

The Role Of Emotional Begging In Ego Depletion Among The Students Of Al-Mustansiriya University: Preparation Search

Dr. Ibtisam Saadoun Al-Nouri, Dr. Niran Youssef Jabr

Al-Mustansiriya University, College of Education, Iraq

دور الاستجداء العاطفي في نضوب الانا لدى طلبة الجامعة المستنصرية بحث اعداد

أ.د. ابتسام سعدون النوري ا.م.د. نيران يوسف جبر

الجامعة المستنصرية/كلية التربية

¹Received: 29 May 2024; Accepted: 20 August 2024; Published: 23 August 2024

ABSTRACT

The current research aims to know:

1. Emotional begging among students of Al-Mustansiriya University
2. Self-depletion among students at Al-Mustansiriya University
3. Differences in emotional begging and self-depletion according to the variable of gender and specialization (scientific, humanitarian)

The current research is limited to students at Al-Mustansiriya University for the academic year 2023-2024 from the colleges of medicine and dentistry from the scientific colleges, and the colleges of education and arts from the humanities colleges.

I will define the research variables, including emotional begging, which we mean

It is the individual's willingness to show weakness and courtship to others in various forms and tricks with the aim of winning their sympathy and love and attracting their attention for the purpose of implementing a demand that they refrain from implementing.

By ego depletion we mean: Self-control of individuals is achieved through their consumption of self-control resources, which when depleted leave individuals unable to participate in subsequent processes.

The third chapter includes the research methodology in terms of the community and the research sample, Research: The research community consists of students at Al-Mustansiriya University from the scientific and humanities colleges for the academic year (2023-2024)

Their number reached 29,133 male and female students

Research sample: The total number of its members was (400) male and female students from the Faculties of Medicine and Dentistry from the scientific colleges, and the Faculties of Education and Arts from the humanities colleges, with

¹ How to cite the article: Shammari R.M.J.; The Crime Of Using Influence And Its Provisions In The Iraqi Law; *International Journal of Advancement of Social Science and Humanity*; Special Issue 2024, Vol 18, No. 1, 55-76

(100) male and (100) female students from the humanities colleges, and (100) male and (100) male students. Student from scientific colleges

The results showed that university students enjoy emotional begging and ego depletion, and there are no differences according to the variables of gender and specialization.

Based on the research results, the research came out with a number of recommendations and suggestions, thanks for listening and following up

الفصل الأول:

مشكلة البحث: تعد الأسرة أول مؤسسة للضبط الاجتماعي وقد تتعرض هذه المؤسسة أحيانا إلى التخبط في بعض مراحلها شأنها شأن أي مؤسسة أخرى وبالامكان ان تواجه هذا التخبط من خلال روابطها وعلاقات أفرادها ، لكن قد تتعرض المنظومة الأسرية اليوم لهجمة شرسة لتفكيكها وتفريغها من أهداها التي تسعى إليها في تربية أبنائها لذا انتشرت ظاهرة الاستجداء العاطفي من أفراد الأسرة لأشخاص من خارج المنظومة الأسرية لأنه يفتقد داخل أسرته.

و يعد مصطلح الاستجداء العاطفي من المصطلحات التي تعبر عن رغبة النفس للاستعطاف سواء كانت حقيقة أو زيفا فضلا عن انه يعد نوعا من انواع التملك انفسى العاطفي يستخدمه كل من يعاني من الفراغ العاطفي أو لديه شعور الغيرة في ان يمتلك شخصا تربطه علاقة حب ويريد جذبه اليه سواء كانت زوجة أو اولاد غيورين من اخوانهم أو ابناء يستعطفون اولادهم.

وترى الباحثتان بانه نوعا من انواع الجذب العاطفي عن طريق الكذب يلجأ اليه البعض للحصول على استعطاف الآخرين والحصول على اهتمامهم وقد يؤدي هذا الى استنزاف الطاقة ونضوب الذات لدى من يستجدي العاطفة.

ويرى (شطب، 2021) الى ان استنزاف الانا يؤدي الى فقدان الفرد القدرة على التفكير مما يتسبب باستخدام التفكير بشكل مباشر في التعامل مع القضايا وشعوره بالارهاق مما يؤدي الى انخفاض المستوى الشخصي بسبب الاستنزاف في الطاقة ونضوب الانا وتأثيره السلبي على سعي الفرد لتحقيق اهدافه (شطب، 2021: 394)

ويرى مورافين وديبونو (Muraven@Debono,2013) الى ان الافراد المستنزفين لذواتهم يكونوا اقل ثقة في اختيار وتحقيق اهدافهم مقارنة مع اولئك الذين يحتفظون بطاقتهم النفسية والذين يتميزون عنهم باداء واجباتهم وبكفاءة عالية فضلا عن التنظيم الجيد للذات

(Corey,2005: 114).

وفي خضم التطورات الهائلة في المعلومات والتغيرات المتلاحقة التي أثرت على أفراد المجتمع وخاصة طلبة الجامعة يبرز دور المؤسسات التربوية في بناء طلبة قادرين على مواجهة هذه التحديات من خلال الكشف عن القدرات المتوفرة لديهم فضلا عن ابرازها الى حيز الوجود واستثمارها الاستثمار الأمثل للتوافق مع الامكانيات المتاحة (النواب وآخرون، 2018: 809).

وترى الباحثتان ان تنظيم الانفعالات هي احدى السمات الاساسية للذات تسمح للفرد في ان يسلك سلوكا يتسم بالمرونة وتجنب الاعراض في مواقف الحياة العامة

وتأسيسا لما تقدم فإن ما مر به بلدنا من تغيرات واحداث فضلا عن انعدام الامن ومايشعر به الافراد وخاصة طلبة الجامعة من اثار سلبية نتيجة لهذه الظروف ، هذا ما دفع الباحثان لاجابة عن التساؤل الاتي: ما قوة العلاقة بين لباستجداء الاعاطفي ونضوب الذات لدى طلبة الجامعة المستنصرية؟

أهمية البحث :

1. اهمية البحث تنبع من اهمية العينة المستخدمة الا وهم طلبة الجامعة المستنصرية
2. توفر استبيان للاستجداء العاطفي ونضوب الذات بالامكان الاستفادة منهما وتوظيفهما على الصعيد التربوي لاجاد مقترحات لحلول العديد من المشكلات السلوكية والنفسية
3. تتضح اهمية هذا البحث من اهمية متغيرات البحث (الاستجداء العاطفي، نضوب الأنا، طلبة الجامعة) من الناحية التربوية والنفسية مما تعطي اضافة علمية في اثناء المكتبة العلمية والمعرفية والنفسية بالمعلومات والكشف عن العلاقة الارتباطية بينهما

أهداف البحث- يستهدف البحث الحالي تعرف:

1. الاستجداء العاطفي لدى طلبة الجامعة المستنصرية
 2. نضوب الذات لدى طلبة الجامعة المستنصرية
 3. الفروق في الاستجداء العاطفي ونضوب الأنا تبعاً لمتغير الجنس والتخصص (علمي، انساني)
- حدود البحث:** يتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية من كليتي الطب وطب الاسنان من الكليات العلمية، وكليتي التربية والاداب من الكليات الانسانية للعام الدراسي 2023-2024

تحديد المصطلحات:

اولا- الاستجداء العاطفي- عرفه كل من:

1. (المجالي،2000) هو طلب التعاطف والمشاعر من شخص ما خارج نطاق الاسرة لاقتناده لها داخل الاسرة (المجالي،2000: 123).
 2. (شطب، 2021): هو استعداد الفرد لظهار سلوك الضعف والتودد للآخرين صور وحيل متنوعة بهدف كسب عطفهم ومحبتهم وجذب انتباههم لغرض تنفيذ مطلب يمتنعون عن تنفيذه (شطب، 2021: 397).
- التعريف النظري:** تبنت الباحثان تعريف (شطب، 2021) تعريفا نظريا لمتغير الاستجداء العاطفي
- التعريف الاجرائي:** مجموع الدرجات التي يحصل عليها افراد العينة عند اجابتهم على فقرات استبيان الاستجداء العاطفي المعد من قبل الباحثان.

