نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة (دراسة وصفية)

Ego Depletion for sample of Gifted Students in Jeddah

إعداد

وهاد عيسى عقيلي

Wahad Issa Akili

د. نوال عبدالله الضبيبان

Dr. Nawal Abdullah Al-dabaiban

أستاذ مشارك بقسم علم النفس - جامعة الملك عبد العزيز

خبيرة الموهبة والابداع في الوطن العربي

Doi: 10.21608/jasht.2023.293800

استلام البحث : ١٥ / ٣ /٢٠٢٣

قبول النشـر: ٢٨ / ٣ / ٢٠٢٣

عقيلي ، وهاد عيسى و الضبيبان ، نوال عبدالله (٢٠٢٣). نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة (دراسة وصفية). ***المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة***، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٧(٢٦) أبريل، ٤٣١ – ٤٦٢.

http://jasht.journals.ekb.eg

نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة (دراسة وصفية)

المستخلص:

هدفت التعرُّف مستوى نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بمدينة جدة، كما هدفت إلى التعرف على الفروق وفقًا لكل من (النوع، المرحلة الدراسية، البيئة التعليمية). تكوَّنت عينة البحث من (٤٥٢) من الطلبة الموهوبين بالمرحلة المتوسطة والثانوية، في المدى العُمري (١١-١٨) عامًا، بمتوسط عمري قدره (١٤.٣٥) عامًا، وقد تمَّ استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن؛ لمناسبته لأهداف البحث، ولتحقيق أهداف البحث طبَّقت الباحثة مقياس نضوب الأنا للموهوبين (الشاذلي، ومحمود، ٢٠١٩)، توصَّلت نتائج البحث الحالي إلى مستوى منخفض لنضوب الأنا وأبعاده، لا توجد فروق في نضوب الأنا وفقًا لمتغير الجنس بينما توجد فروق في بعد الشعور بالاستنزاف وبعد تشتت الانتباه لصالح الإناث، ولا توجد فروق في نضوب الأنا وأبعاده وفقًا للمرحلة الدراسية والبيئة التعليمية.

الكلمات المفتاحية: نضوب الأنا، الطلبة الموهوبين، فصول موهبة.

Abstract:

It aimed to identify the level of ego depletion among a sample of gifted students in Jeddah, and also aimed to identify differences according to each of (type, stage of study, educational environment). The research sample consisted of (452) gifted students at the middle and secondary stages, in the age range (11-18) years, with an average age of (14.35) years, the descriptive comparative associative approach was used; to suit it for the research goals, and to achieve the research goals, the researcher applied the ego depletion scale for the gifted (al-Shazli and Mahmoud, 2019), the results of the current research reached a low level of ego depletion and its dimensions, there are no differences in ego depletion according to the gender variant while there are differences in the dimension of feeling drained and after being distracted in favor of females, there are no differences in ego depletion and its dimensions according to the stage of study and educational environment.

مقدمة البحث

قال الله تعالى: (قَالَ إِنَّ ٱللَّهَ ٱصْطَفَىٰهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُۥ بَسْطَةً فِى ٱلْعِلْمِ وَٱلْجِسْمِ ۖ) (القرآن الكريم، البقرة:٢٤٧).

"ان الله هو الذي وضع في جبلة بعضهم ذهبًا ليمكنهم من أن يكونوا حكامًا ووضع في طينة بعضهم فضة ليكونوا محاربين كما وضع في طينة آخرين رصاصًا ونحاسًا ليكونوا صناعًا" إنه أفلاطون الذي تعهد رعاية الموهوبين منذ القرن الرابع قبل الميلاد حيث أكد على أهمية انتقاء الأطفال والشباب ذوي الاستعدادات العقلية المتقدمة وتعليمهم حيث وصفهم بالأطفال الذهبيين (القريطي، ٢٠١٣).

إن تدقيق النظر في أبناء المجتمع اهتمامًا باكتشاف الموهوبين ليس حديث العصر بل سلكته المجتمعات منذ زمن بعيد. وفي العقود الأخيرة احتضنت العديد من الدول فئة الموهوبين حيث اكتشفت أنهم ثروة بشرية لا تنضب، بل ثروة قادرة على تطوير نفسها وتطوير مختلف الثروات الأخرى (الشامي، ٢٠١٧). وتَعتبر البلدان المتقدمة حول العالم الموهوبين والمتميزين كأحد أولويات عملية التعلم والتعليم فيقدمون لهم التسهيلات المادية والمعنوية من أجل خلق بيئة مناسبة للإبداع (الذيمات والبدور والشريدة، ٢٠٢٠).

وقد قدمت المملكة العربية السعودية رعاية خاصة بالموهوبين حيث قدمت في رؤية المملكة ٢٠٣٠ أهدافًا متعقلة بالتوجه نحو توفير بيئات مناسبة لاحتياجات الموهوبين واعداد مناهج وأنظمة تعليمية متطورة تركز على تطوير المواهب وتوفير البرامج والمقاييس والنظم التي تكفل استثمار طاقة الموهوب واستغلال المواهب في التنمية.

ويرى تانينبوم Tannenbaum في تفسيره للموهبة أن الطاقة الكامنة لدى الطفل الموهوب تعبر عن نفسها فيما بعد فتظهر لدى الموهوب البالغ في صورة طاقة منماة مستثمرة (Tannenbaum, 1983) كما يؤكد على الدور المؤثر للعوامل البيئية (الاجتماعية) والعوامل الشخصية (النفسية) لكل منها المعرفية وغير المعرفية في نمو الموهبة (أمين ورياض ومحمد، ٢٠١٩).

إن الموهوبين يمتلكون استعدادات وخصائص تميزهم عن أقرانهم العاديين (أبو أسعد، ٢٠١١؛ الرشيدي، ٢٠٢٠؛ الشخيلي، ٢٠٠٥). وبالرغم من أن خصائص الموهوبين تبدو إيجابية في ذات الوقت قد تكون مسببات للكثير من المشكلات في حين لم تشبع احتياجات الموهوبين (الشاذلي، ومحمود، ٢٠١٩؛ علي، ٢٠٢٠؛ أمين، رياض، ومحمد، ٢٠١٩)

إذًا رغمًا عن المميزات العديدة للطالب الموهوب إلا أنه يعاني من مشكلات عديدة تتسبب فيها مميزاته الشخصية او نتيجة لصعوبة توافقه الشخصي والاجتماعي (علي، ٢٠٢٠) وهذه التحديات والمهام التي يواجهها الموهوب تحتاج إلى طاقة لإنجازها والتعامل معها بطريقة صحيحة، وعند ممارسة الضبط العالي للذات قد تتناقص طاقة الفرد وتُستنزف عند الإسراف في ممارسة هذه الأنشطة، مما يضعف إرادة الفرد في إتمام المهام اللاحقة التي أيضًا تتطلب ضبطًا للذات وتعرف هذه الظاهرة بنضوب الأنا (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩، Friese, Loschelder, Gieseler, Frankenbach, & Inzlicht, 2018).

إن نضوب الأنا حالة من الانخفاض المؤقت للطاقة اللازمة لضبط الذات والتي يتم استهلاكها بشكل طبيعي أثناء أداء الذات لوظائفها التنفيذية، والتي تتمثل في مجموعة أنشطة كالتنظيم الذاتي، الاختيار الصعب، المبادرة النشطة، وهذه الطاقة لها مجموعة من الموارد المحدودة تعتمد عليها (Baumeister & Vohs, 2007). وهو حالة من الاستنزاف النفسي ونقص الطاقة الداخلية للفرد الناتجة عن محاولات السيطرة والتحكم في الصراعات الناشئة بين الرغبات الداخلية للفرد والواقع الذي يفرض عليه مجموعة من المعايير والمحددات (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa & Wintch, 2007).

