



ISSN: 1994-4217 (Print) 2518-5586(online)

Journal of College of Education

Available online at: <https://eduj.uowasit.edu.iq>

Shaima Abed Sharhan

Dr: Aseel Abdul Kareem

University of Wasit /  
College of Education  
for Human Sciences**Email:**

hh1833767@gmail.com

aseel44za@gmail.com

07726522516

07719865198

**Keywords:**nervous exhaustion,  
academic achievement**Article info****Article history:**

Received 18.may.2023

Accepted 20.july.2023

Published 20.aug.2023

**Neurological fatigue and its relationship to academic achievement among middle school students****A B S T R A C T**

The current research aims to identify:

- 1- The level of nervous fatigue among middle school students.
- 2- The statistically significant correlation between nervous fatigue and academic achievement among middle school students.

For the purpose of achieving the objectives of the current research, the researcher used the descriptive approach and adopted the (Yacoub, 2011) scale. The researcher applied the scale to the current research sample of (200) middle school students who were chosen in a simple random way. After completing the application, the researcher used the appropriate statistical methods. To analyze the research data and extract the results and reach:

- 1- Middle school students (the research sample) have a level of nervous exhaustion that led to a state of information concussion. And the loss of the ability to focus and its inability to analyze and extrapolation.
- 2- There is a correlation between nervous fatigue and academic achievement among middle school students.

The results have led to some recommendations, proposed titles, and future studies.

© 2022 EDUJ, College of Education for Human Science, Wasit University

DOI: <https://doi.org/10.31185/eduj.Vol52.Iss1.3569>

## التعب العصبي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية \*

الباحثة: م.م. شيماء عبد شرهان أ.د. اسيل عبد الكريم مزيد الشمري

جامعة واسط / كلية التربية للعلوم الانسانية

### الملخص:

يهدف البحث الحالي التعرف إلى:

- ١- مستوى التعب العصبي لدى طالبات المرحلة الإعدادية .
- ٢- العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الاحصائية بين كل من التعب العصبي والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية . ولغرض تحقيق أهداف البحث ، الحالي استعملت الباحثة المنهج الوصفي وقامت بتبني مقياس (يعقوب، ٢٠١١)، وطبقت الباحثة المقياس على عينة البحث الحالي البالغة (٢٠٠) طالبة من طالبات المرحلة الإعدادية اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة، قامت الباحثة وبعد الانتهاء من التطبيق استعملت الباحثة الوسائل الاحصائية المناسبة لتحليل بيانات البحث واستخراج النتائج وتوصل الى:
- ١- تمتلك طالبات المرحلة الإعدادية (عينة البحث) مستوى من التعب العصبي مما ادى الى حالة من الارتجاج المعلوماتي؛ وفقدان القدرة على التركيز وعجزهم عن التحليل والاستقراء .
- ٢- توجد علاقة ارتباطية بين التعب العصبي والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الإعدادية . وقد افضت النتائج الى بعض التوصيات كما اقترح عناوين ودراسات مستقبلية.

الكلمات المفتاحية: التعب العصبي ، التحصيل الدراسي .

### مشكلة البحث

تعد مرحلة الإعدادية من المراحل الهامة في حياة الفرد اذ غالبا ما يواجه طلبة الإعدادية في هذه المرحلة العديد من الصعوبات والتناقضات اثناء المتطلبات العلمية، والحياتية لذا يسعى الطالب دائما ليطور نفسه ويطور طرائق تفكيره، فطالب الإعدادية يكون معرض لكثير من الضغوطات الاسرية والمدرسية والمادية وغيرها من الضغوط التي قد تولد لديه ازمة معينة تكون سببا في اعاقه تقدمه ، وبما انه ينتج عن التفكير سلوك الفرد الظاهر لذا يجب الاهتمام بطريقه التفكير لديه.

