

العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق

دعاء صلاح فكرى سعيد

باحثة ماجستير بقسم الصحة النفسية

كلية التربية - جامعة الزقازيق

د/ أميرة محمد الهادي

أ.د / محمد السيد عبد الرحمن

مدرس الصحة النفسية

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية الأسبق

كلية التربية - جامعة الزقازيق

كلية التربية - جامعة الزقازيق

المستخلص:

هدف البحث الي التعرف علي العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدي عينة من طلاب جامعة الزقازيق ولتحقيق هذا استخدمت الباحثة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI-S) اعداد كوستا وماكري (Costa & Mccrae,1992) ومقياس متلازمة التعب المزمن اعداد (ساره حسام الدين مصطفى ، ٢٠١٩) وتم تطبيقه على عينة من طلاب الجامعة قوامها (١٨٢) تتراوح أعمارهم من (١٨) إلي (٢٢) عام بمتوسط عمرزمني قدره (٢٠.٤٤) عام وانحراف معياري (١.٦١) وتوصلت النتائج إلى انه لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العصابية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ، وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين الانبساطية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ، ووجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠٥ بين الانفتاح علي الخبرة وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ، وجود علاقة ارتباطية

سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين المقبولية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ، ولا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين يقظة الضمير وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ٠.٠١ بين منخفضي ومرتفعي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن كما أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بمتلازمة التعب المزمن وابعادها من بعد المقبولية في العوامل الخمس الكبرى للشخصية لدى طلاب جامعة الزقازيق

الكلمات المفتاحية: العوامل الخمس الكبرى للشخصية ، متلازمة التعب المزمن ، طلاب الجامعة

Abstract

The aim of the research is to identify the five major factors of personality and their relationship to chronic fatigue syndrome among a sample of students at Zagazig University. To achieve this, the researcher used the five major factors of personality list (NEO-FFI-S) prepared by Costa & McCrae (Costa & McCrae, 1992) and the chronic fatigue syndrome scale prepared by (Sarah Hossam El-Din Mustafa, 2019) It was applied to a sample of (182) university students, ranging in age from (18) to (22) years, with an average age of (20.44) year and a standard deviation (1.61) and the results concluded that there is no significant correlation. There is a statistical difference between neuroticism and all dimensions of the chronic fatigue syndrome scale and its total score. There is a statistically significant negative correlation at 0.01 between extroversion and all dimensions of the chronic fatigue syndrome scale and its total score. There is a statistically significant negative correlation at 0.05 between openness to experience and all dimensions of the scale. Chronic Fatigue Syndrome and its total score. There is a statistically significant negative correlation at 0.01 between

kindness and all dimensions of the Chronic Fatigue Syndrome Scale and its total score. There is no statistically significant correlation between conscientiousness and all dimensions of the Chronic Fatigue Syndrome Scale and its total score, as the results showed. There are statistically significant differences of 0.01 between those with low and high chronic fatigue syndrome in the five major factors of personality in favor of those with low chronic fatigue syndrome. The results also showed the possibility of predicting chronic fatigue syndrome and excluding it from the dimension of kindness in the five major factors of personality among students at Zagazig University.

Keywords: The Big Five personality factors, chronic fatigue syndrome, university students

المقدمة:

يعد مفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس شيوعا واستخداما ومن أكثرها جاذبية. ومع ذلك فهو معقد يصعب عريفه نظرا لاستناد علماء النفس في تعريف الشخصية لمناحي نظرية متعددة. مما يترتب على ذلك اختلافهم في افتراضاتهم حول الطبيعة البشرية. كما أن مفهوم الشخصية متعدد الأوجه يشمل على المظاهر الجسمية الخارجية. والمظاهر الاجتماعية والانفعالية. بالإضافة إلى الجوانب غير المرئية التي تبقى خفية لسبب أو لآخر ووفقا لمنحى السمات، فإن الشخصية تتألف من مجموعة من السمات وهي خصائص مستقرة دائمة (Santock, 2007)

وقد تعددت الداسات حول الشخصية وسماتها متناولة عينات مختلفة تباينت بين العينات السوية والمرضية، ومن بين هذه الفئات مرضى متلازمة التعب المزمن وهي حالة من التعب الجسمي العقلي، مع الشعور بالضعف والإرهاق والإجهاد نتيجة أقل مجهود تصيب الفرد لمدة لا تقل عن ستة أشهر وتؤثر سلبا في كل من التركيز

والتذكر والعمل، ويصاحبها اضطراب في النوم والمزاج، وآلام في العضلات والمفاصل، وانخفاض الحىوىة والنشاط هذه المتلازمة ليست بسبب المجهود، ولا تسببها حالات طبية معروفة، ولكنها تشمل عادةً اضطراب النوم، التهاب الحلق، الغدد الليمفاوية الرقيقة، الصداع، اضطرابات معرفية. ويتم عزل المرضى الذين يعانون من أسوأ أشكال متلازمة التعب المزمن في غرفهم لسنوات غالباً في الظلام والصمت بسبب فرط الحساسية للإشارات الخارجية وتؤدي إلى الوفاة المبكرة. ومن أهم الجوانب التي تمت دراستها، والتي قد يكون لها دور دائم وحتى مهيئ في متلازمة التعب المزمن هو شخصية الافراد الذين يعانون من متلازمة التعب المزمن فقد ظهرت صورة نموذجية للمرضى الذين يعانون من متلازمة التعب المزمن على أنهم أشخاص يسعون إلى الكمال، وواعين، ومجتهدين، وعصابيين إلى حد ما، ومنطوين، ويتمتعون بمعايير شخصية عالية، ورغبة كبيرة في أن يكونوا مقبولين اجتماعياً ومعروفين كما أنهم يتميزون بأنهم كارهون بشكل خاص لأي تفسير نفسي للمتلازمة ومثابرون للغاية في المعتقدات الثابتة المتعلقة بمرضهم، مما يقلل من فرصة نجاح العلاج (van Geelen, Stefan M et al, 2007)

ومع ذلك، فإن هذه الصورة للأشخاص الذين يعانون من متلازمة التعب المزمن لم يتم فحصها أبداً، حيث تركز معظم الأنشطة البحثية المتعلقة بالفرد المصاب بمتلازمة التعب المزمن على علم الأمراض النفسية والاضطراب النفسي المحتمل. فعند النظر في البحوث التي تناولت الجانب النفسي لمرضى متلازمة التعب المزمن نجد أن لعامل الشخصية مكانة هامة يمكن من خلالها فهم طريقة تعايش المريض مع إصابته، وهو الأمر الذي أكدّه المختصين الذين يحتكون بهذه الفئة في الاستشارات الطبية، وبالتالي تزداد أهمية تناول عامل الشخصية في فهم أسلوب تعايش المريض

ويُعتبر نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية من أشهر النماذج التي حاولت جمع سمات الفرد بطريقة وافية والذي يُعد نموذجاً ضرورياً وكافياً لوصف الأبعاد الأساسية للشخصية

وتمثلت هذه الأبعاد أو العوامل الكبرى في (انفتاح الفكر ، الوعي (يقظة الضمير) والانبساطية والمقبولية والعصابية، وقد تمّ البحث عنها في مجال مرضى متلازمة التعب المزمن في عدّة دراسات منها دراسة (ساره حسام الدين مصطفى ، ٢٠١٩) والتي أكدت علي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كلا من الكمالية العصابية ومتلازمة التعب النفسي لدي طلاب الجامعة

مشكلة البحث:

متلازمة التعب المزمن هي حالة طبية غير مفهومه بشكل جيد وتتميز بوجود ارهاق مزمن ومستمر لمدة ٦ اشهر علي الاقل ويتطلب التشخيص مالا يقل عن أربعة من الاعراض التالية :

الصداع الشديد ، الام العضلات والمفاصل ، التهاب الحلق المتكرر، اضطرابات النوم ، ضعف الذاكرة والتركيز . وتؤدي هذه الاعراض الي انخفاض كبير في الوضع المهني والاجتماعي والتعليمي فالإحصائيات العالمية ، توصلت الي انه يعاني من ١٧ إلى ٢٤ مليون شخص في العالم من متلازمة التعب المزمن CFS / ME Chronic Fatigue Syndrome ، ٢٥ إلى ٢٩٪ من المرضى معزولون بالمنزل ، كما أن أكثر من نصف المرضى عاطلون عن العمل، و ١٩٪ فقط يعملون بدوام كامل .