ونظرًا إلى ما توضحه البحوث الحديثة في أن المهام المعقدة والتي تتطلب ضبط النفس لإتمامها تضغط على موارد الفرد التي تسمى بالأنا، حيث أنها من الطاقة الذهنية التي قد تتعرض للنضوب ويمكن أن تستنزف مما يؤدي إلى عدم القدرة على الأداء وضعفه في المهام اللاحقة التي تحتاج مهارات مثل اتخاذ القرار، الرغبة في التدريب، الاستنتاج العقلي، التفكير المنطقي وضبط النفس (Butler, Little, Walter, and Philips, 2015). ففي حين يختبر الطلبة الموهوبين مستويات عليا من الضغوط النفسية المرتبطة بتوقعاتهم عن انفسهم وتوقعات الاخرين عنهم بالإضافة الى عدم ملائمة الخطط التعليمية والمهنية المستقبلية لقدراتهم وامكاناتهم (عليوة، ٢٠١٨)، وتفاعل ذلك مع بعض خصائصهم العقلية والمعرفية والانفعالية والجسمية ورؤيتهم للواقع من منظور مختلف، يضعهم كل لك تحت ضبط الذات والتحكم بها أثناء أداء مهامهم التعليمية والاجتماعية وغيرها، مما يؤدي الى شعورهم بالاستنزاف وفقدان الطاقة الداخلية وضعف الإرادة نتيجة نضوب الأنا لديهم، فتؤثر على الإنتاج الإبداعي للموهوب ودافعيته العقلية.

ونظرًا لما أشار إليه تانينبوم Tannenbaum أن العوامل غير المعرفية تعد أهم العوامل النفسية الضرورية للشخصية المنجزة حتى تصل باستعدادات الموهوب وطاقته الكامنة إلى إنجازات ملموسة؛ كقوة الأنا، دافعية الإنجاز، الاستقلالية، التوجه للمستقبل، تكريس النفس في سبيل الإنجاز في مجال معين، الرغبة في تأجيل الاشباع المرحلي سعيًا للانجاز طول الأمد (Tannenbaum, 1983)،

فالدافع وتقييم الهدف من الخصائص الرئيسية التي تميز بين الموهوبين المنجزون والغير منجزون (McCoach & Flake, 2018) فالدوافع المستقلة الداخلية إرادية وتعكس اهتمامات الفرد وقيمه، بينما تمثل الدوافع الخارجية سلوكيات يشعر فيها الشخص بضغط داخلي أو خارجي أو أنه مضطر للتصرف (Ryan & Deci, 2017). وقد أشارت الأبحاث والدراسات إلى أن الطلاب الموهوبون يحققون مستويات أعلى من الدافعية الذاتية (الداخلية) مقارنة بالطلاب غير الموهوبين وبالرغم من ذلك لا يتميز جميع الطلاب الموهوبين بدوافع عالية (McCoach & Flake, 2018).

مشكلة البحث

تتمثل مشكلة البحث الحالي بأنه رغم تميز المراهقين الموهوبين ببعض الخصائص العقلية والمعرفية والانفعالية والجسدية إلا ان الطلبة الموهوبين يختبرون مستويات عليا من

الضغوط النفسية المرتبطة بتوقعاتهم عن انفسهم وتوقعات الاخرين عنهم بالإضافة الى عدم ملائمة الخطط التعليمية والمهنية المستقبلية لقدراتهم وامكاناتهم (عليوة، ٢٠١٨، ص.٧) نتيجة الافتقار لإشباع احتياجاتهم فيما يتعلق بالجوانب الشخصية والعقلية والبيئية.

تؤثر العديد من العوامل النفسية في العملية الإبداعية وتترك أثرها على انتاجية الموهوبين، وكذلك تسهم التغيرات النفسية والجسدية في مرحلة المراهقة في العديد من المشكلات المحتملة كما تشير تقديرات منظمة الصحة العالمية (٢٠٢١) إلى أن ١٤% من المراهقين عالميًا ممن تتراوح أعمارهم بين ١٠-١٩ عامًا يعانون من الاضطرابات النفسية التي تؤثر على قدراتهم وامكاناتهم ومع ذلك لا تزال هذه الحالات غير معترف بها وغير معالجة إلى حد كبير.

ففي ظل تحديات العصر تؤثر الضغوط الحياتية المتزايدة التي تواجه المراهقين الموهوبين وما يشعرون به من قلق مستمر وضغوط نفسية تجاه مختلف المواقف وما تمثله الوجدانات السالبة على شخصية الموهوب (عليوة،٢٠١٨)، مما يدعو إلى الحاجة الماسة للاهتمام البحثي.

فنتيجة لخصائص الموهوبين من حيث ذكائهم وقدراتهم المعرفية وامكاناتهم الذاتية يتعرضون للإجهاد أكثر من أقرانهم. منها ما هو خاص بالفرد الموهوب وسماته، وضغوط أخرى اسرية واجتماعية وخاصة بالعلاقات والعواطف والقضايا الأخلاقية والروحية، وأخرى خاصة بإدارة الوقت وقضاء وقت الفراغ وممارسة هواياتهم، بالإضافة الى المعوقات التي تتضمنها البيئة المدرسية التي تقف في طريق قدرات الموهوب ومطالب نموه في مرحلة المراهقة.

بذلك قد تتخذ خصائص الموهوبين المميزة لهم اتجاه سلبي التأثير ينعكس عليهم بتضاعف الجهد النفسي مما يؤثر على طاقة الموهوب وقدراته ودافعيته العقلية.

في ظل هذا التوجه البحثي تشير دراسة (القرني والصائغ، ٢٠١٨) أن نسبة الموهوبين المتسربين من التعليم في المملكة العربية السعودية بلغت ٢٠% مما يستدعي أخذها بالاعتبار، وتؤكد نتائج الكثير من الدراسات أن الموهوبين يتعرضون لإجهاد أعلى من أقرانهم بسبب قدراتهم المعرفية وابداعهم، وهم أكثر حساسية للقضايا الخاصة بهم (Mendaglio, 2002; Mirnics, Kovi, & Bagdy, 2015)، ويعانون من الكمالية العصابية (النعيمي، ٢٠١٩؛ العازمي، ٢٠١٦؛ Fletcher & Speirs Neumeister, 2012)، فيؤدون المهام بلا متعة فاقدين قيمتها، وقد يشعرون بانخفاض تقدير الذات (Turki & Al-Qaisy, 2012) وصعوبة اتخاذ القرار (عليان، ٢٠٢٠)، كما تقل قدرتهم على ضبط الذات نتيجة ضعف إرادة الموهوب وذلك نتيجة الاستنزاف النفسي ونقص الطاقة الداخلية نتيجة محاولات السيطرة على الرغبات الداخلية مقابل ما يفرضه الواقع من معايير ومحددات، وهو ما يعرف بنضوب الأنا.