وتعدّ عدم قدرة الطالب على التغيّر أو التكيف والقلق من علامات التعب العصبي فهي ايضا من معوقات التصميمي والتركيز ، بحيث يخشى من عمل، أو قول شيء جديد أو مختلف، وتؤدي هذه النزعة إلى عدم قدرة الطالب على تحقيق النجاح، وتقضي على قدراته في الإبداع والتقدم، ثم يبدأ بتبرير فشله وعدم قدرته على التغيير والخوف من استكشاف طرائق جديدة وتبني عقلية منفتحة تتقبل الفشل ، فإنه غالباً لن يبتكر مشاريع جديدة، وآليات جديدة لتحقيقها، ويُعدّ إيمانه بذاته من أكبر العوامل التي تنمي التفكير والتركيز لديه، وفي المقابل يؤدي انعدام إيمانه بذاته إلى عدم قدرته على تحقيق الأهداف المرغوبة ، وتؤدي سيطرة إخفاقات الماضي إلى شعوره بالإحباط ، لذلك يجب عليه النظر إلى هذه الأخطاء الماضية كأنها دروس قيّمة يكتسب الخبرة منها ، وعلى هذا الاساس يمكن عدّ الامراض النفسية والسلوكية والعصبية من اخطر المشكلات التي يواجهها الانسان في الوقت الحاضر اذ اصبحت حياته متسمة بالإرهاق والعمل فوق ما يطبق ولذلك يرجع معظم الباحثين هذه الامراض التي يعاني منها الملايين من الناس الى التعب العصبي او ما يسمى هبوطا في القوة العصبية.

(بريغ، ٢٠٠٦: ٢٧) ، لذا فان مشكلة الدراسة الحالية تتحدد بمعرفة التعب العصبي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية .

### أهمية البحث :

التعب العصبي ظاهرة انسانية قديمة موجودة مع وجود الانسان ذاته ، لقوله تعالى: " لقد خلقنا الانسان في كبد " (سورة البلد ، آية ٤) الا أن الاهتمام به بوصفه مجالاً للبحث يمكن ان يكون حديثاً نسبياً ، اذ يشهد العالم اليوم العديد من التطورات العلمية والتكنولوجية التي أثرت على جوانب الحياة المختلفة ، مما جعل الكثير من الباحثين يصفون القرن الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية والتعب العصبي لذا اصبحت من الظواهر التي تتطلب من الانسان التعايش معها ، وتطوير كفاءة معينة للتعامل معها . ( طشطوش ومزاهرة ، ٢٠١٠ : ٢٠ )

ويعد التعب العصبي ونتائجه على طلبة الاعدادية من الموضوعات المهمة ، وان اللجوء الى الاجراءات الوقائية خطوة بالغة الاهمية للتصدي للكثير من الاضطرابات النفسية والسلوكية والبدنية ، وقد انعكس ذلك في كثير من الحكم الشعبية التي أكدت ان الوقاية خير من العلاج ، ومجال مكافحة ظاهرة التعب العصبي وما ينجم عنها من اعراض نفسية وسلوكية وبدنية من اشد المجالات احتياجاً للأخذ بهذا التوجه ، فخير للمؤسسات المجتمعية اتخاذ اجراءات الوقاية بدلا من انتظار ظهور الامراض النفسية الحادة وحالات الانهيار العصبي ثم البدء في البحث عن اساليب العلاج.(كاربر، ٢٠٠٥ : ٢٧٤)

### أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف إلى:

- ١- مستوى التعب العصبي لدى طالبات المرحلة الاعدادية .
- ٢- العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الاحصائية بين كل من التعب العصبي والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية

**حدود البحث** تتحدد الدراسة الحالية بطالبات الصف الخامس العلمي الاحيائي ( الاناث فقط ) ، الدراسة الصباحية للعام الدراسي( ٢٠٢٢ - ٢٠٢٣) وفي المدارس الحكومية في مركز الكوت محافظة واسط.

### تحديد المصطلحات

#### التعب العصبي

- عرفه ( كولز ، ١٩٧٨) :- استنفاد الطاقة العصبية وليس مجرد ان يشعر الفرد ان جسمه متعب ،وتظهر حالة التعب في الخلايا العصبية في صورة اضطرابات بدنية ونفسية معينة وبالتالي يؤثر في تفكيره وتركيزه. (كولز ، ١٩٧٨ : ٦٧)
- (بريغ ، ١٩٩٢) :- هو استنزاف للطاقة العصبية والتي يمكن الوقاية منها على اسس رياضية وغذائية ونفسية ، وقد وضح العلاقة السببية التبادلية بين الامراض الفسيولوجية والنفسية ومحدد الاليات النفسية الحركية التي لها الدور الفعال في الوقاية والعلاج لعدد كبير من الامراض دون اللجوء الى العقاقير والادوية الكيميائية . (بريغ ، ١٩٩٢ : ٣٧)
- التحصيل الدراسي** :- هو مقدار ما يصل اليه الفرد في تعلمه ، وقدرته على التعبير عما تعلم . (ياسين ، ٢٠٠١ : ٦٨)

