



جمهورية العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة الأنبار
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الإجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة
لدى رؤساء الأقسام العلمية "دراسة مقارنة"

رسالة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الانبار، وهي جزء من
متطلبات نيل شهادة الماجستير في العلوم التربوية والنفسية - علم النفس
التربوي

من طالب الماجستير

عبد الرحمن مجيد سليمان طعمة الكبيسي

بإشراف الأستاذ المساعد الدكتور

فؤاد محمد فريح الجابري

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا
 مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ
 رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ
 قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا
 وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ
 الْكَافِرِينَ)

﴿سورة البقرة ٢٨٦﴾

صدق الله العظيم

إقرار المشرف

ت

أشهد إن إعداد الرسالة الموسومة (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان طعمة الكبيسي) قد جرى تحت إشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الانبار، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير علم النفس التربوي.

التوقيع

الأستاذ المساعد الدكتور

فؤاد محمد فريح الجابري

قسم العلوم التربوية والنفسية / كلية التربية/ جامعة الانبار

التاريخ: / / 2022/

توصية رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

بناءً على التوصيات المتوافرة، أرشح الرسالة للمناقشة.

التوقيع:

الاسم: أ. م. د. فؤاد محمد فريح الجابري

التاريخ: / / 2022/

اقرار المقوم اللغوي

ث

أشهد إنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان طعمة الكبيسي) الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الانبار، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير علم النفس التربوي ووجدتها صالحة من الناحية اللغوية.

التوقيع:

الاسم:

التاريخ: 2022/ /

اقرار المقوم العلمي (1) والسلامة العلمية

أشهد إنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان الكبيسي) الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الانبار، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير علم النفس التربوي ووجدتها صالحة من الناحية العلمية.

ج

وأتعهد بمراعاة الدقة في التقويم، وعدم الاكتفاء ببحث الإطار العام للرسالة ومنهج البحث العلمي، والعمل على ضمان السلامة الفكرية، وعدم هدم النسيج الوطني واللحمة الوطنية، والطلب من مقدم الرسالة حذف الفقرات والعبارات المسيئة لها، وبخلاف ذلك أتحمل التبعات القانونية كافة، ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم: أ.د. إخلص علي حسين

مكان العمل / الجامعة ديالى. مركز ابحاث الطفولة والامومة

التاريخ: 2022/ 9 /2

اقرار المقوم العلمي (2) والسلامة العلمية

أشهد إنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان الكبيسي) الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الانبار، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير علم النفس التربوي ووجدتها صالحة من الناحية العلمية.

وأتعهد بمراعاة الدقة في التقويم، وعدم الاكتفاء ببحث الإطار العام للرسالة ومنهج البحث العلمي، والعمل على ضمان السلامة الفكرية، وعدم

ح

هدم النسيج الوطني واللحمة الوطنية، والطلب من مقدم الرسالة حذف الفقرات والعبارات المسيئة لها، وبخلاف ذلك أتحمّل التبعات القانونية كافة، ولأجله وقعت.

التوقيع:

الاسم: أ.د. ابتسام سعدون محمد

مكان العمل / الجامعة المستنصرية. كلية التربية للعلوم الانسانية

التاريخ: 2022/ 9 /2

اقرار المقوم الإحصائي

أشهد إنني قد قرأت هذه الرسالة الموسومة (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان الكبيسي) الى مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة الانبار، وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير علم النفس التربوي ووجدتها صالحة من الناحية الإحصائية.

التوقيع:

الاسم:

التاريخ: / / 2022

قرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة اننا قد أطلعنا على الرسالة الموسومة
بـ (الاجهاد الذهني وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الأقسام العلمية " دراسة
مقارنة ") المقدمة من طالب الماجستير (عبد الرحمن مجيد سليمان طعمة الكبيسي) وقد
ناقشنا الطالب في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونعتقد انها جديرة بالقبول لنيل درجة
الماجستير في (علم النفس التربوي) بتقدير ()

عضوا	رئيسا
التوقيع:	التوقيع:
الاسم:	الاسم:
التاريخ:	التاريخ:
2022 / /	2022 / /

عضوا ومشرفا	عضوا
التوقيع:	التوقيع:
الاسم:	الاسم:
التاريخ:	التاريخ:
2022 / /	2022 / /

مصادقة مجلس الكلية

صادق مجلس كلية التربية في جامعة الأنبار على قرار لجنة المناقشة

التوقيع:

الاسم: أ. د. طه ابراهيم شبيب

عميد كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الأنبار

2022 / /

الإهداء

- الى من بلغ الرسالة وادى الامانة ونصح الامة الى نبي الرحمة ونور العالمين سيدنا محمد (صلى الله عليه وسلم)..
- الى ابي العظوف قدوتي ومثلي الاعلى في الحياة الى سندي وعوني عند الشدائد الى الرجل الانقى والاعلى في حياتي من سعى وشقى لأنعم بالراحة والهناء الى الذي وهبني كل ما يملك ولم يبخل بشيء من اجل وصولي الى النجاح (ابي الغالي) حفظك الله واطال في عمرك.
- الى ملاكي في الحياة الى معنى الحب والحنان والتفاني الى بسملة الحياة وسر الوجود الى من كان دعائها سر نجاحي الى التي تحملت كل شيء من اجلي وكانت نورا يضيء الكون من حولي الى تلك المرأة العظيمة (امي الغالية) ادامها الله خيمة فوق رؤوسنا وان ينعم عليها بدوام الصحة والعافية .
- الى اجمل كنز ملكته في هذه الدنيا الى سندي وقوتي الى من علمني ان الحياة دون ترابط وحب وتعاون لا تساوي شيئاً اخي وصديقي (مصطفى)
- الى اسمى رموز الاخلاص والوفاء الى صاحبة القلب الطيب والنوايا الصادقة الى رفيقة دربي الى من ملأت حياتي بالتحدي وتخطي الصعاب (زوجتي)
- الى مصدر سعادتني وسر نجاحي الى من سكناهن في قلبي من شاركني الحياة بجلوها ومرها الى من صبر وتحمل من اجلي (خواتي)
- الى من اكرمني الله به الى نور عيني وزينة عمري ولدي (الحسن)

- الى من سرنا سويًا ونحن نشق الطريق معا نحو النجاح وتحقيق طموحنا
(اصدقائي وزملائي) حفظكم الله ووفقكم جميعًا
- الى مثال التفاني والاخلاص الى من وقف بجانبني واخذ بيدي الى طريق النجاح الى
طيب القلب استاذي الفاضل ا.م.د. (فؤاد محمد فريح)

الشكر والعرفان

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيد الخلق رسول رب العالمين محمد (صلى الله عليه واله وصحبه وسلم)

بعد شكر الله والثناء عليه على توفيقه لي في اتمام هذا الجهد العلمي فلا يسعني الا ان اتقدم بجزيل الشكر والعرفان الى الاستاذ المساعد الدكتور فؤاد محمد فريح على اشرافه على هذه الرسالة ولما قدمه لي من توجيهات سديدة ورعاية علمية عبر مسيرة البحث، والاجابة على كل الاسئلة دون ملل فجزاه الله خير الجزاء واسأل الله القدير عن يجعلها في ميزان حسناته وان يمدّه بالصحة والعافية خدمة المسيرة العلمية.

ومن واجب العرفان لا يسعني الا ان اتقدم بجزيل الشكر والامتنان الى رئاسة واساتذة قسم العلوم التربوية والنفسية لما بذلوه من جهود عظيمة طيلة مدة دراستي الاولى والى اليوم والتي كانت بعد توفيق الله في وصولي الى ما انا عليه الان كما اتقدم بجزيل الشكر والعرفان الى اعضاء لجنة السمنار (الاستاذ المساعد الدكتور عبدالكريم عبيد جمعة، والاستاذ المساعد الدكتور صافي عمال صالح) لما قدموه من جهود وملاحظات قيمة كما لا يفوتني ان اتقدم بالشكر والامتنان الى الاستاذ الدكتور (ياسر خلف رشيد) لما قدمه من مساعدة خلال مرحلة البحث .

كما اتقدم بالشكر لكل زملائي في قسم العلوم التربوية والنفسية الذين قدموا لي العون خلال مرحلة البحث، واذكر منهم الأحباء (محمد، صلاح، امجد) فجزاهم الله عني خير الجزاء .

الباحث

عبدالرحمن مجيد

ملخص البحث

الاجهاد الذهني هو انخفاض الطاقة بشكل تدريجي ينتج من القيام في اعمال يتوقف ادائها في المقام الاول على النشاط العقلي للفرد وتظهر آثاره في عملية الانتباه، وعملية التذكر، و في الأداء، فكثرة العمل وزيادة المعلومات والمتطلبات المختلفة والشعور بالإرهاق والتعب وعجز الفرد على تحقيق التوازن والتي قد تفوق قدرته مما تجعله يواجه كثير من الصعاب والمشكلات وفي مقابل ذلك تعبر الكفاءة الذاتية المدركة عن مجموعة الاحكام الصادرة عن الفرد والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينه ومرونة في التعامل مع المواقف الصعبة وتحديها ومدى مثابته لإنجاز المهام المكلف بها، لذا تتضح مشكلة البحث الحالي بالأساس من محاولة الباحث للتعرف على التبعات النفسية والنتائج المترتبة على كل من الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية المدركة.

