مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الصمود الأكاديمي كمنبئ بالاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين

إعداد

د/ ربيع عبد الجيد محمد سلامة
مدرس بقسم الصحة النفسية–
كلية التربية بتفهنا الأشراف–
جامعة الأزهر

د/ ياسر السيد محمد البابلي
مدرس بقسم علم النفس التعليمي
والإحصاء التربوي– كلية التربية
بتفهنا الأشراف– جامعة الأزهر

المجلد (٨٩) أكتوبر (ج٢) ٢٠٢٣م

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الصمود الأكاديمي كمنبئ بالاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين

مستخلص البحث

يعد طلاب الجامعة العاملون من الفئات التي لم تحظ بالاهتمام الكافي من قبل الباحثين في مجالي علم النفس والصحة النفسية رغم تعرضهم لضغوط كثيرة. وبناءً على ذلك، هدف البحث الحالي إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الصمود الأكاديمي وكلٍ من الاحتراق النفسي والرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين، ومناقشة مدى إمكانية إسهام الصمود الأكاديمي في التنبؤ بالاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى هؤلاء الطلاب. شارك في البحث ٢٩٢ طالبًا من طلاب الجامعة (٢٣٢ عاملون؛ م= ٢٠.٦٢ عامًا، ع= ٠.٩٧) كلهم من الذكور من كليتي التربية والشريعة والقانون بتفهنا الأشراف– جامعة الأزهر. وتم استخدام مجموعة من الأدوات لقياس متغيرات البحث: مقياس الصمود الأكاديمي (Cassidy, 2016) (ترجمة: الباحثين)، قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي– صورة الطلاب (ترجمة: السيد الشبراوي، ٢٠١٢)، مقياس الاحتراق الرقمي Erten & (Özdemir, 2020) (ترجمة: الباحثين)، واستمارة تقييم عمل طلاب الجامعة (إعداد: الباحثين). وتم تطبيق الأدوات على الطلاب في العام الجامعي ٢٠٢٣م عن طريق استمارات جوجل. وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الصمود الأكاديمي وكلٍ من الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى المشاركين. كما كشفت النتائج عن إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي من خلال الصمود الأكاديمي لدى الطلاب. ولم توجد فروق دالة إحصائيًا بين طلاب الجامعة العاملين وغير العاملين في الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي. وتم تقديم بعض التوصيات والمقترحات لإجراء أبحاث مستقبلية، والعمل على تعزيز الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة العاملين.

الكلمات الرئيسة: *الصمود الأكاديمي، الاحتراق النفسي، الاحتراق الرقمي، طلاب الجامعة العاملين*

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

Academic resilience as a predictor of both psychological burnout and digital burnout for working university students

Abstract

Working university students haven't been psychologically researched adequately yet. Therefore, the current research aimed to identify the correlation between academic resilience and both psychological burnout and digital burnout for working university students, and investigate the extent to which academic resilience can contribute to predict both types of burnout. 292 university students (232 working; M= 20.62, SD= 0.97) were attained from the faculty of Education and the faculty of Shareeah and Law at Tafahna Al-Ashraf, Al-Azhar University, to participate in the research. A group of instruments was tapped through Google forms to measure the variables: the Academic Resilience Scale (ARS- 30, Cassidy, 2016) (translated by the two researchers), the Maslach-Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS, Schaufeli et al., 2002), the Digital Burnout Scale (DBS, Erten & Özdemir, 2020) (translated by the two researchers), and a work assessment form for university students (prepared by the two researchers). The results showed that there was a statistically negative correlation between academic resilience and both psychological burnout and digital burnout. Moreover, both two types of burnout could be predicted by academic resilience. There were no significant differences between working students and non-working in terms of digital burnout and psychological burnout. Some recommendations and suggestions about future research in this discipline were proposed, that is to reinforce academic resilience among working university students.

Key words: *Academic resilience, psychological burnout, digital burnout, working university students*

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

١ مقدمـــة

يتعرض طلاب الجامعات لضغوطاتٍ عديدة: منها ما هو أكاديمي يتمثل في طبيعة التعليم الجامعي ونظام الدراسة والمحاضرات والامتحانات، ومنها ما هو رقمي يرتبط بالثورة التكنولوجية المعرفية ورقمنة التعليم والأجهزة الذكية التي لا تخلو منها جيوب الطلاب بل ولا أيديهم، ومنها ما هو مادي يتمثل في الإنفاق التعليمي والمصروفات الجامعية، ومنها ما هو اجتماعي يفرض عليهم من قبل المجتمع المحيط. ويتأثر كثيرٌ من الطلاب بهذه الضغوط، مما يضطرهم إلى الاستجابة لها بصورةٍ أو بأخرى. وتعد الضغوط المالية من أكثر الضغوط التي يتعرض لها طلاب الجامعات، مما يضطرهم للعمل سعيًا لتقليل الإنفاق الوالدي على المسكن والملبس والمواصلات والتعليم، وبالتالي يقع على عاتق الطالب أن يوازن بين متطلبات البيئة الجامعية من جهةٍ وبيئة العمل من جهةٍ أخرى.

ويتزايد معدل أعداد طلاب الجامعات العاملين بشكلٍ كبيرٍ، سواء كان هذا العمل جزئيا أم طوال الوقت. ويعمل حوالي ٣٩% من طلاب السنة الجامعية الأولى حوالي ١٦ ساعة أو أكثر أسبوعيًا (Nonis & Hudson, 2006)[١]. وبالمقارنة بدراسة أحدث، قررت أن أكثر من ٨٠% من طلاب الجامعات يعملون اثناء دراستهم الجامعية (Darolia, 2014).

وتعد مشكلة الاحتراق **Burnout** لدى طلاب الجامعة العاملين من المشكلات التي أثارت اهتمام كثير من الباحثين في الآونة الأخيرة (e. g. Draˇghici & Cazan, 2022; Rauti et al., 2019; Schramer et al., 2020) . ويكون لزامًا على طالب الجامعة الذي يعمل أن يحدث توازنًا بين حياته الجامعية وحياته العملية، مما يجعله أكثر عرضةً للنتائج السلبية للاحتراق مقارنةً بزملائه غير العاملين (Perna, 2010).

[١] تم التوثيق في المتن وقائمة المراجع وفقًا لطريقة (APA 7th Ed.)

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ومن ناحيةٍ أخرى، يستحوذ موضوع الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعات عمومًا على اهتمام كثير من الباحثين في الآونة الحالية سواءٌ على مستوى الأوساط التربوية بوجهٍ عام أم في مجال علم النفس بوجهٍ خاص؛ ويرجع ذلك إلى عدة أسباب:

١- أن الاحتراق النفسي يؤثر بشكلٍ سلبيٍ على جودة الحياة لدى الطلاب جسميًّا ونفسيًّا.

٢-أن الطلاب الذين يعانون من الاحتراق النفسي يفتقدون إلى الاهتمام بالتعليم مما يؤدي إلى تدهور الأداء الاكاديمي لديهم.

٣- أن الاحتراق النفسي في بداية النمو المهني أثناء الدراسة الجامعية قد يسهم في ظهور زملةٍ إضافيةٍ أكبر في مراحل الحياة المهنية اللاحقة.

٤- أن الاحتراق النفسي يؤثر على منظومة العلاقات البينشخصية للطلاب والذي يؤدي إلى توليد صراعاتٍ متزايدةٍ في البيئة التعليمية وظهور ردود أفعال غير ملائمة نحو المتطلبات التعليمية. (Koropets et al., 2019)

وينتج الاحتراق عن ضغوط العمل المزمنة حيث يكون الفرد مجهدًا ومفتقدًا للارتباط النفسي بهذا العمل، فالاحتراق ما هو إلا استجابة للضغوط المزمنة والذي يؤثر على دافعية الفرد وإحساسه بالهوية (Maslach, 2017).

وبناءً على نتائج الأبحاث السابقة، يسبب الاحتراق الأكاديمي مجموعةٌ كبيرةٌ من المشكلات والأعراض السيئة للأداء الاكاديمي (Cecil et al., 2014). وتتضمن هذه المشكلات: نقص المشاركة في الأنشطة الصفية(Molinari & Grazia, 2021) ، تدني مستوى الحماس والدافعية للتعلم (Moghadam et al., 2020)، والعجز عن استيعاب المادة العلمية بسبب الإحساس بفقدان المعنى للمقررات الأكاديمية (Stoeber et al., 2011). وتتضمن الأعراض النفسية والبدنية: اضطراب النوم، الصداع، مشكلات التغذية، الاكتئاب، وسوء استخدام الكحول والمخدرات (Cecil et al., 2014; Rudman & Gustavsson, 2012). ويؤدي احتراق الطالب أيضًا إلى دافعيةٍ أقل لإنجاز العمل

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

المطلوب، مستوى أعلى من الغياب عن الدراسة، ومعدل مرتفع من الرسوب الجامعي (Yang, 2004).

ومن ناحيةٍ أخرى، أصبحت التكنولوجيا الرقمية جزءًا أساسيًا في الحياة المعاصرة. ووفقًا لتقرير حديث صادر عن منظمة (Meltwater, 2023)، يقدر عدد سكان العالم بنحو ٨.٠١ بليون نسمة، منهم ٥.٤٤ بليون فردًا يستخدمون أجهزة الهاتف المحمول (٦٨.٠%)، ومنهم ٥.١٦ بليون يرتادون الإنترنت (٦٤.٤%)، بينما يصل عدد المستخدمين النشطين لوسائل التواصل الاجتماعي إلى ٤.٧٦ بليون فردًا (٥٩.٤%). ويبلغ متوسط معدل الاستخدام اليومي للإنترنت حوالي ٦ ساعات و٣٧ دقيقةً، بينما متوسط استخدام وسائل التواصل الاجتماعي ساعتان و٣١ دقيقةً، وألعاب الفيديو ساعة و١٤ دقيقةً، ومعدل قراءة المعلومات والمواد الإلكترونية يوميًا (التصفح الإلكتروني) ساعتان و١٠ دقائق. ومن هنا ظهر مفهوم الاحتراق الرقمي **Digital burnout** لدى طلاب الجامعة كشكلٍ من أشكال الاحتراق النفسي.

ولقد كان وباء كورونا COVID-19 بمثابة الشرارة الأولى للتحول الرقمي في مختلف المجالات، وعلى رأسها مجال التعليم الجامعي، مما تسبب في قضاء فترات طويلة جدًا من الوقت على الأجهزة الذكية، وهو ما أدى بدوره إلى ظهور مشكلة الاحتراق الرقمي بين طلاب الجامعات، والتي ترتبط بالقلق والاكتئاب وقلة الاهتمام بالعمل (Goker & Turan, 2020).

ويأتي دور علم النفس الإيجابي للكشف عن المتغيرات التي يمكن أن تسهم في تفسير ظاهرة الاحتراق بين الطلاب، من خلال رصد بعض نقاط القوة وتعزيزها. ويعد الصمود الأكاديمي **Academic resilience** أحد مكتسبات علم النفس الإيجابي التي تناهض مشكلة الاحتراق، حيث يُمكّن الطالب من التعافي وعدم الانهزام أمام التحديات والضغوط الأكاديمية وغيرها، والنهوض مرةً أخرى لمواصلة الأداء والنجاح (عبد العزيز إبراهيم، ٢٠٢٠).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ويشير الصمود الأكاديمي إلى قدرة الطالب على التعامل بكفاءةٍ مع الصعوبات الأكاديمية والضغوط الدراسية.

١.١ مشكلة البحث

نبعت مشكلة البحث الحالية من عدة مصادر: (١) إحساس أحد الباحِثَين بالمشكلة وملاحظته لها، (٢) فجوة في الدراسات العربية، (٣) وتضارب في نتائج بعض البحوث والدراسات السابقة.

فقد لاحظ أحد الباحثَين أن نسبةً كبيرةً من الطلاب لا ينتظمون في حضورهم المحاضرات، ويبدو على معظم الطلاب عمومًا الإرهاق والتعب، مما أثار تساؤلًا لدى الباحث عن السبب، فكانت الإجابة أن معظم الطلاب يعملون أعمالًا خارج الجامعة في أوقات الدراسة. ومما زاد الأمر أهميةً أن هؤلاء الطلاب أبدوا سعادتهم عندما وجدوا أحدًا يسأل عنهم وعن مشكلاتهم، فكانت هذه بمثابة الشرارة لهذا البحث. وبناءً على ذلك، اهتم الباحثان بدراسة فئة طلاب الجامعة العاملين.

وبالبحث والتقصي لم يتم الاستدلال أو العثور على دراسةٍ نفسيةٍ عربيةٍ –في حدود علم الباحثين– تناولت طلاب الجامعة العاملين كفئةٍ كبيرةٍ تعاني من مشكلاتٍ نفسيةٍ وأكاديميةٍ كثيرةٍ من ناحيةٍ، أو تناولت الصمود الأكاديمي كمنبئ بالاحتراق النفسي والرقمي من ناحيةٍ أخرى.

وعلى مستوى الدراسات الأجنبية، وجد الباحثان أن متغير الاحتراق النفسي يعتبر من المتغيرات التي نالت اهتمام الباحثين في الفترة الأخيرة، سواء بين طلاب الجامعة عمومًا (e. g. Fernández-Castillo, 2021; Maslach & Leiter, 2017; Pamungkas & Nurlaili, 2021) أم بين العاملين منهم خصوصًا (e. g. Galbraith & Merrill, 2012; 2015; Schramer et al., 2019). كما أوضحت الدراسات أن متغير الاحتراق الرقمي كنوعٍ من أنواع الاحتراق يعتبر حديثًا نسبيًا

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

من ناحيةٍ، ومن ناحيةٍ أخرى أصبح ضرورةً حتميةً وسمةً من سمات عصر التحول الرقمي والأجهزة الذكية (e. g. Goldbag, 2022; Karataşlioğlu & Özkanal, 2023).

كما أظهرت أدبيات البحث في البيئة الأجنبية أن متغير الصمود الأكاديمي يمكن أن يكون له دور مع الاحتراق النفسي، سواء بالتوسط أو بالتنبؤ أو بالتعديل (Arrogante & Aparicio-Zaldivar, 2017; García-Izquierdo et al., 2018)، ومع ذلك لم يلق هذا الموضوع الاهتمام البحثي الكافي في البيئة العربية على النحو المنشود.

ويمكن صياغة مشكلة البحث في التساؤلات الآتية:

- ما طبيعة العلاقة بين الصمود الأكاديمي من ناحية وبين الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين من ناحيةٍ أخرى؟
- هل يمكن التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال معرفة مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة العاملين؟ وما مدى ذلك؟
- هل يمكن التنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال معرفة مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة العاملين؟ وما مدى ذلك؟
- هل توجد فروق بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي؟١

٢.١ أهمية البحث

- يلقي الضوء على فئة طلاب الجامعة العاملين كفئةٍ كبيرة تستحق البحث والدراسة ضمن اهتمامات علم النفس والصحة النفسية.
- يتناول الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي كمشكلات نفسية تؤثر على الأداء الدراسي وجودة الحياة لدى طلاب الجامعة العاملين.
- يبرز أهمية الصمود الأكاديمي كأحد العوامل المسهمة في تفسير الاحتراق النفسي والرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

- يعتبر البحث بمثابة باكورة الأبحاث التي تتناول الاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعات.

- يقدم مقياسي الصمود الأكاديمي والاحتراق الرقمي لاستخدامهما في البيئة العربية، وذلك بعد ترجمتهما والتأكد من صدقهما وثباتهما.

- يقع موضوع البحث ضمن مجالات اهتمام علم النفس الوقائي، والذي يتخذ خطوات استباقية مستقبلية للحد من الظاهرة الإنسانية السلبية.

٣.١ أهداف البحث

١- التعرف على طبيعة العلاقة بين الصمود الأكاديمي من ناحيةٍ والاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين من ناحيةٍ أخرى.

٢- مناقشة مدى إمكانية التنبؤ بمستويات الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي من خلال مستوى الصمود الأكاديمي لدى طلاب الجامعة العاملين.

٣- الكشف عن الفروق بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في مستويات الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي.

٤.١ المصطلحات الإجرائية

الاحتراق النفسي

يعرف إجرائيًا بأنه الحالة النفسية التي يمر بها طالب الجامعة نتيجةً لتعرضه لمتاعب وصعوبات دراسية كثيرة، وتظهر أعراض هذه الحالة في ثلاثة أبعاد: الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر أو اللامبالاة، ونقص الكفاءة، ويتم قياسها من خلال مجموع درجات استجابات الطلاب على قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي- صورة الطلاب.

