تباين مستويات الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم

إعداد

أ/ هند رياض عبد الخالق

باحثة ماجستير في علم النفس- جامعة الفيوم

أد. سيد أحمد الوكيل

أستاذ علم النفس الإكلينيكي بجامعتي الفيوم بمصر

والعلوم والتقنية في الفجيرة دولة الإمارات العربية المتحدة

د. شيرين عبد الوهاب

مدرس علم النفس . كلية الآداب. جامعة الفيوم

DOI: 10.21608/PSYB.2023.337844

مجلة علمية نصف سنوية مُحكمة

مجلة المنهج العلمي والسلوك م٤، ع (٨) ديسمبر ٢٠٢٣

رابط المجلة على بنك المعرفة المصري: https://psyb.journals.ekb.eg

والترقيم الدولي الموحد للطباعة (ISSN): 2682-4205

الترقيم الدولي الإلكتروني الموحد (ESSN): 2786-0248

المجلة حاصلة على أعلى تقييم للمجلات العلمية المُصنفة والصادر عن المجلس الأعلى للجامعات لمصرية يوليو ٢٠٢٢، ويوليو ٢٠٢٣

تباين مستويات الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً للمتغيرات الديموجرافية لدى طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم

إعداد

أ. هند رياض عبد الخالق أد. سيد أحمد الوكيل د. شيرين عبد الوهاب

الملخص

هدف البحث الحالي إلى الكشف الكشف عن الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرض اعن الحياة تبعاً لمتغيرات (النوع، التخصص الدراسي (علمية وأدبية)،الحالة الوظيفية، الحالة الاجتماعية (متزوجين وغير متزوجين)، والمستوى العمري ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٤٤) طالباً وطالبة من طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم ممن تراوحت أعمارهم ما بين (٢٢،٣٠)عاماً، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى بتصميمه المقارن، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الكمالية العصابية لسامية صابر، ومقياس الاحتراق لزينب شقير، ومقياس الرضا عن الحياة لأمانى عبد المقصود، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق بين الذكور والاناث في الدرجة الكلية للكمالية العصابية في اتجاه الذكور، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٢٢٥ وهى دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠٥ معنوية، بينما انعدمت الفروق بين الذكور والاناث في باقي المتغيرات، كما لم تجد فروق بين طلاب الكليات النظرية والعملية وبين الطلاب المتزوجين وغير المتزوجين في متغيرات الدراسة، ووجدت فروق دالة إحصائياً في الدرجة الكلية للكمالية العصابية فقد كانت قيمة "ت" ٢.٠٧٧ وهى دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠٥ معنوية وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب الذين يشغلون وظيفة، ووجدت فروق دالة معنويًا في الاحتراق النفسي فقد كانت قيمة "ت" ٢.٨٨٩ وهى دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠١ معنوية وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب الذين لا يعملون، بينما انعدمت الفروق بين الطلاب في باقي المتغيرات حسب متغير العمل، ووجدت فروق دالة إحصائيًا بين عينة الدراسة فى الدرجة الكلية للكمالية العصابية عند مستوى ٠.١، وكانت الفروق في اتجاه المجموعة التي تتراوح أعمارهم بين ٢٧-٣٠ عام بينما انعدمت الفروق في متغير الاحتراق النفسي، فلم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة المعنوي، وكذلك وُجدت فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة تراوح بين ما بين ٠.٠٥ إلى ٠.٠١الأبعاد الخمسة للرضا عن الحياة، وكانت الفروق في اتجاه عينة الدراسة التي تتراوح أعمارهم بين ٢٢-٢٦. وقد أوصت الدراسة بمجموعة من التوصيات التي يمكن الاعتماد

عليها للتقليل من معدلات الكمالية العصابية والاحتراق النفسي وزيادة مستوى الرضا عن الحياة لدى أفراد المجتمع بصفةٍ عامةٍ وطلاب وطالبات الجامعة بصفةٍ خاصةٍ.

الكلمات المفتاحية:

الكمالية العصابية، الاحتراق النفسي، الرضا عن الحياة، طلبة الدراسات العليا

□

Variance in the levels of Neurotic Perfectionism, Psychological Burnout and Life Satisfaction according to demographic variables among Post graduate students at Fayoum University

Abstract

The current research aimed to reveal the differences in neurotic perfectionism, psychological burnout and satisfaction with life depending on variables (gender, academic specialization (scientific and literary), job status, marital status (Married and unmarried), and age level, the study sample consisted of (244) male and female graduate students at Fayoum university aged between (22, 30)years, the study relied on the descriptive curriculum with its comparative design, the study tools included the neurotic perfectionism scale by Samia saber, and the results of the study revealed that there are differences between males and females in The total degree of neurotic perfectionism in the direction of males, the value of "T" was 2.225, which is a function of morale at the level of 0.05 morale, while there were no differences between males and females in the rest of the variables, there were also no differences between students of theoretical and practical faculties and married and unmarried students in the study variables, and statistically significant differences were found in the total degree of neurotic perfectionism, the value of "T" was 2.077, which is a function of morale at the level of 0.05 morale, and the differences were in the direction of, I found differences as a function of morale in psychological burnout, the value of "T" was 2.889, which is a function of morale at the level of 0.01 morale, and the differences were in the direction of the group of students There were statistically significant differences between the study sample in the total degree of neurotic perfectionism at the level of 0.01, the differences were in the direction of the group aged 27-30 years, while there were no differences in the psychological burnout variable, the value of "T" did not reach the level of moral significance, as well as statistically significant differences

were found at an indicative level ranging from 0.05 to 0.01 the five dimensions between the ages of 22-26. The study recommended a set of recommendations that can be relied upon to reduce the rates of neuroticism and psychological burnout and increase the level of life satisfaction.

Key words:

Neurotic Perfectionism, Psychological Burnout, Life Satisfaction, Post Graduate Students

مقدمة:

تُعد النزعة إلى التميز والتفرد من سمات الفرد الطبيعي، وترتبط هذه النزعة بشكلٍ كبيرٍ بارتفاع مستوى الطموح، وإذا كانت هذه النزعة في مُعدلها الطبيعي وتتناسب مع ما يمتلكه الفرد من قدراتٍ ومهاراتٍ؛ كانت سمة مميزة له، وإذا لم تكن تتناسب مع يملكه هذ الفرد من قدرات ومهاراتٍ وإمكاناتٍ فإنها ستُخرجه عن دائرة السواء النفسي وسيتحول إلى شخص مُضطرب يُعاني من الكمالية العُصابية Neurotic Perfectionism.

والكمالي السوي يتميز بالمرونة فمعاييرهُ مرتفعة، لكنها قد تنخفض أحياناً، كذلك يتميز بالإنجاز المُرتفع، وينظر لسلوكه بشكلٍ إيجابي، في حين يتصف الكمالي العُصابي بالجمود في المعايير، ويُصاحب ذلك حالة من عدم الرضا المُستمر، ويضع لنفسه مستوياتٍ لا يستطيع الوصول إليها بإمكاناته وقدراته مع الخوف الشديد من الفشل أو الإخفاق، وقد يلجأ للتأجيل والتسويف الأكاديمي (آمال باظة، ١٩٩٦).

والكمالية العُصابية قد تكون معوقًا للطلاب والطالبات؛ فقد تؤدي بهم إلى التأجيل والتسويف نتيجة إحساسهم بالعجز والاستسلام للشعور بالفشل أو الخوف مع الرغبة في تحقيق معايير عالية للأداء؛ مما يؤثر على كفاءتهم الدراسية (أحمد عبد الجواد ٢٠١٩،)

والجدير بالإشارة أن الكمالية العصابية تُعد عاملًا مُساهمًا في نشأة الاضطرابات النفسية وزيادة حدتها كما أنها تُعد من أخطر العوامل السلوكية تأثيرًا على الذات؛ كونها تنشأ في البنية الإدراكية والمعرفية للشخص الكمالي، وترتبط بخصائص سالبة؛ كالشعور بالفشل والذنب والتردد وانخفاض تقدير الذات (غادة عبد الحفيظ، ٢٠١٩ (Akar et al,2018;

وأشارت نتائج دراسة كل من (محمد سعد الدين، ٢٠١٧ ;Arslan et al, 2010) إلى وجود علاقة بين الكمالية العصابية وكل من عدم الرضا عن الحياة والشعور بالسعادة، فقد وُجدت ارتباطات سالبة بين الكمالية العصابية والرضا عن الحياة. ومن ثم فإن الكمالية العصابية تسبب كثير من المتاعب للفرد، مثل إقدامه على الانتحار من فرط إحساسه بالفشل بينما هو في قمة النجاح، وهذا ما يؤثر على الأداء الدراسي للطالب ويسبب التأخر في التعليم، كما أن الكمالية العُصابية قد تؤدي إلى اضطراب الأنشطة الاجتماعية والعلاقات الأُسرية (Chang ,2009) .

ويُعتمد الشخص الطبيعي في تقييمه لأدائه على معاييره التي حددها لنفسه مسبقًا؛ ولذلك فإن قدرته على تلبية المعايير التي وضعها لنفسه قد تُزيد من رضاه عن حياته من ناحية وقد تُسبب له المُعاناة من الضغوط النفسية بشكلٍ عامٍ من ناحيةٍ أخرى، فالضغوط النفسية سمة حياتية، وقد تكون مطلوبة لحفز الفرد ودفعه إلى الإنجاز وتحقيق النجاح من وقتٍ لآخر غير أن زيادتها عن الحد المناسب أو استمراريتها قد تؤدي إلى مشاكل يصعب حلها لما لها من آثار سلبية على الصحة النفسية والبدنية، لذا فإن عدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية بشكلٍ مناسبٍ قد يؤدي إلى تفاقم الوضع والمُعاناة من الاحتراق النفسي، ومن هذا المنطلق فإن الاحتراق النفسي ينظر إليه على أنه المُحصلة النهائية للمُعاناة من الضغوط النفسية (زيد البتال، ١٩٩٩).

وقد ارتبطت الكمالية العصابية بالمُعاناة من الاحتراق النفسي، ويختلف الاحتراق النفسي عن الضغوط النفسية؛ فغالبًا ما يُعاني الفرد من ضغطٍ مؤقتٍ ويشعر كما لو أنه محترقاً نفسيًا، لكن بمجرد أن يتم التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الضغط في أغلب الأحوال، لأنه ينتج عن عدة عوامل محددة ولمدة قصيرة من الزمن، لكن

الاحتراق النفسي هو عرض طويل الأمد مرتبط بعوامل ضاغطة ومصادر أخرى مثل الإحباط والذي يؤدي إلى الاستنزاف الانفعالي والعاطفي (شذا خصيفان، ٢٠١٤).

فالعلاقة بين المُعاناة من الكمالية والشعور بالاحتراق النفسي علاقة مؤكدة وهذا ما أظهرته نتائج دراسة كل من Humphrey & Causey-Upton (2022) والتي تبين من نتائجها أن وجود معدلات مُرتفعة من الكمالية العصابية يترتب عنه المُعاناة من الاحتراق النفسي؛ كما أن العلاقة بين الكمالية العُصابية والشعور بالرضا عن الحياة علاقة مؤكدة أيضاً، والعلاقة هنا علاقة عكسية أي سالبة فالزيادة في معدلات الكمالية يترتب عنها انخفاض في معدلات الشعور بالرضا عن الحياة، والانخفاض في مُعدلات الكمالية العصابية يترتب عنها زيادة في معدلات الرضا عن الحياة.

وعلى ذلك فإن اضطراب الكمالية العصابية يسبب كثيرًا من المتاعب لطالب الجامعة بصفةٍ عامةٍ، لأنها تؤثر على مجالات الحياة المُختلفة، فعدم تحقيق ما يسعى إليه الطالب، قد يؤثر على حياته سواء أكانت حياة جامعية أو اجتماعية، وقد يؤدي إلى نقص فاعليته على المستوى الاجتماعي وعدم رضاه عما يطمح إليه (Sanghani & Arya ,2016) فيقع فريسة للكمالية العصابية، وتم ربط الكمالية بالعديد من الآثار السلبية مثل زيادة مستويات التوتر والاحتراق النفسي الأكاديمي، والاحتراق الوظيفي، وانخفاض الصحة البدنية، وسوء الحالة النفسية وانخفاض مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والتأثير السلبي على جميع المظاهر والأدوار والظروف الصحية (Hill & Curran, 2016; Arana et al, 2018).

وكشفت نتائج دراسة كل من (Wagner, et al, 2017) عن ارتفاع مُعدلات الكمالية بين طلاب العلوم المهنية الجامعيين الذين سيدخلون الماجستير المهني، ووجد أن ٩٣٪ من عينة الدراسة تم تصنيفهم على أنهم كماليون وأن نصفهم تقريبًا غير

قادرين على التكيف، والبعض الآخر تغلب على هذه الضغوطات والمعوقات وحقق المستوى المطلوب والرضا عن الحياة.

وتُعد المُتغيرات الديموجرافية أحد أهم العوامل المؤثرة في كلٍ من الشعور بالكمالية العُصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة، فقد توصلت نتائج دراسة (زينب شقير،١٩٩٧) إلى تأثير بعض المُتغيرات الديموجرافية والأكاديمية على المُعاناة من الاحتراق النفسي، حيث وُجد أثر دال لتفاعل مُتغيرات الجنسية والنوع والتخصص على أبعاد الاحتراق النفسي، وكانت الطالبات المصريات ذات التخصصات العلمية هن الفئة الأعلى في الشعور بالاحتراق النفسي.