ثانيا: نضوب الأنا- عرفه كل من:

1. (Baumeiste,et al,2018) أن ضبط النفس للأفراد يتحقق من خلال استهلاكهم لموارد التحكم الذاتي والتي عند نضوبها تترك الأفراد غير قادرين على المشاركة في عمليات لاحقة (Baumeiste,et al,2018,p71).

2.(عباس وعبد الله، 2022) هو انخفاض مؤقت في قدرة الأفراد على ضبط الذات لأن ضبط الذات يعتمد على مورد محدود من الطاقة النفسية ونتيجة لهذا الانخفاض يكون الافراد أكثر توتراً، وأكثر عدائية وأسرع انفعالا (عباس وعبد الله،2022: 782)

3.(الدبوني والعباجي، 2022) هي ظاهرة نفسية فسيولوجية سلوكية يصاب بها الفرد وتتمثل في انخفاض قدرته على أداء المهام الناتج عن استهلاك الطاقة الداخلية للأنف في الأفعال الإرادية مما يؤدي الى انخفاض طاقته لأداء المهام المختلفة لاحقا (البوني والعباجي، 2022)

4.(الشاذلي، 2019) هو حالة من الانخفاض المتغير في القدرة على ضبط الذات ويتضح ذلك من خلال الشعور بالاستنزاف النفسي والجسدي وضعف اداء المهام المجهدة وتشتت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات (الشاذلي، 2019: 760)

التعريف النظري: تبنت الباحثتان تعريف (Baumeiste,et al,2018) تعريفا نظريا لمتغير نضوب الأنا وذلك لتبني النموذج في اعداد الاستبيان الخاص بمتغير نضوب الأنا

التعريف الإجرائي: مجموع الدرجات التي يحصل عليها افراد العينة عند أجابتهم على فقرات استبيان نضوب الانا المعد من قبل الباحثتان

الفصل الثاني إطار نظري ودراسات سابقة

المحور الاول-إطار نظري:

1.**متغير الاستجداء العاطفي:** يعد هذا المفهوم من المفاهيم التي برزت في الآونة الأخيرة إذ انه من المشكلات التي تظهر بعد سنوات من الزواج، إذ تتراكم الخلافات بين الزوجين ويلتزم الرجل الصمت وهو ما يزعج الزوجة بشكل كبير، وتختلف خطورته باختلاف مسبباته وان إمكانية إصلاحه تتعلق مباشرة بمدى جدية الأسباب المؤدية إليه والذي يقتضي الوقوف عنده طويلا (Lyu,2017,p:45)

ان مستجدي العواطف بارعون في تنميق الكلمات وتمثيل الادوار الحزينة وعرض المواقف المولمة التي تعرضوا اليها ولكن ما يميزهم والذي يجعلنا ندرك انهم مستغلون انهم يشعرون الاشخاص الذين حولهم بالذنب اذا لم يحققوا لهم ما يريدونه (شطب، 2021: 65).

ويرى (Freud, 2015) ان استجداء العاطفة لا يخلو من الجنس في طبيعتها ويستند بذلك من الممكن ان نجد هذه المكابدات الجنسية التي كفت عن بلوغ هدفها ستكون حاضرة وفاعلة في حنان الاب واتجاه ابنائه نحوه فضلا عن اتجاه الابناء فيما بينهم وفي الصداقة بين شخصين من الجنس ذاته لذا يعد العامل النفسي دورا موثرا على الدافع للغريزة الجنسية فقدره الحب لا تظهر للعيان كما تظهر انواع التسول والاستجداء كما انه يرى ان الدافع للجنس يدخل في صراع في عملية مقاومة بعض القوى النفسية كالحياء على سبيل المثال (Freud, 2015:49).

من ناحية اخرى يرى ادلر ان الشعور بالنقص هو حالة عامة لدى الافراد وليست اشارة الى اضطراب نفسي، كما ان هذا النقص هو اساس كل نشاط انساني وهو ناتج عن محاولة الفرد لتعويض هذا النقص سواء كان حقيقيا او مزيفا لذا هي محاولة الفرد لتحقيق اعلى درجات العاطفة من خلال الاستجداء والتسول من الآخرين بسبب الاهمال الزائد الذي قد يتعرض له الفرد خلال فترة طفولته فتتسم طفولته بانعدام الحب والطمأنينة فيلتجئ للعالم الخارجي من اجل تعويض النقص العاطفي الذي تعرض له خلال مراحل سابقة (الجناحي، 2022، <https://www.albayan.ae>)

وأشار بولبي الى ان الاطفال في مرحلتهم الاعتمادية الانسانية بحاجة الى اثبات المستلزمات التي تسهم في مساعدتهم على استمرارية ارتباطهم القوي مع مقدمي الرعاية مع محافظتهم على اقترانهم بسلوكيات

الارتباط كالأشارات والإيماءات التي تسهم بالمحافظة على استمرار الاقتراب المكاني للشخص القائم على رعايته من خلال ذلك يتولد الحب والاهتمام بالطفل فضلا عن تزويده مستقبلا بحياة صحية تختلف عن حياة من تعرضوا في طفولتهم للانصال والحرمان (النعمي، 2024: 63).

ويمكن القول ان الاستجداء العاطفي هو حالة اللاتوازن بين الفرد من جهة والمثيرات الخارجية من جهة اخرى تسهم في ظهور الانفعالات بصورة مفاجأة تدفع الفرد للاقتراب مصحوبة باضطرابات خارجية تميز الفرد بمشاعر قوية واندفاع نحو سلوك معين يصاحبها العديد من العمليات الفسيولوجية كزيادة ضربات القلب وافراز العرق ومعدل التنفس وتوتر العضلات (محفوظ، 2018 <https://alarab.co.uk>)

كما ان شعور الفرد تجاه الاشياء لا يتوقف عند حدود عاطفته تجاه الجنس الاخر بل يتعداها الى ما يرتبط به من اشخاص واشياء اخرى لاسيما ان وسيلة الاستجداء تحقق له غاياته وحاجاته النفسية فمثلا الطالب يستجدي عاطفة المدرس من اجل الحصول على الدرجات وهكذا فالانفعالات تنتقل عن طريق العدى من موضوعها الحقيقي (شطب، 2021: 399).