الاحتراق الرقمي

هو صورة من صور الاحتراق، ينتج عن الاستخدام السلبي المفرط للأجهزة الذكية، والذي يجمع ثلاثة أعراض فرعية رئيسة: الشيخوخة الرقمية، الحرمان الرقمي، والإجهاد الانفعالي، ويقاس إجرائيًا باستجابات الطلاب على مقياس الاحتراق الرقمي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الصمود الأكاديمي

هو عملية دينامية أو سمة نفسية تدل على نجاح الفرد في مواجهة الصعوبات والتحديات الأكاديمية التي تواجهه، والتعافي من المشكلات الدراسية التي يتعرض لها، ويمكن تمثيله إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الصمود الأكاديمي، والذي يتكون من ثلاثة أبعاد فرعية: المثابرة الأكاديمية، التبصر والتوافق في طلب المساعدة، التخلي عن العاطفة الإيجابية والاستجابة الانفعالية.

طلاب الجامعة العاملون

يقصد بهم في البحث الطلاب الذين يعملون أعمالًا خارجية أثناء دراستهم الجامعية، سواء كانت بقصد الحصول على مال –وهو الغالب– أو لأسباب أخرى، ويتم تحديدهم من خلال استمارة تقييم العمل لطلاب الجامعة.

٢ الإطار النظري وأدبيات البحث

١.٢ الاحتراق النفسي

يعد Freudenberger هو أول من وصف مصطلح الاحتراق (١٩٧٤) كمفهوم نفسي، ثم تم تطوير هذا التعريف ووصفه على يد (Maslach, 2003)، ثم ظهر هذا المصطلح كمفهوم أساسي في مجال البحوث التنظيمية (Schaufeli et al., 2009).

ويشير الاحتراق بشكلٍ عام إلى الحالة النفسية الناجمة عن التعرض المستمر للضغوط المعرفية والانفعالية المزمنة التي يتعرض لها الفرد في المؤسسات التنظيمية (Woodhead et al., 2016). ويخبر طلاب الجامعات ضغوطًا كثيرةً ترجع إلى مصادر متنوعة وخاصةً البيئة الأكاديمية. على سبيل المثال، يظهر الطلاب ضغوطًا خاصةً بالأداء الاكاديمي والتوافق مع البيئة الجامعية، فضلًا عن ضغوط ناشئة عن أعباء مالية واجتماعية وأخرى خاصة بالوقت (Wilks, 2008).

ويتضمن الاحتراق ثلاثة مكونات رئيسة: الإجهاد الانفعالي، اللامبالاة أو تبلد المشاعر، ونقص الكفاءة. ويعرف الإجهاد الانفعالي بأنه حالة من الفراغ الانفعالي يشعر

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

فيها الفرد بأن طاقته قد استنزفت ولم تعد كافيةً لتلبية المتطلبات البيئية والتكيف معها، وأنه أصبح واهن البدن مجهدًا، ويعد هذا المكون هو الأبرز والأهم من بين المكونات الأخرى. أما مفهوم اللامبالاة أو تبلد المشاعر، والمسمى سابقًا تدني الأهمية الشخصية، فيظهر في المجالات الاجتماعية وينطوي على اتجاهات لاتوافقية ومهارات اجتماعية ضعيفة، ويتسم بقلة الاهتمام بالعلاقات الاجتماعية، والتقليل من شأن الآخرين والانسحاب الاجتماعي. كما تم استخدام مفهوم نقص الكفاءة كبديل لمفهوم قلة الإنجازات الفردية، ويشير إلى اعتقاد الفرد بأن طاقته وإمكانياته المعرفية والانفعالية لا تكفي لأداء المهام المهنية، ويدل على قلة الإنتاجية وعدم القدرة على التعامل مع المواقف بصورةٍ جيدةٍ (Maslach, 2017; Maslach & Leiter, 2017).

وللاحتراق مظاهر وأعراض كلينيكية عديدة: معرفية تشمل مشكلات في الذاكرة، التفكير الانتحاري، أفكار للشعور بالذنب أو التضحية بالذات، وتدني تقدير الذات؛ وانفعالية مثل الاكتئاب، الإحباط، القلق، الإحساس بالإنهاك، الملل، خيبة الأمل، وصعوبة في ضبط الانفعالات والتعبير عنها؛ جسمية تتضمن التوتر، الصداع، مشكلات في الهضم، الوهن، الأرق، ألم غير محدد، شكاوى من آلام في الجهاز التنفسي العلوي، ألم أسفل الظهر، ضغط الدم المرتفع؛ وسلوكية مثل صعوبة في الاسترخاء، السخرية، الغياب عن العمل، قلة الإنتاجية، قلة الاهتمام بالعمل، زيادة استخدام الكحول، الانخراط في أنشطةٍ ذات خطورةٍ عاليةٍ، السلوك المثير للشك، وعدم المرونة والجمود؛ وبينشخصية مثل الانعزالية والتصنع في العلاقة مع الآخرين (Arias & Castro, 2013; Smith et al., 2020).

وبالنسبة لمراحل الاحتراق، يقترح كلٌ من Freudenberger & North نموذجًا من ١٢ مرحلة للاحتراق، مع ملاحظة أنه ليس بالضرورة أن كل من يعاني من الاحتراق يمر بهذه المراحل بنفس الترتيب، أو أن يتعرض لها كلها. وتتضمن هذه المراحل: ١- حتمية إثبات الذات، ٢ - العمل بشكلٍ أكثر جديةً، ٣- إهمال الاحتياجات الشخصية، ٤- فض

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

النزاعات، ٥- مراجعة القيم، ٦- إنكار المشكلات السائدة، ٧- الانسحاب، ٨- التغيرات السلوكية الواضحة، ٩- الاحتقار، ١٠- الفراغ الداخلي، ١١- الاكتئاب، ١٢- زملة الاحتراق (Kraft, 2006).

وفيما يرتبط **بالاحتراق لدى طلاب الجامعة العاملين**، فمن المشاهد الملموس أن الضغوط والاحتراق يتواجدان في كل ناحيةٍ من نواحي الحياة. وتثير قضية العدد المتزايد لطلاب الجامعات العاملين اهتماماتٍ معينةً بشأن المشاركة في المهام الأكاديمية والانتهاء من الدراسة الجامعية. وقد هدفت دراسة (Dra˘ghici & Cazan, 2022) إلى تحليل الفروق بين الطلاب في بيئات وأحوال مختلفة: الاحتراق المرتبط بالعمل، الاحتراق المرتبط بالدراسة، ومناقشة الدور التنبؤي للاحتراق بسوء التوافق الأكاديمي واختبار القلق كوسيط والحالة الوظيفية كمعدل. وأظهرت النتائج أن درجة الاحتراق الأكاديمي كانت أعلى من درجة الاحتراق المرتبط بالعمل. وأوصت الدراسة بأنه ينبغي على البحوث المستقبلية أن تركز على نوعية عمل الطالب والعلاقة التوسطية بين فاعلية الذات والاحتراق الأكاديمي.

ويتعرض الطلاب العاملون إلى مستويات أعلى من الاحتراق مقارنةً بغيرهم، (Fiorilli et al., 2022) ، ووفقًا لبعض الدراسات، توجد فروق بين الذكور والإناث في مستويات الاحتراق في اتجاه الإناث (السيد الشبراوي و أحمد عبد الفتاح، ٢٠١٧).

٢.٢ الاحتراق الرقمي

يتناول مفهوم الاحتراق الرقمي التأثير السلبي للتكنولوجيا على الصحة النفسية والجسمية، متضمنًا بعض الأعراض مثل عدم الراحة، مشكلات معرفية، الوهن الانفعالي، القلق. ويحدث عندما يفشل الفرد في التوقف عن استخدام الأجهزة الإليكترونية، وبدلًا من ذلك يتركها تسيطر على حياته، مما يؤثر على العلاقات الاجتماعية، والقيام بالعمل، والنشاط الاجتماعي (Grossman, 2019). وبسبب وباء كورونا الذي أثر على العالم بأسره، بدأ الأفراد عمومًا والطلاب خصوصًا يسرفون في استخدام التكنولوجيا للقيام

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

بأعمالهم من البيت، وتلقي التعليم عن بعد، ومن هنا ظهرت مشكلة الاحتراق الرقمي، والتي تنجم أساسًا عن الاستخدام المفرط للأجهزة الذكية وما شابهها (Marius, 2021).

ويشار إلى الجيل الحالي – الجيل الأخير Generation Z– من طلاب الجامعات بأنه جيل "الرقميين الأصليين digital natives"، حيث ولدوا محاطين بالأجهزة الذكية، ولم يعيشوا الحياة قبل الإنترنت، مما زاد من حساسيتهم تجاه هذه الأجهزة، وهم يفضلون الوسائل الرقمية على كافة أنواع المعلومات، ويؤثرون التواصل من خلال التكنولوجيا الرقمية على التفاعل المباشر مع الناس وجهًا لوجهٍ. وبالتالي أصبح هؤلاء مجرد أشباح في العالم الحقيقي وكائنات حقيقية في العالم الافتراضي (Choi & Kim, 2023).

ويعرف كلٌ من (Erten & Özdemir, 2020) مفهوم الاحتراق الرقمي من خلال تحديد ثلاث سماتٍ رئيسةٍ: الشيخوخة الرقمية، الحرمان الرقمي، والإجهاد الانفعالي. وتشير الشيخوخة الرقمية إلى عدم قدرة الفرد على تحقيق التوازن بين العالم الحقيقي والعالم الافتراضي نتيجةً لقضاء وقت مفرط على المنصات الرقمية. ومن ثم يسمى هذا البعد بالشيخوخة الرقمية، حيث يبلغ الفرد مرحلة الشيخوخة في العالم الافتراضي الرقمي بإدراك أشياء كثيرة جدًا في حين أن عمره لا يتجاوز مرحلة الشباب في الحقيقة. ويدل الحرمان الرقمي على شعور الفرد بأن حالته النفسية والجسمية تسوء عندما يكون بعيدًا عن المنصات الرقمية. أما الإجهاد الانفعالي فينطوي على تآكل الطاقة الانفعالية ونقصانها نتيجة كثرة المعروض رقميًا أمام الشخص.

٣.٢ الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي

تتشابه بعض أعراض وعلامات الاحتراق الرقمي مع أعراض الاحتراق النفسي، والفرق الرئيس بين النوعين يتضح في الاستخدام طويل المدى للأجهزة الرقمية لدرجة أنه لا يمكن فصلها تمامًا عن حياة الفرد حتى أثناء أوقات الراحة (Erten & Özdemir, 2020). فكلا النوعان احتراق في المحصلة النهائية، ولكن أحدهما سببه الدراسة والآخر سببه الأجهزة الرقمية، أي أن الفارق في السبب وليس في النتيجة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ومن أعراض الاحتراق الرقمي –الشبيهة بأعراض الاحتراق النفسي– الحرمان من النوم، نقص الكفاءة في العمل، مشكلات أسرية، الوهن، الإحساس بالضغوط، فقدان الاهتمام، احتقار الآخرين، صعوبة في ضبط الانفعالات، ومشكلات نفسية وجسمية. وحيث أن الاحتراق له جانبان: نفسي وجسمي، فإن الفرد ربما يعاني من أشكال مختلفة من الاحتراق في حياته (Goldbag, 2022; Karataşlioğlu & Özkanal, 2023).

ومن ناحيةٍ أخرى، ليست بيئة التعلم التقليدية هي المسؤول الوحيد عن حدوث الاحتراق الأكاديمي بين طلاب الجامعات، بل إن بيئات التعلم الإلكترونية تلعب أيضًا دورًا مؤثرًا في ظهور هذه المشكلة (Koivuneva & Ruokamo, 2022). ومن هنا كان الجمع بينهما؛ نظرًا للتداخل الشديد بين البيئتين بصورةٍ يصعب الفصل بينهما.

٤.٢ الصمود الأكاديمي

يُعرَّف الصمود الأكاديمي بأنه قدرة الطالب على مواجهة التحديات والمتاعب الأكاديمية بكفاءةٍ وفاعليةٍ، مع الحفاظ على مستوى الأداء الدراسي. ويرتبط الصمود بتقدير الذات الإيجابي ارتباطًا كبيرًا. والصمود هو عملية ونتيجة في ذات الوقت والتي تدل على التكيف الناجح مع تحديات وخبرات الحياة الصعبة، من خلال المرونة النفسية والانفعالية والسلوكية والتوافق مع المتطلبات الداخلية والخارجية (APA, n. d.).

ويرى بعض الباحثين أن الصمود سمةً من سمات الشخصية، تمكن الفرد من التعامل بمهارة وإيجابية مع ضغوط الحياة، وتنمو بمرور الوقت (Davydov et al., 2010; Earvolino-Ramirez, 2007). بينما يرى آخرون أنه عملية دينامية يستطيع من خلالها الطلاب أن يتغلبوا على الصعوبات وأن يتخطوا العقبات لتحقيق النجاح في المحصلة النهائية (Morales, 2014; Rutter,1985).

وبالرغم من تنوع تعريفات الصمود واختلافها باختلاف الأطر الثقافية والأهداف البحثية، إلا أنها جميعًا تتمركز حول عاملين رئيسين: وجود متاعب أو صعوبات يواجهها

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الفرد، واستجابة لهذه الأحداث تكون قائمةً على التكيف الإيجابي (Fletcher & Sarkar, 2013).

نظرية المحافظة على الطاقة Conservation of Resources Theory

يقدم كلٌ من (Bardoel & Drago, 2021) وصفًا دقيقًا للأسس النظرية للصمود والتي استمدها من **نظرية المحافظة على الطاقة**، وهو أن: "السلوك الصامد يمكن وصفه بأنه هو السلوك الذي يتنبأ به من خلال "المحافظة على الطاقة" (ص.٢).

وتقوم هذه النظرية على افتراضين رئيسين: الأول وهو أن فقدان الطاقة أو تآكلها أمر له أهميته القصوى، بل هو أكثر أهمية في التأثير على الضغوط مقارنةً باكتساب الطاقة في حد ذاته. والافتراض الثاني هو أن الكائنات يجب أن تستثمر في طاقاتها (ترشيد الطاقة) قبل مواجهة الضغوط لتتجنب فقدان الطاقة. وتوجد هناك قائمة كبيرة من هذه القوى والطاقات، ومن بينها مصادر الطاقة الحسية التي توفر الحماية من ضغوط الحياة مقابل الخدمات الآلية الصناعية. وتوجد أيضًا مصادر خارجية، مثل المواصلات الشخصية والملبس الكافي والمسكن الملائم، فضلًا عن بعض القوى النفسية مثل فاعلية الذات، الإحساس بالإنجاز، الاستقرار الأسري، ووقت الفراغ الكافي. ويلعب الصمود النفسي دورًا رئيسًا في تنشيط هذه القوى مرةً أخرى (Hobfoll, 2001).

وتفترض نظرية المحافظة على الطاقة أن الأفراد ينزعون لبناء طاقتهم وحمايتها والمحافظة عليها، حيث يمثل فقدان الطاقة تهديدًا وتحديًا أمام الفرد. ويذكر (Hobfoll, 1989) أنه توجد ثلاث حالات قد تسبب الضغوط: (١) تهديد بفقدان كلي للطاقة، (٢) فقدان كلي حقيقي للطاقة، (٣) ونقص في اكتساب الطاقة بعد ادخارها. ومن المبادئ الرئيسة للنظرية أن تنمية الطاقة أو المحافظة عليها أو تقليلها يرجع إلى البيئة أو السياق المحيط الذي ينشئ المواقف المسببة لذلك (Hobfoll et al., 2018).

ومن بين اكتشافات النظرية، هي احتمالية تكوين "دوامات الطاقة" (الضعف يؤدي إلى فقدان والفقدان إلى فقدان أكبر وهكذا). فنظرًا لأن ادخار الطاقة مطلوب لبناء

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

المصادر وحمايتها، فإن الأفراد ذوي الطاقة الأضعف هم الأكثر عرضةً لفقدان الطاقة؛ لأن قدرتهم على ادخار الطاقة تكون أقل. ومن الممكن أن يؤدي ذلك إلى دائرة مفرغة من فقدان الطاقة وضعفها، وتكون المحصلة النهائية هي الضغوط والاحتراق لدى الفرد (Hobfoll, 1989; Hobfoll et al., 2018).

