

# تأثير التعب الذهني وخفضه في حل المشكلات لدى تدريسيي الجامعة

أطروحة تقدمت بها  
مخدة ثاني محمد الحسن

إلى مجلس كلية الآداب في الجامعة المستنصرية  
وهي جزء من متطلبات نيل درجة دكتوراه فلسفة في  
(علم النفس العام)

إشرافه  
الأستاذ الدكتور  
إبراهيم محمد الحسن الكناوي

م ٢٠٠٦

هـ ١٤٢٧

## مستخلص البحث

يشكل تدريسيو الجامعة إحدى الشرائح المهمة في المجتمع، الذين يرتبط نوع أدائهم بأحد مظاهر التعب، والذي يقف عائقاً أمام فعاليتهم اليومية. ومن المسلم به أن الضرر الذي يترتب عن التعب الذهني على الصحة عموماً وعلى الأداء بشكل خاص، يدفع تدريسيي الجامعة إلى ممارسة نشاطات جسمية أو عقلية أو نفسية بغية خفضه، وتتراوح هذه النشاطات بين ما هو ايجابي في تأثيره وآخر سلبي التأثير في الجسم وفي النشاط الذهني.

ولغرض الكشف عن ظاهرة التعب الذهني واستخدام أساليب خفضه لدى تدريسيي الجامعة، تم بناء مقياس التعب الذهني والذي ضمّ مظاهر التعب الذهني المتمثلة بتدهور الإدراك العائد إلى قصور في الإدراك الحسي وفي الانتباه وفي التذكر، وبناء مقياس خفض التعب الذهني والذي ضمّ ممارسة نشاطات جسمية وعقلية ونفسية.

ولغرض الوقوف على تأثير هذين المتغيرين في العمليات العقلية، تم بناء اختبار حل المشكلات الذي تكوّن من فقرات، ولكل فقرة ثلاثة بدائل إحداها هو البديل الصحيح. ومن خلال تطبيق هذين المقياسين والاختبار سعى البحث إلى تحقيق الآتي:-

- ١- كشف الفروق في التعب الذهني بحسب متغير الجنس والعمر والتخصص.
- ٢- كشف الفروق في أساليب خفض التعب الذهني بحسب متغير الجنس والعمر والتخصص.
- ٣- كشف الفروق في حل المشكلات بحسب متغير الجنس والعمر والتخصص.
- ٤- كشف الفرق ما بين ذوي التعب الذهني العالي وذوي التعب الذهني الواطئ في استخدام أساليب خفض التعب الذهني.
- ٥- كشف الفرق ما بين ذوي التعب الذهني العالي وذوو التعب الواطئ في حل المشكلات.

٦- كشف الفروق ما بين ذوي استخدام أساليب خفض التعب الذهني العالي وذوي استخدام أساليب خفض التعب الذهني الواطئ في حل المشكلات.

٧- كشف الفروق العائدة إلى تفاعل مستويي تعب ذهني (عال- واطئ) مع مستويي خفض التعب الذهني (عال- واطئ) في حل المشكلات.

طبق المقياسان وأختبار حل المشكلات على عينات متعددة من أعضاء الهيئة التدريسية في الجامعة المستنصرية. فلأجل استخراج الخصائص السايكومترية لمقياس التعب الذهني ومقياس خفض التعب الذهني (معامل تمييز الفقرات ومعامل الاتساق الداخلي للفقرات) طبق المقياسان على عينة مكونة من (٢٠٠) عضو هيئة تدريس، ولأجل استخراج معمل ثبات المقياسين بطريقتي تحليل التباين والتجزئة النصفية طبقا على عينة مكونة من (١٠٠) عضو هيئة تدريسية.

ولاستخراج الخصائص السايكومترية لاختبار حل المشكلات (معامل تمييز الفقرات ومعامل الصعوبة- السهولة وفاعلية البدائل الخاطئة للفقرات) طبق الاختبار على عينة مكونة من (١٠٠) عضو هيئة تدريس، واستخرج معامل ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (٥٠) عضو هيئة تدريس. ولغرض الوصول إلى نتائج البحث طبق مقياسا التعب الذهني وخفض التعب الذهني واختبار حل المشكلات على عينة مكونة من (١٥٠) عضو هيئة تدريس في الجامعة المستنصرية، وتمخض عن التطبيق وتحليل البيانات النتائج الآتية:-

- ١- وجود فرق دال احصائياً في التعب الذهني بحسب متغير التخصص (علمي- انساني)، حيث كشفت النتائج أن ذوي التخصص الانساني أشد تعباً ذهنياً من ذوي التخصص العلمي، ولم تظهر فروق في التعب الذهني بحسب متغيري الجنس والعمر.
- ٢- عدم وجود فرق دال احصائياً في ممارسة استخدامات خفض التعب الذهني بحسب متغير الجنس والعمر والتخصص.
- ٣- وجود فرق دال احصائياً في حل المشكلات بحسب التخصص (علمي- انساني)، حيث كشفت النتائج أن ذوي التخصص العلمي هم الأعلى مستوى

في حل المشكلات، ولم تظهر فروق في حل المشكلات حسب متغير الجنس والعمر.

٤- وجود فرق دال احصائياً ما بين ذوي التعب الذهني العالي وذوي التعب الذهني الواطئ في ممارسة أساليب خفض التعب الذهني حيث كشفت النتائج أن ذوي التعب الذهني العالي هم الأكثر ممارسة لأساليب خفض التعب الذهني.

٥- وجود فرق دال احصائياً ما بين ذوي التعب الذهني العالي وذوو التعب الذهني الواطئ في حل المشكلات، حيث كشفت النتائج أن ذوي التعب الذهني الواطئ هم الأعلى مستوى في حل المشكلات.

٦- عدم وجود فرق دال احصائياً ما بين ذوي ممارسة أساليب خفض التعب الذهني العالي وذوي ممارسة أساليب خفض التعب الذهني الواطئ في حل المشكلات.

٧- عدم وجود فرق دال احصائياً ما بين التفاعلات العائدة إلى تفاعل مستويي تعب ذهني (عال- واطئ) في حل المشكلات.

وعلى ضوء النتائج تقدم البحث بعدد من التوصيات والمقترحات التي يفيد منها أعضاء هيئة التدريس الجامعي في مواجهة التعب الذهني.