤلية
- 4/ يعتمد على نفسه في انجاز مهماته
- 5/ يميل الى التفوق
- 6/ يضع الخطط للوصول الى اهدافه
- 7/ لا يرضى بمستواه الراهن
- 8/ يعمل دائما على النهوض بمستواه و تحقيق الافضل
- 9/ لا يؤمن بالحظ
- 10/ لا يعتقد ان مستقبل المرء محدد و انه لا يمكنه تغييره.
- 11/ يؤمن ان جهد الانسان هو الذي يحدد نجاحه في اي مجال.
- 12/ يحب المنافسة.
- 13/ يتغلب على العقبات التي تواجهه دائما.
- 14/ متحمس في عمله.
- 15/ يواصل الجهد حتى يصل بعمله الى الكمال.
- 16/ واثق من نفسه .
- 17/ يتحمل الصعاب في سبيل الوصول الى هدفه.
- 18/ لا يئثيه الفشل فيمنعه من مواصلة جهوده.
- 19/ يحدد اهدافه و خطته المستقبلية بشكل مناسب.

20/ موضوعي في التفكير .

21/ يحب الناس و يجد نفسه في وجوده معهم .

22/ يحاول ان يصل الى مركز مرموق في المجتمع .

23/ يضع امكانياته و قدراته في خدمة اهدافه .

24/ متكيف مع ذاته ومع بيئته .

25/ مستقر انفعاليا و منتج .

(محمد بابكر الصادق، 2016: 2)

### 5\_ نظريات مستوى الطموح:

تعددت نظريات التي تناولت مستوى الطموح و من هذه النظريات :

#### 5\_1\_ نظرية كيرت ليفين Kurt levin:

يذكر محمد النوبي بان من اهم دعاة هذه النظرية هو العالم ليفين و تسمى نظريته بنظرية المجال

فهو يرى ان هناك عدة قوى تعتبر دافعة و تؤثر في مستوى الطموح و منها:

ا\_ عامل النضج: فكلما كان الفرد اكثر نضجا اصبح من السهل عليه تحقيق اهداف الطموح لديه

و كان اقدر على التفكير في الغايات و الوسائل على السواء .

ب\_ القدرة العقلية: فكلما كان الفرد يتمتع بقدرة عقلية اعلى كان في استطاعته القيام بتحقيق اهدافه

اكثر صعوبة .

ج\_ النجاح و الفشل: فالنجاح يرفع من مستوى الطموح و يشعر صاحبه بالرضا اما الفشل فيؤدي

الى الاحباط و كثيرا ما يكون معرقلا للتقدم في العمل .

د\_ نظرة الفرد الى المستقبل: تؤثر نظرة الفرد الى المستقبل و ما يتوقع ان يحققه من اهداف في

مستقبل حياته و على اهدافه الحاضرة .

(محمد بابكر الصادق، 2016: 2)



### 5\_2\_ نظرية ادلر Adler :

يؤمن ادلر بان الفرد يكافح للوصول الى السمو و الارتفاع، وذلك تعويضاً عن مشاعر

النقص .و من المفاهيم الاساسية التي فسرت طموح الانسان او سعيه للتفوق وهي:

ا\_ الذات الخلاقة: هي التي تدفع الفرد للخلق و الابتكار حيث تبحث عن الخبرات التي تساعد الفرد على تحقيق اسلوبه الشخصي و الفريد و المميز في حياته.

ب\_ الكفاح من اجل التفوق: ادراك الفرد لعجزه و شعوره بالنقص يؤدي لديه الى ميل نفسي تعويضي و نزوع داخلي نحو التفوق و الكمال .

ج\_ الاهداف النهائية: الفرد الناضج يميز بين الاهداف النهائية القابلة للتحقيق و الاهداف الوهمية.

(ريم خليل كحيله و اخرون، 2017: 417)

### 5\_3\_ نظرية القيمة الذاتية للهدف:

قدمت اسكالونا Exalona نظرية القيمة الذاتية للهدف، و ترى اسكالونا انه على اساس القيمة الذاتية للهدف يتقرر الاختبار، و الاختيار لايعتمد على اساس قوة او قيمة الهدف الذاتية كما هي فحسب و لكن يعتمد على القيمة الذاتية بالاضافة لاحتمالات النجاح و الفشل المتوقعة و في عبارة بسيطة فان القيمة الذاتية للنجاح او وزن النجاح تعتبر نتيجة للقيمة نفسها ولاحتمالات النجاح. و الفرد يضع توقعات في حدود منطقة قدراته ، فمثل الطفل الصغير لايحاول عادة ان يرفع حملاً يرفعه ابوه، و لكنه يحاول ان يصل الى مستوى طموح اخيه الاكبر منه. وهذه النظرية تحاول تفسير ثلاث حقائق:

- ا/ هناك ميل لدى الافراد لبحثوا عن مستوى طموح مرتفعا نسبيا.
- ب/ كما ان لديهم مولا لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه الى حدود معينة.
- ج/ الميل لوضع مستوى الطموح بعيدا جدا عن المنطقة الصعبة جدا و السهلة.

#### 4\_5\_ تفسير ايزنك Eysenck :

بينت الدراسة التي قام بها ايزنك للتفرقة بين العصائيين و الاسوياء، بالنسبة لمستوى الطموح فروقا بين الاسوياء. و العصائيين من جهة و بين الهيستريين و غير الهيستريين من جهة اخرى، و قد فسر ايزنك هذا الاختلاف في ضوء نظرية التحليل النفسي معتمدا على التفسير الذي قام به فلوجل في هذا الصدد حيث يقول:

{ ان فلوجل في مناقشة له عن اصل ووظائف الذات المثالية، نسب مستوى الطموح الى نظرية فرويد، فقال : انه في العالم المثل يتوقف الكثير على ما نسميه المسافة بين الذات الحقيقية و الذات المثالية، فاذا كانت هناك فجوة واسعة بين الواقع و المثل الاعلى، فاننا نشعر بعدم الارتياح و الاثم و النقص، و قد ذهب فلوجل الى الاصرار على الاخطاء الخاصة باتجاه اولئك الذين يضعون مثلهم العليا منخفضة جدا، و ان هذا التفسير للارتفاع المفرط في مستوى الطموح المتسبب عن النمو الزائد للانا الاعلى و الانخفاض المفرط في مستوى الطموح المتسبب عن النمو الزائد للهو بالنسبة لعلاقتها بالانا الاعلى ينظر اليه على انه التفسير الوحيد للنتائج التي وصلنا اليها بالنسبة للهيستريين و غير الهيستريين }.

#### 5\_5\_ تفسير ستانجر Estanger:

ناقش ستانجر موضوع مستوى الطموح باعتبارها من احسن وسائل قياس الشخصية في موقف الاستجابة، وقد استند على المفاهيم نظرية المجال فهو يرى ان تقييم صورة الذات تتم في

ضوء اطار الفرد المرجعي و هذا بدوره يعتمد على علاقته بالجماعات، ذات المثالية، نجاحه او فشله الشخصي و مفهومه لما هو ممكن، فمن المرجح ان حاجة الفرد الى ان ينسب النجاح الى صورة الذات تدفعه الى ان يحدد هدفه اعلى من ادائه.

وقد اثار ستاجنر بعض الشك حول تفسير درجات الطموح، بان الشخص الوحيد لا يظهر عنه نفس الطموح في عدة اختبارات، و هو يعتمد في هذا على نتيجة بحث جولد حين لم تجد ارتباط درجات الاختبار الستة.

### 5\_6\_ تفسير شريف و شريف:

و قد استخدم العالمان ايضا كثيرا من مفاهيم نظرية المجال، مثل اثر النجاح و الفشل، موقف الفرد بالنسبة للجماعة و غيرها من المفاهيم السابق ذكرها، وقد اهتمتا بالصفة خاصة بفكرة الاطار المرجعي، فان الاحكام تختلف تبعا للمحددات او المقررات الموجودة في الاطار المرجعي. و بالرغم من ان خبرات النجاح و الفشل هي الاساس في التأثير على مستوى الطموح الا انه لايمكن اغفال اهمية البيئة الاجتماعية، و ان اهمية الاطار المرجعي تكمن غالبا في تمثيل الفرد للمعايير و القيم و المستويات التي يعيشها في حضارته و معرفة الشخص لتحصيل الجماعة يجدد مستوى الطموحه وقدرته على العمل.

(كاميليا عبد الفتاح، بدون سنة: 47, 51)

### 6\_ اساليب قياس مستوى الطموح:

بدا مستوى الطموح عن طريق اجراء التجارب المعملية و يعتبر {هوب} سنة 1930 اول من اجرى التجارب المعملية لقياس علاقة الطموح بخبرات النجاح او الفشل لدى الفرد، ثم تليها طريقة المواقف الفعلية في الحياة، و نظرا لعجز الكثير من الباحثين لاجراء التجارب المعملية او

تطبيق مواقف الحياة . الامر الذي استدعى منهم التفكير في طريقة قياس اخرى، لذلك تم اعتماد الاستبيان لسهولة لهم العمل و يوفر الوقت و الجهد و يعطي دقة في النتائج.

و سنحاول تقديم عرض موجز لهذه الاسباب:

### 6\_1\_ طريقة التجارب العملية:

بدا قياس مستوى الطموح عن طريق اجراء بعض التجارب العملية التي يقوم فيها الشخص المراد قياس مستوى طموحه باداء معين، و الطريقة التقليدية يتم بان يعرض الجهاز المستخدم على الشخص مع طريقة استخدامه ثم اعطاء الفرصة لان يجرب العمل عدة مرات. و بعد ان يتدرب نساله ماهي الدرجة التي يتوقع ان يحصل عليها، ثم ندون اجابته في جدول معد لذلك ، و بعد ان يقوم بالاداء الفعلي نساله عما يظن ان يكون هذه الدرجة، ثم تدون هذه الدرجة، و بعدها نخبره بالدرجة التي حصل عليها فعلا و تدون في خانة خاصة و تتكرر هذه العملية عدة مرات، و هكذا يكون هناك درجة الطموح و درجة الحكم عليه و درجة الاداء الفعلي. و اعتمد {هوب} على اسلوب استنتاجي بسيط حيث يطلب من المفحوص القيام باداء عمل معين ثم يستبدل على مستوى طموحه من خلال الملاحظة لعدة مؤشرات و هكذا فان {هوب} اعتمد على التقدير الكيفي في قياس مستوى الطموح مستندا في ذلك على قدرة الملاحظة في تحديد الخبرات المفحوص من حيث النجاح و الفشل .

(شريفة بن غذفة، 2014: 377، 378)

و يعترف فرانك ان الاختبارات العملية العمل بما يتوقف على قدرة الفرد في اداء الاختبار او التجربة، و بذلك لانستطيع الحكم بدقة على مستوى طموح الفرد عن طريق هذه الاختبارات.

( محمد بوفاتح، 2005:

(139)

**6\_2\_ طريقة المواقف الفعلية في الحياة:**

و فيها يطلب من المفحوصين تذكر احداثنا وقعت لهم في حياتهم تتراوح بين الاحباط الشديد و بين الاحباط العادي، و بعد ذلك يطلب من المفحوصين تقدير اثر الحدث على مستوى طموحهم في ضوء الدرجات التالية: رفعة لدرجة كبيرة، متوسط، خفضه لدرجة بسيطة، كبيرة. و معنى هذا ان الاحداث ذات الاحباط الشديد تخفض من مستوى طموح الفرد و الاحداث ذات الاحباط البسيط تؤدي الى ارتفاع مستوى الطموح اكثر من خفضه، و الاحداث العادية تجعل مستوى الطموح يرتفع الى اعلى. لم تسلم هذه الطريقة من النقد باعتبار ان الاحداث و المواقف متغيرة، حيث يمكن ان يكون الانسان طموحا في اشياء وفي مواقف معينة، و غير طموح في هذه الاشياء و في مواقف اخرى، وهذا لايعبر عن مستوى طموح الشخص.

