

بندر الميليبي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحترق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحترق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

د. بندر بن صلاح الميليبي⁽¹⁾

(قدم للنشر 1445/04/02 هـ - وقبل 1445/05/27 هـ)

المستخلص: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستويات العصبية، والمرونة النفسية، والاحترق النفسي لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة. والتعرف على الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحترق النفسي. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التنبؤي، واستخدم الباحث مقياس العصبية أحد أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لـ "كوستا" و "ماكري" (1992) والذي نقله إلى العربية الأنصاري (1997)، ومقياس المرونة النفسية لـ سميث" وزملائه (2006)، ومقياس "شفلي" وزملائه (2020) للاحتراق النفسي. طبقت أدوات الدراسة على عينة طبقية مكونة من (186) طالب من طلاب التخصصات النظرية بالجامعة. كشفت النتائج عن مستوى منخفض للعصبية، ومستويات متوسطة من المرونة النفسية والاحترق النفسي لدى أفراد العينة. كما كشفت الدراسة عن أن النموذج المقترح الذي ينطوي على دور وسيطي للمرونة النفسية يمكن أن يستخدم للتنبؤ بالعلاقة السببية بين العصبية والاحترق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية.

الكلمات المفتاحية: العصبية، المرونة النفسية، الاحتراق النفسي.

The mediating role of Psychological Resilience in the relationship between neuroticism and psychological burnout among students at the Islamic University of Madina

Bandar S. Almailabi⁽¹⁾

(Submitted 17-10-2023 and Accepted on 11-12-2023)

Abstract: The current study aimed to reveal the levels of neuroticism, Psychological Resilience, and psychological burnout among Saudi students at the Islamic University of Madina. And identifying the mediating role of Psychological Resilience in the relationship between neuroticism and psychological burnout. The study followed the predictive descriptive approach, and the researcher used the neuroticism scale derived from the Big Five Personality Factors Scale by Costa and McCra (1992), which was translated into Arabic by Al-Ansari (1997), and the Psychological Resilience Scale by Smith and his colleagues (2006). And Schaufeli and his colleagues (2020) for psychological burnout. The study tools were applied to a stratified sample consisting of (186) students from theoretical majors at the university. The results revealed a low level of neuroticism, and moderate levels of Psychological Resilience and psychological burnout among the sample members. The study also revealed that the proposed model that involves a mediating role for Psychological Resilience can be used to predict the causal relationship between neuroticism and psychological burnout among Islamic University students.

Keywords: Neuroticism, Psychological Resilience, Psychological Burnout.

(1) Associate Professor of Social Psychology
, Islamic University of Madina

(1) أستاذ علم النفس الاجتماعي المشارك - الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

E-mail: almailabi@hotmail.com

المقدمة

تعد المرحلة الجامعية فترة انتقالية في حياة الطالب، يكتسب من خلالها العديد من المعارف، والمهارات، والخبرات. وخلال هذه المرحلة يواجه الطلاب عددًا من الصعوبات والتحديات التعليمية والاجتماعية. وتسفر تلك التحديات عن ضغوط نفسية تجعل بعضهم عرضة للاحتراق النفسي.

يعرف الاحتراق النفسي بأنه حالة شديدة من الإجهاد والإنهاك يتعرض لها الطالب، ويشعر فيها بالإرهاق الجسدي، وفقدان الشغف، والنفور من الدراسة، كما يعاني من صعوبات في التركيز أثناء دراسته. وعلى الرغم من عدم تصنيفه كحالة مرضية، إلا أن الآثار السلبية التي يخلقها الاحتراق النفسي على المستوى الفردي والاجتماعي دفع منظمة الصحة العالمية (WHO) إلى إدراجه في المراجعة الحادية عشرة للتصنيف الدولي للأمراض (ICD-11). ويعد الاحتراق النفسي استجابة فردية للضغوط التي يواجهها الطالب في السياق الأكاديمي، إذ تتطور تدريجيًا إلى أن تصبح ضغوطًا مزمنة، مما يتسبب في تغيرات صحية يخبرها الطالب (Montero-Marín, 2016).

يتباين تعرض الطلاب للاحتراق النفسي من طالب لآخر نتيجة لعدد من العوامل الشخصية والبيئية. ومن تلك العوامل السمات الشخصية للطالب التي تصف أسلوبه النمطي في التفكير، والمشاعر، والسلوك. إذ نجد أن الطلاب الذين يحصلون على درجة مرتفعة على بعد العصابية هم أقل تكيفًا مع الأحداث الضاغطة، وأكثر عرضة للاحتراق النفسي (John, et al., 2008). يعزز ذلك، العلاقة الموجبة ما بين العصابية والاحتراق النفسي التي خلصت إليها دراسات مثل (محمد وعمر، 2018؛ ومريم، 2019؛ ويوسف وزملاؤه، 2021). والعصابية أحد

العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وفيها يخبر الفرد مشاعر سلبية كالحزن، والغضب، والقلق، والاكتئاب، وعدم الاستقرار الانفعالي.

في المقابل، ثمة عوامل عدة تؤدي دورًا هامًا في الوقاية من الاحتراق النفسي، ومن بينها المرونة النفسية. فالأفراد الذي يتمتعون بدرجة مرتفعة من المرونة النفسية لديهم القدرة على تحمل الضغوط، والتكيف مع الأحداث العصبية وتجاوزها. يدعم ذلك نتائج الدراسات العلمية التي خلصت إلى علاقة سالبة ما بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي، إذ كلما ارتفعت المرونة النفسية لدى الطالب قلَّ تعرضه للاحتراق النفسي (السعيد، 2018؛ شعبانة وسرحان، 2020). كما أظهرت الدراسات أن الأفراد الذين يتمتعون بالمرونة النفسية المرتفعة يمكنهم الحفاظ على صحتهم الجسدية والنفسية من خلال تخفيف العواقب السلبية للأحداث الصعبة التي يمرون بها (Connor & Davidson, 2003).

وبناء على ما سبق، فإن الدراسة الحالية تستهدف التعرف على الدور الوسيط للمرونة النفسية في علاقة العصابية بالاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة من خلال نموذج مقترح، تُستخدم فيها نمذجة المعادلات الهيكلية باستخدام المربعات الصغرى الجزئية من خلال البرنامج الإحصائي SMART PLS 4.

مشكلة الدراسة

على الرغم من تناول العديد من الدراسات العربية والأجنبية متغيرات العصابية، والمرونة النفسية، والاحتراق النفسي بالبحث والدراسة ضمن فئات عمرية، وسياقات اجتماعية ومهنية متنوعة، إلا أن جُلها قد اقتصر على العلاقات الثنائية بين تلك المتغيرات. أي أنها أغفلت كون الظواهر النفسية ظواهر معقدة تنطوي

بندر المليبي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

- 1) مستوى العصبية لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.
- 2) مستوى المرونة النفسية لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.
- 3) مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.
- 4) طبيعة الدور الوسيط الذي تؤديه المرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية.

أهمية الدراسة

إذا ما أخذ في الاعتبار أن متغيرات الدراسة الحالية قد دُرست عن كثب في الأبحاث العربية والأجنبية إلا أن الخصائص المنهجية والتنظيرية تُشكّل أهمية نظرية للبحث الحالي، إذ يعتمد في طريقة تحليله على النمذجة التي تتفوق على التنظير عن طريق العلاقات الثنائية بين المتغيرات. ينطوي التنظير في النمذجة على شبكة من العلاقات بين المفاهيم أو المتغيرات بحيث تختبر صحة هذه العلاقات معًا دون الحاجة إلى تفصيلها إلى عدد من العلاقات الجزئية. كما أن التعرف على مستويات العصبية، والمرونة النفسية، والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة قد يساعد القائمين على الأنشطة الطلابية ومركز الإرشاد على مراعاة هذه المتغيرات عند بناء برامجهم الوقائية، والنمائية، والعلاجية.

حدود الدراسة

التزمت الدراسة الحالية بالحدود التالية:
الحدود الموضوعية: العصبية والمرونة النفسية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة.
الحدود الزمانية: العام الدراسي الجامعي 1445هـ.
الحدود المكانية: الكليات النظرية في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.

على شبكة من العلاقات حتى تفهم في سياقها الطبيعي. لذا، فقد استهدف البحث الحالي بناء نموذج يقترح العلاقة بين هذه المتغيرات الثلاث. إذ افترضت الدراسة أن العصبية تؤثر تأثيرًا مباشرًا موجبًا على الاحتراق النفسي، كما تؤثر تأثيرًا مباشرًا سالبًا على المرونة النفسية التي تؤثر بدورها تأثيرًا مباشرًا سالبًا على الاحتراق النفسي. ثم يأتي دور المرونة النفسية لتؤدي دور المتغير الوسيط الذي يؤثر على قوة العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي. واعتمد الباحث في بناء نمودجه المقترح على ما توصلت إليه الدراسات السابقة، التي خلص معظمها إلى وجود علاقة موجبة ما بين العصبية والاحتراق النفسي، وعلاقة سالبة ما بين العصبية والمرونة والنفسية، والمرونة النفسية والاحتراق النفسي.

