مجلة ابحاث الذكاء
كلية التربية الاساسية – الجامعة المستنصرية
Journal of Intelligent Research

الاعياء الانفعالي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة

أ.م.د. ميثم عبد الكاظم هاشم
الجامعة المستنصرية / كلية التربية الاساسية

مستخلص البحث:

استهدف البحث الحالي التعرف الى

1- الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجامعة

2- دلالة الفروق في الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجامعة عند مستوى (0.05) على وفق متغير النوع (طلاب- طالبات)

3- التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

4- دلالة الفروق في التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة عند مستوى (0.05) على وفق متغير النوع (طلاب- طالبات)

5- طبيعة العلاقة بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

وتحدد البحث بالتعرف على الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة المستنصرية من الطلبة الذكور والاناث ، ولتحقيق اهداف البحث استعمل الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وباستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة توصل البحث الى النتائج ان طلبة الجامعة المستنصرية عينة البحث لديهم اعياء انفعالي ووجود فروق ذات دلالة احصائية في الاعياء الانفعالي وفقا لمتغير النوع ولصالح الطلاب ، وكذلك اشارت النتائج الى ان طلبة الجامعة يتمتعون بالتكيف الاكاديمي ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لمتغير النوع ، واشارت النتائج إن معامل الارتباط بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي معامل ارتباط سلبي دال احصائيا اي انه كلما زاد الاعياء الانفعالي انخفض مستوى التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ، واوصى الباحث بمجموعة من التوصيات والمقترحات

الكلمات المفتاحية: الاعياء الانفعالي ، التكيف الاكاديمي ، طلبة الجامعة .

مشكلة البحث:

تعد مرحلة الشباب في جميع المجتمعات من اكثر المراحل تأثراً بالأزمات والضغوط النفسية، لانها مرحلة الوعي والنضج ومرحلة التفاعل مع متطلبات العصر ومستجدات الحياة، ومن ضمن مرحلة الشباب فئة الطلبة الجامعيين والتي تقع على عاتقهم مسؤولية قيادة معظم مفاصل المجتمع وميادينه، فهم يمثلون طاقات إنتاجية بعد إتمامهم الدراسة والتحاقهم بسوق العمل والإنتاج، وقد يتعرض طلبة الجامعة لأنواع شتى من الصعوبات والمشكلات النفسية التي من شأنها أن تزيد من معاناتهم مما يؤثر سلباً في سلوكهم وأدائهم الأكاديمي وطريقة تعاملهم مع الآخرين في المواقف الاجتماعية. اذ يواجه الطلبة الكثير من التحديات في السنوات الأولى من الدراسة الجامعية ، تتضمن هذه التحديات تشكيل علاقات جديدة والتكيف مع هذه العلاقات ، وتعلم استراتيجيات جديدة، فضلاً عن الأعباء الأكاديمية ، وصعوبة المواد الدراسية، وكيفية التعامل مع الأساتذة والزملاء، فإذا فشلوا في مواجهة هذه التحديات فإنهم من المحتمل ان يتركوا الجامعة قبل التخرج (البدراين وغيث ، 2013 : 70) . ويعاني الكثير من طلبة الجامعات من صعوبات في التكيف الأكاديمي مما يؤثر سلباً على أدائهم الأكاديمي وتفاعلهم الاجتماعي والشعور بعدم الثقة ، وفقدان الشعور بالأمن، ولهذا فأن معظم الجامعات تولي أهمية بالغة لتحقيق التكيف الأكاديمي لطلبتها ولاسيما أن كثيراً من الطلبة قد يتعرض لمجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية، والأكاديمية، كالقلق، والتوتر

والشعور بالاعياء الانفعالي (بني خالد، 2010 : 419) . وتعد مشكلة الاعياء الانفعالي من المشاكل التي باتت تمثل مصدر قلق للقائمين على المؤسسات التربوية اذ انها تؤثر على الافراد داخل المؤسسات الاكاديمية الجامعية ، وتمتد الى الحياة الاجتماعية والاسرية بطريقة سلبية وتسبب حالة من التعاسة والانزعاج والضجر مما يؤثر في مستويات التكيف الاكاديمي للطلبة (Reio,1997,p:45) . فالإعياء الانفعالي حالة من الإجهاد العاطفي والنفسي والجسمي والعقلي والمادي الناجم عن التعب النفسي في المكان ولمدة طويلة ، ويحدث ذلك عندما يشعر الفرد بالإرهاق ويكون غير قادر على تلبية مطالب شخصية ثابتة، ومع استمرار الضغط ، والبدء بفقدان الاهتمام أو الدافع الذي أدى به إلى القيام بدور معين في المقام الاول، هذا الاعياء يقلل من الإنتاجية ويستنزف الطاقة الخاصة بالفرد في مجالات حياته كافة ، ويترك له شعورا بالعجز بشكل متزايد، ويمثل حالة ميؤوس منها، كما يشعر بالسخرية من اقرانه، ويؤدي الى الاستياء في نهاية المطاف، التأثيرات السلبية للإعياء تمتد إلى كل مجال من مجالات الحياة ، بما في ذلك المنزل والحياة الاجتماعية ومكان العمل، والإعياء يمكن أن يسبب تغيرات طويلة الأجل لجسم الانسان والتي تجعله عرضة للضغوط والتعب النفسي (Lazarus & Folkman,1984,p:77) . ويمكن تحديد مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل الأتي (هل توجد علاقة ارتباطية بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي عند طلبة الجامعة..؟)

اهمية البحث:

تتجلى أهمية البحث في أنها تركز على نخبة متميزة من شباب المجتمع هم الشباب الجامعي الذي يشكلون شريحة مهمة من المجتمع، إذ تعد المرحلة الجامعية من المراحل الحساسة التي يمر بها الطالب، حيث الشعور بالمسؤولية الذاتية والسعي نحو النجاح، وتحقيق الأهداف المرسومة لتحقيق ما يصبو اليه الطلبة (ملكوش ،2000: 8) . وتعد عملية التكيف الأكاديمي واحدة من أهم مظاهر التكيف العام ومن أقوى المؤشرات على صحة الطالب النفسية، وأن تكيف الطلبة مع متطلبات الجامعة، وشعورهم بالرضا عن نوعية حياتهم الجامعية يمكن ان ينعكس على إنتاجيتهم، ويسهم في تحديد مدى استعدادهم لتقبل الاتجاهات والقيم التي تعمل الجامعة على تطويرها لدى طلبتها، إن الضغوط النفسية المرتبطة بالحياة الجامعية، قد ينتج عنها انسحاب العديد من الطلبة من الجامعة قبل التخرج (Tinbo, 1996 ,p: 27) ، فالطلبة المتكيفين أكاديمياً يحصلون على نتائج دراسية افضل ، يشاركون في البرامج الطلابية المختلفة، ويتميزون بقدرتهم على استغلال الوقت بشكل فعال، والتركيز في الدراسة، وهم أقل معاناة من القلق والاعياء والانفعالي والتعب النفسي(Feldman,1989,p:57) . ويتأثر التكيف الأكاديمي بمدى حصول الطالب على الدعم الاجتماعي الذي يتضمن الدعم النفسي والدعم المادي والمشاركة الاجتماعية والتوجيه ، فالتكيف في علم النفس هو تلك العملية الديناميكية المستمرة التي يهدف بها الشخص الى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين البيئة ، وبناء على ذلك الفهم نستطيع القول إن هذه الظاهرة تعني القدرة على تكوين العلاقات المُرضية بين المرء وبيئته (ملكوش ،2000 :161) .