(محمد بوفاتح، 2005:

(137،138)

**6\_3\_ طريقة الاستبيان:**

بحثا عن دقة الخبر و عن استجابات اكثر موضوعية بدا الباحثون في مجال مستوى الطموح، في تصميم و استخدام ادوات لقياسه، فظهرت استبيانات لقياس مستوى الطموح في المجال المهني و التعليمي، و خاصة في الدراسات التي قام بها كل من كاميليا عبد الفتاح (1961)، و احمد راجح (1967)، ومارسيو (1969) و غيرهم.

و هذه الاستبيانات عبارة عن امثلة مباشرة تتبع للمفحوص فرصة التعبير ع ن مطامحه المختلفة.

من جهة اخرى حاولت هذه الاستبيانات وضع المفحوص في مواقف واقعية مصاغة في

شكل عبارات منها مواقف تعليمية و اخرى مهنية، و مواقف اسرية و اجتماعية.....الخ، و من الباحثين الذين وضعوا مقياسين لقياس مستوى الطموح لدى الافراد بمختلف الاعمار و المهن و التوجهات نذكر :

ريسمان (1953) حيث وضع مقياس مستوى الطموح المهني، كاميليا عبد الفتاح (1961) بتصميم استبيان لقياس مستوى الطموح لدى الراشدين، و كذلك لدى التلاميذ و كما وضع مجموعة من الباحثين مقاييس مستوى الطموح منهم: مقياس مستوى الطموح ل عبد الله الصافي، و محمد حسنين محمد، مقياس مستوى الطموح لدى الطلبة، سناء محمد سليمان، مقياس مستوى الطموح لدى المراهقين و الشباب لامال عبد السميع باظة.

و غيرها من المحاولات لقياس مستوى الطموح من خلال المقاييس و هذا يعود لاختلاف المتغيرات حسب كل دراسة.

(شريف بن غذفة، 2014: 382،380)

#### 7\_ العوامل المؤثرة في مستوى الطموح:

يرتبط مستوى الطموح بعدة عوامل شخصية و اجتماعية و بيئية و اقتصادية و حضارية، عوامل ذاتية و اخرى موضوعية، عوامل مباشرة، و اخرى غير مباشرة.

وقد اكدت نتائج الدراسات التي تناولت مستوى الطموح و المتغيرات التي تؤثر في تكوينه على ان هناك العديد من العوامل و المتغيرات التي تؤثر سلبيا او ايجابيا في تكوين و تطور مستوى طموح الفرد نذكر منها:

(شريف بن غذفة، 2014: 345)

#### 7\_1\_ العوامل الذاتية الشخصية:

فمستوى الطموح يتأثر بالعوامل الخاصة بالفرد مثل الذكاء و التحصيل و العمر، و ما يكتسبه الفرد من خبرات في حياته و التجارب التي مر بها و التي كانت ناجحة او فاشلة لما له دور و اثر كبير في مستوى طموحه، و من بين هذه العوامل الذاتية التي تؤثر في مستوى الطموح هي:

**7\_1\_1\_ الذكاء:** حيث ان للذكاء دور كبير في طموح الفرد، فكلما كانت قدرات الفرد العقلية اكبر كلما استطاع تحقيق اهداف و امال ابعد و اكثر صعوبة، فالذكاء يساعد الفرد على التغلب على ما يواجهه من العقبات و استخلاص النتائج و الاستبصار و القدرة على التوقع.

و قد يؤثر الذكاء بشكل غير مباشر ذلك ان الفرد ضعيف الذكاء ينظر اليه الناس على انه عاجز على المشاركة و العمل الايجابي و من ثم قد يخفض مستوى طموحه و هنا تظهر لدى هؤلاء سمات الاتكالية و الانسحاب و يعجزون عن تحديد الاهداف بصورة واقعية و بالمقابل التوقعات بالنسبة للذكاء تقوي لديهم الاتجاهات الايجابية و المشاركة الفعالة و تزداد ثقتهم بانفسهم فيحققون مزيدا من النجاح و يرفعون من مستوى طموحهم اضافة الى كون رد فعل الالذكياء ازاء الفشل يختلف في طبيعته عن رد فعل الاقل ذكاء و يؤثر في وضع مستويات طموحهم.

**7\_1\_2\_ التحصيل:** ان الطلاب ذوي التحصيل المرتفع يكون مستوى الطموح لديهم مرتفعا عكس الطلاب ذوي التحصيل المنخفض، هذا ما اكدته الدراسات العربية و الاجنبية.

(فاطمة، فضيلة ميسة، 2014: 34)

**7\_1\_3\_ الدوافع و الحاجات:** غالبا ما يتوقف مستوى الطموح على دوافع الفرد و حاجاته فان كان وراء الفرد في سعيه للوصول الى هدفه دافعا قويا او حاجة ملحة فلن يقف في سبيله اي عامل اخر فالنجاح كهدف يسعى الفرد لتحقيقه لاشباع حاجة اساسية يصبح الفرد معها اكثر وثوقا في ذاته و قدراته هناك دراسة اجراها عدد من العلماء بينت انه كلما كان الدافع قويا ادى الى

احتفاظ الافراد بمستوى الطموح مرتفع يؤكد التحليل الاكثر عمقا لتلك النتيجة ان النجاح الدائم يؤدي الى الرفع من مستوى الطموح على حين الاحباط المتكرر يؤدي الى الخفض منه بمعنى ان النجاح في الوصول الى الهدف يعبر عن التناغم بين الطموح المضروب اصلا من الجانب و القدرات الفرد و دوافعه القوية من الجانب الاخر كما ان الاحباط يعبر عن التباين بين الطموح من جانب و قدرات الفرد و دوافعه من الجانب الثاني و ذلك لان كل من الطموح و القدرة على تحقيقه يتوقفان على شدة الدافع. ( رشا الناظر، 2008: 12 )

**7\_1\_4\_ الخبرات السابقة:** ان درجة النجاح او فشل الفرد في عمل ما يؤثر بلا شك على درجة انجازه. اذن نستطيع القول ان النجاح او الفشل له اهمية كبيرة في مستوى الطموح، و معرفة الاشياء التي تؤدي الى النتائج ايجابية او سلبية ، مما تتولد عليه الرغبة في تكرار الانماط السلوكية الناجحة، و تجنب الانماط السلوكية الفاشلة.}} فمستوى الطموح يعلو بالنجاح و ينخفض في حالة الشعور بالفشل، و تتناسب قيمة العلو و الانخفاض في مستوى الطموح طرديا مع مشاعر النجاح و الفشل}}. وهذا ما يؤكد ذلك جليل وديع شكور في تاكيده على اهمية النجاح و الفشل في مستوى الطموح }} ان مستوى الطموح يتغير و يتبدل تبعا لما يلاقي الفرد في حياته من نجاح او فشل}}. ( محمد بوفاتح، 2005: 88 )

## 7\_2\_ العوامل البيئية و الاجتماعية :

ان للبيئة الاجتماعية دورا كبيرا في نمو المستوى الطموح لان البيئة هي التي تشكل الاطار المرجعي له، و لكن تاثيرها يكون مختلفا من فرد لآخر تبعا لقدراته الذاتية و تبعا للمضمون هذه القيم و المفاهيم التي تقدمها له فاما ان تكون صالحة لنمو مستوى طموح واقعي او تادي لنمو مستوى طموح غير واقعي.

و من بين العوامل البيئية و الاجتماعية التي تثر على مستوى طموح الفرد هي:



**7\_2\_1\_ دور الاسرة:** تلعب الاسرة دورا كبيرا في تحديد نمو مستوى الطموح لان الافراد الذين

ينتمون لاسرة مستقرة اجتماعيا و بيئيا هم اقدر على وضع مستويات عالية و متناسبة مع امكانياتهم و يستطيعون بلوغها افضل مهما لو كانوا ينتمون الى اسر غير مستقرة و هذا ما اكدته دراسات {هيرلوك} و لاستقرار الفرد داخل اسرته دور كبير في مستوى طموحه فكلما كان مستقرا كان مستوى طموحه اعلى، كما يرتبط طموح و توقع الابناء بالطموح و توقعا الوالدين وهذا الطموح له علاقة بالوضع الطبقي للاسرة فقد وجدت علاقة سالبة بين المستوى الاقتصادي و الاجتماعي و مستويات الطموح ، اي ان مستوى الطموح يرتفع بانخفاض الطبقة الاجتماعية.

**7\_2\_2\_ دور الاقران و الجماعة:** ان للجماعة الاقران و الاصدقاء التي تحيط بالفرد دور كبير

في مستوى طموحه، لان الفرد يحصل بينه و بين اقرانه في مجال معين (كالجماعة، المدرسة) نوع من التفاعل و يتبادل الطموحات، فيتبنى طموحات الاخرين فتصبح كأنها طموحاته الخاصة، و لكل جماعة من الجماعات تاثير حسب طبيعتها و مستواها الاجتماعي و الثقافي و الاقتصادي .

**7\_2\_3\_ دور المناخ المدرسي:** تتوقف تنمية مستوى الطموح الطلاب على المناخ النفسي، و

الاجتماعي السائد في الجامعة في حجرة الدراسة على وجه الخصوص، و الاستاذ هو اكثر الاشخاص مقدر في خلق و توفير المناخ الصفي الملائم لرفع مستوى طموح الطلاب و مساعدتهم في اكتساب المهارات اللازمة لحل المشكلات و تعتمد قدرة الاستاذ على ممارسة هذه الادوار على مدى اقتناعه بمهنته و مدى تحمسه و اتجاهه لهذه الادوار، و يكون ذلك من خلال توفير الجو الملائم للعملية التعليمية، و ايضا من خلال ما يصدر عن الاستاذ من سلوكيات تشكل مناخ التفاعل الموجب بينه و بين طلابه في غرفة الدراسة ، و يكون ذلك لخلق جو من الود ، الترابط، التعاون، و المشاركة الوجدانية بين الطلاب بعضهم بعضا لذاتهم.

(فاطمة، فضيلة ميسة، 2014: 37)

**8\_ الاهمية التطبيقية لدراسة مستوى الطموح:**

تعتبر دراسة مستوى الطموح مهمة جدا ، لان اهميتها لا تقتصر على الفرد، و انما تعناده لتعود بللإفادة على المجتمع بشكل عام كيف لا؟ و الفرد يعتبر عنصرا فاعلا داخل المجتمع، بل يعتبر الافراد هم الثروة القومية للمجتمع ، و بخسارتهم يخسر المجتمع الكثير فوجود مستوى ايجابي و مرتفع، من الطموح عند الافراد يعني تقدم المجتمع و رفعتة، بينما يعني وجود مستوى منخفض من الطموح تراجع المجتمع و انهياره، و تكمن هذه الاهمية كما عرضها (عبد الوهاب 1992) في الاتي:

ا/ ان دراسة مستوى الطموح قد تكشف عن العوامل و القوى الكامنة وراء تلك الظاهرة و عليه من الممكن تنمية او تعديل مستوى الطموح.

ب/ ان دراسة الطموح تمثل احدى المؤثرات و المنبات للكشف عما تكون عليه الشخصية و دراستها بالطريقة علمية، على تحقيق التوافق الشخصي للافراد، مما يعود على المجتمع بالفائدة و زيادة الانتاج.

ج/ ان معرفة الافراد بطبيعة طموحهم ، وبعض العوامل المؤثرة فيه يجعلهم يحاولون موائمة قدراتهم و امكانياتهم مع هذه الطموحات مما يترتب عليه عدم شعورهم بالاحباط و الفشل .