ومما تجدر الإشارة إليه أن البحث الحالي يتبنى هذه النظرية، حيث أنها تفسر الاحتراق من جهةٍ، وتفسر الصمود من جهة أخرى. كما أنها تتناسب مع طبيعة البحث وأهدافه.

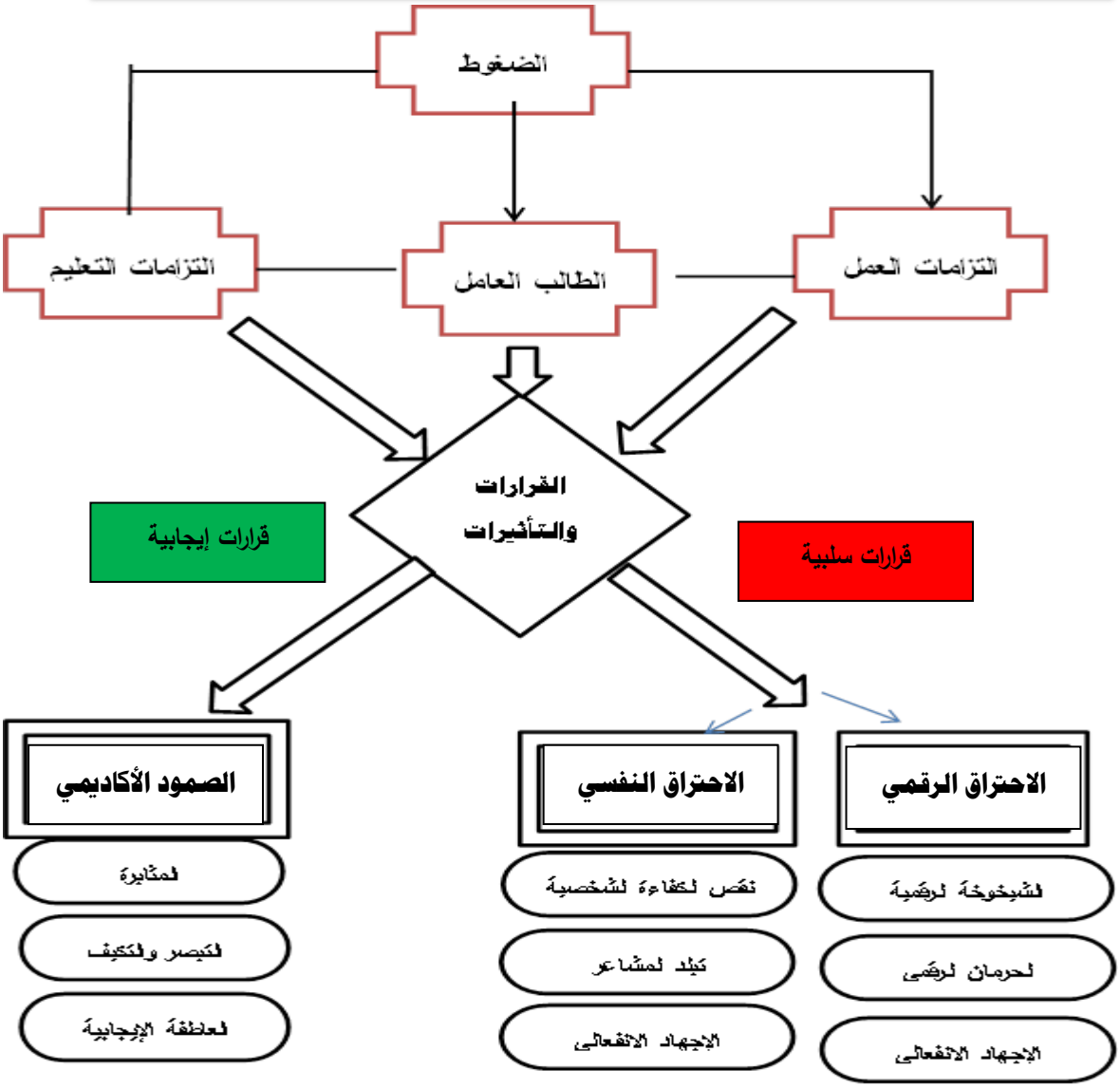
ويتسم الطلاب الصامدون بعدة صفات، منها:

١- أن لديهم مستوياتٍ مرتفعةً من الدافعية والتي تساعدهم على النجاح بالرغم من مواجهة الأحداث الضاغطة (Waxman et al., 2003).

٢- قدرتهم على التكيف وفاعلية الذات (أسماء نايف، ٢٠٢٣) ، (Reed et al., 2019).

٣- لديهم تقدير ذات إيجابي (Keane & Evans, 2022).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م



شكل (١) نموذج الصمود الأكاديمي والاحترق (إعداد: الباحثين) بالاستفادة من دراستي (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001; Wagnild and Young, 1993)

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

٥.٢ الصمود الأكاديمي والاحتراق

يمكن القول أن الأداء الأكاديمي للطالب يعد بمثابة متصل، له قطبان: موجب وسالب. يمثل الصمود الأكاديمي القطب الموجب، ويشير الاحتراق إلى القطب السالب، وكلما اتجه الطالب إلى الصمود كلما ارتفعت درجته عليه وقلت في المقابل على الاحتراق. وفي هذا الإطار توجد عديد من الدراسات والأدبيات السابقة.

ولتحليل دور الصمود الأكاديمي في أبعاد زملة الاحتراق النفسي والصحة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات التمريض، أجرى كلٌ من (García-Izquierdo et al., 2015) دراسةً قاموا من خلالها بتطبيق بطارية من الاستبيانات على ٢١٨ طالبًا وطالبةً، وكانوا جميعهم في السنه الثانية من الدراسة الجامعية، وتم استخدام مقياس للصمود ومقياس ماسلاش للاحتراق ومقياس للصحة النفسية. وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة بين الصمود والاحتراق والانهاك الانفعالي وفاعلية الذات، وكذلك وجود علاقة إيجابية مع الصحة النفسية، كما وجدت علاقه سلبية دالة احصائيا بين الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي والصحة النفسية، وأوضح تحليل الانحدار الخطي الدور المعدل للصحة النفسية في مواقف الانهاك الانفعالي.

وقام كلٌ من (Oyoon et al., 2018) بإجراء دراسة للتعرف على مدى إمكانية التنبؤ بالاحتراق الاكاديمي من خلال الصمود الأكاديمي. وتبنت الدراسة المنهج الارتباطي وتم اختيار ٧١٤ طالبًا من ٣١ مدرسة ثانوية عامة، وتم جمع البيانات من خلال استبيانات مقياس الصمود واستبيان الاحتراق لماسلاش-نسخة الطلاب. وتم استخدام بعض أساليب الإحصاء الوصفي والإحصاء الاستدلالي. وأوضحت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائيا بين الصمود الاكاديمي والاحتراق الاكاديمي، كما اظهرت إمكانيه التنبؤ بدرجةٍ دالةٍ إحصائيا بالاحتراق النفسي عن طريق الصمود الأكاديمي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ويساعد الصمود على مواجهة المواقف الصعبة في الحياة اليومية وتخطي الصعوبات وتجاوز المتاعب، بينما يقف الفشل في تنمية الصمود سببًا لسوء الأحوال النفسية والاجتماعية، والتي من بينها الضغوط والاحتراق. ويضطر طلاب الجامعات إلى التعامل مع الضغوط والاحتراق منذ بداية التحاقهم بالجامعة وحتى تخرجهم الى الحياة العملية في المستقبل. ومن هنا هدفت دراسة (Martínez, & Talavera, 2019) إلى وصف العلاقة بين النوع ومستويات الاحتراق والضغوط والصمود. وشارك في الدراسة ١١٦ طالبًا جامعيًا، وأكملوا الصورة الإسبانية من مقياس الصمود ومقياس احتراق الطالب أحادي البعد ومقياس الضغوط المدركة. وأوضحت النتائج أن جميع الطلاب الذين أظهروا مستوياتٍ عاديةً من الاحتراق والضغوط كان لديهم مستوياتٌ عاليةٌ من الصمود، كما أظهرت الإناث مستوياتٍ أعلى من الضغوط ومستوياتٍ متوسطةً من الاحتراق، بينما قدم الذكور مستوى أعلى من الاحتراق الشديد، ومع ذلك أظهر الذكور مستويات أعلى من الصمود مقارنةً بالإناث.

وعلى الرغم من إجراء أبحاثٍ تنظيمية عن الاحتراق على مدار حوالي ٥٠ عامًا، إلا أن الاهتمام الموجه الى الاحتراق لدى طلاب الجامعات العاملين لا يزال قليلًا بالرغم من معاناتهم الشديدة من أعراض الاحتراق والناجمة عن قيامهم بأدوارٍ متنوعةٍ. وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود أربعة أبعاد رئيسة لاحتراق الطلاب العاملين بالجامعات: اللامبالاة نحو العمل، الإنهاك من العمل، اللامبالاة نحو الدراسة، والإنهاك من الدراسة، وقد تم ذلك من خلال بناء وتطوير أداة حديثة وموجهة نظريًا لتقييم الاحتراق لدى الطلاب العاملين. وشارك في الدراسة ٢٣٩ طالبًا جامعيًا عاملًا في جامعة بجنوب غرب أونتاريو. وأثبت التحليل العاملي التوكيدي صدق النموذج الرباعي لمقياس الاحتراق للطلاب العاملين (Schramer et al., 2020).

وكان الهدف الرئيس للبحث الذي أجراه كلٌ من (Ferreira & Gomes, 2021) هو فهم ومناقشة تأثير الصمود النفسي على الأبعاد الثلاثة للاحتراق: الإجهاد الانفعالي،

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

اللامبالاة، ونقص الكفاءة الشخصية بين العاملين في مجال الرعاية الصحية عند التعرض لموقف وبائي. وتم إجراء دراسة مستعرضة قائمة على تطبيق لمسح عبر الإنترنت على عينة من ١٩٦ (أطباء وممرضات) في البرتغال. وأوضحت النتائج أن المستويات الأعلى من الصمود ارتبطت بمستويات أقل من الإجهاد الانفعالي (ر= −٠.٣٨)، واللامبالاة (ر= −٠.٣١)، ونقص الكفاءة (ر= −٠.٤٠). واستنتجت الدراسة أن الصمود ينبغي أن يؤخذ في الاعتبار كعامل مهم في خفض مستويات الاحتراق عند مواجهة المواقف الضاغطة.

كما هدفت دراسة (Romano et al., 2021) إلى مناقشة العلاقة بين الصمود الأكاديمي والاحتراق، والكشف عن الدور المعدل للرضا عن العلاقة مع الزملاء والمعلمين. وشارك في الدراسة ٥٧٦ طالبًا إيطاليًا (٥٣.١% إناث)، أعمارهن ما بين ١٤− ١٨ عامًا (م= ١٥,٧٣ ، ع= ١.٥٦)، وتم إجراء تحليلات الانحدار المعدلة والارتباطات لاختبار الفروض. وأوضحت النتائج أن الصمود الأكاديمي والرضا عن العلاقة ارتبطا ارتباطًا عكسيا بالاحتراق الأكاديمي، فضلًا عن ذلك كان للرضا عن العلاقة مع الزملاء دورٌ معدلٌ للعلاقة بين الصمود والاحتراق.

وفي دراسة تحليلية مستعرضة تم إجراؤها على طلاب بكلية العلوم الطبية بإحدى جامعات دولة إيران، تم جمع البيانات عن ١٤٣ طالبًا جامعيًا باستخدام مجموعة من الأدوات: استمارة المعلومات الديموغرافية للطالب، قائمة ماسلاش للاحتراق− صورة الطلاب، استبيان الصمود الأكاديمي، ومقياس القلق من مرض كورونا. وأظهرت النتائج أن نسب الاحتراق والقلق بين الطلاب كانت ١٢.١% و ٧% بالترتيب. كما كانت درجة الاحتراق أعلى لدى الطلاب ذوي المعدل التراكمي الأقل من ١٧، وكانت درجة الاحتراق أعلى أيضًا لدى الذكور. كما أوضحت نتائج تحليلات الانحدار المتعدد أن الصمود الأكاديمي وقلق كوفيد−١٩ فسروا ٢٠% من التباين في الاحتراق النفسي لدى الطلاب (Saberi et al., 2022).

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

كما أوضحت نتائج دراسة (Chue & Cheung, 2023) وجود علاقات ارتباطية دالة إحصائيًا بين الصمود الأكاديمي والاحتراق النفسي وجودة الحياة لدى طلاب إحدى الجامعات بسنغافورة (ن= ٩٧). وأظهرت تحليلات الانحدار أن الصمود قد تنبأ بمستوياتٍ منخفضةٍ من الاحتراق، وهو ما أدى إلى تخفيف مستوى الضغوط النفسية بعد مرور ثمانية أسابيع. وبالرغم من كون هذا البحث يجمع دراستين: إحداهما ارتباطية والأخرى شبه تجريبية، إلا أنه يوضح التأثير المباشر للصمود الأكاديمي على الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة.

وحاولت دراسة (Elbarbary et al., 2023) أن تكتشف طبيعة العلاقة بين الصمود والاحتراق النفسي الأكاديمي وجودة الحياة النفسية لدى طالبات التمريض. وشارك في الدراسة ١٤٨٧ طالبة من كلية التمريض- جامعة طنطا (٩٩٧ منهن في الفرقة الثالثة) في العام الجامعي ٢٠٢٢/٢٠٢٣م. واستخدمت الدراسة مقياس الاحتراق الأكاديمي لطالبات المريض، ومقياس جودة الحياة النفسية لرايف Ryff، ومقياس الصمود لـConnor-Davidson. وأوضحت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الاحتراق الأكاديمي والصمود من ناحية، وبين الاحتراق الأكاديمي وجودة الحياة النفسية من ناحية أخرى. كما وجدت علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين جودة الحياة والصمود. واستنتجت الدراسة أن الصمود يعتبر عاملًا وقائيًا يؤدي إلى مستويات أقل من الاحتراق، ومستويات أعلى من جودة الحياة النفسية.

وهدفت دراسة (Tran et al., 2023) إلى تحديد معدل انتشار الاحتراق الأكاديمي بين طلاب الجامعات الدولية في تايوان والكشف عن الدور الوقائي التنبؤي للصمود الأكاديمي. وشارك في الدراسة ٣٨٣ طالبًا قاموا بتطبيق الأدوات عن طريق الإنترنت أثناء العام الأكاديمي ٢٠٢٢-٢٠٢٣م. وتم جمع البيانات وتحليلها باستخدام مقاييس الاحتراق الأكاديمي والصمود الأكاديمي. وبلغت نسبة انتشار الاحتراق في العينة ١٢.١ %. وكشفت النتائج عن وجود علاقات دالة إحصائيًا بين أبعاد الصمود وأبعاد

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الاحتراق، وأن الصمود قد يسهم في خفض مستوى الاحتراق بين طلاب الجامعة، ومن ثم حماية الصحة النفسية.

ومما تجدر الإشارة إليه أن بعض هذه الدراسات كانت على عينات لطلاب في كليات تطبيقية، مثل الطب والتمريض، وهذا يدل على اهتمام الباحثين في قطاعات الدراسة الجامعية ذات الجانب العملي بتناول مشكلة الاحتراق لدى الطلاب ودور الصمود الأكاديمي في مواجهتها. ومن هنا كان هدف البحث الحالي دراسة فئة طلاب الجامعة العاملين، باعتبارهم فئة تماثل فئة طلاب الكليات الطبية، ولكنها لم تلق الاهتمام بنفس هذه الدرجة.

٦.٢ فروض البحث

في ضوء الإطار النظري وأدبيات البحث، يمكن صياغة فروض البحث كما يلي:

١- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود الأكاديمي ومتوسطات درجات الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين.

٢- يسهم الصمود الأكاديمي بدرجة دالة إحصائيًا في التنبؤ بالاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة العاملين.

٣- يسهم الصمود الأكاديمي بدرجة دالة إحصائيًا في التنبؤ بالاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين.

٤- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في متوسطات درجاتهم على الاحتراق النفسي.

٥- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في متوسطات درجاتهم على الاحتراق الرقمي.

٣ المنهجية والإجراءات

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن؛ وذلك لوصف متغيرات الدراسة والتعرف على طبيعة العلاقة بينها، ومناقشة مدى إسهام الصمود الأكاديمي في التنبؤ

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

بالاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين، وبيان الفروق بين الطلاب العاملين وغير العاملين في متغيرات الدراسة.