وأصبح مصطلح الإعياء الانفعالي محورا هاما للدراسات السلوكية، يمكن تحديد العديد من العوامل التنظيمية والشخصية التي تؤثر في مستوى الإعياء الانفعالي كما أن المشاعر الشخصية والسلوكيات، تؤثر إلى حد كبير في سعادة أو تعاسة الاشخاص بشكل عام، فالمشاعر السلبية والعدائية الناجمة عن الاعياء الانفعالي من فرد معين غالباً ما توجه إلى معظم الناس

(Maslach,1981,p:24) . اذ اشار سكالفيك (2007) أن عـوامل الإعياء الانفعالي شملت ايضا على ممارسات الطلاب التخريبية ، والمشكلات مع زملاء الدراسة ، والضـغوط الناجمة عن عدم الرضا الدراسي والتكيف الاكاديمي، والتـي تعد من ابرز العوامل الرئيسة التي تسهم ي الاعياء الانفعالي (Hulsheger.et al,2013,p: 98) . ان ما يحدد قدرتك على التغلب على الاعياء بل وحتى الاستفادة منه هو الكيفية التي يتعامل بها مع الاعياء ، والصحة الوظيفية لنظام الغدد في الجسم هي جـانب مهم للتـعامل مـع الاعيـاء ، كمـا ان الاعـياء الحـميد هـو مـا يـدفع الاشـخاص للقيـام بـنشاطات مفيدة وذات انجاز و سعي يمـنح الـطاقة على نحو طبيعي، والإعياء الانفعالي في المقام الأول عملية تحفيز لأنه يتطـلب نوعا من (التكيف) مع الطلب أو مجـموعة من المطالب، ومن ناحية أخرى، يمكن أيضا التعرف على المشاعر التي نواجهها بسبب الإعياء، ولكن الإعياء في حد ذاتـه لا يعد مشـاعر معينـة، علـى سبيل المثـال، يمكـن للمـرء أن يواجـه أنواعـا مختلفـة من المشـاعر بسبب التوتر، مثل الغضب والتـوقع والخـوف (Seyle, 1956,p:210)

وتتجلى اهمية البحث الحالي بالنقاط الاتية

1- الأهمية النظرية من تسليط الضوء على هذين المتغيرين لغرض اغناء المكتبة النفسية بشكل عام ومكتبة الصحة النفسية بشكل خاص بالمعلومات النظرية لهذين المتغيرين وسد فراغ ولو كـان جزئياً ويمكن للدارسين في العلوم التربوية والنفسية الاستفادة منها .

2- الأهمية التطبيقية من خلال الافادة العلمية والعملية من مقياسي الإعياء الانفعالي الذين أعده الباحث ومقياس التكيف الاكاديمي الذي تم تبنيه في البحث الحالي بعد استخراج الخصائص السيكومترية ويمكن الاستفادة منها في مراكز الإرشاد النفسي والوحدات الإرشادية في الكليات والجامعات .

3- أن البحث يتناول عينة من طلبة المرحلة الجامعية والتي تعد من المراحل الاساسية التي تسهم في بناء شخصية الطالب، ويتوجب على القائمين على العملية التعليمية معرفة اتساقه المعرفي وتكيفه الأكاديمي .

اهـداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف الى :

1- الاعياء الانفعالي لـدى طلبة الجامعة

2- دلالة الفروق عند مستوى دلالة (0.05) في الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير النوع (طلاب – طالبات)

3- التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

4- دلالة الفروق عند مستوى دلالة (0.05) في التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير النوع (طلاب – طالبات)

5- العلاقة الارتباطية بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بالتعرف على متغيري الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة المستنصرية في بغداد للدراسة الصباحية من الطلاب والطالبات للعام الدراسي (2022-2023).

تحـديد المصطـلحات

اولا : الاعياء الانفعالي Emotionally exhausted

تـعريف هـانز سيلي Hanze Seyle1956: "هوحـالة مستمرة من الاستنزاف الانفعالي والجسدي والنفسـي ينشـأ نتيجـة العمـل المفـرط أو متطلبـات الشخصـية المفرطـة أو الضـغوط المستمرة"(Seyle,H. 1956,p:45)

التعريف النظري: بما ان الباحث قد تبنى وجـهة نظر هانز سيلي (1956) فان التعريف النظري هو نفسه تعريف هانز سيلي المشار اليه في اعـلاه.

التعريف الاجرائي: يتـمثل بالدرجـة الكلية التـي يحـصل عليها المستجيب عند استجابته عن فقرات مقياس الاعياء الانفعالي الذي قام باعداده الباحث والمستند على نظرية هانز سيلي.

ثانيا : التكيف الأكـاديمي Academic Adaptation

تعريـف سذرلاند Sutherland, 1991: " تعـديل السلوك أو تغيره لكـي يجـاري الكـائن الحـي التغيرات التي تحدث في البيئة " (Sutherland , 1999 : 52).

التعريف النظـري: تبنـى الباحث تعريف سذرلاند Sutherland, 1991 المشار اليه اعلاه لأنـه التعريف المعتمد في اعداد المقياس المعتمد في البحث الحالي

التعريـف الاجرائـي: الدرجـة الكلـية التـي يحصـل عليها المستجيـب عند استجابته علـى فقـرات مقياس التكيف الاكاديمي الذي قام الباحث بتبنيه في البحث الحالي

النظرية المفسرة للاعياء الانفعالي (هانز سيلي) :

يشير الاعياء الانفعالي الى رد الفعل والتكيف الذي يبـديه الكـائن العضـوي تجـاه تهديد مدرك، وفـي مستوى الخلية يكون الاعياء أمرا اساسيا للحياة لانه يحفز الفعـل والسلوك، كذلك أقر سيلي بـأن ليس كل الاعيـاء او الاجهاد او الضـغط هو سيء بالضرورة، مع ذلك فـأن الكرب او الاعيـاء (ditress) هو نـوع مقوض للصـحة والكـرب طويـل الامـد يسبب عـطلا وظـيفيا سـايكولوجيا وتلـفا جسديا، يتطلب معالجة الاعيـاء والكرب المزمن مدخلا متعدد المستويات ويمكن لهذه المعالجـة ان تتضـمن دعما غذائـيا وتمارين رياضية جسدية ومقاربات سايكولوجية وتعـديلات سلوكية، كذلك فأن استبدال الامل مكان الخوف واختيار الافكار الايجابية بدلا من الافكار السلبية وممارسة عمل ذي معنـى، كل هذه الامـور مهمـة فـي المعالجـة لكـن بـدون امداد الجسم بالتغذيـة المناسبة التـي يتطلبهـا ، استجابة الاعيـاء البايولوجيـة بـدون ذلـك سـيكون مـن الـشاق جـدا القـيام بهـذه الاسـتراتيجيات (Bourassa,2011,p:27) .

ان المطالب الملحة والمستمرة للحضارة الحديثة يمكن ان تؤدي الـى الاعيـاء ، كذلك يشـكل التعقيد اليـومي (للحيـاة) تحـديا مسـتمرا اذ عليـنا التعامـل مـع ادواتنـا الالكترونيـة وربمـا النظـام القضـائي، وقانون الضـرائب والامور المالية والمهنـة وغيرهـا من الامور، اذا تعد معالجـة الحيـاة اليوميـة هـي مـجهدة ومسببة للضـغط ايضـا وبـالرغم من الامكانـات الماديـة للفرد أنّـه يندفع نحـو اكتسـاب الثروة الاكبر، وذلك يتطلب بشكل مستمر بالكثير من الاعباء والقيود والعديد من التجـارب المعقدة بمـا هو اكثر من امكانياتنا الانسانية (Kim & Lee,2009,p: 91)

وقد جعل هـانز سيلي مراحـل الاعيـاء خمسـا هـي مرحلـة الانذار ومرحلـة المقاومـة ومرحلـة الشفاء ومرحلة التكيف ومرحلة الاستنزاف (Seyle,1956,p: 219).

الـنظرية الـمفسرة للتكيف الاكاديمي (النظرية السلوكية) :

يتـفق الباحثون بشـــتى توجهاتهم على أن التكيف عمـــلية تفاعل بين الفرد بما لديه من إمكانـات ومـا يـستـشعره من حاجات وبين بيئته بما لديه من خصائص ومتطلبات يُمكن الفرد مـن إشبـــاع حاجاتـه وتحقيق متطلباتـه (الهـابط ، 1980 : 24). ويعـد التكيف جوهـر الصـحة النفسية فهو يشير الـى التوافق مع الأنا والاخرين ، فالشخـص المتمتع بصحة نفسية تجده مرحاً في حياتـه ، نشطاً ، يسـهم ، ويعمل أو ينتج ، منسجـما مع الاخرين ، ويرجع ذلك لفهمه لنفسه وللآخرين ، فضلاً عن تقبلـه لنفسـه (المليجي ، 13:2000).