2 . متغير نضوب الأنا:

احتلت ظاهرة نضوب الانا اهتمام أغلب المهتمين بالشأن النفسي لما لهذه الظاهرة من تأثير على حياة الفرد بجوانبها المختلفة، إذ يمكن إرجاع نضوب الانا الى نظرية الشخصية لفرويد والتي اقترحت أن شخصياتنا تتكون من ثلاث مكونات هي (الهو والانا والأنا العليا) وان كل مكون من هذه المكونات يقدم مساهمته في هويتنا، وعلى الرغم من ان فرويد لم يكن أول من اقترح مصطلح، نضوب الانا الا انه وضع الأساس له بالتأكيد (عباس وعبد الله، 2022: 66)

ومن النماذج الرئيسة المفسرة لنضوب الانا إنموذج (الموارد المحدودة) لـ (Baumeister,1998) (وهو الانموذج المتبنى في هذا البحث) ، تم بناء فكرة فرويد عن نضوب الأنا وتم صقلها من قبل عالم النفس الاجتماعي الشهير (روي بوميستر Baumeister,1998) الذي اشتهر بمساهماته في الأدبيات المتعلقة بضبط النفس واحترام الذات، وقد ركز في أغلب أبحاثه على ارتباطهم بالأخلاق والنجاح، ووفقاً لهذا الأنموذج فإن ضبط النفس هو مورد محدود ينضب بعد استخدامه وهذا ما يعرف، بنضوب الأنا (Baumeiste,et al ,1994,p23).

ويعد هذا المورد المحدود هو احتياطي من الطاقة التي يتم استهلاكها في مهام عدة مثل مقاومة الإغراءات او اتخاذ قرارات مهمة صعبة (Hagger ,2010,p335) ، والفكرة المركزية لهذا الأنموذج هي أن أفعال ضبط النفس مثل قمع العواطف او مقاومة الأغراء تعتمد على مورد محدود (Baumeiste,et al ,1998,p33)

وعندما ينشغل الافراد في ضبط النفس المستمر سوف يتم خفض أدائهم في مهام ضبط النفس اللاحقة لأن الانخراط في ضبط النفس سينخفض مؤقتاً مورد (قوة الإرادة) وبالتالي تضعف مهام ضبط النفس اللاحقة (Baumeiste,et al,2018,p37)
ويقترح هذا الأنموذج ثلاث افتراضات منها:-

1. يعتمد ضبط النفس على مجموعة محدودة من الموارد يمكن أن تنضب وتستنزف في وقت وموقف اخر .
2. إن نجاح أي عمل لضبط النفس مرهون بالفرد بالاعتماد على مستوى الموارد المتاحة امامه.
3. يتم أنفاق الموارد من خلال استخدامها لضبط النفس مما يقلل الموارد المتاحة للأعمال المستقبلية (Baumeister,et,2014,P670)

أبعاد نضوب الأنا:

1. **ضعف الأداء** : ينتج ضعف الأداء من طبيعة مهام ضبط الذات باعتبارها طبيعة شاقة تحفز المشاعر السلبية وهذه المشاعر تؤدي بدورها الى ضعف أداء الأفراد في المهام اللاحقة لضبط الذات كما أن قيام الأفراد بأعمال لا رغبة لديهم بأدائها تجعلهم غير قادرين على ممارسة مهام ضبط الذات الصعبة مما يؤدي الى نضوب موارد الأنا (Baumeister, et al, 1998, 331).

2. **انخفاض التحكم البيئي**: يسبب نضوب موارد الأنا ضعف قدرة الفرد على التحكم في بيئته وهذا الانخفاض يتسبب في العديد من الآثار السلبية على البيئة المحيطة به، إذ يكون لدى الفرد صعوبة في ادارة شؤون حياته اليومية ويشعر بضعف القدرة على تحسين أو تغيير السياق المحيط به ويفقد الإحساس بالتحكم بالعالم الخارجي (Baumeister, et al, 1998, 333).

3. **انخفاض التحكم بالذات**: يجد الأفراد المنضبون صعوبة في مقاومة المغريات والرغبات وتنفيذ أوامر الأنا الأعلى التي تتمثل في اتباع القوانين والعادات والتقاليد نتيجة لانخفاض الطاقة اللازمة للتحكم في الذات والنقص في هذه الطاقة تؤدي الى الفشل في السيطرة على الدوافع والرغبات (Baumeister, et al, 1998, 334).

4. **تشتت الانتباه**: يفشل الأفراد المنضبون في تركيز أنباههم حتى وأن كان في ظل غياب المثيرات الخارجية وأن سبب حدوث نضوب الأنا هو الانتباه المركز والفشل في تنظيم الذات وانخفاض الدافعية كما يتغير الانتباه بسبب فشل الافراد في ملاحظتهم أثناء عملية النمذجة وبالتالي حدوث نضوب الأنا ، لان الانتباه هو عملية مهمة تحدث من خلال الملاحظة ويتأثر بحاجات الشخص الملاحظ واهتماماته فأن من الأسباب التي تجعل الفرد يفقد مصادر طاقته هي التركيز فالتركيز الذهني للفرد يعد من الأسباب الرئيسية لفقدان الطاقة (Baumeister, et al, 1998, 332).

5. **الشعور بالنضوب**: يعمل شعور الأفراد بالأنهك والتعب على نضوب الموارد وتقليل الأداء في المهام اللاحقة ويمكن التخلص من نضوب الأنا من خلال تغيير الأفراد لطريقة تفكيرهم بالنضوب وكيفية الإحساس به ينتج الشعور بالنضوب نتيجة لاستهلاك الطاقة الداخلية في الأفعال غير المرغوبة التي تتطلب ضبط الذات والتالي تجعل أداء الفرد في المهام اللاحقة يقل (Baumeister, et al, 1998, 335).

المحور الثاني- دراسات سابقة:**اولا- الدراسات التي تناولت متغير الاستجداء العاطفي:**

1. **دراسة (شطب، 2021): التسول العاطفي وعلاقته باستنزاف الذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية**
استهدف البحث تعرف التسول العاطفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية/ واستنزاف الأنا لدى طلبة المرحلة الاعدادية والعلاقة بين التسول العاطفي واستنزاف الأنا لدى طلبة المرحلة الاعدادية، وتحدد البحث بطلبة المرحلة الاعدادية من مديرية تربية القادسية يبلغ عددهم (400) طالب وطالبة كانت اداتا البحث عبارة عن مقياس التسول العاطفي يتكون من (20) فقرة ، بينما تم بناء مقياس استنزاف الأنا بالاستناد الى تعريف هاكر واخرين ونظريتهم ويتكون المقياس من (30) فقرة أظهرت النتائج ان هنالك تسول عاطفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، ويقابلها وجود استنزاف للأنا لدى عينة البحث ، كما واطهرت النتائج وجود علاقة طردية بين المتغيرين (شطب، 2021 : 394).

