قياس الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية

.....

الباحث: أحمد باسم شندوخ الاحبابي

جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية

ahmed.b.shandokh@st.tu.edu.iq

أ.م.د. قصي حميد حامد الدليمي

جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الإنسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية

الملخص

يهدف البحث الحالي إلى التعرف (قياس الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية):

١- مستوى الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية

٢- الفروق ذات الدلالة الإحصائية الطاقة النفسية لمتغير الجنس (ذكور، إناث).

٣- الفروق ذات الدلالة الإحصائية الطاقة النفسية لمتغير التخصص (علمي، انساني).

وتضمنت العينة مدرسي المرحلة الثانوية أنساني وعلمي. وقد بلغت عينة البحث (٣٠٠) مدرس ومدرسة من مدرسي المرحلة الثانوية، وقام الباحث ببناء مقياس الطاقة النفسية وهو جزء من المتطلبات الأساسية للبحث الحالي لعدم وجود مقياس يتلاءم مع طبيعة الدراسة، وبعد اطلاع الخبراء على المقياس حيث كان نسبة أتفاق (٨٠٪) فأكثر كنسبة لصلاحية الفقرة ومقياس الطاقة النفسية يتكون من مجالين ١.الطاقة النفسية الإيجابية (٢٠) فقرة و٢.الطاقة النفسية السلبية (١٠) فقرات بمجموع (٣٠) فقرة، وجرى التحقق من الصدق الظاهري للمقياس، واستخدم الباحث بعض الوسائل الإحصائية وهي (الاختبار التائي لعينه واحدة، واختبار التائي لعينتين مستقلتين، ومعامل ارتباط بيرسون الفاكرونباخ) وقد توصل الباحث إلى النتائج الأتية:

١- يوجد مستوى متوسط من الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.

وقد فسّر الباحث هذه النتائج بناءً على الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة، وفي ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في البحث الحالي، وخرج الباحث بعدد من التوصيات والمقترحات، منها: أنّ تقوم الجامعات بنشر مفهومي الطاقة النفسية عن طريق الندوات والبحوث والمؤتمرات، واقترح إجراء دراسات تتناول الطاقة النفسية وعلاقتهما ببعض المتغيرات.

Measuring psychological energy for secondary school teachers

Researcher: Ahmed Basem Shandokh Al-Ahbab
University of Tikrit / College of Education for Human Sciences / Department of Educational and Psychological Sciences
Email: ahmed.b.shandokh@st.tu.edu.iq

Asst. Prof. Dr. Qusai Hamid Hamid Al-Dulaimi
University of Tikrit / College of Education for Human Sciences / Department of Educational and Psychological Sciences

Abstract

This current research aims to identify the secondary stage from the secondary stage:

1- The level of psychological energy of secondary school teachers

2- The statistically significant differences in the psychological energy of the gender variable (males, females).

3- The statistically significant differences in the apparent energy of the specialization variable (scientific, humanitarian).

Human and scientific. The sample of the study reached (300) for the validity of the paragraph and the basic energy scale in two areas: 1. The positive psychological signal (20) paragraphs and 2. The positive indicative (10) paragraphs, and joy, and the verification of the apparent validity of the scale. One) and the t-test for two independent samples, and the researcher reached the following results:

1- There is an average level of psychological energy among secondary school teachers.

2- There are no statistically significant differences in the average temperatures on the scale of normal activity for the gender variable.

3- There are statistically significant differences between average temperatures on the scientific activity scale.

الفصل الأول

أولا: مشكلة البحث:

من النادر أن نجد أنساناً لا يعاني من الضغوط والضعف في الطاقة النفسية وبخاصة تلك الناتجة من الأزمات والكوارث والحروب وانعدام الأمن النفسي والاقتصادي والتي تؤدي إلى اختلال أجهزة المراقبة والمناعة. وأننا نعيش في عصر تتعرض فيه إنسانية الإنسان لأكبر محنة، وهذا يستلزم تكريس كل جهد ممكن إن يجعل كل فرد يمارس الحياة في الوقت نفسه مستعداً لمخبآت المستقبل القريب والبعيد والإنسان هو المبدع في الحياة وهو الغاية المرتجاة، لذا لابد من تحقيق التكامل الكلي في شخصية الفرد من النواحي الجسمية والعقلية والانفعالية وإبراز أهمية ربط تربية الشخصية الفردية بالتكامل مع الأهداف الاجتماعية والدور الاجتماعي الذي يقوم به لمواجهة ذلك الضعف في الطاقة النفسية. (الجسماني، ١٩٦٨: ٩٧)

وان سبب الضعف في الطاقة النفسية للمدرس بكل أنواعها هي نتاج التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي إلى إفراز انحرافات تشكل عبئاً على قدرة ومقاومة الناس في التحمل فرياح الحضارة تحمل في طياتها أفات تستهدف النفس الإنسانية وزيادة التطور تحمل النفس أعباء فوق طاقته النفسية وينتج عنها زيادة في الضغوط على أجسامنا وينعكس على الحالة الصحية والنفسية والعقلية ويؤدي إلى الانهيار والموت وقد ينجح الإنسان المعاصر في استيعاب النمو المتسارع لمتطلبات الحضارة ولكنه يخسر بالنتيجة قدرته الجسدية والنفسية ومقاومته في التحمل، مما يؤدي إلى استنزاف الطاقة عنده وتدميرها ويعني هذا تدمير الذات. (الإمارة، ٢٠٠١: ١٣)

فتنطلق مشكلة البحث الحالي من كون الباحث احد أفراد هيئة التربية والتعليم (مرشد تربوي)، ومن خلال خبرته، لاحظ الباحث وجود مواطن ضعف في طاقة مدرسي المرحلة الثانوية النفسية، كما يعزو الباحث السبب في ذلك لعدة أسباب متراكمة منها الظروف الصعبة التي مر بها البلد الأمنية والاقتصادية والاجتماعية وقضايا النزوح والتهجير التي ساهمت بنتيجة سلبية عامة عانى منها الجميع. ولندرة الدراسات التي أجريت في هذا المجال على حد علم الباحث.