إذ يؤدي نضوب الأنا إلى بعض المشكلات كقلق المستقبل (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩)، القلق الاجتماعي (Blackhart, Williamson, & Nelson, 2015)، الحساسية الزائدة (Sobocko, 2012)، ضعف التنظيم الذاتي (Sparks, Stillman, & Baumeister,

(Vohs, 2008; Darowski, 2011)، واعاقة عملية التعلم (Thompson, Sanchez, Wesley, & Reber, 2014). فعندما نفكر في الطلاب المستقلين ذاتيًا ممن لديهم رغبة اختيار العمل الجاد وهذا ما تثبته نظرية تقرير المصير لديسي وريان أنهم يجدون التعلم ممتعًا ومهم لهم شخصيًا تكون تجربتهم تجربة إرادة ومسؤولية واحساس بذواتهم (Reeve, Ryan, Deci, & Jang, 2007) ونجد في الجانب الآخر الموهوبين المختفين غير المستثمرين لقدراتهم المتأثرين بنضوب الأنا نتيجة افتقارهم للقدرة على مواجهة الصعوبات الحياتية والأكاديمية والتعامل معها.

ونظرًا إلى أن كلا من الإبداع والأنا قائمان على أساس بيولوجي ولما ثبت أن المرونة المعرفية مرتبطة بشكل كبير بالإبداع، وتتطلب مستوى عالٍ من المعالجة مثل العمليات الأخرى التي تبين التأثير السلبي لنضوب الأنا فيها (Butler, Little, Walter, & Phillips, 2015) وقد وجدت دراسة (Hu, Li, & Kwan, 2021) أن نضوب الأنا عائق أمام الإبداع. وبناء على كل ذلك تقترح الباحثة أن نضوب الأنا قد يؤدي إلى انخفاض في الدافعية العقلية لدى الموهوبين وأن تقرير المصير قد يثبت دوره كمعدل لتلك العلاقة.

فقد توصلت دراسة (Sobocko, 2012) إلى أن الافراد الأكثر حساسية أكثر عرضة لنضوب الانا مما أضعف أدائهم نتيجة استهلاكهم لقدر أكبر من طاقتهم بسبب المشاعر السلبية. ودراسة (Y. Le, Chen, Liu, Pang, & Deng, 2021) أن تأثير نضوب الأنا يعوق بشكل أساسي مهام العمليات الإدراكية المعقدة، وأنه يعيق عملية التعلم. وقد يرجع ذلك لتشتت الانتباه والملل وعم وجود الرغبة والدافع لأداء هذه المهم والذي يعد الخطوة الأولى للوصول للهدف.

فمن خلال ما أتيح للباحثة من الدراسات حول متغيرات البحث الحالي، لاحظت عدم وجود دراسات عربية ولا أجنبية، تناولت موضوع البحث الحالي بعينته الحالية، فمن هنا تكونت دافعية الباحثة في الحاجة لدراسة موضوع البحث المتمثل في التساؤل الرئيسي:

ما مستوى نضوب الأنا لدى الطلبة الموهوبين بجدة؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

١. مستوى كل من نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة.

٢. الفروق بين الموهوبين في نضوب الأنا تبعًا لكل من (النوع، المرحلة الدراسية، البيئة التعليمية) لدى أفراد عينة البحث رابعًا/ أهمية البحث:

الأهمية النظرية:

١. تقديم إطار نظري يثري التراث العربي النفسي في متغير نضوب الأنا الذي قلما تناولته البحوث العلمية العربية والمحلية، مما يضيف إلى المعرفة العلمية والنظرية لهذا المتغير.

٢. أهمية العينة المستهدفة بالبحث، حيث يمثل الموهوبون ثروة بشرية يجب رعايتها والتعامل الإيجابي لمعالجة مشكلاتها وتطوير كفاءتها النفسية والعملية.

الأهمية التطبيقية:

يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي بأنها تسهم فيما يلي:

١. الاستفادة من البحث الحالي في عمل برامج إرشادية من قبل المختصين في وحدة التوجيه والإرشاد للطلاب ذوي المستويات المرتفعة من نضوب الأنا.

٢. توجيه المهتمين بالموهوبين والقائمين بالعملية التعليمية وجهات الإرشاد وأسرة الموهوب بضرورة عمل برامج تطويرية لهم لتحسين مهاراتهم والمرونة النفسية لتنمو شخصيات متزنة ومبدعة تحقق اهدافها وتنمو بالمجتمع.

مصطلحات البحث:

نضوب الأنا Ego depletion:

تُعرف نضوب الأنا على أنه: حالة إجهاد عقلي تؤدي لنقص طاقة الفرد الداخلية التي يحتاجها لأداء المهام المفروضة عليه بمعايير خارجية (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa, & Wintch, 2007, p.12).

وتعرفه عبد الله وحافظ ورضوان (٢٠١٩) بكونه "ظاهرة نفسية فسيولوجية سلوكية ونسبية يصاب بها الفرد تتمثل في انخفاض مؤقت في قدرة الانا لأداء المهام، الناتج عن استهلاك الطاقة الداخلية للأنا في الأفعال الارادية المختلفة مما يؤدي الى انخفاض طاقة الفرد لأداء المهام المختلفة اللاحقة" (ص.١٩٣).

إذ أنه الظاهرة التي يُظهر بها الافراد ضعف في أداء المهام المتعلقة بأنشطة ضبط النفس بعد ارتباطهم بمهام سابقة تتطلب ضبط النفس مثل: التحكم في الانفعالات كالأفكار والمشاعر والسلوكيات الاندفاعية مما يضعف قدرة الفرد على ضبط النفس في أداء المهام او الأنشطة. ويفسرها بناء على علاقة (السبب-النتيجة) حيث تعتبر المهام الأولية التي تتطلب مجهود في ضبط النفس (السبب) وتؤدي إلى ضعف في أداء المهام (النتيجة) (Friese Loschelder, Gieseler, Frankenbach & Inzlicht, 2018, p.107).

وتعرف أبعاد نضوب الأنا وفقًا لتعريف (الشاذلي ومحمود ،٢٠١٩، ص. ٤١٤):

١. الشعور بالاستنزاف: "يقصد به شعور الفرد بنفاذ مصادر طاقته النفسية والجسدية والمعرفية كنتيجة لاستهلاك الطاقة في مهمة تتطلب ضبط الذات فيشعر الفرد بالإجهاد الشديد بشكل تدريجي في المهام التالية التي تتطلب ضبط الذات" .

٢. ضعف الأداء: يقصد به انخفاض في قدرة الفرد على أداء وإنجاز المهام الصعبة التي تحتاج إلى كثير من الطاقة الداخلية والدافع للإنجاز".

٣. تشتت الانتباه: يقصد به صعوبة التركيز والانتباه وعدم القدرة على مقاومة المثيرات الخارجية التي من شأنها تشتيت الانتباه فيحدث الملل والتنقل بين المهام قبل إنهائها في ظل صعوبة معالجة المعلومات الخاصة بهذه المهام".

٤. انخفاض التحكم في الذات: انخفاض في القدرة على السيطرة على الأفكار والانفعالات وعدم التحكم في الرغبات والدوافع ومن ثم عدم تحقيق الأهداف بنجاح ".

التعريف الإجرائي:

تتبنى الباحثة تعريف مُعِد المقياس المستخدم في البحث الحالي (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩، ص.٤١٤) لنضوب الأنا: "بأنه حالة من الانخفاض المتغير والنسبي في القدرة على ضبط الذات ويتضح ذلك من خلال الشعور بالاستنزاف النفسي والجسدي وضعف أداء المهام المجهدة وتشتت الانتباه وانخفاض التحكم في الذات"، ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب الموهوب على مقياس نضوب الأنا المستخدم في البحث الحالي.

الطلبة الموهوبون Gift Student:

يُعرف الطلبة الموهوبين على أنهم: أولئك الذين يمتلكون قدرات عقلية أو إبداعية أو اجتماعية أو بدنية تزيد عن المعتاد بشكل واضح (CEM, 2019).