وتتباين مستويات الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة بتباين عدد من المُتغيرات الديموجرافية والأكاديمية، فقد تبين من نتائج دراسة كل من (هالة مقلد،٢٠١٣؛ Lee, et al,2017) وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في كلٍ من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي، بينما أشارت نتائج دراسة كل من Malik et al, 2015) ؛ خديجة ملال ومحرز مليكة، ٢٠١٨) إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في كل من الكمالية والاحتراق النفسي.

وقد تبين من نتائج دراسة سيد الوكيل (٢٠٢٠) وجود فروق دالة احصائياً بين طلاب وطالبات جامعة الفيوم في مستويات الرضا عن الحياة الأكاديمية والرضا عن العلاقة بالزملاء كأحد الأبعاد الفرعية للرضا عن الحياة في اتجاه الطلاب، بينما لم توجد فروق دالة احصائياً بين عينة الدراسة من الطلاب والطالبات في مستويات الرضا عن الحياة باختلاف المستوى الأكاديمي والتخصص الدراسي، كما تبين من نتائج دراسة كل من (Ozben ,2013; Malinauskas, et.al, 2014;You, et.al, 2018) وجود فروق بين الطلاب والطالبات في الرضا عن الحياة في اتجاه الطالبات.

في حين أظهرت نتائج دراسة كل من (Anggraeni & Kurniawan, 2012; Hope, et.al ,2014; Kong, et.al,2015; Jeon, et.al ,2016;You, et.al, 2018) عدم وجود فروق بين الطلاب والطالبات في الرضا عن الحياة.

ومثل هذا التباين في نتائج الدراسات السابقة التي تيسر للباحثين الحصول عليها يُبرز مُشكلة الدراسة الحالية التي تُحاول الوقوف على الفروق في كل من الكمالية العُصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة باختلاف عددٍ من المُتغيرات الديموجرافية والأكاديمية لدى عينة من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم، وعلى ذلك فإن مشكلة الدراسة الحالية تكمن في محاولة الإجابة عن التساؤلين الآتيين:

١ – هل توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم؟

٢ – هل توجد فروق دالة إحصائيًا في (الكمالية العصابية– الاحتراق النفسي– الرضا عن الحياة) تبعًا للحالة الاجتماعية– التخصص الأكاديمي– الوظيفة والمستوى العمري لدى عينة الدراسة من طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم)؟

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على الفروق في مستوى كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغيرات (النوع، والتخصص الأكاديمي، والحالة الاجتماعية، والحالة الوظيفية والمُستوى العمري)، واستنباط مجموعة من التوصيات التي تسهم في تحسين مستوى الكمالية العصابية، خفض الاحتراق النفسي، وتنمية الرضا عن الحياة لدى طلبة الدراسات العليا.

أهمـــية الدراسة:

يمكن بلورة أهمية الدراسة الحالية في عدد من النقاط، وذلك على النحو التالي:

- تسليط الضوء على مفاهيم الكمالية العصابية، الاحتراق النفسي، الرضا عن الحياة لما لها من أهمية بالغة في حياة الطلبة وصحتهم النفسية، وخاصة طلبة الدراسات العليا لما يتعرضون له من ضغوط تؤثر على توافقهم الأكاديمي ورضاءهم عن حياتهم بشكلٍ عام.

- عينة الدراسة من فئة الشباب، ويعد الشباب ثروة الأمة ويجب رعايتها والتصدي لمشكلاتها، وذلك نظرًا لما تقدمه هذه الشريحة للمجتمع من إسهامات وإنجازات من شأنها تحقيق الرفاهية والتقدم العلمي للمجتمع.

- تُسهم الدراسة الحالية في محاولة التحقق من الكفاءة السيكومترية لمجموعة من المقاييس التي تُسهم في دراسة متغيرات البحث، وتُساهم في إجراء بحوث مستقبلية.

- الأهمية الوقائية للدراسة الحالية أنها قد تحفز المسؤولين في الجامعة والآباء والمسئولين إلى زيادة الاهتمام برعاية الصحة النفسية لطلبة الدراسات العليا، والعمل على تعزيز استقرارهم النفسي بما يضمن لهم نمو شخصية مستقرة نفسيًا؛ مما يحقق أهدافهم وأهداف المجتمع الذي ينتمون إليه.

- نتائج الدراسة الحالية قد تفيد في وضع خطط علاجية وبرامج إرشادية تساعد طلاب الدراسات العليا في التعرف على الأسباب الكامنة وراء الكمالية العصابية والاحتراق النفسي، والحد من الانتكاسات ورفع درجة الوعي بأهمية تنمية متغيرات علم النفس الإيجابي.

– تتناول الدراسة الحالية متغيرات لم يتم تناولها معاً من قبل في الدراسات المحلية في حدود علم الباحثين.

التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة:

الكمالية العصابية Neurotic Perfectionism

هي سمة من سمات الشخصية تدفع الفرد للاهتمام بتحقيق الكمال في كل مظاهر الحياة، وهي إما كمالية مرتفعة غير سوية وعصابية، أو كمالية معتدلة سوية، أو كمالية منخفضة غير سوية، ويمكن تقديرها من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوص طلبة الدراسات العليا على مقياس الكمالية العصابية إعداد (سامية صابر،٢٠٠٩).

الاحتراق النفسي Psychological Burn out

هو مجموعة من الأعراض المتمثلة في الإحساس بالفشل والغضب والعناد، والشعور بالإرهاق لأقل جهد، وفقدان الإحساس الإيجابي نحو العمل، والعناد المتكرر، وعدم المرونة، ومقاومة التغيير والسلبية بصورة عامة في معاملة الآخرين، ويضاف إليه بعض المتغيرات الفسيولوجية عند الفرد. ويمكن تقديره بالدرجة التي يحصل عليها عينة الدراسة من طلبة الدراسات العليا على مقياس الاحتراق النفسي إعداد (زينب شقير، ٢٠١٨).

الرضا عن الحياة: Life Satisfaction

يُشير إلى تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يحياها اعتماداً على معاييره الشخصية، ومدى تحقيقه لأهدافه ورغباته في الحياة ويتضمن الرضا عن الحياة الرغبة الايجابية

لدى الفرد في تغيير حياته للأفضل مع شعوره بالارتياح عن ما حققه في حياته الماضية والحالية والمستقبلية مع تقبل وجهات نظر الآخرين ورضاه عن علاقاته الاجتماعية الراهنة، وقناعته بمستوى حياته الحالية (سيد الوكيل، ٢٠٢٠) ويمكن تقديره بالدرجة التي يحصل عليها طلبة الدراسات العليا على مقياس الرضا عن الحياة والذي يتضمن الرضا الذاتي، الرضا الأسري، الرضا المهني، الرضا الاجتماعي، الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية إعداد (أماني عبد المقصود، ٢٠١٤).

فرضا الدراسة:

طبقًا لأهداف الدراسة الحالية وتساؤلاتها ومفاهيمها تم صياغة فرضا الدراسة على النحو التالي:

١- توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم؟

٢-توجد فروق دالة إحصائيًا في (الكمالية العصابية- الاحتراق النفسي- الرضا عن الحياة) تبعًا للحالة الاجتماعية- التخصص الأكاديمي- الوظيفة والمستوى العمري لدى عينة الدراسة من طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم)؟

منهج الدراسة وإجراءاتها

أولًا: منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على استخدام المنهج الوصفي بتصميمه (المُقارن) لمناسبته لأهداف الدراسه وفروضها؛ بهدف التعرف على الفروق لدى عينة الدراسة في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغيرات الدراسة (العمل، الجنس، الحياة الاجتماعية، التخصص الأكاديمي ، والعمر).

ثانيًا: مجتمع الدراسة:

تضمن مجتمع الدراسة الحالية مجموعة من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم بعدد من كلياتها العملية والنظرية.

ثالثًا: عينة الدراسة:

اشتملت الدراسة على عينتين من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم وذلك على النحو التالي:

أ – العينة الاستطلاعية:

تم تطبيق الدراسة على عينة استطلاعية قوامها (١٦٢) من طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم، وذلك للتحقق من الكفاءة السيكومترية لأدوات الدراسة، والتأكد من وضوح بنود الاختبارات بواقع عدد (٨٧) طالب و(٧٥) طالبة تتراوح أعمارهم بين ٢٢: ٣٠ عامًا بمتوسط عمرى قدره (٢٧.١٥) عامًا، وانحراف معياري قدره (±١.٨٥) عامًا من كليات الآداب والهندسة والعلوم والطب والتربية النوعية وتربية عام، وذلك لمعرفة مدى نجاح تطبيق الأدوات التي تم استخدامها، ومعرفة الصعوبات التي يمكن أن تواجه الباحثة أثناء التطبيق لمحاولة تفاديها.

ب – العينة الأساسية:

تكونت العينة من (٢٤٤) طالب وطالبة من الدراسات العليا بجامعة الفيوم تراوحت أعمارهم بين ٢٢: ٣٠ عام، وبمتوسط عمري قدره (٢٦.١٠) عام، وانحراف معيارى قدره (±٢.٧٧) وبلغ عدد الطلاب (١٢١) طالب بنسبة ٤٩.٦% وعدد الطالبات (١٢٣) بنسبة ٥٠.٤ %. جميعهم من طلاب الدراسات العليا فعليًا. ويوضح الجدول التالي وصف أفراد العينة وفقًا للمتغيرات الديموغرافية.

خصائص العينة الأساسية

جدول (١)

خصائص عينة الدراسة الأساسية ن = ٢٤٤

البيان	المتغير	العدد	%
النوع	ذكر	١٢١	%٤٩.٦
	أنثى	١٢٣	%٥٠.٤
التخصص الأكاديمي	علمية	١٣٤	%٥٤.٩
	نظرية	١١٠	%٤٥
الكليات	هندسة	١٨	%٧.٤
	طب	١١	%٤,٥
	الآداب	٧٨	%٣٢
	تربية عام	٤٧	%١٩.٣
	علوم	٢٩	%١١.٨
	تربية نوعية	١٠	%٤
	سياحة وفنادق	٨	%٣.٣
	رياض أطفال	٧	%٢.٩
	خدمة اجتماعية	١٧	%٦.٩
	آثار	٢	%٠.٨
	زراعة	٤	%١.٦
	دار علوم	١٣	%٥.٣
العمل	يعمل	١٥٣	% ٦٤.٨
	لا يعمل	٨٥	%٣٥.٣
الحالة الاجتماعية	متزوج	٨٣	%٣٤
	أعزب	١٥٩	%٦٥
	مطلق	٢	%٠.٨

يتضح من جدول (١) أن العينة الأساسية المُستخدمة في الدراسة تكونت من ٢٤٤ طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم تراوحت أعمارهم بين ٢٢: ٣٠ عام مع وجود تقارب بسيط بين عدد الذكور (٤٩.٦%) والأناث (٥٠.٤%) كما وجد اختلاف بسيط بين عدد الطلبة بمختلف التخصصات العلمية (٥٤.٩%) والنظرية(٤٥%) فتنوعت وشملت الكليات التالية (هندسة، طب، الآداب، تربية عام، علوم، تربية، نوعية، سياحة، وفنادق، رياض أطفال، خدمة، اجتماعية، آثار، زراعة ، دار علوم، كما وجد اختلاف كبير بين عدد العاملين (٦٤.٨ %) وغير العاملين (٣٥.٣%) والمتزوجين(٣٤%) والعزاب (٦٥%) والمطلقين (٠.٨%).

رابعًا: أدوات الدراسة:

تضمنت أدوات الدراسة الحالية ما يلي:

١- استبانة جمع البيانات الأولية: إعداد الباحثين.

٢- مقياس الكمالية العصابية: إعداد سامية صابر. (٢٠٠٩).

٣- مقياس الاحتراق النفسي: إعداد زينب شقير. (٢٠١٨).

٤- مقياس الرضا عن الحياة: إعداد أماني عبد المقصود. (٢٠١٤).

وفيما يلي وصف لهذه الأدوات:

أولًا: استبانة جمع البيانات الأولية: إعداد الباحثين:

تم إعداد استبانة جمع البيانات،واعتمد البحث على استمارة الاستبانة في جمع البيانات ودعم الجانب النظري للدراسة، وقد وزَّعتْ الباحثة الاستبانة على طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الفيوم للكليات العلمية والنظرية، واعتمدت على بعض الأسئلة (الجنس (ذكر، أنثى) والحالة الوظيفية (يعمل،لا يعمل) الحالة الاجتماعية

(متزوج، أعزب، مطلق،أرمل) التخصص الدراسي(علمي، نظري (أدبي) واستعملت في اختبار فرضيات الدراسة وتحلِيلها البرنامج الإحصائي(SPSS) لقياس استمارة الاستبانة وتحلِيلها.