وعليه، يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية بالأسئلة التالية:

- 1) ما مستوى العصبية لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة؟
- 2) ما مستوى المرونة النفسية لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة؟
- 3) ما مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة؟
- 4) ما طبيعة الدور الوسيط الذي تؤديه المرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة؟

أهداف الدراسة

يمكن إيجاز أهداف الدراسة الحالية في التعرف على ما يلي:

القلق، وعدم الاستقرار الانفعالي، والخجل، ومشاعر الشك الذاتي، والاكتئاب، والغضب، والشعور بالذنب. وفقاً لنظرية التحليل النفسي لـ "سيجموند فرويد" فإن العصاب ينشأ من الصراع الداخلي بين مكونات العقل الثلاث: الهو، والأنا، والأنا الأعلى. يفترض فرويد أن (الهو) -الجزء اللاشعوري تماماً من بنية الشخصية- يعد مستودعاً للموروثات الجنسية، والغرائز، والدوافع التي تحفزنا وتدفعنا، كما يتضمن الأفكار والمشاعر المزعجة التي يحرص الفرد على عدم وصولها للعقل الواعي. وفي سعيه نحو ذلك، يحاول الجزء الواعي من العقل (الأنا) منعها من الدخول إلى منطقة الوعي، من خلال استخدام ميكانزمات الدفاع، كالتبرير، والاسقاط، والتثبيت. وغالباً ما تظهر الأعراض العصابية عندما تفشل آليات الدفاع عن منع المحتويات المحظورة من الوصول إلى العقل الواعي (Engler, 2014).

أما من وجهة النظر السلوكية، فإن السلوكيون يفسرون السلوك العصابي بطريقة مختلفة عن تفسير "فرويد". ففي الوقت الذي ينظر فيه "فرويد" إلى داخل الفرد، نجد أن السلوكيين ينظرون إلى الخارج، وتحديداً إلى بيئة الفرد. فالسلوك لديهم متعلم، وكما نتعلم السلوكيات السوية نتعلم نظيراتها غير السوية. فالتعلم لديهم قائم على الاقتران ما بين المثير والاستجابة، والسلوك محكوم بنواتجه. وبناء عليه، قد يتورط الفرد في سلوكيات عصابية جراء النتائج الإيجابية التي يحصل عليها- من وجهة نظره- نتيجة ممارسته لتلك السلوكيات. كما يمكن أن يتعلم الفرد السلوك العصابي من خلال ملاحظته لنماذج في البيئة الاجتماعية، يقدر إيجابية نتائجها. والبيئة من وجهة نظر السلوكيين تؤدي دوراً مهماً في تعلم السلوك العصابي.

الحدود البشرية: الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة.

مصطلحات الدراسة
العصابية: إحدى العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وهي سمة سلبية يخبر فيها الطالب- أكثر من المعتاد- شعوراً بالقلق، والتوتر، والكآبة، والوحدة، وتقلب المزاج. وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على بعد العصابية من مقياس "كوستا" وماكري" (1992).
المرونة النفسية: قدرة الطالب على التكيف مع الأحداث الضاغطة، وميله إلى التعافي سريعاً بعد الأحداث العصبية، والقدرة على تجاوزها (Newman, 2005).
وتُعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس المرونة النفسية لـ "سمث" وزملائه (2008).
الاحتراق النفسي: عرفه "هربرت فرودنبجر" (1974) بأنه: "حالة من الإرهاق، والتعب، والإحباط نتيجة ممارسة نشاط مهني لا يحقق توقعات الفرد المأمولة".
وتعرف إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاحتراق النفسي لـ "شفلي" وزملائه (2020).
طلاب الجامعة الإسلامية: الطلاب السعوديين المقيدين انتظاماً في مرحلة البكالوريوس في التخصصات النظرية للعام الجامعي 1445 هـ.

الإطار النظري

أولاً: العصابية

تعد العصابية سمة شخصية أساسية تعكس مستوى الاستقرار الانفعالي للفرد. وغالباً ما ينظر إليها على أنها سمة شخصية سلبية تنطوي على مشاعر سلبية. والعصابية-كغيرها من السمات- يمكن اعتبارها متصل بقع منخفضي السمة على أحد طرفيه، ومرتفعها على نهاية الطرف الآخر. ويميل العصبيون عادة إلى

ثانيًا: المرونة النفسية

عرف قاموس جمعية علم النفس الأمريكية (APA, 2015) المرونة النفسية بأنها: عملية ونتائج التكيف الناجح مع تجارب الحياة الصعبة، خاصة من خلال المرونة العقلية، والعاطفية، والسلوكية والتكيف مع المتطلبات الخارجية والداخلية. ويسهم عدد من العوامل في مدى تكيف الناس مع الشدائد، وأهمها: الطرق التي ينظر بها الأفراد إلى العالم ويتفاعلون معه، وتوافر الموارد الاجتماعية وجودتها، وأساليب المواجهة. وبعبارة أخرى، يمكن القول: إن المرونة النفسية هي: قدرة الفرد على التكيف، وتحمل الأحداث الضاغطة وتجاوزها، وميله إلى التعافي بسرعة بعد الأوقات العصيبة. في حين يعرفها "لوثر" وزملائه (Luthar, et al., 2000) بأنها: "الخصائص النفسية التي يمتلكها الشخص لحل المشكلات والتكيف مع المواقف الجديدة بعقلية إيجابية".

قدّم "سليجمان" (2011) نموذج "3 Ps" في المرونة الذي يتضمن ثلاث اتجاهات لتشويه الإدراك، يمكن أن تعيق التعافي من الشدائد، وهي كما ذكرها "رون" (Rone, 2021):

أولًا، الشخصية Personalization: تشويه معرفي يقوم على فكرة أن الأفراد يعتقدون أنهم مسؤولون عن كل ما يحدث، دون النظر إلى العوامل الخارجية الأخرى التي قد تؤدي دورًا مهمًا في الموقف السلبي. فبقدر ما ينبغي أن نتحمل اخفاقاتنا، إلا أنه لا يجب أن نعتبر أنفسنا فاشلين.

ثانيًا، الانتشار Pervasiveness: اعتقاد مشوه آخر، ينطوي على فكرة أن الحدث السلبي الذي قد يواجهه الفرد سيؤثر على جميع مجالات الحياة الأخرى. أن التفكير بهذه الطريقة سيجعل حياة الفرد تتوقف عند حدث سلبي معين، دون تجاوزه والمضي قدمًا في الحياة.

ثالثًا، الديمومة Permanence: اعتقاد مشوه لدى الفرد بأن الأيام العصبية مستمرة، وأن هذا الوقت العصيب لن يمضي.

ثالثًا: الاحتراق النفسي

ظهر مصطلح الاحتراق النفسي أول ما ظهر على يد عالم النفس الألماني- الأمريكي "هربرت فرودنبيرجر" العام (1974) حين وصف الاحتراق النفسي بأنه: "حالة من الإرهاق، والتعب، والإحباط نتيجة ممارسة نشاط مهني لا يحقق توقعات الفرد المأمولة". عقب ذلك، عرفت "ماسلاش" الاحتراق بأنه: "عملية تدريجية يخبر فيها الفرد حالة من الانهك وانخفاض الالتزام بين المتخصصين في تقديم الرعاية الاجتماعية". وبعد عدة دراسات تجريبية أعاد "ماسلاش" و "جاكسون" صياغة المفهوم، وتعريفه تعريفًا علميًا أكثر صرامة وإجرائية، إذ اعتبر الاحتراق النفسي بأنه متلازمة نفسية يعاني الفرد فيها من إرهاق عاطفي، وتبلد المشاعر، وانخفاض الإحساس بالإنجاز الشخصي (Edú-Valsania, et al., 2022).

تنطوي بنية الاحتراق النفسي وفقًا لـ "ماسلاش" و "جاكسون" (1986) على ثلاثة أبعاد هي: الإرهاق العاطفي (Emotional Exhaustion)، وتبدد الشخصية (Depersonalization)، وانخفاض الشعور بالإنجاز الشخصي (Reduced Personal Accomplishment). ويعد الإرهاق الانفعالي لب الاحتراق النفسي (Maslach, et al., 2001) إذ يشير إلى شعور الطالب بأن دراسته تستنزفه انفعاليًا، وأن طاقته مستنفذة مع نهاية اليوم الدراسي، ويفتقد الحيوية والنشاط، ويخبر شعورًا بالإنهك عند الاستيقاظ صباحًا. في حين يشير تبدل المشاعر إلى فقدان الجانب الإنساني في التفاعل الاجتماعي، إذ يتعامل الطالب في بيئته الأكاديمية مع

الفرد نتيجة هذا الشعور. ونقيض ذلك، إن شعر الطالب بأن العبء الدراسي يمكن التحكم به، إذ يفضي ذلك إلى حفاظه على طاقته، وتناقص خطر مواجهة الاحتراق النفسي.