د/ ان دراسة مستوى الطموح و ما تسفر عنه من نتائج، قد تساعد على تطوير العملية التعليمية، حيث تقدم للمسؤولين من واضعي الس ليسة و الخطط تعليمية اطار تجريبا عما يؤثر في مستوى الطموح من عوامل، و عليه يحاولون تطوير و تعديل المناهج، و طرق التدريس بما يتمشى مع ذلك النتائج.

ز/ ترجع اهمية الطموح في انه يلعب دورا هاما في حياة الفرد و المجتمع، حيث يلغي الضؤ على ملامح المستقبل من حيث مشاكل التطور و التخلف .

(توفيق باشير، 2005: 29، 30)

## خلاصة الفصل:

في الختام يمكننا القول ان مستوى الطموح يعبر عن العوامل و السمات الهامة المميزة لشخصية الفرد، فهو بذلك يعبر عن هدف محدد يتطلع الفرد الى تحقيقه و يختلف من فرد الى لآخر وفقا لقدراته و امكانياته ووفقا للعوامل التي تاتر في رفعة او خفضه، وهذا ظهر من خلال ما جاء في هذا الفصل من تعاريف مختلفة للباحثين و العلماء و النظريات التي فسرتة.....الخ.

الجانب التطبيقي

# الفصل الرابع

## الفصل الرابع

### إجراءات الدراسة

تمهيد

1/منهج الدراسة

2/الدراسة الاستطلاعية

3/مجتمع الدراسة

4/عينة الدراسة

5/المجال المكاني والزمني للدراسة

6/ادوات جمع البيانات

7/الدراسة الاساسية

8/الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

## \_ إجراءات الدراسة:

### تمهيد:

تناولت الطالبتان في هذا الفصل الخطوات الاجرائية التي تتم في الجانب الميداني، حيث يتم فيه عرض الم نهج المستخدم واجراءات الدراسة الاستطلاعية و مجتمع و عينة الدراسة، و يتضمن كذلك ادوات الدراسة و اجراءات تطبيقها، والاساليب الاحصائية المستخدمة لمعالجة الفرضيات.

### 1\_ منهج الدراسة :

ان اختيار المنهج في اي دراسة علمية يعتبر شرط اساسي حيث يعتمد عليه الباحث في بحثه عن الحقيقة، و نظرا لطبيعة موضوعنا ومن اجل الكشف عن جوانبها اتبعت الطالبتان في هذه الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، و الذي يفيد في تحقيق اهداف البحث. و يعرف هذا المنهج في كونه يصف الظواهر من حيث خصائصها، اشكالها، وعلاقتها و العوامل مؤثرة فيها، و متابعة دقيقة للظاهرة من حيث المحتوى و المضمون و الوصول الى نتائج و تعميمها تساعد في فهم الواقع و تطويره و معرفة العلاقة بين المتغيرين. ( ربحي مصطفى عليان، عثمان محمد غنيم، 2000: 42، 43)

### 2\_ الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية خطوة ضرورية و اساسية و مهمة في البحث العلمي، فهي المرحلة التي تسبق الدراسة الاساسية اذ من خلالها يتعرف فيها الباحث على الظروف التي يتسم فيها اجراء البحث و تجربة وسائل و ادوات البحث للتأكد من صلاحيتها و صدقها و دقتها من اجل ضمان دقة و موضوعية النتائج في الدراسة النهائية.

وبناء على هذا قمنا بالدراسة الاستطلاعية من اجل معرفة الظروف المسبقة لاجراء الدراسة الأساسية، ولذلك بهدف معرفة حجم المجتمع الأصلي و مميزاته و خصائصه، و تجربة وسائل

البحث و التأكد من صلاحيتها، ومن صدق و ثبات الادوات المستخدمة في الدراسة، وهذا من اجل تفادي الصعوبات و العراقيل التي قد تواجهنا في الدراسة الاساسية.

و لذلك قامت الطالبتان في يوم 2018/02/26 بزيارة استلاعية اولى لكلية العلوم و التكنولوجيا بجامعة الجلفة حيث توجهنا الى ادارة المعهد من اجل معرفة حجم وعدد عينة الدراسة الحالية،ومعرفة عدد التخصصات الموجودة،بالاضافة الى تحديد العينة المناسبة لهذه الدراسة.لم نستطع اخذ هذه المعلومات لان ادارة المعهد طلبت منا العودة في يوم اخر نظرا لعدم توفر هذه المعلومات.

ولذلك قمنا بزيارة استطلاعية ثانية في يوم 2018/02/28 الى كلية العلوم والتكنولوجيا بجامعة الجلفة ، حيث في هذا اليوم استطعنا اخذ المعلومات التي تخص عدد الطلبة والتخصصات الموجودة .

### 3- مجتمع الدراسة:

يكون مجتمع الدراسة الحالية من جميع طلاب كلية العلوم و التكنولوجيا بجميع تخصصاته ( اعلام الي، رياضيات، فيزياء، كيمياء) وجميع المستويات الموجودة فيه، و البالغ عدده م (1343)طالب و طالبة.

### 4\_ عينة الدراسة:

تعد عينة الدراسة شريحة او جزء من مجتمع الدراسة، تحمل خصائص وصفات هذا المجتمع و تمثله فيما يخص الموضوع.

(ديما ماجد، 2016: 29)

و قامت الباحثتان باختيار من مجتمع الدراسة 150 طالب و طالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية. وقد تم استبعاد 10 استمارات ، 8 لعدم استكمال الطلبة لبياناتهم و 2 من الاستمارات لعدم ارجاعها، مما جعل حجم العينة النهائي 140 طالبا و طالبة.



الجدول رقم(1)يبين توزيع عينة الدراسة حسب الجنس:

الجنس	العدد	النسبة المئوية
الذكور	65	%46.42
الاناث	75	%53.57
المجموع	140	%100

#### 5\_ المجال المكاني و الزماني للدراسة:

بعد موافقة الاستاذ المشرف على الاداة المطبقة تم الشروع في تطبيق الادوات في فترة الواقعة بين 20018/03/14 الى غاية 2018/03/18 في كلية العلوم و التكنولوجيا بجامعة الجلفة.

#### 6\_ ادوات جمع البيانات:

هناك عدد من الادوات لجمع البيانات و المعلومات و التي قد تستخدم بمفردها او مع غيرها من الادوات لتزيد نسبة التأكد من النتائج، و المهم هنا هو ان تاكد ضرورة ملائمة ادوات التي يختارها الباحث مع طبيعة مصادر البيانات المتعلقة بالمشكلة و التي تؤدي الى افضل النتائج، ومن اهم هذه الادوات هي القايس السوسيومترية التي تستخدم اليوم في قياس الاجتماعي .

(كامل المغربي،2009: 147)

ولقد اختارت الباحثتان مقياسين (مقياس الاحتراق النفسي ومقياس مستوى الطموح)

#### 6\_1\_ مقياس الاحتراق النفسي:

بعد قيام الطالبتان بالبحث لمدة طويلة عن مقياس الاحتراق النفسي للطلبة الجامعيين، وفي حدود علم الطالبتان تم العثور على مقياس واحد للدكتور مجيد بلال الذي تعتبر عباراته ملائمة لعينة الدراسة الحالية.

### 6\_1\_1\_1\_ وصف المقياس مجيدل بلال:

قام مجيدل بلال بتصميم استبيان لطلبة الجامعة و عرضه على اربعة اساتذة من اجل تحكيمه و معرفة مدى صدقه، و بعد الاخذ بنصائح و ملاحظاتهم تم تعديل بعض الفقرات و اعادة صياغتها بما يتماشى مع موضوع الدراسة، و اصبح الاستبيان في صورته النهائية يتكون من 20 بندا، و قد قسم الى ثلاثة محاور رئيسية و هي:

\_ المحور الاول: يشمل بعد الاستنزاف (الاجهاد) الانفعالي و يتكون من 7 فقرات.

وهي عبارات رقم: 1-2-3-4-5-6-7

-المحور الثاني: يشمل بعد تبدل المشاعر و يتكون من 6 فقرات.

وهي عبارات رقم: 8-9-10-11-12-13

\_ المحور الثالث: يشمل بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي و يتكون من 7 فقرات

وهي عبارات رقم: 14-15-16-17-18-19-20

و قد تم تحديد اجابات الطلبة من خلال بديلتين نعم ولا .

### 6\_1\_2\_1\_ صدق مقياس الاحتراق النفسي في الدراسة الحالية:

لقد تم التأكد من ثبات و صدق مقياس الاحتراق النفسي من قبل الباحث مجيدل بلال الذي قام

بتطبيقه في البيئة الجزائرية على طلبة الجامعة سنة 2017.

و لكن وفي هذه الدراسة قام الباحثان باستبدال سلم التصحيح لمقياس الاحتراق النفسي من

البديلتين (نعم، لا) الى ثلاثة بدائل الاجابة ( دائما ، احيانا، لا ابداء)، ثم قامت بالتحقق من الصدق

بطريقتين هما:

### \_ صدق المحكمين:

لقد عرضت الباحثان مقياس الاحتراق النفسي على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص

في مجال هذا الموضوع، و قد تم ارفاق المقياس باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث و اشكاليته

و فرضياته و بعد معرفة اراء الاساتذة المحكمين و الاخذ بنصائحهم و ملاحظتهم تم تعديل بعض الفقرات لتصبح اكثر وضوحا .

و الفقرات المعدلة في مقياس الاحتراق النفسي هي: 1-3-6-16

و لحساب الخصائص السيكومترية لهذه الاداة تم تطبيق هذه الاداة او مقياس بصورته المعدلة على عينة استطلاعية تكومت من 10 طلاب تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، و تم حساب معامل الثبات بطريقة اعادة تطبيق الاختبار، حيث كانت المدة بين التطبيق الاول و الثاني 15يوم ، وتم الحساب وفق مايلي:

#### حساب الثبات :

في البداية قمنا بحساب معامل الارتباط بيرسون بين الدرجات الاولى و الثاني للمقياس احتراق النفسي ثم قمنا بحساب علاقة معامل الثبات ( a كرومباخ ) حيث يعتبر هذا الاختبار من اهم مقاييس الاتساق الداخلي.

اولا: حساب معامل الارتباط بيرسون

بعد حساب معامل الارتباط بيرسون وجد انه يساوي: 0,855 عند مستوى الدلالة (0,01)

ثانيا: حساب معامل الثبات a كرومباخ :

بعد حساب معامل الفا مرومباخ وجد انه يساوي 0,914 ومنه معامل القياس يتمتع بثبات جيد

#### \_حساب معامل الصدق:

ولحساب معامل الصدق قمنا بجذر معامل الثبات و منه يساوي: 0.95

ومنه معامل الصدق و ثبات المقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة وهذا يشير الى وجود اتساق داخلي قوي بين فقرات المقياس.

وكما تم حساب معامل الثبات الفاكرومباخ لكل بعد من ابعاد مقياس الاحتراق النفسي كما يلي:

الجدول رقم(2)يبين معامل الثبات الفا كرومباخ لكل بعد من ابعاد الاحتراق النفسي

الابعاد	الاستنزاف (الاجهاد) الانفعالي	تبدل المشاعر	نقص الشعور بالانجاز الشخصي
عدد فقرات البعد	7	6	7
معامل الثبات	0,594	0,652	0,652

ومنه معاملات ثبات الابعاد تتمتع بدرجة ثبات مقبولة

#### 6-2- مقياس مستوى الطموح:

اطلعت الباحثان على عدة مقاييس لمستوى الطموح وتم اختيار مقياس الباحثة صالحى هناء(2013) وذلك لوضوح وملائمة عباراته.