## الفصل الثاني

### المحور الأول - الإطار النظري

#### - مفهوم التعب العصبي

(باللاتينية: neurasthenia) هو الشعور الذاتي والضعف العام والإعياء والمستمر بالإنهاك والتعب المصحوب بأعراض عضوية متنوعة ينتهي إلى حد الإنهيار، إنه بمثابة تعب مزمن يحدث اضطرابا في سلوك الفرد وعضويته، وأول من استعمل هذا اللفظ هو العالم الأمريكي (بيرد ، ١٨٨٠ ) (Beard, 1880) وجعله يشمل عددا كبيرا من الاضطرابات العصبية والعضوية، ثم يطلق على معظم أعراض العصاب التي يظن أنها ناتجة عن ضعف نفسي، وقد وصفه (جانيه) بأنه يشبه القلق والوساوس المتسلط مضافا إليه التعب والضعف في الطاقة النفسية للفرد على حد تعبيره ، وهو الشعور بالإرهاق والإنهاك الغالب الذي من الممكن أن يحدث في أي وقت من اليوم ويستمر لأي فترة وليس بالضرورة تكرار حدوثه لدى مريض آخر بنفس الطريقة. (Comi G & el at ,2001 :174)

ويمكن وصف التعب العصبي على أنه شعور غالب بالضعف لا يرتبط بالمجهود البدني الزائد ، ويأخذ هذا الاضطراب اسمه من الاعراض التي تغلب عليه وهي الأعصاب المتعبة أو المنهكة أي الشعور بالوهن والتعب، وهذا الشعور يكاد يكون مستمرا وملحا دون وجود مبرر واقعي يكفي لوجوده عند المريض ، وإن التعب والإنهاك يحدث عند الإنسان السوي بعد بذل جهد وطاقة كبيرة يقوم بها، ولكن هذا الشعور يظهر عند المريض وان لم يبذل أي جهد أو طاقة. والتعب يزول عند الإنسان السوي بعد أن يأخذ قسطا من الراحة، بينما في الوهن العصبي لا يزول بل يستمر قويا مسيطرا، وكثيرا ما يبدأ منذ الصباح، ويميل للضعف والانحدار عندما يقترب الشخص من موعد النوم . ( Mills RJ El at , 2010 : 21 )

#### - أنواع التعب

أشار ( لوبيار، ١٩٦٠ ) الى نوعين من التعب وهما التعب العصبي ، والتعب العضلي ، وهو يعالج موضوعا صعبا جدا ألا وهو التعب مفرقا في ذات الوقت بين التعب العضلي والتعب العصبي . (Loeper,M.1960: 334)

وأن التعب لدى الإنسان لا يكمن في ضعف النشاط العضلي فقط بل يشمل معظم مناطق الجهاز العصبي المركزي . (Bugard,P, et al. 1974: 92)

#### - التفسير العصبي الفسيولوجي للتعب

أن المراكز الدماغية هي الأكثر تأثرا بالتعب ويصحب ذلك هبوط في الطاقة، وهو ما يعبر عنه بفعالية الخلايا العصبية ويكفي أن يكون التعب بسيطا لكي يضطرب الجهاز العصبي فيعمل على تخريب وهدم الخلايا والأعصاب، كما يؤثر على العلاقات التي تربط مجموع الخلايا العصبية ويوقفها عن عملها. (Chauchard, P. 1970: 83)

وأصبح المخ اليوم من أهم مجالات علماء النفس ، وذلك بفضل الإنجازات العلمية التي حدثت في اكتشاف الكثير من الوسائل التكنولوجية التي سمحت للمختصين بالفحص الدقيق للمخ ، ومن هذه التقنيات نجد تقنية (PET) و تقنية (MRI) التي يمكن أن تجرى على الفرد بينما يقوم في الوقت نفسه بالأداء على الاختبارات النيورسيكولوجية، وبهذا تتوفر للباحث فكرة أكثر وضوحا عن عمل المخ، ومستوى الطاقة العصبية . ( أبو شعيشع ، ٢٠٠٥ : ٢٥ )

### متى يصاب الانسان بالتعب العصبي ؟

• للإجابة عن هذا السؤال سوف تتم الإشارة إلى مفهوم الطاقة العصبية.