ثانيًا: مقياس الكمالية العصابية: إعداد سامية صابر (٢٠٠٩)

أعدت سامية صابر (٢٠١٠) هذا المقياس بالرجوع إلى الإطار النظري وبعض المقياسات السابقة منها مقياس الكمالية متعدد الأبعاد إعداد: فروست وآخرين (Frost,et al.,1990) ويتكون المقياس من ٤٤ عبارة ويتضمن أربعة أبعاد:

البعد الأول: المستويات العالية والمبالغ فيها للأداء، ويتفرع هذا البُعد إلى ثلاثة أبعاد فرعية وهي:

أ- من الفرد لذاته وتتضمن العبارات ١،٥،٧،٩،١٤،١٦،١٩،٢٠،٢١.

ب- من الفرد للآخرين وتتضمن العبارات ٣٤،٣٧، ٣٩، ٤١

ج- من الفرد للآخرين وتتضمن العبارات ٤، ٨، ١١، ٣١،٣٥، ٣٨، ٤٠

البعد الثاني: الخوف من الفشل، وتتضمن العبارات ٣، ١٠، ١٢، ٢٤، ٣٣، ٤٢، ٤٤.

البعد الثالث: عدم الرضا بوجه عاموتتضمن العبارات ١٧، ٢٣، ٢٦، ٢٨، ٣٦.

البعد الرابع: الشعور بالنقص وعدم الثقة وتتضمن العبارات: ٢، ٦، ١٣، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٥، ٢٧، ٢٩،٣٠، ٣٢،٤٣. وتقع الإجابة في ثلاثة مستويات وهي (نعم،أحيانًا، لا) وتقدر (نعم) بثلاث درجات، و(أحيانًا) بدرجتين، و(لا) بدرجة واحدة، وبذلك تكون الدرجة العظمى هي١٣٢، والدرجة الصغرى هي ٤٤ وتدل الدرجة المرتفعة على الكمالية العصابية.

وقد حصلت سامية صابر (٢٠٠٩) على الكفاءة السيكومترية للمقياس وتبين منها ارتفاع صدق المقياس، فحصلت على صدق المحكمين وعرضت المقياس على (١٠) محكمين من الأساتذة في علم النفس والصحة النفسية، وتم حذف بعض العبارات وتعديل البعض الآخر، بناءً على توجيهات السادة المحكمين، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين على عبارات المقياس ما بين ٨٠ إلى ١٠٠% ، كما حصلت على الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وتبين ارتفاع مؤشرات بنود المقياس وتشبعاته. كما حصلت على الثبات من خلال استخدام معامل ألفا لكرونباخ، فقامت بحساب معامل الثبات للأبعاد الأربعة الرئيسية والمقياس ككل بطريقة ألفا كرونباخ وتبين أن جميع معاملات الثبات للأبعاد الرئيسية والفرعية والقياس ككل، مرتفعة مما يشير أن المقياس يتمتع بدرجةٍ مُرتفعةٍ من الثبات (سامية صابر، ٢٠٠٩).

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

أولًا: الصدق: تم التحقق من صدق هذا المقياس باستخدام صدق المحك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات اختبار الكمالية العصابية لآمال أباظة، ويتكون من ٤٠ بند ومقياس الكمالية لسامية صابر ويتكون من ٤٤ بندًا، كما يوضحه جدول (٤):

جدول (٢)

معامل الارتباط بين درجات اختبار الكمالية العصابية لآمال باظة، واختبار الكمالية العصابية لسامية صابر

	قيمة معامل الارتباط	مستوى الدلالة
صدق المحك	٠,٦٤	٠,٠١

بالنظر لهذا الجدول، نجد أن معامل ارتباط بيرسون بين درجات اختبار الكمالية العصابية هو ٦٤. وهو دال معنويًا عند مستوى٠١. وهذا يعني أن اختبار الكمالية العصابية سامية صابر يقيس ما وضع لقياسه.

ثانيًا: الثبات: تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية مع تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون، وهذا ما يوضحه جدول (٣).

جدول (٣)

معاملات ثبات مقياس الكمالية العصابية ن= ١٦٢

البعد	ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية
الكمالية العصابية	.٨١٩	.٧٩٥

وبالنظر إلى هذا الجدول، يتبين أن معاملي الثبات بطريقتي ألفاكرونباخ والتجزئة النصفية مرتفعة لاختبار الكمالية العصابية. وإجمالًا، فإن هذا يعني أن قياسنا للكمالية العصابية يعد متحررًا من الخطأ، ومن ثم، نخلص إلى أن الاختبار الحالي (الكمالية العصابية) قد أُعِد بالمواصفات السيكومترية الملائمة لكلٍ من الصدق والثبات، مما يُزيدنا اطمئنانًا إلى تحرر الاختبار من الخطأ، ومن ثم يمكن الوثوق في المقياس واستخدامه مع عينة الدراسة الحالية.

ثانيًا: مقياس الاحتراق النفسي: إعداد زينب شقير(٢٠١٨):

تم إعداد المقياس بهدف التعرف على قدرة الفرد على تقدير الاحتراق النفسي لديه، وتكون المقياس في صورته النهائية من ٢٥ عبارة يقابلها أربعة اختيارات (تنطبق تمامًا)،(تنطبق إلى حد ما)، (لا تنطبق)،(لا تنطبق إطلاقًا). فقد تم تطبيق المقياس في

جامعة الملك عبد العزيز(مصريين وسعوديين)، وقد تم تعديل صياغة بعض عبارات المقياس وفق لآراء المحكمين، ووفق ما ينطبق على عينة المجتمع السعودي وكذلك المصري.

- يُعطى لكل الفرد الإجابة لكل عبارة من صفر-٣ درجات.

- تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين صفر- ٧٥ درجة وارتفاع الدرجة على المقياس تعبر عن ارتفاع معدل الاحتراق النفسي وانخفاضها تعبر عن انخفاض تقدير الفرد للاحتراق النفسي لديه.

الكفاءة السيكومترية للمقياس في صورته الأصلية:

صدق المحكمين: حيث تم عرض العبارات على مجموعة من أساتذة علم النفس بجامعة الملك عبد العزيز مصريين وسعوديين، وتم الاتفاق على جميع العبارات.

صدق الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي من خلال حساب ارتباط كل عبارة بمجموع الدرجة الكلية (يُعد مؤشر للصدق) وتم إجراءات الصدق على عينة استطلاعية بلغ عددهم (٦٤) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا، واتضح أن جميع عبارات المقياس دالة إحصائيًا.

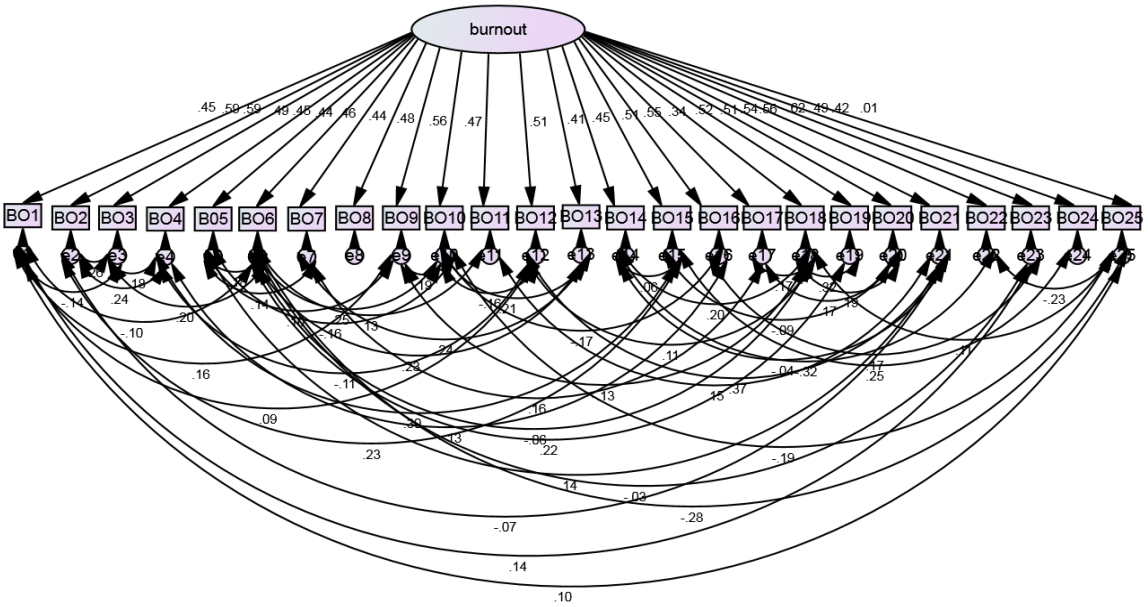
ثبات المقياس: وتم حساب ثبات المقياس بعدة طرق تمثلت في (معامل ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية) وذلك في محاولة لمعالجة أكثر من معنى من معاني الثبات، والتي لا تتحقق دون الجمع بين عدة طرق. وتم حساب معامل الثبات للمقياس الكلي حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ (٠,٧٥) مما يوضح المقياس يتمتع بمعامل ثبات مرتفع، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية، ودرجات البنود الزوجية لأفراد العينة، وبعد ذلك تم تصحيح معامل الارتباط الناتجة باستخدام معاملة سبيرمان – بروان، واتضح أن قيمة معامل الارتباط للمقياس باستخدام التجزئة النصفية يؤكد أن

المقياس يتمتع بقدر عالي من الثبات وهي (٠,٩٦) مما يشجع على استخدام المقياس في أي دراسة على البيئة المحلية.

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

الصدق العاملي التوكيدي:

لتنفيذ إجراءات التحليل العاملي التوكيدي تم استخدام حزمة البرامج الإحصائية المعروفة باسم أموس AMOS، للتأكد من جودة مطابقة بنود المقياس لمكون الاحتراق النفسي. وقد البدء في التحقق من جودة النموذج تم رسم النموذج الخاص بمقياس الاحتراق النفسي وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



شكل (١)

النموذج المُقترح وتشبعاتها بنود مقياس الاحتراق النفسي باستخدام برنامج آموس ن= ١٦٢

ويعرض جدول (٤) لتشبعات البنود على الاحتراق النفسي، وتأييدها بالنسب الحرجة. ويلاحظ أن جميع النسب الحرجة عالية الدلالة لجميع البنود باستثناء البند رقم ٢٥؛ فقد قلت النسبة الحرجة له عن مستوى الدلالة، ولذلك تم حذفه من المقياس، فأصبح المقياس يتكون من ٢٤ بندًا.

جدول (٤)

التشبعات والنسب الحرجة لبنود مقياس الاحتراق النفسي (ن= ١٦٢).

الاحتراق النفسي							
العبارة	التشبع	النسبة الحرجة	العبارة	التشبع	النسبة الحرجة	العبارة	التشبع	النسبة الحرجة
١	.٤٥٣	٤.٧٢٦	٩	.٤٨٠	٥.٤٨٨	١٧	.٣٤٤	٣.٧٨٠
٢	.٥٨٦	٥.٧٣٠	١٠	.٥٦٢	تم تثبيت الوزن الانحداري	١٨	.٥٢٢	٥.٢٦٧
٣	.٥٩٣	٥.٧٨٥	١١	.٤٦٨	٤.٨٨٠	١٩	.٥١٤	٥.٢٤٤
٤	.٤٩٢	٥.٠١٣	١٢	.٥١٠	٤.٨٤٥	٢٠	.٥٣٩	٥.٢٣
٥	.٤٥٠	٤.٤٠٠	١٣	.٤٠٦	٤.٨٥٠	٢١	.٥٦٣	٥.٥٥٤
٦	.٤٣٨	٥.٢٣٨	١٤	.٤٤٨	٤.٦٦٩	٢٢	.٦١٨	٥.٩٣٧
٧	.٤٦٤	٤.٨٤٣	١٥	.٥١٢	.٥١٨١	٢٣	.٤٩٤	٥.٠٦٥
٨	.٤٣٧	٤.٦٢٧	١٦	.٥٥٣	٥.١٢٠	٢٤	.٤٢٢	٤.٤٩٨
						٢٥	.٠١	.١٢١

ومما يزيد هذه النتائج تأييدًا ما يتبين من خلال الجدول (٥) ،من أن جميع مؤشرات جودة المطابقة تتجاوز حاجز الـ٠.٩٠، وأن الخطأ المحتمل في مواجهة هذه المؤشرات لم يتجاوز الـ ٠.٠٢٩

جدول (٥)

مؤشرات جودة المطابقة لبنود مقياس الاحتراق النفسي (ن=١٦٢).

المكون	جودة المطابقة GFI	توكر لويس TLI	مؤشر المطابقة المتزايدة IFI	جودة المقارنة CFI	خطأ التقريب إلى متوسط المربعات RMSEA
الاحتراق النفسي	٠.٨٩٣	٠.٩٦٣	٠.٩٧٤	٠.٩٧٢	٠.٠٢٩

وهذه المؤشرات تؤيد جودة أو تجانس البنود في التعبير عن مكون الاحتراق النفسي. ومن ثم، يمكننا اعتبار البنود المقترحة للاختبار تقيس الاحتراق النفسي، وتعد هذه المؤشرات كافية لتأكيد أن الاختبار يتمتع بصدق تكوين جيد.

ثبات الاختبار:

تكمن القيمة الحقيقية للقياس الثابت في أنه قياس مُتحرر من الخطأ، وتعكس هذه الأهمية مباشرة أهدافنا من قياس أية ظاهرة، والتي تتحدد في محاولة الحصول على قيمة قابلة للتعميم على المجتمع الذي سُحبت منه العينة، وأن يكون لهذه القيمة معنى يتجاوز مُجرد حُدوثها النوعي في هذه الظاهرة ولذا تم حساب ثبات مقياس الاحتراق النفسي باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية (تم حساب معامل الارتباط بين جزئي الاختبار، وتم تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون)، وهذا ما يوضحه جدول رقم (٦).

