

## الطاقة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى المرشدين التربويين

م.د. بسمة هاشم خضير  
المديرية العامة لتربية محافظة بغداد/ الكرخ الثانية، وزارة التربية، العراق

### الملخص

تعد الطاقة النفسية ( energy Psychological ) من المواضيع الهامة التي تؤثر في كل من دوافع الفرد وسلوكه وفي أداء أعماله، كما و تتأثر بالضغوطات النفسية للفرد التي ترتبط بنظام التنشيط الفسيولوجي الذي يحكم نظام عمل المخ وكيفية تبادل المعلومات بين الفرد والبيئة الخارجية فيحفز الفرد إلى النجاح وتحقيق الأهداف في حالة المستويات المرتفعة من الطاقة أو يعجز ويفشل في حالة المستويات المنخفضة من الطاقة ، كما أن كل فرد لديه مولد للطاقة النفسية الفعالة ينتج قدرا محددًا من الطاقة ذات المعنى السيكولوجي تتشكل حسب الموقف الذي يمر به الفرد فيحفزه الى مجابهة المواقف الضاغطة التي يمر بها ، وعلية ارتأت الباحثة دراسة متغير الطاقة النفسية لدى المرشدين والكشف عن الفروق لدى الافراد .

هدف البحث الحالي التعرف على مستوى الطاقة النفسية ،وكذلك الكشف عن دلالة الفروق الإحصائية في مستوى الطاقة النفسية وفقا لمتغير الجنس (ذكور واناث ) و الحالة الاجتماعية وسنوات الخدمة لدى المرشدين التربويين ،وقد بلغت عينة البحث من(200) مرشد ومرشدة المتواجدين في المديرية العامة لتربية بغداد /الكرخ الثانية للعام الدراسي( 2024/2023 )حيث قامت الباحثة ببناء مقياس للطاقة النفسية للمرشدين التربويين واستخراج الصدق الظاهري والثبات للمقياس وتم معالجة البيانات الإحصائية باستخدام (spss)،حيث اظهرت النتائج بأن المرشدين التربويين يتمتعون بالطاقة النفسية ويدل ذلك انهم محبين لعملهم ويتقبلون الاخرين ولديهم الرغبة في مجال عملهم، وان المرشدين الأكثر سنوات خدمة لديهم الطاقة النفسية عالية وهذا يدل على ان الخبرة لها دور كبير السيطرة على المشكلات التي يتعرضون لها ، أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الحالة الاجتماعية ويدل ان المرشدين لا يدمجون بين حياتهم الخاصة وعملهم الارشادي .كما خرج البحث بالعديد من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: الطاقة النفسية، المرشدين التربويين.

# Psychological Energy and Its Relationship to Certain Variables Among Educational Counselors

Dr. Basma Hashem Khudair

General Directorate of Education, Baghdad Governorate/Karkh II, Ministry of Education, Iraq

## ABSTRACT

Psychological energy is one of the important topics that affects each of the individual's motivations, his behavior, and the performance of his work. It is also affected by the individual's psychological pressures, which are linked to the physiological activation system that governs the brain's work system and how information is exchanged between the individual and the external environment, thus motivating the individual to success. Achieving goals in the case of high levels of energy, or inability and failure in the case of low levels of energy, and every individual has an effective psychological energy generator that produces a specific amount of energy with a psychological meaning that is formed according to the situation that the individual is going through and motivates him to confront the stressful situations that he is going through. Therefore, the researcher decided to study the variable of psychological energy among counselors and reveal the differences among individuals.

The goal of the current research is to identify the level of psychological energy, as well as to reveal the significance of statistical differences in the level of psychological energy according to the variable of gender (males and females), marital status, and years of service among educational counselors. The research sample consisted of (200) male and female counselors present in the General Directorate of Education, Baghdad / Al-Karkh II for the academic year (2023/2024), where the researcher built a measure of the psychological energy of educational counselors and extracted the apparent validity and reliability of the scale. The statistical data was processed using (SPSS), where the results showed that educational counselors have psychological energy, and this indicates that they love their work and accept others. They have a desire for their field of work, and counselors with more years of service have high psychological energy, and this indicates that experience has a major role in controlling the problems they are exposed to. The results showed that there are no differences in social status and indicate that counselors do not integrate their private lives and their counseling work. The research came out with many recommendations and proposals.

**Keywords:** Psychological energy, educational counselors.

## الفصل الأول

### مشكلة البحث

يعتبر الإرشاد التربوي جانباً مهماً في العملية التربوية التي تقدمها المدرسة للطلبة دون استثناء حيث تظهر العديد من المشكلات التربوية في المدرسة منها (التسرب، الرسوب، القلق، السرقة، الكذب والشذوذ الجنسي.. الخ) غير أنها مما دعا إلى الحاجة لخدمات المرشد التربوي وللإرشاد بصفة عامه (سلمى وفيروز، 2002: 1) والمرشد التربوي يعد ركناً أساسياً في عملية التعليم وأنه نموذجاً يحتذى به من الطلبة لأنه يمثل قدوة لهم فهو يجسد القيم والمبادئ والأخلاقيات ذات المرغوبة الاجتماعية، إذ يتفق التربويين على أن للمرشد التربوي دوراً مؤثراً في سلوك وشخصية الطلاب، وأنه جزء لا يتجزأ من البيئة المدرسية وبدونه لا يمكن تحقيق مواقف تعليمية جيدة (العويدي، 2018: 1306)

أشار دراسة (محمد، 2015) أن الأسباب الكامنة وراء انخفاض قدرة الأفراد على تأدية مهامهم والقيام بالأعمال اليومية تختلف تبعاً لاختلاف امزجتهم سواء أكان إيجابياً أو سلبياً وذلك لأن المزاج (Mood) يعتبر عنصراً مركزياً للسلوك البشري ويعتبر أيضاً قاعدة للعديد من الأنشطة اليومية المشتركة إضافة إلى اختلاف قدرتهم على التعامل مع المواقف المقلقة ومواجهة المشكلات وغيرها وهذا كله يرجع إلى اختلاف مستويات الطاقة النفسية الفعالة لديهم، وبوجه التحديد إلى انخفاض مستوى الطاقة النفسية الفعالة كما أن هذه الأسباب قد تختلف من شخص إلى آخر ومن موقف إلى آخر (محمد، 2005: 10) في حين أشار (اسامه، 2010) أن فهم كيف تؤثر الطاقة النفسية على أداء الفرد لا يتحدد بواسطة مستوى أو شدة الطاقة النفسية عالية أو منخفضة فقط، ولكن تتحدد من خلال معرفة مصادر لها أو اتجاهها هل هو سلبي أم إيجابي (اسامه، 2010: 188)