ويبلغ متوسط مدة المرض ٥ سنوات ، لكن الأعراض يمكن أن تستمر حتى ٢٠ عاماً وأظهرت كثير من الدراسات أن الأشخاص المصابين بالمتلازمة يكونوا عرضة لفقد وظائفهم أو أن يصبحوا عاطلين عن العمل وأن الأشخاص الذين يعانون من متلازمة التعب المزمن يشكلون عبئاً غير متناسب على نظام الرعاية الصحية وعائلاتهم نظراً لأنهم مرضى لفترات طويلة من الزمن (Lim, Eun-Jin, et al,2020)

تم اقتراح العديد من العوامل المسببة للمتلازمة ولكن لم يظهر تفسير ثابت لهذه الاعراض فمتلازمة التعب المزمن ربما تكون متعددة الاسباب على الرغم من أن العديد من الدراسات قد استكشفت العلاقة بين سمات الشخصية والأمراض الجسدية أو العقلية، إلا أن هناك حاجة لكشف العلاقة بين سمات الشخصية (الانبساط، والضمير، والقبول، والانفتاح، والعصابية) ومتلازمة التعب المزمن حيث تشير الأدلة التجريبية إلى أن سمات الشخصية قد تلعب دوراً مهماً في الإصابة بمتلازمة التعب المزمن أو في تطور الاعراض بعد الإصابة حيث يمكن أن تكون شخصية الفرد مسؤولة بشكل غير مباشر عن المرض من خلال التسبب في سلوكيات غير صحية مثل الأرق أو سوء التغذية (Ghazanfari, Elahe, et al (2020)

وقد حاول العديد من الباحثين التوصل إلى تحديد نمط و سمات شخصية هؤلاء المرضى بهدف التعرف عليها وتحديد سمات معينة لكل نوع منهم ، و لهذا تعتبر دراسة سمات شخصية المرضى موضوعاً هاماً لدى المهتمين في هذا المجال ، حيث ظل أمل بعض الباحثين في أن تكون العلاقة بين الشخصية و متلازمة التعب المزمن خاصة، لدرجة إمكانية تحديد أنواع الشخصية التي من المحتمل إصابتها بمتلازمة التعب المزمن

ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية :

- ١ - ما طبيعة العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية ومتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق ؟
- ٢ - هل توجد فروق بين مرتفعي ومنخفضي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية ؟
- ٣ - هل تنبئ بعض العوامل الخمس الكبرى للشخصية دون غيرها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق ؟

أهداف البحث :

- ١ - الكشف عن طبيعة العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية ومتلازمة التعب المزمن لدى عينة من طلاب جامعة الزقازيق .
- ٢ - الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفضي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية
- ٣ - الكشف عن امكانية التنبؤ بمتلازمة التعب المزمن من خلال العوامل الخمس الكبرى للشخصية

أهمية البحث :

الأهمية النظرية

- تكمن أهمية الدراسة في محاولة التعرف علي متلازمة التعب المزمن باعتبارها متلازمة متعددة الاعراض الجسمية والتي تستمر لشهور ويعجز الاطباء عن تحديد سبب طبي واضح لها بالاضافة الي انتشارها بين جميع الفئات العمرية وبعض النظر عن مستواهم الثقافي والاجتماعي
- تعتمد هذه الدراسة علي شريحة عمرية مهمه وهي فئة طلاب الجامعة كونهم الركيزة الأساسية التي يتشكل منها مجتمع الغد وبالتالي التعرف علي سماتهم الشخصية وأي هذه السمات أدعي للإصابة بمتلازمة التعب المزمن
- تسعى الدراسة للبحث في متلازمة التعب المزمن تلك المتلازمة التي تلعب فيها الشكوي من الاعراض العضوية الدور الاكبر حيث يعاني الافراد من الام في العضلات او الاسنان او التهاب الغدد الليمفاوية ،او الصداع المزمن او اضطرابات المعدة او القولون وقد يشكو المريض من الام في العظام او اضطرابات في التفكير، كل هذا دون أي سبب طبي فالأمر يرجع لأسباب نفسية وفي حقيقة الامر دراسة هذه المتلازمة لا يرجع فقط لمعاناة هؤلاء الافراد دون سبب واضح او لطول مدة الشكوي وانما ايضا

لانتشارها لدى العديد من الافراد باختلاف مستوياتهم الاقتصادي والاجتماعي والتعليمي وباختلاف اجناسهم واعمارهم

الأهمية التطبيقية :

- يمكن أن تساهم نتائج الدراسة في التشخيص المبكر لمتلازمة التعب المزمن ووضع البرامج والخطط الارشادية والعلاجية وتقديم الارشاد النفسي لخفض درجة المتلازمة لدى المصابين والتغلب عليها .
- تفعيل برامج علاجية لزيادة سمات الشخصية الايجابية لدى مرضي متلازمة التعب المزمن

مصطلحات البحث :

• العوامل الخمس الكبرى للخصية: Big Five Personality Factors

هي السمات الأساسية في الشخصية التي تؤثر في الفرد، وتظهر من خلال السلوك، ويمكن قياسها من خلال: مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على كل عامل من مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية المستخدمة في هذه الدراسة). ويتضمن خمسة أبعاد أساسية هي : الانبساطية Extraversion، المقبولية Agreeableness، يقظة الضمير Conscientiousness ، العصابية Neuroticism، الانفتاح على الخبرة Openness to Experience

ثانيا: متلازمة التعب المزمن (Chronic fatigue syndrome)

تعرف متلازمة التعب المزمن بأنها الانهاك حيث يشكو فيها الفرد من تعب شديد مستمر لفترة زمنية طويلة ولا يتحسن بالراحة ومن أعراضه الشائعة تشنجات العضلات واضطرابات النوم والصعوبات في التفكير وينتج عن الارهاق البدني عزلة اجتماعية واضطرابات انفعالية

وقد عرف مركز التحكم والوقاية من الأمراض، (Center for disease control and prevention, 2012)؛ متلازمة التعب المزمن بأنها شعور الفرد بالوهن، وهو

اضطراب معقد يتميز بشدة التعب، وعدم التحسن في ظل الراحة السريرية، كما يصاحبه انخفاض في مستوى النشاطات البدنية، أو الجسمية، واجهاد ذهني

محددات البحث :

١- الحدود المنهجية : استخدمت الباحثة في البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لموضوع البحث والاهداف التي يسعى لتحقيقها وتكونت العينة النهائية من (١٨٢) تمتد أعمارهم من (١٨ - ٢٢) عام واستخدمت الباحثة قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI-S) اعداد كوستا وماكري (Costa & Mccrae,1992) ومقياس متلازمة التعب المزمن اعداد (ساره حسام الدين مصطفى، ٢٠١٩)

٢- الحدود المكانية : تم تطبيق الدراسة في جامعة الزقازيق محافظة الشرقية

٣- الحدود الزمنية : تم تطبيق الدراسة خلال العام الدراسي ٢٠٢٤

المفاهيم الأساسية والاطار النظري :

أولا : العوامل الخمس الكبرى للشخصية: Big Five Personality Factors

عرفها (Bagby & Widiger (2018)، بأنها عبارة عن خمسة عوامل أو أبعاد أساسية تنظم الشخصية وكل عامل يحتوي على مجموعة من السمات التي توصل إليها من خلال التحليل العاملي، وهذه العوامل هي (العصابية، وعامل الانبساطية وعامل الانفتاح على الخبرة، وعامل حسن العشرة، وحيوية الضمير.)
ويضم النموذج الحديث لعوامل الشخصية الكبرى خمسة عوامل كبرى يمكن توضيحها فيما يلي

١. الانبساطية Extraversion

يعكس هذا العامل التفضيل للمواقف الاجتماعية والتعامل معها، فمرتفعي الانبساطية يكونون نشطين ويبحثون عن الجماعة لديهم اهتمام قوي بالآخرين و بالأحداث الخارجية والمغامرة يتمتعون بالتفاؤل ودفع المشاعر والانفعالات الإيجابية أما منخفضي الدرجة في هذه السمة يميلون للانطواء والهدوء والتحفظ

٢. القبول Agreeableness: تشير هذه السمة الى الميل الي استيعاب الآخرين واحترام رغباتهم ومراعاة مشاعرهم فالأشخاص الذين يتسمون بدرجة عالية من هذه السمة هم اشخاص متواضعون متعاطفون مع الآخرين متحمسون لمساعدة الغير ومتعاونون يحبون المشاركة في الأنشطة التطوعية يؤثرن الآخرين علي أنفسهم وغير متعصبين لرأيهم بينما ذوي الدرجة المنخفضة منهم يتسموا بالعدوانية والأنانية وعدم التسامح

٣. يقظة الضمير Conscientiousness

تشير هذه السمة الي المثابرة والتنظيم لتحقيق الأهداف المرجوة وتحمل المسؤولية فتدل الدرجة المرتفعة فيها علي أن الفرد منظم ويؤدي واجباته باستمرار وإخلاص يتسم بالأمانة والجدية والدقة والصدق والوفاء والتسامح بينما من لديهم درجة منخفضة من هذه السمة يتسموا باللامبالاة والخروج علي القواعد والقوانين والإهمال

٤. العصابية Neuroticism

ويمكن تعريف العصابية بأنها سمة تشير في درجاتها المقبولة إلى الثبات الانفعالي والانتظام الانفعالي للفرد بشكل عام، وهي بالتالي سمة من سمات الشخصية السوية، أما هذه السمة في درجاتها المرتفعة فترتبط ببعض السمات السلبية مثل القلق والاكتئاب، والغضب، والخجل، والارتباك، والاندفاعية، والتوهم المرضي، والأشخاص العصائبيون الذين يتسمون بدرجة عالية من هذه السمة هم أكثر عرضة للأمراض

النفسية، وأكثر تأثراً بالضغوط، بينما تدل الدرجة المنخفضة في هذه السمة على الاستقرار الانفعالي، والقدرة على مقاومة الضغوط.