جدول (٦)

معاملات ثبات مقياس الاحتراق النفسي.

البعد	ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية
الاحتراق النفسي	,٨٩١	,٨٩٩

وبالنظر إلى جدول (٦)، يتبين أن معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية تتجاوز ٠.٨٥لاختبار الاحتراق النفسي، وهو معامل ثبات مُرتفع ويُشير إلى أن قياسنا للاحتراق النفسي يعد متحررًا من الخطأ، وبالتالي فإن القيم التي يتم الحصول عليها باستخدام هذا الاختبار تُعد قابلة للتعميم، لأنها تتجاوز مجرد حدوثها النوعي في الظاهرة. ومن ثم، نخلص إلى أن الاختبار الحالي (الاحتراق النفسي) قد أُعِد بالمواصفات السيكومترية المُلائمة، بكلٍ من الثبات والصدق. مما يزيدنا اطمئنانًا إلى تحرر الاختبار من الخطأ، ومن ثم يمكن تطبيق المقياس على عينة الدراسة الحالية من طلاب وطالبات الدراسات العليا.

ثالثًا: مقياس الرضا عن الحياة: إعداد. أماني عبد المقصود (٢٠١٤):

ويقيس درجة الشعور بالرضا عن الحياة لدى الراشدين ومن هم في مراحل عمرية تالية، ويتكون المقياس من (٧٢) بندًا مقسمة على خمسة أبعاد رئيسية هي: الشعور بالرضا عن الذات (الرضا الذاتي) من (١٨) بند، والرضا عن الحياة الأسرية (الرضا الأسري) من (١٠) بنود، والرضا عن العلاقات الاجتماعية (الرضا الاجتماعي) من (١٨) بند، والرضا عن العمل (الرضا المهني) من (١١) بند، والخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية من (١٥) بند، وفيما يلي توزيع البنود على الأبعاد الفرعية للمقياس:

١- **الرضا الذاتي (عن الذات):** ١-٦-١١-١٦-٢١-٢٦-٣١-٣٦-٤١-٤٦-٥١-٥٥-٥٨-٦١-٦٤-٦٧-٦٩-٧١.

٢- **الرضا الأسرى:** ٢-٧-١٢-١٧-٢٢-٢٧-٣٢-٣٧-٤٢-٤٧.

٣- **الرضا الاجتماعي (عن العلاقات الاجتماعية):** ٣-٨-١٣-١٨-٢٣-٢٨-٣٣-٣٨-٤٣-٤٨-٥٢-٥٦-٥٩-٦٢-٦٥-٦٨-٧٠-٧٢.

٤- **الرضا المهني (عن العمل):** ٤-٩-١٤-١٩-٢٤-٢٩-٣٤-٣٩-٤٤-٤٩-٥٣.

٥- **الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية:** ٥-١٠-١٥-٢٠-٢٥-٣٠-٣٥-٤٠-٤٥-٥٠-٥٤-٥٧-٦٠-٦٣-٦٦.

الكفاءة السيكومترية للمقياس: قامت معدة المقياس بحساب الصدق والثبات بعدة طرق في:

أولاً: الصدق: تم اتباع عدة إجراءات صدق المحكمين وصدق الاتساق الداخلي، فيما يتعلق بصدق المحكمين تم الاعتماد على آراء عدد من المحكمين (عشرة) من أساتذة علم النفس والصحة النفسية بالجامعات المصرية؛ حيث كان الاتفاق بنسبة ٩٠% على البنود التي يتضمنها المقياس، وفيما يتعلق بالاتساق الداخلي: استخدمت معدة المقياس هذا الإجراء على ثلاث مستويات أولهما: يتمثل في حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للبعد، ثانيًا: حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد من الأبعاد الرئيسية والدرجة الكلية للمقياس، ثالثًا: معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من العبارات المتضمنة في الأبعاد الرئيسية،حيث إن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠,٠١) مما يشير إلىصدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم لأجله.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من الأبعاد المتضمنة في المقياس والدرجة الكلية للمقياس.

البعد	معامل الارتباط
البعد الأول: الرضا الذاتي "عن الذات"	٠, ٨٣٥
البعد الثاني: الرضا الأسري "عن الحياة الأسرية"	٠,٧٠٤
البعد الثالث: الرضا الاجتماعي "عن العلاقات الاجتماعية"	٠,٦٣١
البعد الرابع: الرضا المهني: "عن العمل"	٠,٧٤٤
البعد الخامس: الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية	٠,٥٨٠

ويتضح من الجدول (٧) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (٠.٠١) مما يشير إلى صدق المقياس وصلاحيته للاستخدام فيما صمم من أجله.

الثبات: قامت مُعدة المقياس بحساب الثبات بعده طرق تمثلت في:

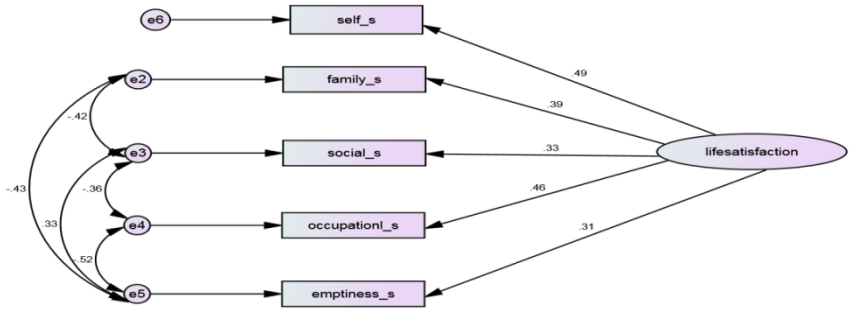
١-**طريقة إعادة الإجراء:** حيث تم تطبيق الأداة مرتين بفاصل زمني أسبوعين على مجموعة قوامها (١٠٠) طالبًا وطالبة من طلبة وطالبات الدراسات العليا، وبحساب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة في التطبيقين الأول والثاني وكان (٠.٨٣٢)، وهو معامل ارتباط عال، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر عال من الثبات.

٢-**طريقة ألفا كرونباخ:** وذلك بتطبيق المقياس على مجموعة كلية قوامها (١٠٠) طالب وطالبة من طلبة وطالبات الدراسات العليا، حيث بلغ معامل الثبات "ألفا" (٠.٧٣٤) وهو معامل عال مما يطمئن معدة المقياس إلى إمكانية استخدام المقياس.

الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية:

تم التحقق من الكفاءة السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية من خلال التحقق من صدقه وثباته وذلك على النحو التالي:

الصدق التوكيدي: لتنفيذ إجراءات التحليل العاملي التوكيدي استخدمت الباحثة حزمة البرامج الإحصائية المعروفة باسم أموس AMOS، للتأكد من جودة مطابقة مكونات المقياس الخمسة الفرعية لقياس الرضا عن الحياة. وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



شكل (٢)

الصدق العاملي التوكيدي لمقياس الرضا عن الحياة ن = ١٦٢

ويعرض جدول(٨) لتشبعات المكونات الخمسة على الرضا عن الحياة، وتأييدها بالنسب الحرجة. ويلاحظ أن جميع النسب الحرجة عالية الدلالة.

جدول (٨)

التشبعات والنسب الحرجة لبنود مقياس الرضا عن الحياة على مكوناته الخمسة (ن= ١٦٢).

البعد	الرضا الذاتي		الرضا الأسري		الرضا الاجتماعي		الرضا المهني		الخلو من الأعراض العصابية	
	التشبع	النسبة الحرجة	التشبع	النسبة الحرجة	التشبع	النسبة الحرجة	التشبع	النسبة الحرجة	التشبع	النسبة الحرجة
	.٤٩١	تم تثبيت وزنه الانحداري	.٣٨٨	٢.٣٩٥	.٣٢٨	١.٩٥٧	.٤٥٩	٢.٣٩٧	.٣٠٦	تم تثبيت وزنه الانحداري

ومما يزيد هذه النتائج تأييدًا، ما يتبين من خلال الجدول (٩)، من أن جميع مؤشرات جودة المطابقة تتجاوز حاجزالـ٠.٩٠، وأن الخطأ المحتمل في مواجهة هذه المؤشرات لم يتجاوز الـ ٠.٠٠٢.

جدول (٩)

مؤشرات جودة المطابقة لمكونات مقياس الرضا عن الحياة (ن=١٦٢).

المكون	جودة المطابقة GFI	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFI	مؤشر المطابقة المتزايدة IFI	جودة المقارنة CFI	خطأ التقريب إلى متوسط المربعات RMSEA
الرضا عن الحياة	.٩٩٩	.٩٩١	٩٩٧.	١.٠٠٠	٠.٠٠٠

وهذه المؤشرات تؤيد جودة أو تجانس البنود في التعبير عن مكونات الرضا عن الحياة. ومن ثم، يمكننا اعتبار البنود المقترحة للاختبار تقيس الرضا عن الحياة. وتعد هذه المؤشرات كافية لتأكيد أن الاختبار يتمتع بصدق تكوين جيد.

ثبات الاختبار: تم حساب ثبات مقياس الرضا عن الحياة باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية(تم حساب معامل الارتباط بين جزئي الاختبار، وتم تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون)، كما يبين الجدول (١٠).

جدول (١٢)

معاملات ثبات مقياس الرضا عن الحياة.

البعد	ألفاكرونباخ	التجزئة النصفية
الرضا عن الحياة	.٦٠٤	.٧٠٢

وبالنظر إلى الجدول السابق، يتبين أن معاملات الثبات بطريقتي ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الرضا عن الحياة مقبولة، لذلك فإن القيم التي يتم الحصول

عليها باستخدام هذا الاختبار تعد قابلة للتعميم، لأنها تتجاوز مجرد حدوثها النوعي في الظاهرة. ومن ثم، نخلص إلى أن الاختبار الحالي (الرضا عن الحياة) قد أُعِد بالمواصفات السيكومترية الملائمة، بكل من الثبات والصدق. مما يزيدنا اطمئنانًا إلى تحرر الاختبار من الخطأ، ومن ثم يمكن الوثوق بما يترتب على استخدامه من نتائج وتعميمها على عينة الدراسة.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على أنه " **توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة**" وللتحقق من هذا الفرض تم حساب دلالة الفروق بين مجموعتي الذكور والإناث في كل من: الكمالية العصابية بأبعادها الأربعة، والاحتراق النفسي، والرضا عن الحياة بأبعاده الخمسة باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات، والجدول (١٣) يوضح دلالة الفروق بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة.

جدول (١٣)

الفروق بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة.

المتغير	الذكور		الإناث		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء	٤٣,٠٨	٥,١٧	٤١,٨٢	٥,٥	٠,٧٧٩	غ.د
الخوف من الفشل	١٤,٢٤	٢,١٦	١٣,١٧	١,٦٦	١,٧٠٧	غ.د

عدم الرضا بوجه عام	٩,٤٤	١,٥٨	٩,٠٥	٢,٣٣	٠,٦٣٢	غ.د
الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس	٢٥,٦٠	٣,٥٣	٢٣.٤٧	٢.٨٣	٢.٠٧٠	٠.٠٥
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٩٢,٣٦	٦,٨٣	٨٧,٥٢	٧,٠١	٢,٢٢٥	٠.٠٥
الاحتراق النفسي	٣١,٩٦	١٣,٤٨	٣٤,٨٨	١٠,١٠	٠,٧٥٩	غ.د
الرضا الذاتي	٤١,٢٨	٦,٣٢	٣٩,٤١	٥,٦٥	٠,٩٨٠	غ.د
الرضا الأسري	٢٦,٢٨	٣,٣٩	٢٤,٢٣	٤,٥٠	١,٦٧٦	غ.د
الرضا الاجتماعي	٤٢,٠٨	٤,١٣	٤٢,٤٧	٣,٨٥	٠.٣٠٩	غ.د
الرضا المهني	٢٥,٣٦	٤,٥٩	٢٤,٨٨	٣,١٧	٠,٣٧٢	غ.د
الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية	٢٩,٤٤	٥,٨٠	٣٠,٤١	٤,٤٧	٠.٥٨٢	غ.د
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٦٤,٤٤	١٨,٠٥	١٦١,٤١	١٥,٠٣	٠.٥٧٠	غ.د

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الشعور بالنقص وفقدان الثقة بالنفس، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٠٧٠ وهي دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠٥ معنويًا، وكانت هذه الفروق في اتجاه مجموعة الذكور، كما وجدت فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ في الدرجة الكلية للكمالية العصابية بين الذكور والإناث وكانت هذه الفروق في اتجاه مجموعة الذكور، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٢٢٥، ، بينما انعدمت الفروق بين الذكور والإناث في باقي المتغيرات؛ فلم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة المعنويةمما يُشير إلى تحقق جزئي لهذا الفرض.