وبحسب ما وضحه (كولز، ١٩٧٨) صاحب نظرية الطاقة العصبية والذي تحدث فيها عن التعب العصبي وكيف يحدث، اذ ذكر كولز أن الطاقة في الخلايا العصبية هي الثروة التي يُعتمد عليها في توجيه دفة حياة الإنسان، ويُستمد منها الزاد لنظامه الهضمي، ودورته الدموية، وسائر نشاطاته العصبية، والنفسية، والجسمية وكافة ما يتطلبه حتى يعيش . (كولز، ١٩٧٨ : ٧٨ )

اما ( بريغ ، ٢٠٠٤) صاحب كتاب القوة العصبية فقد أشار الى أنه عندما يكون الإنسان مرهقًا، ويقوم بتبديد طاقته العصبية وإنهاك قواه الحيوية، فإن هذا يضر بأعضاء الإفراز، والجهاز الهضمي ، وفي حالة أعاقه الإخراج لمختلف السموم بصورة كاملة فإنها تتراكم وتتركز في مختلف أنحاء الجسم، ويؤثر ذلك بدوره على الجهاز العصبي، مما يزيد من حدة التعب العصبي . ( بريغ ، ٢٠٠٤ : ٣٣ )

**كيفية استنفاد الطاقة العصبية ؟** عند استنفاد الطاقة العصبية يؤدي ذلك الى التعب العصبي، ويتم الكشف عن عملية الاستنفاد هذه التي تعني معرفة ظاهرة التعب العصبي، والتي يتضح من خلالها أن مجموعة هبوط الطاقة العصبية يتم بصورة بطيئة، مما يؤدي إلى استنفادها واستهلاكها بعد مدة طويلة ، وتم استخلاص ذلك من خلال ما تطرق إليه بعض الباحثين، منهم (إيوتيكو، ١٩٢٠ ) الذي بين أن تعب المراكز العصبية، لا ينتج ولا يظهر إلا بعد تكرار العديد من المجهودات . ( loteyko, J. 1920: 79 )

### - قياس هبوط الطاقة العصبية :

هناك طريقتين أساسيتين لقياس التعب العصبي هما :

- الطريقة المرضية :- وهي غير كافية، اذ انها لا تظهر لنا الأعراض الأكثر خطورة.
- الطريقة المباشرة أو السيكولوجية :- وهي الطريقة التي تدرس وتقيس انعكاس التعب العصبي على الجانب الفيزيولوجي، أي الأعراض الفيزيولوجية . ( loteyko,J. 1920 : 87 )

و ظلت مشكلة قياس هبوط الطاقة العصبية لمدة طويلة قائمة إلا أن الإخصائيين النفسيين والفيزيولوجيين أجمعوا على أن الأعراض هي السبيل الوحيد لقياس التعب العصبي أو هبوط الطاقة العصبية . (Bugard,P. 1989: 126)

### أهمية التحصيل الدراسي :

إن التحصيل الدراسي من الظواهر التي شغلت فكر الكثير من التربويين عامة والمتخصصين بعلم النفس التعليمي بصفة خاصة، لما له من أهمية في حياة الطلاب وما يحيطون بهم من آباء ومعلمين، ويضيف أن التحصيل الدراسي يحظى بالاهتمام المتزايد من قبل ذوي الصلة بالنظام التعليمي لأنه أحد المعايير المهمة في تقويم تعليم التلميذ والطلاب في المستويات التعليمية المختلفة . (فهيم، ١٩٧٦ ، ٢٠)

## المحور الثاني / دراسات سابقة

## - دراسة (بن يعقوب ، ٢٠١١)

زملة التعب العصبي ، بناء مقياس نفسي وأقترح برنامج وقائي

هدف الدراسة: بناء مقياس زملة التعب العصبي للطلبة الجامعيين بالجزائر، والكشف عن مدى معاناتهم من أعراض التعب العصبي وفقاً للمتغيرات الخمسة : متغير الجنس، متغير النوم ، متغير نمط التغذية ،متغير الرياضة ، المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية .

عينة الدراسة : طلبة الجامعة وتألفت العينة الاساسية من (٩٠٠) طالب وطالبة .

اداة الدراسة : استعملت الباحثة مقياس للتعب العصبي .

النتائج : توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أهمها: أغلبية أفراد العينة يعانون من التعب العصبي بدرجات مختلفة، والأفراد الذين يتميزون بعادات غير صحية، ولا يمارسون الرياضة، ولديهم وضعية مالية غير كافية، وكذلك الأفراد الذين لا تتوافر لديهم الإمكانيات الدراسية، كل هؤلاء معرضون للتعب العصبي، مقارنة بغيرهم ممن هم على عكس وضعيتهم، في ضوء نتائج الدراسة اقترحت الباحثة برنامجاً لوقاية الطلبة من الإصابة بالتعب العصبي.

(بن يعقوب ، ٢٠١١ : م )

## - دراسة تيرولبيك (2006: Ter Wallbeek, M, et al)

التعب الشديد عند المراهقين : ظاهرة شائعة ؟

هدف الدراسة : معرفة بعض المتغيرات كالجنس وأسلوب الحياة ومدى ارتباطهما بالتعب الشديد.

عينة الدراسة : عينة مكونة من ( ٣٤٦٧ ) مراهقاً ومراهقة تتراوح اعمارهم (١٥ - ١٨ سنة).

اداة الدراسة : استعملت الدراسة مقياس التعب الشديد (Fatigue Severity Scale (FSS) ، ومقياس جودة الحياة . Quality of Life Scale (QOLS)

النتائج : أوضحت نتائج الدراسة انتشار التعب لدى الجنسين، وأن شدة التعب ترتفع لدى الإناث أكثر من الذكور ، كما أن أسلوب الحياة لديهم سيء خاصة فيما يتعلق بالنوم والرياضة . (86: 2006: Ter Wallbeek, M, et al)

## الفصل الثالث

أولاً- منهج الدراسة: اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي الذي يتم من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة وذلك بجمع وتحليل بياناتها، وبيان العلاقة بين مكوناتها . ( أبو حطب ، ١٩٧٦ : ١٠٤ )

ثانياً- مجتمع الدراسة : إن الخطوة الأولى التي ينبغي اعتمادها عند اختيار عينة البحث، هي تحديد المجتمع المطلوب دراسة الظاهرة فيه . (الزويبي وآخرون، ١٩٨١: ٧٦) ، وقد تحدد مجتمع البحث الحالي بطالبات المرحلة الاعدادية (الخامس الاحيائي) للمدارس الصباحية في مدينة الكوت ضمن مديرية تربية واسط للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣)، وقد بلغ المجموع الكلي (١٧٧٤) طالبة موزعة على مدارس مركز الكوت .

عينة البحث: وقد تم اختيار عينة البحث والبالغ عددها (٢٠٠) طالبة بالطريقة العشوائية البسيطة من المدارس المشاركة بالبحث والبالغ عددها (١٠مدارس) ومن ثم الاختيار عشوائياً من الصف الخامس الاحيائي.

ثالثاً- أداة الدراسة : مقياس التعب العصبي : قامت الباحثة بتبني وتكيف مقياس ( يعقوب ، ٢٠١١ ) ، ويتكون المقياس من (٤٦) فقرة من نوع الفقرات التقريرية ، ويتم تقدير التعب العصبي من خلال ثلاثة تقديرات (تنطبق عليه دائماً ، تنطبق

عليه احيانا ، لا تنطبق عليه ابدأ ) وعند التصحيح تأخذ الدرجات (١,٢,٣)، وبذلك تكون اعلى درجة (١٣٨) وادنى درجة (٤٦)، والمقياس جميع عباراته ايجابية فالدرجة الموافقة تشير الى ارتفاع مستوى التعب العصبي والعكس صحيح .