ومن خلال عمل الباحثة كمرشدة تربوية في المدرسة الثانوية أرادت الباحثة في التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى المرشدين التربويين وهل تؤثر سنوات الخدمة على عمل المرشد التربوي بحسب متغير الجنس ذكور وإناث وبحسب الحالة الاجتماعية

### أهمية البحث

يعد الإرشاد التربوي في المدارس من القضايا الهامة التي تحظى باهتمام المسؤولين بشكل متزايد، وذلك لما تعكسه عملية الإرشاد التربوي من توفير الوقت والجهد في دفع العملية التربوية والارتقاء بها إلى خدمات تربوية متكاملة تعود بالنفع والفائدة على الطلبة والمؤسسة التعليمية بشكل عام، وعلية فإن للمرشد التربوي دوراً كبيراً في تحقيق أهداف العملية الإرشادية ومساعدة المسترشد على تحقيق طموحاته من خلال الدور المنوط به في تقديم الخدمات الإرشادية المتخصصة والعمل على بناء شخصية المتعلم بما يتوافق مع متطلبات العملية التربوية الحديثة (السعدي، : 34) ويختلف الأفراد كما وكيفا في جوانب الشخصية جميعها الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، فلكل فرد شخصية مستقلة ينفرد بها عن الآخرين نتيجة العوامل الوراثية والعوامل البيئية (العويدي، 2018: 1309)

فإن أهمية الدور الذي يمارسه المرشد التربوي في المدرسة يتأثر بطبيعة العلاقات التي ينسجها المرشد مع أعضاء الهيئة التدريسية ومع الطلبة، حيث تبرز حاجة الطلبة إلى المرشد التربوي لمساعدته على التغلب على مشكلاته النفسية والمدرسية إضافة إلى مساعدة الطلبة في تحقيق الاستقرار النفسي والتكيف داخل الصف، وعلية لابد أن تتوفر لدى المرشد التربوي في شخصيته بعض الصفات والخصائص التي تساعده على النجاح والاستمرار منها الثقة بالآخرين وبقدراتهم على حل مشكلاتهم وإتاحة الفرصة أمامهم لتطوير إمكاناتهم إلى أقصى حد ممكن والقدرة على فهم ذاته والآخرين، مثقف وواسع الاطلاع يعرف قدراته ومرح وصادق ويتميز بالثبات والاتزان الانفعالي وعدم التهور والاندفاع في مواجهته المواقف الطارئة (سلمى وفيروز، 2002: 19)

وللطاقة البشرية دور مهم في بناء حضارة المجتمعات وطاقة الأفراد جميعاً وخاصة المرشدين التربويين لذلك لا بد من رعايتهم في ظل التحديات وانفجار المعلومات ودخولنا عصر جودة التعليم، فتقدم المجتمع متوقف على مدى الاستفادة الصحيحة من هذه الطاقات البشرية واستثمار إمكاناتهم وقدراتهم وطاقاتهم الإيجابية وتوظيفها توظيفا هادفاً من أجل رفع كفاءتهم النفسية والعقلية والبدنية والاجتماعية

وان تنمية الطاقة النفسية تشكل النواه للشخصية القوية وبالتالي الوصول لدرجة عالية من القدرة على التعامل مع مصادر الضغوط والانفعالات فمن خلال الاهتمام بالوعي بالذات وضبط النفس وتقدير الذات والثقة بالنفس كل هذا من شأنه تمكين الانسان من تبديل الطاقة السلبية لذاته الناتجة من الانفعالات والضغوط الى طاقة إيجابية تدعم الشعور بالنظرة الإيجابية لذاته مما يؤدي الى التحكم في النواحي العقلية بصورة أفضل (حسن، 2022: 314) .

وقد أشار دراسة (مصطفى، 2001) الى ان كل فرد يمتلك محرك لسلوكه، وهو ما يطلق عليه "مولد الطاقة النفسية" والذي يعمل على دفع الفرد للسلوك بطريقة محددة، كما يدفعه إلى التفاعل مع المواقف الضاغطة أو الاستجابة للضغوط المختلفة التي يمر بها، من خلال الاستفادة مما يمتلكه من طاقة نفسية فعالة دافعة للسلوك، حيث يعتمد تأثير الفرد بالمواقف البيئية على مستوى المخزون الفيزيائي للطاقة النشطة لديه (مصطفى ، 2001) والطاقة النفسية الفعالة هي قوة محركه بداخل الفرد اذا تواجدت واستغلت بالشكل الأمثل وقادته نحو تحدي ما يعيق ويقف امامه ويحوّله الى ابداع ينير عالمة، كما انه محفز داخلي يدفع الفرد الى التخلص من الجمود والطاقة السلبية واستخدام أساليب المواجهة في المواقف المختلفة التي يتعرضون لها مما يشعرهم بالطمأنينة والسعادة والرضا عن الحياة ( مصطفى، 2001: 149 )

ويرى (أسامة راتب، 2015) ان الطاقة النفسية تحتاج الى توجيه لأنها يمكن ان تكون ايجابية او سلبية، ويتحقق ذلك من خلال مساعدة الطلاب على توجيه طاقتهم النفسية وتعليمهم التركيز على الواجبات وتجنب تشتت الانتباه ( اسامه، 2015:127)

وقد سخرت جميع طاقات الكون لخدمة الانسان وتحويلة في نهاية المطاف الى طاقة فعالة بداخلة تدفع به نحو الارتقاء بنفسه وبمجتمعة وبالعالم، حيث تعتبر الطاقة النفسية الفعالة من اقوى الطاقات التي يمتلكها الانسان فهي قوة محركه بداخلة اذا تواجدت واستغلت بالشكل الأمثل قادته نحو تحدي كل ما يعيقه ويقف امامه ويحوّله الى ابداع ينير عالمة (مكاوي ، 2012: 207)

ومن خلال إحساس الباحثة بأهمية المرشد التربوي في المدرسة كون الباحثة مرشدة تربوية فيجب ان يتمتع المرشد بمستوى عالي من الدافعية والمثابرة والقدرة على مواجهه المشكلات والضغوطات (الاسرية والتربوية والاجتماعية) وذلك حتى يستطيع القيام بعملة بكل إيجابية وطاقة نفسية عالية على الإنجاز المهام المكلف بها، ولمدى حساسية هذه الوظيفة التربوية (المرشد التربوي) فكان يجب دراستها والتعرف على مستويات الطاقة النفسية التي يتمتع بها المرشد التربوي ومدى علاقتها بالمتغيرات الأخرى .