ففيما يتعلق بالكمالية العُصابية أظهرت النتائج أن الذكور أكثر سعيًا للتميز والتفوق؛ فالرجل هو من يتحمل أعباء الحياة والأسرة وبالأخص المجتمع الريفي، وهذا ما يجعله يزيد من قدراته من خلال السعي وبذل مجهود مضاعف؛ فيحاول التغلب على العقبات والمُقارنات بين زملائه مما يُحفز الشعور بعدم الثقة والإحساس بالنقص

إذا تعرض للانتقاد أو للفشل فهو في حاجة إلى الوصول لهدفه بتفوق، لذا فإن الذكور هم الأكثر عُرضة للكمالية العصابية، وهذا ما اتفق مع ما أظهرته نتائج دراسة (جابر الهبيدة،٢٠١٣) والتي أظهرت وجود ارتباطات سالبة دالة إحصائيًا بين الكمالية العصابية وكلٍ من الرضا عن الحياة ومفهوم الذات، كما أكدت النتائج على أن الذكور أكثر حساسية للأخطاء والنقد الذاتي والشك في الأداء؛ وأن الذكور أكثر عرضة من الإناث للكمالية العصابية في حين أنه لم توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في متغيري الرضا عن الحياة بأبعاده ومفهوم الذات.

واتفقت نتائج الدراسة أيضًا مع نتائج دراسة أشرف عطية (٢٠٠٩) التي أظهرت وجود فروق دالة إحصائيًا في الكمالية العُصابية اتجاه الذكور، كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة كل من (Schweitzer & Hamilton, 2002) بينما اختلفت مع نتائج دراسة كل من(Darbouze- Bonyeme, 2014) التي أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في الكمالية العصابية.

وفيما يتعلق بالإحتراق النفسي؛ اتفقت نتائج هذا الفرض مع دراسة كل من (Portoghese,etal, 2018) ودراسة (Jordan,etal, 2020) حيث لم توجد فروق دالالة إحصائية بين كل من الذكور والإناث في متغير الاحتراق النفسي، وأرجعت ذلك لوجود فروق فردية وأن السمات الشخصية تؤدي دورًا مؤثرًا في الاحتراق النفسي الأكاديمي، وهذا ما أظهرته أيضاً نتائج دراسة (Lee, etal,2017).

ولم تُظهر نتائج الدراسة الحالية الدراسة فروقًا دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في متغير الرضا عن الحياة؛ واتفقت مع دراسة كل من (رياض ملكوش، ١٩٩٥؛ فريح العنزى، ٢٠٠١؛ يوسف الرجيب، ٢٠٠١؛ جابر عيسى وربيع رشوان، ٢٠٠٦) ؛ وذلك لأن الرضا عن الحياة يختلف من فرد الآخر تبعًا للظروف المحيطة بالطالب ولتغيير الشخصية وتفكيره وتحقيق أهدافه وطموحاته كما جاء في دراسة عفراء خليل (٢٠١٥)

ودراسة (Bjelica,etal,2021) حيث إرتبط الرضا عن الحياة تبعًا للمعدل التراكمي الأكاديمي للطلاب كما اعتمدت على الإدراك الشخصي للطلاب، فلم تجد هذه الدراسة فرقًا كبيرًا بين مواقف الطلاب والطالبات في مجال الرضا العام عن الحياة، فقد يتأثر الاختلاف بين المتطلبات الأكاديمية للدراسات وحياته الاجتماعية والأسرية، بتأثر مجال الدراسة أو المناهج الدراسية، قد يؤثر ذلك على تجربة الطالب نفسها، لذلك كان من المعقول أن نفترض أن الطلاب الذين يدرسون مجالات مختلفة أو في مؤسسات تعليمية مختلفة قد يمتلكون أيضًا تصورًا مختلفًا للرضا عن الحياة.

ولم تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة سيد الوكيل (٢٠٢٠) والتي تبين منها وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى٠.٠١ الرضا عن الحياة الأكاديمية في اتجاه الطلاب، كما وجدت فروق دالة عند مستوى٠.٠٥ في الرضا عن العلاقة بالزملاء في اتجاه الطلاب.

كما أن دراسة (Chattu,etal, 2020) أشارت إلى وجود فروق دالالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الرضا عن الحياة.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص هذا الفرض على **أنه توجد فروق دالة إحصائيًا في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغيرات التخصص الأكاديمي، والحالة الاجتماعية، والوظيفة والمستوى العمري لدى عينة الدراسة من طلبة الدراسات العليا بجامعة الفيوم**". وللتحقق من هذا الفرض تم حساب الفروق بين المجموعات باستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات.وذلك على النحو التالي:

أولاً: دلالة الفروق بين العينة في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغير التخصص الأكاديمي:

ويوضح جدول (١٤) نتائج الفروق بين عينة الدراسة في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغيرات التخصص الأكاديمي.

جدول (١٤)

الفروق في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمُتغير التخصص الأكاديمي

المتغير	الكليات النظرية		الكليات العملية		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء	٤٤,٢٧	٥,٨٣	٤٢,٧١	٦,٠٨	٢,٠٢٧	٠.٠٥
الخوف من الفشل	١٢,٩٦	٢,٤٧	١٣,٧٩	٢,٨٦	٢,٤٠٣	٠.٠٥
عدم الرضا بوجه عام	٩,٧٣	٢,٢٣	٩,٧٤	١,٧٩	٠,٠٢٢	غ.د
الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس	٢٣,٨٣	٤,٠٢	٢٥,٢٢	٤,٣٧	٢,٥٥٩	٠.٠١
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٩٠,٨١	٩,١٢	٩١,٤٨	١٠,٨٠	٠,٥١٦	غ.د
الاحتراق النفسي	٢٧,٦٨	١٢,٣٩	٢٥,٣٩	١٣,٣٢	١,٣٧٨	غ.د
الرضا الذاتي	٤٠,٦٩	٥,٨٢	٢٧,٦٨	١٢,٣٩	١,٢٧٥	غ.د
الرضا الأسري	٢٥,٨٦	٤,٤٩	٢٥,٤٩	٤,٣٠	١,١٥٨	غ.د
الرضا الاجتماعي	٤٣,٠٣	٥,٥٥	٤٢,٢١	٥,٣٢	١,١٧٢	غ.د
الرضا المهني	٢٥,٢٢	٣,٩٧	٢٤,٦٠	٤,٥٥	١,١١٦	غ.د
الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية	٣١,٨٠	٥,٨٧	٣٠,٦٦	٥,٨٥	١,٥١٢	غ.د
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٦٦,٢٨	١٧,٨٢	١٦٢,٣٩	٢٠,٧٠	١,٥٤٩	غ.د

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلاب الكليات النظرية والعملية في المستويات العالية والمبالغ فيها للأداء، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٢٧ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠٥ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه طلاب الكليات النظرية، ووجدت فروق دالة معنويًا في الخوف من الفشل فقد كانت قيمة "ت" ٢.٤٠٣ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠٥ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب من الكليات العملية، ووجدت فروق دالة معنويًا في الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس فقد كانت قيمة "ت" ٢.٢٥٩ وهي دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠١ معنوية وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب من الكليات العملية. بينما انعدمت الفروق بين طلاب الكليات النظرية والعملية في باقي المتغيرات؛ فلم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة المعنوية مما يُشير إلى تحقق هذا الفرض جزئياً.

ويمكن تفسير النتيجة السابقة الخاصة بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين التخصصات (العلمية والنظرية) لأن غالبية الطلاب يعيشون نفس الظروف الجامعية تحت ضغوط متشابهه ويتعرضون لظروف أكاديمية وتعليمية متقاربة بَثت في كل منهم تكوين نفسي قوي لم يتغير بتغيير التخصص، كما أن هؤلاء الطلبة جاءت تخصصاتهم وفق ميولهم ورغباتهم، ومن ثم ما أصبحوا عليه نابع من داخلهم من إحساس للوصول للقمة وإتقان ما يعملون به والوصول لأعلى الدرجات؛ تجنبًا للنقد ونيل الاستحسان، فقد يقومون بالمماطلة والتسويف والتأجيل بالأداء للوصول لأعلى درجات التفاني بالعمل، مما يجعلهم راضيين عن تلك السلوكيات النابعة منهم، وهذا ما يجعلهم راضيين عن ذلك المسار الذي وضعوه لحياتهم.

وفيما يتعلق بمتغير الكمالية العُصابية نجد أن النتائج الحالية اتفقت مع نتائج دراسة كلٍ أحمد الزيغاليل (٢٠٠٨) والتي تبين منها عدم وجود فروق دالالة إحصائياً في مُتغير التخصص للكمالية العصابية، ونتائج دراسة عفاف عبد الفادي (٢٠١٩)

التي تبين منها عدم وجود فروق دالالة إحصائياً في كل من الكمالية العصابية والرضا عن الحياة تبعاً للتخصص الأكاديمي.

في حين أن هذه النتائج لم تتفق مع نتائج دراسة سحر عبد الله (٢٠١٩) والتي تبين منها وجود فروق دالة احصائياً في الكمالية العُصابية بين طلاب الكليات النظرية والعملية في اتجاه طلاب الكليات العلمية.

وفيما يتعلق بمتغير الرضا عن الحياة نجد أن النتائج الحالية اتفقت مع نتائج دراسة مروة إبراهيم (٢٠١١) ودراسة ويحيى شقورة (٢٠١٢) والتي تبين منهما عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي، وهي ذات النتيجة التي توصلت إليها نتائج دراسة سيد الوكيل (٢٠٢٠).

وفيما يتعلق بمتغير الاحتراق النفسي نُلاحظ أن النتائج الحالية قد اتفقت مع نتائج دراسة أصلان المساعيد (٢٠١١) والتي تبين منها عدم وجود فروق دالالة إحصائياً في الاحتراق النفسي بين ذوي التخصصات العلمية والأدبية، وكذلك دراسة نداء جاسم (٢٠١١) والتي تبين منها عدم وجود فروقًا ذات دلالة إحصائية بين الكليات العلمية والنظرية.

وعلى الجانب الآخر فإن النتائج الحالية اختلفت مع ما توصلت إليه نتائج دراسة زينب شقير ،١٩٩٧؛ السيد حسانين ،٢٠١٢؛ السيد حسانين ،٢٠١٧) والتي أوضحت نتائجهم أن طلاب التخصصات العلمية أكثر شعورًا بالاحتراق النفسي من الطلاب ذوي التخصصات الأدبية أو النظرية، في حين أن دراسة (Salmela-Aro & Kuntto,2010) أوضحت أن التخصصات الأدبية أكثر شعورًا بالاحتراق النفسي، ويرجع ذلك لاختلاف الثقافة الاجتماعية والأكاديمية لدى المجتمع الغربي.

وأوصت نتائج دراسة (Allen,etal,2022) بضرورة تسليط الضوء على أهمية علاقة طالب الدراسات العليا بطبيعة دراسته الأكاديمية وظروفه الشخصية، ومع

مشرفيهم (أعضاء هيئة التدريس) الآخرين في قسمهم وقوانين الجامعة التي قد تختلف من كلية إلى أخرى.

ثانياً: الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية: والجدول التالي يوضح دلالة الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية:

جدول (١٥)

الفروق في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة حسب متغير الحالة الاجتماعية.

المتغير	متزوج		أعزب		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء	٤٢.٢٦	٥.٧٦	٤٣.٨٦	٥.٩٦	٢.٠٠٦	٠.٠٥
الخوف من الفشل	١٤.١٩	٢.٦٧	١٣.٠١	٢.٦٧	٣.٢٦٤	٠.٠٠١
عدم الرضا بوجه عام	٩.٧٢	١.٨٢	٩.٧٨	٢.١٢	.١٩٩	غ.د
الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس	٢٥.٧٠	٤.١٢	٢٣.٩٧	٤.٢٤	٣.٠٣٥	٠.٠١
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٩١.٨٨	١٠.٦٣	٩٠.٦٣	٩.٨٢	.٩١١	غ.د
الاحتراق النفسي	٢٥.١٥	١١.٧٣	٢٧.٠٧	١٣.٦٥	١.٠٩٤	غ.د
الرضا الذاتي	٤٠.٤٨	٥.٨٤	٣٩.٩٩	٦.٢٠	.٦٠٠	غ.د
الرضا الأسري	٢٥.٣٣	٤.٧٩	٢٥.٦٩	٤.١٧	.٥٥٩	غ.د
الرضا الاجتماعي	٤١.٩٤	٥.١٦	٤٢.٩٦	٥.٦٢	١.٣٨٩	غ.د
الرضا المهني	٢٤.٣٨	٤.٢٥	٢٥.١٦	٤.٣٢	١.٣٤١	غ.د

الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية	٣٠.٨٠	٤.٥٠	٣١.٤٣	٦.٥٣	.٧٨٦	غ.د
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٦٢.٩٥	١٨.٣٩	١٦٥.٠٠	٢٠.١٢	.٧٧٣	غ.د

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيًا بين الطلاب المُتزوجين وغير المتزوجين في المستويات العالية والمبالغ فيها للأداء كأحد أبعاد الكمالية العُصابية، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٠٠٦ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠٥ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه الطلاب غير المتزوجين، ووجدت فروق دالة معنويًا في الخوف من الفشل، فقد كانت قيمة "ت" ٣.٢٤٦ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠٠١ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب المتزوجين، ووجدت فروق دالة معنويًا في الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس، فقد كانت قيمة "ت" ٣.٠٣٥ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠١ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب المتزوجين. بينما انعدمت الفروق بين الطلاب المتزوجين وغير المتزوجين في باقي المتغيرات؛ حيث لم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة المعنوية.