#### 6-2-1- وصف مقياس صالحى هناء:

قامت الباحثة بتصميم استبيان لطلبة الجامعة وعرضته على 5 اساتذة محكمين مختصين في علم النفس وعلوم التربية من اجل تحكيمه ومعرفة مدى صدقه وثباته , وبعد الاخذ بالنصائح وملاحظات المحكمين,تم تعديل بعض الفقرات وحذف البعض الاخر, ليصبح الاستبيان في صورته النهائية مكون من 30 عبارة قسمت الى ثلاثة ابعاد رئيسية وهي:

-البعد الاول:يشمل محور نظرة الطالب للتفوق الدراسي ويتكون من 10 عبارات.

والعبارات هي رقم: 2-6-9-12-16-19-21-23-26-22

-البعد الثاني:يشمل محور النظرة للمستقبل ويتكون من 10 عبارات.

والعبارات هي رقم: 7-10-11-13-15-17-18-20-24-30

-البعد الثاني:يشمل محوراتجاه الطالب نحو الدراسة في الجامعة ويتكون من 10 عبارات.

والعبارات هي رقم: 1-3-4-5-8-14-22-25-27-28

و للاستبيان عبارات سلبية عددها 6 وهي: 5-10-14-17-18-27

وقد تم تحديد اجابات الطلبة من خلال ثلاث بدائل وهي: دائما, احيانا, ابدأ.

6-2-2-صدق مقياس مستوى الطموح في الدراسة الحالية:

لقد تم التأكد من ثبات وصدق مقياس مستوى الطموح من قبل الباحثة صالحى هناء التي قامت

بتطبيقه في البيئة الجزائرية لطلبة الجامعة سنة 2013.

الا انه في الدراسة الحالية قامت الباحثتان بالتحقق من الصدق بطريقتين هما :

### صدق المحكمين:

لقد عرضت الباحثتان مقياس الطموح على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص في

مجال هذا الموضوع ,وقد تم ارفاق المقياس باستمارة شاملة تحمل موضوع البحث واشكاليته

وفرضياته,وبعد معرفة اراء الاساتذة المحكمين والاخذ بنصائحهم وملاحظاتهم تم تعديل بعض

الفقرات لتصبح اكثر وضوحا.

و الفقرات المعدلة في مقياس الطموح هي: 11-20 وقامت الباحثتان بحساب الخصائص

السيكومترية لهذه الاداة ,حيث تم تطبيق هذه الاداة بصورتها المعدلة على

عينة استطلاعية تكونت من 10 طلاب تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة, وتم

حساب معامل الثبات بطريقة اعادة تطبيق الاختبار حيث كانت المدة بين الاختبار الاول و الثاني

15 يوم. وتم الحساب وفق مايلي:

### حساب الثبات:

بنفس طريقة حساب معامل ثبات مقياس الاحتراق النفسي ,تم حساب مقياس مستوى الطموح.

اولا:حساب معامل الارتباط بيرسون.

بعد حساب معامل بيرسون وجد انه يساوي 0.931 عند مستوى الدلالة 0.01

ثانيا: حساب معامل الثبات الفا كرومباخ:

بعد حساب معامل الفا كرومباخ وجد انه يساوي 0.95, ومنه معامل ثبات المقياس يتمتع بدرجة

ثبات مقبولة - حساب معامل الصدق:

ولحساب معامل الصدق قمنا بجذر معامل الثبات ومنه يساوي 0.97

ومنه معامل الصدق والثبات للمقياس يتمتع بدرجة ثبات جيدة, وهذا يشير الى وجود اتساق داخلي

قوي بين فقرات المقياس.

- مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية:

الجدول رقم (3) يبين مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية:

نقص الشعور بالانجاز الشخصي	تبدل المشاعر	الاستنزاف الانفعالي (الإجهاد)	ابعاد مقياس الاحتراق النفسي
6-8-9-10-15- 16-17	5-7-12-14-18- 19	1-2-3-4-11-13- 20	رقم العبارة
7	6	7	المجموع

الجدول رقم (4) يبين بدائل ودرجات الاجوبة لمقياس الاحتراق النفسي:

لا أبدا	أحيانا	دائما	بدائل الأجوبة
1	2	3	الدرجة

-مقياس مستوى الطموح في صورته النهائية:

جدول رقم(5)يبين مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية:

أبعاد مقياس مستوى الطموح	اتجاه الطالب نحو الدراسة في الجامعة	نظرة الطالب للتفوق الدراسي	نظرة المستقبل
رقم العبارة	6-2-9-12-16- 21-23-26-19-	15-17-18-20- 24-30-7-10-	8-14-22-25- 27-28-1-3-4-
	.29	11-13.	.5
المجموع	10	10	10

جدول رقم (6)يبين بدائل ودرجات الاجوبة لمقياس مستوى الطموح:

بدائل الأجوابة	دائما	أحيانا	لأبدا
الدرجة	3	2	1

و يجدر بنا هنا ذكر ان لمقياس مستوى الطموح عبارات سلبية عددها 6 وهي :5-10-14-17-18-27 وتعطى الدرجات لهذه العبارات بترتيب التالي ( 1للبديلة دائما و 2 للبديلة احيانا و 3 للبديلة لا ابدا) عكس العبارات الموجبة.

7-الدراسة الاساسية:

طريقة تطبيق:

بعد حساب الخصائص السيكومترية لكل من الاداتين قامت الباحثتان بالتوجه لكلية العلوم التكنولوجية بجامعة الجلفة من اجل تطبيق الاداة والشروع في الدراسة الاساسية وقبل تطبيق وتوزيع الاداة على عينة الدراسة قدمت الباحثتان شروحات جماعية وفردية لعينة الدراسة,حيث

تمثلت في توضيح الهدف من هذه الدراسة، وكذلك توضيح تعليمية الاستبيان وطريقة الاجابة، وتم توزيع المقياس على عينة الدراسة بطريقة عشوائية وكانت عينة الدراسة متعاونة ومتفهمة جدا.

#### 8- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم الاعتماد في هذه الدراسة على مجموعة من الاساليب الاحصائية المناسبة لطبيعة تصميم البحث، حيث تفرض علينا هذه الدراسة اختيار اساليب احصائية خاصة من اجل تفسير وتحليل و وصول الى نتائج دقيقة، وهذه الاساليب هي كما يلي:

#### 8-1- الاحصاء الوصفي: ويتضمن الاساليب التالية:

8-1-1- المتوسط الحسابي ويحسب وفق المعادلة التالية:

8-1-2- الانحراف المعياري ويحسب وفق المعادلة التالية:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (x_i - \bar{x})^2 f_i}{n - 1}}$$

8-1-3- النسبة المؤوية:

استعملت في هذه الدراسة لغرض تقدير عدد افراد الدراسة الاساسية



8-2- الإحصاء الاستدلالي: ويتضمن الأساليب التالية:

8-2-1- معامل الارتباط بيرسون

يستخدم معامل الارتباط للتعبير عن قوة و اتجاه العلاقة بين متغيرين او اكثر عن طريق اعطاء قيم رقمية تتراوح بين 1+و-1 مرورا بصفر .

(محمد وليد بطش,فريد كامل ابو

زينة:2007,172)

$$r = \frac{\sum (x - \bar{x})(y - \bar{y})}{\sqrt{\sum (x - \bar{x})^2} \sqrt{\sum (y - \bar{y})^2}}$$

8-2-2- الاختبار الثاني (ت) T-test

يستخدم لمعرفة الفروق بين مجموعتين ويحسب وفق المعادلة التالية:

$$T = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{s_1^2 + s_2^2 / n - 1}}$$

8-2-3- معامل الثبات الفا كرونباخ:

يستخدم لقياس ثبات مختلف ابعاد المقياسين ويحسب وفق المعادلة التالية:

$$\alpha = 2t/1-t$$

# الفصل الخامس

## الفصل الخامس

### عرض ومناقشة وتحليل النتائج

تمهيد

- 1/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الاولى
- 2/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية
- 3/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
- 4/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
- 5/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة
- 6/ عرض ومناقشة نتائج الفرضية العامة

**تمهيد:**

بعد عرضنا في الفصل السابق الى أهم الإجراءات المنهجية للدراسة الاستطلاعية وما جاء فيها من تفاصيل حول الأدوات المستخدمة وخصائصها السيكمترية, سنحاول في هذا الفصل الإلمام بمعطيات موضوع البحث وذلك من خلال المعالجة الإحصائية لهذه المعطيات بإتباع طريقة تحليل وتفسير ومناقشة النتائج حتى نعرف مدى مصداقية الفرضيات إلى ان نصل للاستنتاج العام لهذه الدراسة, للخروج ببعض التوصيات والاقترحات والتي تكون مناسبة وتخدم هذه الدراسة.

وتم تفسير ومناقشة واستنتاج الفرضية العامة على النحو التالي:

1- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الاولى:

تنص الفرضية الجزئية الاولى على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس (ذكور, اناث).

ولتحقق من هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في مستوى الاحتراق النفسي.

والجدول رقم (7) التالي يوضح نتائج هذه الفرضية:

الجنس	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
ذكر	65	6.51	38.11	0.83	-0.21	0.05	غير دالة احصائيا
انثى	75	6.19	38.33				

من خلال الجدول رقم (7) يتبين ان المتوسط الحسابي للذكور يساوي (38.11) وهو يساوي متوسط الحسابي للاناث (38.33) وهذا بانحراف معياري (6.51) للذكور و (6.19) للاناث. ونلاحظ من خلال الجدول ان قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ (-0.21) اقل من قيمة الدلالة المعنوية (0.83) وهي غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.05).

ومنه نقبل الفرضية الصفرية التي تقول انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين درجات قياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس (ذكور, اناث), ومنه تم رفض الفرضية البديلة التي تقول انه يوجد فروق.

من هنا يمكننا القول ان هذه النتيجة يمكن ارجاعها على انه يوجد تقارب بين الذكور والاناث في درجة التعرض للضغوطات والمواقف والظروف الصعبة التي قد تؤدي الى الاصابة بالاحترق النفسي, حيث نجد ان الطلبة يواجهون نفس متطلبات العمل البيداغوجي من بحوث واختبارات واعداد المذكرات, كما ان صعوبة المواد واللغة سببت لهم عجز في فهم واستيعاب المواد, كما ان الطلبة يعيشون نفس البيئة ويخضعون لنفس العوامل والظروف الاجتماعية والاقتصادية, كل هذه العوامل مشتركة بين الذكور والاناث و تسبب لهم نفس الضغوط.

وقد اتفقت هذه الدراسة مع دراسة نبيلة باوية(2012)حيث توصلت انه لا توجد فروق بين الذكور والاناث في درجات الاحترق النفسي تعزى لمتغير الجنس وفسرت ذلك انه يوجد تقارب في خصائص الشخصية لكل من الذكور والاناث وبالتالي تقارب في درجة التعرض للضغوطات والمواقف الشديدة التي تؤدي في بعض الاحيان الى الاصابة بالاحترق النفسي,حيث وجدت ان الطلبة يدرسون في نفس الفصول الدراسية وبالتالي يواجهون نفس الظروف المتعلقة باعباء الدراسة. واختلفت هذه الدراسة مع دراسة اسمى عبد الحافظ الجعافرة واخرون ( 2013)حيث توصلت انه توجد فروق في مستوى الاحترق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور,وهذا راجع لحجم المسؤوليات والاعباء الملقاة على عاتقهم وما ينتظر منهم في الجامعة وخوفهم من المستقبل ,حيث ان الذكور ينشغلون ويفكرون بمستقبلهم المهني اكثر من الاناث.

2- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

تنص الفرضية الجزئية الثانية على انه توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الطموح تبعاً لمتغير الجنس (ذكور, اناث).

وللتحقق من هذه الفرضية يتم استخدام اختبار (ت) لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في مستوى الطموح.