ثانياً : أهمية البحث :

أن كل فرد يمتلك محرك لسلوكه وهو ما يمكن أن يطلق عليه (الطاقة النفسية) والذي يكون محكوم بمستوى التنشيط السيكولوجي لدى الفرد ذاته فأن هذا المولد للطاقة النفسية في صورتها الأولية كطاقة لها معنى سيكولوجي يتحدد في مفاهيم تتعلق بالمواقف التي يتواجد فيها الفرد، والتي تعمل من خلال دفع الفرد للسلوك بطريقة محددة في المواقف البيئية التي تدفع الفرد إلى التفاعل مع المواقف الضاغطة التي يمر بها

ومن هنا تظهر الفروق الفردية مما يمتلكون من طاقة نفسية دافعة للسلوك حيث يعتمد تأثير الفرد بالمواقف البيئية وعلى مستوى المخزون للطاقة لديه. (كامل،٢٠٠١: ٢١٧)

فقد أصبح الاهتمام بالطاقة البشرية ضرورة من ضروريات تقدم المجتمع، إذ يسعى كل مجتمع من المجتمعات إلى توجيه طاقاته البشرية من خلال البحث عن أفراد متميزين بعملهم وصفاتهم وطاقاتهم العالية واستثمار تلك الطاقة في خدمة المجتمع. (المشرفي،٢٠٠٥: ٢١)

إن الطاقة النفسية والقوى البشرية لهما مكانة مهمة في مواجهة ظروف المستقبل والتغيرات التي قد تطرأ مستقبلاً في هذه القوى البشرية وهم فئة الموظفين المثابرين والاعتراف بدورهم في تقدم العمل وتطويره والتجديد بعملهم حتى أصبح حقيقة يبرهن على صدقها واقع الحياة فكل ما يمتلكه الفرد من طاقة وينجزه من عمل يسهم في عملية التقدم والإبداع والتطور، والتي تصب في مصلحة المجتمع فما يميز المجتمع المتقدم يكمن في استثمار قدراته وطاقاته النفسية والعقلية المتميزة التي يمتلكها الأفراد. (الزوبعي،١٩٩٠: ٨٢).

وتعد الطاقة النفسية من المواضيع المهمة التي تؤثر في سلوك الفرد وفي أداء مهاراته ويستخدم مصطلح الطاقة النفسية الفاعلة بالترادف مع مصطلحات نفسية أخرى مثل الدافعية والتنشيط والأثارة لكل من العقل والجسم. (Gerben،٢٠٠٤: ٧٥٢)

وتجارب الأمم السابقة تعلمنا أن أفضل طريقة لمواجهة الخارج وضغوطه الصعبة هي تدعيم الطاقة النفسية من الداخل وإصلاح الذات واكتساب عادات جديدة ثم يأتي بعد ذلك النصر والتمكين فالطاقة النفسية الفعالة هي قوة محركة بداخل الفرد إذا تواجدت واستغلت بالشكل الأمثل قادته نحو تحدي كل ما يعيقه ويقف أمامه ويحوله إلى إبداع ينير عالمه، مما يساعد على إشباع الكثير من حاجاته النفسية ويتحقق له التوافق والسواء النفسي. (مكاوي،٢٠١٢: ٣٠١)

لذلك يمكن القول أن الأشخاص الذين يتسمون بخبرة الطاقة النفسية يكونون اكثر استمتاع بالعمل بعكس الذين لا يتسمون بتلك الخبرات، لذلك على القادة وجميع العاملين عليهم فهم الطاقة النفسية وكيفية شعور الفرد بها وارتباطها بعوامل تدافعهم إلى تحقيق هذه الخبرة. (السقا،٢٠٠٤: ٩)

والطاقة النفسية الفاعلة هي قوة داخل الأنسان أو المدرس أذ تواجدت واستغلت بالشكل الأمثل قادته نحو تحدي كل ما يعيقه ويقف أمامه ويحوله إلى أبداع ينبر عالمه، مما يساعد على إشباع الكثير من حاجاته النفسية ويتحقق له التوافق والسواء النفسي. (مكاوي،٢٠١٢: ٣١٠)

تعد الطاقة النفسية من المتغيرات المهمة في الحياة، والتي ترافدها القوة الحيوية اللازمة للإنسان للقيام بنشاطاته اليومية، والذي يخلق لدى الفرد الحماسة التي تمكنه من مواصلة الأداء، وعدم التقاعس في العمل بكل جوانب الحياة، ويمكن أن تتوزع تلك الطاقة بين العديد من الأنشطة أو الهوايات التي يريد الفرد

ممارستها في وقت واحد، بل ربما توجد أعمال تتطلب ساعات، فالفرد بفضل مستوى الطاقة النفسية المرتفعة لديه القوة اللازمة والمناسبة لمواصلة تنفيذ الأعمال بصورة تامة، مندفع، حريص، لا يهدر الوقت أو الطاقة في غير محلها، بل تكون موجهة نحو أهداف محددة بمرونة عالية. (Jackson،1994:٢٢)

فبعض المدرسين يتصف بضعف في طاقته النفسية والصبر والتحمل وذات طبيعة تتسم بالتهيج العصبي ولا تعرف معنى الهدوء والاستقرار مما يجعلها دائمة الشعور بالإرهاق والتعب النفسي والذهني بينما يتميز البعض برباطة الجأش والتماسك والهدوء لكنهم يتألمون بصمت فتعبر أجسادهم عن معاناتهم، ولقد ذكرت الأدبيات السابقة أن القلة من الناس هم الذين يتمتعون بالقدرة على التحكم والضبط الداخلي العالي ويتحملون أقسى الظروف ومواجهتها بكل شجاعة وإصرار بغض النظر عن انتماء هؤلاء الأفراد إلى شريحة أو وسط اجتماعي أو اقتصادي معين فهم لا يشعرون بالإحباط والفشل ويجدون في الصعوبات والمعوقات التي تصادفهم فرصة كبيرة تحفزهم لإثبات شخصياتهم وقدراتهم ووجودهم أمام أنفسهم وأمام الآخرين. (الإمارة،٢٠٠١: ١١)

ويرى الباحث أن الطاقة النفسية للمدرس من أسس العملية التربويّة، فهو الذي يديرها وينظّمها، ويجعلها فعّالة بعطائه الدائم ومعرفته الواسعة وخبرته المتنامية، فهو بمثابة القبطان الذي سيرسو بالسفينة إلى برّ الأمان، فالمعرفة أمان ونجاة، والجهل خوف وطريق نحو الانحدار، إذ تعمل وزارة التربية ووزارة التعليم العالي في كل الدول على تطوير شخصية المدرس ومساعدته على تنمية قدراته وإمكانيّاته، وذلك للسير بالعملية التعليمية إلى اتجاه أفضل، إذ تحقق الأهداف المرجوّة والآمال المنتظرة، وهذا يعني توافر السمات والخصائص الإيجابية في الشخصية القوية والطاقة النفسية للمدرس.

ثالثاً: أهداف البحث:

١- مستوى الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية
٢- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – أناث)
٣- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية تبعاً لتخصص (علمي – وأنساني)

رابعاً: حدود البحث:

- الحدود الموضوعية: دراسة الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية.
- الحدود الزمانية: العام الدراسي (٢٠٢١– ٢٠٢٢).
- الحدود المكانية: محافظة صلاح الدين– قضاء تكريت /قضاء سامراء /المدارس الثانوية.