#### اهداف البحث

يهدف البحث الحالي الى :

- 1- التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى المرشدين التربويين
- 2- التعرف على دلالة الفروق الإحصائية في مستوى الطاقة النفسية وفقا لمتغير الجنس (ذكور - اناث)
- 3- التعرف على الفروق الفردية للطاقة النفسية حسب متغير سنوات الخدمة
- 4- التعرف على الفروق الفردية للطاقة النفسية حسب متغير الحالة الاجتماعية (متزوج -غير متزوج)

#### حدود البحث

يتحدد البحث الحالي في التعرف على الطاقة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات ( الجنس وسنوات الخدمة والحالة الاجتماعية لدى المرشدين التربويين في المديرية العامة لتربية بغداد (الكرخ و الرصافة) للعام الدراسي 2024-2023

#### تحديد المصطلحات

تعرف الطاقة النفسية بأنها

- هي اكثر نوعا من النشاط او الحيوية او الشدة لوظائف العقل واساسا للدافعية ، ويمكن ان تتخذ الشكل الإيجابي او السلبي ويتوقف على طبيعة الانفعالات مصدر الطاقة ،فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الإيجابية ،اما القلق والغضب مصدران للطاقة السلبية (محمود وآخرون، 2021: 2)

- يعرف (BROWN,2012) بانها تتكون من الحالة المزاجية للمشاعر او الانفعالات المعبرة عن حضور الطاقة والتحفيز والادراك مثل الانتباه الدائم واليقظة والتفكير الإيجابي (Brown,2012:177)

- الطاقة النفسية : هي شحنة انفعالية تخلق دوافع تحث الطلاب على الإنجاز لتحقيق افضل أداء ممكن مع الشعور بالتفاؤل والثقة والتركيز والتخلص من مصادر الأفكار السلبية (حسن،2022:315)

- بأنها، هي القوى الفاعلة بداخل الفرد التي تمكنه من القدرة على مواجهة ضغوط الحياة بالتحمل ودافعية تامة لأنجاز أعماله بأرادته ونشاط مستمر (الاحبابي، 2022)

المرشدون التربويين :

(تعريف وزارة التربية ،1983)

هو أحد أعضاء الهيئة التدريسية المؤهل لدراسة مشكلات الطالب التربوية والصحية والاجتماعية والسلوكية من خلال جمع المعلومات التي تتعلق بهذه المشكلات سواء كانت هذه المعلومات متصلة بالطالب نفسه والبيئة لهذه المشكلة والمشكلات التي يعاني منها الاختيار الحل المناسب الذي يرتضيه لنفسه

## الفصل الثاني الإطار النظري

### الطاقة النفسية مفهومها

يعد فرويد من أوائل الذين تعرضوا لهذا المصطلح ،حيث أشار الى مبدأ الحفاظ على الطاقة واكد على ان الجنس هو الطاقة والدافع الرئيسي لسلوكيات الافراد واعتبر الغريزة على انها شكل من اشكال الطاقة وان الطاقة تساوي الغريزة ،وان الغرائز هي مصدر الطاقة الوحيد لتحريك السلوك (فيصل ،2021: 178)

وقد أشار(ارسطو) الى ان الطاقة النفسية تعنى بالنشاط والفاعلية والامكانية على الإنجاز و العمل تشمل كل صورة من صور النفس، وهي القوة الدافعة للنفس والمشاعر والعقل ( Gerben, ,752:2004)

"هي قوة مميزة يتمتع بها الفرد وتمنحه الرغبة والإصرار على العيش في الحياة بطريقة إيجابية وممتعة ومواجهة صعابها وضغوطها وتخاطبها وتجاوزها بصدر رحب وعزيمة على تحقيق الأهداف والأحلام والطموحات، ويتم ذلك من خلال امتلاكه لقوة الإرادة والتحمل، والطموح، مع تمتعه بالإيجابية والتسامح وروح المرح والابتكارية والتجديد وروح المرح الذي يجعله سعيد في حياته ومستمتع بها(محمد، 2020: 97)

يستخدم مصطلح الطاقة النفسية في مجال علم النفس مرادفا لمصطلحات أخرى مثل الدافعية Motivations والتنشيط Activation والإثارة Arousal لكل من العقل والجسم ((Duffy,2007: 180)

حيث جاء مصطلح الطاقة النفسية كبديل عن الاستثارة الانفعالية وبوجه الخصوص في عام (1987) حيث تهدف الجهود الكبيرة التي يبذلها الكادر التدريبي والادارة ومجموعة العناصر الأخرى الى الوصول بكل فرد من افراد الفريق الى الحالة البنوية والنفسية المثلى من خلال تحقيق متطلبات الوصول الى ذلك الهدف , ويمكن تحقيق الطاقة النفسية من خلال معرفة الافراد في كيفية السيطرة على افكاره وتنظيمها وهو ناتج تدريب المهارات النفسية التي في العادة تقع على عاتق المرشد النفسي في الفريق لذلك وجب ان يتضمن البرنامج التدريبي جانباً عقلياً يؤمن عملية التحكم وضبط الاستثارة للفريق ككل (علي ،2009:430)

ويشير (Tellegen & Watson (1985) إلى أن مفهوم الطاقة النفسية يعبر عن قدرة الفرد ومسؤولياته عن القيام بعمل ما يتطلب مجموعة من الأنشطة Activities والمهارات Skills ، والقدرات في نفس الوقت أو إنجاز هدف محدد.

حيث يرتبط مفهوم الطاقة النفسية بنظام الاستثارة والتنشيط الفسيولوجي المتحكم في عمل المخ، وتبادل المعلومات بين الفرد وبيئته الخارجية، والذي من شأنه أن يدفع الفرد إلى إنجاز المهام المختلفة في حالة ارتفاع مستوى الطاقة النفسية لديه، أو يدفع الفرد إلى التكاثر، وعدم إنجاز المهام في حالة انخفاض مستوى الطاقة النفسية (Rothbart,Posne101,2010: ) وتتكون الطاقة النفسية من الحالة المزاجية للمشاعر او الانفعالات المعبرة عن حضور الطاقة والتحفيز والادراك (Brown,2012:177) وان الذكريات والمعتقدات والانفعالات والمشاعر والأفكار والعادات السلوكية تكون مسجلة بمدونه في المخ وتكون متناسقة بشكل تام فالطاقة النفسية تستطيع ان تحمل هذا المعلومات كما هو الحال في الموجات الضوئية وموجات الراديو والموجات