١.٣ المشاركون في البحث

يمكن تقسيم المشاركين وفقًا لأغراض البحث إلى قسمين:

أ- دراسة الخصائص السيكومترية:

شارك في هذه الدراسة ١٨٩ طالبًا جامعيًا (٧٢% منهم عاملون؛ ٥٦% ذكور؛ م= ٢٠.٤٠ عامًا، ع= ١.٠١ عامًا)، من كليات (التربية- الدراسات الإنسانية- الشريعة والقانون) بتفهنا الأشراف في النصف الثاني من العام الجامعي ٢٠٢٣/٢٠٢٤م. وتم تطبيق أدوات البحث عليهم عن طريق استمارات جوجل Google Forms بعد استئذانهم أولًا بعبارةٍ مكتوبةٍ كميثاق أخلاقي، نصها كالتالي: **عزيزي الطالب...إليك رابط لبعض المقاييس النفسية...إذا كنت ترغب في المشاركة في هذا العمل العلمي فيمكنك الدخول على الرابط التالي...وإذا كنت لا ترغب فنحن نقدر ونحترم اختيارك...نشكركم على تعاونكم معنا**

ب- الدراسة الأساسية:

شارك في الدراسة الأساسية ٢٩٢ طالبًا، كلهم من الذكور (منهم ٢٣٢ عاملون)، من كليتي (التربية- الشريعة والقانون؛ م= ٢٠.٦٢ عامًا، ع= ٠.٩٧). وتم استبعاد الإناث من الدراسة الأساسية؛ لأن ذلك يتفق مع أهداف الدراسة وطبيعتها. وتم تطبيق أدوات البحث بذات الطريقة السابقة في الخصائص السيكومترية.

٢.٣ أدوات البحث

١.٢.٣ مقياس الصمود الأكاديمي The Academic Resilience Scale-30 (ARS-30) (ترجمة: الباحثان)

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

وصف المقياس

يعتبر مقياس الصمود الاكاديمي مقياسا متعدد الأبعاد، ويتكون من ٣٠ عبارةً أو مفردةً تعبر عن الصمود كعمليةٍ وليس كنتيجةٍ، ويبنى على استجابات محددة للطلاب في الجوانب التكيفية والمعرفية والسلوكية والانفعالية، والمستقاة من مجالات التعلم المنظم ذاتيًا والصمود النفسي وفاعلية الذات. ويبدأ المشاركون في الاستجابة لعبارات المقياس بمجرد أن يقرأو فقرةً قصيرةً، تهدف إلى عرض مثال افتراضي من أمثلة المتاعب الأكاديمية، حيث يتخيل الطالب نفسه أنه تعرض لهذا الموقف قبل ذلك، ويطلب منه الإجابة عن العبارات بعدها مباشرةً. ويتم تقييم هذه العبارات وفقًا لمقياس ليكرت الخماسي، من محتمل (١) إلى غير محتمل (٥). وبالنسبة للعبارات الإيجابية يتم عكس الدرجات عليها، لكي تكون هناك درجة كلية للمقياس، حيث تدل الدرجة المرتفعة على مستوى صمود أكاديمي مرتفع، والعكس صحيح. ويتراوح مدى الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من ٣٠ إلى ١٥٠ درجةً (Cassidy, 2016).

وتم التحقق من الصدق البنائي للمقياس من خلال إجراء التحليل العاملي، وأوضحت النتائج صدق البنية الثلاثية للمقياس: المثابرة والإصرار، التبصر والتوافق في طلب المساعدة، التخلي عن العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية. وبلغ معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل α= ٠.٩٠، مما أظهر أن المقياس يتمتع بدرجة اتساق داخلي مرتفعة (Cassidy, 2016).

الخصائص السيكومترية لمقياس الصمود الأكاديمي

أولًا: الصدق

صدق الترجمة

قام الباحثان بترجمة مقياس الصمود الأكاديمي من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية وفقًا لتوجيهات منظمة الصحة العالمية (World Health Organization, WHO 2018). ففي مرحلة الترجمة الأولية، قام اثنان من الأساتذة الأكفاء في اللغة الإنجليزية

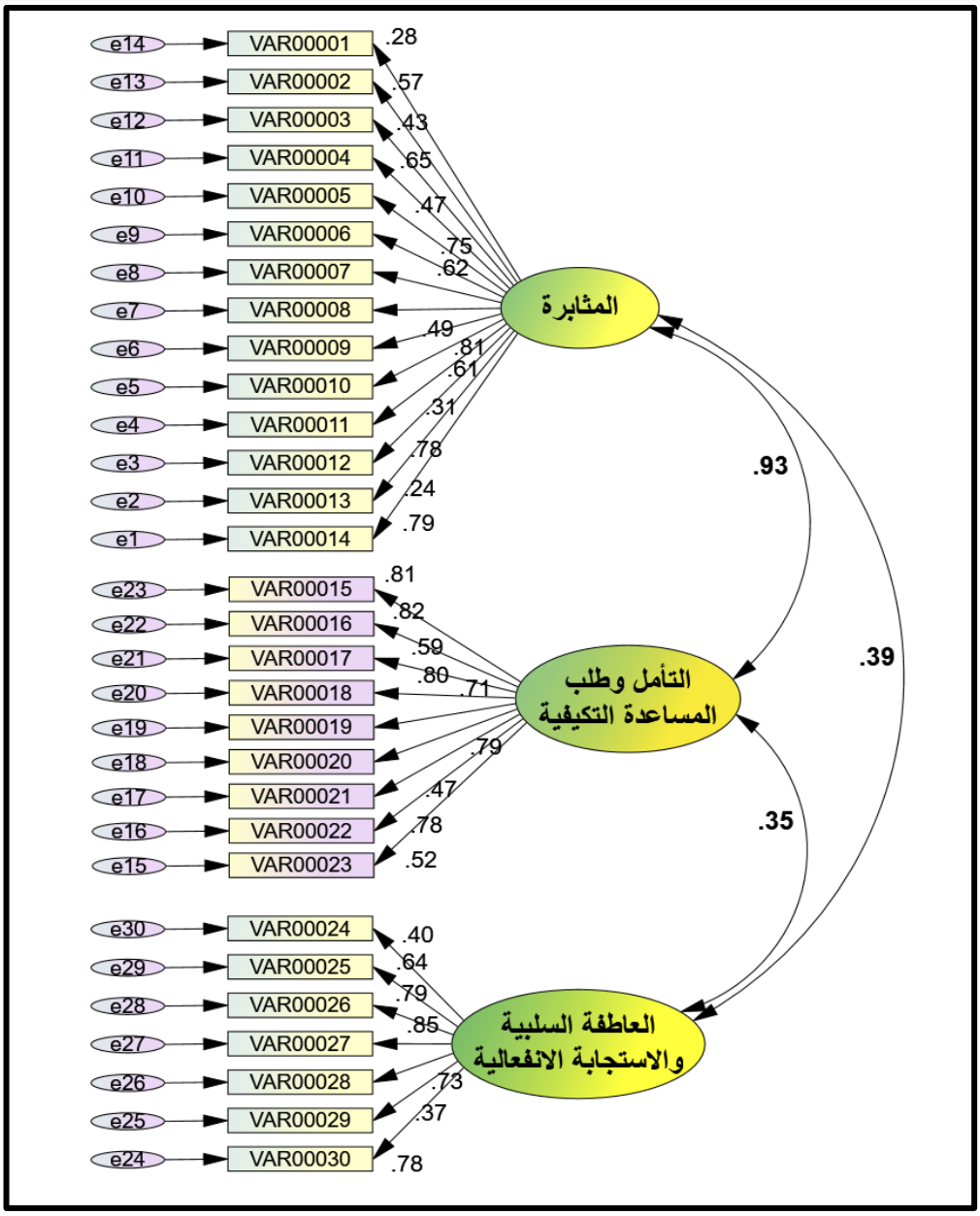
مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

(قسم مناهج وطرق تدريس اللغة الإنجليزية) بترجمة عبارات المقياس (من الإنجليزية إلى العربية). ثم في مرحلة الترجمة العكسية، تم تقديم النسخة العربية المترجمة إلى أستاذ آخر بقسم المناهج تخصص اللغة الإنجليزية لإعادة ترجمتها إلى اللغة الأصل الإنجليزية، وقام الباحثان مترجما المقياس بمضاهاة النسختين (الإنجليزية الأصلية والإنجليزية المترجمة)، ومن ثم اعتماد النسخة العربية المترجمة في المرحلة الأولية بعد إزالة الفوارق الثقافية في بعض التعبيرات والألفاظ، ومراجعة الأخطاء اللغوية والنحوية.

الصدق العاملي (البنائي)

للتأكد من الصدق البنائي لمقياس الصمود الأكاديمي تم استخدام التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الثانية للتحقق من مدى مطابقة وتوافق التصور النظري للمقياس مع درجات الاستجابات الفعلية عليه، وتم حساب معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة (ت) ودلالتها، والشكل التالي يوضح ذلك:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م



شكل (٢) **النموذج المستخرج للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الصمود الأكاديمي**

والجدول التالي يعرض معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية والخطأ المعياري والقيمة الحرجة التي تعادل قيمة (ت) ودلالتها:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (١)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس الصمود الأكاديمي (ن= ١٨٩)

المفردات	العوامل	معاملات الانحدار اللامعيارية	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة*	معاملات الانحدار المعيارية	مستوى الدلالة*
VAR00005	F1	.743	.115	6.435		***
VAR00004	F1	1.004	.106	9.461	.572	***
VAR00003	F1	.678	.114	5.954	.423	***
VAR00002	F1	.721	.090	8.000	.645	***
VAR00001	F1	.499	.133	3.768	.481	***
VAR00022	F2	1.424	.196	7.269	.744	***
VAR00021	F2	1.136	.213	5.339	.617	***
VAR00020	F2	1.252	.171	7.332	.463	***
VAR00019	F2	1.282	.184	6.951	.803	***
VAR00018	F2	1.305	.177	7.353	.572	***
VAR00017	F2	1.164	.187	6.228	.317	***
VAR00016	F2	1.528	.205	7.455	.789	***
VAR00015	F2	1.511	.204	7.405	.233	***
VAR00024	F3	.419	.079	5.339	.790	***
VAR00025	F3	.820	.093	8.791	.805	***
VAR00026	F3	.982	.087	11.281	.813	***
VAR00027	F3	1.064	.087	12.265	.613	***
VAR00028	F3	.906	.089	10.210	.792	***
VAR00029	F3	.387	.079	4.881	.701	***
VAR00030	F3	1.000			.789	
VAR00006	F1	1.135	.102	11.158	.434	***
VAR00007	F1	.965	.108	8.947	.770	***
VAR00008	F1	.724	.105	6.865	.495	***
VAR00009	F1	1.088	.088	12.402	.401	***
VAR00010	F1	.760	.087	8.707	.666	***
VAR00011	F1	.533	.126	4.248	.769	***
VAR00012	F1	.929	.079	11.731	.834	***
VAR00013	F1	.398	.125	3.186	.745	***
VAR00014	F1	1.000			.378	
VAR00023	F2	1.000			.763	

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

يتضح من الجدول السابق (١) أن جميع معاملات الانحدار اللامعيارية جاءت قيمها الحرجة دالة عند مستوى ٠.٠٠١، كما أظهرت النتائج ارتفاع معاملات الانحدار المعياري وجميعها قيم مقبولة. وتظهر النتائج عمومًا أن العبارات المرتبطة بالعوامل الثلاثة تتمتع بمعاملات انحدار دالة إحصائيًا ومستويات دلالة قوية، مما يعكس صدق وثبات المقياس المستخدم، ويعزز هذا التماسك الداخلي للعوامل ويشير إلى أن النموذج يقيس بدقة الأبعاد المستهدفة. كما تم التأكد من حسن مطابقة النموذج المقترح من خلال حساب مؤشرات المطابقة، كما في جدول (٢).

جدول (٢)

مؤشرات حسن المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس الصمود الأكاديمي

(ن= ١٨٩)

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
.	**مؤشر النسبة بين قيم x^2 ودرجات الحرية (CMIN/DF)**	١.٤٠٩	**أقل من (٥)**
.	**مؤشر حسن المطابقة (GFI)**	.٨٥٧	**أكبر من ٠.٨٠**
.	**مؤشر المطابقة المعياري (NFI)**	.٨٣٧	**أكبر من ٠.٨٠**
.	**مؤشر المطابقة التقريبي (RFI)**	.٨٠٧	**أكبر من ٠.٨٠**
.	**مؤشر المطابقة المتزايد (IFI)**	.٩٤٦	**أكبر من ٠.٩٠**
.	**مؤشر توكر لويس (TLI)**	.٩٣٥	**أكبر من ٠.٩٠**
.	**مؤشر المطابقة المقارن (CFI)**	.٩٤٥	**أكبر من ٠.٩٠**
.	**مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي (RMSEA)**	.٠٤٧	**أقل من ٠.٠٨**

يوضح جدول (٢) السابق أن جميع قيم مؤشرات حسن المطابقة جاءت موافقة لقيم المدى المثالي مما يدل على أنها مقبولة، وتشير إلى جودة مطابقة ممتازة بين النموذج النظري الافتراضي والنموذج الفعلي التطبيقي. كما أن مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي(RMSEA) بلغت قيمته (٠.٠٤٧)، وهي أقل من (٠.٠٨)، مما يشير إلى خطأ تقديري منخفض للنموذج. وتدل هذه المؤشرات مجتمعة على صدق التكوين العاملي لمقياس الصمود الأكاديمي المستخدم في الدراسة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ثالثًا: الثبات

تم التحقق من الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ لأبعاد مقياس الصمود الأكاديمي ودرجته الكلية، وجاءت النتائج بالجدول التالي:

جدول (٣)

معامل ثبات الفا كرونباخ لمقياس الصمود الأكاديمي (الأبعاد والدرجة الكلية) (ن= ١٨٩)

البعـــــــد	معامل ثبات الفا كرونباخ
المثـــــابرة	٠.٨٥٤
التبصر والتوافق في طلب المساعدة	٠.٨٩٤
العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية	٠.٨٤٣
الدرجة الكلية	٠.٩٢١

يكشف جدول (٣) السابق عن مستوى عالٍ من الثبات الداخلي لمعاملات ثبات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الصمود الأكاديمي. وسجلت الدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي أعلى مستوى من الثبات بمقدار (٠.٩٢١)، مما يعكس ترابطًا كبيرًا بين جميع الأبعاد المستخدمة وتقديمها نتائج موثوقة وثابتة في قياس مفهوم الصمود الأكاديمي.

ثالثا: الاتساق الداخلي

من أجل التحقق من اتساق كل عبارة من عبارات المقياس مع البعد المدرجة به تم حساب معاملات الارتباط بين كل عبارة وبين الدرجة الكلية للبعد الذي تنمي له العبارة.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (٤)

قيم معاملات الارتباط بين درجات العبارات والدرجة الكلية للبعد، وبين البعد والدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي (ن=١٨٩)

البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد مع الدرجة الكلية	البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد مع الدرجة الكلية
المثـــابرة	١	٠.٤٥٦**	٠.٣٥٧**	٠.٩١٦**	التبصر والتوافق في طلب المساعدة	١٨	٠.٧٧٩**	٠.٧٢٠**	٠.٨٦٩**
	٢	٠.٦١٥**	٠.٥٦٦**			٢٠	٠.٧٨٢**	٠.٧٢٥**	
	٣	٠.٥٣٣**	٠.٥٢١**			٢١	٠.٦٩٢**	٠.٦٠٠**	
	٤	٠.٦٩٨**	٠.٦١٦**			٢٢	٠.٧٧١**	٠.٧٢٣**	
	٥	٠.٤٨٩**	٠.٤٤٥**			٢٤	٠.٧٦٠**	٠.٦٦٥**	
	٨	٠.٧٣٩**	٠.٦٨٩**			٢٥	٠.٧٩٧**	٠.٧١٦**	
	٩	٠.٦٤٨**	٠.٦٢٥**			٢٦	٠.٦٥٨**	٠.٤٨٤**	
	١٠	٠.٦١١**	٠.٥٠٦**			٢٧	٠.٨٢٠**	٠.٧٢٩**	
	١١	٠.٧٦٤**	٠.٧٣٠**			٢٩	٠.٦٥١**	٠.٥١٠**	
	١٣	٠.٦٣٧**	٠.٥٥١**		العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية	٦	٠.٥٢٩**	٠.٢٢٧**	٠.٦٦٠**
	١٥	٠.٤٤٥**	٠.٤٤٢**			٧	٠.٧٢٧**	٠.٥١٠**	
	١٦	٠.٧٥٤**	٠.٧٠٨**			١٢	٠.٨٠٥**	٠.٥١٩**	
	١٧	٠.٣٠٩**	٠.٢٦١**			١٤	٠.٨٣٢**	٠.٥٣٥**	
	٣٠	٠.٧٣٤**	٠.٧١٩**			١٩	٠.٧٦٧**	٠.٥٠٨**	
						٢٣	٠.٥٠٥**	٠.٤٥٨**	
						٢٨	٠.٨٠٨**	٠.٥٢٧**	

يتبين من جدول (٤) السابق أن كل معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) والمتمثلة في قيم ارتباط العبارات بأبعادها وكذلك وارتباط العبارات بالدرجة الكلية وأخيرًا علاقة الأبعاد بالدرجة الكلية للمقياس؛ مما يدل أن جميع عبارات المقياس متسقة داخليًا وتنتمي للأبعاد التي تقيسها، وهذه المؤشرات تحقق الوثوق بدرجات هذا المقياس في البحث الحالي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

٢.٢.٣ قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي- صورة الطلاب MBI-SS (ترجمة: السيد الشبراوي، ٢٠١٢)

وصف المقياس

يعتبر هذا المقياس هو الأكثر استخدامًا إلى الآن على مستوى الأبحاث المحلية والدولية، حيث يستخدم في حوالي ٨٨% من جملة الأبحاث المنشورة عن الاحتراق؛ ذلك لأنه يتناسب بشكلٍ محددٍ مع الطلاب ويتكون من ثلاثة أبعاد محددة جيدًا: الإجهاد، الامبالاة، ونقص الفاعلية الأكاديمية (Oyoon et al., 2018; Rosales-Ricardo et al., 2021).