ثانيا- الدراسات التي تناولت متغير نضوب الذات:

اولا- دراسات عربية:

1.دراسة (عباس وعبد الله،2022): نضوب الانا لدى طلبة الجامعة

أستهدف البحث تعرف نضوب الانا لدى طلبة الجامعة، وتعرف الفروق ذات الدلالة الإحصائية في نضوب الانا وفقاً لمتغيري (الجنس، التخصص) وقد اتبع الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي لاستخراج نتائج البحث وتحقيق الاهداف، تكونت العينة الأساسية للبحث من (377) طالب وطالبة من جامعة كربلاء الدراسة الصباحية. ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثان ببناء مقياس نضوب الانا، أظهرت النتائج تمتع افراد العينة بنضوب الانا

2.دراسة (عباس وعبد الله،2022): نضوب الانا وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة

أستهدف البحث تعرف نضوب الانا والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وتعرف الفروق ذات الدلالة الإحصائية في نضوب الانا والمساندة الاجتماعية وفقاً لمتغيري (الجنس، التخصص اتبعت الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي لاستخراج نتائج البحث وتحقيق الاهداف تكونت العينة الأساسية للبحث من (377) طالب وطالبة من جامعة كربلاء الدراسة الصباحية، ولتحقيق أهداف البحث قام الباحثان ببناء مقياس نضوب الانا والمساندة الاجتماعية أظهرت النتائج ان افراد العينة لديهم نضوب انا ويفتقدون للمساندة الاجتماعية ولمصلحة الذكور

2.دراسة (الشاذلي ومحمود،2019): نضوب الانا وعلاقتها بقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب

الموهوبين بالمرحلة الثانوية

أستهدف البحث تعرف درجة كل من نضوب الانا وقلق المستقبل بلغت اليه (90) من الطلاب الموهوبين بالصف الأول الثانوي بمحافظة سوهاج، طبق عليهم مقياس نضوب الانا ومقياس قلق المستقبل قام الباحث ببنائهما أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية إيجابية ودالة احصائياً بين نضوب الانا وقلق المستقبل لدى عينة الدراسة، كما توصلت الدراسة الى ان درجة نضوب الانا لديهم (متوسطة) وكذلك درجة قلق المستقبل (متوسطة) وكذلك وجود فروق دالة احصائياً بين الذكور والاناث في نضوب الانا ولمصلحة الذكور وعدم وجود فروق دالة احصائياً في قلق المستقبل تعزى للجنسين (الشاذلي، 2019، 3)

3. دراسة (الدبوني والعباجي،2022): بناء مقياس نضوب الانا لدى طلبة جامعة الموصل

استهدف البحث بناء مقياس نضوب الانا لدى طلبة جامعة الموصل، على عينة بلغت (400) طالب وطالبة بالطريقة العشوائية، تم بناء مقياس نضوب الانا من قبل الباحثان بفقرات يبلغ عددها (67) فقرة.

دراسات أجنبية

1-دراسة (Sobocko, 2012) depletion and Sensory Processing The Relationship between Ego Sensitivity

نضوب الانا وعلاقتها بحساسية المشاعر.

استهدفت الدراسة تعرف نضوب الانا وحساسية المشاعر، تألفت عينة الدراسة من (118) من طلاب الجامعة، أظهرت نتائج الدراسة بأن الافراد الذين لديهم حساسية مفرطة بالمشاعر كانوا أكثر استهلاكاً للطاقة المحدودة وبالتالي يكونون أكثر عرضة للإصابة بنضوب الانا.

الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

مجتمع البحث: يتكون مجتمع البحث من طلبة الجامعة المستنصرية من الكليات العلمية والانسانية للعام الدراسي (2023-2024) اذ تكون من (30244) طالبا وطالبة من الكليات الانسانية والعلمية ، بواقع (23060) من الكليات الانسانية بواقع (11888) من الذكور و (11172) من الاناث كما بلغ عددهم حوالي (6073) من الكليات العلمية بواقع (2583) من الذكور و (3490) من الاناث وجدول (1) يبين ذلك

جدول (1)

يبين مجتمع البحث موزعا بحسب الجنس والتخصص

المجموع	إ	ذ	الكليات الانسانية	المجموع	إ	ذ	الكليات العلمية
3218	1308	1910	الادارة والاقتصاد	2212	1220	992	العلوم
5942	3022	2920	الاداب	1840	980	860	الطب
1231	688	543	القانون	601	410	191	طب الاسنان
4643	2256	2387	التربية	864	540	324	الهندسة
6755	3488	3267	التربية الاساسية	556	340	216	الصيدلة
742	284	458	السياحة	6073	3490	2583	المجموع
224	88	136	العلوم السياسية				
305	38	267	التربية الرياضية				
23060	11172	11888	المجموع				
						29133	المجموع الكلي

عينة البحث: تحقيقا لهدف البحث الحالي في التعرف على الخرس الزوجي لدى موظفي الجامعة المستنصرية، فقد اعتمدت الباحثتان العينة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي في اختيارها فبلغ مجموع افرادها (400) طالب وطالبة من طلبة الجامعة من كليتي الطب وطب الاسنان من الكليات العلمية، وكليتي التربية والاداب من الكليات الانسانية ، بواقع (100) طالب من و (100) طالبة من الكليات الانسانية ، و (100) طالب و (100) طالبة من الكليات العلمية للعام الدراسي 2023-2024 من طلبة الجامعة المستنصرية والجدول (2) يبين ذلك

جدول (2)
يبين توزيع عينة البحث على وفق الجنس والتخصص

ت	الكلية	التخصص	ذ	إ	المجموع
1	التربية	علوم انسانية	50	50	100
2	الاداب	علوم انسانية	50	50	100
3	الطب	علوم طبية	50	50	100
4	طب اسنان	علوم طبية	50	50	100
	المجموع الكلي		200	200	400

أداة البحث: ارتأت الباحثتان اعداد استبيان لمتغيري البحث (الاستجداء العاطفي) ونضوب الذات) تكون فقراته على شكل اسئلة
اعداد فقرات الاستبيان بصيغتها الاولية: قامت الباحثتان باعداد فقرات الاستبيان من خلال الاطار النظري والمقاييس ذات العلاقة، وذلك بالاستفادة من بعض فقراتها المناسبة لمفهوم (الاستجداء العاطفي) ونضوب الذات) ، فقد بلغت عدد فقرات الاستبيان (14) فقرة ،ببدائل اجابة مناسبة هي (نعم، لا) (ملحق 1)

الخصائص السيكومترية (القياسية) للمقياس:

أ. صدق المقياس: أستخرج للاستبيان لمتغيري البحث (الاستجداء العاطفي) و(نضوب الانا) مؤشرا للصدق عن طريق الصدق الظاهري وقد تحقق هذا النوع من الصدق في هذا المقياس عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في التربية وعلم النفس (ملحق3) للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها ،إذ يذكر (ملحم،2000) ان أفضل الوسائل المستخدمة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المختصين بتقدير صلاحيتها في قياس الصفة التي وضعت من اجلها(ملحم، 2000 :55).