الكهرومغناطيسية في مجال التفكير فقد يكون التفكير إيجابي أو سلبي من خلال ضبطه وتحويله لمجال إيجابي حيث يوجد عدة طرق تتعلق بقوانين الطاقة النفسية التي تؤثر على طاقة الجسم من خلال قوة الدافع والتحفيز وموجات الدلتا الكامنة في التعاليم الحسية أو الانفعالات الغير مهيئة (David, 2012:64) عرف شكز نمهالاي (csikszenmihaiyi, 2014) الطاقة النفسية هي قدرة التحكم في مصادر الطاقة الإيجابية (الإثارة، الاستمتاع، الأهداف الواقعية، الثقة بالنفس، الاسترخاء البدني والعقلي) والتحكم في مصادر الطاقة السلبية (التوتر، القلق، الخوف، الغضب) (csikszenmihaiyi, 2014:28). ان الطاقة النفسية يمكن ان تتخذ الشكل الايجابي او السلبي , ويتوقف ذلك على طبيعة الانفعالات مصدر الطاقة , فالإثارة والسعادة مصدران للطاقة الايجابية , اما القلق والغضب فإنهما مصدران للطاقة السلبية (راتب، 2009:127،

ويرى بونسر وروثبارت (posner&Rothbar, 2013) ان مفهوم الطاقة النفسية الفعالة باعتباره مرتبط بنظام التنشيط الفسيولوجي الذي يحكم نظام عمل المخ وتبادل المعلومات بين الفرد والبيئة الخارجية والذي من شأنه ان يدفع الفرد الى انجازي مهام في حالة المستويات المنخفضة من الطاقة (posner&Rothbar, 2013: 113) فالطاقة النفسية هي بمثابة دافع ومحفز داخلي للفرد يدفعه نحو تحقيق اهداف محددة ، واذ فشل الفرد في وضع أهدافه والتخطيط لها تنخفض مستوى الطاقة ( فيصل ، 2012 : 179) أشار أسامة كامل (2010) ان الطاقة النفسية ترتبط بمجموعة من الخصائص منها (الاسترخاء العقلي والبدني ، والثقة ، والتفاؤل ، والتركيز ، والسيطرة على الانفعالات والاسترخاء البدني) (أسامة ، 2010:188) مستويات الطاقة :

تتباين مستويات الطاقة النفسية داخل الفرد الواحد طبقا لطبيعة المواقف التي يمر بها الفرد ، فهناك مواقف تستدعي طاقة نفسية منخفضة نسبيا كما في بعض حالات مشاهدة التلفاز او الحديث مع الأصدقاء في حين بعض المواقف الأخرى تستدعي توفر مستويات مرتفعة من الطاقة النفسية كالمنافسات الرياضية او موقف القيادة في الفريق ( فيصل ، 2021 : 185) وصنف (Psico12008) ، (الطاقة النفسية من حيث استغلال الفرد لطاقاته وامكاناته إلى مستويين وهما:

المستوى التحتي للطاقة: يوجد لدى الفرد الروتيني، الحذر سريع الشعور بالتعب والإرهاق .  
المستوى الفوقي للطاقة: يتسم الفرد بالاستقلال العقلي والحيوية والقدرة على العطاء والميل لممارسة العديد من الأنشطة

في حين يصنف (Thayer2014) الطاقة النفسية وفقا لتأثر الفرد بالضغوط النفسية والتوتر والاجهاد وطبقا للتفاعل بين هذه المكونات إلى :

\*الطاقة الهادئة Energy -Calm : حالة مزاجية ايجابية، ذات مستوى تنشيط سيكوفسيولوجي متوسط، وطاقة نفسية مرتفعة ومستوى توتر منخفض، ويطلق عليها طاقة الهدوء أو الاتزان.

\*الطاقة التوترية Energy -Tense : حالة مزاجية ذات مستوى تنشيط سيكوفسيولوجي مرتفع وطاقة نفسية ومستوى توتر مرتفع، يصاحبها مستوى أعلى من الدافعية والاحساس بالضغوط النفسية

\*الاجهاد غير التوتر Stress Tense None : حالة مزاجية ذات مستوى متوسط من التنشيط السيكوفسيولوجي والطاقة النفسية ومستوى توتر منخفض، وبدون تعرض الفرد للضغوط النفسية يشعر الفرد بالاجهاد غير التوتر.

\*الاجهاد التوتر Stress Tense : حالة مزاجية ذات مستوى منخفض من التنشيط السيكوفسيولوجي والطاقة النفسية ومستوى مرتفع من التوتر والقلق والم ازج السلبي والقابلية لاجهاد (الرفاعي ، 2018 : 2) العوامل المؤثرة في الطاقة النفسية:

تتأثر الطاقة النفسية بعدد من العوامل البيولوجية والانفعالية والاجتماعية، منها:

1- الصحة العامة: يمكن أن تؤثر الأمراض الجسدية والنفسية على الطاقة النفسية.

- النظام الغذائي: يؤثر النظام الغذائي على الطاقة النفسية، حيث أن بعض الأطعمة قد تساعد على زيادة الطاقة النفسية وتحسين المزاج، في حين أن بعض الأطعمة الأخرى قد تؤدي إلى تقليل الطاقة النفسية والشعور بالتعب والإرهاق.

- النوم: يمكن أن يؤثر قلة النوم أو سوء النوم على الطاقة النفسية، ويمكن أن يؤدي إلى الشعور بالتعب والإرهاق.
- الأحداث الحياتية: تؤثر الأحداث الحياتية مثل الضغوط العائلية والعملية والمشاكل الشخصية ومدى التعرض للقلق والاستشارة على الطاقة النفسية (
- النشاط البدني: النشاط البدني ومرحلة التطور والنضج يمكن أن يساعد كالم منهم على زيادة الطاقة النفسية وتحسين المزاج.
- 2- العوامل البيئية: يمكن أن تؤثر بعض العوامل البيئية مثل الضوضاء وسوء الإضاءة والهواء الرطب على الطاقة النفسية.
- 3- العلاقات الاجتماعية: تؤثر العلاقات الاجتماعية مع الأصدقاء والعائلة والشريك على الطاقة النفسية، حيث أن الدعم الاجتماعي يمكن أن يساعد على تحسين الحالة المزاجية (عبد الحي، 2022: 369)

#### الدراسات السابقة

1- دراسة رابعة (2017) هدفت الدراسة الى التعرف على الطاقة النفسية الفعالة لدى عينة من الشباب الجامعي من الجنسين وعلاقتها بكل من تقدير الذات ومستوى الطموح، والتعرف على الفروق بين الجنسين في الطاقة النفسية الفعالة، ومدى إمكانية التنبؤ بالطاقة النفسية الفعالة من خلال تقدير الذات ومستوى الطموح، تكونت عينة البحث من (200) طالب وطالبة من طلاب الجامعة تتراوح أعمارهم ما بين (20- 23) عام، واستخدمت الباحثة مقياس الطاقة النفسية الفعالة ومقياس تقدير الذات ومقياس مستوى الطموح، وقد اسفرت النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي، بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطاقة النفسية الفعالة وفقاً لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى الشباب الجامعي لصالح الذكور، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تقدير الذات ومستوى الطموح وفقاً لمستوى الطاقة النفسية الفعالة لدى الشباب الجامعي مرتفع/منخفض لصالح مرتفعي الطاقة، ويمكن التنبؤ بالطاقة النفسية الفعالة في ضوء متغيرات الدراسة (تقدير الذات ومستوى الطموح) لدى الشباب الجامعي