وهذه النسخة مأخوذة من النسخة العامة وتم تطويعها للبيئة التعليمية لاستخدامها مع الطلاب. ويتكون المقياس من ثلاثة أبعاد: الإجهاد الانفعالي (٥ عبارات)، اللامبالاة أو تبلد المشاعر (٤ عبارات)، ونقص الكفاءة (٦ عبارات)، ليكون إجمالي العبارات ١٥ عبارةً. ويتم تقدير جميع العبارات وفقًا لمقياس ليكرت السباعي، والذي يتراوح من "لا يحدث أبدًا" (صفر) إلى "دائمًا" (٦)، مع مراعاة أن يتم تقدير درجات البعد الثالث "الكفاءة" بصورة عكسيةٍ (Schaufeli et al., 2002).

الخصائص السيكومترية لقائمة ماسلاش للاحتراق

أولًا: الصدق

للتحقق من الصدق التلازمي للمقياس، تم حساب معاملات الارتباط بين قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي- صورة الطلاب (الأبعاد- الدرجة الكلية) ومقياس الاحتراق الرقمي (الأبعاد- الدرجة الكلية)، وذلك وفقًا لدراسة (Choi & Kim, 2023)، والجدول التالي يوضح ذلك:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي (الأبعاد- الدرجة الكلية)

(ن= ١٨٩)

مقياس الاحتراق الرقمي	قائمة الاحتراق النفسي			
	الإجهاد الانفعالي	اللامبالاة	نقص الكفاءة	الدرجة الكلية
الشيخوخة الرقمية	**٠.٤١٣	**٠.٤٧٦	**٠.٤٤٧	**٠.٥٢٦
الحرمان الرقمي	**٠.٢٣٨	**٠.٢٨٤	**٠.٣٠٢	**٠.٤٢٠
الإجهاد الانفعالي	**٠.٣٠١	**٠.٤٦٢	**٠.٤٧٧	**٠.٤٩٠
الدرجة الكلية	**٠.٣٩٥	**٠.٤٩٢	**٠.٥٨٧	**٠.٥٤٢

يتضح من جدول (٥) أن جميع القيم قد بلغت مستوى دلالة (٠.٠١)، وكانت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياسين (٠.٥٤٢**) وهي قيمة ذات دلالة إحصائية. وتشير هذه الارتباطات الموجبة الدالة إحصائيًا بين الأبعاد المختلفة إلى تقارب في قياس الظواهر المرتبطة بالاحتراق النفسي والرقمي، وتعكس جوانب مشتركة ومعقدة من ظاهرة الاحتراق، مما يؤكد صدقهما، ويدعم الفهم العميق للعلاقة بين الجوانب المختلفة للاحتراق ويعزز من الثقة في استخدام المقياسين كأدوات قياس موثوقة لهذا البحث.

ثانيًا: الثبات

تم التحقق من الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي، وجاءت النتائج بالجدول التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (٦)

معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاحتراق النفسي (الأبعاد- الدرجة الكلية)

البعـــــــــــــــد	معامل ثبات الفا كرونباخ
الإجهاد الانفعالي	٠.٨٣٢
تبلد المشاعر	٠.٨٤٣
نقص الكفاءة	٠.٧٨٧
الدرجة الكلية	٠.٨٩٧

يوضح جدول (٦) السابق أن هذه القيم تشير إلى أن المقياس يتمتع بقدرة عالية على قياس الاحتراق النفسي بدقة واتساق ووثوق من استخدامها في الأبحاث العلمية المتقدمة لكونها أداة ذات أساس متين من الثبات العلمي.

ثالثًا: الاتساق الداخلي

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة وكلٍ من الدرجة الكلية لكل بعد فرعي والدرجة الكلية للمقياس ككل، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية وعددها (١٨٩) طالبًا وطالبة، وكانت النتائج على النحو التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (٧)

قيم معامل ارتباط بيرسون بين درجات العبارات والدرجة الكلية للبعد، وبين البعد والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي (ن=١٨٩)

البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية	البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية
الإجهاد الانفعالي	١	**٠.٧٢٠	**٠.٥٦٧	**٠.٨١٢	الكفاءة الدراسية	١٠	**٠.٧١٨	**٠.٦٧٨	**٠.٨٢٧
	٢	**٠.٧٢٥	**٠.٦١٩			١١	**٠.٧٥٧	**٠.٦٧٩	
	٣	**٠.٧٧٩	**٠.٥٩٣			١٢	**٠.٦٦٥	**٠.٤٩١	
	٤	**٠.٨١٦	**٠.٦٩٢			١٣	**٠.٧٣٠	**٠.٦١٨	
تبلد المشاعر	٥	**٠.٨٣٨	**٠.٦٨١	**٠.٩٠٠		١٤	**٠.٦٤٨	**٠.٥٢٥	
	٦	**٠.٨٥٠	**٠.٥٢٨			١٥	**٠.٦٦٥	**٠.٤٥٦	
	٧	**٠.٨٤٣	**٠.٥٣٤						
	٨	**٠.٨١٥	**٠.٥٥٧						
	٩	**٠.٧٩١	**٠.٥٦٨						

يتبين من جدول (٧) السابق أن كل معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، مما يدل على أن جميع عبارات المقياس متسقة داخليًا وتنتمي للأبعاد التي تقيسها، وهذه المؤشرات تدل على الاطمئنان والوثوق بدرجات هذا المقياس في أغراض البحث الحالي.

٣.٢.٣ مقياس الاحتراق الرقمي The Digital Burnout Scale (DBS)

وصف المقياس

تم بناء هذه الأداة لقياس الاحتراق الناجم عن استخدام الأجهزة الرقمية. ويتكون المقياس من ٢٤ عبارةً موزعةً على ثلاثة أبعاد فرعية: الشيخوخة الرقمية (١٢ عبارةً)، الحرمان الرقمي (٦ عبارات)، والإجهاد الانفعالي (٦ عبارات). ويتم تقدير كل عبارة وفقًا

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

لمقياس ليكرت الخماسي، تبدأ بـ"أرفض بشدة" (١ درجة)، وتنتهي بـ"أوافق تمامًا" (٥ درجات)، مع إعطاء درجات معكوسة للعبارات السالبة. وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس (من ٢٤ إلى ١٢٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على مستويات مرتفعة من الاحتراق الرقمي (Erten & Özdemir, 2020).

وأثناء عملية إعداد المقياس في صورته الأولية وتطويره، تم استخدامه على عينةٍ من طلاب المرحلة الثانوية (ن= ٢٨٦) وعينةٍ من طلاب الجامعة (ن= ٢٨٨) وعينةٍ من شباب الخريجين (ن= ١٣٣) في دولة تركيا. وتم التحقق من الصدق العاملي بإجراء التحليل العاملي الاستكشافي ثم التوكيدي، بينما تم التحقق من الصدق التلازمي بحساب معامل الارتباط بين هذا المقياس DBS (الأبعاد– الدرجة الكلية) وبين قائمة الاحتراق النفسي لماسلاش– صورة الطلاب MBS–SS (الأبعاد– الدرجة الكلية)، وتم حساب الثبات للمقياس ككل باستخدام معامل ألفا كرونباخ (α= ٠.٩٤) (Erten & Özdemir, 2020).

الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق الرقمي

صدق الترجمة

باتباع نفس الخطوات السابقة في ترجمة مقياس الصمود الأكاديمي، قام الباحثان بترجمة مقياس الاحتراق الرقمي من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية وفقًا لتوجيهات منظمة الصحة العالمية WHO (World Health Organization, 2018). ففي مرحلة الترجمة الأولية، قام اثنان من الأساتذة الأكفاء في اللغة الإنجليزية (قسم مناهج وطرق تدريس اللغة الإنجليزية) بترجمة عبارات المقياس (من الإنجليزية إلى العربية). ثم في مرحلة الترجمة العكسية، تم تقديم النسخة العربية المترجمة إلى أستاذ آخر بقسم المناهج تخصص اللغة الإنجليزية لإعادة ترجمتها إلى اللغة الأصل الإنجليزية، وقام الباحثان مترجما المقياس بمضاهاة النسختين (الإنجليزية الأصلية والإنجليزية المترجمة)،

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

ومن ثم اعتماد النسخة العربية المترجمة في المرحلة الأولية بعد إزالة الفوارق الثقافية في بعض التعبيرات والألفاظ، ومراجعة الأخطاء اللغوية والنحوية.

الصدق التلازمي

سبقت الإشارة إلى التحقق من الصدق التلازمي لمقياس الاحتراق الرقمي كما في جدول (٧) السابق.

الثبات

تم التحقق من الثبات بحساب معامل الفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاحتراق الرقمي ودرجته الكلية وجاءت النتائج بالجدول التالي:

جدول (٨)

معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاحتراق الرقمي (الأبعاد- الدرجة الكلية) (ن= ١٨٩)

البعـــــــــد	معامل ثبات الفا كرونباخ
الشيخوخة الرقمية	٠.٨٥٣
الحرمان الرقمي	٠.٨٣٣
الإجهاد الانفعالي	٠.٧٥٩
الدرجة الكلية	٠.٩٠٦

يوضح جدول (٨) السابق مستوى الثبات الداخلي لمعاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاحتراق الرقمي، وتعكس جميع القيم الواردة ترابطًا جيدًا وموثوقية عالية للعبارات المستخدمة في الأبعاد الثلاثة وفي مقياس الاحتراق الرقمي ككل.

ثالثًا: الاتساق الداخلي

تم حساب معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة وكل من الدرجة الكلية لكل بعد فرعي والدرجة الكلية للمقياس ككل، وحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية وعددها (١٨٩) طالبًا وطالبة، وكانت النتائج على النحو التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (٩)

قيم معاملات الارتباط بين درجات العبارات والدرجة الكلية للبعد، وبين البعد والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق الرقمي (ن=١٨٩)

البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد مع الدرجة الكلية	البعد	رقم العبارة	معامل الارتباط بالبعد	معامل الارتباط بالدرجة الكلية	البعد مع الدرجة الكلية
الشيخوخة الرقمية	١	٠.٥٤٦**	٠.٤٥١**	٠.٦٠٥**	الحرمان الرقمي	١٣	٠.٧٩٨**	٠.٦٠٠**	٠.٦٨٠**
	٢	٠.٥٨١**	٠.٥٠٦**			١٤	٠.٦١٧**	٠.٣٩٨**	
	٣	٠.٥١١**	٠.٤٢٤**			١٥	٠.٧٨١**	٠.٦٢٤**	
	٤	٠.٤٦١**	٠.٣٧٥**			١٦	٠.٧٤٥**	٠.٥٩٢**	
	٥	٠.٥٢٦**	٠.٤٤٢**			١٧	٠.٧٩٠**	٠.٦٣٤**	
	٦	٠.٧١٤**	٠.٦٢٤**			١٨	٠.٦٩٧**	٠.٥٥٢**	
	٧	٠.٧٢٢**	٠.٦٣٦**		الإجهاد الانفعالي	١٩	٠.٥٢٨**	٠.٤٨٢**	٠.٤٧٠**
	٨	٠.٥٩٧**	٠.٥٤٠**			٢٠	٠.٧٠٥**	٠.٥٨٦**	
	٩	٠.٧١٠**	٠.٦٥٩**			٢١	٠.٧٠٦**	٠.٥٥٣**	
	١٠	٠.٧١٣**	٠.٦٩٠**			٢٢	٠.٧٢٨**	٠.٥٨٤**	
	١١	٠.٦٣٩**	٠.٦٤٧**			٢٣	٠.٦٥٤**	٠.٥٢٠**	
	١٢	٠.٦٤٦**	٠.٦٥٧**			٢٤	٠.٧١٤**	٠.٦٢٢**	

يوضح جدول (٩) أن جميع قيم الارتباط دالة إحصائيًا مما يعكس أن الأبعاد الثلاثة (الشيخوخة الرقمية، الحرمان الرقمي، والإجهاد الانفعالي) تظهر تماسكًا داخليًا قويًا وارتباطًا دالًا إحصائيًا بالدرجة الكلية، مما يؤكد على ثبات وموثوقية المقياس في قياس ظاهرة الاحتراق الرقمي.

٤.٢.٣ استمارة تقييم العمل لطلاب الجامعة (إعداد: الباحثَان)

وهي عبارة عن مجموعة من الأسئلة ذات الاختيار من متعدد، هدفها جمع معلومات عن عمل الطالب، وعدد ساعات العمل، وسبب العمل، وبيانات أخرى.

٣.٣ الأساليب الإحصائية المستخدمة

- معامل ارتباط بيرسون
- تحليل الانحدار المتعدد

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

- تحليل الانحدار البسيط
- اختبار "ت" للعينات المستقلة
- التحليل العاملي التوكيدي
- معامل ألفا كرونباخ
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

ومما تجدر الإشارة إليه أنه تم إجراء جميع العمليات الإحصائية باستخدام برنامج الحزم الإحصائية (SPSS) النسخة 26.

٤ نتائج الدراسة ومناقشتها

١.٤ نتائج الفرض الأول ومناقشتها

ينص الفرض الأول على أنه: "**توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الصمود الأكاديمي ومتوسطات درجات الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين**". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation Coefficient) لفحص العلاقة الارتباطية بين الصمود الأكاديمي من جهةٍ والاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي (الأبعاد– الدرجة الكلية) من جهةٍ أخرى، كما يوضح الجدول الآتي:.

جدول (١٠) العلاقة بين الصمود الأكاديمي وكل من الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين (ن= ٢٣٢)

الصمود الأكاديمي	الاحتراق النفسي				الاحتراق الرقمي			
	الإجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	نقص الكفاءة	الدرجة الكلية	الشيخوخة الرقمية	الحرمان الرقمي	الإجهاد الانفعالي	الدرجة الكلية
التبصر والتوافق	٠.٢٢٧-**	٠.٣٤١-**	٠.٣٥٦-**	٠.٣٧٨-**	٠.١٢١-	٠.٠٩٦-	٠.١٢٠-	٠.١٣٥-*
المثابرة	٠.٣١٠-**	٠.٣٣٧-**	٠.٣٤٨-**	٠.٤٠٧-**	٠.١٧٤-**	٠.٢٢١-**	٠.١٨٦-**	٠.٢٢٨-**
الاستجابة الانفعالية	٠.٣٣٣-**	٠.٣٨٧-**	٠.٣٧٢-**	٠.٤٤٧-**	٠.٥٢١-**	٠.٤٣٧-**	٠.٤٩٨-**	٠.٥٨٥-**
الدرجة الكلية	٠.٣٥٦-**	٠.٤٣٠-**	٠.٤٣٤-**	٠.٤٩٩-**	٠.٣٢٤-**	٠.٣٠٦-**	٠.٣٢١-**	٠.٣٧٩-**

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

يظهر جدول (١٠) السابق البنود التالية:

أولًا: علاقة الصمود الأكاديمي بالاحتراق النفسي

تظهر نتائج الارتباطات بين أبعاد الصمود الأكاديمي وأبعاد الاحتراق النفسي أن هناك علاقة سلبية دالة إحصائيًا بينها. وأن معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي هو (-٠.٤٩٩**)، مما يشير إلى أن زيادة مستويات الصمود الأكاديمي ترتبط بانخفاض مستويات الاحتراق النفسي. ويمكن تفصيلها كالآتي:

- التبصر والتوافق في طلب المساعدة يرتبط سلبًا بالإجهاد الانفعالي (-٠.٢٢٧**)، تبلد المشاعر (-٠.٣٤١**)، ونقص الكفاءة (-٠.٣٥٦**)
- المثابرة ترتبط سلبًا بالإجهاد الانفعالي (-٠.٣١٠**)، تبلد المشاعر (-٠.٣٣٧**)، والكفاءة الدراسية (-٠.٣٤٨**).
- العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية ترتبط سلبًا بالإجهاد الانفعالي (-٠.٣٣٣**)، تبلد المشاعر (-٠.٣٨٧**)، والكفاءة الدراسية (-٠.٣٧٢**).