ويتأثر التكيف الأكاديمي بـمدى حصول الطالب على الدعم الاجتماعي الذي يتضمن الدعم النفسي والدعم المادي والمشاركة الاجتماعية والتوجيه ، فالتكيف في علم النفـس هو تلك العمليـة الديناميكيـة المستمرة التي يهدف بها الشخص الى أن يغير سلوكه ليحدث علاقة أكـــثر توافقاً بينـه وبين البيئـة ، وبناء على ذلك الفهم نستطيـع القـول إن هذه الظاهرة تعنـي القدرة على تكوين العلاقات المُرضية بين المـرء وبيئته (ملكوش ، 2000 : 161).

ينـظر الاتجاه السـلوكي لمفهوم التـكيف نتيجـة ارتباطـات بين متغيرات حسية واستجابات جسمية وعقلية وانفعاليـة واجتماعيـة والاتجاه السلوكـــي ينظر الـى شخصية الفرد وكأنهـا آلـة ذاتيـة الحركـة توجهها ضغوط بيئته وحوافز متغيرة واستجابات توافقيـة ، ويـــمثل مفهوم العـادة مركز اساسياً فـي النظريـة السلوكية بوصـف الـــعادة مفهوماً يعبر عن رابطـة بين مثير واستجابة ، وبمـا أن العـادات متعلمـة ومكتسبـة لهذا يمكن استبدال العـادات غير التكيفيـة بعـادات تكيفيـة ، ويرمـي أصـحاب هذه المدرسة أمثال بافلوف وواطسن إلـى أن سوء التكـيف ينـشأ بسبب أخطـاء فـي التـعلم الشرطي لدى الفرد (دسوقي ، 1992 : 18-33). وأشار واطسون احد علـماء هذه المدرسـة الـى ان هنالك علاقة وطيدة بين احباطات الطفولة والاضطرابات الانفعالية ومـشكلات التوافق من المـــراهقة ومـا بعدها (حسن،1970 : 41) . من وجهة النظر السلوكية فإن التكيف يتحقق من الأمور الآتية:

1- زيـادة إدراك الفرد لجميع الظروف التي تؤدي الى حـدوث السلوك الشاذ ، أو التي تمنـع السلـوك المطلوب من أن يحدث.

2- الطلب مـن الفرد معالجة كـل من السلوك والظـروف ذات العلاقـة وتسجيلها وذلك لتقدير البديل لهم.

3- مكـافأة السلوك الـناجح والتوصل الى معلومات جـديدة حول الحاجات الأخرى (الـمجالي، 2006 : 46)

وتركز هذه المدرسة على أهمية التعلم والخبرات التي يمـر بها الـفرد في عملية التوافق ، وان الإثابة هـي الأســاس فـي التقرب والابتعـاد عن الاخـرين ، وفـي ضـوء ذلـك يحـدث التكيف وسـوء التكيف (Park, 1982:5) يشير سذرلاند (Sutherland, 1991) أن التـكيف الأكـاديمي حالـة تبدو في العملية الديناميكية المستمرة التي يقوم بها الطالب الجامعي لإستيعاب مواد الدراسـة ، والنجـاح فيهـا ، وتحقيق التواؤم بينه وبين البيئة الجامعية ، ومكوناتها الأسـاسية : وهي الأساتذة والـزملاء والأنـشطة الاجتماعية والثقافية ، والرياضية ، ومواد الدراسة ، وأسلوب التحصيل الـدراسي (يونسي ، 2012 : 94). ويشـير ايضـا الـى أن التـكيف الأكـاديمي يقصـد بـه قـدرة الفـرد علـى تكـوين علاقـات مُرضـية وتحقيق حاجاته الإجتماعية وعلاقاته مع زملائـــه ، وأساتذته ، والجامعة ، وإدارتهـا ، وإسـهامه فـي ألوان النشاط الاجتماعي الجامعي بشكل يؤثر في صحته النفسية ، وفي تكامله الاجتماعي (العمـرية ، 2004 : 146).

والتكيف الاكـاديمي حالة من الإشباع التام لحاجات الفرد من جهة وظروف البيئة في جهة أخرى ، وايجاد حالة من الانسجام الـتام بين الفرد والبيئة المادية والاجتماعية، ويتضمن التكيف مع المنهاج الدراسـي، نضـج الأهـداف ومسـتوى الطمـوح، الـفاعلية الشخصـية واسـتـثمار الوقـت، المهـارات والعادات الـدراسية، الـصحة النفسية (يـونسي ،2012: 90).

دراســات سابقــة تنـاولت الاعيـاء الانفعالي

دراسة فليح (2018) :

(الفضــول الـمعرفي وعلاقـته بالاستمتاع بالحياة والاعياء الانفعالي لـدى معلمي محافظة بغداد)

هدفت الدراسـة الى التعرف على الاعياء الانفعالي وطبيعـة العلاقة بين الفضـول المعرفي والاعيـاء الانفعالي والفرق بينهـما في العلاقة تبعا لمتغير النوع ، وتألفت عينة البحث من (400) معلم ومعلمة، تـم اختيـارهم بالأسـلوب الطبقـي العشـوائي مـن كـل مديريـة، بواقـع (184) ذكـور و (216) انـاث، وتوصـلت النتـائج الـى افراد عينـة البحث يعـانون من الاعيـاء الانفعـالي ويواجهـون مشكلات مهنيـة واجتماعية ونفسية وفسيولوجية. وكانت علاقة الفضول المعرفي بالإعياء الانفعالي ضعيفة لدى عينـة البحث ، ولا يوجد فرق دال في العلاقة بين الفضـول المعرفي والاعيـاء الانفعـالي لـدى عينـة البحث الحالي تبعا للنوع (ذكور- اناث).

دراســات سابقة تـنـاولت التكيف الأكاديمي:

دراســة بنــي خالد (2010) :

(التكـيف الأكاديمي وعلاقته بالكفـاءة الذاتية الـعامة لدى طلبة كـلية العلوم التربوية في جـامعة ال البيت).

هــدفت الدراسة الى دراسة التكيف الأكاديمي ومعرفة علاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلــبة كلية العلوم في جامعة ال البيت ، بلغت عينة الدراسة (200) طالب وطالبة ، (79) طالبا و(121) طالبة ، عمّدّ الباحـث باستخـدام مقـياس الكفـاءة الذاتيـة العامـة لجيــروزلم وتشيفيرز ومقياس هنـري بـورو للتكيف الأكاديمي. أظهرت نتـائج الدراسة عدم وجـود فــروق ذات دلالـة إحصـائية لـدى أفراد عينـة الدراسة في التكيف الأكـاديمي تعزى لجنس الطالـب ، ولمستوى الدراسي والتفاعل بينهـما ، وعـدم وجــود ارتباط موجب دال إحصائياً بين التكيف الأكـاديمي والكفـاءة الــذاتية العامـة لـدى أفراد عينـة الــدراسة.

دراســة ميــرة (2012) :

(الـمناخ الأسـري وعـلاقته بالتــكيف الأكــاديمي عـند طلبة الجامعة)

هدفت الـدراسة الكـشف عن الـعلاقة بين المنـاخ الاسري، وعلاقـته بـالتكيف الأكـاديمي لـدى طلبـة الجامعـة ، وكشـف الفروق فـي المنـاخ الأسرى ، ودرجـة التكيف الأكـاديمي تبعـاً لمتغيـري الــجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني). تكونت عينة البحث من (300) طالباً وطــالبة بواقع (150) ذكور للتخصص العلمـي والإنسـاني و(150) أنـاث للتخصــص العلمـي والإنسـاني ، قامـت الباحثة باستخدام مقياس التكيف الأكاديمي لـ (عزام 2010) ، تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية ، الاختبار التائي لعينة واحدة، معادلة الاختــبار التـائي لعينتين مستقلتين ، ومعادلـة ارتبـاط بيرسـون ، معادلـة الفاكرونبـاخ، وتحليل التبـاين الثــنائي. أظهـرت النتـائج أن طلبـة الجـامعة يتمتعـون بدرجـة مـرتفعة من التكيف الأكـاديمي ، ووجـود علاقـة إرتباطيـة دالـة موجبـة بين المنـاخ الأسري والتكيف الأكاديمي، وعدم وجود فـروق ذات دلالة إحـصائية في المناخ الأسري تبعـاً لمتغير الجنس في حين ظهرت فروق في المناخ الاسـري لصالح التخصص الإنسـاني.