- الحدود البشرية: مدرسي الثانوية. حسب تخصص الأدبي والعلمي / وحسب الجنس الذكور والإناث.

خامساً : تحديد المصطلحات :

- **ابو عاصي**، ٢٠٢١: هي تكوين فرضي يتضمن الانفعالات وأنماط التفكير ومعتقدات الفرد التي تدفعه نحو أنجاز أهداف محددة تساعده على الاستعادة التوافق النفسي. (ابوعاصي،٢٠٢١: ٥٢)
- **عبد الستار الضمد**، 2019: هي الشدة والحيوية والنشاط الذى يؤدى بها العقل الوظائف الموكلة اليه. (الضمد،٢٠١٩: ٣٦)
- **المتولي**، ٢٠١٦ : هي استعداد الفرد وقدرته على إنجاز عمل أو مهمه ما حيث تعمل على تعديل أداءاته وتنميتها إلى الأفضل. (متولي،٢٠١٦: ٤٣)
- **زيدان**، (٢٠١٤): "القوة الكامنة التي تدفع الإنسان إلى إنجاز عمل أو مهمة ما" (زيدان،٢٠١٤: ٢٦)
- **التعريف النظري للباحث** : هي القوى الفاعلة بداخل الفرد التي تمكنه من القدرة على مواجهة ضغوط الحياة بالتحمل ودافعية تامة لإنجاز أعماله بأراده ونشاط مستمر.
- **تعريف الإجرائي** : هي ما يحصل عليه المستجيب من درجة عن أجابته على مقياس الطاقة النفسية.

الفصل الثاني

الاطار النظري : - الطاقة النفسية energy psychological :

تعود فكرة الطاقة النفسية إلى المفهوم الذي وضعه أرسطو وهو يشير إلى الفاعلية والاحتمالية، وتستخدم كلمة الطاقة بالمعنى الحرفي لها وهو (النشاط) أو (العمل) وهي تشمل كل صورة من صور النفس حيث هي القوة الدافعة للنفس والمشاعر والعقل. (Gerben،2004:752)

وتعتبر الطاقة النفسية هي القوّة المؤثّرة والمحرّكة والفاعلة في الجسم البشريّ، وقد ظهرَ مفهوم الطاقة النفسية منذ آلاف السنين لدى العديد من الحضارات والثقافات القديمة خصوصاً الشرقيّة منها، فالطاقة حسْبَ نظرة الحضارات الشرقيّة هي عبارة عن قوّة تسري داخلَ جسم الإنسان في مسارات محدّدة ومنظّمة تشبهُ إلى حدٍّ كبير مسارات الأعصاب في جسم الإنسان، وإذا سُدّ أيّ مسار من هذه المسارات فإنّ الجسمَ سيُصاب بمرض أو خلل معيّن قد يصلُ إلى الشلل أو الوفاة في بعض الأحيان، وذلك حسْب قوّة المسار الذي حدثت فيه المشكلة، وسريان الطاقة في مساراتها المحدّدة يمنح الإنسان قوّة فاعلة ويكون مجالٌ طاقيّ حولَ الجسم، فيما يُعرف بهالة الجسم .

حيث أصبح العالم اليوم مهتم وبشكل كبير في المجالات التي تقوم على أساس الطاقات البشرية، حيث أن للطاقات النفسية دور مهم في بناء حضارة المجتمعات وخاصتاً طاقات الشباب لذلك لا بد من رعايتهم في ظل التحديات وانفجار المعلومات ودخولنا عصر جودة التعليم، فتقدم المجتمع متوقف على مدى الاستفادة الصحيحة من هذه الطاقات البشرية واستثمار إمكانياتهم وقدراتهم وطاقاتهم النفسية الإيجابية وتوظيفها توظيفا هادفاً من اجل رفع كفاءتهم النفسية والبدنية والعقلية والاجتماعية. والتي تمثل المحرك الفعال بالدرجة الأولى للوصول إلى الرقي والتقدم الذي تطمح إليه جميع الدول، سواء أكانت دول متقدمة أم نامية. وقد سخرت جميع طاقات الكون لخدمة الأنسان وتحويلها في نهاية المطاف إلى طاقة فاعلة بداخله تدفع به نحو الارتقاء بنفسة وبمجتمعه وعالمه، حيث تعتبر الطاقة النفسية من اقوى الطاقات واهمها التي يمتلكها الأنسان، فهي قوة محركة بداخله اذا تواجدت واستغلت بالشكل الأمثل قادته نحو تحدي كل ما يعيقه ويقف أمامه ويحوله إلى أبداع ينير عالمه، ويرتبط مفهوم الطاقة النفسية بنظام التنشيط الفسيولوجي المتحكم في عمل المخ وتبادل المعلومات بين الفرد وبيئته الخارجية، والذي من شأنه أن يدفع الفرد إلى إنجاز المهام المختلفة في حالة ارتفاع مستوى الطاقة النفسية لدية أو يدفع الفرد إلى التكاسل وعدم إنجاز المهام في حالة انخفاض مستوى الطاقة النفسية. (Rothbart 2010:101)

كما أن هناك عوامل عدة تؤثر في تحقيق مستويات أعلى من الطاقة النفسية، منها التدريب المهني والذهني والإعداد النفسي والإدراكي، وعلى الرغم من اختلاف هذه العوامل تبعاً لنوع النشاط الذي يمارسهُ الفرد إلا أنّ أغلب الدراسات تُجمع على إنّ العامل النفسي يُعدّ عاملاً مهماً في ربط تلك الجوانب مع بعضها البعض، فهو شرط أساس لتمكين الفرد من الاستجابة الصحيحة للمواقف المختلفة في مهنته، ومما يُثبت ذلك تعرض كثير من الأفراد إلى مظاهر الانفعالات المعرفية والذهنية والسلوكية أثناء المشاركة في العمل وتكون نتيجة ذلك انهيار الطاقة النفسية وعدم القدرة على الأداء بأقصى طاقة ممكنة، فالفرد عندما يدخل في منافسة الأداء مع أقرانه فإنهُ سيواجه الشعور بالتوتر والقلق وارتفاع مستوى الإثارة ويظهر ذلك بأشكال مختلفة كزيادة معدل ضربات القلب وسرعة التنفس وقلة التركيز وكثرة الأخطاء وهذا سيؤثر سلباً عليه فيشعر بحالة فقدان السيطرة على المواقف, فالأفراد الذين يتسمون بخبرة الطاقة النفسية يكونون أكثر امتلاكاً للخبرات الانفعالية وأكثر استمتاعاً بالعمل، عكس الآخرين الذين لا يتسمون بتلك الخبرات، لذا على القادة وجميع العاملين معرفة ماهية الطاقة النفسية وكيفية شعور الفرد بها وارتباطها بعوامل تدفعهم إلى تحقيق هذه الخبرة (السقا،٢٠٠٤: ٩)