٥. الانفتاح علي الخبرة Openness to Experience

تعكس هذه السمة مدي تقبل الفرد لقيم ومعتقدات الآخرين والاهتمام بالفكر الجديدة غير التقليدية فذوي الدرجة المرتفعة علي هذا البعد يتسموا بالفضول والخيال والنضج العقلي والاهتمام بالثقافة والتفوق وحب الاستطلاع وسرعة البديهة والسيطرة والطموح فهم خياليون ابتكاريون يبحثون عن المعلومات بأنفسهم ، بينما تدل الدرجة المنخفضة علي أن الافراد بولون اهتماما أقل بالفض وعمليون بالطبيعة

مميزات نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية:

يعتبر نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية من أوسع النماذج الشخصية انتشارا حيث تناولته العديد من الدراسات في مجال علم نفس الشخصية وعلم نفس الشخصية حيث يعتبر نموذجاً شاملاً يتوفر فيه قواعد واسعة لوصف السمات الشخصية، كما يتضمن تنظيم وتشخيص أمراض الشخصية ، حيث أشارت العديد من الدراسات الي أنه يحتوي علي كل أبنية الشخصية تقريبا التي يتم تحديدها في نماذج أخرى للشخصية

متلازمة التعب المزمن Chronic Fatigue Syndrome

متلازمة التعب المزمن هي مرض معقد يفسره التعب الغير مبرر ويصاحبه العديد من الأعراض تم وصفه منذ قرنين من الزمان على الأقل ويسمى الوهن العصبي ، التهاب الدماغ العضلي ، ومرض أكويريري ، والتعب التالي للفيروسات ، والتعب الأحادي المزمن. نشر أول تعريف رسمي للمتلازمة في الولايات المتحدة في عام ١٩٨٨ (Reeves, William C., et al. 2003).

أول من اقترح مسمى " متلازمة التعب المزمن " هو الطبيب الأمريكي " جورج ميلر بيرد George Miller Beard "، عام 1869 ؛ كنتيجة لملاحظته عن حدوث ضعف في الجهاز العصبي المركزي، مما أدى به في القرن التاسع عشر إلى أن يعلن عن مفهوم "متلازمة التعب المزمن" والتي أشار إليها على أنها الوهن أو الضعف العصبي وتوالت الأبحاث والتقارير العملية، سواء البريطانية، أو الأمريكية؛ حيث استمر تشخيصه ما بين أنه " التهاب الدماغ والنخاع العضلي الوبائي"، أو أنه ناتج عن "فيروس إبشتاين EBV ؛ إلى أن استقر الأمر على تسمية المرض بمتلازمة التعب المزمن

فهي متلازمة يشكو فيها الفرد من الشعور الدائم بالتعب الشديد لمدة لا تقل عن ستة أشهر ولا ينتهي التعب بالراحة أبدا ويعاني من الام في العضلات والمفاصل ، التهابات في الحلق، ضعف في الذاكرة الشعور بالضيق الشديد والنوم الغير مستقر رغم حصوله علي قدر كافي من النوم ومع ذلك لا يظهر علي الجسم اي علامة جسمية لهذه الاعراض ،الشعور بالتعب الشديد بعد اي مجهود فالتعب لا يتناسب تماما مع المجهود المبذول عرفها " شيبارد (Shephard,2001)" بمتلازمة التعب المزمن بأنها حالة من التعب الشديد الذي لا يتساوى معه الجهد المبذول، ويدوم لأكثر من ستة أشهر، ويحدث بدون سبب، ويصاحبه انخفاض في قوة العضلات، وتناقص في القوة البدنية، مع تجنب النشاطات الصعبة

ويعرفها ألفريدو. (Fernánde., ٢٠٠٩) هي اضطراب مزمن معقد مجهول السبب ، يتميز بوجود إجهاد شديد ومسبب للعجز (جسدياً وعقلياً) ، ولا ينقص مع الراحة. ، يزداد سوءاً مع التمرين ، وعادة ما يرتبط بالمظاهر الجهازية والجسدية والنفسية العصبية

٢ -نسبة انتشار متلازمة التعب المزمن :

متلازمة التعب المزمن (Chronic Fatigue Syndrome) تصيب حوالي ٠.١ - ٢.٥٪ من عموم السكان البالغين (ريفز وآخرون ، ٢٠٠٧_) تؤثر متلازمة التعب المزمن بشكل رئيسي على الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٠ الي ٤٠ عامً .
(Avellaneda, Alfredo, et al, ٢٠٠٩)

٣ -المعايير التشخيصية لمتلازمة التعب المزمن :

وفقا لمعايير فوكودا واخرون (Fukude et al . 1994) فان المريض يشعر بأربعة علي الاقل من هذه الاعراض ولمدة ستة أشهر : حكة الحلق او التهابات في الغدد الليمفاوية ، ضعف الذاكرة والتركيز ، الصداع ، النوم المضطرب ، الضيق الشديد بعد اي مجهود حتي لو كان بسيطا ، الام العظام .
وقد حددت منظمة الصحة العالمية في التصنيف الدولي للأمراض عشرة محكات تشخيصية لمتلازمة التعب المزمن وذلك تحت مسمى الوهن العصبي (النيوروستينيا)
وتتمثل في التعب الشديد وشكوي مستمرة من اي مجهود سواء عقلي او بدني ، اضطرابات النوم ، الاستثارة والتهيج ، ضعف القدرة علي التركيز ، اوجاع والالام في العضلات ، الصداع التوترى ، عدم القدرة علي الاسترخاء ، تشتت الانتباه (سماح احمد الديب ، أحمد عبد الخالق ، ٢٠٠٦)

٤ -الاعراض :

تؤثر متلازمة التعب المزمن بشكل رئيسي على البالغين من سن ٢٠ إلى ٤٠ عاماً ، على الرغم من ظهور الأعراض أيضاً في مرحلة الطفولة والمراهقة وكبار السن انتشاره بين النساء أعلى بمقدار ٢ -٣ مرات منه لدى الرجال

تحدث متلازمة التعب المزمن النموذجية بشكل حاد ، وحتى فجأة ، عادةً في شخص يتمتع بصحة جيدة في السابق. غالباً أثناء فترة النقاهة من مرض حاد ، في البداية تكون

الحمى والتهاب الحلق والسعال وآلام العضلات والتعب هي عادة الأعراض السائدة. أما أعراض الجهاز الهضمي مثل الإسهال فهي أقل شيوعاً. هذه العملية الأولية تنتهي بإرهاق شديد. أما العرض الأساسي أو الرئيسي هو التعب ، وهو ضروري لتشخيص الحالة.

تتطور الأعراض المزمنة لاحقاً وتستمر لأسابيع أو شهور. تختلف الأعراض السائدة لكل مريض وتشمل التعب والحمى أو كسر الدم المتقطع ، وآلام المفاصل ، وآلام العضلات المعممة ، والتهاب البلعوم أو التهاب الحلق ، والصداع ، والعقد الليمفاوية العنقية أو الإبطية الرقيقة ، وأعراض أخرى أقل شيوعاً. (Avellaneda, Alfredo, et al. ٢٠٠٩)

٥ -أسباب متلازمة التعب :

تعتبر اسباب ظهور متلازمة التعب غير واضحة حتي الان فأسباب متلازمة التعب المزمن مثيرة للجدل ومعقدة وغير مفهومة بشكل كامل .يوجد جدل حولها .ويمكن تحديد اسبابها فيما يلي :

أ. الضغوط المزمنة : عند وقوع الفرد تحت وطأة الضغوط الشديدة المزمنة يحاول الجسم مواجهة حالة التوتر هذه من خلال بعض التغيرات الفسيولوجية عن طريق افراز هرمونات التوتر "الكورتيزون والادرينالين والنورادرينالين " استمرارية الضغوط تعني استمرارية زيادة افراز الهرمونات وبالتالي تتراكم في الجسم وينتج عنها آثار سلبية وتضعف خلايا الجهاز المناعي حيث تنخفض الخلايا المناعية لدي من هم عرضة للضغوط بنسبة ٢٨٪ مقارنة بالأشخاص العادين وبالتالي يكونون أكثر عرضة للشعور بالتعب والارهاق المزمن (أيمن الحسيني، ٢٠٠٧)

ب. أسباب نفسية : قد اظهرت التدخلات المعرفية السلوكية نتائج افضل في علاج المتلازمة افضل من العلاجات الدوائية مما يعكس ان هناك اسباب نفسية وراء مرور الفرد بمتلازمة التعب المزمن (Yancey&Thoms,2012)

ج. العدوي الفيروسية : نظراً لتداخل العديد من أعراض الالتهابات الفيروسية ومتلازمة التعب المزمن ، افترض بعض الأطباء أن متلازمة التعب المزمن لها مسببات

تالية للعدوى .إحدى النظريات الشائعة هي أن متلازمة التعب المزمن ناتجة عن عدوى مزمنة بفيروس إبشتاين بار .ومع ذلك ، لا توجد سوى أدلة مختلطة على أي ارتباط بين فيروسات معينة ومتلازمة التعب المزمن(Yancey, & Thomas, 2012)

الدراسات السابقة :

دراسات تناولت العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن :

تناولت دراسات عديدة العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن فقد أجري (٢٠٠٠) White, Christine, and Robert Schweitzer دراسة استهدفت الكشف عن علاقة متلازمة التعب المزمن بسمات الشخصية علي كلا من بعد الكمال واحترام الذات والتحكم العاطفي لدي عينة قوامها ٤٤ دراسة تجريبية بين مرضي متلازمة التعب المزمن ومجموعة مطابقة لهم في العمر والجنس تتراوح أعمارهم من ١٨ - ٤٣ وذلك باستخدام مقياس الكمال ومقياس احترام الذات وأسفرت النتائج عن وجود فروق في مستوى الكمال بين المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة لصالح مرضي متلازمة التعب المزمن (المجموعة التجريبية)