#### - الإجراءات الإحصائية لتحليل فقرات مقياس التعب العصبي

تُعد عملية التحليل الإحصائي للفقرات خطوة أساسية في بناء أي مقياس وذلك للكشف عن الخصائص السيكومترية لفقراته التي تساعد الباحث في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة وهذا بدوره يؤدي إلى زيادة صدق المقياس وثباته، (Anastasi,1997:19). وتألقت عينة التحليل الإحصائي من (٤٠٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة ، وقد اختيرت من مدارس مختلفة في مركز الكوت وعن طريق النسبة والتناسب تم تحديد الاعداد من كل مدرسة .

#### ١- تمييز الفقرات :

تحققت الباحثة من توافر شرط القوة التمييزية لفقرات مقياس التعب العصبي، واعتمدت في ذلك على أسلوب المجموعتين الطرفيتين للتحقق من القدرة التمييزية لفقرات الاختبار ، ولأن عينة التحليل الإحصائي تألفت من (٤٠٠) طالبة؛ لذا فقد كان عدد الأفراد في المجموعتين العليا والدنيا (١٠٨) طالبة، وقد تم استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وقد حصلت جميع الفقرات على قيم تائية دالة احصائيا اذ كانت اعلى القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) .

#### ٢- تجانس الفقرات ( علاقة الفقرة بالدرجة الكلية )

يُعد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس مؤشراً لصدق الفقرة فكلما زاد معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية كان احتمال تضمينها في المقياس اكبر. (ابو حطب،١٩٧٦:٢٠١) . لذا استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية لـ (٤٠٠) استمارة وهي الاستمارات نفسها التي خضعت للتحليل الإحصائي وقد حصلت جميع الفقرات على معاملات ارتباط دالة احصائيا اذ كانت اعلى من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨)، وبذلك تم الابقاء على جميع الفقرات ، والجدول ( ٦ ) يوضح ذلك:

الجدول (٦) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس التعب العصبي

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	مستوى الدلالة
١	.109	دالة	١٨	.409	دالة	٣٥	.372	دالة
٢	.105	دالة	١٩	.152	دالة	٣٦	.522	دالة
٣	.293	دالة	٢٠	.161	دالة	٣٧	.115	دالة
٤	.421	دالة	٢١	.163	دالة	٣٨	.414	دالة
٥	.308	دالة	٢٢	.311	دالة	٣٩	.192	دالة
٦	.443	دالة	٢٣	.486	دالة	٤٠	.472	دالة
٧	.536	دالة	٢٤	.214	دالة	٤١	.140	دالة
٨	.121	دالة	٢٥	.571	دالة	٤٢	.341	دالة
٩	.597	دالة	٢٦	.296	دالة	٤٣	.352	دالة
١٠	.587	دالة	٢٧	.155	دالة	٤٤	.169	دالة
١١	.537	دالة	٢٨	.421	دالة	٤٥	.388	دالة
١٢	.282	دالة	٢٩	.448	دالة	٤٦	.118	دالة
١٣	.480	دالة	٣٠	.197	دالة			دالة
١٤	.326	دالة	٣١	.531	دالة			دالة
١٥	.534	دالة	٣٢	.343	دالة			دالة
١٦	.171	دالة	٣٣	.232	دالة			دالة
١٧	.464	دالة	٣٤	.362	دالة			دالة

## الخصائص السيكومترية لمقياس التعب العصبي

## أولاً: الصدق

وقد تحققت الباحثة من صدق مقياس التعب العصبي من خلال استخراج انواع من الصدق :-

**الصدق الظاهري:-** وقد تحقق هذا النوع من الصدق في الاختبار الحالي بعد عرضه على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال التربية وعلم النفس والقياس والتقويم .

**صدق البناء :** ويعد أسلوب المجموعتين الطرفيتين (Contrasted Groups) وأسلوب ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إحدى مؤشرات هذا النوع من الصدق ، وقد تحقق هذا النوع من الصدق وذلك :

١- بأجراء تحليل الفقرات وذلك باستخراج القوة التمييزية للفقرات.

٢- وبطريقة ارتباط درجات الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس.

## ثانياً- الثبات :

وقد قامت الباحثة بحساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على عينة الثبات البالغة

(٤٠٠) طالبة وفقرات المقياس البالغة (٤٦) فقرة ، وقد بلغ معامل الثبات (٠,٨٦)، وهو معامل ثبات عالٍ . إذ أشار

فوران (Foran ,1971) إلى إن الثبات الجيد ينبغي أن يزيد عن (٠,٧٠) . (Foran, 1971: 85)

وبلغ الخطأ المعياري للثبات (٢,٥٣٥) وهي نسبة الاخطاء العشوائية في المقياس.