منهجية البحث واجراءاته

1- منهج البحث

تم اختيار المنهج الوصفي لأنَّه أكثر ملاءمة من المناهج الأخرى لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن الفروق فيما بينها ، إذ يُعدّ المنهج الوصفي ألارتباطي من أساليب البحث العلمي الذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما هي في الواقع ، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها تعبيراً كمياً وكيفياً (ملحم ، 2000 : 60)

2- مجتمع البحث

يمثل مجتمع البحث طلبة الجامعة المستنصرية إذ يبلغ عدد كليات الجامعة (12) كلية من التخصصات العلمية والإنسانية ، بواقع (5) كليات علمية و(7) كليات إنسانية ، والبالغ عددهم (34583) طالباً وطالبة من الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2022 - 2023) ومن كلا الجنسين موزعين على (12) كلية ، منها (5) كليات علمية بواقع (10578) طالباً وطالبة و (7) كليات من التخصص الانساني بواقع (24005) طالب وطالبة ويتوزع مجتمع البحث بحسب متغير النوع بواقع (17092) طالباً من الذكور و(17491) طالبة من الإناث والجدول(١) يبين ذلك :

جدول (1)

عدد إفراد مجتمع البحث

التخصص	الكلية	اعداد الطلبة		المجموع الكلي
		الذكور	الاناث	
العلمي	العلوم	1049	1602	2651
	الهندسة	2589	1219	3807
	طب الاسنان	169	420	589
	الطب	1182	1428	2610
	الصيدلة	291	629	920
الانساني	الاداب	1961	2325	4286
	التربية	2192	2261	4465
	القانون	342	576	918
	التربية الاساسية	4548	4978	9526
	ادارة واقتصاد	1751	1714	3465
	العلوم السياحية	336	238	574
	التربية الرياضية	682	101	783
المجموع الكلي		17092	17491	34583

3- عينة البحث

تم اختيار عينة تمثل مجتمع البحث بلغ عددها (400) طالبا وطالبة وبنسبة (1.754) من المجتمع الأصلي وهذه النسبة مناسبة لتمثيل المجتمع الأصلي وبحسب راي انستازي ان عينة التحليل الاحصائي تتراوح بين (100-400) (عبد الرحمن،1998: 132) . تألفت عينة البحث الحالي من(400) طالب وطالبة تكونت من(200) طالبا و(200) طالبة اختيروا العينة بطريقة عشوائية طبقية ذات التوزيع المتساوي والجدول(2) يوضح ذلك

جـدول (2)
افراد عينة البــحث على وفق الـنـوع

الكليـــة	طـلاب	طالبـات	المجـموع
القانون	100	100	200
التربية الأساسية	100	100	200
المجموع	200	200	400

اداتـا البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي اطلع الباحث على مجموعة من المقاييس والأدبيات والأطر النظرية والدراسات ذات العلاقة بمتغيرات البحث واستشارة المختصين للاستفادة من مشورتهم العلمية ، عَمدَ الباحث ببناء مقياس الاعياء الانفعالي ، وتبني مقياس (عبد الرحمن 2015) لقياس التكيف الاكاديمي للاعتماد عليه في البحث الحالي وقد اتبع الباحث الخطوات الآتية :

تحـديد مـفهوم المقياسين

1- مـقياس الاعياء الانفعالي عَمدَ الباحث على بناء مقياس الاعياء الانفعالي وفق نظرية (هانز سيلي Seyle,H) والذي عرف المفهوم " حالة مستمرة من الاستنزاف الانفعالي والجسدي والنفسي ينشأ نتيجة العمل المفرط أو متطلبات الشخصية المفرطة أو الضغوط المستمرة " (Seyle,H. 1956,p:45)

2- مـقياس التكيف الاكاديمي بما أن معد المقياس (عبد الرحمن 2015) قام بتبني تعريف سذرلاند Sutherland, 1991 اصبح لزاما على الباحث ان تبني نفس التعريف وقد عرف المفهوم بانه " تعديل السلوك أو تغيره لكي يجاري الكائن الحي التغيرات التي تحدث في البيئة "(Sutherland , 1999 : 52).

وصـف المقياسين

اولا- مقياس الاعياء الانفعالي

تكون مقياس الاعياء الانفعالي من (50) فقرة تتوزع على اربع مجالات هي :-

1- المجال الفسيولوجي : (يتمثل بالاعراض الجسمية التي تظهر على الفرد نتيجة تأثير ضغط العمل الذي يؤثر سلباً على اتجاهه نحو المهنة وشعوره بانه غير قادر على التعامل مع هذه المجهدات).

2- المجال النفسي : (يتمثل في الشعور بالالم والضيق والقلق والتوتر المستمر **).**

3- المجال العقلي : (يتمثل في العجز والنقص والضعف عند اداء أي نشاط عقلي والذي تظهر اثاره في الادراك الحسي والتذكر والانتباه والتركيز **).**

4- مجال الضغوط الدراسية : (تتمثل في الخبرات والمواقف التي يتعرض لها الفرد اثناء دراسته وتشكل عبئا له بحيث يدرك ان قدراته لمواجهة متطلبات الموقف الذي يتطلب التغير والتوافق بين الفرد والموقف لا تتسم بالكفاءة المناسبة).

وبذلك فان أعلى درجة كلية ممكنة هي (250) درجة واقل درجة كلية هي (50) وبمتوسط فرضي مقداره (150) درجة .

تصحيح المقياس:

المقصود به وضع درجة الاستجابة لكل مستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس، واستخراج الدرجة الكلية عن طريق جمع درجات الاستجابات على فقرات المقياس، ولتحقيق هذا الغرض، اعتمد الباحث طريقة ليكرت "Likert" ، وأمام كل فقرة خمسة بدائل متدرجة للاجابة هي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً ، تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة معتدلة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لا تنطبق علي مطلقا) وتعطى عند التصحيح الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي للفقرات التي تكون مع المفهوم أو العكس (5،4،3،2،1) للفقرات التي تكون عكس المفهوم .

ثانيا : مقياس التكيف الاكاديمي

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي عَمدَ الباحث بالاطلاع على مجموعة من المقاييس والأدبيات والأطر النظرية ذات العلاقة بالمتغير وفي ضوء ذلك تم تبني مقياس التكيف الاكاديمي المعد من قبل (عبد الرحمن 2015) ، يتكون المقياس بصيغته النهائية من (54) فقرة موزعة على مجالات المقياس الخمسة وهي :-

1- **التكيف مع المنهاج الدراسي**: يعني مدى رضا الطالب على دراسته في الجامعة ، ومدى استمتاعه بالمواد التي يدرسها واحساسه بأهميتها.

2- **نضج الأهداف ومستوى الطموح:** يقصد به إدراك الطالب مدى ارتباط الدراسة الجامعية بخططه المستقبلية .

3- **الفاعلية الشخصية والتخطيط لاستغلال الوقت**: يشير إلى مدى تخطيط الطالب لنشاطاته اليومية ، وكيفية استغلاله لوقته بشكل فاعل ، ومدى انجازه لواجباته الدراسية ، وعدم إضاعة وقته في النشاطات الخارجية على حساب دراسته.

4- **المهارات والعادات الدراسية:** يشير إلى مدى تفاعل الطالب الصفي ، ومدى الانتباه والتركيز لديه ، وقيامه بتسجيل الملاحظات واستخدام المكتبة ، ومدى اتباعه لمهارات دراسية فعالة ، والاستعداد للامتحانات.

5- **الصحة النفسية:** يقصد به الحالة النفسية للطالب ومدى استقرارها ، ويكشف أيضا عن مدى احساس الطالب بالقلق والضيق والتعاسة ، والاستغراق في أحلام اليقظة.

وبذلك تكون اعلى درجة للمستجيب (270) واقل درجة (54) والمتوسط الفرضي للمقياس (162)

تصحيح المقياس

المقصود به وضع درجة الاستجابة لكل مستجيب على كل فقرة من فقرات المقياس، واستخراج الدرجة الكلية عن طريق جمع درجات الاستجابات على فقرات المقياس، ولتحقيق هذا الغرض، اعتمد الباحث طريقة ليكرت "Likert" ، تم تحديد خمسة بدائل للاستجابة متدرجة في القياس وهي (دائما ، غالبا ، أحيانا ، نادرا ، أبدا) وحددت أوزانها بالدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) على التوالي للفقرات الإيجابية التي(تقيس التكيف الأكاديمي) ، والدرجات (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) للفقرات المعكوسة التي تقيس عكس المفهوم .