واستنادا على ذلك فقد رتبت الفقرات التي تم صياغتها في استبانته، مع ذكر التعريف التعاريف المعتمدة في الدراسة لمتغيري (الاستجداء العاطفي) و(نضوب الذات) وتم عرضها بعد صياغتها الأولية على مجموعة من الخبراء المختصين في ميدان علم النفس لغرض الحكم على مدى صلاحيتها في قياس ما وضعت لأجله ، ومدى سلامة العبارات من حيث صياغتها لغويا، وملائمة بدائل الاجابة. (ملحق،3)

وفي ضوء آرائهم وتوجيهاتهم، تم الإبقاء على جميع الفقرات وقد نالت نسبة اتفاق (100%)، بحيث أصبح الاستبيان الخاص بمتغيري البحث يتكون من (14) فقرة ، (ملحق4) (ملحق5)

ب. ثبات الاستبيان: يعد الثبات من الخصائص القياسية المهمة للمقاييس النفسية ، الذي يشير الى اتساق درجات المقياس في قياس مايجب قياسه بصورة منتظمة (الزوبعي وآخرون، 1981: 5)

وان الهدف من حساب الثبات هو تقدير أخطاء القياس واقتراح طرائق للتقليل من هذه الأخطاء ((Nunnally,1967,p.63)) لذلك تم التحقق من ثبات الاستبيان بطريقة اعادة الاختبار، من أجل أستخراج ثباته بطريقة اعادة الأختبار وقد طبق على عينة قوامها(20) طالب وطالبة من طلبة الجامعة المستنصرية تم اختيارهم من كلية التربية ، وقد استغرق وقت تطبيقه ما بين (17-25) دقيقة، ثم أعيد تطبيقه على المجموعة نفسها بعد مرور اسبوعين من التطبيق الأول، وبعد ذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات العينة في التطبيق الأول ودرجاتهم في التطبيق الثاني وقد بلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (0,83) وهو معامل ثبات جيد وكما في الجدول(2).

الجدول (2)
عينة وضوح التعليمات وفهم العبارات

المجموع	الأنثى	الذكور
20	10	10

استبائي البحث بصورتها النهائية :

يتكون استبيان متغير (الاستجداء العاطفي) و(نضوب الذات) بصورتها النهائية من (14) فقرة ببدائل (نعم) او (لا)

التطبيق النهائي: بعد الانتهاء من اعداد وتهيئة استبائي البحث اللازم لقياس متغيري البحث (الاستجداء العاطفي) و(نضوب الأنا) لدى طلبة الجامعة المستنصرية، وتحقيقاً لأهداف البحث، طبقت الباحثتان الاستبيان الخاص بمتغيري البحث والمكون من (14) فقرة على عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبة.

الوسائل الأحصائية:

1.معامل ارتباط بيرسون

2.النسبة المئوية

مجموع		إناث		ذكور		الأسئلة
لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
210	190	124	60	86	130	هل تشعر بالراحة بالتودد للآخرين؟
86	314	70	194	16	120	هل تحقق اهدافك عن طريق استمالة مشاعر الآخرين؟
72	328	12	110	60	218	هل تقوم بتصفح صفحات الآخرين الالكترونية لتحقيق اهدافك العاطفية؟
92	308	44	204	48	104	هل يدفعك فقدان الاهتمام الى البحث عن اخر يهتم بك؟
346	54	146	14	200	40	هل تعتبر نفسك مسيرا من الاخر من اجل التقرب منه عاطفيا؟
72	328	30	112	42	216	هل تقوم بالاهتمام بمظهرك الخارجي من اجل جذب اهتمام الجنس الاخر؟
74	326	30	112	44	216	هل تشعر بالوحدة عندما تفتقد من ينصت لك عاطفيا؟
26	374	20	160	6	214	هل تمتلك القدرة على تسخير امكانياتك ومهاراتك لاختراع الاخر نفسيا؟
20	280	6	140	14	140	هل تستغل العاطفة كوسيلة لتسخير خدمات الآخرين لمصلحتك؟
86	314	70	194	16	120	هل تعتبر القيم لاشيء امام رغباتك النفسية؟
346	54	146	14	200	40	هل تتمارض لجعل الآخرين يهتمون بك؟
26	347	20	160	6	214	هل تميل للاندماج مع الآخرين والتوافق معهم؟
210	190	100	200	110	160	هل يدفعك الفراغ العاطفي للتودد للآخرين؟
220	180	160	40	60	140	هل تشعر بالاهانة عندما تستعطف احدهم ولا يهتم بك؟

مناقشة النتائج :

- 1- الفقرة (هل تشعر بالراحة بالتودد للآخرين؟) تبين النتائج إن نسبة (190) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة كانت اجابتهم بالايجاب.
- 2- الفقرة (هل تحقق اهدافك عن طريق استمالة مشاعر الآخرين؟) تبين النتائج إن نسبة (314) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة كانت اجابتهم بالايجاب .
- 3- الفقرة (هل تقوم بتصفح صفحات الآخرين الالكترونية لتحقيق اهدافك العاطفية؟) تبين النتائج إن نسبة (328) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة اجابت بنعم.

- 4- الفقرة (هل يدفعك فقدان الاهتمام الى البحث عن اخر يهتم بك؟) تبين النتائج إن نسبة (308) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،.
- 5- الفقرة(هل تعتبر نفسك مسيرا من الاخر من اجل التقرب منه عاطفيا؟) تبين النتائج إن نسبة (54) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، تؤكد ذلك .
- 6- الفقرة(هل تقوم بالاهتمام بمظهرك الخارجي من اجل جذب اهتمام الجنس الاخر؟) تبين النتائج إن نسبة (328) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،اجابت بذلك.
- 7- الفقرة (هل تشعر بالوحدة عندما تفتقد من ينصت لك عاطفيا؟) تبين النتائج إن نسبة (326) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة تقول نعم..
- 8- الفقرة(هل تمتلك القدرة على تسخير امكانياتك ومهاراتك لاختراع الاخر نفسيا؟) تبين النتائج إن نسبة (93.4%) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، أجابت بنعم، وتفسير ذلك لوجود الحب المتبادل بين الزوجين
- 9- الفقرة(هل تستغل العاطفة كوسيلة لتسخير خدمات الاخرين لمصلحتك؟) تبين النتائج إن نسبة (374) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،اكدت ذلك.
- 10- الفقرة (هل تعتبر القيم لاشيء امام رغباتك النفسية؟) تبين النتائج إن نسبة (314) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، تؤكد ذلك.
- 11- الفقرة (هل تنمازض لجعل الاخرين يهتمون بك؟) تبين النتائج إن نسبة (54) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجابت بنعم.
- 12- الفقرة (هل تميل للاندماج مع الاخرين والتوافق معهم؟) تبين النتائج إن نسبة (347) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،اجابت بنعم.
- 13- الفقرة (هل يدفعك الفراغ العاطفي للتودد للاخرين؟) تبين النتائج إن نسبة (190) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،إن أفراد العينة أجابوا بنعم.
- 14- الفقرة (هل تشعر بالاهانة عندما تستعطف احدهم ولا يهتم بك؟) تبين النتائج إن نسبة (180) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجاب بنعم

مجموع		إناث		ذكور		الأسئلة
لا	نعم	لا	نعم	لا	نعم	
210	190	130	60	80	130	هل تجد صعوبة في الاستمرار باي عمل ؟
190	210	102	90	88	120	هل ترفض المساهمة في أي نشاط مدرسي يتطلب منك جهداً؟
181	219	121	110	60	109	هل تشعر بالحيوية والطاقة في داخل نفسك؟
92	308	44	204	48	104	هل تشعر بالاحباط والانهك دون سبب؟
214	186	146	174	200	40	هل تمتلك القدرة على القيم بالاعمال وانها في وقتها المحدد؟
22	108	15	56	22	108	هل تشعر باستنزاف طاقتك والتي تمنعك من القيام بالمهام الدراسية؟
82	318	40	112	42	206	هل تعاني من تشتت الانتباه وضعف التركيز؟
26	374	20	160	6	214	هل تعاني من ضعف قدرتك على فهم المسائل التي تحتاج وقتاً للتفكير بها؟
120	280	60	140	60	140	هل تستثمر قدراتك على الانتباه لابطس الاعمال؟
160	240	70	120	90	120	هل تعاني من ضعف قدرتك على تحمل المواقف المبهمة؟
240	160	40	120	200	40	هل تعاني من صعوبة التفكير عند القيام باي عمل؟
213	187	100	80	113	107	هل تجد صعوبة في عملية استرجاع المعلومات ؟
220	180	100	100	120	80	هل تتنازل بسهولة عن حقوقك وتحقيق اهدافك ؟
213	187	112	80	100	107	هل تعاني من القدرة على ضبط انفعالاتك؟