والجدول رقم (8) التالي يوضح نتائج هذه الفرضية:

الجنس	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
ذكر	65	10.29	68.18	0.05	-1.93	0.05	دالة احصائياً
انثى	75	9.13	71.36				

من خلال الجدول (8) يتبين ان المتوسط الحسابي للذكور يساوي (68.18) ويساوي (71.36) بالنسبة للاناث بانحراف معياري (10.29) بالنسبة للذكور و(9.13) بالنسبة للاناث. ونلاحظ من خلال الجدول ان قيمة (ت) المحسوبة والمقدرة بـ (-1.93) اكبر من قيمة الدلالة المعنوية ( 0.05) وهي دالة عند مستوى الدلالة ( 0.05) ومنه نقبل الفرضية البديلة والتي تقول توجد علاقة بين الذكور والاناث في مستوى الطموح, ونرفض الفرضية الصفرية والتي تقول لا توجد فروق.

من خلال هذه النتيجة يمكن ارجاع وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى الطموح لوجود

فروق نفسية وبيولوجية بين الذكور والاناث, حيث نجد اهداف وغايات وطموحات الطلبة ودافعيتهم

للانجاز عند الذكور تختلف عند الاناث, كما انه توجد فروق في القدرات العقلية وفي امكانياتهم التحصيلية كما ان عامل العمر يلعب دورا كبيرا في هذا. بالاضافة الى خبرات النجاح والفشل التي مرة بها الطلبة وكذلك الظروف الاقتصادية و الاجتماعية قد تكون غير مناسبة او صعبة بالنسبة للطلبة الذكور بخلاف الطالبات ونلاحظ من خلال الجدول ان الفروق لصالح الطالبات وهذا قد يرجع للمكانة العالية للمرأة في المجتمع حيث نجد المرأة العاملة بقوة في جميع ومختلف المؤسسات لهذا نجد ان الطالبات لديهم امل في العمل مثل باقي نساء المجتمع. واتفقت هذه الدراسة مع دراسة كل من ماركوربيانكس (2004) و حسين جبر (2012) و افزالور ودلوموني (2013).

واختلفت هذه الدراسة مع دراسة فضيلة وفاطمة ميسة ( 2014) حيث توصلت انه لا توجد فروق في مستوى الطموح للذكور وللاناث وفسرت هذه النتيجة ان للطلبة نفس التطلعات والامال المستقبلية والغايات التي يريدون تحقيقها بلاضافة ان لديهم نفس التكيف ونفس التفصيلات واتخاذ القرارات وهذا مايشير الى سمات الشخص الطموح. واتفقت هذه الدراسة مع كل من اندي ( 2002) و زياد بركات (2009).

### 3- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

تنص الفرضية الجزئية الثالثة على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين بعد نقص في الشعور بالانجاز الشخصي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.

وللتحقق من هذه الفرضية يتم استخدام معامل الارتباط (بيرسون).



والجدول رقم(9) التالي يوضح نتائج هذه الفرضية:

المتغيرات	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	القيمة المحسوبة (ر)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
نقص في الشعور بالانجاز الشخصي مستوى الطموح	140	2.36	13.49	0.00	-0.35	0.01	دالة احصائية
		9.78	69.89				

ومن خلال الجدول رقم ( 9) يتبين ان قيمة المتوسط الحسابي لبعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي يساوي(13.49) ولمستوى الطموح يساوي (69.89) وبلغ الانحراف المعياري لبعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي ( 2.36) ولمستوى الطموح(9.78) وبلغت قيمة(ر)المحسوبة ( -0.35) وهي اكبر من قيمة الدلالة المعنوية ( 0.00)وهي دالة عند مستوى الدلالة ( 0.01) وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية بين بعد نقص في الشعور بالانجاز الشخصي ومستوى الطموح,ومنه تم قبول الفرضية الجزئية الثالثة.

#### تفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة :

يمكن تفسير هذه النتيجة التي تدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي ومستوى الطموح على ان مختلف مواقف الحياة الضاغطة التي يتعرض لها الطالب,و وجود ظروف ومشاكل يعيشها الطالب والتي ادت به بالاحساس بالتعب النفسي والبدني

وعجز في التكيف والتفاعل مع الآخرين ومع البيئة الدراسية، كل من هذه العوامل التي يتعرض لها الطالب والتي لا يقدر على معالجتها تآثر في نفسيته و في ادائه الدراسي ومنه تسبب له شعور بانه عاجز عن التفوق وغير راض عن ادائه الاكاديمي و الدراسي، ومنه اعتقاده انه لم ينجز الكثير من الاعمال والنجاحات في دراسته، وهذا ما اكدته كل من **ماسلاش وجاكسون (1981)** حيث ترى ان شعور الفرد بنقص في شعوره بالانجاز الشخصي يعني ميل الفرد الى تقييم انجازاته الشخصية بصفة سلبية وشعوره بعدم القدرة على القيام بواجباته المطلوبة على احس حال وتدني نجاعة واعتقاده بان مجهوداته تذهب سدى.

وانتقلت هذه الدراسة مع دراسة **مجيدر بلال** حيث توصل من خلال دراسته لظاهرة الاحتراق النفسي لطلبة الجامعيين ان طالب الجامعي يعاني من نقص في الشعور بالانجاز الشخصي بنسبة 57.68 بالمئة، وارجع هذه النتيجة على انا الطالب يتعرض لضغوطات في حياته اليومية في الجامعة او العائلة او المجتمع وهو دائما ما يجد نفسه محاصرا بالاعمال والواجبات والتزامات في الجامعة كل من هذه العوامل تخلق له اضطراب نفسي يؤثر بطريقة سلبية وهذا يظهر في شعور الطالب بانه لم ينجز الكثير في دراسته.

وكما ترى النظرية الانسانية والتي من روادها **روجرز ماسلو وستين وفروم** ان الطبيعة البشرية تتآثر بعدم تحقيق الذات، ويرى **روجرز** ان تحقيق الذات هو مركز الذي تنتظم حوله كل ذات، وراى ان عدم تحقيق الحاجات الانسانية وفق هرم متدرج **لماسلو** قاعدته الحاجات الاساسية وقيمة

الحاجة الى تحقيق الذات,من شأنه ان يحدث اضطرابا في الصحة النفسية للفرد قد يؤدي الى جملة من الاضطرابات النفسية منها الاحتراق النفسي.

وكما ترى الباحثان ان هذه النتيجة تعود لصعوبة التخصص وطبيعة المادة الدراسية كم ان

الدراسة في الكليات العلمية اصعب بكثير من الدراسة في كليات الاداب والعلوم الانسانية

والاجتماعية ,فهذه العوامل من شأنها تؤدي للضغوطات النفسية ,بحيث تؤثر على العمليات العقلية

والمعرفية كالادراك والانتباه والذاكرة مما ينعكس على مستوى اداء والتحصيل الدراسي للطالب ومنه

تدني مستواه الدراسي وادائه واهتماماته ومنه شعوره بانه لايقدم الكثير من النجاح والانجاز ومنه

خفض في مستوى طموحه.وهذا ما اكده **جليل وديع شكور** على ان مستوى الطموح يعلوبالنجاح

وينخفض في حالة الشعور بالفشل واكدة على ان اهمية النجاح والفشل في مستوى الطموح ان

((مستوى الطموح يتغير ويتبدل تبعا لما يلاقي الفرد في حياته من نجاح او فشل)).

#### 4- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

تنص الفرضية الجزئية الرابعة على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين تبدل المشاعر ومستوى

الطموح لدى طلبة العلوم والتكنولوجيا.

وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون)

والجدول رقم(10) التالي يوضح نتائج هذه الفرضية

المتغيرات	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	القيمة المحسوبة (ر)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
تبدل المشاعر	140	2.53	10.59	0.00	-0.31	0.01	دالة احصائيا
مستوى الطموح		9.78	69.89				

ومن خلال الجدول رقم ( 10) يتبين ان القيمة المتوسط الحسابي لبعث تبدل المشاعر يساوي

(10.59) ولمستوى الطموح ( 69.89) بانحراف معياري لتبدل المشاعر ( 2.53) ولمستوى

الطموح(9.78) ونلاحظ ان قيمة (ر) المحسوبة تساوي ( -0.31) وهي اكبر من قيمة الدلالة

المعنوية(0.00)وهي دالة عند مستوى الدلالة ( 0.01)وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية بين

تبدل المشاعر ومستوى الطموح ومنه تم قبول الفرضية الجزئية الرابعة.

تفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الرابعة:

يمكن تفسير هذه النتيجة على ان الطلبة يعانون من تبدل مشاعر على انه يوجد مشاكل

وصعوبات في التعامل والتفاعل مع الاخرين وصعوبة التكيف مع البيئة الاجتماعية المحيطة،وكما

ترى ماسلاش وجاكسون ان شعور الطالب بتبدل المشاعر يعني فقدانه العنصر الانساني او

الشخصي في التعامل واعتبار الاشخاص كاشياء مادية بدلا من اعتبارهم كاشخاص، ويتصف الفرد

الذي يعاني من تبدل المشاعر في هذه الحالة بالقسوة والتشاؤم و كثرة الانتقاد واللامبالاة والشعور السلبي نحو الآخرين.

ويرجع السبب في حدوث ذلك الى الظروف التي يعيش فيها الطالب والمتمثلة في عدم تحمله لحالته و وضعيته الاجتماعية الصعبة والى مشاكله الشخصية ,بالاضافة الى ذلك وضعية الطالب الاقتصادية وحاجته المادية التي تؤثر في نفسيته وفي تعامله مع الآخرين. كما ان تعرض الطالب لفشل في حياته الاجتماعية وعلاقاته الشخصية والدراسية او فشله في المواد الدراسية هذا من شأنه يؤدي الى احباطه ومنه الى تبدل مشاعره,كل من هذه العوامل والظروف التي يتعرض لها الطالب والتي لم يقدر على التكيف معها ومسايرتها تؤدي به الى تبدل مشاعره وتؤثر على ادائه الدراسي ومنه تؤثر في طموحه. وهذا ما اكدته دراسة **مجيدر بلال** حيث اظهرت نتائج دراسته على ان الطلبة الجامعيين يعانون من تبدل المشاعر بنسبة 56.55 بالمئة وارجع هذا ان الطالب الجامعي كثيرا ما يجد نفسه يتخبط في علاقات اجتماعية فاشلة مع الآخرين وكذلك رسوب الطالب في بعض المواد وحاجات الطالب المادية وابتعاده عن الاهل كل من هذه العوامل ادت به الى قسوة مشاعره ومنه تبدل مشاعره.

### 5- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

تنص الفرضية الجزئية الخامسة على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بعد الاستنزاف الانفعالي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.  
وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام معامل (بيرسون).

والجدول (11) التالي يوضح نتائج هذه الفرضية:

المتغيرات	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	القيمة المحسوبة (ر)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الاستنزاف الانفعالي	140	2.72	14.60	0.00	-0.29	0.01	دالة احصائيا
مستوى الطموح		9.78	69.89				

من خلال الجدول رقم (11) يتبين ان قيمة المتوسط الحسابي لبعء الاستنزاف الانفعالي يساوي (14.60) ولمستوى الطموح (69.89) بانحراف معياري لبعء الاستنزاف الانفعالي (2.72) ولمستوى الطموح (9.78) ونلاحظ ان قيمة (ر) المحسوبة المقدره ب ( -0.29) اكبر من قيمة الدلالة المعنوية (0.00) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وهذا يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية بين بعء الاستنزاف الانفعالي ومستوى الطموح، ومنه تم قبول الفرضية الجزئية الخامسة. تفسير ومناقشة الفرضية الجزئية الخامسة:

يمكن تفسير هذه النتيجة على ان الطالب يشعر فعلا بتعب نفسي وبدني وضعفا نفسيا كبيرا وباحباط شديد من ممارسة الحياة الجامعية، وهذا يرجع لعدم مقدرة الطالب على التحكم ومسايرة الحياة الدراسية والاكاديمية وعدم تكيفه معها وهذا اثر في نفسيته وفي خفض مستوى طموحه، وتؤكد كل من ماسلاش وجاكسون ان شعور الطالب بالاجهاد والاستنزاف الانفعالي يعني احساسه بفقد الطاقة عن العمل والاداء والاحساس بزيادة متطلبات العمل.