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية المدركة لدى رؤساء الاقسام ومن ثم التعرف على طبيعة العلاقة بين المتغيرين، كما حاولت الدراسة الحالية استكشاف طبيعة متغيري البحث الرئيسين (الاجهاد الذهني، والكفاءة الذاتية المدركة) وفقا لبعض المتغيرات الديمغرافية النوع (ذكور-اناث) التخصص (علمي - أنساني)، المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية، مكان العمل (الانبار - بغداد - تكريت)، مدة التكليف.

ولأجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية قام الباحث بأعداد مقياس الاجهاد الذهني الذي تألف من (40) فقرة ذات بدائل خماسي (تطبق عليّ دائماً , تنطبق عليّ غالبا , تنطبق عليّ احيانا , تنطبق عليّ نادرا , لا تنطبق عليّ ابدا) ثم اعطاؤها الدرجات (1,2,3,4,5) كما قام الباحث بأعداد مقياس الكفاءة الذاتية المدركة الذي تألف من (43) فقرة ذات طابع خماسي (تنطبق عليّ دائماً , تنطبق عليّ غالبا , تنطبق عليّ احيانا , تنطبق عليّ نادرا , لا تنطبق عليّ ابدا) ثم اعطاؤها الدرجات (1,2,3,4,5)

بعد أن تحقق الباحث من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لكلا المقياسين واجراء بعض التعديلات البسيطة ل فقرات المقياسين تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة البالغة (175) رئيس ورئيسة قسم موزعين على ثلاث جامعات (الانبار _بغداد _تكريت) ومن مختلف الكليات العلمية والانسانية .وبعد اجراء التحليلات الاحصائية باستعمال(الاختبار التائي لعينة واحدة, الاختبار التائي لعينتين مستقلتين , معامل ارتباط بيرسون , تحليل التباين الاحادي, اختبار نيومان, معادلة الفا كرونباخ , التجزئة النصفية, الارتباط الجزئي) اشارت نتائج التحليل الاحصائي الى ما يأتي:

1: سجلت عينة البحث درجة منخفضة من الاجهاد الذهني مع وجود فوارق بين الجامعات.

2:توجد فروق دالة احصائيا تبعا لمتغيرات النوع والحالة الاقتصادية ومكان العمل ومدة التكليف ,بينما لا توجد فروق دالة احصائيا تبعا لمتغيرات التخصص والحالة الاجتماعية في الاجهاد الذهني.

3:سجلت عينة البحث مستوى مرتفع من الكفاءة الذاتية المدركة.

4:لا توجد فروق دالة احصائيا تبعا لمتغيرات النوع والتخصص والحالة الاجتماعية والحالة الاقتصادية ومكان العمل ومدة التكليف في الكفاءة الذاتية المدركة.

5: هناك علاقة ارتباطية ضعيفة جدا بين الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية المدركة.

ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع
ب	الآية القرآنية
ت	اقرار المشرف
ث	اقرار الخبير اللغوي
ج	اقرار الخبير العلمي 1
ح	اقرار الخبير العلمي 2
خ	اقرار المقوم الاحصائي
د	اقرار لجنة المناقشة
ذ	الاهداء
ر	شكر وامتنان
ر-ز	مستخلص الرسالة
ش	ثبت المحتويات
15-2	الفصل الاول:- التعريف بالبحث
2	مشكلة البحث
6	اهمية البحث
11	اهداف البحث
11	حدود البحث
12	تحديد المصطلحات

الصفحة	الموضوع
	الفصل الثاني:- اطار نظري ودراسات السابقة
16	نظرة تاريخية لمفهوم الاجهاد الذهني
16	الاجهاد الذهني والضغط النفسية
17	خلفية نظرية لمفهوم الاجهاد الذهني
18	مصادر الاجهاد الذهني
19	الاثار المهنية الى الاجهاد الذهني
22	النظريات التي فسرت الاجهاد الذهني
22	النظرية الفسيولوجية
24	النظرية السلوكية
28	النظرية المجالية
32	نظرية مسار معالجة المعلومات
38	الكفاءة الذاتية المدركة
39	النظريات التي فسرت الكفاءة الذاتية المدركة
39	النظرية المعرفية الاجتماعية
40	فرضيات النظرية الاجتماعية
45	ابعاد النظرية الاجتماعية
49	خصائص ذوي الكفاءة المرتفعة والمنخفضة
50	اثار الكفاءة الذاتية المدركة
52	محددات الكفاءة الذاتية المدركة
53	نماذج نظريات اخرى فسرت الكفاءة
53	نموذج هايدر
54	نموذج كارين هورني
55	دراسات سابقة تناولت الاجهاد الذهني
55	دراسة (فتيحة, 2002)
56	دراسة(ليندن وفريس, 2003)