أجري (2010) Nater, Urs M., et al . دراسة للكشف عن سمات واضطرابات الشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن علي عينة قوامها ٥٠١ من عامة سكان جورجيا وتحقيا لذلك تم استخدام مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية ومقياس اضطرابات الشخصية وأسفرت النتائج الي أن متلازمة التعب المزمن مرتبطة بزيادة انتشار سمات الشخصية غير القادرة علي التكيف ، العصبية أكثر انتشارا لدي مرضي متلازمة التعب المزمن بينما الانبساطية أقل انتشارا

بينما تناولت دراسة (Sáez-Francàs, Naia, et al ,2014) العلاقة بين متلازمة التعب المزمن وسمات الشخصية دراسة حالة باستخدام نموذج العوامل الخمس الكبرى للشخصية وذلك علي عينة قوامها ١٣٢ مريضا تمت احالتهم الي

قسم الطب في مستشفى كاتالونيا وتوصلت نتائج الدراسة الي أن العصبية أكثر ارتباطا بمتلازمة التعب المزمن وأن مرضى متلازمة التعب المزمن أقل انبساطاً من المرضى غير المصابين بمتلازمة التعب المزمن

كما أجري محمد علي بشارت ، أحمد بهاجوه ، حميد بورشيفي ، فريبا الزرعاني (٢٠١١) دراسة هدفت الي فحص العلاقة بين عوامل الشخصية وأعراض التعب لدى أشخاص من مرضى متلازمة التعب المزمن ومقارنتها بأشخاص من عامة السكان بطهران وبذلك تم مقارنة ٧٧ مريضاً بمتلازمة التعب المزمن ب ٧٢ فرد صحيح جسمانيا وذلك باستخدام مقياس العوامل الخمس الكبرى للشخصية (NEO -FFI; costa and Mcrae,1992) ومقياس تأثير التعب المعدل (MFIS) وكشفت النتائج عن ارتفاع مستوي العصبية والضمير لدى المجموعة التجريبية (مرضى متلازمة التعب المزمن) مقارنة بالضابطة وتشير هذه النتائج الي أن العوامل الشخصية للعصبية والضمير قد تلعب دور في تطور واستمرار اعراض التعب

دراسة". (Valero, Sergi, et al ,2013) هدفت هذه الدراسة الي الكشف عن دور العصبية والكمالية غير القادرة علي التكيف والاكتئاب في تطور اعراض متلازمة التعب المزمن لدى عينة مكونه من ٢٢٩ مريض من مرضى متلازمة التعب المزمن بمقارنة أربعة نماذج معادلة هيكلية وتوصلت النتائج الي أن العصبية ترتبط بمتلازمة التعب المزمن من خلال تأثير الاكتئاب كمتغير وسيط

دراسة مروة عبدالستار حسن (٢٠١٦) هدفت هذه الدراسة الي التعرف علي العلاقة بين التعب المزمن وخصائص الشخصية علي كل من بعدي العصبية والانبساطية لدى عينة قوامها ١٠٠ من السيدات العاملات وغير العاملات وتم تطبيق مقياس التعب المزمن واستخبار ايزينك للشخصية وأسفرت النتائج الي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوي الإحساس بالتعب المزمن علي أبعاد (التعب العام -التعب المعرفي - التعب الانفعالي) والعصبية بين الاناث العاملات وغير

العاملات ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الإحساس بالتعب علي بعدي (التعب البدني والتعب السلوكي) والعصاب بين الاناث العاملات وغير العاملات بينما اجرت ساره حسام الدين مصطفى (٢٠١٩) دراسة هدفت الي معرفة علاقة كلا من النزعة للكمالية (العصابية والسوية) بمتلازمة التعب المزمن لدي عينة من قوامها ٣٠٠ طالب وطالبة من طلاب الجامعة وذلك باستخدام مقياس الكمالية العصابية ومقياس الكمالية السوية ومقياس متلازمة التعب المزمن وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين كلا من الكمالية العصابية ومتلازمة التعب المزمن

التعليق علي الدراسات السابقة :

هدفت معظم الدراسات الي الكشف علي العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية ومتلازمة التعب المزمن كدراسة (Nater, Urs M., et al ,2010) (Sáez-Francàs, Naia, et al ,2014) (Valero, Sergi, et al ,2013) (White, Christine, and Robert,2000 Schweitzr) (مروة عبدالستار حسن ٢٠١٦) ساره حسام الدين مصطفى، ٢٠١٩)

معظم الدراسات السابقة تناولت مرضي متلازمة التعب المزمن وكانت كبيرة العدد وموزعة بين الجنسين مثل دراسة (Valero, Sergi, et al ,2013) (Sáez-Francàs, Naia, et al ,2014). اقتصر بعض الدراسات السابقة علي طلاب الجامعة مثل دراسة ساره حسام الدين مصطفى، ٢٠١٩)

وقد تباينت الأدوات المستخدمة في الدراسات ذات الصلة ما بين الاستبيان والاختبارات والمقاييس والمقابلة ، دراسات استباقية مقطعية مستعرضة، ودعمت أدوات تلك الدراسات الباحثين في إعداد مقاييس وأدوات دراستهما .

وقد توصلت دراسة (Nater, Urs M., et al ,2010) (Valero, Sergi, (Sáez-Francàs, Naia, et al ,2014) et al ,2013) أن العصابية أكثر

ارتباطا بمتلازمة التعب المزمن وأن مرضى متلازمة التعب المزمن أقل انبساطاً من المرضى غير المصابين بمتلازمة التعب المزمن بينما توصلت دراسة (مروة عبدالستار حسن، ٢٠١٦) الي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوي الإحساس بالتعب علي بعدي (التعب البدني والتعب السلوكي) والعصاب بين الاناث العاملات وغير العاملات واستفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد مشكلة الدراسة وصياغة الفروض وتحديد أهداف الدراسة الحالية

فروض الدراسة :

١. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العوامل الخمس للكبرى للشخصية ومتلازمة التعب المزمن لدي عينة من طلاب جامعة الزقازيق
٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن
٣. تنبئ بعض العوامل الخمس الكبرى للشخصية دون غيرها بمتلازمة التعب المزمن لدي طلاب جامعة الزقازيق

منهجية البحث واجراءاته :

منهج البحث_: استخدمت الباحثة في البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لموضوع البحث والاهداف التي يسعى لتحقيقها

مجتمع البحث : اشتمل مجتمع البحث على جميع طلاب جامعة الزقازيق

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية ، لتمثل مجتمع البحث الأصلي وانقسمت العينة الى:

• أولاً : عينة الخصائص السيكومترية :

بلغت عينة التقنين في البحث الحالي (٨٢) طالب وطالبة من طلاب جامعة الزقازيق تم اختيارهم بطريقة عشوائية من كليات (التربية - الآداب - الحقوق - التجارة - الهندسة - الصيدلة) بمتوسط عمر زمني قدره (١٩.٢٣) عام وانحراف معياري (١.٥١)، مقسمين إلى (٧٩) من الذكور (١٠٣) من الإناث وطبقت عليهم أدوات الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٢٢/٢٠٢٣. بهدف التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة .

ثانياً : العينة النهائية : تكونت العينة النهائية من (١٨٢) تمتد أعمارهم من (١٨) إلى (٢٢) عام بمتوسط عمر زمني (٢٠.٤٤) عام وانحراف معياري (١.٦١)، (٢٠.٤٤) عام وانحراف معياري (١.٦١)، وتم تطبيق أدوات الدراسة علي جزء من العينة أثناء حضورهم للجامعة وتم استكمال العينة من خلال التطبيق الالكتروني (Googal) forms والجدول التالي يوضح توزيع عينة البحث الأساسية بالتفصيل :

جدول (1) توزيع طلاب وطالبات العينة الأساسية وفقاً للنوع ، الكلية ، المرحلة الدراسية

م	الكلية	النوع		الفرقة الدراسية	المجموع
		ذكر	انثي		
١	التربية	٢٢	٣٥	الاولي والثالثة	٥٧
٢	الصيدلة	١٨	١٥	الاولي والثالثة والخامسة	٤٣
٣	الهندسة	١٢	١٨	الاولي والثانية	٣٠
مجموع الكليات العملية		١٢٠			
٤	الآداب	٧	١٤	الاولي والثانية	٢١
٥	التجارة	٨	١١	الاولي والرابعة	١٩
٦	الحقوق	١٢	١٠	الثانية والرابعة	٢٢
مجموع الكليات النظرية		٦٢			
المجموع الكلي للكليات		١٨٢			

أدوات البحث :

قائمة العوامل الخمسة الكبرى للخصيصة (NEO-FFI-S):

اعدها كوستا وماكري (Costa & McCrae, 1992) وترجمها إلى اللغة العربية بدر الانصاري (١٩٩٧ : ٣٥) وقننها على البيئة الكويتية، وهذه القائمة تهدف إلى قياس العوامل الخمسة الكبرى للخصيصة بواسطة ٦٠ بنداً (وتشتمل على خمس مقاييس فرعية:

١. العصابية وتتكون من (١٢ بنداً) يتناول بعض السمات النفسية مثل القلق، العدائية، الاكتئاب، الوعي بالذات، الاندفاعية، سرعة الغضب (وتقاس من خلال البنود (٦، ١١، ٢١، ٢٦، ٣٦، ٤١، ٥١، ٥٦) أما البنود العكسية (١، ١٦، ٣١، ٤٦)
٢. الانبساط وتتكون من ١٢ بنداً (يتناول السمات النفسية الآتية (الاجتماعية، التفاؤل، التوكيدية، النشاط، البحث عن الإثارة، الانفعالات الإيجابية) وتقاس من خلال البنود (٢، ٧، ١٧، ٢٢، ٣٢، ٣٧، ٤٧، ٥٢) أما البنود العكسية (١٢، ٢٧، ٤٢، ٥٧)
٣. الانفتاح على الخبرة ويتكون من (١٢ بنداً) ويضم السمات النفسية الآتية (الخيال، تذوق الجمال، حب الاستطلاع، الذكاء، الأفكار، القيم (وتقاس من خلال البنود (١٣، ٢٨، ٤٣، ٥٣، ٥٨) أما البنود العكسية (٣، ٨، ١٨، ٢٣، ٣٣، ٣٨، ٤٨)
٤. المقبولية وتتكون من (١٢ بنداً) وتشمل السمات النفسية الآتية: (الثقة، الإيثار، الانصياع، والتواضع، التسامح، المودة) وتقاس من خلال البنود (٤، ١٩، ٣٤، ٤٩) أما البنود العكسية (٩، ١٤، ٢٤، ٢٩، ٣٩، ٤٤، ٥٤، ٥٩)
٥. يقظة الضمير ويتكون من (١٢ بنداً) ويشمل سمات (الكفاءة، النظام، المسؤولية، الدافعية في الإنجاز، الضبط الذاتي، التروي والاستقلال (وتقاس من خلال البنود (٥، ١٠، ٢٠، ٢٥، ٣٥، ٤٠، ٥٠، ٦٠) أما البنود العكسية (١٥، ٣٠، ٤٥، ٥٥) وقُدرت الدرجة عن كل عبارة في مدى يتراوح من (١ - ٥) وذلك في جميع بنود المقياس ماعدا البنود المعكوسة والتي تصحح في الاتجاه العكسي (٥ - ١) يطلب

الباحث من المفحوص الإجابة على كل مفردة باختيار الدرجة المناسبة له من (١ إلى ٥) وذلك بورقة إجابة منفصلة، حيث تعني الدرجة (١) لا أوافق بشدة، الدرجة (٢) لا أوافق، والدرجة (٣) محايد، والدرجة (٤) أوافق، والدرجة (٥) أوافق بشدة على العبارة.

الشروط السيكمترية لقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (NEO-FFI-S)

أولاً/ صدق المقياس :تم حسابه من خلال :

1- صدق الاتساق الداخلي :

وللتحقق من صدق الاتساق الداخلي طبقت الباحثة المقياس على العينة الاستطلاعية ، وتم حسابه بإيجاد معاملات الارتباط بين الدرجات في كل عبارة من عبارات المقياس مع الدرجة الكلية لعبارات العامل التي تنتمي إليه. والجدول التالي يوضح معاملات ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه في قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية.

جدول رقم (٢) معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للعامل الذي تنتمي إليه في قائمة

العوامل الخمس الكبرى للشخصية

م	العصبية	م	الانبطاحية	م	الانفتاح على الخبرة	م	المسايرة	م	يقظة الضمير
١	***.٥٣١	٢	***.٦٠٦	٣	***.٥٥٨	٤	***.٤٤٢	٥	***.٦٧٧
٦	***.٥٦٢	٧	***.٦٩٠	٨	***.٢١	٩	***.٧١٢	١٠	***.٧١٨
١١	***.٥١٤	١٢	***.٢٧٥	١٣	***.٥٥٣	١٤	***.٦٢٩	١٥	***.٤٧٨
١٦	***.٦٥٤	١٧	***.٥٥٦	١٨	***.٧٨٤	١٩	***.٧٥١	٢٠	***.٣٢٧
٢١	***.٦٥٨	٢٢	***.٤٧٣	٢٣	***.٦١٥	٢٤	***.٦٤٣	٢٥	***.٥٤١
٢٦	***.٧٩٠	٢٧	***.٦٧٧	٢٨	***.٦٨٢	٢٩	***.٦٣٨	٣٠	***.٢٢٩
٣١	***.٦٦٣	٣٢	***.٦٠٤	٣٣	***.٢٩	٣٤	***.٥٧٩	٣٥	***.٥٨١

العوامل الخمس الكبرى للخصية وحلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
د.هـ صلاح فكري سعيد أ.د / محمد السيد عبد الرحمن د / أميرة محمد العادي

م	العصبية	م	الانبساطية	م	الانفتاح على الخبرة	م	المسايرة	م	يقظة الضمير
٣٦	***.٦٩٨	٣٧	***.٧٦٦	٣٨	***.٥٨٩	٣٩	***.٥٧٤	٤٠	***.٧١٧
٤١	***.٤٣٧	٤٢	***.٦٣٥	٤٣	***.٣٤٥	٤٤	***.٥٥٦	٤٥	***.٦٣٧
٤٦	***.٥٥٤	٤٧	***.٤٧٥	٤٨	***.٦٤٣	٤٩	***.٤٨٦	٥٠	***.٥٨١
٥١	***.٧١٧	٥٢	***.٦٥٩	٥٣	***.٤٤٢	٥٤	***.٣٤١	٥٥	***.٢٢٥
٥٦	***.٦٩٤	٥٧	***.٨١٧	٥٨	***.٥٩٤	٥٩	***.٣٩	٦٠	***.٢٦

يتضح من الجدول السابق رقم (٢) أن قيم معاملات الارتباط مرتفعة ودالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) $\diamond \diamond \diamond (0.05)$ في كل العوامل مما يشير إلى اتساق المقياس وتماسك بنوده ومن ثم صدقه.

ثانياً/ ثبات المقياس:

تم حساب ثبات القائمة بأكثر من طريقة منها:

١ - إعادة التطبيق Test-Reset reliability - :

أعادت الباحثة تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، بعد أسبوعين من التطبيق الأول للمقياس، وتم حساب قيم معامل الثبات لكل بعد بين التطبيقين، والحصول على قيم معاملات الثبات لكل بُعد، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٣) يوضح معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق.

م	الأبعاد	معامل الثبات
١	العصبية	٠.٨٢٨
٢	الانبساطية	٠.٨٨٦
٣	الانفتاح على الخبرة	٠.٨٣٦
٤	المقبولية والمسايرة	٠.٩١٦
٥	يقظة الضمير	٠.٩٦٦

ويتضح من الجدول السابق رقم (٣) أن قيم معاملات الثبات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١)

2- معامل ثبات ألفا كرونباخ Alpha- kerwenpakh - :

تم حساب معاملات ثبات ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والدرجة الكلية للمقياس، وقد توصل الباحث إلى أن قيم ألفا للأبعاد والدرجة الكلية قد بلغت قيمتها (٠.٧٤) لبعد العصابية (٠.٧١)، لبعد الانبساطية (٠.٧٣)، لبعد الانفتاح على الخبرة (٠.٧٦) لبعد المقبولية والمسيرة، (٠.٨٤) لبعد يقظة الضمير، (٠.٧٦) وذلك للدرجة الكلية للمقياس، وجميع تلك القيم مرتفعة مما يشير إلى أن القائمة تتسم بكفاءة سيكومترية من خلال ما توفر عنها من مؤشرات ثبات وأدله صدق، بما يسمح باستخدامها والاطمئنان إلى نتائجها في الدراسة الحالية

١. مقياس متلازمة التعب المزمن اعداد (سارة حسام الدين مصطفى، ٢٠١٩)

أعدت هذا المقياس (سارة حسام الدين مصطفى) بهدف استخدامه في قياس أعراض متلازمة التعب المزمن، ويتكون المقياس في صورته النهائية من ٢٤ عبارة بمثابة أعراض تتنوع بين الأعراض الجسمية، والذهنية والشعور بالإجهاد والقدرة على الاسترخاء موزعة على ٥ أبعاد فرعية على النحو التالي :

البعد الأول: الاختلالات الذهنية وهو مكون من (٨) عبارات وهي (٢ - ٥ - ٨ - ١١ - ١٤ - ١٧ - ٢٠ - ٢٣)

البعد الثاني: آلام العظام والإجهاد وهو مكون من (٥) عبارات وهي (٣ - ٤ - ١٣ - ١٥ - ١٦)

البعد الثالث: اضطرابات النوم : وهو مكون من (٦) عبارات وهي (٦ - ٩ - ١٢ - ١٨ - ٢١ - ٢٤)

العوامل الخمس الكبرى للخصبية وحلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
دعاء صلاح فكرى سعيد أ.د / محمد السيد عبد الرحمن د / أميرة محمد الهادي

البعد الرابع : الصداع والالتهابات المزمنة وهو مكون من (٣) عبارات وهي (١) - ١٠ -
 (١٩)

البعد الخامس : وقد تشبع بعبارتنا لذلك تم حذفه

طريقة التصحيح : يصحح المقياس وفقا لتدرج ثلاثي (أعاني منذ أكثر من ٦ شهور وبدون سبب طبي - أعاني من فترة قصيرة وبدون سبب طبي - لا أعاني مطلقا) وتقدر الدرجة من خلال اختيار المفحوص لأحد البدائل الثلاثة علي المفردة من (٣ - ١) درجات