وانفقت هذه الدراسة مع دراسة مجيدر بلال ( 2017) من حيث تعرض الطالب لاستنزاف

الانفعالي حيث اظهرت نتائج دراسته ان الطالب يشعر باستنزاف انفعالي بنسبة 68.57 بالمئة

واكدى ان هذه النتيجة ترجع لشعور الطالب بضغوطات اجتماعية وعائلية وفي حياته الجامعية

التي ادت به الى الاجهاد النفسي والبدني.

وترى الباحثان انا مختلف الضغوطات و المشاكل التي يتعرض لها الطالب والتي لايقدر على

حلها تؤدي به الى الشعور بالعجز والقلق والانهاك الشديد وضغط عام في الجسم وهذا مايسمى

بالاستنزاف الانفعالي.

#### 6- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة:

تنص الفرضية العامة على انه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاحتراق النفسي ومستوى

الطموح لدى طلبة العلوم و التكنولوجيا.

وللتحقق من هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون)

والجدول رقم(12)التالي يوضح نتائج هذه الفرضية

المتغيرات	عدد العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الدلالة المعنوية	القيمة المحسوبة (ر)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الاحترق النفسي	140	6.32	38.23	0.00	-0.40	0.01	دالة احصائيا
مستوى الطموح		9.78	69.89				

ومن خلال الجدول رقم ( 12) يتبين ان قيمة المتوسط الحسابي لمتغير الاحتراق النفسي

تساوي(38.23)ويساوي بالنسبة لمستوى الطموح( 69.89)بانحراف معياري للاحتراق

النفسي(6.32)و(9.78) بالنسبة لمستوى الطموح ونلاحظ ان قيمة(ر) المحسوبة و المقدره

ب(-0.40) اكبر من قيمة الدلالة المعنوية ( 0.00) وهي دالة عند مستوى الدلالة ( 0.01) وهذا

يعني وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي ومستوى الطموح لدى طلبة العلوم

التكنولوجية,ومنه تم قبول الفرضية العامة.

### تفسير ومناقشة الفرضية العامة:

يمكن تفسير هذه النتيجة التي تدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي

ومستوى الطموح على ان الاحتراق يلعب دورا كبيرا في التأثير على مستوى طموح الطلبة ,بحيث

انه كلما ارتفع الاحتراق النفسي انخفض مستوى الطموح,وهذا قد يعود للضغوطات المتواصلة التي

يعاني منها الطلبة والاعباء الدراسية وعدم مقدرة الطلبة على مواجهتها او التكيف معها,وهذا ما

اكنته هذه الدراسة بحيث تشير الى ان هناك بعض من الضغوطات النفسية سواء المتعلقة



بالانضباط والقوانين المفروضة على الطلبة من قبل الادارة او بالظروف الاجتماعية وحتى الاقتصادية المحيطة بهم كل هذه العوامل اثرت بطريقة سلبية على نفسياتهم وعلى ادائهم وفي خفض مستوى طموحهم.

وترى الطالبتان ان هذه النتيجة ربما تعود ايضا الى عدم ملائمة الظروف الفيزيكية التي يدرس فيها الطلبة وصعوبة التخصصات (رياضيات,فيزياء,كيمياء,اعلام الي)والمواد الدراسية وكذلك اللغة بحيث ان جميع التخصصات تدرس باللغة الفرنسية,بالاضافة للحالة الاجتماعية للطلبة .كل من هذه الظروف تسبب اجهاد نفسي وبدني يؤدي الى تبدل المشاعر و نقص في الانجاز الشخصي ومنه يؤثر في مستوى طموح الطلبة.

والتقت هذه الدراسة من حيث ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي للطلبة الجامعيين مع ماتوصلت اليه الباحثة نبيلة باوية (2012),حيث توصلت ان سبب ارتفاع الاحتراق النفسي واصابة الطلبة به يعود الى التغيرات انمائية والنفسية والاجتماعية,فسولوجية التي قد يعجز الطالب للتكيف معها, والتي تؤدي به الى الاحتراق النفسي.وكما التقت هذه الدراسة مع دراسة اسمى عبد الحافظ الجعافرة واخرون(2013) في ارتفاع نسبة الاحتراق النفسي شأنها شان معظم الظواهر النفسية التي لا نستطيع الهروب منها وتوصلت ان سبب اصابة الطلبة به يعود للقوانين والنظام الصارم الاكاديمي وعدم تحمل الطلبة للمسؤولية سواء كانت دراسية او حياتية.

ومن جهة اخرى ترى النظرية المعرفية والتي من روادها العالم لازاروس ان الاحتراق النفسي يكمن في التقييم الخاطئ عند الفرد للعلاقة بينه وبين البيئة اذ يراها بانها مرهقة وتتجاوز قدرته

على التكيف وتعرض وجوده للخطر، وترى ان الضغوط التي يتعرض لها الفرد تعمل على احداث اضطرابا في التنظيم العقلي يتمثل في التشوهات ادراكية ثم يليها التاثر النفسي مصحوبا بمظاهر جسدية، وتتفق هذه النظرية مع النظرية السلوكية حيث ترى ان الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لعوامل بيئية وفيزيقة الغير ملائمة لحياة الفرد. وحسب سكينر فانه يرى انه يمكن التحكم بعملية الاحتراق بالدرجة التي نستطيع فيها التحكم بالظروف البيئية المحيطة.

### استنتاج عام:

بعد عرض نتائج الدراسة الميدانية ومحاولة تفسيرها ومن خلال نتائج الدراسة المتحصل عليها نجد انه توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي ومستوى الطموح ومنه وبناء على تحقق الفرضية العامة, فان طلبة العلوم والتكنولوجيا يعانون من احتراق نفسي في مختلف ابعاده سواء استنزاف انفعالي, تبدل المشاعر, او نقص الشعور بالانجاز الشخصي وهذا اثر على توافقهم ونجاحهم وعلى طموحهم بانخفاضه, ونجد ان حدوث الاحتراق النفسي جاء نتيجة لتعرض الطالب لضغوطات كثيرة ومتواصلة في حياته اليومية سواء كانت حياته العائلية او الجامعية او الاجتماعية, حيث يجد نفسه يشعر بالعجز عن التعامل والتفاعل مع الاخرين ويفشل في علاقاته مع الاجتماعية, بالاضافة الى شعوره بعدم التكيف مع قوانين ونظام ادارة المعهد والاساتذة, حيث يجد نفسه محاصرا بين الوجبات ومتطلبات العمل البيداغوجي من بحوث وامتحانات وتخرج كل من هذه الظروف تسبب ضغطا نفسيا كبيرا عليه, تجعله لايشعر بالارتياح والتوافق النفسي وفقدان الثقة وعدم تكيفه مع البيئة المحيطة به, بالاضافة الى قلقه من المستقبل والاكتئاب والملل والاحباط وشعوره بالتعب البدني و النفسي ادى به الى خفض مستوى طموحه.

ومن هنا تظهر اهمية العمل من قبل الاهد والمسؤولين والادارة والاساتذة على مساعدت الطلبة في حل مشاكلهم وعلى مساعدتهم على تخطي ما يواجهونه من عوائق ومصاعب, وهذا يحول دون وقوعهم في الياس والاحباط والتعرض للاحتراق النفسي, كذلك مساعدتهم على الاستفادة

من قدراتهم ومهاراتهم وبلوغ اهدافهم وخلق جو دراسي واجتماعي سليم يساعد على التصدي

لهذه الضغوط وتجعلها يزول دراسته على اكمل وجه من اجل النجاح والتفوق الدراسي ومنه زيادة

مستوى طموحه وتحقيق طموحاته المستقبلية.

التوصيات  
والمقترحات

### التوصيات والمقترحات:

بناء على ما توصلت اليه الدراسة الحالية من نتائج يمكن ادراج بعض التوصيات

والمقترحات كما يلي:

### التوصيات:

ترى الباحثان على انه من المفيد:

-انشاء قسم او مركز يضم مجموعة من المرشدين وموجهين داخل الجامعة لمتابعة مشاكل الطلبة النفسية والتربوية والعمل على معرفة اسباب الاحتراق النفسي وتقديم المساعدة لتخطي الضغوط التي يواجهونها وتقديم برامج وقائية علاجية للتخفيف من شدة الاحتراق النفسي

-الاهتمام بالصحة النفسية للطالب الجامعي من طرف المصالح المختصة بشؤون الطلبة داخل المؤسسات الجامعية.

-العمل من قبل ادارة معهد العلوم التكنولوجية على تقديم ما يلزم من خدمات لطلبتها تساعدهم على معرفة امكانياتهم الحقيقية ,وتدريبهم على كيفية وضع الخطط المستقبلية التي تتناسب مع امكانياتهم وقدراتهم الدراسية ومع طموحهم كي يستطيعوا تحقيق ذلك بشكل سليم.

-العمل من قبل الاهل والاساتذة والادارة على تنمية الحس بالمسؤولية لدى الطلبة حتى يتمكن الطالب من التكيف الناجح في ظروف الحياة المختلفة منها الحياة الجامعية والاجتماعية والاسرية.

-مشاركة الطلبة في ملتقيات للتعويض عن الضغوط والارهاق.

-رفع من معنويات الطلاب وتزويدهم بالمهارات الشخصية والاجتماعية اللازمة لذلك.

-نشر التوعية بين الطلاب حول العلاقة بين الضغوط الحياتية وحدوث حالات الاحتراق النفسي من قبل المؤلفين ولما من له علاقة مع الطلاب.

-قيام الطلاب بتمارين رياضية للتخفيف من الضغوطات التي يشعرون بها.

-محاولة تبسيط المادة الدراسية من قبل الاساتذة من اجل مساعدة الطلبة على الاستيعاب والفهم,لان طلبة كلية العلوم التكنولوجية يتم تدريسهم باللغة الفرنسية , عكس طلبة كلية لاداب والعلوم الانسانية والاجتماعية.

### المقترحات:

ترى الباحثتان على انه من المفيد:

-اجراء المزيد من البحوث التي تخص الاحتراق النفسي عند الطلبة نظرا لنقص الدراسات التي تناولت هذا الموضوع لهذه الفئة.

-اجراء المزيد من الدراسات التي تخص علاقة الاحتراق بمستوى الطموح لدى الطلبة نظرا لعدم وجود دراسة واحدة على حد علم الباحثتان التي تناولت المتغيرين في ما عدا هذه الدراسة.

-اجراء المزيد من الدراسات التي تشخص ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الطالب من خلال معرفة الاسباب وبالتالي العمل على تفاديهااو التخفيف من حدتها.

- اجراء المزيد من الدراسات في مجال الطموح ومحاولة ربطه بمتغيرات تفيد في الكشف عن العوامل واسباب و انخفاض مستواه.
- اجراء دراسة لمتغير الاحتراق النفسي ومستوى الطموح لطلاب كلية الاداب والعلوم الانسانية والاجتماعية.
- اجراء دراسة مقارنة للاحتراق النفسي ومستوى الطموح بين طلاب كلية العلوم وكلية الاداب.
- اجراء دراسة مقارنة بين الطلبة الجامعيين القاطنين مع اسرهم وبين القاطنين في المنازل الداخلية للجامعة .
- اجراء المزيد من البحوث التي تخص الاحتراق النفسي ومستوى الطموح وربطه بمتغيرات مختلفة.