صلاحية الفقرات:

من اجل التأكد من صلاحية الفقرات تم عرض أدوات البحث على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي والقياس والتقويم ملحق (1) وطلب منهم قراءة فقرات مقياس (الاعياء الانفعالي) وفقرات مقياس (التكيف الاكاديمي) ، ووضع علامة (صح) في حقل الصالحة إن كانت الفقرة صالحة لقياس السمة المراد قياسها والعلامة نفسها في حقل غير

صالحة اذا كانت الفقرة لا تقيس السمة المراد قياسها أو اجراء التعديل المناسب على الفقرة في حقل التعديل المناسب وتم قبول جميع فقرات المقياسين وقد اتفق على بقائها نسبة (95%) من الخبراء والمحكمين .

التجربة الاستطلاعية

إن الهدف من التجربة الاستطلاعية هو لبيان مدى وضوح تعليمات المقياسان ومدى وضوح الفقرات من حيث الصياغة والمعنى وحساب الوقت المستغرق في الاجابة على المقياس ولتحقيق ذلك عَمدَ الباحث على تطبيق كل على حدة وانفراد على عينة مكونة من (20) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من كلية التربية الأساسية واوضحت التجربة إن الوقت المستغرق في الاجابة على مقياس الاعياء الانفعالي بلغ متوسطا قدره (15) دقيقة وهو الوقت المناسب للاجابة عن المقياس لكي يتسنى للطلبة الاجابة بتمعن وموضوعية ، وأيضا اوضحت التجربة الاستطلاعية إن الوقت المستغرق للإجابة على فقرات مقياس التكيف الاكاديمي بلغ متوسطا قدره (12) دقيقة ونتيجة لهذا الاجراء تم التأكد من جميع فقرات المقياسين كانت واضحة ومفهومة .

حساب القوة التمييزية للفقرات

يقصد بالقوة التمييزية مدى قدرة الفقرات على التمييز بين الإفراد الذين يحصلون على درجات عالية والذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه(ملحم ، 2000: 125)، وللتحقق من ذلك جرى تطبيق مقياسي البحث في الجامعة المستنصرية في كلية القانون بواقع (200) طالب وطالبة ، وفي كلية التربية الاساسية بواقع (200) طالب وطالبة والجدول (3) يوضح ذلك

جدول (3)

توزيع إفراد عينة التحليل الاحصائي

الكلية و القسم	الذكور	الاناث	المجموع
كلية القانون	100	100	200
كلية التربية الأساسية	100	100	200
المجموع	200	200	400

وبعد تطبيق المقياسين على عينة التمييز تم تصحيح استمارات عينة التحليل الاحصائي للمقياسين وحساب درجة كل طالب وطالبة على حدة ومن ثم عَمد الباحث على ترتيب لاستمارات بالطريقة التنازلية من اعلى درجة إلى ادنى درجة وتحديد (27%) من الدرجات العليا و(27%) من الدرجات الدنيا لاستخراج المجموعتين المتطرفتين إذ إن اعتماد هذه النسبة تعطينا مجموعتين باكبر حجم واقصى تمايز ممكن (عبد الرحمن ، 1998: 64) وقد بلغت عينة التحليل الاحصائي (400) طالب وطالبة ، وبواقع (108) طالبا وطالبة للمجموعة العليا و(108) طالبا وطالبة للمجموعة الدنيا ، وتم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية لجميع الفقرات وقد تبين إن جميع مواقف مقياس الاعياء الانفعالي كانت مميزة وكما موضح في الجدول (4) لان قيمتها التائية المحسوبة كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) ، وتبين ايضا أنَّ جميع فقرات مقياس التكيف الاكاديمي كانت مميزة وكما موضح في الجدول (5) لان قيمتها التائية المحسوبة كانت اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) .

جدول (4)
القوة التمييزية لفقرات مقياس الاعياء الانفعالي بأسلوب العينتين المتطرفتين

الرقم	المجموعة العليـــا		المجموعة الدنيـــا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة (0,05)
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	4.64	0.703	4.12	1.011	4.375	دالة
2	4.68	0.667	4.19	0.968	4.337	دالة
3	4.55	0.675	3.82	1.075	5.913	دالة
4	4.25	0.948	3.63	1.204	4.206	دالة
5	3.91	1.196	3.53	1.315	2.220	دالة
6	4.49	0.932	3.56	1.277	6.085	دالة
7	4.05	1.097	3.30	1.270	4.645	دالة
8	4.37	0.871	3.66	1.177	5.059	دالة
9	4.64	0.676	4.07	1.117	4.497	دالة
10	4.63	0.705	3.85	1.221	5.731	دالة
11	4.63	0.605	3.99	1.123	5.204	دالة
12	4.54	0.869	4.05	1.062	3.715	دالة
13	4.52	1.000	4.08	1.103	3.037	دالة
14	3.00	1.663	2.46	1.482	2.506	دالة
15	4.36	1.009	3.56	1.194	5.354	دالة
16	4.50	0.815	3.53	1.089	7.429	دالة
17	4.43	0.845	3.56	1.179	6.237	دالة
18	4.40	0.875	3.49	1.089	6.749	دالة
19	4.59	0.774	4.09	1.188	3.664	دالة
20	3.77	1.258	2.97	1.384	4.426	دالة
21	4.19	0.987	3.71	1.094	3.330	دالة
22	3.83	1.371	2.71	1.434	5.869	دالة
23	3.44	1.542	2.55	1.456	4.355	دالة
24	4.31	1.027	3.82	1.237	3.112	دالة
25	4.51	0.848	3.91	1.242	4.158	دالة
26	4.47	0.859	3.94	1.202	3.778	دالة
27	4.06	1.162	2.94	1.285	6.777	دالة
28	3.18	1.576	2.27	1.309	4.604	دالة
29	4.45	0.931	3.42	1.305	6.722	دالة

30	4.62	0.758	3.54	1.234	7.776	دالة
31	4.76	0.562	3.76	1.183	7.936	دالة
32	4.42	1.024	3.36	1.315	6.582	دالة
33	3.70	1.429	2.59	1.312	5.953	دالة
34	3.44	1.429	2.97	1.357	2.442	دالة
35	3.82	1.331	2.99	1.272	4.704	دالة
36	4.35	0.900	3.42	1.224	6.398	دالة
37	4.42	0.929	3.17	1.196	8.580	دالة
38	4.33	0.947	3.60	1.152	5.098	دالة
39	4.51	0.791	3.69	1.091	6.355	دالة
40	4.37	0.903	3.36	1.264	6.753	دالة
41	4.38	0.924	3.71	1.305	4.333	دالة
42	4.38	0.904	3.63	1.212	5.155	دالة
43	4.36	0.912	3.38	1.302	6.417	دالة
44	4.34	0.997	3.74	1.292	3.832	دالة
45	4.47	0.803	3.44	1.285	7.115	دالة
46	4.09	1.072	3.19	1.312	5.564	دالة
47	4.20	1.066	3.04	1.339	7.085	دالة
48	3.90	1.135	2.86	1.322	6.186	دالة
49	4.54	0.779	3.76	1.126	5.903	دالة
50	4.26	1.122	3.76	1.353	2.957	دالة

جدول (5)
القوة التمييزية لفقرات مقياس التكيف الاكاديمي باسلوب العينتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الدلالة (0.05)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
1	3,629	1,294	2,250	1,223	8,050	دالة
2	4,620	0,622	3,333	1,238	9,653	دالة
3	4,305	1,063	3,277	1,352	6,210	دالة
4	4,611	0,694	3,416	1,319	8,324	دالة
5	4,046	1,113	2,916	1,231	7,070	دالة
6	4,231	1,257	3,694	1,335	3,042	دالة
7	4,092	1,054	2,620	1,181	9,658	دالة