ثانيًا: علاقة الصمود الأكاديمي بالاحتراق الرقمي

تشير نتائج الجدول إلى وجود علاقة سلبية بين أبعاد الصمود الأكاديمي وأبعاد الاحتراق الرقمي، حيث بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق الرقمي (-٠.٣٧٩**)، مما يدل على أن الأفراد الذين يمتلكون مستويات أعلى من الصمود الأكاديمي يظهرون مستويات أقل من الاحتراق الرقمي، وبيانها كما يلي:

- التبصر والتوافق يرتبط سلبًا ولكنه غير دال بالشيخوخة الرقمية (-٠.١٢١)، الحرمان الرقمي (-٠.٠٩٦)، والإجهاد الانفعالي الرقمي (-٠.١٢٠)
- المثابرة ترتبط سلبًا بالشيخوخة الرقمية (-٠.١٧٤**)، الحرمان الرقمي (-٠.٢٢١**)، والإجهاد الانفعالي الرقمي (-٠.١٨٦**)

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

- العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية ترتبط سلبًا بالشيخوخة الرقمية (-٠.٥٢١**)، الحرمان الرقمي (-٠.٤٣٧**)، والإجهاد الانفعالي الرقمي (-٠.٤٩٨**)

توضح هذه النتائج أن زيادة مستويات الصمود الأكاديمي ترتبط بانخفاض مستويات كل من الاحتراق النفسي والرقمي، مما يعكس أهمية تعزيز الصمود الأكاديمي للحد من تأثيرات الاحتراق بصوره المختلفة.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلاب العاملين الذين لديهم مستويات مرتفعة من الصمود الأكاديمي يقدرون على التكيف مع المواقف الصعبة، ويتعاملون بإيجابية وكفاءة مع الأحداث الضاغطة، ويكون لديهم عزيمة قوية وإصرار كبير على تخطي العقبات، ويتخلون عن المشاعر السلبية، وبالتالي تكون لديهم مستويات الاحتراق بشكليه (الرقمي والأكاديمي) منخفضةً.

ووفقًا لنظرية المحافظة على الطاقة، يتمكن الطالب الصامد من المحافظة على مستوى طاقته وقواه النفسية، فهو لا يفقد طاقته بسهولة، وإنما يدخرها لحسن توظيفها وفقًا لما تستدعيه المواقف، ويعمل دائمًا على إعادة بنائها وتعويض المفقود منها أولًا بأول. فالشمعة مثلًا تضئ ما حولها، وكلما أضاءت احترقت، فإذا اشتدت الريح اشتد الاحتراق، ولكن إذا أتينا بفتيل قوي وطبقة شمعية سميكة ووضعناها أسفل الشمعة لظلت صامدة ما بقي هذا الفتيل فيها.

إن طبيعة البيئة الجامعية لا تخلو من المتطلبات والضغوط، وربما تكون هذه المتطلبات في بعض الأحيان خارج مقدور الطالب واستطاعته، وبالتالي يقع على عاتق طالب الجامعة أن يطلب المساعدة ممن حوله من الأصدقاء أو الأساتذة أو الأسرة. ويستطيع الطالب الصامد أن يتوافق مع الآخرين ويتكيف مع التحديات البيئية بمرونة وفاعلية، بعكس الطالب غير الصامد فإنه يفقد الأمل بسرعةٍ مما يدعوه لعدم طلب المساعدة من الآخرين واعتزالهم في كثيرٍ من الأحيان.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

كما تزيد المثابرة الأكاديمية من دافعية الطلاب واهتمامهم بالدراسة، وتكوِّن لديهم القدرة على حل المشكلات التي تواجههم، وتنمي لديهم حب الاجتهاد والنجاح. علاوةً على ذلك، يتعلم الطلاب الصامدون الأشياء المفيدة في حياتهم الجامعية، وينظرون إلى التعليم نظرة تقدير واهتمام من خلال التبصر والتوافق مع الآخرين. والطلاب الصامدون الذين يبتعدون عن المشاعر السلبية لا تنفد طاقتهم بسرعة، ويستيقظون في حالة من النشاط والتأهب لاستقبال يوم جامعي جديد.

وهذا الصمود الذي يتحلى به الطالب في مواجهة الضغوط إنما هو سمة شخصية يمكن تنميتها وتعزيزها لديه باستمرار (Davydov et al., 2010; Earvolino–Ramirez, 2007)، كما أن هذا الصمود هو نتاج مصادر داخلية (فاعلية الذات–الإحساس بالإنجاز– الاستقرار النفسي...) وخارجية معًا (المساندة الاجتماعية– الحماية البيئية...)(Hobfoll, 2021) .

وتتفق هذه النتائج مع دراستي (Elbarbary et al., 2023; García–Izquierdo et al., 2015) ، واللتان كشفتا عن وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الصمود الأكاديمي والاحتراق والإجهاد الانفعالي. ومن الملاحظ أن هاتين الدراستين كانتا على عينة من طلاب وطالبات التمريض، وتقتضي طبيعة الدراسة الأكاديمية لديهم أن يقوموا بعمل إضافي كجزء تطبيقي من إعدادهم، ومن ثم فهم يتشابهون إلى حدٍ كبيرٍ مع عينة البحث الحالي.

كما أوضحت نتائج دراسة (Martínez, & Talavera, 2019) أن الطلاب ذوي المستويات الأعلى من الصمود كان لديهم مستويات عادية من الاحتراق. ومما يعزز نتائج البحث الحالي الخاصة بهذا الفرض أيضًا، ما توصلت إليه دراسة (Romano et al., 2021) من وجود علاقة عكسية دالة إحصائيا بين الصمود الأكاديمي والاحتراق لدى طلاب المرحلة الثانوية، رغم الاختلاف بين طبيعة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

وعلى مستوى الأبعاد أيضًا، تتفق هذه النتائج مع نتائج دراستي (Ferreira & Gomes, 2021; Tran et al., 2023) واللتان أظهرتا وجود علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين أبعاد الصمود الأكاديمي وأبعاد الاحتراق النفسي بين طلاب الجامعات الدولية والعاملين في مجال الرعاية الصحية.

٢.٤ نتائج الفرض الثـاني ومناقشتها

ينص الفرض الثاني على أنه: "**يمكن التنبؤ بدرجات الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة العاملين من خلال درجاتهم على الصمود الأكاديمي (الأبعاد– الدرجة الكلية).** وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد Multiple Linear Regression بطريقة Enter باعتبار أن أبعاد الصمود الأكاديمي تمثل المتغيرات المستقلة والاحتراق النفسي هو المتغير التابع. وقد تم الاطمئنان على تحقق الافتراضات الأساسية لاستخدام تحليل الانحدار المتعدد، وهي اعتدالية البيانات وكفاية حجم العينة والذي يشترط أن يكون مساويًا على الأقل لأربعة أضعاف عدد المتغيرات المستقلة، كما كانت قيمة اختبار Durbin Watson test أقل من القيمة الجدولية للاختبار، وجدول (١١) يوضح نتائج تحليل الانحدار:

جدول (١١)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال أبعاد الصمود الأكاديمي (ن=232)

المتغيرات المستقلة	معامل الارتباط R	معامل التفسير R2	القيمة الثابتة	قيمة الانحدار B	قيمة الانحدار المتعدد B	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	معدل تضخم التباين VIF
التبصر والتوافق	٠.٣٧٨-	٠.٢٦٨	٢٠.٣٤٧	٠.٤٠٥-	٠.١٦٤-	١.٩٢٦-	٠.٠٠٠	**٢٧.٨٦٠	٢.٢٥
المثابرة الأكاديمية	٠.٤٠٧-			٠.٢٥٩-	٠.١٤١-	١.٥٨٥-	٠.١١٤		٢.٤٨
التخلي عن العاطفة السلبية الانفعالية	٠.٤٤٧-			٠.٧٧٢-	٠.٣٣٣-	٥.٢٩٨-	٠.٠٠٠		١.٢٢

يظهر جدول (١١) السابق ما يلي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

– أن قيمة "ف" البالغة (٢٧.٨٦٠) بدلالة P = 0.00، أصغر من مستوى المعنوية (٠.٠١)، مما يعني إمكانية التنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال الصمود الأكاديمي.

– أن الأبعاد الثلاثة للصمود الأكاديمي تفسر مجتمعة حوالي ٢٦.٨% من التباين في الاحتراق النفسي ($R^2 = 0.268$)، مع وجود دلالة إحصائية قوية للنموذج ككل (ف = ٢٧.٨٦٠، $p = 0.000$). ومن بين هذه الأبعاد، يظهر أن بعد التخلي عن التأثيرات السلبية الانفعالية هو الأكثر تأثيرًا، حيث يرتبط بانخفاض كبير في مستويات الاحتراق النفسي ($\beta = -0.333$، $p = 0.000$). وفي المقابل، يظهر أن تأثير التبصر والتوافق دال إحصائيًا أيضًا ولكنه ضعيف نسبيًا وغير قوي ($\beta = -0.164$، $p = 0.055$)، بينما تأثير بعد المثابرة الأكاديمية غير دال إحصائيًا ($\beta = -0.141$، $p = 0.114$).

ويمكن صياغة معادلة الانحدار وفقًا لهذ النتائج على النحو التالي:

الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي= ٨١.٢٤٤ + (-٠.٤٠٥× بعد التبصر والتوافق)+ (-٧٧٢. × بعد التخلي عن العاطفة السلبية الانفعالية)+ (-٠.٢٥٩× المثابرة الأكاديمية). حيث تظهر تلك المعادلة التأثير العكسي على الاحتراق النفسي من أبعاد الصمود الأكاديمي.

ومن أجل معرفة إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال الدرجة الكلية للصمود كمتغير خطي واحد فقط مستقل دون الفصل بين أبعاده الثلاثة، تم استخدام نموذج الانحدار الخطي البسيط، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٢)

نتائج تحليل الانحدار البسيط للتنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال الدرجة الكلية للصمود الأكاديمي (ن=٢٣٢)

المتغير المستقل	معامل الارتباط R	معامل التفسير R SQUARE	القيمة الثابتة	قيمة الانحدار B	قيمة الانحدار المتعدد B	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	معدل تضخم التباين
درجة الصمود الأكاديمي	٠.٤٩٩-	٠.٢٤٩-	٨٦.٠٠٧	٠.٤٣٩-	٠.٤٩٩-	-8.738	٠.٠٠٠	**٨٦.٠٠٧	١.٠٠٠

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

يظهر جدول (١٢) السابق وجود علاقة عكسية معتدلة بين الصمود الأكاديمي والاحتراق النفسي، حيث يفسر الصمود الأكاديمي حوالي ٢٤.٩% من التباين في الاحتراق النفسي ($R = 0.499, R^2 = 0.249$). ويظهر النموذج أن كل انحراف معياري بمقدار درجة زيادة في الصمود الأكاديمي يرتبط بانخفاض الانحراف المعياري بمقدار (٠.٤٣٩) في مستوى الاحتراق النفسي، مع دلالة إحصائية قوية جدًا ($t = -8.738$. $Sig. = 0.000$). ومما يعزز هذا التأثير أن النموذج ككل ذو دلالة إحصائية واضحة ($F = 76.352$، $Sig. F = 0.000$).

ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

الاحتراق النفسي = ٨٦.٠٠٧ + (−٠.٤٣٩× **الدرجة الكلية لمقياس الصمود الأكاديمي**).

عمومًا، تفترض نتائج تحليل الانحدار المتعدد والخطي أن الصمود الأكاديمي يسهم في التنبؤ بالاحتراق لدى طلاب الجامعة العاملين بدرجة سلبية دالة إحصائيًا، وأن نموذج الأبعاد أقوى من نموذج الدرجة الكلية بدرجة بسيطة جدًا (٢٦.٨%) في مقابل (٢٤.٩%). وبناء على هذه النتائج، يتم قبول الفرض المقترح وتأييد صحته.

ويحدث الاحتراق الأكاديمي للطلاب عندما يقل لديهم مستوى الصمود الأكاديمي. وبالرغم من أن هؤلاء الطلاب الذين يمتلكون قوى وطاقة داخلية للصمود قد يواجهون أيضًا أحداثًا ضاغطةً، إلا أنهم قد يكونون قادرين على مواجهة هذه الضغوط بثقة، وهزيمة للمشكلات والتعافي من آثارها السلبية المؤثرة على جودة الحياة النفسية لديهم. بل قد يصل الأمر إلى أن هؤلاء الطلاب الصامدين يقدرون على تحويل الصعاب إلى فرص للنمو الشخصي.

وهذا الافتراض يتفق مع المبدأ الرئيس الذي قدمه (Hobfoll, 2002) والذي يرى أن الصمود الأكاديمي يمكن تعلمه وتنميته في أي مستوى من مستويات التعليم لتمكين

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الطلاب من اكتساب السمات الرئيسة: المثابرة والثقة، والتي تساعدهم على تجنب الآثار السلبية للاحتراق الأكاديمي.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Oyoon et al., 2018) على عيمة من طلاب الثانوية العامة، ودراسة (Saberi et al., 2022) على طلاب كلية العلوم الطبية، والتي أوضحت أن الصمود الأكاديمي وقلق كورونا قد فسرا سويًا ٢٠% من التباين في الاحتراق النفسي للطلاب. كما كشفت دراسة (Tran et al., 2023) عن الدور الوقائي للصمود الأكاديمي، من خلال إمكانية التنبؤ بالاحتراق الأكاديمي لدى طلاب الجامعات الدولية في تايوان.

ولعل هذا يتسق أيضًا مع ما ذهبت إليه (Maslach, 2017) من أن حلول مشكلة الاحتراق تكمن في إصلاح الشخص وليس إصلاح العمل أو حتى بيئة العمل، فالعمل ربما يكون ضرورة حتمية يستحيل تغييرها، وبيئة العمل ربما يصعب أيضًا تغييرها، وبالتالي ينبغي توجيه الجهود نحو الشخص من خلال تزويده بالمهارات وتنمية السمات الإيجابية لديه، وعلى رأسها الصمود النفسي.