خطوات التحقق من كفاءة مقياس متلازمة التعب المزمن :

تم التحقق من كفاءة مقياس متلازمة التعب المزمن علي (٨٥) فرد من أفراد العينة وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس متلازمة التعب المزمن بالطرق الاتية :

الخصائص السيكومترية لمقياس متلازمة التعب المزمن :

تم حساب معاملات الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس والجدول التالي (٤) يوضح هذه المعاملات :

العبرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	العبرة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
١	***.٤٨	١٣	***.٥٦
٢	***.٥٢	١٤	***.٥١
٣	***.٥٦	١٥	***.٥٢
٤	***.٥٨	١٦	***.٥٦
٥	***.٦٠	١٧	***.٥٩
٦	***.٤٤	١٨	***.٥١
٧	***.٤٣	١٩	***.٥٤

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	العبارة	معامل الارتباط بالدرجة الكلية
٨	**٠.٤٨	٢٠	**٠.٥٨
٩	**٠.٥٩	٢١	**٠.٦١
١٠	**٠.٥٦	٢٢	**٠.٥٣
١١	**٠.٤٤	٢٣	**٠.٥٧
١٢	**٠.٤٨	٢٤	**٠.٦٢

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات ارتباط المفردات بالدرجة الكلية للمقياس دالة عند مستوي (٠.٠١) مما يدل على أن جميع عبارات المقياس تنتمي له ثبات مقياس متلازمة التعب المزمن :
تم حساب ثبات المقياس بطريقتين هما : طريقة ألفا كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية والجدول التالي يوضح معاملات الثبات : جدول (٥) يوضح معاملي الثبات لمقياس متلازمة التعب المزمن

معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية (سبيرمان براون)
٠.٨٨	٠.٨١

يتضح من الجدول السابق أن معاملي الثبات مرتفعين والذي يؤكد ثبات مقياس متلازمة التعب المزمن
ثبات المقياس في الدراسة الحالية :
قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ والجدول التالي (٦) يوضح ذلك

العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
د. د / صلاح فكري سعيد / د / محمد السيد محمد الرحمة / د / أميرة محمد الهادي

الأبعاد	معامل الفاكرونباخ
الاختلالات الذهنية	٠.٨٥٢
آلام العظام والاجهاد	٠.٨٥٢
اضطرابات النوم	٠.٧٨١
الصداع والالتهابات المزمنة	٠.٥٩١
الدرجة الكلية	٠.٩٠٦

صدق المقياس في الدراسة الحالية :

الصدق العاملي: للتحقق من صدق المقياس في الدراسة الحالية أجرت الباحثة التحليل العاملي الاستكشافي على العينة الكلية للدراسة (ن= ٢٠٤) بطريقة المكونات الأساسية لهوتيلنج وتدوير المحاور بطريقة فاريمكس لكايزر ، واعتبار الحد الأدنى لتشبعات العوامل = ٣٠

المعالجات الإحصائية:

- معامل الارتباط البسيط بيرسون
- اختبارات لعينتين مستقلتين
- تحليل الانحدار الخطي المتدرج Stepwise R.

نتائج البحث ومناقشتها:

نص الفرض الأول ونتيجته

ينص الفرض الأول علي " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية موجبة بين درجات أبعاد العوامل الخمس الكبرى للشخصية ودرجات أبعاد متلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق "

ولاختبار صحة الفرض تم حساب معامل ارتباط بيريسون بين درجات كل بعد للعوامل الخمس الكبرى للشخصية والدرجة الكلية ودرجات كل بعد من أبعاد

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

متلازمة التعب المزمن لدي طلاب جامعة الزقازيق . ويوضح جدول (٧) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين العوامل الخمس الكبرى للشخصية ومتلازمة التعب المزمن لدي طلاب (ن = ١٨٢)

التعب المزمن العوامل الخمس الكبرى للشخصية	الاختلالات المعرفية	الام العظام والاجهاد	اضطرابات النوم	الصداع والالتهابات المزمنة	الدرجة الكلية لمتلازمة التعب المزمن
العصابية	٠.٠٤	٠.٠٢	٠.١١	٠.٠١٤-	٠.٠٥٢
الانبساطية	**-٠.٢٤-	**-٠.٢٣٣-	**-٠.٢٤-	٠.٠٦	**-٠.٢٥-
الانفتاح علي الخبرة	*٠.١٩-	٠.٠٧٤-	**-٠.٢٣١-	٠.٠٧٠-	**-٠.١٨١-
المقبولية	**-٠.٣٨٠-	**-٠.٢٨-	**-٠.٣٣-	*٠.١٥-	**-٠.٣٦٠-
يقظة الضمير	٠.٠٤٠	٠.٠٤-	٠.٠٦	٠.١١٠	٠.٠٤٠

يتضح من الجدول السابق ما يلي

- ١ - لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العصابية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له
- ٢ - توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين الانبساطية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ماعدا بعد الصداع والالتهابات المزمنة فقد كانت العلاقة غير دالة
- ٣ - توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠٥ بين الانفتاح علي الخبرة وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ماعدا بعدي الام العظام والاجهاد، الصداع والالتهابات المزمنة فقد كانت العلاقة غير دالة

- ٤ - توجد علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين المقبولية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ماعدا بعد الصداع والالتهابات المزمنة فقد كانت العلاقة دالة عند ٠.٠٥
- ٥ - لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين يقظة الضمير وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له

مناقشة نتيجة الفرض الأول وتفسيرها

تختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (Besharat et al., 2011 , Valero et al,2013. Johnson et al., 1996; Taillefer et al., 2003) Vollrath, Margarete, and Besharat, Mohammad Ali, et al Svenn Torgersen (2002):. (2011)، التي توصلت الي ارتباط العصابية بالتعب المزمن حيث أن العصابية تجعل الفرد عرضة لمتلازمة التعب المزمن من خلال زيادة القلق والتوتر والوعي الذاتي وتدني احترام الذات

وتتفق مع دراسة كل من (Henderson and Tannock, 2004; Moss-) Morris, 1997; Taillefer et al., 2003; Van Geelen et al., 2007; White and Schweitzer, 2000) التي أكدت علي ارتباط العوامل الخمس الكبرى للشخصية بمتلازمة التعب المزمن وتفسر الباحثة ارتباط العوامل الخمس الكبرى للشخصية بمتلازمة التعب حيث أن السلوكيات الصحية التي تتبعها كل سمه شخصية يكون لها دور أساسي في ضعف المناعة او الحفاظ عليها وذلك باعتبار ان ضعف المناعة هو المسبب الرئيسي لمتلازمة التعب المزمن فالذين يتمتعون بدرجة عالية من الانبساط هم أشخاص اجتماعيون وحازمون ونشطون ومتفائلون. وأكثر عرضة للحصول على الدعم الاجتماعي والحفاظ عليه وأقل عرضة لعزل أنفسهم اجتماعيا، فهم يسعون للحصول على الدعم الاجتماعي الذي يحتاجون إليه ويرتبط

الدعم الاجتماعي ارتباطا سلبيا بمتلازمة التعب المزمن كما ان من اهم سمات الانبساطي انه اجتماعي ،واقعي التفكير فهو ينظر الي الأشياء في محيطه كما هي من حيث قيمتها المادية الواقعية لا لأهميتها ودلالاتها المثالية فهو يتعامل مع الواقع الذي يعيشه بدون خيالات أو تأملات لذلك يعمل علي معالجة أموره بالممكن المتاح من الطاقة الفعلية لذلك ينجح في إيجاد الحلول التي يتوافق من خلالها مع الضغوط المزمنة المسببه لضعف المناعة ويحافظ علي نشاطه وحيويته أما الأشخاص ذوو الدرجة المرتفعة من الانفتاح فهم باحثون عن الخبرة ومهتمون بالبحث عن أفكار جديدة ويسعون لتوسيع مخزونهم من المعرفة فعند مواجهة بعض أعراض متلازمة التعب المزمن يكون هؤلاء "الباحثون عن الخبرة" أكثر استباقية في البحث عن المعلومات التي قد توفر لهم بعض المزايا في إدارة مرضهم. كما أنه كلما ارتفعت درجة الانفتاح على الخبرات والإقدام على خوض التجارب و الإطلاع على الأفكار المتنوعة والتفكير خارج الصندوق، كلما مال أصحابها إلى تبني استراتيجيات تعاملية نشطة تركز على حل المشكلات عن طريق الاستفادة مما تم الحصول عليه من التجارب فيكون لديهم من النضج العقلي والخبرة الغنية التي تجعلهم يتعاملون بطريقة أفضل مع مشكلات الحياة الضاغطة المزمنة المسببة لضعف المناعة وبالتالي هم أقل فرصة للإصابة بالمتلازمة ويمكن تفسير عدم وجود ارتباط بين سمة الضمير ومتلازمة التعب المزمن بأن الضمير يرتبط بسلوك الانضباط الذاتي والموجه نحو الهدف فتمتع الفرد بيقظة الضمير تعني تجنبه السلوكيات التي تحمل الضرر فيرتبط بالسلوكيات الصحية الإيجابية فيميل أصحاب هذه السمة الي تبني الأفكار والسلوكيات الصحية الإيجابية لذلك يمكن ربط هذا البعد بالسلوك المعزز للصحة

العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
د.هـ صلاح فكري سعيد أ.د / محمد السيد عبد الرحمن د / أميرة محمد الهادي

الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني علي " توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين منخفضي ومرتفعي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية والدرجة الكلية له لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن

والجدول التالي (٨) يوضح ذلك

مستوي الدلالة	قيمة ت	مرتفعي التعب المزمن = ٩٤		منخفضي التعب المزمن = ٩١		ابعاد العوامل الخمس الكبرى للشخصية
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
غير دالة	٠.٧٥-	٤.٢١٤	٣٢.٨٢	٢.٩٨	٣٢.٤٢	العصابية
٠.٠١	٣.١٨	٤.٠٤	٣٨.١٧	٣.٥٧	٣٩.٩٦	الانبساطية
٠.٠٥	٢.٤٧	٣.٩٦	٣٦.٥	٣.٢٨	٣٧.٨٠	الانفتاح علي الخبرة
٠.٠١	٤.٨	٤.٠١	٣٦.٢٣	٣.٦٣	٣٨.٩٢	المقبولية
غير دالة	٥٩.-	٣.٦٢	٣٨.١٢	٣.١٦	٣٧.٨٤	يقظة الضمير

يتضح من الجدول السابق :وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين منخفضي ومرتفعي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية والدرجة الكلية له في أبعاد الانبساطية والمقبولية ووجود فروق عند ٠.٠٥ في بعد الانفتاح علي الخبرة لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن بينما لا توجد فروق في بعدي العصابية و يقظة الضمير

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسات كل من (Buckley et al., 1999, Chubb et al., 1999, Deary and Chalder, 2010, Besharat et al., 2011)، التي اكدت أن الأشخاص الذين يعانون من متلازمة التعب المزمن هم أقل انبساطاً من الأشخاص الذين لا يعانون من متلازمة التعب وكذلك مع دراسة

Poeschla et al. (2013) والتي توصلت الي أن انخفاض الانبساط كان مرتبطاً بمتلازمة التعب المزمن، وأن هذه العلاقة قد تكون سببية وثنائية الاتجاه. وتفسر الباحثة وجود فروق بين منخفضي ومرتفعي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية والدرجة الكلية له في أبعاد الانبساطية والمقبولية والانفتاح علي الخبرة لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن حيث أن ارتفاع الانبساط يجعل الأفراد قادرين على أن يكونوا إيجابيين وحازمين وبالتالي أقل عرضة للإرهاق. فالانبساط يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالنشاط، فترتبط هذه السمة ارتباطاً وثيقاً بالمشاعر الإيجابية والتفاؤل والمهارة في خلق المواقف الناجحة. بالإضافة إلى أنها مرتبطة بالدعم الاجتماعي . كل من هذه المكونات يمكن أن تؤثر بشكل إيجابي على رفاهية الفرد فهذه المهارات تساعد الفرد على الرضا عن المواقف المختلفة وسهولة تكيفه مع المواقف الضاغطة المزمنة ومع المرض و سهولة الحصول على الدعم الاجتماعي والحفاظ علي نشاطه وتقوية مناعة الجسم وبالتالي تعزيز فرص العلاج وانخفاض الاعراض ، كما يرتبط ذوي مرتفعي الانفتاح علي الخبرة ارتباطاً مباشراً بمركز التحكم الداخلي . بمعنى آخر، يشعر هؤلاء الأشخاص بمسؤولية أكبر تجاه صحتهم ويتبعوا سلوكيات الرعاية الذاتية. ونتيجة لذلك، فهم أقل عرضة للإصابة باعراض متلازمة التعب المزمن

الفرض الثالث :

ينص الفرض الثالث علي " تنبئ بعض العوامل الخمس الكبرى للشخصية دون غيرها بمتلازمة التعب المزمن لدي طلاب جامعة القزاق " ولاختبار الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لمتلازمة التعب المزمن كمتغير تابع وأبعاد ضغوط أحداث الحياة كمتغيرات مستقلة وكانت نتائج التحليل كما يلي :
جدول (٩) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة
(العوامل الخمس الكبرى للشخصية) علي المتغير التابع (الاختلالات المعرفية)

العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
د.هـ صلاح فكري سعيد أ.د / محمد السيد محمد الرحمة د / أميرة محمد الهادي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الانحدار	٦٦٠.٨٧	١	٦٦٠.٨٧	٣٠.٩١	٠.٠١
البواقي	٣٩١٣.١٦	١٨٣	٢١.٣٨		
المجموع	٤٥٧٤.٠٣	١٨٤			

جدول (١٠) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للشخصية) على المتغير التابع (الاختلالات المعرفية)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R square	معامل B	معامل Beta	قيمة ت	مستوي الدلالة
الاختلالات المعرفية	المقبولية	٠.٣٨٠	٠.١٤٤	٠.٤٧	-٠.٣٨	-٥.٥٦	٠.٠١
قيمة الثابت العام = ٣٢.١٠							

يتضح من الجدول السابق أن المقبولية هي المتغير الوحيد المنبئ بالاختلالات المعرفية بنسبة مساهمة ١٤٪ ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بينهم

$$\text{الاختلالات المعرفية} = -٠.٨٣ \times \text{المقبولية} + ٣٢.١٠$$

جدول (١١) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للشخصية) على المتغير التابع (الامر العظام والاجهاد)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الانحدار	١٩٠.١٢٩	٢	٩٥.٠٦٤	٩.٧٣١	٠.٠١
البواقي	١٧٧٨.٠١	١٨٢	٩.٧٦٩		
المجموع	١٩٦٨.١٤	١٨٤			

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R square	معامل B	معامل Beta	قيمة ت	مستوي الدلالة
الام	المقبولية	٠.٢٨	٠.٠٨	٠.١٧٩-	٠.٢٢-	٢.٩٢-	٠.٠١
العظام والاجهاد	الانبساطية	٠.٣١١	٠.١٠	٠.١٣-	٠.١٥١-	١.٩٩-	٠.٠١
قيمة الثابت العام = ٢٠.٧٦٢							

يتضح من الجدول السابق أن كل من المقبولية والانبساطية تنبأ دون غيرها بالام العظام والاجهاد ونسبة مساهمه اجمالية مقدارها (٨٪) للطيبة ، ٢٪ للانبساطية ، ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية لتوضح العلاقة بينهم

$$\text{الام العظام والاجهاد} = ٠.٢٢ \times \text{المقبولية} + ٠.١٥١ \times \text{الانبساطية} + ٢٠.٧٦٢$$

جدول (١٢) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للشخصية) علي المتغير التابع (اضطرابات النوم)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الانحدار	٢٦٩.٥١	١	٢٦٩.٥١٣	٢١.٧١٢	٠.٠١
البواقي	٢٢٧١.٦٠	١٨٣	١٢.٤١٣		
المجموع	٢٥٤١.١١	١٨٤			

□

العوامل الخمس الكبرى للخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
دعاء صلاح فكرى سعيد أ.د / محمد السيد عبد الرحمن د / أميرة محمد الهادي

جدول (١٣) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للخصية) على المتغير التابع (اضطرابات النوم)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R square	معامل B	معامل Beta	قيمة ت	مستوي الدلالة
اضطرابات النوم	المقبولية	٠.٣٣	٠.١٠٦	-٠.٢٩٩	-٠.٣٢٦	-٤.٦٦٠	٠.٠١
قيمة الثابت العام = ٢٢.٦٣٨							

يتضح من الجدول السابق أن المقبولية هي المتغير الوحيد المنبئ باضطرابات النوم بنسبة مساهمة ١١٪ ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بينهم

$$\text{اضطرابات النوم} = -٠.٣٢٦ \times \text{المقبولية} + ٢٢.٦٣٨$$

جدول (١٤) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للخصية) على المتغير التابع (الصداع والالتهابات المزمنة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الانحدار	١٠.٠٣٤	١	١٠.٠٣٤	٣.٩٨	٠.٠١
البواقي	٤٦٠.٣١٢	١٨٣	٢.٥١٥		
المجموع	٤٧٠.٣٤٦	١٨٤			

□

داسات تربية ونفسية (مجلة كلية التربية بالزقازيق) المجلد (٤٠) العدد (١٤٥) الجزء الثاني يونية ٢٠٢٥
مؤتمر الداسات العليا الثاني مايو ٢٠٢٤

جدول (١٥) نتائج تحليل التباين للمتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للشخصية) علي المتغير التابع)

الصداغ والالتهابات المزمنة (

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R square	معامل B	معامل Beta	قيمة ت	مستوي الدلالة
الصداغ والالتهابات المزمنة	المقبولية	٠.١٤٦	٠.٠٢١	-٠.٠٥٨	-٠.١٤٦	-١.٩٩٧	٠.٠١
قيمة الثابت العام = ٧.٢٢٤							

يتضح من الجدول السابق أن المقبولية هي المتغير الوحيد المنبئ بالصداغ والالتهابات المزمنة بنسبة مساهمة ٠.٠٢١٪ ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية للعلاقة بينهم

$$\text{الصداغ والالتهابات المزمنة} = -٠.١٤٦ \times \text{المقبولية} + ٧.٢٢٤$$

جدول (١٦) نتائج تحليل انحدار المتغيرات المستقلة (العوامل الخمس الكبرى للشخصية) علي المتغير التابع