ويمكن تعريفهم على أنهم " الذين يظهرون تصرفات بمستويات استثنائية وأفكار إبداعية خارج نطاق التصرفات الطبيعية المعتادة (عُرِّفت على أنها قدرات متفردة ومتميزة للتحليل والتميز) أو حتى في المنافسة (وثقت قدراتهم، أدائهم وانجازاتهم فوق الـ١٠% أو أكثر ندرة) في مجال أو أكثر من المجالات التي تم تأسيسها على مواطن التفاعل مع رموز مفرداتها أو محتواها، مثل: (الرياضيات، الموسيقى واللغة) بالإضافة إلى /أو المهارات الحركية الدقيقة، مثل: (الرسم، الرقص والرياضة). الموهبة الذهنية ترمز على ظهور القدرات والأداء العالي في مجال الإنجازات الذهنية-الأكاديمية"(Stricker, Buecker, Schneider, & Preckel, 2019).

عرفتهم وزارة التعليم السعودية عام ١٤١٨هـ بأنهم "الطلاب الذين يوجد لديهم استعدادات وقدرات غير عادية، أو أداء متميز عن بقية أقرانهم في مجال أو أكثر من المجالات التي يقدرها المجتمع، وخاصة في مجالات التفوق العقلي، والتفكير الإبداعي، والتحصيل العلمي، والمهارات والقدرات الخاصة، ويحتاجون رعاية تعليمية خاصة، قد لا تتوافر لهم بشكل متكامل في برامج البحث العادية (موهبة، ٢٠١٩).

التعريف الإجرائي:

تعرف الباحثة الطلبة الموهوبين في البحث الحالي بأنهم: طلبة المرحلة المتوسطة والثانوية الموهوبون الملتحقون بفصول موهبة التابعة لبرنامج شراكة المدارس مع مؤسسة الملك عبد العزيز ورجاله للموهبة والابداع والملتحقين بفصول موهبة الوزارية، الحاصلون على درجات لا تقل عن (1315) لعام ١٤٤٣ه وهي درجات أعلى من متوسط المختبرين في مقياس القدرات العقلية المتعددة (مقياس موهبة) ضمن المشروع الوطني للتعرف على الموهوبين.

حدود البحث:

يتضمن البحث الحالي الحدود التالية:

١. **الحدود البشرية:** تتكون العينة الأساسية من (٤٥٢) من الطلبة الموهوبين الذكور والاناث بالمرحلة المتوسطة والثانوية، منهم (١٧١) طالب و(٢٨١) طالبة، تراوحت أعمارهم بين ١١ – ١٨ عام.

٢. **الحدود الموضوعية:** التعرف على مستوى نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة.
٣. **الحدود المكانية:** المدارس الحكومية للطلبة الموهوبين والموهوبات بمدينة جدة (مدرسة ١٢٨ للموهوبات، مدرسة الفيصلية للموهوبين، مدارس المرحلة المتوسطة والثانوية للتعليم العام التي تتضمن فصول موهبة للبنات والبنين).
٤. **الحدود الزمانية:** تم تطبيق أدوات البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من عام ١٤٤٣هـ / ٢٠٢٢م.
٥. **حدود أدوات البحث:** مقياس نضوب الأنا للموهوبين.

وعلى جانب الاستفادة من التراث الادبي تتناول الباحثة أحدث الدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث الحالي بمتغير نضوب الأنا ومرادفاته (استنزاف الأنا، نضوب التحكم بالذات):هدفت دراسة (Moller, Deci, & Ryan, 2006) إلى التعرف على العلاقة بين الاختيار (تقرير المصير) ونضوب الأنا: الدور الوسيط للدافع الذاتي، أجريت البحث في جامعة روتشستر بنيويورك، تم استخدام المنهج التجريبي، حيث طبقت ثلاث تجارب تدعم الفرضية القائلة بأنه: عند التعرض لظروف تجعل القدرة على الاختيار خاضعة للرقابة سترفع نسبة التعرض لنضوب الأنا، والظروف التي تنبع من الاختيار الذاتي (تقرير المصير) لن تسبب ذلك، وتكونت العينة في التجربة الأولى من (٣٧) طالبًا وطالبة جامعيًا تتراوح أعمارهم بين (١٨- ٢٢) عام، وتكونت عينة التجربة الثانية من (٢٥) طالبًا وطالبة جامعيًا تتراوح أعمارهم بين (١٨- ٢٣) عام، أما التجربة الثالثة فقد تكونت العينة من (٣٣) طالبًا وطالبة جامعيًا تتراوح أعمارهم بين (١٨- ٢٢) عام، ولتحقيق اهداف البحث تم استخدام مقياس تقرير المصير المكون من تسعة عناصر من Reeve، ومقياس القدرة على حل المشكلات ومقياس تابع لنضوب الأنا، والمقياس المعتمد لنضوب الأنا، وتم تقديم استمارات واستبيانات، وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة بين نوعية الاختيار (الخاضع للرقابة، الدافع الذاتي) ونضوب الأنا، مما اثبت صحة الفرضية.

وهدفت دراسة (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa, & Wintch, 2007) بعنوان نضوب الأنا عامل مساهم في فقدان الأمل الاكتئابي، إلي التعرف على العلاقة بين نضوب الأنا والاكتئاب وفقدان الأمل، وتكونت عينة البحث من طلاب الجامعة بلغت (٨١) طالب وطالبة، تتراوح أعمراهم بين (١٨ إلى ٤٥) عام، تم استخدام المنهج التجريبي حيث طبقت البحث في الصفوف الجامعية ومنازل الطلاب، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام نموذج الموافقة، تعليمات لأداء نشاط نضوب الأنا ، مقياس الأحداث المستقبلية (wichman et. Al., 2006; Anderson, 1990). وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة موجبة بين نضوب الأنا وفقدان الأمل والاكتئاب، ووجود فروق بين الجنسين في نضوب الأنا لصالح الذكور.

كما هدفت دراسة (Job, Dweck & Walton, 2010) إلى التعرف على تأثير نظرة الفرد لإرادته على نضوب الأنا، وتكونت عينة البحث من (٧٧) طالبة جامعية، ولتحقيق اهداف البحث تم استخدام مقياس قوة الإرادة ومقياس التحكم في الذات، وتوصلت نتائج

البحث إلى أن الأفراد الذين يعتقدون أن الإرادة غير محدودة الموارد لم يعانوا من نضوب الأنا بعد المجهود بعكس الذين يعتقدون أن الإرادة لها موارد محدودة؛ وجد لديهم مستوى مرتفع من نضوب الأنا.

وفي دراسة أجراها (Sobocko, 2012)، بعنوان العلاقة بين نضوب الأنا والمعالجة الحسية للمشاعر، هدفت إلى تقييم ما إذا كان الاستمرار في ضبط الذات لدى الأفراد الأكثر حساسية ينتج عنه حالات متزايدة من نضوب الأنا، والتي بدورها يمكن أن تفسر ضعف الأداء المعرفي والاجتماعي لديهم. تكونت عينة البحث من (١١٨) طالب جامعي تتراوح أعمارهم بين (١٨-٣١) عام، في كندا (جامعة كارلتون)، تم استخدام المنهج التجريبي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقاييس لسمات الشخصية تم استخدام مقياس BIS/BAS (Carver & White, 1994)، مقياس آيزنك للشخصية (Eysenck, & Barrett, 1985)، السمات الشخصية الخمس الكبرى (BigFive by John & Srivastava, 1999). ولقياس حساسية المشاعر؛ اختبار الشخص عالي الحساسية HSPS (Aron & Aron, 1997). ولقياس نضوب الأنا؛ تم إعداد تجربة استناداً على الدراسات السابقة لـ (Baumeister et. al, 1998; 2008). وأخيراً تم قياس الأداء المعرفي للمشتركين بإستخدام اختبار ستروب المحوسب (Stroop, 1935). وتوصلت نتائج البحث إلى أن استجابة الأفراد الأكثر حساسية كانت أبطأ من غيرهم وكان أدائهم أضعف وهم أكثر عرضة لنضوب الأنا. وذلك نتيجة استهلاكهم قدر كبير من طاقتهم بسبب انخراطهم في مشاعرهم السلبية.