٣.٤ نتائج الفرض الثـالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على أنه: "**يمكن التنبؤ بدرجات الاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين من خلال درجاتهم على الصمود الأكاديمي**". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة Enter كما في جدول (١٣):

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (١٣)

نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال مكونات الصمود الأكاديمي (ن=232)

المتغيرات المستقلة	معامل الارتباط	معامل التفسير R SQUARE	القيمة الثابتة	قيمة الانحدار B	قيمة الانحدار المتعدد B	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	معامل تضخم التباين VIF
التبصر والتوافق	٠.١٣٥-	٠.٣٤٦-	١٠٥.٢٨٢	٠.٢٣١-	٠.٠٨٢-	١.٠١٥-	٠.٣١١	٤٠.١٨٤**	[illegible]
المثابرة الأكاديمية	٠.٢٢٨-			٠.٠٦٤-	٠.٠٣٠-	٠.٣٥٩-	٠.٧٢٠		2.481
التخلي عن التأثيرات السلبية الانفعالية	٠.٥٨٥-			١.٥٨٩-	٠.٥٩٨-	١٠.٠٧٨-	٠.٠٠٠		1.229

يظهر جدول (١٣) السابق ما يلي:

- أن قيمة "ف" البالغة (٤٠.١٨٤) بدلالة P = 0.000، أصغر من مستوى المعنوية (٠.٠١)، مما يعني إمكانية التنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال الصمود الأكاديمي.
- أن المتغيرات المستقلة تفسر مجتمعةً (٣٤.٦%) من التباين في مستوى الاحتراق الرقمي، ويتضح أن بعد التخلي عن التأثيرات السلبية التي قد تسببها الاستجابات الوجدانية السلبية هو الأكثر تأثيرًا في تقليل الاحتراق الرقمي، حيث يظهر علاقة سلبية قوية (r = −0.585، B = −1.589) ودلالة إحصائية عالية، مما يشير إلى أن الأفراد الذين يعبرون عن مشاعرهم السلبية قد يكونون أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط الرقمية. وفي المقابل، يظهر بعد التبصر والتوافق علاقة سلبية ضعيفة (r = −0.135، B = 0.231) وغير دالة إحصائيًا (p = 0.311)، مما يعني أن هذا البعد لا يسهم بشكل كبير في التنبؤ بالاحتراق الرقمي. وأخيرًا، يُظهر بعد المثابرة الأكاديمية علاقة سلبية متوسطة القوة (r = −0.228، B = −0.064)، ولكنها أيضًا غير دالة إحصائيًا (p = 0.720)، مما يدل على أن المثابرة وحدها قد لا تكون فعالة بما يكفي لتقليل الاحتراق الرقمي. ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق الرقمي= ١٠٥.٢٨٢ + (-٠.٢٣١× درجة التبصر والتوافق) + (-٠.٠٦٤× المثابرة) + (-١.٥٨٩× العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية)

ولمعرفة إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال الدرجة الكلية للصمود كمتغير واحد فقط مستقل دون الفصل بين أبعاده الثلاثة، تم استخدام نموذج الانحدار الخطي البسيط، والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (١٤)

نتائج تحليل الانحدار البسيط للتنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال الدرجة الكلية للصمود الأكاديمي (ن=٢٣٢)

المتغير المستقل	معامل الارتباط	معامل التحديد R SQUARE	القيمة الثابتة	قيمة الانحدار B	قيمة الانحدار المتعدد B	قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	معامل تضخم التباين
الدرجة الكلية للصمود الأكاديمي	-٠.٣٧٩	-٠.١٤٤	١٢١.٨٢٣	-٠.٣٨١	-٠.٣٧٩	-٦.٢١٠	٠.٠٠٠	**٣٨.٥٦٢	١.٠٠٠

يظهر جدول (١٤) السابق أن الصمود الأكاديمي لديه ارتباط سلبي مع الاحتراق الرقمي($r = -0.379$) ، مما يعني أن زيادة مستوى الصمود الأكاديمي يقلل من احتمالية حدوث الاحتراق الرقمي. ويشير معامل التحديد ($R^2 = 0.144$) إلى أن (١٤.٤%) من التباين في درجات الاحتراق الرقمي يمكن تفسيره بالصمود الأكاديمي، مما يدل على تأثير متوسط. ويؤكد اختبار "ف" ($F = 38.562$) " ودلالته الإحصائية ($p < 0.001$) أن هذا التأثير معنوي. أما درجة معامل الانحدار B (-0.381) فتشير إلى أن كل درجة زيادة في الانحراف المعياري للصمود الأكاديمي تؤدي إلى انخفاض الانحراف المعياري في درجات الاحتراق الرقمي بمقدار (٠.٣٨١). ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

الاحتراق الرقمي = ١٢١.٨٢٣ + (-٠.٣٨١ × الصمود الأكاديمي).

وعمومًا، توضح تحليلات الانحدار المتعدد والبسيط أن نموذج أبعاد الصمود الأكاديمي كمتغيرات مستقلة منفصلة دون استبعاد أي منها هو الأكثر قيمة في التنبؤ بالاحتراق (-٣٤.٦) مقارنةً بنموذج الدرجة الكلية فقط للصمود الأكاديمي (-١٤.٤)، مما يعني ضرورة الاهتمام والتركيز على المكونات الفرعية للصمود من قبل الباحثين والدارسين.

ففي عصر الرقمنة والكتاب الإلكتروني والتابلت وغيرها، يواجه طلاب الجامعات تحدياتٍ كثيرة، منها كثرة المثيرات وبالتالي تشتت الانتباه، صعوبة البقاء بعيدًا عن الإنترنت نظرًا لأهميته في الحياة وبالتالي الشعور بالشيخوخة الرقمية، تراكم المعلومات وكثرتها وتداخلها وبالتالي المعاناة من الوهن المعرفي، الانغماس في الواقع الافتراضي على حساب الواقع التقليدي الحقيقي وبالتالي الشعور بالعزلة والاغتراب النفسي، ومعدل التسارع غير المسبوق في كل ما يقدم عبر وسائل التواصل الاجتماعي (مثل نشر خبر وفاة صديق عزيز ونشر خبر زواج صديق أخر عزيز في وقتٍ واحد أو متقارب) مما يعرض الطالب للإجهاد الانفعالي.

ومن هنا كان لزامًا على طالب الجامعة أن يتعامل مع هذه الضغوط الرقمية. ويأتي دور الصمود الأكاديمي لتزويد الطلاب بالخصائص التي تمكنهم من التغلب على هذه التحديات ومواجهتها بكفاءة. فالطالب الصامد ينهض بعدما يتعثر، ولا يستسلم بسرعة، ويستمر في المثابرة. فضلًا عن ذلك يتخلى عن العواطف السلبية والاستجابات الانفعالية اللاتوافقية، ويكون لديه القدرة على التبصر عند التعامل مع الأجهزة الذكية، فلا يسلم نفسه ليصير لعبة لها تلعب به بدلًا من أن يلعب هو بها.

وهذه النتائج التي أثبتت إمكانية إسهام الصمود الأكاديمي كمنبئ بالاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين تدل على دور الصمود الأكاديمي من عدة وجوه: فالبعد عن العواطف السلبية والشحنات الانفعالية غير المفيدة يقي الطالب من الشعور بالاكتئاب

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

والوحدة النفسية، ويخفف من إدراكه للضغوط الشديدة، ويسهم في خفض القلق لديه، وتعتبر هذه الأعراض من أكثر أعراض الاحتراق الرقمي أثرًا وخطورةً.

كما أن المثابرة والإصرار والتحلي بالعزيمة والإرادة القوية كمكون من مكونات الصمود يكون لها دور وقائي في خفض الشعور بالحرمان الرقمي، ورفع مستوى الصبر في التعامل مع مشكلات الواقع الافتراضي، وعدم تراجع مستوى الأداء الأكاديمي مهما حدث من مشكلات في الاتصال بالإنترنت وغيره.

ويعمل التوافق في طلب المساعدة والتكيف الناجح مع البيئة على خفض الشعور بالإجهاد، نظرًا لما يلاقيه الطالب من مساندة اجتماعية، ويصبح الطالب الصامد قليل الاندفاعية وأكثر صبرًا، وأكثر فهمًا وإحساسًا بمشاعر الآخرين.

وفي إطار العلاقة الارتباطية القوية بين الاحتراق الرقمي والاحتراق النفسي الأكاديمي كما في جدول (٥) السابق، وبناءً على اعتبار أن الاحتراق الرقمي هو صورة حديثة ممتدة للاحتراق الأكاديمي (Erten & Özdemir, 2020)، فيمكن تفسير التنبؤ بالاحتراق الرقمي من خلال الصمود لدى الطلاب العاملين في ضوء نظرية المحافظة على الطاقة. فالصمود الأكاديمي يعتبر ميكانيزمًا قويًا يمكن الطالب من التغلب على معظم المشكلات الناجمة عن التعامل مع الأجهزة الذكية.

٤.٤ نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض الرابع على أنه: "**لا توجد فروق دالة إحصائيا بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في متوسطات درجاتهم على الاحتراق النفسي**". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة (Independent Samples T-Test) لمعرفة ما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائياً بين الطلاب العاملين وغير العاملين في متوسطات درجات الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي، كما في الجدول الآتي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (١٥)

قيمة "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق في الاحتراق النفسي بين العاملين وغير العاملين (ن =٢٩٢)

الاحتراق النفسي	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الإجهاد الانفعالي	عاملين	٢٣٢	١٤.٣٤	٦.٣٨٢	١.٧٦٩	٠.٠٧٨
	غير عاملين	٦٠	١٥.٧٤	٦.٢٠٤		
تبلد المشاعر	عاملين	٢٣٢	٧.٥١	٦.١٩٤	٠.٦٣٦	٠.٠٥٢٥
	غير عاملين	٦٠	٨.٠١	٦.٥١٨		
نقص الكفاءة	عاملين	٢٣٢	١٢.٩٧	٦.١١١	٠.٢٦٨	٠.٧٨٩
	غير عاملين	٦٠	١٢.٧٥	٦.٩٥٥		
الدرجة الكلية	عاملين	٢٣٢	٣٤.٨٢	١٥.١٩٥	٠.٨٤٢	٠.٤٠٤
	غير عاملين	٦٠	٣٦.٥١	١٦.٣٢١		

تعكس نتائج جدول (١٥) السابق اختبار "ت" لعينات مستقلة تحليلًا دقيقًا لمدى تأثير العمل بجانب الدراسة على مستويات الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة. فعلى الرغم من التباين البسيط في المتوسطات بين المجموعتين (العاملين وغير العاملين)، إلا أن القيم الإحصائية لم تكن دالة، مما يشير إلى غياب تأثير جوهري للعمل على الاحتراق النفسي الأكاديمي ضمن هذه العينة. ويدعم هذا الاستنتاج الفرضية القائلة بأن متغير العمل لا يشكل عاملًا مؤثرًا مستقلًا في تحديد مستويات الاحتراق النفسي بين الطلاب، وبالتالي يتم قبول الفرض الصفري وإقراره ورفض قبول الفرض البديل.

ويمكن تفسير هذه النتائج وفقًا لعدة أمور:

١- أن العمل ربما يكون له مردود إيجابي على حياة الطالب، لإبعاده عن حالة الفراغ النفسي والعاطفي، وإشعاره بقيمته ودوره في المشاركة الاجتماعية، وبالتالي يخفف من آثاره السلبية الأخرى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

٢- أن قائمة ماسلاش للاحتراق- صورة الطلاب MBI-SS تقيس الاحتراق وفقًا للبيئة التعليمية الأكاديمية فقط، ولم تتناول الاحتراق وفقًا لبيئة العمل.

٣- أن بيئة العمل ذاتها تحتاج إلى دراسة متعمقة وموسعة، لتشمل متغيرات أخرى يجب مراعاتها: سبب العمل- عدد ساعات العمل- نوعية العمل...

وهذه النتائج تتفق ضمنيًا مع دراسة (Schramer et al, 2020)، حيث توصلت هذه الدراسة إلى وجود أربعة أبعاد رئيسة لاحتراق طلاب الجامعات العاملين: اللامبالاة نحو العمل، الإنهاك من العمل، اللامبالاة من الدراسة، الإنهاك من الدراسة. كما تشير دراسة (Dra˘ghici & Cazan, 2022) إلى وجود بيئتين مختلفتين تؤثران على الاحتراق لدى طلاب الجامعة العاملين: بيئة الدراسة الجامعية وبيئة العمل، ولكنها كانت تهدف إلى مقارنة نوعي الاحتراق، وأظهرت النتائج أن درجة الاحتراق الأكاديمي كانت أعلى من درجة الاحتراق المرتبط بالعمل.

ويشير هذا التحليل أيضًا إلى ضرورة إعادة النظر في الأطر النظرية التي تربط بين الاحتراق النفسي وحالة العمل، حيث يبدو أن العوامل الشخصية، مثل القدرة على التكيف، أو العوامل البيئية، مثل الدعم الأكاديمي والاجتماعي، قد تلعب دورًا أكبر في تحديد هذه المستويات. وبالتالي، ينصح بإجراء دراسات طولية أو ذات تصميمات بحثية أكثر تعقيدًا لتحديد طبيعة العلاقات التفاعلية بين العمل والدراسة والعوامل النفسية المرتبطة بهما.

٥.٤ نتائج الفرض الخامس ومناقشتها

ينص الفرض الخامس على أنه: "**لا توجد فروق داله احصائيا بين طلاب الجامعة العاملين والطلاب غير العاملين في متوسطات درجاتهم على الاحتراق الرقمي**". وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة، كما في الجدول التالي:

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

جدول (١٦)

قيمة "ت" ودلالتها الإحصائية للفروق في الاحتراق الرقمي بين العاملين وغير العاملين (ن =٢٩٢)

الاحتراق الرقمي	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الشيخوخة الرقمية	عاملين	٢٣٢	٤٠.٨٧	٩.٠٦٣	٠.٢٤٩	٠.٨٠٤
	غير عاملين	٦٠	٤١.١٥	٨.٨٧٤		
الحرمان الرقمي	عاملين	٢٣٢	١٧.٣١	٥.٩٣٤	١.٧٥٥	٠.٠٨٠
	غير عاملين	٦٠	١٨.٦٢	٦.٠٨٧		
الإجهاد الانفعالي الرقمي	عاملين	٢٣٢	١٩.١٥	٥.٧٦٠	١.٤٣٠	٠.١٥٤
	غير عاملين	٦٠	٢٠.١٧	٥.٥٧٠		
الدرجة الكلية	عاملين	٢٣٢	٧٧.٣٣	١٧.٤٠٣	١.١٩٦	٠.٢٣٣
	غير عاملين	٦٠	٧٩.٩٣	١٧.٦٤٧		

تشير نتائج جدول (١٦) السابق إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة العاملين وغير العاملين في متوسط درجاتهم على أبعاد الاحتراق الرقمي والدرجة الكلية له. ويعكس هذا الانعدام للفروق الدالة عدم تأثر مستوى الاحتراق الرقمي بمتغير العمل، مما يشير إلى تجانس بين المجموعتين فيما يتعلق بتجربتهما للاحتراق الرقمي. وتُظهر قيمة "ت" ومستويات الدلالة المرتفعة نسبيًا عبر جميع الأبعاد المدروسة عدم وجود اختلافات جوهرية بين المجموعتين، مما يدعم الفرضية الصفرية بشكل قوي. وهذه النتائج تسلط الضوء على أن العامل الوظيفي في هذه العينة لا يلعب دورًا حاسمًا في تحديد مستويات الاحتراق الرقمي.

ويمكن تفسير ذلك من عدة وجوه:

١- أن العمل ربما يقلل من عدد الساعات التي يقضيها الطلاب على الهواتف الذكية والأجهزة الرقمية، وبالتالي يعوض من آثاره السلبية الأخرى.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

٢- أن تأثير الأجهزة الرقمية ربما يكون متقاربًا بالنسبة للطلاب العاملين وغير العاملين، حيث أصبحت الرقمنة والتحول الإلكتروني يسيطران على كافة المؤسسات والأماكن وليس على البيئة الجامعية وحدها.

٣- أن مضمون الاحتراق الرقمي وفقًا للمقياس المستخدم في البحث لم يتضمن عبارات تشير إلى تأثير العمل على الاحتراق.

٥ الخاتمة والتوصيات

يمكن استنتاج أن الصمود الأكاديمي له قدرة تنبؤية دالة بالنسبة لكلٍ من الاحتراق الأكاديمي والاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة العاملين، مع وجود دلالة تنبؤية أكبر لبعد التخلي عن العاطفة السلبية والاستجابة الانفعالية بالنسبة لنوعي الاحتراق: النفسي والرقمي. وكانت العلاقة بين الصمود الأكاديمي (الأبعاد- الدرجة الكلية) والاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي (الأبعاد- الدرجة الكلية) سلبية ذات دلالة إحصائية، بمعنى أن الطلاب الأعلى صمودًا هم الأقل احتراقًا. ولم يؤثر العمل على الاحتراق الأكاديمي أو الاحتراق الرقمي تأثيرًا دالًا، حيث لم توجد فروق بين الطلاب العاملين وغير العاملين.

ويمكن تقديم جملة من التوصيات النفسية والتربوية للباحثين والتربويين في هذا المجال:

- توجيه الاهتمام بفئة طلاب الجامعة العاملين من خلال إجراء مزيد من الأبحاث والدراسات النفسية.
- تنظيم اليوم الدراسي بما يتيح للطالب الفرصة لتخفيف الضغوط وتقليل نسبة الاحتراق الأكاديمي (مثل توفير مساحات زمنية بين المحاضرات- استخدام الوسائل التعليمية الحديثة في التدريس...)
- الحد من استخدام التعليم الإلكتروني في بيئة التعليم الجامعي للتقليل من آثاره السلبية (مثل العودة للكتاب المطبوع...).
- تصميم برامج نفسية لتعزيز الصمود الأكاديمي بين الطلاب عمومًا، والعاملين منهم بوجهٍ خاص.