وأنّ الطاقة النفسية هي أفضل تعبئة وتهيئة نفسية لدى الأفراد إذ يستطيعون بموجبها أنّ يحققوا أفضل أداء, وذلك لتأثير الطاقة النفسية على الانفعالات السلبية كالخوف والقلق والملل (عرب وكاظم،٢٠٠٩: ١٥٢)

إنّ وضعية الطاقة في علم النفس الإيجابي هي خبرة ذاتية وظاهرة إيجابية يذوب من خلالها الفرد بالأعمال التي يقوم بها مقارنة بحالته التي تتسم بالمتعة والبهجة للحياة، ثم يكتشف أنّ الحياة لها معنى وهدف وهذا يدفعهُ إلى الإبداع (أبو حلاوة،٢٠١٣: ١٣)

ويُعنى علم النفس الإيجابي بدراسة فضائل وقوة الإنسان ومكامن القوة التي تُمكن الأفراد والمجتمعات من الازدهار والتطور، إذ يكون تدفق الطاقة النفسية هو أحسن حالات الذكاء الوجداني في تعزيز درجة الانفعالات للأداء والتعلم، وأنّ دخول الفرد إلى حالة التدفق تبدأ بانفعالاته بالتعزيز للأداء وقد تكون هذه الانفعالات والعواطف تنساب إلى اتجاه معين وقد تكون انفعالاته الإيجابية مليئة بالطاقة والحيوية (الصبوة،٢٠١٠: ٦٦)

نظريات التي فسرت الطاقة النفسية :

نظرية سيلجمان علم النفس الإيجابي (Martin Seligman,2003) :

يهتم علم النفس الإيجابي بدارسة الطاقة النفسية الإيجابية في الإنسان حيث يرى سيلجمان أنّ التفكير الإيجابي يعتمد على الثقة وأنّ كل شيء يحدث في الحياة يرجع إلى أفكارنا ومعتقداتنا وإيمان الفرد بنفسه وبالعالم, وتهتم نظرية علم النفس الإيجابي ببناء التمكين الشخصي أو الذاتي وبناء الطاقة النفسية والقوة في الحياة من خلال البحث في وسائل وبناء الاقتدار عند الكبار والشباب وذلك على مختلف المستويات الذهنية والمعرفية والسلوكية والمهنية والاجتماعية (Seligman ,2003,161).

وأكد سيلجمان أستاذ علم النفس بجامعة بنسلفانيا إلى ضرورة الاهتمام بتفجير الطاقة النفسية الكامنة في الأفراد بدلاً من التركيز على الأمراض والاضطرابات وقد تعاظم دور الاتجاه الإيجابي والنظرة الإيجابية، ووضع سيلجمان وآخرون قائمة تظمُ أربعة وعشرين عنصراً تُمثل استراتيجيات الفكر الإيجابي للفرد منها (الحكمة، والمعرفة، والشجاعة، والنزعة الإنسانية، والاعتدال)، وأن توظيف الإنسان لهذه الصفات تجعله يحقق السعادة الحقيقية (Seligman,2002,p8) وأتضح لسيلجمان أنّ تبني هذه الصفات يساعد على تخطي الفشل وتحمل التحديات المختلفة (Seligman,2004,606) .

أنّ الأفكار التي يدور حولها علم النفس الإيجابي هي (الخبرة الذاتية، السمات الإيجابية، الاهتمام بالفضائل والمؤسسات المدنية القدرة على الحب؛ الأبداع, الإيثار، الشجاعة، الحكمة، التقبل الاجتماعي) ويعد الإرضاء من المشاعر الإيجابية للتوجه نحو الحاضر وعكس الملذات فهو يمثل المشاعر التي ترافق الأنشطة غير المرغوبة لدى الجميع في أدائها مثل تسلق الجبال وغيرها ولكنها حاجات حيوية عابرة (وريان، ٢٠٠٦: ٧٦).

وأشار سيلجمان إلى خبرة الفرد الإيجابية وما يمتلكهُ من معتقدات وأفكار وطاقات وقدرات متنوعة ورضا عن الحياة وتقييم تلك القدرات التي يعيشها طبقاً لأفكاره ومعتقداته وقدرته الذهنية على مواجهة العمل الذي يقوم به ليكون مناسباً لهُ (Seligman,2003,162).

ويرى سيلجمان أنّ الأنسان عندما يمر بموقف مزعج فهو في معظم الأحيان يميل إلى تبني تصور معين لسبب حدوث هذا الموقف المزعج، فكلما كانت الأسباب مزعجة للموقف المُدرك زادت قدرة الفرد على الضبط والمرونة والتحكم ومواجهة الموقف بطريقة فعالة وبطاقة كامنة.(Seligman,1990,29).

الدراسات السابقة :- الطاقة النفسية :

دراسة حلا : ٢٠١٩ :

١. عنوان الدراسة : الطاقة النفسية وعلاقتها بالانغماس الوظيفي لدى موظفي جامعة الأنبار
٢. الأهداف : تهدف الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين الطاقة النفسية والانغماس الوظيفي لدى موظفي جامعة الأنبار
٣. أدوات الدراسة : قامت الباحثة ببناء مقياس الطاقة النفسية على ضوء نظرية سيلجمان وأعداد مقياس الانغماس الوظيفي
٤. العينة : وقد بلغت عينة البحث (٣٢٠) موظف وموظفة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية
٥. الوسائل الإحصائية : الاختبار التائي لعينة واحدة، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معامل ارتباط بيرسون
٦. النتائج: تتمتع عينة البحث بمستوى عالي من الطاقة النفسية وان أفراد العينة يتمتعون بانغماس وظيفي

الفصل الثالث

أولاً:- منهج البحث :

اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي، وذلك لملائمة طبيعة وأهداف البحث، ذلك لأنَّ هذا المنهج هو استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التربوية أو النفسية كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقات بين عناصرها أو بينها وبين ظواهر التربوية أو نفسية أو اجتماعية أخرى مع تفسير ومقارنة للتوصل إلى تعميمات ذات معنى والكشف عن تأثير احد المتغيرين على الأخر بحيث يكون أحداهما سبباً والأخر نتيجة. (الزوبعي والغنام،١٩٨١: ٥١).