قام (Heilman, 2016) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الدافع الذاتي ونضوب الأنا، تكونت العينة من (٢١٠) مشترك من العاملين في MTurk بالولايات المتحدة الأمريكية من عمر ١٨ عام فأكثر، وباستخدام المنهج التجريبي، تم تقسيمهم إلى مجموعتين رئيسيتين مجموعة محفزة تتضمن (منضوب وغير منضوب) ومجموعة غير محفزة (منضوب وغير منضوب)، ولتحقيق اهداف البحث تم تصميم مقياس تجريبي واستخدم المشتركين أجهزة الحاسوب دون الجوالات او الأجهزة اللوحية، وتم تقييم المشتركين باستخدام مقياس Brief Self-Control Scale BSCS (Tangneyetal, 2004) ومقياس Intrinsic Motivation Inventory (Rayan & Deci, 2000)، وتوصلت نتائج البحث إلى أن المجموعة المحفزة حققت نتائج أعلى في المهمة الأولى وعدم وجود فروق بين المجموعتين في المهمة الثانية، مما يعني أن الحوافز الخارجية المقدمة لم تظهر أي تغيير في دافعيتهم وتحكمهم بذاتهم لإنجاز الأنشطة، وأوضح الباحث أن هذا يعود لقدرة العينة على ضبط النفس، وذلك لأنه لم يجد تبايناً بينهم في قدرتهم على ضبط النفس، وتوصل إلى أن الزيادة في فهم العوامل المساهمة في ضبط النفس ستكون مفيدة لأي شخص يعتزم تعزيز قوة إرادته وتحقيق أهدافه.

كما وجد (Englert &Bertrams, 2017) في دراسته التي هدفت الى أن أداء طلاب المرحلة المتوسطة الذين استنفدت قوتهم على التحكم بالذات يعانون من نضوب مؤقت

ينخفض أدائهم في استرجاع المعلومات، مقارنةً بالطلاب الذين لا يعانون من النضوب، وتكونت العينة من (٥٣) طالب لديه نضوب مؤقت و(٥٦) طالب لديه موارد كافية للتحكم بالذات بشكل مؤقت. واستخدم الباحثان المنهج التجريبي، وتوصلت نتائج البحث إلى أن الطلاب الذين أُستنفذت قوة التحكم بالذات لديهم كانت نتائجهم أكثر ضعفًا على على تنظيم الانتباه والمثابرة في اختبار استعادة المعلومات مقارنة بالطلاب الذين لم تنفذ قوة التحكم بالذات لديهم. وتقترح أن نضوب قوة التحكم بالذات قد تأثر سلبًا في أداء الطلاب الأكاديمي ونجاحهم في مراحل دراسية متقدمة.

كما هدفت دراسة (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) إلى التعرف على درجة كل من نضوب الأنا وقلق المستقبل والعلاقة بينهما، تكونت العينة من (٩٠) طالب موهوب بالصف الأول الثانوي بمحافظة سوهاج، باستخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس نضوب الأنا (اعداد الباحثين) ومقياس قلق المستقبل (اعداد الباحثين)، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة موجبة بين نضوب الأنا وقلق المستقبل، وأن مستوى نضوب الأنا متوسط لدى عينة البحث من الموهوبين، ووجود فروق في نضوب الأنا تبا للنوع في صالح الذكور.

وقدمت (عبدالله وحافظ ورضوان، ٢٠١٩) دراسة هدفت إلى التعرف على نضوب الأنا وأثره على كل من النوع والعمر لدى طلاب الجامعة، وتكونت عينة البحث من (٢٠٠) طالب بجامعة سوهاج تراوحت أعمارهم بين (١٩-٢٤) عام، وتم استخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس نضوب الأنا (اعداد الباحثة)، وتوصلت النتائج إلى وجود فروق في نضوب الأنا لدى عينة البحث تبعا للعمر لصالح (١٩ -٢١) عام، ووجود فروق تبعا للنوع لصالح الذكور.

دراسة (Heilat & Seifert, 2019)، التي هدفت للتعرف على العلاقة بين الدعم العاطفي (الانفعالي) والدافع الذاتي الداخلي والدافعية العقلية، تكونت عينة البحث من (٩١) طالبًا وطالبة موهوبًا، و عينة من (١٤٠) طالبًا وطالبة غير موهوب بالمرحلة الثانوية بالأردن وعمان، تم استخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق اهداف البحث تم استخدام مقياس كاليفورنيا للدافعية العقلية CM3 (Giancarlo, 1998) تعريب (مرعي، ونوفل، ٢٠٠٨)، ومقياس الدعم العاطفي (Hisada، Minoguch &Senda ، 1989)، ولتقييم الدوافع الذاتية تم استخدام جرد التحفيز الداخلي IMI (Ryan، 1982). وتوصلت نتائج البحث إلى وجود علاقة موجبة بين الدعم العاطفي والدافعية الذاتية والدافعية العقلية لكل من الطلاب الموهوبين وغير الموهوبين. حيث أثبتت دور الدعم العاطفي في تنمية المراهقين ولا سيما الموهوبين منهم وأن الدافع الداخلي سمة لدى الموهوبين.

وتهدف دراسة (Le, Chen, Liu, Pang, & Deng, 2021) إلى التعرف على تأثير مبدأ التصميم العاطفي على نضوب الأنا، ويتمثل نضوب الأنا في البحث في فشل التنظيم الذاتي بسبب ارهاق الطلاب واستنفاذهم لمواردهم العقلية. تكونت عينة البحث من (١٢٠) طالبا جامعيا بجامعة صينية، تم استخدام المنهج التجريبي، تلقت مجموعة الاستنفاد أساليب تنظيم ذاتي مختلفة ومن ثم حضرت المجموعتين وسائط متعددة ذات تصميم عاطفي أو تصميم محايد، و استُخدم قائمة مراجعة تقرير ذاتي من ١٠ بنود لجمع معلومات حول

معلومات الطلاب المسبقة عن المهمة التجريبية، كما تم قياس الحالة العاطفية للطلاب باستخدام جدول العاطفة الإيجابية والسلبية، وتم قياس الحمل المعرفي باستخدام استبيان الحمل المعرفي، وتم قياس أداء التعلم باستخدام اختبارات الاستبقاء والنقل. أما التنظيم الذاتي فتم قياسه عن طريق النشاط القلبي الوعائي للمشاركين باستخدام مؤشر حيوي يقيس قوة التنظيم الذاتي، وتخطيط القلب الكهربي، ولنضوب الأنا مقياس ستروووب (كلمة - لون) (Stroop, 1935). وتوصلت نتائج البحث إلى ان استخدام التصميم العاطفي الإيجابي يخفف تدهور أداء تعلم الطلاب في المجموعة المتأثرة بنضوب الأنا حيث أنه قام بالحد من زيادة الجهد المعرفي، أي أن تطبيق منهج التصميم العاطفي يمكن أن يمنع حدوث ضعف في التعلم. وتقدم النتائج أيضًا فرضية أن الحالات العاطفية للمتعلمين تؤثر على معدل استهلاكهم لمواردهم العقلية، مما يؤثر على الجهد المعرفي الذي يتعرضون له ونضوب الأنا.