استبيان نضوب الذات

مناقشة النتائج :

1. الفقرة (هل تجد صعوبة في الاستمرار باي عمل ؟) تبين النتائج إن نسبة (190) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة كانت اجابتهم بالايجاب.
2. الفقرة (هل ترفض المساهمة في أي نشاط مدرسي يتطلب منك جهداً؟) تبين النتائج إن نسبة (210) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة كانت اجابتهم بالايجاب .
3. الفقرة (هل تشعر بالحيوية والطاقة في داخل نفسك؟) تبين النتائج إن نسبة (219) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة اجابت بنعم.
4. الفقرة (هل تشعر بالاحباط والانهك دون سبب؟) تبين النتائج إن نسبة (308) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ،.

5. الفقرة (هل تمتلك القدرة على القيم بالاعمال وانها في وقتها المحدد؟) تبين النتائج ان نسبة (186) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، تؤكد ذلك .
6. الفقرة (هل تشعر باستنزاف طاقتك والتي تمنعك من القيام بالمهام الدراسية؟) تبين النتائج ان نسبة (108) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجابت بذلك.
7. الفقرة (هل تعاني من تشتت الانتباه وضعف التركيز؟) تبين النتائج ان نسبة (318) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة تقول نعم..
8. الفقرة (هل تعاني من ضعف قدرتك على فهم المسائل التي تحتاج وقتا للتفكير بها؟) تبين النتائج ان نسبة (374) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجابت بنعم.
9. الفقرة (هل تستثمر قدراتك على الانتباه لايستطاع الاعمال؟) تبين النتائج ان نسبة (280) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اكدت ذلك.
10. الفقرة (هل تعاني من ضعف قدرتك على تحمل المواقف المبهمة؟) تبين النتائج ان نسبة (240) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، تؤكد ذلك.
11. الفقرة (هل تعاني من صعوبة التفكير عند القيام باي عمل؟) تبين النتائج ان نسبة (160) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجابت بنعم.
12. الفقرة (هل تجد صعوبة في عملية استرجاع المعلومات؟) تبين النتائج ان نسبة (187) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجابت بنعم.
13. الفقرة (هل تتنازل بسهولة عن حقوقك وتحقيق اهدافك؟) تبين النتائج ان نسبة (180) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، ان افراد العينة اجابوا بنعم.
14. الفقرة (هل تعاني من القدرة على ضبط انفعالاتك؟) تبين النتائج ان نسبة (187) من مجموع العينة البالغة (400) طالب وطالبة ، اجاب بنعم

الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول- الاستجداء العاطفي لدى طلبة الجامعة المستنصرية

أظهر البحث الحالي ان طلبة الجامعة لديهم استجداء عاطفي بمستوى عال وتفسر الباحثان ذلك بان اغلب المراهقين تحدث لديهم تغيرات فسيولوجية في هذه المرحلة وتصبح لديهم طاقة جنسية عالية فيبحثون عن الجنس الاخر لانهم حسب وجهة نظر ماسلو لانهم يشعرون بحاجتهم للحب والانتماء وبالتالي يحاولون استجداء عواطف الجنس الاخر من اجل الشعور بالاستقرار العاطفي وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الشطب، 2021)

الهدف الثاني- تعرف نضوب الانا لدى طلبة الجامعة المستنصرية

أظهر البحث الحالي: ان طلبة الجامعة لديهم نضوب الانا بمستوى منخفض إذ يعزى ذلك الى التفاوت بين طلاب الجامعات ، لان معظمهم لا يتحملون أي مسؤوليات تقع على عاتقهم بحيث تجعلهم يضطرون الى أداء هذه المسؤوليات أو الالتزام والوفاء بها إلا في أوقات الجامعة بالاضافة الى صغر سنهم واهتماماتهم بهذا العمر بوسائل التسلية والبحث عن صداقات مما لم يستنفدوا هذه الموارد، وان هذا تأكيد لما

طرحه بوميستر في أنموذجه المتبناة في البحث الحالي بانه كلما حاول الأفراد الحفاظ على مواردهم من الطاقة النفسية كلما قل نضوبهم لهذه الموارد وكانوا أكثر استقراراً . وتفسر الباحثتان ذلك ان افراد عينة البحث يمتلكون قدرة محدودة على ضبط النفس بحكم المرحلة التي هم فيها إذ يتم نضوب الانا بمستوى عال في الجانب العاطفي وضعف قدرته على ضبط انفعالاته هذا ما اكده انموذج إنموذج (الموارد المحدودة) لـ (Baumeister,1998) بان الشعور بالنضوب يمثل احد ابعاد نضوب الذات إذ ان شعور الأفراد يعمل بالإنهاك والتعب على نضوب الموارد وتقليل الأداء في المهام اللاحقة ويمكن التخلص من نضوب الانا من خلال تغيير الأفراد لطريقة تفكيرهم بالنضوب وكيفية الإحساس به ينتج الشعور بالنضوب نتيجة لاستهلاك الطاقة الداخلية في الأفعال غير المرغوبة التي تتطلب ضبط الذات والتالي تجعل أداء الفرد في المهام اللاحقة يقل (Baumeister,et al,1998, 335) وتتفق نتائج هذا البحث مع نتائج دراسة (عباس و عبد الله،2022) و دراسة (الشطب،2021) وتختلف نتائجها مع نتائج دراسة (الشاذلي ومحمود،2019) التي اظهرت تمتع عينة البحث بنضوب الانا بدرجة متوسطة

الهدف الثالث- (تعرف الفروق في الاستجداء العاطفي ونضوب الانا تبعاً لمتغير الجنس والتخصص

ويمكن تفسير النتيجة أعلاه، انه لا يوجد اختلاف كبير بين الذكور والإناث فضلاً عن التخصص في نضوب الانا وذلك يعود الى أنهم يعيشون ظروف متشابهة ، ويواجهوا الأحداث اليومية نفسها فضلاً عن التطور الاجتماعي والثقافي والتكنولوجي الذي أدى الى الأفتتاح على العالم الخارجي مما أسهم الى زيادة ثقة الأثنى بنفسها وتساوي الذكور والإناث بالمسؤوليات والواجبات فضلاً عن أنهم يمتلكون القدرات العقلية نفسها في معالجة المعلومات وتلقي المعلومات في المكان نفسه او الجامعة نفسها وبنفس الوسائل التعليمية لذلك لا توجد فروق في التخصصات العلمية والأنسانية. وهذا ما يشير الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين المتغيرين فكلما زادت درجات الافراد في استبيان الاستجداء العاطفي يقابلها زيادة في درجاتهم على مقياس نضوب الانا وهذه النتيجة تتطابق مع الاطار النظري بان الاستجداء العاطفي يحتاج الى نضوب اكبر من القدرات العقلية والوجدانية والسلوكية مما يتسبب في فقدان طاقة الفرد واستنزاف الانا.