ثانياً: مجتمع البحث (Population of search) :-

ويقصد بمجتمع البحث بالمجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث إلى أعمام النتائج ذات العلاقة بالظاهرة أو المشكلة. (ملكاوي،١٩٩٢:١٥٨)

تحدد مجتمع البحث الحالي بمدرسي المرحلة الثانوية والبالغ عددهم (١٣٣٨) مدرساً ومدرسة، موزعين على ٨٢)) مدرسة ثانوية في قضائي سامراء وتكريت، بواقع (٢٩٤) مدرساً من التخصص الأدبي و(١٨٣) من التخصص العلمي و(٤٨٤) مدرسة من التخصص الأدبي و(٣٧٧)

ثالثاً:- عينة البحث (Sample of search) :

وبعد تحديد مجتمع البحث، تم اختيار العينة بطريقة طبقية عشوائية، حيث بلغ مجموع عينة البحث النهائية (٣٠٠) مدرس ومدرسة بواقع (٦٦) مدرس و(١٠٨) مدرسة من التخصص الأدبي و(٤٢) مدرس و(٨٤) مدرسة من التخصص العلمي حيث مثلت نسبة العينة (٢٢٪) من حجم المجتمع

أداة البحث: : مقياس الطاقة النفسية

وبعد اطلاع الباحث قام ببناء مقياس الطاقة النفسية من خلال الإجراءات الآتية:

١. مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة:

وبعد اطلاع الباحث على الأدبيات والدراسات السابقة، وعلى عدد من المقاييس المتعلقة بذات المتغير، بهدف الحصول على فقرات ملائمة لأداته وبعد الاطلاع على مقاييس الطاقة النفسية لم يجد الباحث منها ما يلائم بحثه وذلك لاختلاف طبيعة وحجم عينة البحث، وعليه قام ببناء مقياس للطاقة النفسية ليتلاءم مع طبيعة بحثه، وفيما يلي عرضا مفصلا للإجراءات التي تم اعتمادها :

٢.بناء فقرات المقياس :

بعد أن تم تحديد مجالات مقياس الطاقة النفسية، قام الباحث ببناء وصياغة فقرات مقياس الطاقة النفسية وتحديدها بدقة من المواقف النفسية والاجتماعية الموجودة بالواقع التعليمي الذي يعيش فيه المدرس وأن تكون المفردات مفهومه وواضحة المعنى وتجنب الفقرات الطويلة والتي تحمل معاني متعددة، وأن تكون صياغة الفقرات تدور في فلك مدرسي المرحلة الثانوية وتُمثل كل واحدة منها من حيث طبيعة اتجاهها، فقره إيجابية أو سلبية، وبعد أن تم تحديد مجالات مقياس الطاقة النفسية، قام الباحث بصياغة فقراته وتحديدها بدقة، وكان مجموع فقرات المقياس (٣٠) فقرة موزعة على مجالين وعلى النحو الآتي، مجال الطاقة النفسية الإيجابية (٢٠) فقرة، ومجال الطاقة النفسية السلبية (١٠) فقرة، ولكل فقرة خمسة بدائل (تنطبق دائماً, تنطبق غالباً. تنطبق احياناً , تنطبق نادراً ,لا تنطبق اطلاقاً)،

إعداد تعليمات المقياس:

لأجل استكمال الصيغة الأولية للمقياس أعد الباحث التعليمات التوضيحية وراعى فيها أن تكون واضحة وتتسم بسهولة وسرعة فهم المستجيب لها، والإشارة أن ما حصل عليه الباحث من إجابات هي لأغراض البحث العلمي فقط، إذ تُعد تعليمات الإجابة التي تضمنتها أداة البحث بمثابة دليل يسترشد به المستجيب.

آراء الخبراء والمحكمون حول صلاحية فقرات مقياس الطاقة النفسية بصورته الأولية

المجال	تسلسل الفقرات	الموافقون		المعارضون		قيمة مربع كأي المحسوبة	قيمة مربع كأي الجدولية	مستوى الدلالة ٠,٠٥
		التكرار	النسبة	التكرار	النسبة			
الطاقة النفسية الإيجابية	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٢، ١٣، ١٤، ١٥، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠	٢٠	١٠٠٪	٠	٠٪	٢٠	٣,٨٤	دالة
الطاقة النفسية السلبية	١، ٢، ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠	١٨	٩٠٪	٢	١٠٪	١٢,٨	٣,٨٤	دالة

الصدق الظاهري لمقياس الطاقة النفسية :

لغرض التعرف على مدى صـــلاحية فقرات ومجالات مقياس الطاقة النفســـية وتعليماته والبدائل الخاصـة به إذ يعد التحليل المنطقي للفقرات ضـرورياً في بداية إعداد الفقرات لأنه يؤشـر مدى تمثيل الفقرة ظاهرياً للسمة التي أعدت لقياسها، فالفقرة الجيدة في صياغتها والتي ترتبط بسمة موضوع الدراسة تسهم في رفع قوتها التميزية ومعامل صدقها.(الكبيسي،٢٠٠١:١٧١).

تصحيح مقياس الطاقة النفسية :

ولقد تمت صياغة فقرات المقياس بالصيغة الإيجابية، واستخدم الباحث خمس بدائل لتقدير الاستجابة على فقرات المقياس وهي (تنطق دائماً، تنطبق غالباً، تنطبق أحياناً، تنطبق نادراً، لا تنطبق اطلاقاً) على (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للفقرات الإيجابية على التوالي ويعتمد التقييم على إعطاء الدرجة (٥) للاختيار دائماً، والدرجة (٤) للاختيار غالباً، والدرجة (٣) للاختيار أحياناً، والدرجة (٢) للاختيار نادراً، والدرجة (١) للاختيار إطلاقاً، وبذلك حسبت الدرجة الكلية على أساس مجموع أوزان الإجابة على الفقرات حيث يختار المفحوص أحدى هذه البدائل، وهذه الصياغة تروق لكثير من المفحوصين نظراً لتدرجها ومرونتها (بركات،١٩٧٦:١٤٥)

ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تُجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب على جميع الفقرات، لذا فان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٥٠) درجة وأدنى درجة هي (٣٠) درجة، وبوسط فرضي (٩٠) درجة.

التجربة الاستطلاعية :

للتحقق من مدى وضوح تعليمات المقياس وفقراته وبدائله بالنسبة للمستجيب وحساب الوقت المستغرق في الاستجابة عن فقرات هذا المقياس، تم تطبيق المقياس على (٣٠) مدرساً ومدرسة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية متساوية وبواقع (١٥) مدرساً، و(١٥) مدرسة، لتكون عينة استطلاعية، وتم تطبيق المقياس عليهم، وطلب منهم تحديد كل ما يجدونه غامضاً وغير مفهوم سواء كانت تعليمات المقياس أو فقراته فكانت نتيجة التجربة وضوح التعليمات والفقرات وطريقة الإجابة، وتم حساب الوقت من خلال تسجيل وقت انتهاء كل مدرس أو مدرسة على ورقة الإجابة، وتراوح وقت الإجابة بين (٢٠ – ٣٠) دقيقة وبمتوسط حسابي (٢٥) دقيقة. وقد تبين أنَ فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة.