وفي النموذج الخماسي الذي قدمه "ادلويتش" و "برودسكي" (Edelwich & Brodsky, 1980)، يذكر "دي هرت" (de Hert, 2020) خمسة مراحل يمر بها الفرد؛ ليصل إلى مرحلة الاحتراق النفسي. تبدأ تلك المراحل بمرحلة شهر العسل Honeymoon التي تتميز بالنشاط والحماس. تظهر هذه المرحلة مشاعر الرضا، وتحمل المسؤولية، ومستوى مناسب من الطاقة والالتزام، والإنتاجية العالية. قد يواجه الطالب في هذه المرحلة بعض التحديات والصعوبات، ويتوقف الأمر على كيفية تعامله معها. وفي حال فشله في استخدام أساليب تكيفية، فإن الطالب قد يواجه خطر الاحتراق النفسي. يعقب ذلك، مرحلة الركود Stagnation، وهي مرحلة بداية التوتر، وفيها يظهر الضغط النفسي، وتصبح حياة الطالب مقتصرة على الدراسة، مهملاً حياته الأسرية والاجتماعية. كما تظهر آثار الضغط على شكل أعراض نفسية وجسدية. يعاني الطالب في هذه المرحلة من القلق، وعدم القدرة على اتخاذ القرار، والصداع، وانخفاض جودة النوم، وقلة التفاعلات الاجتماعية، وانخفاض الإنتاجية. يتطور الضغط الذي يواجهه الطالب ليصبح ضغطاً مزماً يشكل المرحلة الثالثة من مراحل الاحتراق النفسي وهي مرحلة الإحباط Frustration. يشعر الطالب في هذه المرحلة بالفشل والعجز، وعدم قدرته على الإيفاء بالالتزامات، وشعور بعدم الكفاءة والفاعلية الذاتية، كما يظهر الاستياء، والتسويق، والسلوك العدواني، وإنكار المشكلات. يفضي هذا الشعور إلى مرحلة رابعة من الاحتراق النفسي

الأخرين كأشياء مادية، لا بشر يبادلهم الأحاسيس والمشاعر. كما ينطوي على شعور باللامبالاة، واتجاهات سلبية نحو الآخرين. وأخيراً، فإن الطالب الذي يعاني من الاحتراق النفسي تنتابه مشاعر بعدم الكفاءة والفاعلية الذاتية، ويشعر بعدم قدرته على أداء واجباته، ومهام الدور المنوط به.

سعى علماء النفس إلى تفسير ظاهرة الاحتراق النفسي من خلال النظريات العلمية التي تفسر السلوك الإنساني. فعلى سبيل المثال، نجد أن نظرية التبادل الاجتماعي (Social Exchange Theory) التي تنص على أن الفرد في تعامله مع الآخرين يوازن بين مدخلات ومخرجات العلاقات الاجتماعية، ثم يقارن بين ما يجنيه من أرباح، وما يمكن أن يتكبده من خسائر جراء هذا التفاعل. وبالطريقة ذاتها، نجد أن الطالب يقدر المكاسب المحتملة من دراسته، والخسائر التي يمكن أن تلحق به، فإن شعر بأن مدخلاته تفوق مخرجاته كان ذلك مدعاة لشعوره بالاحتراق النفسي، والعكس صحيح. في حين ترى نظرية التحكم أو السيطرة (Control theory) بأن قدرة الفرد على التحكم بالأحداث التي تواجهه تفضي إلى تكيفه، إذ يصبح حينها قادراً على التعامل مع الضغوط والتحديات التي تواجهه في سعيه نحو بلوغ غايته. وبالمثل، يمكن القول: إن الطالب الجامعي الذي يشعر بقدرته على التحكم بمجريات الأمور والتحديات الدراسية والاجتماعية قادر على تحقيق توافقه النفسي والأكاديمي. وفي المقابل، سيخبر من يفشل في ذلك احتراقاً نفسياً جراء فقدته الشعور بالتحكم والسيطرة.

ووفقاً لـ "كاراسيك" و "ثيوريل" (1990) فإن عدم التطابق ما بين المهام والقدرة على إنجازها، قد يفضي إلى الشعور بالإرهاق، من خلال حالة القلق التي يخبرها

وفي دراسة لمحمد ومصطفى (2015) سعت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية التي تتضمن متغيري العصبية والمرونة النفسية. طبق الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، باستخدام مقياس سمات الشخصية لـ "بيكانلي" وزملائه (2009)، والمرونة النفسية لـ "واغنيلد" و "يونغ" (1993) على عينة مكونة من (200) طالب من طلاب المرحلة الثانوية في مصر. كشفت النتائج عن علاقة سالبة ما بين العصبية والمرونة النفسية - ($r = -0.41$).

في دراسة وصفية ارتباطية لـ "نيتو" وزملائه (2023) للكشف عن العلاقة بين العصبية والمرونة النفسية، بتطبيق مقياس العوامل الخمسة الكبرى النسخة الإسبانية، ومقياس "كونر" - "دافيدسون" (2003) للمرونة النفسية على عينة من (439) مستجيبًا، قسما على مجموعتين، تمثل الأولى أفرادًا راشدين (18-24) عامًا، والمجموعة الأخرى تضم كبار سن (60-98). كشفت النتائج عن علاقة سالبة بين العصبية والمرونة النفسية ($r = -0.35$).

ثانيًا: دراسات تناولت الاحتراق النفسي

أجرت باوية (2012) دراسة للكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلاب الجامعيين، ومعرفة الفروق في الاحتراق النفسي بين طلاب علم النفس وعلوم التربية. صممت لأجلها مقياسًا للاحتراق النفسي، وطبقته على عينة مكونة من (170) طالبًا في جامعة قاصدي مرباح في الجزائر. خلصت النتائج إلى مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير التخصص الدراسي.

في حين هدفت دراسة الدوسري (2015) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي والانطواء

وهي مرحلة اللامبالاة Apathy، إذ يخبر الطالب شعورًا باليأس، وخيبة الأمل، ليوافق التحديات بالاستسلام واللامبالاة. ويعاني من يمر بهذه المرحلة بعض الأعراض مثل: الصداع المزمن، والعزلة الاجتماعي، والتغيرات السلوكية، وإهمال الاحتياجات الشخصية. وأخيرًا، تأتي مرحلة الاحتراق النفسي المعتاد Habitual Burnout، التي يعاني فيها الطالب من مشاعر الحزن المزمنة، والتعب الجسدي المزمن، والاكتئاب وقد يبحث عن وسائل تساعد على تجاوز هذه المرحلة.

الدراسات السابقة

أولًا: دراسات تناولت العصبية والانبساطية والمرونة النفسية

هدفت الدراسة التي أجراها "فيومبو" (2010) في منطقة البحر الكاريبي للكشف عن العلاقة بين العصبية والمرونة النفسية. مطبقًا المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة من (397) طالبًا في المرحلة الثانوية، وباستخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى لـ "جولدبيرج" (2006). وكشفت الدراسة عن علاقة سالبة ما بين العصبية والمرونة النفسية ($r = -0.28$).

في حين أجرى "لو" وزملائه (2014) دراسة للكشف عن العصبية وعلاقتها بالسعادة من خلال الدور الوسيط للمرونة النفسية. طبقت الدراسة على عينة من (289) طالبًا جامعياً، باستخدام النسخة الصينية المختصر لمقياس "كوستا" و "ماكري" (1992)، ومقياس "كونر" - "دافيدسون" (2003) للمرونة النفسية، ومقياس أكسفورد للسعادة. كشفت النتائج عن علاقة موجبة بين الانبساطية والمرونة النفسية ($r = 0.22$)، وعن علاقة سالبة بين العصبية والمرونة النفسية ($r = -0.31$). وبالمثل، فقد كشفت الدراسة عن تأثير غير مباشر لمتغير الانبساطية والعصبية على السعادة.

مستوى منخفض من الاحتراق النفسي لدى أساتذة الجامعة، كما أن أساتذة التخصصات النظرية أكثر احتراقاً نفسياً من زملائهم في التخصصات العلمية. كما كشفت النتائج عن علاقة موجبة تربط أبعاد الاحتراق النفسي (الاجهاد الانفعالي، الشعور بعدم الإنسانية، الشعور بعدم الإنجاز) بالعصائية وبمعاملات ارتباط بلغت (0.46, 0.48, 0.54) على التوالي، في حين ارتبطت الدرجة الكلية للاحتراق النفسي بالعصائية بمعامل ارتباط بلغ (0.56).

أجرى مريم (2019) دراسة للكشف عن أبعاد الشخصية المتضمنة العصائية وعلاقتها بالاحتراق النفسي على عينة مكونة من (150) ممرض وممرضة في مستشفى المواساة بدمشق. كشفت النتائج عن علاقة سالبة بين الاحتراق النفسي وأبعاده (الاجهاد الانفعالي، تلبد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز) بالانبساطية، إذ بلغت معاملات الارتباط (-0.13, -0.20, -0.34, -0.27) على التوالي. في المقابل، كانت العلاقة موجبة ما بين الاحتراق النفسي وأبعاده بالعصائية بمعاملات ارتباط بلغت (0.25, 0.28, 0.44, 0.27) على التوالي.