فالكمالية العصابية تنشأ فى الأسر التى لا تمنح الاستقلالية وتنشغل جانباً عن ضبط سلوك الأبناء أو أفرادها، إذ يتم قمع التعبير الشخصي وصنع القرار الفردى، كما أن الاستحسان الوالدي يقوم على تحقيق التوقعات المرتفعة للوالدين، ومن هنا تجد الكمالية العصابية نشأت فى المراحل العمرية الاولى للفرد فى حياتة الاسرية مع والدية وفى المرحلة الثانية من حياتة الاسرية نجد الزواج قد يُفاقم ويزيد من مستوى الكمالية العصابية أويقل ويحد منها تبعًا لشريك الحياة والظروف الأسرية, فقد تزيد أو تنقص تبعًا لاستجابة الفرد الشخصية وعمره وخبراته الحياتية لتلك الاعباء التى قد تتداخل مع الصعوبات الاكاديمية والاقتصادية ،وتختلف ايضًا بدعم الاصدقاء والاقران فى بيئة

العمل وبيئة الدراسة وتلك الضغوطات والأعباء قد تتشابة لدى عينة المجتمع الواحد (محافظة الفيوم).

وأكدت نتائج الفرض أنه لا يوجد فروقًا بين المتزوجين وغير المتزوجين في متغير الاحتراق النفسي (الأكاديمي) ويمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن الاحتراق متعلق بعومل أخرى متداخلة منها ما يتعلق بالدراسة الاكاديمية كطبيعة الدراسة ومتطلباتها، من صعوبة الماد، وكثرة التكليفات ، وقلق الاختبارات، ومنها ما يتعلق ببيئة الدراسة والمصادر فيها وطبيعة الزملاء والاساذة، وترى الباحثة أن الحالة الاجتماعية قد تكون مساندة للطالب فى تخفيف مستوى الاحتراق النقسي حيث أن الطالب المتزوج قد يجد الدعم والمساندة والتشجيع من عائلتها بما يخفف عليها عبء الاجهاد إذ يشكل نجاح الطالب نجاح لجميع أفراد عائلتها، وكذلك الحال مع الطالب غير المتزوج فيكون أكثر تركيزًا على مستقبله الدراسي وأكثر طموحًا للنجاح. وجاء ذلك متفقًا مع دراسة (Dyrbye,etal,2014) فلم تكن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الحالة الاجتماعية والاحتراق النفسي الأكاديمي للطلاب. في حين كان المتزوجون أكثر احتراقًا من غير المتزوجين كما جاء بدراسة (Rahmatpour,et al,2019).

وأظهرت النتائج عدم وجود فروقًا ذات دلالة إحصائية في الرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، واتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسات (رياض ملكوش، ١٩٩٩؛ يوسف الرحيب،٢٠٠١؛ عزة مبروك، ٢٠٠٧ ؛ بسمة قاروت، ٢٠٠٧) كما اتفقت أيضاً مع نتائج دراسة (عبد الله العنزي، ٢٠٢٢) والتي تبين منها عدم وجود فروق رغم اختلافها مع دراسة (فرحان العنزي، ٢٠١٤) على أن المتزوجين أكثر شعورًا بالرضا عن الحياة.

ووفقاً لما أشار إليه أحمد عبد الخالق (٢٠٠٨) من أن الرضا عن الحياة تقدير يضعه الفرد لنوعية حياته بوجه عام اعتمادًا على حكمه الشخصي، كما أن عزة

مبروك (٢٠٠٧) أشارت إلى أن الرضا عن الحياة تقييم معرفى ذاتي فى ضوء ما يدركه الفرد من إنجازات، وشعوره بالأمن والطمأنينة والانسجام مع الواقع، وأن الرضا يتمثل فى ثلاث خصائص هى (الخبرة الذاتية التى تنبثق داخل الفرد – غياب الوجدان السلبى – التقييم الشامل لكافة جوانب حياة الشخص). يمكن أن تفسر هذه النتيجة فى ضوء وجود بعض المتغيرات الأخرى ذات التأثير فى درجة الرضا عن الحياة تبدو أكثر أهمية من متغير الحالة الزواجية للفرد منها: الدعم الاجتماعى والمادى، الصحة الجسمية، الثقة بالنفس، التدين، مستوى التعليم وغيره من المتغيرات التى قد تجعل متغير الزواج عديم التأثير على الرضا عن الحياة.

ووفقًا لنتائج دراسة كل من (Darwish, etal,2021) والتي تبين منها أن الزواج لا يؤثر على الأداء الأكاديمي، في حين كانت العوامل المساهمة في تحسين الأداء الأكاديمي هي المستوىالمرتفع من الرضا عن الحياة الأسرية والموقف الإيجابي الداعم للزوجة أو الزوج، فالأسباب المحتملة لذلك هو الاختلافات في طبيعة سكانها فالمجتمعات العربية متقاربة أسريًا فيكون الدعم من الوالدين والعائلة أو من الزوج أو الزوجة على العكس من المجتمعات الغربية الذين ينفصلون عن والديهم مبكرًا.

ثالثاً: الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الوظيفة: والجدول التالي يوضح دلالة الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير الوظيفة:

جدول (١٦)

الفروق في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة حسب متغير العمل (الوظيفة).

المتغير	يعمل		لا يعمل		قيمة ت	مستوى الدلالة
	م	ع	م	ع		
المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء	٤٣.٤٩	٦.٣٠	٤٣.٢٨	٥.٤٥	.٢٦٥	غ.د
الخوف من الفشل	١٣.٦٤	٢.٨٩	١٢.٩٨	٢.٣٢	١.٨١١	غ.د
عدم الرضا بوجه عام	٩.٩٦	٢.١٠	٩.١٣	١.٧٤	٢.٤٣٨	٠.٠٥
الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس	٢٥.٠٣	٤.٣٤	٢٣.٦٧	٤.٠٠	٢.٢٤٠	٠.٠٥
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٩٢.١٥	١٠.١٨	٨٩.٣٥	٨.٣٤	٢.٠٧٧	٠.٠٥
الاحتراق النفسي	٢٤.٧٠	١٢.٥٥	٢٩.٦٥	١٣.٠٧	٢.٨٨٩	٠.٠١
الرضا الذاتي	٤٠.١٦	٦.٣٨	٤٠.١١	٥.٤٨	.٠٦٤	غ.د
الرضا الأسري	٢٥.١٧	٤.٦٣	٢٦.١٢	٣.٨٧	١.٦١٩	غ.د
الرضا الاجتماعي	٤٢.٤٩	٥.٨١	٤٢.٧٦	٤.٦٧	٣٦٦.	غ.د
الرضا المهني	٢٥.١٧	٤.٤١	٢٤.٤٩	٤.٠٨	١.٠٥٠	غ.د
الخلو من الاعراض العصابية والميول الانسحابية	٣١.٦٦	٦.٠٠	٣٠.٢٨	٥.٥٦	١.٧٥١	غ.د
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	١٦٤.٣٥	٢٠.٧٠	١٦٣.٧٨	١٧.١٦	.٢٥١	غ.د

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيًا بين الطلاب الذين يشغلون وظيفة والذين لا يشغلون في بعدى الكمالية العصابية (الشعور بالنقص– عدم الرضا بوجه عام) فقد كانت قيم "ت" على التوالي ٢.٤٣٨، ٢.٢٤٠ وهي دالة معنويًا عند مستوى ٠.٠٥ معنوية وكانت الفروق في اتجاه الطلاب الذين يشغلون وظيفة، ووجدت فروق دالة معنويًا في الدرجة الكلية للكمالية العصابية، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٠٧٧

وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠٥ معنوية، وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب الذين يشغلون وظيفة، ووجدت فروق دالة معنويًا في الاحتراق النفسي، فقد كانت قيمة "ت" ٢.٨٨٩ وهي دالة معنويًا عند مستوى٠.٠١ معنوية وكانت الفروق في اتجاه مجموعة الطلاب الذين لا يشغلون وظيفة. بينما انعدمت الفروق بين الطلاب في باقي المتغيرات حسب متغير العمل؛ فلم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة المعنوية.

ويُظهر طلاب الدراسات العليا العاملون مستويات أعلى من الخبرة المهنية من طلاب الدراسات العليا غير العاملين . فيتفاعل الطلاب العاملون مع مجموعة متنوعة من الأشخاص داخل الجامعة وخارجها. فهم أكثر سعيًا لزيادة دخلهم المادي أو المعنوى (Zhao, et al, 2022)، مما يُحفزهم على إنجاز المهام ذات الأداء العالي. وأوضح (Stoeber & Otto,2006) أن الكمالي الذي يرتبط بأداء العمل؛ إنه يتوقع الكثير من نفسه لإكمال المُهمة بشكلٍ لا تشوبه شائبة، والكماليون العاملون قادرون على الربط بين دراستهم الأكاديمية ودافعهم المهني لأنهم أكثر خبرة معرفية، كما أنهم أكثر سعيًا في ظل الظروف المُجهدة، فيسعون لتحسين الأداء، والالتزام عند العمل، والذين تم توظيفهم يكونوا أكثر شعورًا بالمسؤولية كما جاء في دراسة (Ahmed, et al,2021) وقد أشارت نتائج دراسة (Görkem, 2020) إلى أن الحاصلين على الدكتوراه ترتفع لديهم مُعلات ومُستويات الكمالية العُصابية. فطلبة الدراسات العليا العاملين من المتوقع أن يكونوا مثاليين في خدماتهم، مما يجعلهم يسعون لتحقيق الأفضل والتعامل مع أنفسهم للوصول إلى أعلى المعايير.

وقد أشارت نتائج دراسة (Raeis Saadi,et al,2019) أن الأقل خبرة أكثر عرضة لخطر الإرهاق الشديد، وتشير الدراسات الخاصة بالضغط النفسي أيضًا إلى أن نقص الإثارة للفرد تؤدي إلى حدوث آثار سلبية، ولذلك فإن العمل الرتيب الخالي من الإثارة والتنوع والتحدي يؤدي إلى الضغط والاحتراق النفسي، فالارتباط بالعمل يُزيد من

روح المُنافسة ويقلل من الفترة الزمنية لطالب الدراسات العليا، مما يزيد من مسؤليته، على عكس الطالب الذي لايعمل، الذي يكون عُرضة للقلق على مستقبله المهني والمادي مما يجعله يلجأ للتأجيل الناتج عن عدم وجود روح المُنافسة والسعى للانجاز؛ وذلك لطول الفترة الزمنية لديه فينتج عنه التشوه المعرفي وقلة تفاعلاته الاجتماعية والأكاديمية.

وقد أشار كل من (Scanlan & Still,2019) إلى أن تأجيل العمل كانت مُرتبطة ارتباطًا وثيقًا بالاحتراق النفسي، فالطالب العاطل غير قادر على تنظيم جدوله الزمني والتوازن بين العمل والحياة والراحة؛ ويبدو أن الطلاب الذين يعانون من الاحتراق الشديد لديهم دافع مُستقل مُنخفض، ومشاركة واستقلالية منخفضة (Mudallal,etal, 2017). في حين اختلفت النتائج مع دراسة كل من (Demir et al, 2003; Alacacioglu,et al,2009) فكان الاحتراق هو استجابة طويلة الأمد للإجهاد والضغط المزمن المرتبط بالوظيفة فإن لم ينتهي منها الطالب وانخفض إنجازه الشخصي أُصيب بالاحتراق النفسي .

وقد جاءت نتائج الدراسة الحالية مُتوافقة مع نتائج دراسة كل من (فرحان العنزي،٢٠١٤؛ عالية شلبي،٢٠١٦) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية لمتغير العمل (الحالة الوظيفية) على الشعور بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة، فطلبة الدراسات العليا العاملين أكثر شعورًا بالكمالية العصابية والطلبة غير العاملين أكثر شعوراً بالاحتراق النفسي.

لذلك قد لا نجد فروق وتنخفض درجة الرضا عن الحياة لكل منهم ويمكن أن تفسر هذه النتيجة بأن شعور الفرد بالرضا عن الحياة قد يختلف باختلاف سماته وخصائصه الشخصية، وبالقيم والأفكار والمبادئ التى يتصف بها الفرد، وكذلك فإنه

على قدر إشباع الفرد حاجاته على قدر إحساسه وتمتعه بالرضا عن حياته، وكذلك مدى إنجازه وتفاؤله بمستقبله.

رابعاً: الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير المستوى العمري: والجدول التالي يوضح دلالة الفروق في كل من الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعاً لمتغير المستوى العمري:

جدول (١٧)

الفروق في الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والرضا عن الحياة تبعًا لمتغير (العمر).