2- دراسة (الاحبابي 2002) (الشخصية القوية وعلاقتها بالطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية). هدفت الدراسة الى التعرف على الشخصية القوية وعلاقتها بالطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية للشخصية القوية لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ومتغير التخصص (علمي، أدبي)، ومستوى الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية الفروق ذات الدلالة الإحصائية للطاقة النفسية لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ومتغير التخصص (علمي، أدبي). وقد بلغت عينة البحث (300) مدرس ومدرسة من مدرسي المرحلة الثانوية، وقام الباحث ببناء مقياس الشخصية القوية وبناء مقياس الطاقة النفسية وبعد اطلاع الخبراء على المقياسين حيث كان نسبة اتفاق (80%) فأكثر كنسبة لصلاحية الفقرة ( وهو جزء من المتطلبات الأساسية للبحث الحالي لعدم وجود مقياس يتلاءم مع طبيعة الدراسة، ومقياس الشخصية القوية مكون من ثلاثة مجالات موزع على (30) فقرة، ومقياس الطاقة النفسية مكون من مجالين موزع على (30) فقرة وجرى التحقق من الصدق الظاهري للمقياس عن طريق عرضه على الخبراء، واستخدم الباحث بعض الوسائل الإحصائية وهي (الاختبار التائي لعينه واحدة، واختبار التائي لعينتين مستقلتين، ومعامل ارتباط بيرسون الفاكرونباخ) وقد توصل الباحث إلى وجود مستوى متوسط من الشخصية القوية لدى مدرسي المرحلة الثانوية. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير الجنس. وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.

ولقد توصلت نتائج البحث الى :

1. تتصف عينة مدرسي المرحلة الثانوية بمستوى متوسط من الشخصية القوية.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير الجنس.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي.
٤. تتصف عينة مدرسي الثانوية بمستوى متوسط من الطاقة النفسية.
٥. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

### موازنه الدراسات السابقة

#### 1- الهدف

هدفت دراسة رابعة (2017) الى التعرف على الطاقة النفسية الفعالة لدى عينه من الشباب الجامعي من الجنسين وعلاقتها بكل من تقدير الذات ومستوى الطموح ، والتعرف على الفروق بين الجنسين في الطاقة النفسية الفعالة ، ومدى إمكانية التنبؤ بالطاقة النفسية الفعالة من خلال تقدير الذات ومستوى الطموح في حين هدفت دراسة (الاحبابي 2022) الى التعرف على الشخصية القوية وعلاقتها بالطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية، والتعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية للشخصية القوية لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ومتغير التخصص (علمي، أدبي)، ومستوى الطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية الفروق ذات الدلالة الإحصائية للطاقة النفسية لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ومتغير التخصص (علمي، أدبي)، أما الدراسة الحالية هدفت الى التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى المرشدين التربويين وعلاقتها ببعض المتغيرات منها الجنس (ذكور / إناث) وحسب سنوات الخدمة وحسب الحالة الاجتماعية .

#### 2- العينة

دراسة رابعة (2017) تكونت عينه البحث من (200) طالب وطالبة من طلاب الجامعة تتراوح أعمارهم ما بين (20- 23) عام اما دراسة (الاحبابي 2022) وقد بلغت عينه البحث (300) مدرس ومدرسة من مدرسي المرحلة الثانوية، اما الدراسة الحالية بلغ مجتمع البحث (200) مرشد ومرشدة .

#### 3- نتائج البحث

اسفرت دراسة (رابعة 2017) النتائج عن وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الشباب الجامعي ،بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات الطاقة النفسية الفعالة وفقا لمتغير النوع (ذكور - إناث) لدى الشباب الجامعي لصالح الذكور ، كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات تقدير الذات ومستوى الطموح وفقا لمستوى الطاقة النفسية الفعالة لدى الشباب الجامعي مرتفع/منخفض لصالح مرتفعي الطاقة ، ويمكن التنبؤ بالطاقة النفسية الفعالة في ضوء متغيرات الدراسة (تقدير الذات ومستوى الطموح) لدى الشباب الجامعي ، اما دراسة (الاحبابي ، 2022) تتصف عينة مدرسي المرحلة الثانوية بمستوى متوسط من الشخصية القوية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير الجنس، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الشخصية القوية تبعاً لمتغير التخصص ولصالح التخصص العلمي، تتصف عينة مدرسي الثانوية بمستوى متوسط من الطاقة النفسية ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة على مقياس الطاقة النفسية تبعاً لمتغير الجنس. اما الدراسة الحالية اظهرت بأن المرشدين التربويين يتمتعون بالطاقة النفسية ويدل ذلك انهم محبين لعملهم ويتقبلون الاخرين ولديهم الرغبة في مجال عملهم، اظهرت النتائج البحث ان المرشدين لاكثر خدمة لديهم الطاقة النفسية عالية وهذا يدل على ان الخبرة لها دور كبير السيطرة على المشكلات التي يتعرضون لها ، اظهرت النتائج عدم وجود فروق في الحالة الاجتماعية ويدل ان المرشدين لا يدمجون بين حياتهم الخاصة وعملهم الارشادي .

## الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته

### منهجية البحث وإجراءاته:

يتضمن هذا الفصل استعراض الإجراءات التي قامت بها الباحثة لتحقيق أهداف البحث الحالي وتحديد المجتمع واختيار عينة ممثلة له، وإعداد مقاييس تتصف بالصدق والثبات والموضوعية ومن ثم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها إحصائياً وكما يأتي:

أولاً: مجتمع البحث:

يتكون مجتمع البحث الحالي من المرشدين التربويين في المدارس الثانوية التابعة لمديريات تربية بغداد (الرصافة – الكرخ) ومن كلا الجنسين (ذكور، إناث)، للعام الدراسي (2023-2024).