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الطاقة النفسية :

وقد تحقق الباحث من هذه الخصائص في فقرات مقياس الطاقة النفسية وقام بتحليلها إحصائياً وفق إجراء حساب القوة التمييزية للفقرات، وفيما يلي توضيح لهذا الإجراء

القوة التمييزية للفقرات Items Discrimination :

ولأجل التحقق من ذلك فقد أستخدم الباحث القوة التمييزية للفقرات المُكونة لمقياس الطاقة النفسية أسلوبين هما:-

1. أسلوب المجموعتين المتطرفتين Contrasted Groups :

ولغرض التحقق من القوة التمييزية للفقرات قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (٤٠٠) مدرساً ومدرسة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مدرسي المرحلة الثانوية وبعد تصحيح استجاباتهم تم ترتيب الاستمارات تنازلياً وفي ضوء الترتيب اختار الباحث (٢٧٪) من الدرجات العليا والتي تمثل (١٠٨) مدرساً ومدرسة كمجموعة عليا، و(٢٧٪) من الدرجات الدنيا والتي تمثل (١٠٨) مدرساً ومدرسة كمجموعة دنيا، إذ تشير الأدبيات إلى أن اعتماد هذه النسبة في اختيار المجموعات المتطرفة لأغراض التحليل من شأنها أن تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز (فراج:١٩٨٠:١٤٩).

وقد ضمت كلاً من المجموعتين (٢١٦) استمارة وبذلك حصلت الباحث على مجموعتين الأولى تمثل المجموعة العليا والثانية تمثل المجموعة الدنيا، إذ تم معالجة البيانات وذلك بحساب الاختبار التائي

(T Test) للمجموعة العليا والمجموعة الدنيا لعينتين مستقلتين، أظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة ما عدا الفقرة (٣) إذ تبين أن قيمتها التائية المحسوبة أكبر من قيمتها التائية الجدولية البالغة (١،٩٦) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٦٠)، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (٢٩) فقرة.

ثانياً: أسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (الاتساق الداخلي للفقرات) Internal Consistency:

اعتمد الباحث في التحليل الإحصائي للفقرات على إيجاد معامل الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، فبعد أن تم تصحيح استجابات أفراد العينة البالغة (٤٠٠) مدرساً ومدرسة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، الذين طبق عليهم مقياس الطاقة النفسية لأغراض حساب تمييز الفقرات، وتم إيجاد معامل الارتباط بين درجات أفراد العينة ودرجاتهم الكلية على المقياس، واستخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة، فتبين أن جميع معاملات ارتباط درجات فقرات المقياس مع المقياس دالة إحصائيا ما عدى الفقرة (٣)

الخصائص السايكومترية لمقياس الطاقة النفسية :

أولاً: الصـــدق (Validity):

١-الصدق الظاهري (Face Validity):

وقد تحقق الباحث من صدق بناء مقياس الطاقة النفسية

٢- الصدق المنطقي:

وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال تعريف الطاقة النفسية، وتحديد مجالاته وفقراته بشكل منطقي وتغطية المجالين للمقياس، حيث تم تحديدها في إجراءات بناء مقياس الطاقة النفسية.

٣- صدق البناء (Construct Validity):

وقد تحقق الباحث من ذلك في التحليل الإحصائي لفقرات المقياس وكانت جميعها دالة احصائياً.

ثانياً: الثبات (Reliability):

وقد تم حساب الثبات بطريقتين:

١- طريقة إعادة الاختبار (الاتساق الداخلي):Test-re-Test

لغرض التحقق من ثبات مقياس الطاقة النفسية بطريقة أعادة الاختبار طبق الباحث المقياس على عينة تكونت من (٤٠) مدرس ومدرسة، ثم أعيد التطبيق بعد أسبوعين من إجراء التطبيق الأول على العينة نفسها وتم حساب معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجات التطبيق الأول ودرجات التطبيق الثاني

ووجد الباحث أن معامل ارتباط بيرسون يبلغ (٠،٧٨) وتعد هذه النتيجة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات مدرسي المرحلة الثانوية على مقياس الطاقة النفسية مما يؤكد على أن المقياس يتمتع بثبات عالٍ، إذ يعد معامل الثبات مقبولاً في الدراسات الوصفية كلما كان أكبر أو يساوي (٧٠٪).

١-طريقة معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach-Alpha):

تم حساب ثبات فقرات المقياس معتمداً على درجات الاختبار لأفراد العينة السابقة لتطبيق إعادة الاختبار، قام الباحث باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لاستخراج ثبات مقياس الطاقة النفسية، وتشير هذه الطريقة إلى مدى التجانس والاتساق الداخلي لفقرات المقياس، وكانت قيمة معامل الثبات لهذه الطريقة (٠،٨٠) ويدل ذلك على معامل ثبات جيد يشير إلى تجانس المقياس.

المقياس بصيغته النهائية

وبعد كل الإجراءات السابقة المتضمنة وصف المقياس وصدقه وثباته اطمئن الباحث بأن المقياس اصبح جاهزا للتطبيق وقد تكونت فقراته من (٢٩) فقرة مع التعليمات في كيفية الإجابة أمام كل واحدة منها تدرج خماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، إطلاقاً) يطلب من أفراد العينة اختيار أحداها عند الإجابة، وأعطيت الدرجات لكل بديل من البدائل الخمس، وبلغت اعلى درجة للمقياس (١٤٥) واقل درجة (٢٩)، وسطه الفرضي (٨٧) درجة

التطبيق النهائي للمقياس :

بعد استكمال متطلبات إجراءات بناء مقياس الطاقة النفسية للدراسة الحالية، لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التطبيق النهائي، والبالغ حجمها (٣٠٠) مدرساً ومدرسة. للفترة من (١/١٦ لغاية ١٩ / ١ /٢٠٢٢) على العينة النهائية

الوسائل الإحصائية :

لمعالجة البيانات إحصائياً بما يتلاءم ويحقق أهداف البحث استعمل الباحث الوسائل الإحصائية الآتية تم استعمال مجموعة من الوسائل الإحصائية سواء في إجراءات البحث أم في تحليل نتائجه، علماً انهً قد تمت الاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) في معالجة البيانات إحصائياً بالحاسبة الإلكترونية، وكالآتي:-

١- معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficien) لحساب معامل ثبات الاختبار بطريقة إعادة الاختبار لمقياس الطاقة النفسية،. واستخدم لإيجاد صدق البناء، والثبات بطريقة إعادة الاختبار لمقياس الطاقة النفسية.

٢- معامل الفاكرونباخ (Cronbach) لإيجاد ثبات التجانس أو الاتساق الداخلي لمقياس الطاقة النفسية.