واخيراً، أجرت شعبانة، وسرحان (2020) دراسة للكشف عن مستوى الاحتراق النفسي والمرونة النفسية، والعلاقة بينهما لدى طلاب جامعة النجاح الوطنية. تكونت العينة من (409) طالب وطالبة. قيس الاحتراق النفسي من خلال مقياس جودة الحياة لـ "ستام" (2010)، في حين قيست المرونة النفسية عبر مقياس "كونر" - "دافيدسون" (2003). كشفت النتائج عن درجة متوسطة للاحتراق النفسي والمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة، وجاءت العلاقة سالبة بين الاحتراق النفسي والمرونة النفسية ($r = -0.35$).

والانبساط لدى أساتذة جامعة الأميرة نورة بالرياض. واشتملت عينة الدراسة على (147) عضو هيئة التدريس من الأساتذة المشاركين بكلية التربية. استخدمت الباحثة مقياس الاحتراق النفسي من إعدادها، ومقياس "آيزنك" للشخصية إعداد بركات (2007). بينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المنبسطين والمنطويين في الاحتراق النفسي لصالح المنبسطين، إذ انخفضت قيمة متوسط درجاتهم بصورة دالة عن متوسط درجات المنطويين.

أجرى حسنين وإبراهيم (2017) دراسة للكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي ما بين طلاب التخصصات العلمية والنظرية. استخدم الباحثان قائمة "ماسلاش" للاحتراق النفسي - نسخة الطلاب - تعريب حسنين (2012) على عينة من (820) طالباً من جامعة الأزهر، و (880) من طلاب جامعة الكويت. كشفت النتائج عن أن طلاب التخصصات العلمية أكثر احتراقاً نفسياً من طلاب التخصصات النظرية.

في دراسة أجراها السعيد (2018)؛ للكشف عن العلاقة بين المرونة النفسية والاحتراق الوجداني لدى معلمي المرحلة الثانوية في دولة الكويت. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي على عينة من (412) معلم ومعلمة. مستخدماً مقياسي: المرونة النفسية والاحتراق الوجداني من إعداد الباحث. خلصت النتائج إلى علاقة سالبة بين المرونة النفسية والاحتراق الوجداني، إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون (-0.62).

هدفت دراسة محمد وعمر (2018) إلى الكشف عن العلاقة بين العصائية والاحتراق النفسي على عينة من (200) أستاذ جامعيًا. استخدم الباحثان مقياس "ماسلاش" للاحتراق النفسي، ومقياس سمات الشخصية لـ "كوستا" و "ماكري" (1992). كشفت النتائج عن

وزملاؤه، 2021)، وأساتذة جامعيين (الدوسري، 2015؛ محمد وعمر، 2018). وأظهرت نتائج الدراسات السابقة أن هناك اتساقاً في نتائج العلاقة بين المتغيرات الثلاث. فنجد أن علاقة موجبة تربط العصبية بالاحتراق النفسي (محمد وعمر، 2018؛ مريم، 2019؛ يوسف وزملاؤه، 2021). وعلاقة سالبة تجمع ما بين العصبية والمرونة النفسية (فيمبو، 2010؛ لو وزملائه، 2014؛ محمد ومصطفى، 2015؛ نيتو وزملائه، 2023). وبالمثل، نجد أن علاقة سالبة تربط ما بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي (السعيد، 2018؛ شعبانة ورمانة، 2020).

وكما ذكر سابقاً، فإن الدراسة الحالية عمدت إلى فحص نموذج ينطوي على دور وسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي.

منهج الدراسة وإجراءاتها

اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التنبؤي نظراً لملائمته لطبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية في الكليات النظرية للعام الجامعي 1445هـ.

عينة الدراسة

طبقت أدوات الدراسة على عينة احتمالية طبقية بلغ عددها (186) طالباً سعودياً من مجتمع الدراسة البالغ (406) طالباً. بلغ المتوسط العمري لأفراد العينة (22.12) سنة. وبمتوسط (2.5) عدد سنوات دراستهم بالجامعة. ويوضح الجدول (1) العدد الإجمالي في الكليات النظرية بالجامعة، والنسبة المئوية في عينة الدراسة.

أجرى يوسف وزملاؤه (2021) دراسة استهدفت التحقق من صحة نموذج بنائي باستخدام برنامج (AMOS) ينطوي على دور وسيط للعصبية في العلاقة بين الضائقة النفسية والاحتراق النفسي. استخدم الباحثون مقياس "كرستين" (2005) للاحتراق النفسي، ومقياساً لسمات الشخصية من إعداد الباحثين. طبقت الدراسة على عينة من (241) طالب من طلاب كلية الطب. خلصت النتائج إلى مطابقة جيدة للبيانات، أظهرت دوراً وسيطاً للعصبية في علاقة الضائقة النفسية بالاحتراق النفسي. بلغ الأثر غير المباشر للعصبية (0.28).

التعقيب على الدراسات السابقة

من خلال ما عرض أعلاه، يظهر اتفاق ما بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية من حيث الأهداف، إذ تتفق الدراسة الحالية مع دراسة باوية (2012) من حيث الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي. وتتفق مع دراسة شعبانة وسرحانة (2020) من حيث الكشف عن مستوى المرونة النفسية والاحتراق النفسي. كما تتفق مع جميع الدراسات السابقة من حيث الكشف عن العلاقة بين متغيرات الدراسة.

وفيما يتعلق بالمنهج البحثي، فقد اتبعت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي الارتباطي، باستثناء دراسة حسانين وإبراهيم (2017) التي اتبعت المنهج الوصفي المقارن. في حين اتبعت الدراسة الحالية المنهج الوصفي التنبؤي.

تنوعت العينات في الدراسات السابقة ما بين طلاب مرحلة ثانوية (فيومبو، 2010؛ محمد ومصطفى، 2015)، وطلاب جامعيين متفقه مع عينة الدراسة الحالية (باوية، 2012؛ لو وزملائه، 2014، حسانين وإبراهيم، 2017؛ شعبانة وسرحانة، 2020؛ يوسف

ثانيًا: مقياس المرونة النفسية

ترجم الباحث مقياس المرونة النفسية لـ "سمث" وزملائه (2006) المكون من (6) عبارات. يحصل المستجيب على خمس درجات عند الموافقة بشدة على العبارة، ودرجة واحدة حال عدم الموافقة بشدة، وتعكس الدرجة إن كانت العبارة سالبة. علمًا بأن جميع عبارات المقياس سالبة الاتجاه، باستثناء العبارتين الأولى والخامسة. وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى تمتع المستجيب بمرونة نفسية مرتفعة.

ثالثًا: مقياس الاحتراق النفسي

ترجم الباحث مقياس الاحتراق النفسي لـ "شفلي" وزملائه (2020) الذي يعد نسخة مختصرة من مقياس "ماسلاش" (Maslach Burnout (MBI) المكون من (23) عبارة. تكونت النسخة المختصرة من (12) عبارة موجبة الاتجاه على مقياس ليكرت الخماسي. وينطوي المقياس على أربعة أبعاد: الإرهاق، وتمثله العبارات الثلاث الأولى، ثم بعد المسافة الذهنية، الذي تمثله العبارات الرابعة، والخامسة، والسادسة، وبعد ضعف الإدراك الممثل بالعبارات السابعة، والثامنة، والتاسعة. وأخيرًا بعد الضعف العاطفي ممثلًا بالعبارة العاشرة، والحادي عشر، والثانية عشر. كلما ارتفعت درجة المستجيب على المقياس كشف ذلك عن احتراق نفسي مرتفع.

جدول (1): مجتمع وعينة الدراسة

العينة	النسبة المئوية	المجتمع	الكلية
117	% 54.43	221	الشريعة
23	% 17.24	70	الدعوة وأصول الدين
1	% 0.73	3	القران والدراسات الاسلامية
8	% 5.9	24	الحديث الشريف والدراسات الإسلامية
5	% 2.95	12	اللغة العربية
32	% 24.13	98	الأنظمة والدراسات القضائية
186	%100	406	المجموع الكلي

أدوات الدراسة

للإجابة عن أسئلة الدراسة ترجم الباحث مقياسي المرونة النفسية والاحتراق النفسي، ثم عُرضاً على مختصين في اللغة الإنجليزية وعلم النفس من جامعتي: الملك عبد العزيز، وأم القرى. وأجريت التعديلات المطلوبة في ضوء آراء المحكمين. وفيما يلي عرض لأدوات الدراسة:

أولاً: مقياس العصبية

استل الباحث عبارات سمة العصبية من مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية الذي أعده "كوستا" و "ماكري" (1992) ونقله إلى العربية الأنصاري (1997). تتكون عبارة بعد العصبية من (12) فقرة على مقياس ليكرت الخماسي، جاءت جميعها في الاتجاه الموجب، وتدل العلامة المرتفعة على درجة مرتفعة من العصبية.

بندر الملبّي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصابية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

نتائج الدراسة ومناقشتها

ما مستوى العصابية لدى الطلاب السعوديين بالجامعة الإسلامية؟

للتعرف على مستوى العصابية لدى طلاب الجامعة الإسلامية استعمل الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الموضحة نتائجها في الجدول (2).