التوصيات :

1. الاستفادة من الاستبانيين التي تم اعتمادها من قبل الباحثين في هذا البحث بهدف التشخيص المبكر لكلا المتغيرين والعمل على معالجتها.
2. بناء مقترح برنامج تاهيلي علاجي لخفض الاستجداء العاطفي ونضوب الانا لدى المراهقين من قبل المختصين بالجانب التربوي النفسي
3. الاستثمار الامثل لإمكانيات الشباب وتطوير مهاراتهم والاهتمام بهم كونهم يمثلون شريحة مهمة للنهوض بواقع البلاد
4. توفير بيئة جامعية تساعد طلبة الجامعة على إكتساب مهارات ضبط الذات ،للحد نضوب الانا على اعتبارهم يمثلون محور العملية التعليمية.

المقترحات :

1. اجراء دراسة ارتباطية تستهدف تعرف العلاقة بين الاستجداء العاطفي والدافعية النفسية العقلية لدى طلاب المرحلة الاعدادية.
2. اجراء دراسات مماثلة لفئات المجتمع الأخرى مثل (الأرامل ، الأيتام ، المطلقات ،العاطلين

عن العاملين، والموظفين في وزارات اخرى)
 4.أجراء دراسة مقارنة حول نضوب الأنا لدى الطلاب وغيرهم في مراحل دراسية مختلفة في نفس المرحلة العمرية لتعرف تأثير نضوب الأنا على التعليم.
 5.أجراء دراسات مع متغيرات أخرى مثل (المواجهة الروحية، الأوهام الإيجابية السلوك العدواني، العمى العاطفي)

المصادر

اولا- مصادر عربية:

3. الدبوني، الاء عبد الجبار والعباجي، ندى فتاح (2022): بناء مقياس نضوب الأنا لدى طلبة جامعة الموصل ، جامعة الموصل - كلية التربية للعلوم الانسانية، *مجلة التربية للعلوم الإنسانية* مج (2) عدد خاص
4. عباس، انتظار حمزة وعبد الله، رجاء ياسين نضوب الانا لدى طلبة الجامعة، *مجلة الباحث* ، مج 41، ع4، ج2.
5. شطب، انس اسود (2021): التسول العاطفي وعلاقته باستنزاف الانا لدى طلبة المرحلة الاعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة، *مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية*، مج 28، ع7.
6. حمزة ،انتظار وعبد الله ، رجاء ياسين (2022) : *نضوب الانا نضوب الأنا وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة* ، رسالة رسابة ماجستير غير منشورة، جامعة كربلاء
7. الزويبي، عبد الجليل وآخرون (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية، الموصل، مطابع دار الكتب للطباعة والنشر.
8. الشاذلي، وائل أحمد سليمان(2019) :*نضوب الانا وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الطلبة الموهوبين بالمرحلة الثانوية*، كلية التربية ،رسالة ماجستير جامعة سوهاج، مج (5) ع(6).
9. ملحم، سامي (2000): *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس*، عمان – الاردن، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، ط1
10. النواب، ناجي محمود والناصر، حازم سليمان وشطب، انس اسود(2018): *لتفكير المستقبلي وعلاقتهما وراء الانفعال لدى طلبة الجامعة*، *مجلة كلية التربية الأساسية*، مج 24، ع(100).

ثانيا- مصادر أجنبية

11. Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1994). *Losing control: How and why people fail at self-regulation*. San Diego, CA: Academic Press.
- 12....., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1252– 1265
- 13.Nunnally, J. C. (1967). **Psychometric Theory**. New York: Mc Graw-Hill Book Company.
- 14.Sobocko, K. (2012). *The Relationship between Egos depletion and sensory processing sensitivity*. (Doctoral.Dissertation), Carleton University Ottawa, Canada.

الملاحق

ملحق (1)

استبيان آراء السادة المحكمين في مدى صلاحية فقرات استبيان "الاستجداء العاطفي"

الاستاذ.....المحترم

تحية طيبة

تسعى الباحثتان الى انجاز بحثها الموسوم " دور الاستجداء العاطفي في نضوب الأنا لدى طلبة الجامعة المستنصرية"ومن بين اجراءات هذا البحث اعداد استبيان لمتغير الاستجداء العاطفي ،وقد قامت الباحثتان باعداد وصياغة فقرات هذا الاستبيان،مستندة في ذلك الى مقاييس سابقة تقيس الظاهرة المدروسة، والادبيات السابقة.

علما ان الباحثتان تبنت تعريف تبنت الباحثتان تعريف (شطب، 2021) تعريفا نظريا لمتغير الاستجداء العاطفي، إذ عرف الاستجداء العاطفي بأنه (استعداد الفرد لظهور سلوك الضعف والتودد للآخرين صور وحيل متنوعة بهدف كسب عطفهم ومحبتهم وجذب انتباههم لغرض تنفيذ مطلب يمتنعون عن تنفيذه) (شطب، 2021: 397).

وتكون الاستبيان من (14) فقرة على شكل اسئلة ، اما بدائل الاستجابة على الاستبيان كانت (نعم)، (لا). ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال تخصصكم فان الباحثتان تود الافادة من ارائكم فيما اذا كانت هذه الفقرات صالحة لقياس ما اعدت لقياسه ام غير صالحة وبدائلها.

مع الشكر والامتنان لتعاونكم العلمي

ت	الاسئلة	نعم	لا
.1	هل تشعر بالراحة بالتودد للآخرين؟		
.2	هل تحقق اهدافك عن طريق استمالة مشاعر الآخرين؟		
.3	هل تقوم بتصفح صفحات الآخرين الالكترونية لتحقيق اهدافك العاطفية؟		
.4	هل يدفعك فقدان الاهتمام الى البحث عن اخر يهتم بك؟		
.5	هل تعتبر نفسك مسيرا من الاخر من اجل التقرب منه عاطفيا؟		
.6	هل تقوم بالاهتمام بمظهرك الخارجي من اجل جذب اهتمام الجنس الاخر؟		
.7	هل تشعر بالوحدة عندما تفتقد من ينصت لك عاطفيا؟		
.8	هل تمتلك القدرة على تسخير امكانياتك ومهاراتك لاختراع الاخر نفسيا؟		
.9	هل تستغل العاطفة كوسيلة لتسخير خدمات الآخرين لمصلحتك؟		
.10	هل تعتبر القيم لاشيء امام رغباتك النفسية؟		
.11	هل تتمارض لجعل الآخرين يهتمون بك؟		
.12	هل تميل للاندماج مع الآخرين والتوافق معهم؟		
.13	هل يدفعك الفراغ العاطفي للتودد للآخرين؟		
.14	هل تشعر بالاهانة عندما تستعطف احدهم ولا يهتم بك؟		

ملحق (2)

استبيان اراء السادة المحكمين في مدى صلاحية فقرات استبيان "نضوب الذات"

الاستاذ.....المحترم

تحية طيبة

تسعى الباحثتان الى انجاز بحثها الموسوم " دور الاستجداء العاطفي في نضوب الأنا لدى طلبة الجامعة المستنصرية"ومن بين اجراءات هذا البحث اعداد استبيان لمتغير نضوب الانا ،وقد قامت الباحثتان باعداد وصياغة فقرات هذا الاستبيان،مستندة في ذلك الى مقاييس سابقة تقيس الظاهرة المدروسة، والادبيات السابقة.