دالة	10,690	1,144	3,407	0,589	4,731	8
دالة	9,006	1,322	3,370	0,721	4,675	9
دالة	9,838	1,077	2,842	0,891	4,166	10
دالة	9,065	1,284	2,888	1,010	4,314	11
دالة	9,135	1,089	3,509	0,701	4,648	12
دالة	8,063	1,281	2,277	1,383	3,740	13
دالة	6.819	1.173	3.060	1.024	4.254	14
دالة	8.095	2.463	1.220	1.922	4.074	15
دالة	6,107	1,199	3,963	0,664	4,768	16
دالة	5,236	1,179	3,972	0,814	4,694	17
دالة	8,053	1,279	2,731	1,058	4,018	18
دالة	8,768	1,155	3,537	0,718	4,685	19
دالة	8,992	1,185	2,814	0,881	4,092	20
دالة	5,538	1,209	3,351	1,018	4,194	21
دالة	6,598	1,257	3,629	0,821	4,583	22
دالة	6,107	1,199	3,963	0,664	4,768	22
دالة	5,236	1,179	3,972	0,814	4,694	23
دالة	8,053	1,279	2,731	1,058	4,018	24
دالة	2.625	1.16	2.47	1.29	2.98	25
دالة	6.466	1.27	2.72	1.19	3.98	26
دالة	3.809	1.10	2.51	1.33	3.25	27
دالة	3.325	0.97	3.93	0.66	4.37	28
دالة	3.728	1.11	3.12	1.21	3.81	29
دالة	3.105	1.21	2.93	1.12	3.51	30
دالة	6.944	0.96	3.70	0.59	4.57	31
دالة	9,653	1,238	3,333	0,622	4,620	32
دالة	6,210	1,352	3,277	1,063	4,305	33
دالة	8,324	1,319	3,416	0,694	4,611	34
دالة	7,070	1,231	2,916	1,113	4,046	35
دالة	3,042	1,335	3,694	1,257	4,231	36
دالة	9,658	1,181	2,620	1,054	4,092	37
دالة	10,690	1,144	3,407	0,589	4,731	38
دالة	9,838	1,077	2,842	0,891	4,166	39
دالة	9,065	1,284	2,888	1,010	4,314	40
دالة	9,135	1,089	3,509	0,701	4,648	41
دالة	8,063	1,281	2,277	1,383	3,740	42

43	4,666	0,626	4,138	0,980	4,713	دالة
44	4,555	0,879	3,009	1,390	8,767	دالة
45	4,444	0,940	3,518	1,286	6,039	دالة
46	3,500	1,390	2,277	1,359	6,531	دالة
47	4,805	0,587	3,629	1,055	10,118	دالة
48	4,768	0,465	3,537	1,008	11,520	دالة
49	4,694	0,729	3,305	1,071	11,134	دالة
50	4,592	0,641	3,657	1,305	6,681	دالة
51	4,509	0,870	3,740	1,163	5,499	دالة
52	4,583	0,786	3,518	1,286	7,340	دالة
53	4,750	0,613	3,888	1,210	6,597	دالة
54	3.45	1.24	2.86	1.09	3.168	دالة

علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للاختبار (طريقة الاتساق الداخلي للفقرات)

استعمل معامل الارتباط (بيرسون) لإيجاد علاقة الفقرة بالدرجة الكلية(لمقياس الاعياءالانفعالي ومقياس التكيف الاكاديمي) ، واتضح أنَّ جميع الفقرات دالة لان قيمتها المحسوبة أعلى من الجدولية البالغة (0.098) ، وقد ظهر أنّ جميع الفقرات دالة عند درجة حرية (398)، ومستوى دلالة (0.05) .

علاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه :

تم استخراج العلاقة الارتباطية لفقرات (مقياس الاعياء الانفعالي ومقياس التكيف الاكاديمي) مع المجال الذي تنتمي إليه باستعمال معامل ارتباط (بيرسون) وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات دالة إحصائياً وارتباطها قوي بالمجال الذي تنتمي إليه لأن قيمة معامل الارتباط المحسوبة لهذه الفقرات اعلى من القيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (398) .

مصفوفة الارتباطات بين المجالات :

تبين ان جميع الارتباطات سواء المجالات بعضها مع البعض الاخر او ارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياسين (مقياس الاعياء الانفعالي ، مقياس التكيف الاكاديمي) بأستعمال معامل ارتباط بيرسون ، وبمقارنة قيمة معامل الارتباط المحسوبة لكل ارتباط مع القيمة الجدولية لمعامل ارتباط البالغة (0.098) فكانت دالة موجبة وهذا يشير الى صدق البناء للمقياسين

حساب الخصائص السايكومترية للمقياسين

صدق المقياس

الصدق هو ان يقيس الاختبار ما وضع لقياسه ، ويتفق المختصون في مجال القياس النفسي على اهمية صدق الفقرات (Ebel, 1972, p: 554) . ويعد المقياس صادقا اذا كان يبدو صالحا في ظاهره وبصورة مبدئية عند النظر الى عنوانه وتعليماته والوظيفة التي يقيسها وتمثيل الفقرات للأهداف المقاسة، مما يوحي إن المقياس من حيث ظاهره مناسب إلى حد ما للغرض المطلوب قياسه (سمارة ،1989: 110).

الصدق الظاهري:

إن افضل طريقة للتاكد من الصدق الظاهري للمقياس هي عرض فقراته على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها(Ebel , 1972,p:554) ، وقد تم عرض المقياسين (الاعياء الانفعالي ، التكيف الاكاديمي) بصورتهما الاولية على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية والارشاد النفسي والبالغ عددهم (10) خبراء (ملحق1) للحكم على صلاحية المقياسين لتحقيق أهداف البحث الحالي ، يعد الصدق الظاهري احد أنواع صدق المحتوى ويقوم على فكرة مدى مناسبة المقياس أو الاختبار لما يقيسه ولمن يطبق عليهم ، ويبدو من خلال وضوح الفقرات ومدى علاقتها بالقدرة أو السمة او المجال الذي يقيسه الاختبار ، وغالبا ما يقرر ذلك مجموعة من الخبراء والمختصين في هذا المجال(عبد الرحمن، 1998: 125) وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياسين عندما عرضهما الباحث على مجموعة من الخبراء .

ثبات المقياس:

يعد الثبات من خصائص الاختبار الجيد ويقصد به إن الاختبار يعطي نفس النتائج عند اعادة تطبيقه على المجموعة نفسها والثبات يعني الاستقرار، بمعنى انه كلما تكررت عملية قياس الفرد أظهرت درجته شيئا من الاستقرار(عودة ،1998: 6) ، وقد تم حساب ثبات المقياسين باكثر من طريقة وعلى النحو الاتي :

طريقة الاختبار واعادة الاختبار:

تعد هذه الطريقة من أكثر طرائق حساب الثبات شيوعا إذ تقوم على اجراء تطبيق فقرات الاداة على مجموعة من الإفراد ثم اعادة تطبيقها على المجموعة نفسها بعد مضي مدة زمنية محددة ، وان ثبات الاختبار من الشروط التي يجب توفرها فيه ليكون دقيقا ، ويعني الثبات إن يعطي الاختبار نفس النتائج اذا ما اعيد تطبيقه على الإفراد انفسهم في الظروف نفسها ، وقد عَمد الباحث على تطبيق المقياسين على عينه مكونه من (30) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من طلاب كلية التربية الاساسية في الجامعة المستنصرية وقد طبق المقياسان على العينة المذكورة وتم وضع علامات خاصة لمعرفة اسماء المستجيبين دون علمهم وبعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول تم اعادة تطبيق المقياسين على نفس إفراد العينة ، إذ تعد هذه الفترة الزمنية فترة مناسبة لاعادة الاختبار (ملحم ، 2000: 34) وباستخدام معامل ارتباط بيرسون لدرجات التطبيق الاول ودرجات التطبيق الثاني ولكل مقياس على حده تبين إن معامل الارتباط لمقياس الاعياء الانفعالي بلغ (84%) ومعمل ثبات مقياس التكيف الاكاديمي بلغ (86%) وهو معامل ارتباط جيد لثبات المقياسين

طريقة الاتساق الداخلي (الفاكرونباخ) :

تعد معادلة الفاكرونباخ واحدة من العوامل التي تزود الباحث بمؤشرات جيدة حول ثبات الاداة ، وهي تشير إلى الخاصية التي يتمتع بها الاختبار والتي تمثل العلاقة الإحصائية بين الفقرات ، وقد عمد الباحث باستخراج (50) استمارة لكل مقياس (مقياس الاعياء الانفعالي ومقياس التكيف الاكاديمي) من استمارات التحليل الاحصائي وطبقت معادلة الاتساق الداخلي الفاكرونباخ على عينة الثبات وقد تبين أنَّ معامل الثبات بلغ على وفق هذه الطريقة لمقياس الاعياء الانفعالي (80%) فيما بلغ معامل الثبات لمقياس التكيف الاكاديمي (82%) وهومعامل ثبات جيد يمكن الاعتماد عليه ، وبذلك أصبح المقياسين جاهزين للتطبيق .