جدول (2): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لسمة العصابية لدى طلاب الجامعة الإسلامية (ن=186)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أنا شخص قلق	2.98	0.22
2	أشعر بأني أقل شأنًا من الآخرين.	2.95	0.17
3	أشعر بالوحدة والكآبة	2.49	0.266
4	أشعر بالتوتر والعصبية	2.20	0.99
5	أشعر بالإحباط أو الاستسلام عندما لا تسير الأمور بالشكل الصحيح	2.12	0.057
6	أشعر بأني حزين	2.14	0.54
7	عندما أكون تحت ضغط هائل أشعر بأن أعصابي قد انهارت	2.17	0.28
8	أشعر بأنني عديم القيمة.	2.11	0.42
9	أشعر بالخوف والقلق.	2.58	0.25
10	أغضب من الطريقة التي يعاملني بها الآخرين.	2.54	0.18
11	أشعر بعدم قدرتي على مساعدة الآخرين وأريد من شخص آخر أن يحل مشكلاتي.	2.50	0.26
12	عندما أشعر بالخجل أود لو أختبئ كي لا يراني أحد.	2.49	0.092
	المتوسط الحسابي العام	2.43	0.94

يتضح من خلال المعطيات الواردة في الجدول (2) أن مستوى العصابية منخفض لدى الطلاب السعوديين في الجامعة الإسلامية، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.43)، وانحراف معياري قدره (0.94).

إن كون العصابية سمة يجعلها نتاج عوامل وراثية وبيئية، يصعب معها تحديد أي العاملين له الأثر الأكبر في تشكيلها. وعلى الرغم من ذلك، فقد ذكر "كيري" وزملائه (2003) أن نسبة وراثية السمات الشخصية يتراوح ما بين (0.40-0.60). هذا يعني أن ما يقارب من (40%) يرجع إلى عوامل بيئية فضلاً عن خطأ القياس المتوقع. والقاعدة أنه كلما زاد أثر العوامل الوراثية قلّ أثر العوامل البيئية، والعكس صحيح.

مهارات التوافق النفسي، مهارات التكيف الأكاديمي، الصحة النفسية للطلاب الجامعي، مهارات التعامل مع

قلق الاختبارات. كما أن بعض المقررات الدراسية هي الأخرى تسهم في تحسين المرونة النفسية لدى الطالب الجامعي، ومنها مقرر المهارات الجامعية الذي يسعى إلى تأهيل الطالب للحياة الجامعية من خلال إكسابه بعضاً من المهارات المتعلقة بعملية التعلم والتعليم، مثل التكيف مع الحياة الجامعية، والتعامل مع الضغوط،

والتحفيز الذاتي، ومهارات التواصل في البيئة الجامعية. وتشير الأبحاث النفسية -وفقاً لجمعية علم النفس الأمريكية إلى أن ثمة علاقة موجبة بين إكساب الفرد للمهارات الحياتية وتمتعه بالمرونة النفسية (APA, 2015).

واتسقت نتائج الدراسة الحالية مع ما آلت إليه نتائج دراسة شعبانة وسرحان (2020) من مستوى متوسط للمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة.

السؤال الثاني: ما مستوى المرونة النفسية لدى طلاب الجامعة الإسلامية؟

للتعرف على مستوى المرونة النفسية لدى طلاب الجامعة الإسلامية استعمل الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الموضحة نتائجها في الجدول (3).

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمرونة النفسية لدى طلاب الجامعة الإسلامية (ن=186)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	أميل إلى التعافي بسرعة بعد الأوقات الصعبة	2.68	0.21
2	أجد صعوبة في تجاوز الأحداث العصبية	2.61	0.25
3	يصعب عليّ التعافي بعد حدث سيء مر بي	3.08	0.24
4	أتجاوز الأوقات العصبية بقليل من المشاكل	3.12	0.66
	المتوسط الحسابي العام	2.87	0.85

تبين النتائج الواردة في الجدول (3) تمتع طلاب الجامعة الإسلامية بمستوى متوسط من المرونة النفسية، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.87)، وانحراف معياري قدره (0.85). يعد حصول طلاب الجامعة الإسلامية على مستوى متوسط من المرونة النفسية أمراً منطقيًا، إذ ثمة عوامل -وفقاً لجمعية علم النفس الأمريكية- تسهم في مرونة الأفراد النفسية. ومنها مدى توافر الموارد الاجتماعية وجودتها. والجامعة الإسلامية- مثل نظيراتها من الجامعات السعودية- توفر لطلابها بيئة صحية آمنة، وبرامج تدريبية تقدم من خلال مركز الإرشاد التابع لعمادة شؤون الطلاب بالجامعة. ومن تلك البرامج على سبيل المثال لا الحصر: جودة الحياة للطلاب الجامعي،

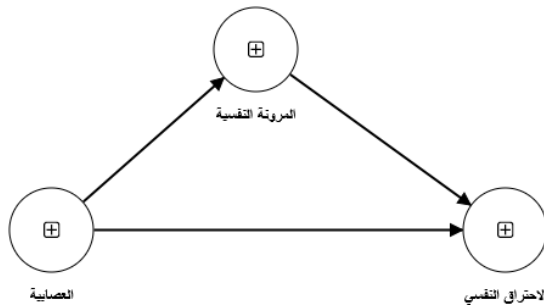
بندر المليلي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصابية والاحترق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

والفاعوري، 2012؛ الشاورة، 2020؛ المليلي، 2020) التي طبقت على طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة والتي كشفت عن رضا الطلاب عن الخدمات التعليمية المقدمة لهم، وتمتعهم بدرجة جيدة من التوافق النفسي والاجتماعي.

واتسقت نتائج الدراسة الحالية مع دراسة شعبانة وسرحان (2020)، وخالفت ما آلت إليه نتائج باوية (2012) من مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة.

السؤال الرابع: ما طبيعة الدور الوسيط الذي تؤديه المرونة النفسية في العلاقة بين العصابية والاحترق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة؟

يوضح الشكل (1) النموذج المفترض للدراسة الذي ينطوي على علاقة مباشرة بين العصابية والاحترق النفسي، وعلاقة غير مباشرة من خلال المتغير الوسيط المرونة النفسية. كما أن هناك علاقة مباشرة ما بين العصابية والمرونة النفسية، وعلاقة مباشرة ما بين المرونة النفسية والاحترق النفسي.



شكل (1) النموذج المفترض للدراسة

وفقًا لـ (Chua, 2022; Hair, et al., 2022; Radomir, et al., 2023) يفضل اختبار النموذج

السؤال الثالث: ما مستوى الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية؟

للتعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية استعمل الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية الموضحة نتائجها في الجدول (4).

جدول (4): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية (ن=186)

م	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	في الجامعة، أشعر بالإرهاق	2.57	0.93
2	بعد يومي دراسي، أجد صعوبة في استعادة طاقتي	2.74	0.93
3	في الجامعة، أشعر بالإرهاق الجسدي	2.79	0.98
4	يصعب علي الشعور بالحماس نحو دراستي	2.75	0.97
5	أشعر بنفور شديد من دراستي	2.73	0.92
6	في الجامعة، أجد صعوبة في التركيز	2.79	0.98
7	أنتفاع في الجامعة بطريقة لا تناسب شخصيتي	2.80	0.96
8	في الجامعة، قد أبالغ في ردود أفعالي دون قصد	2.80	1.07
	المتوسط الحسابي العام	2.74	0.79

تبين النتائج الواردة في الجدول (4) أن مستوى متوسط من الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية، إذ بلغ المتوسط الحسابي (2.74)، وبانحراف معياري قدره (0.79). إن حصول الطلاب على درجة متوسطة من الاحتراق النفسي التي هي أقرب إلى الدرجة المنخفضة منها إلى الدرجة المرتفعة يكشف عن جودة في الخدمات المقدمة لهم، وصحة نفسية جيدة، وقدرة على التكيف لدى طلاب الجامعة الإسلامية نظير ما يجدونه من رعاية واهتمام. يعزز ذلك ما خلصت إليه دراسات (الحري

(0.70)، باستثناء المؤشرين (B1, B5) من مقياس المرونة النفسية، والمؤشرات (D6, D8, D9, D10) من مقياس الاحتراق النفسي. وبناء عليه سوف تستبعد تلك المؤشرات عند تحليل البيانات اللاحقة. وفيما يخص الشرط الثاني المتمثل بمتوسط قيم التباين المستخلص، فقد أسفر التحليل عن قيم (AVE) بلغت (0.66) للاحتراق النفسي، و (0.70) للعصابية، و (0.52) للمرونة النفسية، محققة بذلك درجة القطع البالغة (0.50).

ب: الصدق التمايزي

يُتحقق من الصدق التمايزي من خلال ثلاث مؤشرات: أولاً، مؤشر "فورنل لاركير" (Fornell-Larcker)، إذ يجب أن يكون الجذر التربيعي لمتوسط التباين المستخلص (AVE) للمتغير الكامن أكبر من ارتباطه بالمتغيرات الأخرى في النموذج. ثانياً، التشتتات المتقاطعة (Cross-loadings) وفيها يجب أن تكون قيمة تشتبع المؤشر على المتغير الكامن أعلى من تشبعه على المتغيرات الكامنة الأخرى. ثالثاً، مؤشر (HTMT) الذي يكشف عن العلاقة بين المتغيرات الكامنة، إذ يجب أن يكون معامل الارتباط بين العوامل الكامنة أقل من أو يساوي (0.90).