ثانياً: عينة التحليل الإحصائي:

اعتمدت الباحثة في اختيار عينة بحثها على الطريقة العشوائية المرحلية، حيث بلغ عدد أفراد هذه العينة (200) مرشدة ومرشدة تم اختيارهم بصورة عشوائية من مديرتين (الرصافة الأولى، والكرخ الثالثة)، من مديريات محافظة بغداد بواقع (104) من الذكور و (96) من الإناث موزعين على وفق الجنس وسنوات الخدمة، والحالة الاجتماعية، والجدول (1) يوضح ذلك:

الجدول (1) عينة البحث موزعين على وفق الجنس وسنوات الخدمة

المجموع	الجنس						سنوات الخدمة	المديريات
	غير متزوج	متزوج	اناث	غير متزوج	متزوج	ذكور		
46	6	20	26	11	9	20	5 سنوات فأقل	الرصافة الأولى
50	5	15	20	18	12	30	أكثر من 10 سنوات	
45	10	10	20	12	13	25	5 سنوات فأقل	الكرخ الثالثة
59	5	25	30	9	20	29	أكثر من 10 سنوات	
200			96			104		المجموع

ثالثاً: أداة البحث:

لما كانت طبيعة البحث وأهدافه تتطلب استخدام مقياس لقياس (الطاقة النفسية) لدى المرشدين التربويين فقد ارتأت الباحثة بناء هذا المقياس للمرشدين التربويين وذلك لعدم حصولها على مقياس ملائم ولمجتمع البحث وفي ما يأتي عرض لكيفية بناء الأداة :-

- خطوات بناء مقياس الطاقة النفسية:

أ- وصف المقياس بصيغته الأولية:

يتكون المقياس من (30) فقرة منها (14) فقرة ايجابية و(16) فقرة سلبية، وقد وضعت له خمسة بدائل (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، لا)، وحددت لها الدرجات (1,2,3,4,5) للفقرات الإيجابية و (5,4,3,2,1) للفقرات السلبية، وتتراوح الدرجات النظرية للمقياس (المدى) الطاقة النفسية بين (30 - 150) ودرجة متوسط النظري (الفرضي) مقداره (90)، واستخرج صدق المقياس بطريقة الصدق البنائي والظاهري، أما ثباته فقد استخرج بطريقة معامل ألفا-كرونباخ وطريقة إعادة اختبار.

ولأجل تطبيق مقياس الطاقة النفسية في البحث الحالي قامت الباحثة بالإجراءات الآتية :-

1 - الصدق الظاهري لفقرات مقياس الطاقة النفسية:

قامت الباحثة بعرض المقياس بصيغته الأولية على (10) خبراء، من المتخصصين في التربية وعلم النفس والقياس والتقويم والإرشاد النفسي، وطلب منهم إبداء آرائهم وملاحظاتهم على صلاحية الفقرات من حيث قدرتها على قياس الطاقة النفسية وقد أسفرت آراء المحكمين على المقياس نسبة اتفاق أكثر من (80%) من الخبراء.

2 - الصدق البنائي لفقرات مقياس الطاقة النفسية :  
وقد استعملت مؤشرات الصدق البنائي التالية  
أ - القوة التمييزية للفقرات :

ولغرض استخراج القوة التمييزية رتبنا الدرجات الكلية التي حصل عليها المستجيبون ، من أعلى درجة إلى أدنى درجة ، وسحبت (27%) من الإجابات التي تمثل الدرجات العليا ، (27%) من الإجابات التي تمثل الدرجات الدنيا ، لتمثل المجموعتين المتطرفتين، وقد كان عدد أفراد كل من المجموعتين للمقياس (108) للعليا والدنيا، من حجم العينة البالغة (200) مرشد ومرشدة بتطبيق الاختبار التائي لـ " عينتين مستقلتين " لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين المتطرفتين العليا وأتضح من خلال نتيجة التحليل الإحصائي أن جميع فقرات مميزة والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) القوة التمييزية لفقرات المقياس باستعمال أسلوب المجموعتين المتطرفتين

القيمة التائية لمحسوبة *	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ف	القيمة التائية المحسوبة *	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		ف
	انحراف	وسط حسابي	انحراف	وسط حسابي			انحراف	وسط حسابي	انحراف	وسط حسابي	
7.78	1.10	3.20	.80	4.20	16	6.77	1.04	3.50	.81	4.40	1
6.79	1.03	3.30	.94	4.20	17	10.11	1.10	3.40	.58	4.60	2
9.16	1.00	2.50	1.05	3.80	18	5.33	1.30	2.90	1.10	3.80	3
7.22	1.12	3.40	.90	4.40	19	3.98	1.30	2.30	1.60	3.10	4
9.22	1.21	2.98	1.00	4.37	20	7.78	1.10	3.20	.90	4.20	5
9.70	1.03	3.01	.89	4.29	21	6.79	1.03	3.30	.90	4.20	6
5.52	.88	3.75	.88	4.42	22	9.16	1.00	2.50	1.10	3.80	7
7.78	1.10	3.15	.83	4.19	23	7.22	1.10	3.40	.90	4.40	8
5.67	.93	3.71	.80	4.38	24	9.22	1.20	2.10	1.00	4.40	9
4.92	.95	2.65	1.03	3.32	25	9.70	1.03	3.01	.90	4.30	10
7.10	1.05	3.59	.76	4.48	26	5.52	.90	3.80	.90	4.40	11
7.79	1.15	3.00	.93	4.11	27	9.52	1.01	3.25	.70	4.40	12
7.04	.96	3.86	.57	4.62	28	7.83	1.05	3.30	.70	4.30	13
6.07	.97	3.63	.71	4.34	29	9.05	1.11	3.60	.50	4.70	14
6.96	1.10	2.70	1.10	3.75	30	4.81	1.05	3.01	.90	3.80	15

ب. أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:  
اعتمدت الباحثة معامل ارتباط بيرسون في حساب ارتباط درجات كل فقرة من الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس ، إذ خضعت (200) استمارة عينة للتحليل الإحصائي وقد تبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً ، والجدول (3) يوضح الدلالة الإحصائية لمعاملات الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية

الجدول (3) معاملات الارتباط لحساب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية

ت	م	ر	ت	م	ر	ت	م	ر	ت	م	ر
1	.30	6	.35	11	.35	16	.31	21	.47	26	.32
2	.45	7	.40	12	.42	187	.38	22	.40	27	.28
3	.31	8	.42	13	.42	18	.33	23	.43	28	.35
4	.25	9	.43	14	.46	19	.27	24	.39	29	.27
5	.41	10	.40	15	.33	20	.29	25	.43	30	.29

\* قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (198) تساوي (0.098)

- الخصائص الإحصائية لمقياس الطاقة النفسية :  
وتم التحقق من صدق وثبات المقياس على النحو التالي:  
أولاً : صدق المقياس:

اعتمدت الباحثة مؤشرين للصدق هما الصدق الظاهري وصدق البناء وعلى النحو التالي :  
أ - الصدق الظاهري :

تحققت الباحثة من الصدق الظاهري لمقياس الطاقة النفسية عن طريق عرضه على مجموعة من الخبراء المتخصصين في التربية وعلم النفس والقياس والتقويم والإرشاد النفسي وطلب منهم الحكم على مدى صلاحية فقرات المقياس لقياس ما وضعت لأجل قياسه، والحكم على مدى ملائمة التعليمات وبدائل الإجابة، وإجراء التعديلات الملائمة للفقرات التي تحتاج إلى تعديل ، وفي ضوء ملاحظاتهم تم اعتماد المقياس دون أي حذف، كما ذكر سابقاً.