## الفصل الرابع

## الهدف الاول: التعرف على مستوى التعب العصبي لدى طالبات المرحلة الاعدادية .

للتعرف على مستوى التعب العصبي لدى طالبات المرحلة الاعدادية طبق الاختبار على عينة البحث الاساسي والبالغة (٢٠٠) وطالبة وتم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة (One Simple T.test)، لمعرفة امتلاك عينة البحث لمستوى التعب العصبي اذ تمت مقارنة الاوساط الحسابية بالوسط الفرضي بلغ متوسط الحسابي (١٧٨ ،٠٤) وانحراف معياري (٥,٢٨٠) درجة وعند مقارنة المتوسط المتحقق مع المتوسط النظري للمقياس والبالغ (١٦٨) درجة يظهر ان المتوسط المتحقق اصغر من المتوسط النظري، وتبين ان القيمة التائية المحسوبة للتعب العصبي (٩,٥٠٧) ومن خلال الاختبار امتلاك عينة البحث الحالي لمستويات عالية من التعب العصبي حيث كانت القيم التائية المحسوبة اكبر من الجدولية والبالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (١٩٨)، والجدول (٢) يوضح ذلك.

## جدول (٢) القيمة التائية والوساط الحسابية والانحراف المعياري لمقياس التعب العصبي

حجم العينة	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة (٠,٠٥)
٢٠٠	١٧٨,٠٤	١٦٨	٥,٢٨٠	١٧,٠٠٨	١,٩٦	١٩٨	دالة احصائية

ويعزو الباحث هذه النتيجة بان طالبات الاعدادية ( عينة البحث ) الى الظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي

يمر بها البلد التي تأثر بدرجة كبيرة وعدم تبني استراتيجيات مناسبة للتوافق تجاه كل هذه الظروف لديهم .

الهدف الثاني: العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الاحصائية بين كل من التعب العصبي والتحصيل الدراسي لدى طالبات المرحلة الاعدادية.

لغرض التعرف على طبيعة العلاقة بين كل من التعب العصبي والتحصيل الدراسي، استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لعينة البحث الكلية البالغة (٢٠٠) طالبة، كما استعمل الاختبار التائي للتعرف على دلالة معاملات الارتباط لدرجات كل من التعب العصبي والتحصيل الدراسي، وكانت النتائج كما مبينة في الجدول (٤).

جدول(٤) معامل ارتباط بيرسون

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	قيمة (ت) الجدولية	قيمة اختبار (ت) لمعامل الارتباط المحسوب	قيمة معامل ارتباط بيرسون	درجة الحرية	حجم العينة
دالة	١,٩٦	٥,٠٠٦٢	٠,٠٤٣	١٩٨	٢٠٠

اشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين درجات التعب العصبي والتحصيل الدراسي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون (٠,٠٤) حيث كلما ازداد التعب العصبي قل مستوى التحصيل الدراسي للطالبات (عينة البحث) ويرى الباحث ان هذه القيمة متوقعة في ضوء طبيعة المتغيرين ان التعب يقلل من كفاءة الطلبة في ممارسة الأنشطة المعرفية والذي يقودهم الى ارتكاب الاخطاء المعرفية والتي بدورها تؤثر على الانتباه والتركيز والتذكر وبالتالي يؤدي الى التحصيل الدراسي.

#### الاستنتاجات :-

١. تمتلك طالبات المرحلة الاعدادية (عينة البحث) مستوى من التعب العصبي مما ادى الى حالة من الارتجاج المعلوماتي؛ وفقدان القدرة على التركيز وعجزهم عن التحليل والاستقراء.
٢. توجد علاقة ارتباطية بين التعب العصبي والتحصيل الدراسي طالبات المرحلة الاعدادية ومن خلال العلاقة الارتباطية بين التعب العصبي والتحصيل الدراسي نستنتج انه كلما زاد التعب العصبي انخفض مستوى التحصيل الدراسي للطالبات .