جدول (5): الصدق التمايزي لمتغيرات العصابية، والمرونة

النفسية، والاحتراق النفسي

المتغير	العصابية	المرونة النفسية	الاحتراق النفسي
العصابية	0.83	-	-
المرونة النفسية	-0.42	0.82	-
الاحتراق النفسي	0.37	-0.40	0.81

تكشف النتائج الواردة في الجدول (5) تحقق مؤشر "فورنل لاركير" (Fornell-Larcker) إذ إن الجذر التربيعي لمتوسط التباين المستخلص (AVE) لمتغيرات العصابية (0.83)، والمرونة النفسية (0.82)، والاحتراق النفسي (0.81) لكل متغير أكبر من ارتباطه بالمتغيرات الأخرى في

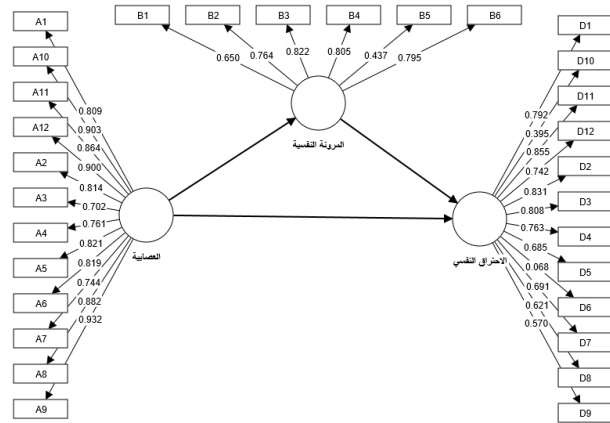
المفترض من خلال مرحلتين هما: تحليل النموذج القياسي، وتحليل النموذج البنائي. وفيما يلي عرض مفصل للمرحلتين:-

أولاً: تحليل النموذج القياسي

يتعين لتحليل النموذج القياسي التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة، ويتم ذلك من خلال فحص الصدق التقاربي والصدق التمايزي، وفحص الثبات من خلال معاملات ألفا كرونباخ.

أ: الصدق التقاربي

في الصدق التقاربي، ثمة شرطان لا بد من تحققهما: أولاً، تشبع المؤشرات المقاسة (الفقرات) على عواملها الكامنة، إذ لا بد أن تكون تشبع الفقرات على عواملها أكبر من أو تساوي (0.70). ثانياً، يجب أن تكون قيمة متوسط التباين المستخلص (AVE) أكبر من أو تساوي (0.50). ويظهر الشكل (2) تشبع المؤشرات المقاسة على عواملها الكامنة.



شكل (2): تشبع المؤشرات المقاسة (فقرات المقاييس) على عواملها الكامنة. يشير الشكل الدائري إلى العوامل الكامنة وتمثلها متغيرات الدراسة الثلاث، في حين تشير المستطيلات إلى المؤشرات المقاسة وتمثلها فقرات المقاييس

تظهر النتائج الواردة في الشكل (2) أن جميع المؤشرات المقاسة قد تشبعت على عواملها بقيم أكبر من أو تساوي

بندر الملبّي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

ثانيًا: الثبات

جدول (8): قيم معاملات ألفا كرونباخ، وalfa كرونباخ المركب لمتغيرات العصبية، والمرونة النفسية، والاحتراق النفسي

المتغير	معامل ألفا كرونباخ	معامل ألفا كرونباخ المركب
العصبية	0.822	0.826
المرونة النفسية	0.842	0.851
الاحتراق النفسي	0.824	0.829

تظهر النتائج الواردة في الجدول (8) أن قيم معامل ألفا كرونباخ، ومعامل ألفا كرونباخ المركب قد تجاوزت المحك، إذ إن جميع متغيرات الدراسة قد تجاوزت درجة القطع (0.70).

ثانيًا: تحليل النموذج البنائي للمتغير الوسيط

يجري تحليل النموذج البنائي للمتغير الوسيط من خلال خمس خطوات هي: تحليل الآثار المباشر، وتحليل الآثار غير المباشرة، وحجم الأثر، والقوة التنبؤية للنموذج، ومستوى القوة التنبؤية للنموذج، وفيما يلي عرض للخطوات الخمس:

أولاً: الآثار المباشرة

جدول (9): الآثار المباشرة لمتغيرات الدراسة

المتغير	العينة الأساسية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الاحتمالية
العصبية	-	-0.43	0.08	5.16	0.029
المرونة النفسية	0.41	0.25	0.11	2.18	0.000
الاحتراق النفسي	0.24	-0.30	0.10	2.77	0.006

النموذج، مما يشير إلى غياب التداخل بين مقاييس النموذج.

جدول (6): التشعبات المتقاطعة لفقرات مقاييس: العصبية،

والمرونة النفسية، والاحتراق النفسي

العصبية		المرونة النفسية		الاحتراق النفسي	
الفقرة	التشعب	الفقرة	التشعب	الفقرة	التشعب
A1	0.828	B2	0.744	D1	0.836
A2	0.823	B3	0.857	D2	0.867
A3	0.703	B4	0.856	D3	0.846
A4	0.753	B6	0.831	D4	0.82
A5	0.815	-	-	D5	0.711
A6	0.814	-	-	D7	0.757
A7	0.737	-	-	D11	0.905
A8	0.877	-	-	D12	0.783
A9	0.930	-	-	-	-
A10	0.901	-	-	-	-
A11	0.86	-	-	-	-
A12	0.898	-	-	-	-

تكشف النتائج الواردة في الجدول (6)، قيم التشعبات المتقاطعة لفقرات المقاييس، ويظهر أن جميع المؤشرات قد ارتبطت ارتباطاً مرتفعاً بعواملها الكامنة، وارتباطاً ضعيفاً بالعاملين الآخرين.

جدول (7) مؤشر (HTMT) لمتغيرات النموذج

المتغيرات	قيمة (HTMT)
العصبية ← المرونة النفسية	0.39
العصبية ← الاحتراق النفسي	0.32
المرونة النفسية ← الاحتراق النفسي	0.43

تبين النتائج الواردة في الجدول (7) أن قيم (HTMT) للعوامل الثلاث الكامنة (العصبية- المرونة النفسية= 0.39)، و (العصبية- الاحتراق النفسي = 0.32)، و (المرونة النفسية- الاحتراق النفسي= 0.43) جميعها كانت أقل من (0.90) مما يشير إلى تحقق مؤشر (HTMT) للمقاييس الثلاث. وعليه، فقد تحققت جميع الشروط الثلاث الخاصة بالصدق التمايزي.

ثالثاً: حجم التأثير

جدول (11) قيم معامل مربع الارتباط (معامل التحديد) للعلاقة بين متغيرات الدراسة

المتغير التابع	قيمة (R ²)	قيمة (R ²) المصحح
المرونة النفسية	0.174	0.164
الاحتراق النفسي	0.209	0.189

تكشف النتائج الوارد في الجدول (11) أن العصبية تفسر (17%) من التباين في متغير المرونة النفسية. في حين تفسر العصبية والمرونة النفسية مجتمعية (21%) من التباين في الاحتراق النفسي.

رابعاً: القوة التنبؤية للنموذج

جدول (12): نتائج القوة التنبؤية للنموذج المفترض

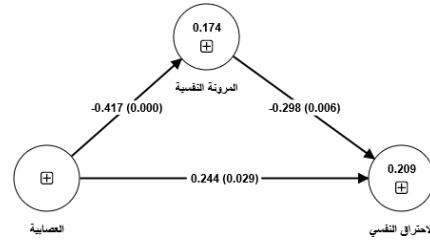
المتغير التابع	Q ² predict	المتوسط	الوسيط
المرونة النفسية	0.149	-0.001	0.036
الاحتراق النفسي	0.102	-0.001	-0.040

تظهر النتائج الواردة في الجدول (12) أن القيمة التنبؤية (Q²) للمتغيرين التابعين المرونة النفسية والاحتراق النفسي كانت قيمة موجبة، كما أن قيمة المتوسط للخطأ التنبؤي القريبة من الصفر تشير إلى امتلاك نموذج الوساطة قوة تنبؤية كافية.

خامساً: مستوى القوة التنبؤية للنموذج

يمكن تحديد مستوى القوة التنبؤية من خلال مقارنة قيم الجذر التربيعي لمتوسط مربع الخطأ بين نموذج PLS-SEM ونموذج الانحدار الخطي المتعدد LM model. وفقاً لـ "هير" وزملائه (Hair, et al., 2022) فإن كانت جميع مؤشرات PLS-SEM أصغر من مؤشرات LM فإن النموذج النهائي يمتلك قوة تنبؤية مرتفعة، وإن كان ما يزيد عن نصف المؤشرات أصغر كان القوة التنبؤية متوسطة، أما إن كان أقل من نصف المؤشرات أصغر

تظهر النتائج الواردة في الجدول (9) والشكل (3) أن جميع مسارات النموذج البنائي كانت دالة إحصائياً. إذ يوجد أثر مباشر موجب للعصبية على الاحتراق النفسي ($\beta = 0.244, P < 0.05$)، كما أن هناك أثراً مباشراً سالباً للعصبية على المرونة النفسية ($\beta = 0.417, P < 0.001$)، وأثراً مباشراً سالباً للمرونة النفسية على الاحتراق النفسي ($\beta = -0.298, P < 0.01$). يبين ذلك أنه كلما ارتفعت سمة العصبية لدى الطالب زاد احتراقه النفسي، وكلما ارتفعت درجته على سمة العصبية قلت مرونته النفسية. وفي المقابل، كلما ارتفعت مرونته النفسية قلَّ احتراقه النفسي.