ب - صدق البناء ( Construct Validity ) :

لغرض التحقق من صدق بناء مقياس الطاقة النفسية استعملت الباحثة مؤشرين هما التمييز وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ، وتبين ان فقرات المقياس جميعها مميزة للمجموعتين المتطرفتين وان معاملات ارتباط دالة إحصائياً جميعها عند مستوى دلالة (0,05) درجة حرية (198) ، كما ذكر سابقاً وبذلك يعد مقياس البحث الحالي صادقاً .

ثانياً : الثبات ( Reliability ) :

استخرجت الباحثة ثبات مقياس الطاقة النفسية بطريقتين هما :

1 - طريقة ألفا كرونباخ ( Alpha cronbach ) :

ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة طبقت معادلة ألفا كرونباخ على درجات أفراد عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (30) مرشد ومرشدة، وقد بلغ معامل الثبات للمقياس (0.84).

2 - طريقة إعادة الاختبار ( Test-Retest Method ) :

طبقت الباحثة مقياس الطاقة النفسية على عينة الثبات، ثم أعيد تطبيقه على العينة نفسها بعد أسبوعين من التطبيق الأول للمقياس ثم صححت إجاباتهم ، وباستعمال معامل ارتباط (بيرسون) بين درجات التطبيقين الأول والثاني، فقد بلغ معامل الثبات لمقياس بلغ (0.81)، وتعد هذه القيمة مؤشراً إيجابياً على مقياس الطاقة النفسية. وصف مقياس الطاقة النفسية بصيغته النهائية :

يتكون مقياس الطاقة النفسية بصيغته النهائية من (30) فقرة ، وقد وضعت له خمسة بدائل (تنطبق دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، لا تنطبق)، وحددت لها الدرجات (5,4,3,2,1) للفقرات الإيجابية و (1,2,3,4,5) للفقرات السلبية ، وتتراوح الدرجات النظرية للمقياس (المدى) بين (30 - 150) ودرجة متوسط النظري (الفرضي) مقداره (90) .

التطبيق النهائي

بعد استكمال إجراءات المقياس والتأكد من صدقه وثباته قامت الباحثة بتطبيقه بصورته النهائية على عينة الدراسة التي بلغت (200) مرشد ومرشدة موزعين بحسب الجنس وسنوات الخدمة والحالة الاجتماعية. الوسائل الإحصائية : استعملت الباحثة برنامج (spss) لاستخراج النتائج .

## الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

### أولاً: عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث على وفق أهدافه. الهدف الأول: التعرف على مستوى الطاقة النفسية لدى المرشدين التربويين أظهرت نتائج البحث أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الطاقة النفسية بلغ (11.103) وبتحرف معياري قدره (28.11) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس الذي بلغ (90) درجة وباستخدام معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (38.16) درجة وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (05.0) والجدول (1) يوضح ذلك.

### الجدول (1)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي للمرشدين التربويين على مقياس الطاقة النفسية

مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد العينة
	الجدولية	المحسوبة				
05.0	96.1	28.16	90	28.11	11.103	200

تشير النتيجة أعلاه أن المرشدين التربويين يتمتعون وبشكل كلي للعينة بالطاقة النفسية ولديهم في القدرة استيعاب الآخرين وانهم يؤدون أعمالهم دون ملل وضجر ويمتلكون الكفاءة في ادره اعمالهم الارشادية بشكل الايجابي ، وتعزو الباحثة ذلك الى ان وصول المرشدين مستوى الطاقة النفسية قد يعود لحبهم لعملهم واندفاعهم في انجاز المهام التي تقع على عاتقهم بروح معنوية عالية معتمدين على طاقاتهم الايجابية في العمل .  
الهدف الثاني: الفروق في مستوى الطاقة النفسية وفقاً لمتغيري (الجنس وسنوات الخدمة والحالة الاجتماعية) ولمعرفة دلالة الفروق في الطاقة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس وسنوات الخدمة فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لكل من متغيري الجنس (ذكور - اناث) وسنوات الخدمة (أقل من 5سنوات - أكثر من 10سنوات) والحالة الاجتماعية (متزوج - غير متزوج) وكما هو موضح في الجدول (2) .

### الجدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات عينة البحث في الطاقة النفسية مصنفة بحسب الجنس وسنوات الخدمة والحالة الاجتماعية

المتغير	الجنس	الخدمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	عدد الافراد
لطاقته النفسية	ذكور	أقل من 5سنوات	96.65	10.39	40
		أكثر من 10سنوات	111.15	7.23	58
		المجموع	103.9	12.51	98
	اناث	أقل من 5سنوات	94.88	7.23	36
		أكثر من 10سنوات	109.74	9.48	66
		المجموع	102.31	10.19	102
المجموع	أقل من 5سنوات	95.765	9.48	76	
	أكثر من 10سنوات	110.45	9.02	124	
	المجموع	103.11	11.28	200	
الحالة الاجتماعية	متزوج	103.2661	10.01	124	

76	10.37	102.8553	غير متزوج	
200	10.19	103.1100	المجموع	
76	9.48	95.765	أقل من 5 سنوات	
124	9.02	110.45	أكثر من 10 سنوات	
200	11.28	103.11	المجموع	

وقد تم استعمال تحليل التباين الثنائي (Two-Way Anova) لمعرفة ما إذا كانت هنالك فروق في الطاقة النفسية بحسب متغيري الجنس وسنوات الخدمة والجدول (3) يوضح نتائج التحليل .

الجدول (3) تحليل التباين الثنائي لاختبار دلالة الفروق في مستوى الطاقة النفسية وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور - إناث) وسنوات الخدمة (أقل من 5 سنوات - أكثر من 10 سنوات) والحالة الاجتماعية (متزوج - غير متزوج)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية	مستوى الدلالة*
الجنس (ذكور، إناث)	111.859	1	111.859	1.390	غير دالة
سنوات الخدمة (أقل من 5 سنوات - أكثر من 10 سنوات)	12823.521	1	12823.521	159.20	دالة
الحالة الاجتماعية (متزوج - غير متزوج)	7.954	1	7.954	0.178	غير دالة
التفاعل الجنس × سنوات الخدمة	976.342	1	976.342	12.10	دالة
الخطأ	15788.240	196	80.552		
الكلية	2760524.00	199			

\* النسبة الفائية الجدولية تساوي (3.84) عند مستوى (0.05) وبدرجاتي حرية (1 ، 196) .