تعليق عام على الدراسات السابقة:

تم عرض الدراسات التي أتيح للباحثة الاطلاع عليها، ومن خلال هذه الدراسات تم ملاحظة التالي:

هدفت الدراسات السابقة في ضوء عدة اعتبارات ومن ذلك العوامل المسببة لنضوب الأنا ومنها نظرة الفرد لإرادته كدراسة (Job, Dweck & Walton, 2010) ومدى حساسية مشاعره كدراسة (Sobocko, 2012). وتناولت تأثير نضوب الأنا على أداء الطلاب الاكاديمي كدراسة (Englert &Bertrams, 2017) بالإضافة إلى مساهمة نضوب الأنا في بعض المشكلات النفسية كالاكتئاب في دراسة (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa, & Wintch, 2007) وقلق المستقبل في دراسة (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) وكيف يمكن الحد من نضوب الأنا كدراسة (Le, Chen, Liu, Pang, & Deng, 2021) التي اشارت لدور التصميم العاطفي في تخفيف تدهور أداء الطلاب والحد من زيادة الجهد المعرفي.

تنوعت عينة البحث في الدراسات السابقة فتناولت غالبية الدراسات عينة من طلاب المرحلة الجامعية عدا دراسة (Englert &Bertrams, 2017) طلاب المرحلة المتوسطة، ودراسة (الشاذلي ومحمود،٢٠١٩) طلاب المرحلة الثانوية الموهوبين.

كما اعتمدت الدراسات السابقة على المنهج التجريبي، عدا دراسة (Job, Dweck & Walton, 2010) ودراسة (Heilat &Seifert, 2019) ودراسة (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) ودراسة (عبدالله وحافظ ورضوان، ٢٠١٩) اعتمدت على المنهج الوصفي.

أما بالنسبة للأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة فقد تراوحت بين استخدام التجارب واستخدام المقاييس السابقة والمقاييس المعدة من قبل الباحثين.

كما توصلت الدراسات إلى أن الدوافع الخارجية كالرقابة والتحكم الخارجي بالذات ترفع نسبة التعرض لنضوب الأنا كدراسة (Moller, Deci, & Ryan, 2006)، بينما لم تظهر الحوافز الخارجية أي تغيير في الذافعية والتحكم الذاتي لإنجاز الأنشطة في دراسة (Heilman, 2016). كما أكدت دراسة (Heilat &Seifert, 2019) وجود علاقة موجبة

بين الدعم العاطفي والدافعية الذاتية والدافعية العقلية لكل من الطلاب الموهوبين وغير الموهوبين وأن الدافع الداخلي سمة لدى الموهوبين.

وتوصلت نتائج دراسة (Job, Dweck & Walton, 2010) إلى أن الذين يعتقدون أن للإرادة مورد محدود لديهم مستوى مرتفع من نضوب الأنا. ودراسة (Sobocko, 2012) أن الافراد الأكثر حساسية أكثر عرضة لنضوب الأنا، ودراسة (Englert &Bertrams, 2017) أن نضوب قوة التحكم بالذات تأثر سلبًا على أداء الطالب الأكاديمي وأن نضوب الأنا يحدث باختلاف الجهد المبذول في المهمة السابقة. وأن مستوى نضوب الأنا يرتفع عند التعرض لظروف تجعل القدرة على الاختيار خاضعة للرقابة كدراسة (Moller, Deci, & Ryan, 2006)، بينما لم تؤثر الدوافع الخارجية على أداء الافراد كدراسة (Heilman, 2016)، كما توصلت إلى وجود علاقة بين نضوب الأنا ونوعية الاختيار (خاضع للرقابة-دافع ذاتي) كدراسة (Moller, Deci, & Ryan, 2006) ووجود علاقة موجبة مع الدافع الذاتي كدراسة (Heilat &Seifert, 2019).

واتفقت دراسة (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa, & Wintch, 2007) ودراسة (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) ودراسة (عبدالله وحافظ ورضوان، ٢٠١٩) على وجود فروق في نضوب الأنا تبعًا للجنس لصالح الذكور.

فروض البحث:

في ضوء العرض السابق للدراسات ونتائجها، قامت الباحثة بصياغة الفروض كما يلي:

١. يوجد مستوى متوسط من نضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة.

٢. توجد فروق بين الطلبة الموهوبين في نضوب الأنا تبعًا للنوع والمرحلة الدراسية لصالح الذكور والمرحلة الثانوية، وتوجد فروق تبعًا للبيئة التعليمية لصالح فصول موهبة.

منهج البحث واجراءاته

منهج البحث

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الذي يتناسب مع أهداف البحث الحالي وفروضه، حيث تناولت مقارنة للتعرف على الفروق بين متوسطات درجات عينة البحث في نضوب الأنا وفقًا لمتغير النوع (ذكور، إناث)، والمرحلة الدراسية (المرحلة المتوسط، المرحلة الثانوية)، البيئة التعليمية (فصول موهبة، مدرسة الموهوبين) لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة.

مجتمع البحث

شمل مجتمع البحث جميع الطلبة الموهوبين بالمدارس الحكومية ذكورًا وإناثًا، بالمرحلتين المتوسطة والثانوية بمدينة جدة، البالغ عددهم (٤٢٤٤) منهم (١٨٥١) طالب و (٢٣٩٣) طالبة، للعام الدراسي ١٤٤٣هـ/ ٢٠٢٢م.

عينة البحث

تكونت عينة البحث من الطلبة الموهوبين في المرحلتين المتوسطة والثانوية بإدارة التعليم في مدينة جدة، في المدى العمري من (١١-١٨) عام بمتوسط عمري (١٤.٣٥ عام)،

ISSN: 2537-0480 eISSN: 2537-0499

وانحراف معياري قدره (١.٦٣)، والبالغ عددهم (٤٥٢) منهم (١٧١) طالب و(٢٨١) طالبة، استقطبوا من المدرسة ١٢٨ للموهوبات والمدرسة الفيصلية للموهوبين وعدد من مدارس التعليم العام التي تتضمن فصول موهبة بمدينة جدة.

جدول (١) خصائص عينة البحث (ن= ٤٥٢)

المتغيِّرات	الفئة	التكرارات	النسبة المئوية %
الجنس	ذكر	١٧١	%٣٧.٨
	أنثى	٢٨١	%٦٢.٢
	المجموع	٤٥٢	%١٠٠
المرحلة الدراسية	المرحلة المتوسطة	٢٥٧	%٥٦.٩
	المرحلة الثانوية	١٩٥	%٤٣.١
	المجموع	٤٥٢	%١٠٠
البيئة التعليمية	مدرسة الموهوبين	١٨٢	%٥٩.٧
	فصول موهبة	٢٧٠	%٤٠.٣
	المجموع	٤٥٢	%١٠٠

يتضح من جدول (١) أن عينة البحث الكلية تكوَّنت من (٤٥٢) من الطلبة الموهوبين بمدينة جدة؛ وقد بيَّنت نتائج تحليل المتغيِّرات الديموغرافية (الجنس، المرحلة الدراسية، البيئة التعليمية) ما يلي:

أ- **الجنس:** بيَّنت نتائج التحليل في جدول (١) أن (ن=١٧١، ٣٧.٨%) من الطلبة هم من (الذكور)، كما بيَّنت النتائج أن (ن=٢٨١، ٦٢.٢%) من الطلبة هن من (الإناث).