البُعد	العمر	ن	م	ع	قيمة ت	مستوى الدلالة
المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء	٢٢-٢٦	١٥٤	٤٣.٣٧٠١	٦.١٧٤٩٦	٠.٢٧٢	غير دالة
	٢٧-٣٠	٨٢	٤٣.١٤٦٣	٥.٦٩٤١٠		
الخوف من الفشل	٢٢-٢٦	١٥٤	١٢.٧٩٢٢	٢.٦١٦٣٨	-٤.٦٨٤	دالة عند ٠.٠٠١
	٢٧-٣٠	٨٢	١٤.٤٦٣٤	٢.٥٩٧٢٢		
عدم الرضا بوجه عام	٢٢-٢٦	١٥٤	٩.٧٢٧٣	٢.١٠٥٩٣	٠.١٦٤	غير دالة
	٢٧-٣٠	٨٢	٩.٦٨٢٩	١.٧٢٧٦١		
الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس	٢٢-٢٦	١٥٤	٢٣.٩٢٢١	٤.٢١٠٩٩	-٣.٢٧٨	دالة عند ٠.٠٠١
	٢٧-٣٠	٨٢	٢٥.٨١٧١	٤.٢٦٠٤٤		
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٢٢-٢٦	١٥٤	٨٩.٨١١٧	٩.٦٠٤٤٤	-٢.٤٠٣	دالة عند ٠.٠١
	٢٧-٣٠	٨٢	٩٣.١٠٩٨	١٠.٨١٦٠٩		
الاحتراق النفسي	٢٢-٢٦	١٥٤	٢٦.٢٣٥	١٢.٥٢٥٦٤	٠.١٢٩	غير دالة
	٢٧-٣٠	٨٢	٢٦.٤٦٣٤	١٣.٦٦٤٥١		
الرضا الذاتي	٢٢-٢٦	١٥٤	٤٠.٨٤٤٢	٥.٩٥٧٥١	٢.٣٣٠	دالة عند

	٣٠-٢٧	٨٢	٣٨.٩٥١٢	٥.٩١٤٨٣		٠.٠٥
الرضا الأسري	٢٦-٢٢	١٥٤	٢٥.٧٠٧٨	٤.٤٧٦٤١	٢.٣٣٠	دالة عند ٠.٠٥
	٣٠-٢٧	٨٢	٢٥.٢٤٣٩	٤.٣٤٧٧٣		
الرضا الاجتماعي	٢٦-٢٢	١٥٤	٤٣.٢٢٠٨	٥.٨٨٩٢٢	٢.٤٨٩	دالة عند ٠.٠٥
	٣٠-٢٧	٨٢	٤١.٣٧٨٠	٤.٣٨٤٧١		
الرضا المهني	٢٦-٢٢	١٥٤	٢٥.٤٣١٤	٤.٣٨٥٦٣	٢.٥١٦	دالة عند ٠.٠٥
	٣٠-٢٧	٨٢	٢٣.٩٧٥٦	٣.٩١٥٧٠		
الخلو من الأعراض العصابية والميول الانسحابية	٢٦-٢٢	١٥٤	٣١.٩٢٨٦	٦.٢١٣١١	٢.٤٣٣	دالة عند ٠.٠٥
	٣٠-٢٧	٨٢	٣٠.٠٠٠٠	٤.٩٢١٦		
الدرجة الكلية للرضا عن الحياة	٢٦-٢٢	١٥٤	١٦٦.٨٨٨٩	٢٠.٤٤٥٨٧	٢.٨٠٩	دالة عند ٠.٠١
	٣٠-٢٧	٨٢	١٥٩.٥٤٨٨	١٦.٢٥٣٥١		

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيًا بين عينة الدراسة في الخوف من الفشل والشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس والدرجة الكلية للكمالية العصابية عند مستوى ٠.٠١ وكانت الفروق في اتجاه المجموعة التي تتراوحت أعمارها ما بين ٢٧-٣٠ عام. بينما انعدمت الفروق في المستويات العالية والمبالغ فيه للأداء وعدم الرضا بوجه عام، وانعدمت الفروق في متغير الاحتراق النفسي، فلم تصل قيمة "ت" لمستوى الدلالة الاحصائية المطلوبة، وكذلك وُجدت فروق دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة تتراوح بين٠.٠٥و٠.٠١و٠.٠٠١ في الأبعاد الخمسة للرضا عن الحياة، وكانت الفروق في اتجاه عينة الدراسة التي تتراوح أعمارها ما بين ٢٢-٢٦.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الطلبة الأكبر سنًا يكونوا أكثر مسئوليةً؛ لأن التقدم في العمر يتضمن سلسلة من التغييرات المتعلقة بالمجالات الشخصية والأسرية والاجتماعية والمهنية، مما يصعب من قدرة الطلاب على التوافق مع سياق الحياة

الجديدة وقد يشعرون أنهم لا يحظون بالدعم؛ لأنهم أكبر سنًا ويعتمدون على أنفسهم لتحقيق طموحهم؛ فيقل لديهم مستوى الرضا عن الحياة.

وقد اتفقت هذه النتائج مع ما أظهرته نتائج دراسة (شيخة عليان،٢٠١٧) ودراسة (Schweitzer, et al,2002) التي درست الكمالية العصابية لدى طلبة الجامعة، وكانت الفئة الأكثر كماليةً من الفرقتين الثالثة والرابعة، وأكدت دراسة (Livazović, & Kuzmanović, 2022) أن للعمر مؤشراً مهماً على الكمالية؛ وقد أشارت نتائج دراسة (Comerchero & Fortugno, 2013) إلى أن الطلبة ذوي الكمالية العُصابية المرتفعة أقل تفاعلًا أكاديميًا؛ نظرًا لقلة ارتباطهم بالجامعة والحضور للمؤتمرات والمناقشات البحثية والتفاعل مع الأقران بالجامعة،

كما أظهرت نتائج دراسة كل من (Görkem, et al, 2020) إلى أن مستوى الكمالية يختلف باختلاف مُتغير العمر، ووقت العمل، وهذا ما أكدته أيضاً نتائج الدراسة الحالية.

وفي المُقابل فإن نتائج دراسة (فاطمة الشرنوبي، ٢٠٢٠) فلم تجد فروق دالة إحصائيًا لمُتغير العمر في الكمالية العصابية، ولم يُظهر أن العمر عاملاً مهماً في المُعاناة من الكمالية العُصابية.

وأكدت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في الاحتراق النفسي تبعاً للمستوى العمري، ويمكن تفسير ذلك بأن الاحتراق النفسي ظاهرة مُتعددة الأوجه ناتجة عن مُتغيرات شخصية وتنظيمية، وينشأ الاحتراق النفسي كاستجابة لموقف أو عدد من المواقف الصعبة.

وقد يكون عدم مُعاناة طلاب وطالبات الدراسات العليا من الاحتراق النفسي سببه الدعم النفسي والأكاديمي والاجتماعي المُقدم لهم من قبل المُشرفين الأكاديميين، كما أن الدعم الاجتماعي، والدعم الشخصي الذاتي، والدعم الأكاديمي من الأقران، والدعم

الأسري يُقلل من مخاطر الاحتراق النفسي الناتج عن الضغوط الخارجية والداخلية التي قد يتعرض لها الطالب.

وقد أظهرت نتائج دراسات عزة مبروك(٢٠٠٧) وجود علاقة سلبية بين الرضا عن الحياة والتقدم في العمر، فكان الأصغر سنًا أكثر أمانًا وطمأنينة، ومع التقدم في العمر يحتاج طلبة الدراسات العليا إلى التعامل مع المزيد من العمل الأكاديمي، وخاصة عندما يبدأون دراستهم بعد الانقطاع لفترةٍ زمنيةٍ قد تطول أو تقصر؛ فيؤدي ذلك لعدم التوافق الأكاديمي الناتج عن الفترة الانتقالية من بيئة التعلم، وعبء الانفصال الدراسي يؤدي إلى انخفاض مستويات الرضا الأكاديمي لديهم (Topaloglu,2015)، على العكس من ذلك، فالطلبة الأصغر سنًا أكثر ألفة بنظام الإمتحانات والتكليفات وأنهم تعودوا من خلال دراستهم على المبادرة بالاستذكار، وسرعة إنجاز المهام الدراسية، فالطلبة الأصغر سنًا عادةً ليس لديهم الكثير من مسؤوليات مثل الأسرة أو وظيفة بدوام كامل أو أعباء مالية؛ فهم كانوا أكثر سعادة وتفاؤل وأكثر نشاطًا جسديًا واستقرارًا نفسيًا؛ فكانوا أكثر حضورًا للمحاضرات والمؤتمرات العلمية والمناقشات البحثية، ويحظون أكثر ببرامج العمل الجماعي (Fakunmoju, et al, 2016) مما يزيد لديهم التحسن الأكاديمي، وأشارت نتائج دراسة (Karavdic & Baumann,2014) إلى أن الطلبة الأصغر سنًا أكثر سعادةً، مما يزيد من الرضا عن حياتهم.

التوصيات:

- إتاحة المزيد من الفرص للطلاب للمشاركة في الأنشطة والفاعليات الجامعية المتنوعة ،من أجل بناء شخصياتهم بشكلٍ طبيعي ووقايتهم من الاضطرابات النفسية.
- توعية الطلاب بأهمية التنظيم الذاتي من أجل البدء في إنجاز المهام الأكاديمية مبكرًا والانتهاء منها في المواعيد المحددة.
- توعية الطلاب بأساليب التعامل مع المواقف الضاغطة ، والتغلب على المشكلات اتي تواجههم.
- التوعية بدور وسائل الإعلام والتواصل الاجتماعي، وبدور الوالدين من مهام توضيح الأساليب الناجحةللطلبة؛للتغلب على أثر الكمالية العصابية والاحتراق النفسي والتقدم في التحصيل العلمي والرضا عن حياته.

المراجع

أحمد سيد عبد الجواد (٢٠١٩) التسويف الأكاديمي في علاقته بالكمالية العصابية والمرونة النفسية لدى طالب الجامعة. *مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٣٠(١٢)*، ١٤٢:٢٣٤.

أحمد محمد عبد الخالق (٢٠٠٨) الرضا عن الحياة في المجتمع الكويتي، *مجلة الدراسات النفسية،١٨ (١١)*، ١٢١: ١٣٦.

السيد الشبراوي أحمد حسانين (٢٠١٢) الاحتراق وعلاقته بالارتباط الدراسيلدى طالب الجامعة.*مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ٤٩(٢)* ٣٧٠ – ٤٠٢.

السيد الشبراوي حسانين (٢٠١٧) الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة بمصر والكويت في ضوء الجنسية والنوع والتخصص الدراسي، *مجلة الإرشاد النفسي، ١ (٥١)*،١: ٤١.

أشرف محمد عطية (٢٠٠٩) دراسة العلاقة بين الكمالية والتأجيل لدى عينة من طلاب الجامعة المتفوقين عقليًا، *مجلة الإرشاد النفسي، ٢٣ (١)*، ٢٨١: ٣٥٢.

أصلان صبح المساعيد (٢٠١١) مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة آل البيت وعلاقتها بالخبرة والتخصص الدراسي، *مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، ٣(١)*،١٦٥: ٢٠٩.

آمال عبد السميع باظة (١٩٩٦) *استبيان الكمالية العصابية*، القاهرة، الأنجلو المصرية.

أماني عبد المقصود عبد الوهاب (٢٠١٤) *استبيان اختبار الرضا عن الحياة للكبار للبيئة المصرية والعربية*، القاهرة، الأنجلو المصرية.

بسمة بنت حسن قاروت (٢٠٠٧) *الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

جابر مبارك الهبيدة (٢٠١٣) بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالكمالية العصابية لدى مجموعة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت، *مجلة دراسات الطفولة، ٥٨(١٦)*،٥٥: ٦٦.

جابر محمد عبد الله عيسى، ربيع عبده أحمد رشوان(٢٠٠٦) الذكاء الوجدانى وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والإنجاز الأكاديمي لدى الأطفال، *مجلة دراسات تربوية واجتماعية ، كلية التربية، جامعة حلوان، ١ (٤)* ، ٤٥ : ١٣٠ .

خديجة ملال ومحرز مليكة (٢٠١٨) الاحتراق النفسي لدى أساتذة الجامعات، *مجلة الباحث العلمي في العلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٠ (٣)* ٧٩٢:٧٨٣.

رياض ملكوش (١٩٩٥) علاقة الرضا عن الحياة بالدخل والتعليم والعمر لدى معلمات رياض الأطفال فى الأردن والفروق فى الرضا باختلاف تقدير الذات ومركز

الضبط والحالة الاجتماعية، *مجلة كلية التربية، جامعة أسيوط، ٢(١١)* ، ٨٨٧: ٩٠٩ .

زيد بن محمد البتال (١٩٩٩) الاحتراق النفسي لدى معلم التربية الخاصة، بحث مقدم في ندوة الإرشاد النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة، *مجلة جامعة الخليج العربي، البحرين*، ١٤٩-١٧١.
http://www.gulfkids.com/ar/index.php?action=show_art&ArtCat=2&id=84

زينب محمود شقير (١٩٩٧) الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى طالبات الجامعة، *مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس (٦)* ، ٤٧- ١٠٦.

زينب محمود شقير(٢٠١٨) *استبيان الاحتراق النفسي،الإجهاد النفسي في البيئة المصرية – السعودية*، القاهرة، الأنجلو المصرية.

سامية محمد صابر(٢٠٠٩) الكمالية العُصابية (غير السوية) وعلاقتها باضطرابات الأكل لدى طلاب الجامعة، *مجلة كلية الآداب. جامعة المنوفية*، ١-٣٩

سحر محمود محمد عبد الله (٢٠١٩) إسهام كل من الكمالية الأكاديمية والمستوى التحصيلي في التنبؤ بالتسويف الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية جامعة سوهاج، *مجلة كلية التربية، ٣٤ (٣)*،٩٤: ١٣٥.