شكل (3): الأثار المباشرة بين متغيرات الدراسة

ثانياً: الأثار غير المباشرة

جدول (10): الأثار غير المباشرة لمتغيرات الدراسة

المتغير	الهيئة الأساسية	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "t"	القيمة الاحتمالية
العصبية ← المرونة النفسية ← الاحتراق النفسي	0.124	0.132	0.053	2.359	0.018

تظهر النتائج الواردة في الجدول (10) الأثر الوسيط لمتغير المرونة النفسية في العلاقة بين العصبية والاحتراق النفسي إذا بلغت قيمة β (0.124) التي كانت دالة عند مستوى (0.05).

بندر الملبىي: الدور الوسيط للمرونة النفسية في العلاقة بين العصابية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة

(0.368 = 0.124). وهذا يعني أن المرونة النفسية بصفتها متغيراً وسيطاً بين العصابية والاحتراق النفسي تسهم في زيادة الأثر الكلي. وبعبارة أخرى، فإن الأثر الوسيط الجزئي للمرونة النفسية المنخفضة يزيد في مقدراً العلاقة السببية بين العصابية والاحتراق النفسي من ($\beta = 0.244$) إلى ($\beta = 0.368$). وهذا يعني، أنه مع الأثر الوسيط للمرونة النفسية فإن زيادة وحدة واحدة من العصابية لدى الطلاب ينجم عنه زيادة في الاحتراق النفسي بمقدار (0.368) وحدة. وأخيراً، كشفت النتائج عن قدة تنبؤية متوسطة للنموذج الحالي للدراسة.

وخلاصة ما سبق: فإن النموذج الحالي الذي ينطوي على دور وسيط للمرونة النفسية يمكن أن يستخدم للتنبؤ بالعلاقة السببية بين العصابية والاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة الإسلامية.

إن كون العصابية سمة سلبية تنطوي على مشاعر سلبية أفضى إلى ارتباطها الموجب بالاحتراق النفسي، إذ كلما ارتفعت درجة العصابية لدى الفرد زادت احتمالية احتراقه النفسي. والشخصية العصابية شخصية تتسم بالقلق، والخوف، والتوتر، والعصبية، والشعور بمشاعر الوحدة والاكتئاب، وعدم القدرة على تحمل الضغوط مما يفقد صاحبها القدرة على التركيز، والشعور بالإرهاق الجسدي، وعدم القدرة على استعادة طاقته عند نهاية اليوم، وفشله في ضبط انفعالاته مما يجعله عرضة للاحتراق النفسي. يدعم ذلك، نتائج الدراسات التي خلصت إلى أن الأشخاص الذين يعانون من درجة عالية من العصابية هم أكثر حساسية للمحفزات السلبية (Qin & Hi, 2008).

فإن القدة التنبؤية تعد ضعيفة، وأخيراً، أن كانت جميع مؤشرات PLS-SEM أكبر من مؤشرات LM فإن النموذج يفقد للقوة التنبؤية.

جدول (13): المقارنة بين قيم الجذر التربيعي لمتوسط مربع الخطأ ونموذج الانحدار الخطي المتعدد

الفقرة	الجذر التربيعي لمتوسط مربع الخطأ PLS-SEM_RMSE	نموذج الانحدار الخطي المتعدد PLS-SEM_RMSE
D1	0.881	0.964
D11	0.921	0.875
D12	1.031	1.089
D2	0.907	1.032
D3	0.969	1.061
D4	0.958	0.907
D5	0.922	1.015
D7	0.969	1.082
B2	1.224	1.229
B3	1.101	1.144
B4	1.237	1.269
B6	1.09	1.112

توضح النتائج الواردة في الجدول (13) أن جميع مؤشرات PLS-SEM أصغر من مؤشرات LM باستثناء مؤشري الفقرتين (D11, D4) مما يعني أن نموذج الدراسة الحالية يتمتع بمستوى متوسط من القدرة التنبؤية.

وتلخيصاً لما سبق، يمكن القول: إن جميع مسارات النموذج البنائي للمتغير الوسيط كانت دالة إحصائياً. إذ إن هناك أثراً مباشراً موجباً بين العصابية والاحتراق النفسي، وأثراً سالباً ما بين العصابية والمرونة النفسية، وما بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي. كما أن هناك دوراً وسيطاً للمرونة النفسية في العلاقة بين العصابية والاحتراق النفسي. وبناء عليه، يظهر أن الأثر المباشر قد بلغ (0.244)، وأن الأثر غير المباشر = $-0.417 \times$ (0.124 = 0.298)، وأن المجموع الكلي للأثر = $0.244 +$

مع دراسة (محمد وعمر، 2018؛ ويوسف وزملاؤه، 2021). وأخيراً، اتفق أثر الدور الوسيط للمرونة النفسية مع دراسة ليو وزملائه (2014).

التوصيات

1. استخدام أسلوب النمذجة في دراسات العلاقات بين المتغيرات، إذ إن فحص العلاقات الثنائية بين المتغيرات لا يعكس واقع طبيعة الظواهر النفسية المركبة.
2. دراسة متغيرات أخرى يمكن أن تضيف أبعاد تفسيرية جديدة لظاهرة الاحتراق النفسي، مثل اليقظة الذهنية، وسمات الشخصية الأخرى.
3. العمل على تحسين المرونة النفسية لدى الطلاب الجامعيين من خلال اكسابهم المزيد من المهارات الحياتية، وكيفية التعامل مع الضغوط ومواجهتها.



ونقيض ذلك، العلاقة السالبة ما بين العصابية والمرونة النفسية، فالأشخاص العصائبيون ذوو نظرة تشاؤمية، إذ يعتبرون المواقف البسيطة تهديداً، والمشكلات الطفيفة مشكلات معقدة، مفتقرين للقدرة على التكيف مع الشدائد، وتحمل الأحداث الضاغطة، وصعوبة التعافي بعد الأوقات العصيبة. وهذه الخصائص تتنافى مع المرونة النفسية التي تنطوي على قدرة الفرد على مواجهة الضغوطات، وسرعة تعافيه بعد الانتكاسات، واستغراقه وقتاً يسيراً للتعافي بعد الأحداث المرهقة. وقد ذكر "سليجمان" (2011) ثلاث اتجاهات لتشويه الإدراك يمكن أن تعيق تعافي الفرد من الشدائد، إذ يشخصن الأحداث فيشعر بأنه مسؤول عن كل ما يحدث، دون النظر إلى العوامل الأخرى التي أدت إلى وقوع المشكلة. كما يشعر بأن الحدث السيء في موقف ما؛ سيمتد إلى بقية مجالات حياته، فتتوقف الحياة عند أول حدث صادم يمر به، وأخيراً، يعتقد منخفضي المرونة النفسية بديمومة مشاكلهم، وهذا تشويه معرفي ينطوي على فكرة مفادها أن الأوقات العصيبة مستمرة ودائمة. لذا فإن منخفضي المرونة النفسية ومرتفعي سمة العصابية أكثر عرضة للاحتراق النفسي، كشف عن ذلك ارتفاع مقدار العلاقة السلبية بين العصابية والاحتراق النفسي- في الدراسة الحالية- نتيجة للأثر الوسيط الجزئي للمرونة النفسية، إذ ارتفعت من ($\beta = 0.244$) إلى ($\beta = 0.368$).

اتسقت نتائج الدراسة الحالية من حيث العلاقة السالبة ما بين العصابية والمرونة النفسية مع دراسات (قيمبو، 2010؛ محمد ومصطفى، 2015، نيتو وزملائه، 2023). كما اتفقت النتائج من حيث العلاقة السالبة ما بين المرونة النفسية والاحتراق النفسي مع دراسات (مريم، 2019، شعبانة وسرحان، 2020). وبالمثل، جاءت العلاقة الموجبة بين العصابية والاحتراق النفسي متفقة

المراجع العربية

مريم، رجاء بنت محمود. (2019). الاحتراق النفسي وعلاقته بالعوامل الخمسة للشخصية لدى العاملين في مهنة التمريض: دراسة في مستشفى المواساة في محافظة دمشق. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع 109، 48-23

الميلي، بندر صلاح. (2020). التوافق عبر الثقافات وعلاقته برصد الذات لدى الطلاب الدوليين في الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة. مجلة العلوم التربوية والاجتماعية، ع 1، 329-379

المراجع الأجنبية

Al-Dosari, Fatima bint Ali bin Nasser. (2015). Psychological burnout and its relationship to some extroverted and introverted personality variables among professors at Princess Noura University in Riyadh. King Khalid University Journal of Human Sciences, Vol. 2, No. 2, 67-97

Al-Harbi, Fahd Abdullah; Al-Faouri, Awni Sobhi. (2012). Social and psychological adaptation among non-native speakers of the Arabic language at the Islamic University of Medina (Unpublished master's thesis). University of Jordan, Amman.