مجلة كلية التربية . جامعة طنطا
ISSN (Print):- 1110-1237
ISSN (Online):- 2735-3761
https://mkmgt.journals.ekb.eg
المجلد (٨٩) أكتوبر ٢٠٢٣م

- تشجيع الآباء والأمهات على تقوية مكونات الصمود لدى الأبناء.
- تحفيز الباحثين على إجراء العديد من البحوث النفسية لتقليل مشكلة الاحتراق النفسي والرقمي لدى الطلاب.

كما يمكن تقديم بعض الأبحاث المستقبلية المقترحة في هذا المجال كما يلي:

- البنية العاملية للاحتراق النفسي لطلاب الجامعة العاملين: القياس والتشخيص
- الاحتراق الرقمي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض العوامل الديموغرافية
- العلاقة بين التقدير الجامعي والاحتراق الأكاديمي: الدور المعدل للصمود الأكاديمي
- أثر الاحتراق الرقمي على جودة الحياة الجامعية لطلاب الجامعة العاملين
- فاعلية اليقظة العقلية في تحسين الصمود الأكاديمي وخفض الاحتراق لدى طلاب الجامعة العاملين
- الاحتراق النفسي والاحتراق الرقمي في ضوء بعض العوامل المرتبطة بالعمل لدى طلاب الجامعات

المراجـــــــع

أسماء نايف (٢٠٢٣). الصمود الأكاديمي وعلاقته بالكفاءة الذاتية المدركة لدى طلبة جامعة مؤتة. *مجلة مؤتة للدراسات الإنسانية والاجتماعية*، العدد الأول، ٣٦٥- ٤٠٨.

السيد الشبراوي (٢٠١٢). الاحتراق وعلاقته بالارتباط الدراسي لدى طلاب الجامعة. *مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، ١٤٩* (٢)، ٣٧١- ٤١٢.

السيد الشبراوي وأحمد عبد الفتاح (٢٠١٧). الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة بمصر والكويت في ضوء الجنسية والنوع والتخصص الدراسي. *مجلة الإرشاد النفسي، ج٢* (٥١)، ١- ٤١.

عبد العزيز إبراهيم (٢٠٢٠). النمذجة السببية للعلاقات بين الكفاءة البحثية وفعالية الذات والصمود الأكاديمي والدعم الأكاديمي المدرك لدى طلبة الدراسات العليا بجامعة دمنهور. *مجلة العلوم التربوية*، (٣)، ٨٨-٢١٢.

American Psychological Association (2019). *Publication Manual of the American Psychological Association seventh edition: The official guide to the APA style.*

American Psychological Association. (n. d.). *Resilience.* In APA Dictionary of Psychology. dictionary.apa.org/resilience

Arias, P., & Castro, M. (2013). Prevalencia del síndrome de Burnout y factores sociodemográficos y laborales asociados en enfermeros (as) profesionales del Hospital Nacional de Niños durante el mes de Setiembre 2012. Costa Rica: Universidad de Costa Rica. http://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/viewer.html?pdfurl=https%3A%2F%2Fwww.binasss.sa.cr%2Fbibliotecas%2Fbhp%2Ftextos%2Ftesis38.pdf&clen=3666557&chunk=true

Arrogante, O., & Aparicio-Zaldivar, E. (2017). Burnout and health among critical care professionals: The mediational role of resilience. *Intensive and Critical Care Nursing, 42*, 110-115. doi:10.1016/j.iccn.2017.04.010

Bardoel, E. A., & Drago, R. (2021). Acceptance and strategic resilience: An application of conservation of resources theory. *Group & Organization Management, 46*(4), 657–691. doi.org/10.1177/10596011211022488

Cassidy, S. (2016). The Academic Resilience Scale (ARS-30): A New multidimensional construct measure. *Frontiers in Psychology, 7* :1787. doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01787

Cecil, J., McHale, C., Hart, J., & Laidlaw, A. (2014). Behaviour and burnout in medical students. Medical education online, 19(1), 25209. 10.3402/meo.v19.25209

Choi, S-Y & Kim, J-H (2023). Validity and reliability of the Korean version of the Digital Burnout Scale. *Frontiers in Public Health*, 12:1386394. 10.3389/fpubh.2024.1386394

Chue, J. S. X. & Cheung, H. S. (2023). Mental resilience enhances the well-being of singaporean college students through reducing burnout. Current Psychoogy, 42, 519–528. doi.org/10.1007/s12144-021-01481-5

Darolia, R. (2014). Working (and studying) day and night: Heterogeneous effects of working on the academic performance of full-time and part-time students. *Economics of Education Review, 38*, 38-50. doi.org/10.1016/j.econedurev.2013.10.004

Davydov, D. M., Stewart, R., Ritchie, K., & Chaudieu, I. (2010). Resilience and mental health. *Clinical psychology review, 30*(5), 479-495.doi:10.1016/j.cpr.2010.03.003

Dra˘ghici, G-L & Cazan, A-M (2022). Burnout and Maladjustment Among Employed Students. *Frontiers in Psychology*, *13*:825588. doi:10.3389/fpsyg.2022.825588

Earvolino-Ramirez, M. (2007). Resilience: A concept analysis. *Nursing Form, 42*(2), 73-82.10.1111/j.1744-6198.2007.00070.x

Erten, P., & Özdemir, O. (2020). The digital burnout scale. *İnönü Üniv Eğitim Fakültesi Dergisi, 21*:668–83. doi:10.17679/inuefd.597890

Fernández-Castillo, A. (2021). State-anxiety and academic burnout regarding university access selective examinations in spain during and after the COVID-19 lockdown. *Frontiers in Psychology*, *12*:621863.doi:10.3389/fpsyg.2021.621863

Ferreira, P., & Gomes, S. (2021). The role of resilience in reducing burnout: A study with healthcare workers during the COVID-19 Pandemic. *Social Sciences*, *10*(9), 317–330.doi.org/10.3390/socsci10090317

Fiorilli, C., Barni, D., Russo, C., Marchetti, V., Angelini, G. & Romano, L. (2022). Students' Burnout at University: The Role of Gender and Worker Status. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*, 11341. doi.org/10.3390/ijerph191811341

Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist, 18*(1), 12-23. doi:10.1027/1016-9040/a000124

Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, *30*, 159–165. doi.org/10.1111/j.1540- 4560.1974.tb00706.x

Galbraith, C. S., and Merrill, G. B. (2012). Academic and work-related burnout: A longitudinal study of working undergraduate university

business students. *Journal of College Student Development, 53*, 453–463. doi:10.1353/csd.2012.0044

Galbraith, C. S. & Merrill, G. B. (2015). Academic performance and burnout: An efficient frontier analysis of resource use efficiency among employed university students. *Journal of Further High Education,39,*255–277.doi:10.1080/0309877X.2013.858673

García-Izquierdo, M., Ríos-Risquez, M. I., Carrillo-García, C. & Sabuco-Tebar, E. A. (2015). The moderating role of resilience in the relationship between academic burnout and the perception of psychological health in nursing students. *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*. DOI:10.1080/01443410.2015.1044944

García-Izquierdo, M., Pedro, M., Ríos-Risquez, M. I., & Sánchez, M. I. S. (2018). Resilience as a moderator of psychological health in situations of chronic stress (burnout) in a sample of hospital nurses. *Journal of Nursing Scholarship, 50*(2), 228-236. doi:10.1111/jnu.12367

Göker, M. E., & Turan Ş. (2020). Problematic Technology use in the covid-19 pandemic. *ESTUDAM Public Health Journal*, 5 (COVID-19 Special Issue): 108-14. doi.org/10.35232/estudamhsd.767526

Göldağ, B. (2022). An investigation of the relationship between university students' digital burnout levels and perceived stress levels. *Journal of Learning and Teaching in Digital Age, 7*: 90–8. doi:10.53850/joltida.958039

Grossmann, M. (2019). Digital Burnout on the Turn? https://www.ssg.co.uk/custom/pdfs/Digital%20Burnout%20on%20the%20Turn.pdf

Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, *44*(3), 513-524.

Hobfoll, S. E. (2001). The influence of culture, community, and the nested-self in the stress process: Advancing conservation of resources theory. *Applied Psychology*, *50*, 337-421. doi.org/10.1111/1464-0597.00062

Hobfoll, S. E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General Psychology*, *6*(4), 307-324. doi.org/10.1037/1089-2680.6.4.307.

Hobfoll, S. E., Halbesleben, J., Neveu, J.-P., & Westman, M. (2018). Conservation of resources in the organizational context: The reality of resources and their consequences. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior, 5*, 103-128. doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-032117-104640

Karataşlioğlu, R. E. & Özkanal, B. (2023). Digital burnout in distance education process: Investigation of secondary school teachers' opinions. *Journal of Advanced Education Studies, 5*: 319–41. doi:10.48166/ejaes.1353517

Keane K. & Evans, R. R. (2022). The potential for teacher-student relationships and the whole school, whole community, whole child model to mitigate adverse childhood experiences. *Journal of School Health. 92*, 504-513. DOI:10.1111/josh.13154

Koivuneva, K. & Ruokamo. H. (2022). Assessing university students' study-related burnout and academic well-being in digital learning environments: A systematic literature review. *Media, Technology & Lifelong Learning, 18*(1). doi.org/10.7577/seminar.4705

Koropets, O., Fedorova, A., & Kacane, I. (2019). *Emotional and academic burnout of students combining education and work.* Proceedings of EDULEARN19 Conference 1st-3rd July 2019, Palma, Mallorca, Spain

Kraft, U. (2006, July). Burned Out. *Scientific American Mind*, *17*(3), 29–33.

Marius, M. (2021). *Digital Burnout: What Are the Signs and How You Can Fight It*. https://www.ict-pulse.com/2021/02/digital-burnout-what-are-the-signs-and-how-you-can-fight-it/

Martínez, C. P. & Talavera. J. M. (2019). *Examining the link between resilience, burnout and stress.* VIII International conference on intercultural education and International conference on transcultural health: The value of education and health for a global, transcultural world. *The European Proceedings of Social & Behavioural Sciences.*

Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science, 12*(5), 189–192. doi.org/10.1111/1467- 8721.01258

Maslach, C. (2017). Finding solutions to the problem of burnout. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research, 69*(2), 143–152. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cpb0000090

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). *"Understanding burnout: new models,"* in *The Handbook of Stress and Health*, eds. C. L. Cooper and J. C. Quick (Chichester: JohnWiley & Sons, Ltd), 36–56. doi:10.1002/9781118993811.ch3

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 397–422. doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397

Meltwater (2023). *Digital 2023 global overview report: The essential guide to the world's connected behaviours*. San Francisco, U. S. A.

Moghadam, T. M., Abbasi, E., & Khoshnodifar, Z. (2020). Students' academic burnout in Iranian agricultural higher education system: the mediating role of achievement motivation. *Heliyon, 6*(9), 1-9. doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04960

Molinari, L., & Grazia, V. (2021). Students' school climate perceptions: Do engagement and burnout matter? *Learning Environments Research*, 1-18. doi.org/10.1007/s10984-021-09384-9

Morales, E. E. (2014). Learning from success: How original research on academic resilience informs what college faculty can do to increase the retention of low socioeconomic status students. *International Journal of Higher Education, 3*(3), 92-102. doi.org/10.5430/ijhe.v3n3p92

Nirmalasari, L., & Minai, M. S. (2023). Burnout effect on the academic and work performance of part-time students in Indonesia. *Journal of Namibian Studies, 33*, S2, 875–884. doi.org/10.59670/jns.v33i.763

Nonis, S. A., & Hudson, G. I. (2006). Academic performance of college students: Influence of time spent studying and working. *Journal of education for business, 81*(3), 151-159. doi.org/10.3200/JOEB.81.3.151-159

Oyoon, S. A., Mwaura, P. M., & Kinai, T. (2018). Academic resilience as a predictor of academic burnout among form four students in Homa-Bay County, Kenya. *International Journal of Education and Research, 6* (3), 187-200. http://ir-library.ku.ac.ke/handle/123456789/23089

Pamungkas, H. P. & Nurlaili, E. I. (2021). Academic burnout among university students during covid-19 outbreak. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research, 618*, 1163-1169. doi.org/10.2991/assehr.k.211223.204

Perna, L.W. (2010). Understanding the working college student. *Bulletin of the American Association of University Professors, July–August edition, 96* (4), pp. 30-3.

Rauti, C. M., Schramer, K. M., Kartolo, A. B., & Kwantes, C. T. (2019). *"Measuring burnout in employed university students: White paper, phase II"*.https://docs.wixstatic.com/ugd/fe79e4_fbf219e74148497cb5216cc6e6d1a22c.pdf

Reed, M. M., Maodzwa, T, M., Ndofirepi, E. S. & Raazia, M. (2019). Insights gained from a comparison of south african and canadian first-generation students: The impact of resilience and resourcefulness on higher education success. *Compare: A Journal of Comparative and International Education, 49*(6), 964-982. 10.1080/03057925.2018.1479185

Romano, L., Consiglio, P., Angelini, G. & Fiorilli, C. (2021). Between academic resilience and burnout: The moderating role of satisfaction on school context relationships. *European Journal of Investigation in Health, Psychology & Education, 11*, 770–780. 10.3390/ejihpe11030055

Rosales-Ricardo, Y., Rizzo-Chunga, F., Mocha-Bonilla, J., & Ferreira, J. P. (2021). Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. *Salud Mental, 44*(2), 91-102. 10.17711/SM.0185-3325.2021.013

Rudman, A., & Gustavsson, J. P. (2012). Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: a longitudinal study. *International journal of nursing studies, 49*(8), 988-1001 10.1016/j.ijnurstu.2012.03.010.

Rutter, M. (1985). Psychological resilience and protective mechanisms. *American Journal of Orthopsychiatry, 57*, 316-331.

Saberi A, Saadat S, Ashraf A, Heydari Lakeh M, Entezari M, Hatamian HR. (2022). Anxiety, academic resilience, and burnout among medical students in Iran: A cross-sectional study during the COVID-19 Epidemic. *Journal of Iranian Medical Council, 5*(2) :238- 46. 10.18502/jimc.v5i2.10461

Schaufeli, W. B., Leiter, M. P.& Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International, 14*(3), 204–220. 10.1108/13620430910966406

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. 10.1177/0022022102033005003

Schramer, K. M., Rauti, C. M., Kartolo, A. B., & Kwantes, C.T. (2020). Examining burnout in employed university students. *Journal of public mental health,19*(1), 17-25. 10.1108/JPMH-05-2019-0058

Segal, J., Smith, M., & Robinson, L. (2020, May). *Stress, Symptoms, Signs, and Causes. https://www.helpguide.org/articles/stress/stress-symptoms-signs-and-causes.htm*

Stoeber, J., Childs, J. H., Hayward, J. A., & Feast, A. R. (2011). Passion and motivation for studying: predicting academic engagement and burnout in university students. *Educational Psychology, 31*(4), 513-528. 10.1080/01443410.2011.570251

Tran, T. X., Vo, T.T.T. & Ho, C. (2023). From academic resilience to academic burnout among international university students during the

post-covid-19 new normal: An empirical study in Taiwan. *Behavioral Sciences*, 13, 206. 10.3390/bs13030206

Wagnild, G., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience Scale. *PubMed*, *1*(2), 165–178. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7850498

Waxman, H. C., Gray, J. P., & Padron, Y. N. (2003). *Review of research on educational resilience (11)*. Center for Research on Education, Diversity & Excellence, University of California Press.

Wilks, S. E. (2008). Resilience and academic stress: The moderating impact of social support among social work students. *Advances in Social Work*, *9*(2), 106-125. 10.18060/51

Woodhead, E., Northrop, L., & Edelstein, B. (2016). Stress, social support, and burnout among long-term care nursing staff. *Journal of Applied Gerontology*, *35*(1), 84-105. 10.1177/0733464814542465

World Health Organization (2018). Process of translation and adaptation of instruments Geneva. https://www.coursehero.com/file/30372721/WHO-Process-of-translation-and-adaptation-of-instrumentspdf/

Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical–vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, *24*(3), 283-301. 10.1016/j.ijedudev.2003.12.001.