التطـبيق النـهائي للمقياسين

عَمد الباحث بعد التأكد من مؤشرات صدق وثبات المقياسين من وضعهما في ملف واحد وتم تطـبيقه علـى عينـة البحث البالغة (400) طالب وطالبة من طلاب الجامعة المستـنصرية كلية التربية الأساسية وكلية القـانون . وتم تطبيق المقـاييس في يوم الاثنين المصادف (2022/12/5) الى غاية يوم الثلاثاء المصادف (21 /2/ 2023)

عرض الـنتائج وتـفسيرها

الهدف الأول :- التـعرف علـى الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجـامعة ، لتحقيق هذا الهدف تم توزيع مقياس الاعياء الانفعالي على عينة الـبحث البالغة (400) طالب وطالبة في الـجامعة المستنصرية ، وبـعد تفريغ البيانات تم حساب الوسط الحسابي ، إذ بلغ (216,67) درجة وبانحـراف معياري قـدره (18,153) درجة ، وللتعرف على دلالة الفروق بين الوسـط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس الاعياء الانفعالي فقد استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة(37,63) درجة وهي اكـبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) درجة عند مـستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (399) والجدول (6) يوضـح ذلك

جدول (6)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجامعة

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الإحصائية 0,05
400	216,67	18,153	150	37,63	1,96	دالة

يتضح من الجـدول (6) أن القيمة التائية المحسوبة هي اكبر من القيمة التائية الجدولية اي ان الفرق دال احصائيا ، مما يشير الى أن عينة البحث من طلبة الجـامعة المستنصرية لديهم اعياء انفعالي وتعد هذه النتـيجة منطقية اذا ما تم اقترانها بالظروف والضغوطـات التي يمر بها الطلبة والمجتمع العراقي بشكل عام ، من سوء الخدمات وقلة فرص التعيين والاوضاع الاقتصادية الصعبة التي يعاني منها كثير من طلبة الجامعـة مما يضطرهم للعمل بمختلف انواع الاعمال التي لاتنـاسب قدراتهم العلمية وامكاناتهم التخصصية والتي تكون عاملا اساسيا بالشعور بالعب والاعياء النفسي والانفعالي ، كل ذلـك ادى الى وجود تصـورات وافكار سلبـية خاطئة انعكست على اوضاعهم النفسية مما زاد من انتشار الاعياء الانفعالي والتعب والانهـاك المـستمر لديهم . كما أن عوامل الإعياء تشمل ايضا على المشاكل مع زملاء الدراسة أو علاقات الآباء والطالب ، والضـغوط المستمرة وعدم الرضا عن التخصص ، وعدم الشعور بالاحترام داخل الكلية او مع الاصـدقاء ، وزيادة المـرقابة والمسائلة، من ابرز العوامل الرئيسة التي عـدت أنها تساهم في إلاعـياء الانفعالي

الهدف الثاني:- دلالة الفـروق عند مستوى دلالة (0.05) في الاعياء الانفعالي لدى طلبة الجامعة وفـقا لمتغير النوع (طلاب – طالبات)

لتـحقيق هذا الهـدف وللـتعرف على الفروق في النوع (طـلاب- طالـبات) تم تـوزيع مقياس الاعـياء الانفعالي على عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبة من الجامعة المـستنصرية، وبواقع (200) طـالب ، و(200) طالبة وبعد تفـريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي للذكور ،إذ بلغ (214.67)

درجة وبانحراف معياري قدره (20.61) درجة،في حين بلغ المتوسط الحسابي لعينة الاناث (210.61) وبانحراف معياري قدره(21.54) وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تم استخراج القيمة التائية المحسوبة والبالغة(2.43) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة(1,96) ومستوى دلالة (0,05) وبدرجة حرية (398) والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

إيجاد دلالة الفروق في الاعياء الانفعالي على وفق متغير النوع

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة 0,05
طلاب	200	214.67	20.61			دالة احصائيا
طالبات	200	210.61	21.54	2.43	1,96	

يتضح من الجدول أعلاه أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (2.43) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) مما يشير الى وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى (0,05) في الاعياء الانفعالي وفقا لمتغير النوع (طلاب- الطالبات) ولصالح الطلاب اي ان الطلاب لديهم اعياء انفعالي اكثر من الطالبات ويمكن تفسير هذه النتيجة في كون الطلبة الذكور هم من تقع عليهم المسؤولية في ادارة الحياة الاسرية والاجتماعية والمهنية اكثر من الاناث لذلك فهم يتعرضون لمختلف انواع الضغوطات اليومية المتتابعة مما يولد لديهم التعب والاعياء الانفعالي بشكل اكبر من الاناث .

الهدف الثالث : التعرف على التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

لتحقيق هذا الهدف تم توزيع مقياس التكيف الاكاديمي على عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية ، وبعد تفريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي ،إذ بلغ (218,22) درجة وبانحراف معياري قدره (17,27) درجة ، وللتعرف على دلالة الفروق بين الوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس التكيف الاكاديمي فقد استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة وقد بلغت القيمة التائية المحسوبة(11,16) درجة وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) درجة عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (399) علما إن الوسط الفرضي بلغ (162) درجة والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمقياس التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	الدلالة الإحصائية (0,05)
400	218,22	17,27	162	11,16	1,96	دالة احصائيا

من الجدول (8) يتضح أنَّ القيمة التائية المحسوبة البالغة (11,16) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية (1،96) مما يشير الى إن عينة البحث الحالي من طلبة الجامعة يتمتعون بالتكيف الاكاديمي ، ويعزي الباحث هذه النتيجة إلى المناخ الجامعي الملائم الذي تسعى الوزارة إلى

تجسيده من الإصلاحات المنتهجة في قطـاع التعليم العـالي وسعيها إلى استحداث الآليات التي من شأنها توفير كل ما يساعد الطالب في الانسجام والتـكيف والتفاعل مع البيئة الاكاديمية ، ويرى الباحث أن هذه النتيجة تعكس قدرة الطالب الجامعي على استثمار آليـات التكيف المـختلفة للتعامل مع الواقع الأكاديمي، برغم الظروف النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يعيشـها. وتنسجم هذه النتيجة مع ما ورد في الخلفية النظرية التـي أشارت إلى أن الأفراد مندفعون إلى إشباع حاجاتهم من خلال الخبرة والممـارسة ، ويسعون إلى تحقيق ذواتهم ، والقدرة على تحقيق التوازن المعرفي عند مواجهة البيئات المعقدة أو المثيرات الجديدة ، وهم يشعرون بالتـوافق وحل الصراعات النـاجمة بين الرغبات والواقع الـذي يعـيشونه.

الهـدف الرابع :- دلالة الفروق عند مستوى دلالة (0.05) في التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة وفقا لمتغير النوع (طلاب – طالبات)

لتحقـيق هذا الهدف وللتعرف على مستوى الفروق في النوع (طلاب - طالبات) تم توزيع مقياس التـكيف الاكاديمـي على عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبـة من الجامعة المستنصرية ، وبواقع (200) طالب من الذكور و(200) طالبة من الإناث وبعد تفـريغ البيانات تم حساب المتوسط الحسابي لعـينة الطلاب ،إذ بلغ (210,15) درجة وبانحراف معياري قدره (19,29) درجة ، في حـين بلغ المتوسط الحسابي لعينة الطـالبات (202,45) وبانحراف معياري قدره (15,41) وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تم استخراج القيمة التائية المحسوبة والبالغة (1,06) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية الـبالغة (1,96) ومستوى دلالة (0,05) وبـدرجة حرية (398) والجدول (9) يوضح ذلك

جدول (9)
دلالة الفروق في التكيف الاكاديمي على وفق متغير النوع

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى دلالة(0,05)
طلاب	200	210,15	19,29	1,06	1,96	غير دالة احصائيا
طالبات	200	202,45	15,41			

ومـن الجدول (9) يتـضح أنَّ القيمة التائية المحسوبة البالغة (1,06) هي اقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,96) مما يشير الى عدم وجود فـروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) في التكيف الاكاديمي وفقا لمتغير النوع (طلاب - طالبات) ، وهذا يعني أن متغير الجنس لا يؤثر على مستوى التكيف الأكاديمي ويعزي الباحث هذه النتيجة الى عدم وجود فرق في القدرات العـقلية بين الجنسين واساليب التربية البيئية او اسلوب التعامل داخل الجامعة كما ان الامـكانات التي توفرها الجامعة لاتـفرق بين الجنسين سواء كانوا طلبة او طالبات مما سهل عمـلية التكيف الاكاديـمي لكلا الجنسين .