(الدرجة الكلية لمتلازمة التعب المزمن)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوي الدلالة
الانحدار	٣٣١٨.٢٣	١	٣٣١٨.٢٣٨	٢٧.١٨٩	٠.٠١
البواقي	٢٢٣٣٤.١١	١٨٣	١٢٢.٠٤٤		
المجموع	٢٥٦٥٢.٣٥	١٨٤			

العوامل الخمس الكبرى للخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق
دعاء صلاح فكري سعيد أ.د / محمد السيد عبد الرحمن د / أميرة محمد الهادي

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R square	معامل B	معامل Beta	قيمة ت	مستوي الدلالة
الدرجة الكلية لمتلازمة التعب المزمن	المقبولية	٠.٣٦٠	٠.١٢٩	-١.٠٤٨	-٠.٣٦٠	-٥.٢١٤	٠.٠١
قيمة الثابت العام = ٧٩.٤٩٧							

يتضح من الجدول السابق أن المقبولية هي المتغير الوحيد المنبئ بالدرجة الكلية لمتلازمة التعب المزمن بنسبة مساهمة مقدارها ١٣٪ ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية لتوضيح العلاقة بينهم

$$\text{الدرجة الكلية لمتلازمة التعب المزمن} = -٠.٣٦٠ \times \text{المقبولية} + ٧٩.٤٩٧$$

❖ مناقشة نتائج الفرض الثالث :

تؤكد نتائج الفرض الثالث إمكانية التنبؤ بمتلازمة التعب المزمن وأبعادها من العوامل الخمس الكبرى للخصية وأبعادها لدى طلاب جامعة الزقازيق وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (Ghazanfari, Elahe, et al (2020 التي أكدت على ارتباط سمة المقبولية بمتلازمة التعب المزمن كما تختلف مع نتائج دراسة كل من (Besharat, Mohammad Ali, et al (2011 ويمكن تفسير ذلك بأن سمة المقبولية قد تهيئ الفرد لمجموعة متنوعة من الأمراض. حيث أن ذوي سمة المقبولية يفترضون أن احترامهم لذاتهم واحترام الآخرين لهم يعتمد على تحقيق معايير عالية، وعلاوة على ذلك، يجب تحقيق هذه المعايير دون علامة ضعف أو شكوى فيميل هؤلاء الأفراد الي تكميم المشاعر وإظهار وجه شجاع كما يميلوا إلى وضع مصالح

الآخرين قبل مصالحتهم ويجدوا صعوبات في رفض ما يضرهم مما يجعلهم أكثر عرضة لخطر ضعف وظائف المناعة نتيجة الضغط النفسي الشديد فمحاولات الفرد المستمرة للتكيف مع التحديات أو الضغوطات النفسية والاجتماعية والبيولوجية لها عواقب فسيولوجية، والتي بدورها تؤدي إلى تحريك عمليات نفسية فزيولوجية أخرى. تصبح هذه العملية الإضافية، بالإضافة إلى تلك التي تبدأ عبر طرق أخرى، جزءاً من الموقف الذي يجب على الفرد الاستمرار في التكيف معه. وينتج المرض في نهاية المطاف، أو يتفاقم، بسبب فشل التكيف

خلاصة البحث:

خلص البحث الحالي الذي تناول العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب جامعة الزقازيق الي وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الانبساطية والانفتاح علي الخبرة والمقبولية وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ،عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العصابية و يقظة الضمير وجميع أبعاد مقياس متلازمة التعب المزمن والدرجة الكلية له ، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند ٠.٠١ بين منخفضي ومرتفعي متلازمة التعب المزمن في العوامل الخمس الكبرى للشخصية لصالح منخفضي متلازمة التعب المزمن كما أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بمتلازمة التعب المزمن وابعادها من العوامل الخمس الكبرى للشخصية وأبعادها لدى طلاب جامعة الزقازيق



التوصيات:

في ضوء ما توصلت اليه نتائج الدراسة الحالية يمكن طرح بعض التوصيات والمقترحات التالية

- ١ - اجراء المزيد من الدراسات حول العلاقة بين متلازمة التعب المزمن وبعض المتغيرات الأخرى منها الاضطرابات الجسدية الشكل ، اضطرابات النوم ، الانتحار،
- ٢ - اجراء الدراسة نفسها علي بعض الفئات العمرية الأخرى كالمراهقين والأطفال
- ٣ - وضع برامج علاجية لمصابي متلازمة التعب المزمن
- ٤ - اجراء دراسات ميدانية لتحديد نسب انتشار متلازمة التعب المزمن بصورة أوضح لدي الأطفال والمراهقين
- ٥ - تبصير طلاب الجامعة بأعراض متلازمة التعب المزمن وكيفية التعامل معها وتوضيح أسبابها .

البحوث المقترحة:

- دور الشخصية في تطور واستمرارية متلازمة التعب المزمن
- الأعراض النفسية والأعراض الجسدية والاضطراب النفسي في متلازمة التعب المزمن : دراسة استطلاعية
- العلاج السلوكي المعرفي لمتلازمة التعب المزمن لدى طلاب الجامعة
- فعالية برنامج قائم علي القبول والالتزام لخفض أعراض متلازمة التعب المزمن لدي طلاب الجامعة



المراجع:

- سماح أحمد الديب، أحمد عبد الخالق (٢٠٠٧) التعب المزمن وعلاقته بتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة دراسات عربية، مجلد ٦، العدد ٢، ص ٩٣ - ١٤٧.
- سارة حسام الدين مصطفى (٢٠١٩) النزعة للكمالية وعلاقتها بمتلازمة التعب المزمن لدى عينة من الطلاب دراسة سيكومترية اكلينكية .مجلة الإرشاد النفسي، مركز الارشاد النفسي بجامعة عين شمس ١، (٥٩) ١١٩ - ٢١٤
- مروة عبدالستار حسن. (٢٠١٦). متلازمة التعب المزمن وعلاقتها بخصائص الشخصية لدى شرائح متباينة من السيدات: دراسة وصفية ارتباطية .مجلة البحث العلمي في الآداب، ١٧، ج ٢، ٣٧٨، ٤١٦.
- يوسف جابر إبراهيم. (٢٠٢٠). العوامل الخمس الكبرى للشخصية وعلاقتها بإدمان الإنترنت لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية .المجلة العربية للتربية النوعية، ع ١٥، ٣٦٥، ٣٩٧.
- Avellaneda Fernández, A., Pérez Martín, Á., Izquierdo Martinez, M., Arruti Bustillo, M., Barbado Hernández, F. J., de la Cruz Labrado, J., ... & Ramón Giménez, J. R. (2009). Chronic fatigue syndrome: aetiology, diagnosis and treatment. *BMC psychiatry*, 9, 1-11
- Besharat, M. A., Behpajoo, A., Poursharifi, H., & Zarani, F. (2011). Personality and chronic fatigue syndrome: The role of the five-factor model. *Asian journal of psychiatry*, 4(1), 55-59.
- Courjaret, Joachime, et al. "Chronic fatigue syndrome and DSM-IV personality disorders." *Journal of psychosomatic research* 66.1 (2009): 13-20.
- Ghazanfari, Elahe, et al. "The relationship between personality traits and psychosomatic complaints in a sample

of Iranian adults." *Journal of Affective Disorders* 261 (2020): 253-258.

Kempke, S., Van Den Eede, F., Schotte, C., Claes, S., Van Wambeke, P., Van Houdenhove, B., & Luyten, P. (2013). Prevalence of DSM-IV personality disorders in patients with chronic fatigue syndrome: a controlled study. *International Journal of Behavioral Medicine*, 20, 219-228.

Lim, Eun-Jin, et al. "Systematic review and meta-analysis of the prevalence of chronic fatigue syndrome/myalgic encephalomyelitis (CFS/ME)." **Journal of translational medicine** 18.1 (2020): 1-15.

Nater, U. M., Jones, J. F., Lin, J. M. S., Maloney, E., Reeves, W. C., & Heim, C. (2010). Personality features and personality disorders in chronic fatigue syndrome: a population-based study. *Psychotherapy and psychosomatics*, 79(5), 312-318.

Reeves, William C., et al. "Identification of ambiguities in the 1994 chronic fatigue syndrome research case definition and recommendations for resolution." *BMC health services research* 3.1 (2003): 1-9.

Sáez-Francàs, N., Valero, S., Calvo, N., Gomà-i-Freixanet, M., Alegre, J., de Sevilla, T. F., & Casas, M. (2014). Chronic fatigue syndrome and personality: A case-control study using the alternative five factor model. *Psychiatry research*, 216(3), 373-378.

Valero, S., Sáez-Francàs, N., Calvo, N., Alegre, J., & Casas, M. (2013). The role of neuroticism, perfectionism and depression in chronic fatigue syndrome. A structural equation modeling approach. *Comprehensive psychiatry*, 54(7), 1061-1067

van Geelen, S. M., Sinnema, G., Hermans, H. J., & Kuis, W. (2007). Personality and chronic fatigue syndrome:

methodological and conceptual issues. Clinical psychology review, 27(8), 885–903.

White, C., & Schweitzer, R. (2000). The role of personality in the development and perpetuation of chronic fatigue syndrome. *Journal of psychosomatic research*, 48(6), 515-524

Yancey, J. R., & Thomas, S. M. (2012). Chronic fatigue syndrome: diagnosis and treatment. *American family physician*, 86(8), 741-746.