Al-Milabi, Bandar Salah. (2020). Cross-cultural compatibility and its relationship to self-monitoring among international students at the Islamic University of Medina. Journal of Educational and Social Sciences, No. 1, 329-379

Al-Saeed, Muhammad Hamad. (2018). Psychological flexibility and job satisfaction and their impact on the emotional burnout of secondary school teachers in the State of Kuwait. The World of Education, No. 46, Part 2, 14-108.

Al-Shawara, Yassin Salem. (2020) The level of quality of educational services provided by the Islamic University of Medina from the perspective of students. Journal of the Islamic University for Educational and Psychological Studies, Vol. 28, No. 3, 243-259

American Psychological Association. (2015). Resilience. In *APA dictionary of psychology* (2nd ed., p. 910).

Bawiya, Nabila. (2012). The level of psychological burnout among university students: A field study on a sample of fourth-year students in the Department of Psychology and Educational Sciences at the University of Kasdi-Merbah-Ouargla. Journal of Humanities and Social Sciences, No. 8, 315-334

باوية، نبيلة. (2012). مستوى الاحتراق النفسي لدى الطالب الجامعي: دراسة ميدانية على عينة من طلبة السنة الرابعة قسم علم النفس وعلوم التربية بجامعة قاصدي مراح ورقلة. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ع 8، 334-315

الحري، فهد عبدالله؛ والفاعوري، عوني صبيحي. (2012). التكيف الاجتماعي والنفسي لدى دارسي اللغة العربية من الناطقين بغيرها بالجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الأردنية، عمان.

حسانين، السيد الشبراوي؛ وإبراهيم، أحمد عبدالفتاح (2017). الاحتراق النفسي لدى طلاب الجامعة بمصر والكويت في ضوء الجنسية والنوع والتخصص الدراسي. مجلة الارشاد النفسي، ع 51، 2، 41-2

الدوسري، فاطمة بنت علي بن ناصر. (2015). الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية الانبساطية والانطوائية لدى أساتذة جامعة الأميرة نورة بالرياض. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم الإنسانية، مج 2، ع 2، 97-67

السعيد، محمد حمد. (2018). المرونة النفسية والرضا الوظيفي وتأثيرهما في الاحتراق الوجداني لمعلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت. عالم التربية، ع 46، ج 2، 108-14.

شعبانة، زريفة، وسرحان، عدنان. (2020). المرونة النفسية، وفاعلية الذات، والاحتراق النفسي لدى طلبة التمريض في فلسطين. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس.

الشواورة، ياسين سالم. (2020) مستوى جودة الخدمات التعليمية التي تقدمها الجامعة الإسلامية بالمدينة المنورة من وجهة نظر الطلاب. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مج 28، ع 3، 259-243

محمد، حليلة محمد أحمد، وعمر، مهيد محمد. (2018). الاحتراق النفسي وعلاقته بالولاية التنظيمية وبعض سمات الشخصية: دراسة ميدانية على أساتذة الجامعات الحكومية بولاية الخرطوم (رسائل دكتوراه غير منشورة). جامعة أم درمان الإسلامية، أم درمان.

- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), 159-165.
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A Primer on Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) (3e)*. Thousand Oaks, CA: Sage
- Hassanein, Mr. Al-Shabrawy; And Ibrahim, Ahmed Abdel Fattah (2017). Psychological burnout among university students in Egypt and Kuwait in light of nationality, gender, and academic specialization. *Journal of Psychological Counseling*, No. 51, 2, 2-41
- Howard PJ, Howard JM (1995). *The Big Five Quick Start: An introduction to the five factor model of personality for human resource professionals*. ED 384754, Centre of applied cognitive studies, Charlotte, North Carolina
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research (pp. 114-158)*. New York, NY: Guilford Press.
- Karasek, R. (1990). Stress, productivity, and the reconstruction of working life. *Health work*.
- Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, 63, 128-133.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., and Becker, B. (2000). The construct of resilience: a critical evaluation and guidelines for future work. *Child Dev.* 71, 543-562. doi: 10.2307/1132374
- Maryam, Rajaa Bint Mahmoud. (2019). Psychological burnout and its relationship to the five personality factors among those working in the nursing profession: a study at Al-Mouwassat Hospital in Damascus Governorate. *Arab Studies in Education and Psychology*, No. 109, 23-48
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory manual (2nd ed.)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press
- Maslach, C., Schaufeli, W., and Leiter, M. (2001). Job burnout. *Annu. Rev. Psychol.* 52, 397-422. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.397
- Mohammed, A. A., & Mostafa, A. A. (2015). Five Factor Personality Traits and Psychological
- Chernova, A., Frajo-Apor, B., Pardeller, S., Tutzer, F., Plattner, B., Haring, C., Holzner, B., Kemmler, G., Marksteiner, J., Miller, C., Schmidt, M., Sperner-Unterweger, B., & Hofer, A. (2021). The Mediating Role of Resilience and Extraversion on Psychological Distress and Loneliness Among the General Population of Tyrol, Austria Between the First and the Second Wave of the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in psychiatry*, 12, 766261. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.766261>
- Chua, Y.P. (2022). *A step-by-step guide: PLS-SEM data analysis using Smart PLS 4*. Kuala Lumpur: Research tree Education.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- De Hert S. (2020). Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local and regional anaesthesia*, 13, 171-183. <https://doi.org/10.2147/LRA.S240564>
- Edelwich, J., & Brodsky, A. (1980). *Burn-out: Stages of disillusionment in the helping professions (Vol. 1)*. New York: Human Sciences Press.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
- Engler B. (2014). *Personality theories: an introduction (9th ed. international)*. Wadsworth Cengage Learning.
- Engler B. (2014). *Personality theories: an introduction (9th ed. international)*. Wadsworth Cengage Learning.
- Fayombo, G. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International journal of psychological studies*, 2(2), 105-105.
- Fayombo, G. (2010). The relationship between personality traits and psychological resilience among the Caribbean adolescents. *International journal of psychological studies*, 2(2), 105-105.
- Freudenberger, H. J. (1974). Staff burn-out. *Journal of social issues*, 30(1), 159-165.

- International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(24), 9495.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17249495>
- Shaabana, Zarifa, and Sarhan, Adnan. (2020). Psychological resilience, self-efficacy, and psychological burnout among nursing students in Palestine. Unpublished master's thesis, An-Najah National University, Nablus.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International journal of behavioral medicine*, 15(3), 194-200.
- Watson, D., & Clark, L. A. (1997). Extraversion and its positive emotional core. In *Handbook of personality psychology* (pp. 767-793). Academic Press.
- Yusoff, M. S. B., Hadie, S. N. H., & Yasin, M. A. M. (2021). The roles of emotional intelligence, neuroticism, and academic stress on the relationship between psychological distress and burnout in medical students. *BMC medical education*, 21(1), 1-10.
- Resilience Among Secondary School Students in Egypt. *Psycho-Educational Research Reviews*, 4(2), 3-9. Retrieved from
- Mohammed, A. A., & Mostafa, A. A. (2015). Five factor personality traits and psychological resilience among secondary school students in Egypt. *Psycho-Educational Research Reviews*, 4(2), 3-9.
- Mohammed, Halima Mohammed Ahmed, and Omar, Mahid Mohammed. (2018). Psychological burnout and its relationship to organizational mandate and some personality traits: a field study on professors at public universities in Khartoum State (unpublished doctoral dissertations). Omdurman Islamic University, Omdurman.
- Montero-Marín, J. (2016). El síndrome de burnout y sus diferentes manifestaciones clínicas: una propuesta para la intervención. *Anestesia Analgesia Reanimación*, 29(1), 4-4.
- Newman, R. (2005). APA's resilience initiative. *Professional Psychology: Research and Practice*, 36(3), 227-229. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.227>
- Nieto, M., Visier, M. E., Silvestre, I. N., Navarro, B., Serrano, J. P., & Martínez-Vizcaíno, V. (2023). Relation between resilience and personality traits: The role of hopelessness and age. *Scandinavian Journal of Psychology*, 64(1), 53-59.
- Qin, D., and Hi, F. Z. (2008). Effects of neuroticism on attentional bias for emotional words. *Chin. J. Health Psychol.* 16:36-363. doi: 10.3969/j.issn.1005-1252.2008.04.001
- Radomir, L., Ciornea, R., Wang, H., Liu, Y., Ringle, C. M., Sarstedt, M. (2023). State of the Art in Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM): Methodological Extensions and Applications in the Social Sciences and Beyond. Cham: Springer.
- Ronen, T. (2021). The Role of Coping Skills for Developing Resilience Among Children and Adolescents. In: Kern, M.L., Wehmeyer, M.L. (eds) *The Palgrave Handbook of Positive Education*. Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-64537-3_14
- Schaufeli, W.B., Desart, S., & De Witte, H. (2020). Burnout Assessment Tool (BAT) – Development, validity, and reliability.