سيد أحمد الوكيل (٢٠٢٠) الرحمة بالذات والمساندة الاجتماعية كمنبئين بالرضا عن الحياة لدى طلاب جامعة الفيوم، *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، ٨ (٣)* ، ٣٦٧-٤٢١

شذا بنت جميل بن طه خصفيان (٢٠١٤) الاحتراق النفسي لدى طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز :دراسة مقارنة، *مجلة كلية الآداب، جامعة أسيوط، (٥٢)* ، ٣٨٨:٤٢٢

شيخة مرداس عليان (٢٠١٧) الكمالية العصابية وعلاقتها بفاعلية الذات الأكاديمية لدى عينة من طالبات جامعة شقراء، *مجلة البحث العلمي في التربية، ١١ (١٨)*، ٥١٥: ٥٥٠.

عالية السادات شلبي (٢٠١٦) الرضا عن الحياة وعلاقته بتقدير الذات والوحدة النفسية في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى الأخصائي الاجتماعي، *جامعة المنصورة ، مجلة البحوث النوعية،(٢٧)* ،١٢٧ :١٥٩.

عبد الله بن عبد الهادي سليم العنزي (٢٠٢٢) النموذج البنائي للعالقات بين الرفاهية الذاتية الأكاديمية والكمالية الأكاديمية والتجول العقلي لدى طلبة جامعة الجوف. *مجلة جامعة تبوك للعلوم الإنسانية والاجتماعية. ٢ (١)*، ٣- ٢٩.

عزة عبد الكريم مبروك (٢٠٠٧) أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين، القاهرة، *مجلة الدراسات النفسية،١٧ (٢)*، ٣٣٧: ٤٢١.

عفاف عبد الفادي (٢٠١٩) النمذجة البنائية للعلاقات السببية بين الكمالية ودافعية الإنجاز والرضا عن الحياة لدى طـلاب الجامعة . *دراسات عربية في علم النفس، ١٨ (٤)* ٦٥٩-٧٤٠.

عفراء إبراهيم خليل العبيدي (٢٠١٥) الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة، *مجلة الوطن الإنساني والمجتمع،(١٤)*، ١٦٣ – ١٩٣.

غادة محروس عبد الحفيظ (٢٠١٩) فعالية برنامج تدريبي قائم على تقنية الإنفوجرافيك في خفض الكمالية العصابية لدى طالبات الدراسات العليا الفائقات بكلية التربية جامعة بيشة، *جامعة الأزهر، مجلة كلية التربية، ٣(١٨٤)*، ٤٣٣: ٤٩٥.

فاطمة محمد الشرنوبي (٢٠٢٠) الاحتراق النفسي وعلاقته بالمسئولية الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال، *جامعة كفر الشيخ، مجلة كلية التربية، ٢٠ (٤)*،٢١١: ٢٤٨.

فرحان بن سالم العنزي (٢٠١٤) الرضا عن الحياة ونوعيتها في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من منسوبي جامعة حائل، *رابطة التربويين العرب١ (٥٠)*، ٣٨٩: ٤١٩.

فريح عويد العنزى (٢٠٠١) الشعور بالسعادة وعلاقته ببعض السمات الشخصية، دراسة ارتباطية مقارنة بين الذكور والإناث، *مجلة دراسات نفسية، ١١ (٣)*، ٣٥١ : ٣٧٧

محمد حسين سعد الدين (٢٠١٧) الكمالية العصابية وعلاقتها بالسعادة لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة. *مجلة كلية الآداب. جامعة المنصورة، ٦١ (٦١)* .١٠١٢:١٠٨٥

مروة إبراهيم (٢٠١١) *الرضا عن الحياة وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى طالب الجامعة، دراسة وصفية إكلينيكية*. رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية جامعة حلوان.

نداء جمال جاسم (٢٠١١) الاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعة وعلاقته ببعض المتغيرات، *الجامعة المستنصرية، مجلة كلية الآداب، ١ (٥٥)*، ٤٥٤: ٥٧٨.

هالة كمال الدين حسن مقلد (٢٠١٣) *أثر التوقعات الأسرية والتطلعات الأكاديمية والكمالية في التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية*، جامعة المنيا، رسالة ماجستيرغير منشورة ، كلية التربية، جامعة المنيا.

يحيى إبراهيم شقورة (٢٠١٢) *المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية*، رسالة ماجستير غير منشورة جامعة الأزهر،غزة.

يوسف الرجيب (٢٠٠١) الرضا عن الحياة والمتغيرات الديموجرافية: دراسة نفسية مقارنة لدى عينة من المجتمع الكويتى، *مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية، جامعة المنيا، (١٢)* ، ٨ : ٤٧.

Ahmed, V., Farooq, H., Shazia, F., &Noorullah, D. A. (2021). The Relationship between Perfectionism Dimensions and Coping Strategies in Postgraduate Clinical Psychology Students and Practitioners. *American Scientific Research Journal for Engineering, Technology, and Sciences (ASRJETS)*, *79*(1), 132-146.

Akar, H., Dogan, Y. B., &Üstüner, M. (2018). The Relationships between Positive and Negative Perfectionisms, Self-Handicapping, Self-Efficacy and Academic Achievement . *European Journal of Contemporary Education*, *7*(1), 7-20.

Alacacioglu, A., Yavuzsen, T., Dirioz, M., Oztop, I., & Yilmaz, U. (2009). Burnout in nurses and physicians working at an oncology department. *Psycho-Oncology: Journal of the Psychological, Social and Behavioral Dimensions of Cancer*, *18*(5), 543-548.

Allen, H. K., Lilly, F., Green, K. M., Zanjani, F., Vincent, K. B., &Arria, A. M. (2022). Graduate student burnout: substance use, mental health, and the moderating role of advisor satisfaction. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *20*(2), 1130-1146.

Anggraeni, D. T., & Kurniawan, I. N. (2012). Self-compassion and Satisfaction with Life: A Preliminary Study on Indonesian College Students. *Jurnal Psikologi Universitas Islam Indonesia*, *53*.105-108 .**Retrieved from** http://www.Ipedr.com/ vol 53/023-BCPS2012-C10023

Arana, F. G., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2018). Perfectionism in Argentina and the United States: Measurement structure, invariance, and implications for depression. *Journal of Personality Assessment*, *100*(2), 219-230.

Arslan, C., Hamarta, E., Üre, Ö., &Özyeşil, Z. (2010). An investigation of loneliness and perfectionism in university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *2*(2), 814-818.

Chang, E. C. (2009). An examination of optimism, pessimism, and performance perfectionism as predictors of positive psychological functioning in middle-aged adults: Does holding high standards of performance matter beyond generalized outcome expectancies?.*Cognitive Therapy and Research*, *33*, 334-344.

Chattu, V. K., Sahu, P. K., Seedial, N., Seecharan, G., Seepersad, A., Seunarine, M., & Singh, A. (2020). An exploratory study of quality of life and its relationship with academic performance among students in medical and other health professions. *Medical Sciences*, *8*(2), 23.

Darbouze-Bonyeme, N. (2014). Gender differences on two dimensions of perfectionism among gifted children.

Darwish, E., Alkhars, A. A., &Alkhars, F. M. (2021). Effects of marriage on the academic performance of undergraduate male students at the King Faisal University. *International Journal of Medicine in Developing Countries*, *5*(2), 1-5.

Demir, A., Ulusoy, M., &Ulusoy, M. F. (2003). Investigation of factors influencing burnout levels in the professional and private lives of nurses. *International journal of nursing studies*, *40*(8), 807-827.

Dyrbye, L. N., West, C. P., Satele, D., Boone, S., Tan, L., Sloan, J., &Shanafelt, T. D. (2014). Burnout among US medical students, residents, and early career physicians relative to the general US population. *Academic medicine*, *89*(3), 443-451.

Fakunmoju, S., Donahue, G. R., McCoy, S., &Mengel, A. S. (2016). Life satisfaction and perceived meaningfulness of learning experience among first-year traditional graduate social work students. *Journal of Education and Practice*, *7*(6), 49-62.

Görkem, A. (2020) A Study to Investigate the Relationship between the Perfectionist Level and Self–Esteem Level of Academicians Working at Universities. *Sakarya University Journal of Education*, *10*(2), 212-225.

Hill, A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and social psychology review*, *20*(3), 269-288.

Hope, N., Koestner, R., & Milyavskaya, M. (2014). The role of self-compassion in goal pursuit and well-being among university freshmen. *Self and identity*, *13*(5), 579-593. Retrieved from https://www.tandfonline.com/ doi/abs/10.1080/15298868. 2014. 88 9032

Humphrey, C., & Causey-Upton, R. (2022). Can OT Students Be Too Perfect? The Impact of Perfectionism on Academic and Psychosocial Factors. *American Journal of Occupational Therapy*, *76*.

Jeon, H., Lee, K., & Kwon, S. (2016). Investigation of the structural relationships between social support, self-compassion, and subjective well-being in Korean elite student athletes. *Psychological reports*, *119*(1), 39-54. Retrieved from https://doi .org/10.1177/ 0033294116658226

Jordan, R. K., Shah, S. S., Desai, H., Tripi, J., Mitchell, A., & Worth, R. G. (2020). Variation of stress levels, burnout, and resilience

throughout the academic year in first-year medical students. *Plos one*, *15*(10), e0240667.

Karavdic, S., & Baumann, M. (2014). Positive career attitudes effect on happiness and life satisfaction by master students and graduates. *Open Journal of Social Sciences*, *2*, 15-23.

Kong, F., Ding, K., & Zhao, J. (2015). The relationships among gratitude, self-esteem, social support and life satisfaction among undergraduate students. *Journal of Happiness Studies*, *16*(2), 477-489 Retrieved from https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-014-9519-2

Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chae, H. (2017). The effects of personality traits on academic burnout in Korean medical students. *Integrative medicine research*, *6*(2), 207-213.

Malinauskas, R., Dumciene, A., & Lapeniene, D. (2014). Social skills and life satisfaction of Lithuanian first-and senior-year university students. Social Behavior and Personality: an international journal, 42(2), 285-293.Retrieved from https:// doi.org/10.2224/sbp.2014.42.2.285

Malik, M.; Nordin, N.; Zakaria, A.&Sirun, N. (2015). An exploratory study on the relationship between life satisfaction and academic performance among undergraduate students of UiTM, Shah Alam. Procardia, *Social and Behavioral Sciences*. 90, 334-339

Mudallal, R. H., Othman, W. A. M., & Al Hassan, N. F. (2017). Nurses' burnout: the influence of leader empowering behaviors, work conditions, and demographic traits. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing*, *54*, 0046958017724944.

Ozben, S. (2013). Social skills, life satisfaction, and loneliness in Turkish university students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, *41*(2), 203-213. Retrieved from https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.2.203

Portoghese, I., Leiter, M. P., Maslach, C., Galletta, M., Porru, F., D'Aloja, E., & Campagna, M. (2018). Measuring burnout among university students: factorial validity, invariance, and latent profiles of the Italian version of the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS). Frontiers in psychology, 9, 2105.

RaeisSaadi, R. H., Delavar, A., Zarei, E., &Dortaj, F. (2019). The Relationship Between Perfectionism and Resilience by the Mediation of Students' Academic Adjustment. *Avicenna Journal of Neuro Psycho Physiology*, *6*(3), 148-141.

Rahmatpour, P., Chehrzad, M., Ghanbari, A., & Sadat-Ebrahimi, S. R. (2019). Academic burnout as an educational complication and promotion barrier among undergraduate students: A cross-sectional study. *Journal of education and health promotion*, vol. 8, no. 201, pp. 1–5.

Salmela-Aro, K., &Kunttu, K. (2010). Study burnout and engagement in higher education. *Unterrichtswissenschaft*, *38*(4), 318-333.

Sanghani, J., & Arya, S. (2016). A Critical Overview of Research Studies on the Role of Positive Psychology Interventions in Enhancing Subjective Well-Being among High School Students. The International Journal of Indian Psychology, 3 (3).

Scanlan, J. N., & Still, M. (2019). Relationships between burnout, turnover intention, job satisfaction, job demands and job resources for mental health personnel in an Australian mental health service. *BMC health services research*, *19*(1), 1-11.

Schweitzer, R., & Hamilton, T. J. (2002). Perfectionism and mental health in Australian university students: Is there a relationship? Journal of College Student Development, 43(5), 684-695.

Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and social psychology review*, *10*(4), 295-319.

Topaloglu, A. O. (2015). The relationship between university students' self perception, life satisfaction and various variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *205*, 349-355.

Wagner, M. E., & Causey-Upton, R. (2017). Perfectionism in occupational science students: occupational therapy implications. *Irish Journal of Occupational Therapy*, *45*(2), 62-77.

You, S., Lim, S. A., & Kim, E. K. (2018). Relationships between Social Support, Internal Assets, and Life Satisfaction in Korean Adolescents. *Journal of Happiness Studies*, *19*(3), 897-915. **Retrieved from** https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-017-9844-3

Zhao, J., Mushtaque, I., & Deng, L. (2022). The impact of technology adaptation on academic engagement: a moderating role of perceived argumentation strength and school support. *Frontiers in psychology*, *13*, 962081.