# قائمة المراجع

## قائمة المراجع

### قائمة الكتب

- 1/ احمد العياصرة معن محمود, (2008), الاشراف التربوي والقيادة التربوية وعلاقتها بالاحترق النفسي, الطبعة الاولى, دار الحامد للنشر والتوزيع, عمان-الاردن.
- 2/ المغربي كامل محمد, (2009), اساليب البحث العلمي, الطبعة الاولى, دار الثقافة للنشر والتوزيع عمان-الاردن.
- 3/ البطش محمد وليد, ابو زينة فريد كامل, (2007), مناهج البحث العلمي, الطبعة الاولى, دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة, عمان-الاردن.
- 4/ ماجد ريماء, (2016), منهجية البحث العلمي, بدون طبعة, دار فريد ايبيرت للنشر والتوزيع, بيروت-لبنان.
- 5/ عليان زكي مصطفى, غنيم محمد, (2000), مناهج البحث العلمي, الطبعة الاولى, دار صفاء للنشر والتوزيع-عمان.
- 6/ عبد الفتاح كاميليا, (1984), مستوى الطموح والشخصية, الطبعة الثانية, دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع-مصر.
- 7/ عبد الفتاح كاميليا, (بدون سنة), دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح و الشخصية ، بدون طبع و دار نهضة مصر للطباعة والنشر والتوزيع, القاهرة-مصر.
- 8/ عوض احمد محمد بني احمد, (بدون سنة), الاحترق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس, بدون طبعة, دار الحامد للنشر والتوزيع.

### قائمة المذكرات:

- 9/ الخطيب محمد جواد, (2007), الاحترق النفسي وعلاقته بمرونة الانا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة, بحث مقدم الى مؤتمر التربوي الثالث الجودة في التعليم الفلسطيني, الجامعة الاسلامية, غزة-فلسطين.
- 10/ الناطور رشا, (2008), مستوى الطموح وعلاقته بتقدير الذات لدى طلاب ثالثة الثانوي, رسالة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي, جامعة محمد خيضر بسكرة-الجزائر.

- 11/ ابو بكر دررد ير,نشوة كرم عمار,(2007),الاحترق النفسي للمعلمين ذوي النمط(ا.ب)و علاقته باساليب مواجهة المشكلات,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في التربية وصحة النفسية جامعة الفيوم.
- 12/السبيعي عبد الله سحمي,(2014),الاحترق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة الرياض,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في الرعاية والصحة النفسية جامعة نايف العربية-السعودية.
- 13/بن غذفة شريفة,(2014),اتخاذ القرار وعلاقته باساليب التفكير و مستوى الطموح لدى الموظفين بالمؤسسات العمومية,رسالة مكملة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس المعرفي, جامعة سطيف-2-الجزائر.
- 14/بابكر الصادق محمد,(2016),مستوى الطموح وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدينة بحري,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في الارشاد النفسي و التربوي,جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا-السودان.
- 15/بركات زياد,(2009),علاقة مفهوم الذات بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة وعلاقتها ببعض المتغيرات,برنامج التربية,جامعة القدس المفتوحة-فلسطين.
- 16/بوفاتح محمد,(2005),الضغط النفسي وعلاقته بمستوى الطموح الدراسي لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس المدرسي,جامعة ورقلة-الجزائر.
- 17/بشير توفيق محمد,(2005),دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الاسلامية بغزة,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس,الجامعة الاسلامية,غزة-فلسطين.
- 18/طايب نعيمة,(2013),علاقة الاحترق النفسي ببعض الاضطرابات النفسية والنفجسدية لدى الممرضين,رسالة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه في علم النفس العيادي,جامعة الجزائر-2-الجزائر.
- 19/معروف محمد,(2013),استراتيجيات التعامل مع الاحترق النفسي عند اساتذة التعليم الثانوي,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا,جامعة وهران الجزائر.
- 20/ميسة فاطمة,ميسة فضيلة,(2014),الرضا عن التخصص الدراسي وعلاقته بمستوى الطموح لطالب الجامعي,رسالة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية,جامعة الوادي-الجزائر.
- 21/محمد الحربي تهاني,(2014),القلق من المستقبل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى طالبات المرحلة الثانوية في مدينة الرياض,رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس, جامعة نايف العربية للعلوم الامنية-السعودية.

22/ عبد العلي مهند عبد السلام، (2003)، مفهوم الذات واثـر بعض المتغيرات الديمغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي جنين و نابلس، رسالة مكملة لنيل شهادة الماجستير في الادارة التربوية، جامعة النجاح الوطنية نابلس-فلسطين

23/ خياطة هبة الله، (2015)، الميول المهنية ومستوى الطموح في ضوء بعض المتغيرات، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في الارشاد النفسي، جامعة حلب-سورية.

24/ صالحى هـناء، (2013)، علاقة الضغط النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة، رسالة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.

25/ ضيف الله مريم، عبيد نجمة، (2015)، صنع القرار وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة سنة اولى ماستر، رسالة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية، جامعة الشهيد لخضر، الوادي- الجزائر.

#### قائمة المجلات:

26/ الظفري سعيد، القريوتي، (2010)، الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم لمجلة الاردنية في العلوم التربوية، العدد (3)، صفحة 175، الاردن.

27/ السكران ياسر فخري مصطفى، (2014)، مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى اعضاء الهيئة التدريسة، مجلة دراسات في التعليم العالي، العدد (6)، صفحة 85، الاردن.

28/ باوية نبيلة، (2012)، مستوى الاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي، مجلة العلوم الانسانية و الاجتماعية، العدد (8)، صفحة 315، ورقلة-الجزائر.

29/ دبابي بوبكر، لعيس اسماعيل، (2013)، البرامج الارشادية كاحد اهم الاستراتيجيات للتخفيف من حدة الاحتراق النفسي في مهنة التدريس، مجلة العلوم الانسانية الاجتماعية، العدد (12)، صفحة 13، الجزائر.

30/ بوفرة مختار، منصورى مصطفى، (2014)، علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى اساتذة التعليم الثانوي، العدد (17)، صفحة 81، وهران-الجزائر.

31/ كحيلـة خليل ريم واخرون، (2017)، مستوى الطموح لدى طلبة كلية التربية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، العدد (2)، صفحة 411-سورية.

32/ مجيد بلال، (2017)، الاحتراق النفسي لدى الطالب الجزائري، اسبابه، اعراضه، طرق التخفيف منه، مجلة دراسات وابحاث، العدد (26)، صفحة 55، تيزي وزو-الجزائر.

**33/** عبد الحافظ الجعافرة اسمى واخرون,(2013),الاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعيين القاطنين في المنازل الداخلية وعلاقته بعدد من المتغيرات,مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية ,العدد(1),صفحة295.

**34/**عبيد جبر حسين,(2012),المناخ الدراسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة كلية الفنونالجميلية في جامعة بابل,مجلة مركز بابل للدراسات الحضارية والتاريخية,العدد(2),صفحة184.

**35/**شاكر منسي حسن عمر,(2003),مستوى الطموح لدى عينة من طلبة الصف الثاني الثانوي في مدينة اربد بالاردن وعلاقته ببعض المتغيرات,مجلة مركز البحوث التربوية, العدد(14), صفحة 183-الاردن.

الملاحق

## مقياس الاحتراق النفسي ومستوى الطموح

1/مقياس الاحتراق النفسي قبل التعديل

2/مقياس مستوى الطموح قبل التعديل

3/قائمة المحكمين

4/مقياس الاحتراق النفسي بعد التعديل

5/ مقياس مستوى الطموح بعد التعديل

1/مقياس الاحتراق النفسي قبل التعديل

رقم العبارة	العبارات	نعم	لا
01	اشعر بانني مستنزف انفعاليا من المدرسة		
02	اشعر بان طاقتي مستنفدة بعد نهاية اليوم الدراسي		
03	اشعر بالانهاك عندما استيقظ في الصباح خاصة عند الامتحانات		
04	اشعر بالتعب البدني والنفسي بسبب الدراسة طيلة اليوم		
05	اشعر ان الدراسة الجامعية سببت لي ضعفا نفسيا كبيرا		
06	اشعر بالاحباط الشديد من ممارسة الحياة الجامعية		
07	اشعر انني ابذل جهدا يفوق طاقتي في دراستي الجامعية		
08	رسوبي المستمر اقسى(حجر) مشاعري		
09	اشعر بالقسوة نحو الاخرين لانهم يعاملوني باسلوب يزعجني		
10	اصبحت اكثر قسوة اتجاه الاخرين بعد التحاقني بالجامعة		
11	احس بالانزعاج نتيجة التحاقني بالجامعة وابتعادي عن الاهل		
12	لا اهتم لما احققه من نتائج دراسية		
13	ان ارتفاع تكاليف دراستي بالجامعة تسبب في قسوة عواظي		
14	اشعر ان الطلبة لا يهتمون بما اقدمه من اعمال		
15	لا اشعر بالفخر نتيجة الثناء عليا من قبل الاخرين		
16	لا اشعر بالحيوية والنشاط عند الانتهاء من قيامي بواجباتي		
17	لا اشعر انني اقدم مايجب اثناء دراستي		
18	اشعر ان الاساتذة لا يعطيني ما استحق نتيجة اعماله البيداغوجية		
19	لا اشعر اني انجزت الكثير من النجاح في دراستي		
20	لا اشعر اني اتعامل كما يجب مع مشكلتي الانفعالية التي تواجهني بالجامعة		



2/مقياس مستوى الطموح قبل التعديل

رقم العبرة	العبارات	دائماً	احياناً	ابداً
01	انظر للمستقبل بتفاؤل كبير			
02	الدراسة الجامعية تؤهني لاتخاذ قرارات واعية			
03	اطلع لممارسة عدة وظائف في المستقبل			
04	اتمنى ان اكون شخصا مهما في المجتمع			
05	ارى ان التفكير في المستقبل سابق لاوانه			
06	الدراسة الجامعية تسمح لي بالحصول على مراكز اجتماعية مرموقة			
07	اطمح في احراز مستوى دراسي اعلى مما انا عليه			
08	اسعى ان احقق اعمالا متميزة في حياتي			
09	الدراسة الجامعية تساعدني على الالتحاق بافضل الاعمال			
10	انجز البحوث والواجبات بملل			
11	ادرس واثابر لاحقق النجاح الدراسي			
12	ان الجامعة افضل مكان لتجسيد افكاري			
13	احب ان اقدم افضل ما لدي في دراستي			
14	ارى ان الدراسة لا قيمة لها في المجتمع			
15	نجاحي في دراستي اسمى الاهداف في حياتي			
16	الدراسة الجامعية تشجعني على تحقيق اهدافي الدراسية			
17	تعاليق الاساتذة السلبية لا تخفزي على العمل المميز			
18	لا ابذل جهدا كبيرا في التحضير للامتحانات			
19	الدراسة الجامعية تدعم معارفي العلمية			
20	رسوبي في الامتحان لا يقلل من طموحاتي الدراسية			

## الملاحق

			21	الدراسة الجامعية تدعم افكاري المستقبلية
			22	ثقتي في نفسي كبيرة لتحقيق ما اسعى اليه
			23	الدراسة الجامعية تضمن لي مستقبلا زاهر
			24	اسعى للالتحاق بمراتب عليا في الجامعة
			25	امل ان اقدم ثمار نجاحي لخدمة المجتمع
			26	الدراسة الجامعية تمكنني من الاطلاع على احدث ما وصلت اليه الحضارة العالمية
			27	افاقي في الحياة محدودة
			28	ارغب ان اسمو بحياتي الى اعلى المراتب
			29	الدراسة الجامعية لها اهمية كبيرة في حياتي
			30	احرص على تحقيق ما وصل اليه غيري من نجاحات في شتى المجالات

3/ قائمة بأسماء المحكمين:

الاسم واللقب	الجامعة
زعتري نور الدين	الجلفة
فرحات عبد الرحمان	الجلفة
حرزلي حسين	الجلفة
بن قسمية موسى الاسعد	الجلفة
غريب حسين	الجلفة
طوار عبد العزيز	الجلفة
عزي حسين	الجلفة

#### 4/مقياس الاحتراق النفسي بعد التعديل

التعليمة

اخي الطالب واختي الطالبة

في اطار انجاز دراسة ميدانية لموضوع البحث لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس التربوي نضع بين ايديكم جملة من الفقرات ونرجوا منكم الاجابة على جميع الفقرات بصدق وصراحة حيث انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة فلاجابة الصحيحة هي التي تعبر بها عن شعورك الحقيقي ومع علم انه ستبقى اجابتك في سرية تامة ولا تستعمل الا لغرض البحث العلمي.