الصفحة	الموضوع
56	دراسة (عبدالحسن, 2006)
57	دراسات تناولت مفهوم الكفاءة الذاتية
57	دراسة (باندورا وود, 1989)
57	دراسة (الزيات, 1999)
58	دراسة (الشافعي, 2004)
58	دراسة (سمث, 2004)
59	دراسة (صقر, 2005)
59	الموازنة بين الدراسات السابقة
	الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته
65	منهجية البحث
66	أولاً: مجتمع البحث
66	ثانياً: عينة البحث
68	ثالثاً: أدوات البحث
68	1. مقياس الاجهاد الذهني
88	2. مقياس الكفاءة الذاتية المدركة
98	الوسائل الاحصائية
	الفصل الرابع
104	أولاً: عرض النتائج ومناقشتها
128	التوصيات والمقترحات
129	المصادر
130	المصادر العربية
142	المصادر الاجنبية
a-c	الملخص باللغة الاجنبية

الصفحة	العنوان	الجدول
67	عينة البحث	.1
71	اراء المحكمين بصلاحية المقياس	.2
73	معامل تمييز فقرات الاجهاد الذهني	.3
78	علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاجهاد الذهني	.4
79	اختبار كايزر لقياس صلاحية مقياس الاجهاد الذهني	.5
80	التحليل العاملي لمقياس الاجهاد الذهني	.6
82	مؤشر التحليل العاملي التوكيدي	.7
84	قيمة ثبات مقياس الاجهاد الذهني	.8
85	المؤشرات الاحصائية لمقياس الاجهاد الذهني	.9
92	معامل تمييز فقرات الكفاءة الذاتية	.10
96	علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الكفاءة	.11
99	التحليل العاملي لمقياس الكفاءة	.12
100	قيمة ثبات مقياس الكفاءة	.13
100	المؤشرات الاحصائية لعينة مقياس الكفاءة	.14
104	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية للاجهاد الذهني	.15
106	الاختبار التائي للمقاييس في الاجهاد الذهني وفق متغير الجنس	.16
108	الاختبار التائي وفق متغير التخصص	.17
109	تحليل التباين بحسب متغير الحالة الاجتماعية	.18
111	تحليل التباين وفق متغير الحالة الاقتصادية	.19
113	تحليل التباين وفق متغير مكان العمل	.20
115	تحليل التباين وفق متغير مدة التكليف	.21
116	الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وفق متغير النوع	.22

الصفحة	العنوان	الجدول
118	الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وفق متغير التخصص	.23
119	تحليل التباين وفق متغير الحالة الاجتماعية	.24
120	تحليل التباين وفق متغير الحالة الاقتصادية	.25
121	تحليل التباين وفق متغير مكان العمل	.26
122	تحليل التباين وفق متغير مدة التكليف	.27
123	معامل الارتباط بين الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية المدركة	.28
124	معامل الارتباط الجزئي بين الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية	.29
125	العلاقة الارتباطية بين الاجهاد الذهني والكفاءة الذاتية المدركة	30
127	الكشف عن دلالة الفروق بين الاجهاد والكفاءة الذاتية المدركة	31

ثبت الاشكال

42	عوامل التحديد التبادلي	.1
46	ابعاد الكفاءة الذاتية المدركة	.2
48	مصادر الكفاءة الذاتية المدركة	.3
84	التحليل العاملي لمقياس الاجهاد الذهني	.4
86	المدرج التكراري للإجهاد الذهني	.5
87	المدرج التكراري للأعباء المعرفية	.6
87	المدرج التكراري للأعباء النفسية	.7
88	المدرج التكراري للأعباء الجسدية	.8
102	المدرج التكراري للكفاءة الذاتية المدركة	.9

ثبت الملاحق

148	كتاب تسهيل المهمة	.1
149	اسماء الخبراء والمحكمين	.2

150	مقياس الاجهاد بصورته الاولى	.3
157	مقياس الاجهاد بصورته النهائية	.4
161	مقياس الكفاءة الذاتية المدركة بصورته الاولى	.5
167	مقياس الكفاءة الذاتية المدركة بصورته النهائية	.6