#### التوصيات :

في ضوء ما تم التوصل إليه من نتائج يمكن تقديم التوصيات الى المسؤولين والقائمين على العملية التربوية في وزارة التربية :

- ١- ضرورة العمل من القائمين والمسؤولين عن التعليم بإتباع طرائق التدريس العلمية الحديثة وتوجيه أنشطة التعليم والابتعاد عن التلقين والحفظ واعتماد أسلوب حل المشكلات وتشجيع الطلاب على التخطيط والتحليل وتركيب الأفكار وصولاً لحل المشكلات التي تواجههم.

**المقترحات:**

تقترح الباحثة إجراء المزيد من الدراسات استكمالاً للفائدة :

- ١- إجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي على طلاب المرحلة المتوسطة ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي .
- ٢- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على مراحل دراسية مختلفة (رياض الأطفال، الابتدائية، الإعدادية) وإيجاد الفروق بينهم.
- ٣- تصميم برامج مختلفة ومتنوعة لخفض التعب العصبي لدى الطلبة في مختلف المراحل الدراسية.

## المصادر

## المصادر العربية

- ١- أبو حطب، فؤاد. (١٩٧٦): التقويم النفسي، ط١، القاهرة مكتبة الانجلو المصرية.
- ٢- أبو شعيشع، السيد. (٢٠٠٥) : الاسس البيوكيميائية لأمراض النفسية والعصبية ، دار الكتب ، الامارات العربية المتحدة ، العين .
- ٣- بريغ ، بول .س. (١٩٩٢) : البرمجة اللغوية العصبية ، ترجمة : علاء الدين ، ريما ، ط٢ ، دار علاء الدين ، دمشق .
- ٤- ..... (٢٠٠٤) : معادلة الكمال في الصيام الصحي ، ترجمة : علاء الدين ، ريما ، ط٢ ، دار علاء الدين ، دمشق .
- ٥- ..... (٢٠٠٦) : القوة العصبية ، ترجمة : دارعلاء الدين ، ط٣، سورية ، دمشق .
- ٦- الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم والكناني، إبراهيم عبد الحسن وبكر، محمد إلياس (١٩٨١) : الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، العراق .
- ٧- طشطوش ،رامي عبد الله ،و مزاهرة ، رانية عيسى . (٢٠١٠) : الضغوط النفسية لدى المرشد النفسي التربوي في محافظة عجلون بالاردن ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، جامعة السلطان قابوس .
- ٨- كاربر ، جين. ( ٢٠٠٥ ) : دواؤك في غذائك ، ترجمة : أحمد رمّو ، ط ٣ ، دارعلاء الدين ، دمشق .
- ٩- كولز ، ادورد سبنسر . ( ١٩٧٨ ) : اعرف نفسك ، ترجمة : امير بقطر ، دار الهلال ، القاهرة .
- ١٠- يعقوب ، نعيمة . ( ٢٠١١ ) : زملة التعب العصبي ، بناء مقياس نفسي واقتراح برنامج وقائي ، رسالة ماجستير .

## المصادر الاجنبية .

- 1- Anastasi, A. (1997) : **Psychological Testing, 4 th Ed., Mcmillan Publishing. Co.Inc.** New York .
- 2- Bugard, P, et al. (1974) (a) : **Stress, fatigue et dépression. Physiologie, Neuro-Physiologie, Psychologie, Ergonomie**, Vol. I, Doin, Paris.
- 3- Bugard, P. (1989) : **La Fatigue et Les états Asthéniques, Doin**, Paris.
- 4- Chauchard, P.(1970) : **Le Système nerveux, 11e Édition, Edit Presses Universitaires.** de France, Paris.
- 5- Comi G, Leocani L, Rossi P, Colombo B.(2001): **Physiopathology and treatment of fatigue in multiple sclerosis** ، J. Neurol .
- 6- Foran,T.G.(1971) : **A note on methods of measuring reliability.Journal of Educational Psychology**,vol . 22. No.
- 7- Ioteyko, J. (1920) : **La Fatigue, Ernest Flammarion**, Paris .
- 8- Ter Wallbeek, M., Van Doornen, L. J., Kavelars, A., and Heijnen, C. J. (2006) : **Severe Fatigue in Adolescents : A Common Phenomenon ?**. Pediatrics, (117) : 1078 – 86 .