علما ان الباحثتان تبنت تعريف تبنت الباحثتان تعريف (Baumeiste,et al,2018) تعريفا نظريا لمتغير نضوب الأنا وذلك لتبني انموذجه في اعداد الاستبيان الخاص بمتغير نضوب الأنا إذ عرف نضوب الانا بانه (أن ضبط النفس للأفراد يتحقق من خلال استهلاكهم لموارد التحكم الذاتي والتي عند نضوبها تترك الأفراد غير قادرين على المشاركة في عمليات لاحقة (Baumeiste,et al,2018,p71).

وتكون الاستبيان من (14) فقرة على شكل اسئلة ، اما بدائل الاستجابة على الاستبيان كانت (نعم)، (لا). ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ودراية في مجال تخصصكم فان الباحثتان تود الافادة من ارائكم فيما اذا كانت هذه الفقرات صالحة لقياس ما اعدت لقياسه ام غير صالحة وبدائلها.

مع الشكر والامتنان لتعاونكم العلمي

ت	الاسئلة	نعم	لا
1.	هل تجد صعوبة في الاستمرار باي عمل؟		
2.	هل ترفض المساهمة في أي نشاط مدرسي يتطلب منك جهدا؟		
3.	هل تشعر بالحيوية والطاقة في داخل نفسك؟		
4.	هل تشعر بالاحباط والانهاك دون سبب؟		
5.	هل تمتلك القدرة على القيم بالاعمال وانهاؤها في وقتها المحدد؟		
6.	هل تشعر باستنزاف طاقتك والتي تمنعك من القيام بالمهام الدراسية؟		
7.	هل تعاني من تشتت الانتباه وضعف التركيز؟		
8.	هل تعاني من ضعف قدرتك على فهم المسائل التي تحتاج وقتا للتفكير بها؟		
9.	هل تستثمر قدراتك على الانتباه لابسطة الاعمال؟		
10.	هل تعاني من ضعف قدرتك على تحمل المواقف المبهمة؟		
11.	هل تعاني من صعوبة التفكير عند القيام باي عمل؟		
12.	هل تجد صعوبة في عملية استرجاع المعلومات؟		
13.	هل تتنازل بسهولة عن حقوقك وتحقيق اهدافك؟		
14.	هل تعاني من القدرة على ضبط انفعالاتك؟		

ملحق (3)

أسماء الخبراء المحكمين

ت	اللقب العلمي والاسم	مكان العمل
1	أ.د. ازهار عبود الجوراني	تربية/الجامعة المستنصرية
2	أ.د.سعد زاير	تربية /جامعة بغداد
3	أ.د. نادية شعبان مصطفى	تربية / الجامعة المستنصرية
4	أ.د.احلام عبد الله	تربية /جامعة بغداد
5	أ.م.د.امل اسماعيل عايز	تربية/الجامعة المستنصرية
6	أ.م.د. رحيم عبد الله الزبيدي	تربية/الجامعة المستنصرية
7	أ.م.د. امال اسماعيل	تربية/الجامعة المستنصرية

ملحق (4)**استبيان الاستجداء العاطفي بصورته النهائية**

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة

تحية طيبة: تروم الباحثتان بدراسة علمية، لهذا تضع بين يديك مجموعة من الفقرات من ردود فعلك المحتملة والتي تعبر عن مشاعرك بين وقت وآخر لمتغيري البحث (الاستجداء العاطفي ونضوب الأنا). لذا نرجو تفضلك بقراءة كل فقرة والاجابة عنها بصدق وموضوعية وامانة ومن خلال اختيار ما يعبر عن احسن وصف لك، فاذا كنت موافق على العبارة فضع علامة () امام البديل (نعم) وهكذا

ت	الاسئلة	نعم	لا
1.	هل تشعر بالراحة بالتودد للآخرين؟		
2.	هل تحقق اهدافك عن طريق استمالة مشاعر الآخرين؟		
3.	هل تقوم بتصفح صفحات الآخرين الالكترونية لتحقيق اهدافك العاطفية؟		
4.	هل يدفعك فقدان الاهتمام الى البحث عن اخر يهتم بك؟		
5.	هل تعتبر نفسك مسيرا من الاخر من اجل التقرب منه عاطفيا؟		
6.	هل تقوم بالاهتمام بمظهرك الخارجي من اجل جذب اهتمام الجنس الاخر؟		
7.	هل تشعر بالوحدة عندما تفتقد من ينصت لك عاطفيا؟		
8.	هل تمتلك القدرة على تسخير امكانياتك ومهاراتك لاختراع الاخر نفسيا؟		
9.	هل تستغل العاطفة كوسيلة لتسخير خدمات الآخرين لمصلحتك؟		
10.	هل تعتبر القيم لاشيء امام رغباتك النفسية؟		
11.	هل تتمارض لجعل الآخرين يهتمون بك؟		
12.	هل تميل للاندماج مع الآخرين والتوافق معهم؟		
13.	هل يدفعك الفراغ العاطفي للتودد للآخرين؟		
14.	هل تشعر بالاهانة عندما تستعطف احدهم ولا يهتم بك؟		

ملحق (5)**استبيان نضوب الانا بصورته النهائية**

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة....

تحية طيبة:تروم الباحثان بدراسة علمية، لهذا تضع بين يديك مجموعة من الفقرات من ردود فعلك المحتملة والتي تعبر عن مشاعرك بين وقت واخر لمتغيري البحث (الاستجداء العاطفي ونضوب الأنا). لذا نرجو تفضلك بقراءة كل فقرة والاجابة عنها بصدق وموضوعية وامانة ومن خلال اختيار ما يعبر عن احسن وصف لك، فاذا كنت موافق على العبارة فضع علامة () امام البديل (نعم) وهكذا

ت	الاسئلة	نعم	لا
1.	هل تجد صعوبة في الاستمرار باي عمل؟		
2.	هل ترفض المساهمة في أي نشاط مدرسي يتطلب منك جهدا		
3.	هل تشعر بالحيوية والطاقة في داخل نفسك؟		
4.	هل تشعر بالاحباط والانهاك دون سبب؟		
5.	هل تمتلك القدرة على القيم بالاعمال وانهاؤها في وقتها المحدد؟		
6.	هل تشعر باستنزاف طاقتك والتي تمنعك من القيام بالمهام الدراسية؟		
7.	هل تعاني من تشتت الانتباه وضعف التركيز؟		
8.	هل تعاني من ضعف قدرتك على فهم المسائل التي تحتاج وقتا للتفكير بها؟		
9.	هل تستثمر قدراتك على الانتباه لابطس الاعمال؟		
10.	هل تعاني من ضعف قدرتك على تحمل المواقف المبهمة؟		
11.	هل تعاني من صعوبة التفكير عند القيام باي عمل؟		
12.	هل تجد صعوبة في عملية استرجاع المعلومات؟		
13.	هل تتنازل بسهولة عن حقوقك وتحقيق اهدافك؟		
14.	هل تعاني من القدرة على ضبط انفعالاتك؟		