٣- الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين استعمل في حساب القوة التمييزية للفقرات وقد استخدم لاستخراج نتائج الهدف الثاني والثالث بأسلوب العينتين المتطرفتين لدلالة الفروق بين الجنس والتخصص لمقياس الطاقة النفسية.

٤- الاختبار التائي (T-Test) لعينة واحدة من أجل استخراج نتائج الهدف الأول الطاقة النفسية.

الفصل الرابع :

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول :

التعرف على درجة الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية :

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً فتبين أن المتوسط الحسابي لعينة مدرسي الثانوية بلغ (١٣٠.١٢) درجة، وانحراف المعياري (١٠.٦١٣) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي لمقياس الطاقة النفسية (٨٧) درجة، وجد أن هناك فرقاً واضحاً بين المتوسطين. ولغرض الوقوف على دلالة هذا الفرق أستخدم الباحث الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة، وقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة (٢١.٣٦٨) وهي أعلى من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند درجة دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٩)، أي أن الصفة موجودة وأن الفرق بين المتوسطين هو ذو دلالة إحصائية، وتشير النتيجة إلى أن مدرسي الثانوية لديهم درجة متوسطة من الطاقة النفسية، والجدول ادناه يوضح ذلك.

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لعينة مدرسي الثانوية على مقياس الطاقة النفسية

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		درجة الدلالة ٠,٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
الطاقة النفسية	١٣٠.١٢	١٠.٦١٣	٨٧	٢٩٩	٢١.٣٦٨	١.٩٦	دالة إحصائياً

ويعزو الباحث هذه النتيجة كذلك إلى طبيعة الكم الهائل من الأسباب منها المواد الدراسية والدروس والمناهج المشبعة والمتكررة وأن المدرس ملزم بخطة زمنية لإتمام المنهج رغم قلة الوقت والحصص وحصر ثلاث مدارس في بناية واحدة وازدحام الفصول وقلة الوقت مع كثرة المهام الموكلة إلى المدرس، وسوء سلوك بعض التلاميذ وممارسة السلطة والنفوذ من بعض المديرين، وعدم الاهتمام والتقدير والتحفيز من طرف المفتشين والمشرفين، وقلة الدخل، وسوء العلاقة مع الزملاء، وتسبب ضغوط الوقت وعدم كفايته للقيام بأعباء المهنة ومتطلباتها الشعور بالضيق والتوتر.وهذا ما يجعل التدريس في اتجاه روتيني واحد

يبعث على الملل وعلى العزوف عن الدراسة، وتحد من طرائق التفكير والتدريس وتكبت المواهب لدى الطلاب، إن استهلاك طاقة المدرس فوق القدرة من أجل إنجاح العملية التعليمية، يجعل المدرسين أو المدرسات في عزوف ونفور من مهنة التعليم والتي تعتبر من أسمى المهن وهي مهنة المدرس الأول نبينا محمد «صلى الله عليه وسلم»، وبها تبنى الدول وترقى الأمم،

الهدف الثاني :

التعرف على درجة الفروق الفردية في الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية وفق متغير الجنس (ذكور– إناث):

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات أفراد العينة، فبلغ المتوسط الحسابي للذكور على مقياس الطاقة النفسية (١٣٠.٥١) درجة، وانحراف معياري (١٠.٧٤٢) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي للإناث (١٢٩.٧٧) درجة، وانحراف معياري (١٠.٥١٤)، وبعد أن استخدمت الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (٠.٦٠١) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وهي غير دالة إحصائياً عند درجة دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، وهذا يعني عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس الطاقة النفسية والجدول ادناه يوضح ذلك.

الفرق بين درجات الذكور والإناث على مقياس الطاقة النفسية

المتغير	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		درجة الدلالة ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
الطاقة النفسية	الذكور	١٠٨	١٣٠.٥١	١٠.٧٤٢	٢٩٨	٠.٦٠١	١,٩٦	غير دالة إحصائياً
	الإناث	١٩٢	١٢٩.٧٧	١٠.٥١٤				

ويعلل الباحث هذه النتيجة إلى أن مدرسي المرحلة الثانوية من الذكور والإناث يتعرضون لنفس الضغوط النفسية ونفس الظروف المحيطة بهم وعلى كافة المستويات الشخصية والمهنية وكما ذكر أعلاه. في الهدف الأول

الهدف الثالث :

التعرف على درجة الفروق الفردية في الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية حسب متغير الاختصاص (علمي– أدبي):

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات افراد العينة، فبلغ المتوسط الحسابي لمدرسي الاختصاص الأدبي على مقياس الطاقة النفسية (١٢٩.١١) درجة، وانحراف معياري (٩.٣٩٥)

درجة، بينما كان المتوسط الحسابي لمدرسي الاختصاص العلمي (١٣١.٧٣) درجة، وانحراف معياري (١٢.١٧٠) درجة، وبعد أن استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (٢.٠٩٧) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وهي دالة إحصائياً عند درجة دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨)، وهذا يدل على وجود فروق بين مدرسي الاختصاص الأدبي ومدرسي الاختصاص العلمي في مقياس الطاقة النفسية ولصالح التخصص العلمي، والجدول ادناه يوضح ذلك.

الفرق بين درجات مدرسي الاختصاص العلمي ومدرسي الاختصاص الإنساني على مقياس الطاقة النفسية

الاختصاص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		درجة الدلالة ٠,٠٥
					المحسوبة	الجدولية	
أدبي	١٧٤	١٢٩.١١	٩.٣٩٥	٢٩٨	٢.٠٩٧	١,٩٦	دالة إحصائياً
علمي	١٢٦	١٣١.٧٣	١٢.١٧٠				

ويظهر من النتائج المبينة انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين التخصص العلمي والأدبي على مقياس الطاقة النفسية ولصالح التخصص العلمي, وهنا يعتبر أصحاب التخصص الأدبي ممن يتعرضون للقلق والضغوطات اتجاه طاقاتهم النفسية بسبب سماتهم الشخصية الوجدانية والعاطفية والانفعالية على الأغلب اكثر من التخصص العلمي بسبب المجهود الذي يقدموه اكبر وهذا يجعلهم يشعرون بأن المسؤولية اكبر من أصحاب التخصص الأخر بسبب حصر وزارة التربية الإدارات التنفيذية بهم وبسبب كثرة علاقاتهم الاجتماعية وبالتالي لا يجدون الدعم وهذا ما يجعلهم يقلقون اكثر من أصحاب التخصص العلمي، ونضيف إلى ذلك أن محتوى التخصصات الإنسانية يرتبط بالظواهر الإنسانية الاجتماعية الفلسفية المعرفية مما يحث الطلبة على التوجه نحو إقامة علاقات اجتماعية على عكس التخصصات العلمية .