معلومات عامة

الجنس

دكر

انثى

التخصص.....

ضع علامة (x) في الخانة المناسبة لاجابتك ونشكركم مسبقا على تعاونكم معنا

## الملاحق

رقم العبارة	العبارات	دائما	احيانا	لا ابدا
01	اشعر بانني مستنزف (مجهد) انفعاليا من الجامعة			
02	اشعر انني ابدل جهدا يفوق طاقتي في دراستي الجامعية			
03	اشعر بالتعب البدني بسبب الدراسة طيلة اليوم			
04	اشعر ان الدراسة الجامعية سببت لي ضعفا نفسيا كبيرا			
05	اصبحت اكثر قسوة اتجاه الاخرين بعد التحاقني بالجامعة			
06	افتقر للحبوية والنشاط عند انتهاء من قيامي بواجباتي			
07	اهمل ما احققه من نتائج دراسية			
08	اشعر بان الطلبة لا يهتمون بما اقدمه من اعمال			
09	لا اشعر انني اقدم ما يجب اثناء دراستي			
10	لا اشعر بالفخر نتيجة الثناء عليا من قبل الاخرين			
11	اشعر بالاحباط الشديد من ممارسة الحياة الجامعية			
12	ان ارتفاع تكاليف دراستي بالجامعة تسبب في قسوة عواطفني			
13	اشعر بالانهاك عندما استيقظ في الصباح خاصة عند الامتحانات			
14	رسوبي المستمر اقصى(حجر)مشاعري			
15	اشعر ان الاساتذة لا يعطيني ما استحق نتيجة اعمالني البيداغوجية			
16	اعجز عن التعامل كما يجب مع مشكلتي الانفعالية التي تواجهني بالجامعة			
17	لا اشعر اني انجزت الكثير من النجاح في دراستي			
18	اشعر بالقسوة نحو الاخرين لانهم يعاملوني باسلوب يزعجني			
19	احس بالانزعاج نتيجة التحاقني بالجامعة وابتعادي عن الاهل			
20	اشعر بان طاقتي مستنفدة بعد نهاية اليوم الدراسي			

5/مقياس مستوى الطموح بعد التعديل:

رقم العبارة	العبارات	دائماً	أحياناً	لا أبداً
01	انظر للمستقبل بتفاؤل كبير			
02	الدراسة الجامعية تؤهني لاتخاذ قرارات واعية			
03	اتطلع لممارسة عدة وظائف في المستقبل			
04	اتمنى ان اكون شخصا مهما في المجتمع			
05	ارى ان التفكير في المستقبل سابق لاوانه			
06	الدراسة الجامعية تسمح لي بالحصول على مراكز اجتماعية مرموقة			
07	اطمح في احراز مستوى دراسي اعلى مما انا عليه			
08	اسعى ان احقق اعمالا متميزة في حياتي			
09	الدراسة الجامعية تساعدني على الالتحاق بافضل الاعمال			
10	انجز البحوث والواجبات بملل			
11	اثابر لاحقق النجاح الدراسي			
12	ان الجامعة افضل مكان لتجسيد افكاري			
13	احب ان اقدم افضل ما لدي في دراستي			
14	ارى ان الدراسة لا قيمة لها في المجتمع			
15	نجاحي في دراستي اسمى الاهداف في حياتي			
16	الدراسة الجامعية تشجعني على تحقيق اهدافي الدراسية			
17	تعاليق الاستاد السلبية لاتحفزني على العمل المميز			
18	لا ابدل جهدا كبيرا في التحضير للامتحانات			

			19	الدراسة الجامعية تدعم معارفي العلمية
			20	رسوبي في الامتحان يبقي طموحاتي الدراسية كما هي
			21	الدراسة الجامعية تدعم افكاري المستقبلية
			22	ثقتي في نفسي كبيرة لتحقيق ما اسعى اليه
			23	الدراسة الجامعية تضمن لي مستقبلا زاهر
			24	اسعى للالتحاق بمراتب عليا في الجامعة
			25	امل ان اقدم ثمار نجاحي لخدمة المجتمع
			26	الدراسة الجامعية تمكنتني من الاطلاع على احدث ما وصلت اليه الحضارة العالمية
			27	افاقي في الحياة محدودة
			28	ارغب ان اسمو بحياتي الى اعلى المراتب
			29	الدراسة في الجامعة لها اهمية كبيرة في حياتي
			30	احرص على تحقيق ما وصل اليه غيري من نجاحات في شتى المجالات

RELIABILITY

/VARIABLES= 13 عع 12 عع 11 عع 10 عع 9 عع 8 عع 7 عع 6 عع 5 عع 4 عع 3 عع 2 عع 1 عع  
 عع 14 عع 15 عع 16 عع 17 عع 18 عع 19 عع 20 عع 21 عع 22 عع 23 عع 24 عع 25 عع 26 عع 27  
 عع 28 عع 29 عع 30

/SCALE('ALL VARIABLES') ALL

/MODEL=ALPHA.

**Reliability**

**Scale: ALL VARIABLES**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	140	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	140	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.879	30

```

RELIABILITY
16  ε15  ε14  ε13  ε12  ε11  ε10  ε9  ε8  ε7  ε6  ε5  ε4  ε3  ε2  ε1  ε /VARIABLES=
20ε19  ε18  ε17  ε
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA.
    
```

**Reliability**



Scale: ALL VARIABLES

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	140	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	140	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.815	20

```
CORRELATIONS  
نقصالشعور مستو بالطموح /VARIABLES=  
/PRINT=TWOTAIL NOSIG  
/MISSING=PAIRWISE.
```

## Correlations

		نقصالشعور	مستوىالطموح
نقصالشعور	Pearson Correlation	1	-.356**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	140	140
مستوىالطموح	Pearson Correlation	-.356**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	140	140

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```
T-TEST GROUPS=(1 2) الجنس
/MISSING=ANALYSIS
مستوىالطموح /VARIABLES=
/CRITERIA=CI (.95) .
```

## T-Test

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
مستويات الطموح	ذكر	65	68.18	10.292	1.277
	انثى	75	71.36	9.135	1.055

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances				
		F	Sig.	t	df	Sig.
مستويات الطموح	Equal variances assumed	.730	.394	-1.934-	138	.055
	Equal variances not assumed			-1.917-	129.154	.057

CORRELATIONS

/VARIABLES= الاحتراف النفسي مستويات الطموح  
/PRINT=TWOTAIL NOSIG  
/MISSING=PAIRWISE.

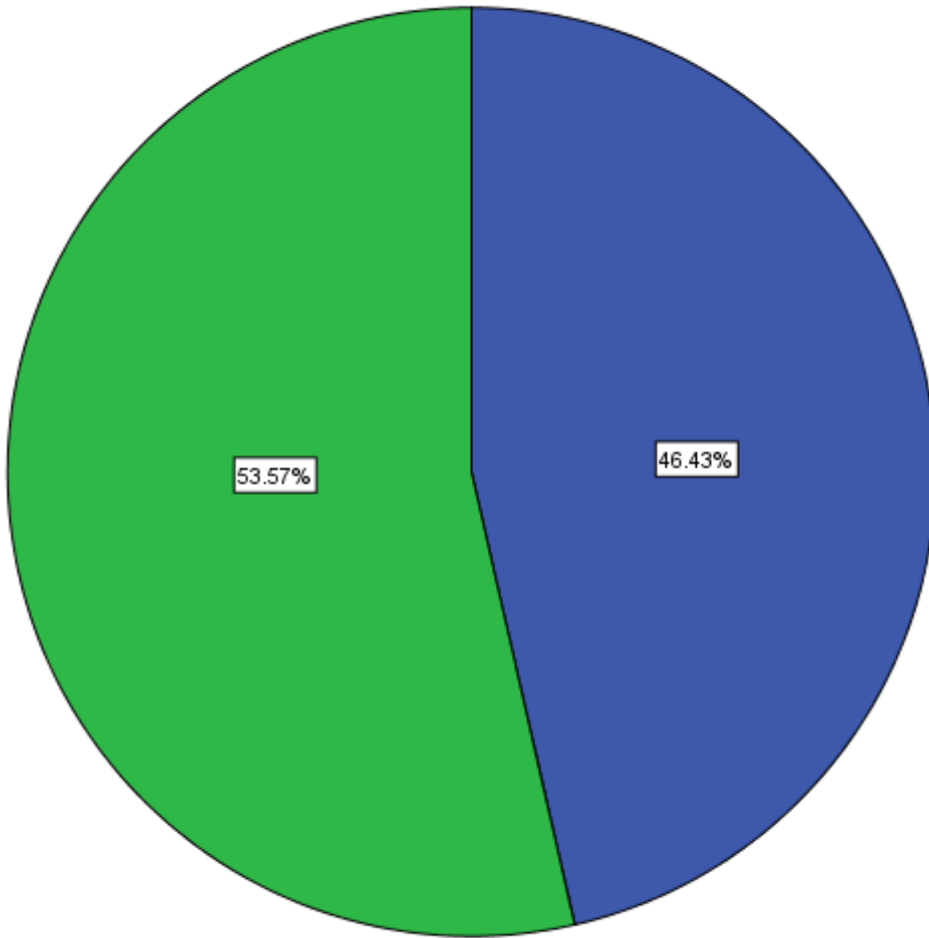
Correlations

Correlations

		الاحترافالنفسي	مستوياتالموح
الاحترافالنفسي	Pearson Correlation	1	-.400- <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	140	140
مستوياتالموح	Pearson Correlation	-.400- <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	140	140

<sup>\*\*</sup>. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

الجنس  
ذكر  
انثى



## Correlations

		التبليد	مستوى الطموح
التبليد	Pearson Correlation	1	-.318 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	140	140
مستوى الطموح	Pearson Correlation	-.318 <sup>**</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	140	140

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```

CORRELATIONS
  /VARIABLES= الاستنزاف مستوى الطموح
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
    
```

## Correlations

		الاستنزاف	مستوى الطموح
الاستنزاف	Pearson Correlation	1	-.299**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	140	140
مستوى الطموح	Pearson Correlation	-.299**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	140	140

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

```

T-TEST GROUPS=(1 2) الجنس
/MISSING=ANALYSIS
/VARIABLES= الاحتراف النفسي
/CRITERIA=CI (.95) .
    
```

## الملاحق

### Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test				
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean D	
الاحترافالنفسي	Equal variances assumed	.098	.754	-.210-	138	.834	-.226-
	Equal variances not assumed			-.209-	132.989	.835	-.226-

### T-Test

### Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاحترافالنفسي	نكر	65	38.11	6.512	.808
	انثى	75	38.33	6.194	.715