ب- **المرحلة الدراسية:** بيَّنت نتائج التحليل في جدول (١) أن (ن=٢٥٧، ٥٦.٩%) من الطلبة في عينة البحث الحالي في (المرحلة المتوسطة)، كما بيَّنت النتائج أن (ن=١٩٥، ٤٣.١%) من الطلبة في عينة البحث في (المرحلة الثانوية).

ج- **البيئة التعليمية:** أظهرت النتائج في جدول (١) أن (ن=١٨٢، ٥٩.٧%) من عينة البحث الحالي ينتمون لِـ (مدرسة الموهوبين)، بينما (ن=٢٧٠، ٤٠.٣%) من الطلبة في عينة البحث الحالي ينتمون لِـ (فصول موهبة).

أدوات البحث

تم تطبيق مقياس نضوب الأنا للموهوبين من إعداد الشاذلي ومحمود (٢٠١٩)، وتكون المقياس من (٥٠) عبارة مقسمة على أربعة أبعاد وهي:

١. الشعور بالاستنزاف: "يقصد به شعور الفرد بنفاذ مصادر طاقته النفسية والجسدية والمعرفية كنتيجة لاستهلاك الطاقة في مهمة تتطلب ضبط الذات فيشعر الفرد بالإجهاد الشديد بشكل تدريجي في المهام التالية التي تتطلب ضبط الذات" ويشمل (١٤) بند.

٢. ضعف الأداء: يقصد به انخفاض في قدرة الفرد على أداء وإنجاز المهام الصعبة التي تحتاج إلى كثير من الطاقة الداخلية والدافع للإنجاز، ويشمل (١١) بند.

٣. تشتت الانتباه: يقصد به صعوبة التركيز والانتباه وعدم القدرة على مقاومة المثيرات الخارجية التي من شأنها تشتيت الانتباه فيحدث الملل والتنقل بين المهام قبل إنهائها في ظل صعوبة معالجة المعلومات الخاصة بهذه المهام، ويشمل (١١) بند.

٤. انخفاض التحكم في الذات: انخفاض في القدرة على السيطرة على الأفكار والانفعالات وعدم التحكم في الرغبات والدوافع ومن ثم عدم تحقيق الأهداف بنجاح ويشمل (١٤) بند.

جدول (٢) أبعاد مقياس نضوب الأنا وعباراتها

الأبعاد	عدد العبارات	العبارات الإيجابية	العبارات العكسية
الشعور بالاستنزاف	١٤	١،٥،٩،١٣،٢٥،٢٩،٣٣،٤١،٤٧،٤٩	١٧،٢١،٣٧،٤٥
ضعف الأداء	١١	٢،٦،١٤،٢٢،٣٠،٣٤	١٠،١٨،٢٦،٣٨،٤٢
تشتت الانتباه	١١	١١،١٥،١٩،٢٣،٢٧،٣١،٣٥،٣٩	٣،٧،٤٣
انخفاض التحكم في الذات	١٤	٤،١٢،١٦،٢٠،٢٤،٣٦،٤٠،٤٤،٤٦،٤٨	٨،٢٨،٣٢،٥٠
عدد عبارات المقياس		٥٠	

طريقة تصحيح المقياس:

استخدم لتصحيح المقياس التدرج الرباعي بأحد البدائل التالية وتقدر كل عبارة موجبة بالقيمة المقابلة (دائمًا = ٤)، (غالبًا = ٣)، (أحيانًا= ٢)، (نادرًا = ١) والعكس في العبارات العكسية.

وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٢٠٠) كحد أقصى، و (٥٠) كحد أدنى وتدل الدرجة المرتفعة على معاناة الطالب بدرجة مرتفعة من نضوب الأنا.

وبهدف الحكم على استجابات أفراد العينة، يوضح جدول (٣) معيار الحكم على درجة التوفر.

جدول (٣) معيار الحكم على استجابات العينة لمقياس نضوب الأنا

التفسير	المتوسط الحسابي
منخفض جدًا	١ ـ ١.٧٥
منخفض	١.٧٦ ـ ٢.٥٠
متوسط	٢.٥١ ـ ٣.٢٥
مرتفع	٣.٢٦ ـ ٤

الخصائص السيكومترية للمقياس:

للتحقق من صدق وثبات المقياس طبق معد المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٣٤) طالبا موهوبًا.

أ- صدق المقياس:

استخدم معد المقياس الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على (٥) محكمين في مجال الصحة النفسية وعلم النفس، وقام بحذف ثلاثة عبارات لم تصل نسبة الاتفاق عليها ٨٠%.

كما تم حساب الصدق العاملي لدرجات العينة الاستطلاعية بطريقة المكونات الأساسية وأظهرت أربعة أبعاد تم تفسيرهم في ضوء تشبعات البنود التي تساوي (٠.٣٥) أو تزيد عنها، البعد الأول: الشعور بالاستنزاف وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٥.٤٧٤) تشبع بـ ١٤ عبارة تدور حول.

البعد الثاني: ضعف الأداء وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٤.٥١٧) وتشبع بـ ١١ عبارة تدور حول عدم امتلاك الدافع، وعدم القدرة على انجاز المهام الصعبة وتاجيلها واسنادها للغير.

البعد الثالث: تشتت الانتباه وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٣.٥١٧) وتشبع بـ ١١ عبارة حول عدم القدرة على التركيز والانتباه والشعور بالملل وتزايد النسيان.

البعد الرابع: انخفاض التحكم في الذات وهو عامل قوي جاءت قيمة جذره الكامن بعد التدوير (٢.٦٢٧) و تشبع بـ ١٤ عبارة حول عدم التحكم في الانفعالات والضعف امام الشهوات والعجز عن تنظيم الاولويات.

ب-ثبات المقياس:

استخدم معد المقياس طريقة ألفا كرونباخ حيث تراوحت معاملات الأبعاد بين (٠.٨١ – ٠.٨٤) والقياس ككل (٠.٩٠). وباستخدام معامل التجزئة النصفية لسبيرمان-براون وتراوحت معاملات ثبات الأبعاد بين (٠.٨٧ – ٠.٩٠)، القياس ككل (٠.٩٢) مما يدل على تمتع المقياس بثبات مرتفع.

كما استخدم الاتساق الداخلي على عينة من الطلاب الموهوبين مكونة من (٣٤) طالبًا، بين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، كل عبارة والبعد الذي تنتمي إليه، المقياس ككل والأبعاد والأبعاد ببعضها، وتوصلت إلى أن معاملات الارتباط دالة احصائيًا عند مستوى (٠.٠١) وتراوحت بين (٠.٣١٢ – ٠.٨٦٧) بين كامل المقياس والعبارات، (٠.٤٣٤-٠.٦٧٣) بين الابعاد والعبارات المنتمية لها، كما تراوحت بين (٠.٧٠٥ – ٠.٧٣٤) بين كامل المقياس وأبعاده؛ مما يدل على تمتع المقياس باتساق داخلي.