الاستنتاجات :

١- تتصف عينة مدرسي الثانوية بمستوى متوسط من الطاقة النفسية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.

التوصيات :

وفي ضوء نتائج البحث الحالي يوصي الباحث بما يأتي :

١- حاجة المجتمع اليوم لمساهمة وزارة التربية في وضع فصل أو منهاج مبسط ومختصر لطلاب الإعدادية يتناول مفهوم تنمية الطاقة النفسية وكيفية تطويرها، من اجل ترسيخ هذا المفهوم في عقول الطلاب والمدرسين وذلك بسبب الضعف الحاصل في طاقات المجتمع بشكل عام ولتصحيح المفاهيم الدخيلة علينا من الخارج

٢- ضرورة تطبيق مقياس الطاقة النفسية على كافة المؤسسات والدوائر واخص منها الأمنية والتربوية لضمان اختيار شخصيات تتسم بالطاقة والإرادة من ضباط أمنيين ومديري مدارس بعد أجراء اختبارات موضوعية من أجل نجاح تلك المؤسسات مهنياً واكاديمياً، ثم دعم وتقويم وتقييم هذا الشخصيات على الدوام عن طريق الدورات والاختبارات المستمرة

٣- الزام وزارة التربة ببناء العديد من المدارس الابتدائية والثانوية من اجل تخفيف حجم الضغط الكبير على المدارس المزدوجة، وتهيئة البيئة الصفية المناسبة، ومراعاة تخفيض عدد الطلبة في الفصول الدراسية.

٤- إبراز جهود مدرسي الثانوية إعلاميًا من اجل تحفيز طاقاتهم وتحفيز الطلبة كذلك.

المقترحات :

استكمالاً لما توصل اليه البحث الحالي يقترح الباحث إجراء الدراسات الأتية:

١- إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على شرائح اجتماعية أخرى (معلمي الابتدائية، وأساتذة الجامعة، وموظفين الوزارات والدوائر , وضباط الأمنيين)

٢- إجراء دراسة ارتباطية بين الطاقة النفسية ومتغيرات أخرى (التوجه نحو المستقبل، الأداء الإداري، الصمود النفسي، مستوى الطموح، التوجه المدرسي، مستوى الالتزام الديني، الهناء النفسي، إشباع الحاجات النفسية)

٣- أجراء برامج إرشادية تهدف إلى تنمية الطاقة النفسية لدى المراهقين، لما له من أهمية بالغة في تنمية المجتمعات وتنمية قدرات هؤلاء الطلبة.

المصادر العربية:

- الصبوة، محمد نجيب أحمد (٢٠١٠)، دور علم النفس الايجابي في تفعيل إجراءات الوقاية والعلاج النفسي، **مجلة دراسات عربية في علم النفس**، المجلد (٩)، العدد (١).
- ابو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد.(٢٠٠٦). علم النفس الايجابي, الوقاية الايجابية والعلاج النفسي
- ابوعاصي، ضياء فيصل ، ٢٠٢١ ، فعالية برنامج تدريبي في تحسين مستويي الطاقة النفسية والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة في ضل جائحة كورونا ، جامعة العريش ، كلية التربية ، مجلة كلية التربية
- الأمارة، اسعد شريف الضغوط النفسية، مجلة النبأ العدد ٥٤، ٢٠٠١.
- بركات، محمد خليفة. (١٩٨٣). علم النفس التعليمي، القياس النفسي والتقويم التربوي، ج٢، الكويت: دار القلم.
- الجسماني، عبد علي: توجيه المناهج لتعزيز شخصية الطالب في مسألة الثقة بالنفس واتخاذ القرارات، وزارة التربية، مديرية التوثيق والدراسات، ١٩٨٦
- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم وأخرون(١٩٨١)،الاختبارات والمقاييس ،وزارة التعليم العالي والبحث العلمي جامعة الموصل العراق.
- زيدان، حمدي (٢٠١٤): الطاقة النفسية وقوة الذات، دار الكتاب الجامعي، ألعين، الإمارات العربية المتحدة، ط١
- السقا، صلاح محمد ٢٠٠٤؛ التهيئة النفسية والتوجه نحو الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر الرياضيين السعوديين: (المملكة العربية السعودية)
- الضمد، عبد الستار: ٢٠١٩ ، تأثير تنمية الطاقة النفسية كمركز للأعداد النفسي ، جامعة البصرة / كلية التربية البدنية
- عرب، محمد (١٩٩٨) **علم الاجتماعي السياسي** : بيروت-المؤسسة الجامعية وبرو، فيليب. ت: د. للدراسات والنشر والتوزيع.
- الفرج، فرج احمد ١٩٩٨: التحليل النفسي، مكتب النهضة العربية، القاهرة
- كامل، عويضة محمد : ١٩٩٢ ، كتاب علم النفس الشخصية ، الطبعة الأولى ، دار الكتب العلمية

- الكبيسي، وهيب مجيد ١٩٨٧: طرائق البحث في العلوم السلوكية، (دراسات وتطبيقات ميدانية في الشخصية) الجزء الثاني، كلية الإدارة الجامعية، بغداد
- متولي، مصطفى: الإشراف الفني في التعليم، دراسة مقارنة، دار المطبوعات الجديدة، الإسكندرية، ١٩٨٣.
- المشرفي، انشراح ابراهيم (٢٠٠٥)، تعليم التفكير الإبداعي، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية للنشر.
- مكاوي، صلاح (٢٠١٢): الطاقة النفسية الفعالة وعلاقتها بمعنى الحياة لدى الشباب الجامعي المشاركين في ثورة (٢٥) يناير. مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق. ع ٧٦، دراسات تربوية ونفسية .
- وريان، ديسي : ٢٠٠٠ ، نظرية الدافع البشري او نظرية تقرير المصير ، جامعة روتشستر ، نيويورك

المصادر الاجنبية:

- Gerben J. (2004) . Search Of meaning : A reminiscenceprogram For older person . *Educational Gerontology* , 30.
- Jackson & Messick (1958). Content and Style in Personality Assessment. Psychological Bulletin, V.55, P.243-252.
- Kobasa, Suzann,: "Hardy Personality, Toward a Social Psychology of Stress and Health", In. J. Suls and Sanders (Eds). The Social Psychology of Health and Illness, Hill. Sdale. (1982).
- Rothbart، Posner, M. & M. (2010). The concept of energy in psychological theory ،Cognitive sience program technical. American Psychologists, 75 (4), 100-121.
- Rothman, J :(1997) Resolving identity – based conflict in nations, organizations, and communities . San Francisco : Jossey – bass .
- Seligman.(2002):Positive Psychology, Positive Prevention, and Positive Therapy.