ويتضح من بيانات الجدول المذكور أعلاه  
\*الجنس : أظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في الطاقة النفسية على وفق متغير الجنس (ذكور ، إناث) ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة البالغة (390.1) أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) وبدرجاتي حرية (1 ، 196)  
\*سنوات الخدمة : أظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في الطاقة النفسية على وفق متغير سنوات الخدمة (أقل من 5 سنوات - أكثر من 10 سنوات) ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة البالغة (159.20) ، وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) وبدرجاتي حرية (1 ، 196) . ولصالح ممن لديه خدمة أكثر من 10 سنوات ، حيث المتوسط الحسابي لهم أكبر من ممن لديه أقل من 5 سنوات .  
\*الحالة الاجتماعية : أظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة البحث في الطاقة النفسية على وفق متغير الحالة الاجتماعية (متزوج - غير متزوج) ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة البالغة (178.0) أصغر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (1 ، 195) .  
\*التفاعل بين متغيري الجنس وسنوات الخدمة: أظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى تأثير التفاعل بين متغيري الجنس وسنوات الخدمة ، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (12.10) وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى (0.05) وبدرجاتي حرية (1 ، 196) .

#### الاستنتاجات:

1- أظهرت النتائج بأن المرشدين التربويين يتمتعون بالطاقة النفسية ويدل ذلك انهم محبين لعملهم ويتقبلون الآخرين ولديهم الرغبة في مجال عملهم.

- 2- أظهرت النتائج البحث ان المرشدين الاكثر سنوات خدمة لديهم الطاقة النفسية عالية وهذا يدل على ان الخبرة لها دور كبير السيطرة على المشكلات التي يتعرضون لها .  
3- أظهرت النتائج عدم وجود فروق في الحالة الاجتماعية ويدل ان المرشدين لا يدمجون بين حياتهم الخاصة وعملهم الارشادي .

#### التوصيات :

- في ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثة ما يأتي :-  
1- ضرورة القيام المؤسسة التربوية باعداد برامج وخطط تدريبية من أجل زيادة الطاقة النفسية للمرشدين من اجل تمكينهم من رفع طاقتهم الايجابية في العمل .  
2 - ضرورة إقامة الدورات التدريبية النمائية للمرشدين الجدد من اجل تطوير كفاءتهم ورفع طاقتهم الايجابية من اجل النجاح في عملهم .  
المقترحات: يقترح الباحث إجراء دراسات اخرى عن ما يأتي:  
1- دراسة مماثلة للدراسة الحالية على عينات مختلفة كمدراء المدارس ومعاونيهم.  
2 - العلاقة بين الطاقة النفسية وتحمل المسؤولية لدى المرشدين.

#### المصادر

1. أسامة كامل راتب (2007) : علم نفس الرياضة المفاهيم-التطبيقات , ط4 , القاهرة , دار الفكر العربي
2. اسامه كامل (2010)النشاط البدني والاسترخاء ,دار الفكر العربي, القاهرة.
3. حسن , شيماء محمد عبد المقصود (2022):فاعلية برنامج طاقة نفسية على المهارات العقلية والروح المعنوية لطالبات كلية التربية الرياضية ,جامعه الزقازيق ,المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ,العدد97 , الجزء الأول .
4. عبد الحي , شيماء محمود زيدان (2022) : ( الطاقة النفسية واليأس كمنبئين بإدارة الألم لدى عينة من مرضى السرطان ) مجلة الإرشاد النفسي, العدد 72 ج, 2 ديسمبر .
5. سلمى , بوالنمالة و فيروز , مجيد(2021): دور المرشد التربوي في مساعدة تلاميذ الثانوية في حل مشكلاتهم النفسية والدراسية ( دراسة ميدانية ببعض ثانويات ولاية -جيجل ,مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علوم التربية تخصص ارشاد وتوجيه تربوي.
- 6.
7. فيصل , ضياء أبو عاصي(2021): فعالية برنامج تدريبي في تحسين الطاقة النفسية والمناعة النفسية لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا, مجلة كلية التربية ,جامعة العريش,العددالثامن والعشرون,أكتوبر .
8. نجاة سعيد علي : الطاقة النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي منتخب جامعة الموصل بكرة اليد , بحث منشور , مجلة ابحاث كلية التربية الأساسية , المجلد9 , العدد 2 , 2009.
9. الاحبابي , احمد باسم شندوخ (2022): الشخصية القوية وعلاقتها بالطاقة النفسية لدى مدرسي المرحلة الثانوية) رسالة ماجستير ,جامعة تكريت
10. السعدي ,رحاب عارف (2017) : (فاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في محافظات شمال الضفة الغربية ) جامعة الاستقلال
11. الرفاعي , عبد الله عمر سيد يعقوب(2018): التفكير الإيجابي وعلاقته بالطاقة النفسية لدى معلمي التربية البدنية بالمرحلة الابتدائية بدولة الكويت ,مجلة علوم الرياضة وتطبيقات البدنية -413-المؤتمر الدولي الثاني .
12. العويدي ,معن عبد الكاظم (2018) :مستوى فعالية المرشد التربوي في تعزيز دافعية المتعلمين نحو التعلم من وجهة نظر المتعلمين انفسهم , مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية /جامعة بابل ,العدد 38 .
13. محمود ,اسلام سعيد وإسماعيل ,ماجد مصطفى ومحمد ,رشا (2021) توجيهات مقترحة لتحسين الطاقة النفسية لحكام كرة القدم بجمهورية مصر العربية, المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ,المجلد 94 العدد 4 .
14. مصطفى, محمد علي كامل محمد .(2001). دراسة مقارنة لبروفيات " الضغوط النفسية "

15. " والإجهاد النفسي " لدى ثلاثة مجموعات ذات مستويات مختلفة من " الطاقة النفسية الفعالة ". مجلة كلية التربية، ع30
16. محمد ، سيد (2005): العولمة والشباب من منظور اجتماعي ،دارالوفاء للطباعة والنشر،الإسكندرية.
17. مكاوي ،صلاح فؤاد محمد(2012): الطاقة النفسية الفعالة وعلاقتها بمعنى الحياة لدى الشباب الجامعي المشاركين في ثورة 25 يناير ،مجلة كلية التربية بالزقازيق، دراسات تربوية ونفسية ،العدد76
18. وزارة التربية(1983) المجموع الكامل للتشريعات التربوية، مديرية مطبعة وزارة التربية، بغداد
19. -Brown (2012). Nutritional brain energy enhancement for reducing mental fatigue and improving mood and cognition. J.Orthomolecular,vol 27,no4
- csikszentmihaiyi (2014):Finding fiow in web design the psychology of engagement with everyday life.New York basic book.