الهـدف الخامس: العلاقة بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

لمعـرفة طبيعة العلاقـة بين متغيري البحث الاعياء الانـفعالي والتكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة تم استعمال معامل ارتباط بيرسـون واتضـح انه يبلغ (-0,511) عنـد مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (399) والجـدول (10) يوضح ذلـك

جدول (10)
العلاقة الارتباطية بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي

العينة	قيمة معامل الارتباط	قيمة معامل الارتباط الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة
400	- 0,511	0،138	0,05	دالة احصائيا

يتضح من الجدول (10) إن معامل الارتباط بين الاعياء الانفعالي والتكيف الاكاديمي معامل ارتباط سلبي دال احصائيا ، ويمكن تفسير هذه النتيجة أن عينة البحث من طلبة الجامعة المستنصرية كلما ارتفع مستوى الاعياء الانفعالي لدى افراد العينة انخفض مستوى التكيف الاكاديمي لديهم ، ويمكن للباحث تفسير تلك النتيجة في ان الشعور بالاعياء الانفعالي الناتج عن كثرة الاعباء والضغوطات الاكاديمية والاجتماعية كل ذلك يعد مؤشرا لانخفاض مستوى التكيف الاكاديمي لدى طلبة الجامعة .

التوصيات

في ضوء ما جاء في نتائج البحث يمكن للباحث إن يوصي بالاتي :-

1- الاستمرار بتقديم الدعم النفسي والاجتماعي من اجل ضمان تطور التكيف الاكاديمي وعدم تراجعه .

2- تشجيع الطلبة على تكوين علاقات صحيحة ومسؤولة مع الاخرين يمكنهم من تأكيد ذواتهم ، وتحقيق طموحاتهم التعليمية لا سيما في ما يتعلق بالتكيف مع الجامعة.

3- على الجامعات العراقية اعداد ندوات وورش عمل لتخفيف حالات الاعياء الانفعالي لدى الافراد في الوسط الاكاديمي

4- الاهتمام بالوسائل الترفيهية والبرامج الاكاديمية التي من شانها ان تخفف التعب والاعياء الانفعالي الذي يتعرض له طلبة الجامعة

المقترحات

استكمالا لنتائج البحث الحالي يقترح الباحث ما يأتي :-

1- اجراء دراسات تتعلق بالتكيف الاكاديمي وعلاقته بمتغيرات اخرى كالقلق والتحصيل الدراسي والاحتراق النفسي

2- القيام بدراسة عن الاعياء الانفعالي وعلاقته بمتغيرات اخرى كالتوافق النفسي،اتخاذ القرار، تقدير الذات

المصادر العربية والاجنبية

1- البدارين ، غالب سلمان وغيث ، سعاد منصور (2013) : الأساليب الوالدية وأساليب الهوية والتكيف الأكاديمي كمتنبئات بالكفاءة الذاتية الأكاديمية لدى طلبة الجامعة الهاشمية ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مج (9) .

2- بني خالد ، محمد (2010) : التكيف الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية العامة لدى طلبة كلية العلوم التربوية في جامعة آل البيت ، مجلة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية، مجلد (24)

3- حسن ، محمد علي (1970) : علاقة الوالدية بالطفل وأثرها في جناح الأحداث، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.

4- دسوقي ، راوية محمود (1992) : الحرمان الأبوي وعلاقته بكل من التكيف النفسي ومفهوم الذات والاكتئاب لدى طلبة الجامعة ،مجلة علم النفس ، السنة (11) ، ع (41).
5- عبد الرحمن ، شذى خالص (2015): التمركز حول الذات وعلاقته برتب الهوية والتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية ابن الهيثم ، جامعة بغداد ، العراق
6- عبد الرحمن ، محمد السيد ، 1998 ، دراسات في الصحة النفسية ، الجزء الثاني ، دار قباء للطباعة والنشر ، القاهرة
7- العمرية ، صلاح الدين (2004): الصحة النفسية ، دار الفكر للطباعة والنشر ، عمان ، الأردن.
8- عودة ، أحمد سليمان ، 1998 ، القياس والتقويم في العملية التربوية ، المطبعة الوطنية ، عمّان .
9- فليح ، خالد كاطع (2018) : الفضول المعرفي وعلاقته بالاستمتاع بالحياة والاعياء الانفعالي لدى معلمي محافظة بغداد ، اطروحة دكتوراه ، الجامعة المستنصرية ، كلية التربية ، بغداد ، العراق
10- المجالي ، عرين عبد القادر (2006) : العلاقات بين الاتجاهات الوالدية في التنشئة الاجتماعية وبين كل من العزو السببي التحصيلي والتكيف النفسي والاجتماعي والأكاديمي للطلبة الموهوبين والمتفوقين بدولة الإمارات المتحدة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، جامعة عمان.
11- ملحم ، سامر محمد ، 2000 ، القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، عمّان .
12- ملكوش ، رياض (2000) : الدعم الاجتماعي والتكيف الطلابي لدى طلبة الجامعة الأردنية ،مجلة دراسات العلوم التربوية ، مج(27) ، ع (1) ، ص132، عمان ، الأردن.
13- ميرة ، أمل كاظم (2012) : المناخ الأسري وعلاقته بالتكيف الأكاديمي عند طلبة الجامعة ، مجلة البحوث التربوية والنفسية ، ع (33) ، ص251-257 كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد.
14- الهابط ، محمد السيد (1980) : *التكيف والصحة النفسية* ، ط3 ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، مصر.
15- يونسي ، كريمة (2012) : الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة مولود معمري ، كلية العلوم الاجتماعية ، الجزائر.
16- Bourassa, D. (2011). Examining self-protection measures guarding adult protective services social workers against compassion fatigue. Journal of Interpersonal Violence, 27(9)
17- Feldman, R.(1989): Adjustment, applying psychology , campy world , New York, Me Craw – Hill Book Company.
18- Hulsheger, U., Alberts, H., Feinholdt, A., & Lang, J. (2013). Benefits of mindfulness at work: The role of mindfulness in emotion regulation, emotional exhaustion, and job satisfaction. Journal of Applied Psychology, 98(2), 310-325
19- Kim, H., & Lee, S. (2009). Supervisory communication, burnout, and turnover intention among social workers in health care settings. Social Work in Health Care.
20- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

21- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behavior, 2, 99-113
22- Reio, Jr., T. G.,(1997). Effects of curiosity on socialization-related learning and job performance in adults (Doctoral dissertation.
23- Sutherland , S.(1999) : The Macmillan dictionary of Psychology , London17-
24- H. (1956). The Stress of Life. New York: McGraw-Hill Seyle,
25- Tinbo, V, (1996) , Reconstructing the first year of college , Higher Edu, 25.

The relationship between Emotional fatigues with Academic adaptation (of university students)

Abstract:
The current research aimed to identify
1- Emotional fatigue among university students
2- Significance of differences in Emotional fatigue among university students at the level (0.05) according to the gender variable (male-female)
3- Academic adaptation of university students
4- Significance of differences in the academic adaptation of university students at the level (0.05) according to the gender variable (male, female)
5- The nature of the relationship between Emotional fatigue and academic adjustment among university students
The research is determined by identifying emotional fatigue and academic adaptation among male and female students of Al-Mustansiriya University. To achieve the research objectives, the researcher used the descriptive correlational approach and using appropriate statistical methods. The research reached the results that the students of Al-Mustansiriya University, the research sample, have emotional fatigue and the presence of statistically significant differences in emotional fatigue. According to the gender variable and in favor of the students, and the results also indicated that the university students enjoy academic adaptation and there are no statistically significant differences according to the gender variable. among university students, and the researcher recommended a set of recommendations and proposals .
Kay words : Emotional fatigue, Academic adaptation, university students.