التحقُّق من الخصائص السيكومترية على عينة البحث الحالي:

تمَّ حساب صدق وثبات المقياس:

أ- صدق المقياس:

صدق التكوين الفرضي:

تمَّ تطبيق المقياس على عينة قوامها (٤٥٢) من الطلبة الموهوبين بجدة، تُماثل في خصائصها المجتمع الأساسي للدراسة، وقامت الباحثة بحساب صدق المقياس على عينة البحث الحالي الأساسية؛ وذلك باستخدام طريقة صدق التكوين الفرضي والتي تعتمد على حساب معامل الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس البحث والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، كما تمَّ التحقُّق من صدق التكوين الفرضي للأبعاد مع الدرجة الكلية للمقياس بحساب معاملات ارتباط أبعاد المقياس مع المقياس ككل تبعًا لاستجابات أفراد العينة، وكانت

جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما هو مُبيَّن في الجدول (٤)

جدول (٤) معاملات ارتباط عبارات مقياس نضوب الأنا مع البعد الذي تنتمي إليه (ن=٤٥٢)

الشعور بالاستنزاف		ضعف الأداء		تشتت الانتباه		انخفاض التحكم بالذات	
العبارة	الارتباط مع البعد	العبارة	الارتباط مع البعد	العبارة	الارتباط مع البعد	العبارة	الارتباط مع البعد
1	**٠.٦٠٩	٢	**٠.٣٦٨	٣	**٠.٦١٥	٤	**٠.٥٦١
٥	**٥٤١	٦	**٠.٦٢٨	٧	**٠.٦١٣	٨	**٠.٣٤٩
٩	**٦٢٨	١٠	**٠.٦٥١	١١	**٠.٤٤٨	١٢	**٠.٥٩٠
١٣	**٠.٦٧٥	١٤	**٠.٥٣٥	١٥	**٠.٥٥٢	١٦	**٠.٥٨٤
١٧	**٠.٣٥٠	١٨	**٠.٦٦٧	١٩	**٠.٥٥٧	٢٠	**٠.٥٢١
٢١	**٠.٥٦٨	٢٢	**٠.٦٠٢	٢٣	**٠.٢٠٨	٢٤	**٠.٥٠٥
٢٥	**٠.٤١٣	٢٦	**٠.٥٣٩	٢٧	**٠.٥٨٣	٢٨	**٠.٤١٣
٢٩	**٠.٣٥٠	٣٠	**٠.٥٩٨	٣١	**٠.٥٣٩	٣٢	**٠.٣٥٥
٣٣	**٠.٥٥٧	٣٤	**٠.٥٤٦	٣٥	**٠.٤٩٠	٣٦	**٠.٤٣٩
٣٧	**٠.٥٩٨	٣٨	**٠.٥٦٤	٣٩	**٠.٣٩١	٤٠	**٠.٦٢٩
٤١	**٠.٢٩٧	٤٢	**٠.٦٤٧	٤٣	**٠.٥٢٢	٤٤	**٠.٢٨٧
٤٥	**٠.٥٠٣					٤٦	٠.٣٠٣
٤٧	**٠.٤٩١					٤٨	**٠.٤٥٥
٤٩	**٠.٤٧٤					٥٠	**٠.٣٤٦

** مستوى الدلالة الإحصائية (α < 0.01)

يظهر الجدول (٤) تحليل صدق التكوين الفرضي بين العبارة والبعد الذي تنتمي إليه لمقياس نضوب الأنا، حيث تبين النتائج أن جميع معاملات الارتباط موجبة ودالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (٠.٠١)، حيث بلغ مدى معاملات الارتباط (٠.٢٨٧ –٠.٦٦٧)، وقد بلغ أكبر معامل ارتباط بين عبارات بعد الشعور بالاستنزاف والبعد نفسه (٠.٦٧٥) وهو معامل دال إحصائيًّا، كما وقد بلغ أكبر معامل ارتباط بين عبارات بعد ضعف الأداء والبعد نفسه (٠.٦٦٧)، وبلغ أكبر معامل ارتباط بين عبارات بعد تشتت الانتباه والبعد نفسه (٠.٦١٥) وهو معامل دال إحصائيًّا، وأخيرًا بلغ أكبر معامل ارتباط بين عبارات بعد انخفاض التحكم بالذات والبعد نفسه (٠.٦٢٩)، وهو معامل دال إحصائيًّا أيضًا، مما يشير للاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر للصدق.

جدول (٥) معاملات ارتباط أبعاد مقياس نضوب الأنا مع الدرجة الكلية للمقياس (ن=٤٥٢)

البعد	الشعور بالاستنزاف	ضعف الاداء	تشتت الانتباه	انخفاض التحكم بالذات
معامل ارتباط بيرسون	**٠.٩١٥	**٠.٨٦٩	**٠.٨٤٢	**٠.٧٩٦

** مستوى الدلالة الإحصائية (α < 0.01)

يتضح من الجدول (٥) أن معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس نضوب الأنا موجبة وتراوحت ما بين (٠.٧٩٦ – ٠.٩١٥) وقد بلغ أكبر معامل ارتباط بين الشعور بالاستنزاف والدرجة الكلية (٠.٠.٩١٥) وهو معامل دال إحصائيًّا، حيث تبين النتائج أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة (٠.٠١).

ب-**ثبات المقياس:**

معامل ألفا كرونباخ:

تمَّ التحقُّق من ثبات أداة البحث مقياس نضوب الأنا باستخدام معامل ألفا كرونباخ، وجاءت النتائج كما هو مُوضَّح في الجدول (٦):

جدول (٦) معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمقياس نضوب الأنا (ن=٤٥٢)

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الشعور بالاستنزاف	١٤	٠.٧٠٧
ضعف الأداء	١١	٠.٨٠٣
تشتت الانتباه	١١	٠.٦٩٥
انخفاض التحكم بالذات	١٤	٠.٦٦٣
المقياس ككل	٥٠	٩٠.٩٠

يظهر جدول (٦) معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس نضوب الأنا، وللمقياس ككلٍّ، حيث كانت قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل (٠.٩٠٩) وهي قيمة ثبات ممتازة للمقياس.

إجراءات البحث:

تتخلص الخطوات الإجرائية للبحث في الاطلاع على الأطر النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع البحث وعينتها، ثم تعريف المفاهيم والمصطلحات الأساسية واختيار الأدوات المناسبة للقياس، وتم التواصل مع إدارات التعليم و إدارة الموهوبات والموهوبين بجدة للحصول عل الاحصائيات فيما يخص عدد الطلبة واحصاء المدارس الخاصة بالطلبة محل البحث، وقد تم استخراج التصاريح اللازمة لتسهيل مهمة الباحثة من قبل قسم علم النفس بجامعة الملك عبد العزيز ومن ثم إدارة الموهوبين وإدارة الموهوبات، وبعد الحصول على خطاب الموافقة من إدارة التخطيط بجدة تم تطبيق المقياس على العينة الأساسية للدراسة ميدانيًا ورقيًا وإلكترونيًا وبالنسبة للطلاب الذكور تم الاستعانة بمساعدين للتطبيق على العينة ورقيًا، وأخيرًا تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على عينة البحث الحالي، وفسرت النتائج بعد تحليلها ومعالجتها إحصائيًا، وتم صياغة عدد من التوصيات والبحوث المقترحة.

عرض النتائج وتحليلها

نتائج الفرض الأول ومناقشته:

ينصُّ الفرض الأول على: " يوجد مستوى متوسط لنضوب الأنا لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة"

وللتحقق من هذا الفرض، تمَّ احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ثم مقارنتها بمعيار الحكم على المتوسط لبيان درجة توفر كل بعد؛ كما يلي:

أ- بالنسبة لمستوى نضوب الأنا وأبعاده لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة؛ كالتالي:

جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس نضوب الأنا وأبعاده لدى عينة من الطلبة الموهوبين بجدة (ن=٤٥٢)

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المرتبة	درجة التوفر
١	الشعور بالاستنزاف	٢.٢٠	٠.٤٥	٢	منخفضة
٢	ضعف الأداء	٢.٠٤	٠.٥٠	٤	منخفضة
٣	تشتت الانتباه	٢.٣٤	٠.٤٦	١	منخفضة
٤	انخفاض التحكم بالذات	٢.١٠	٠.٤٢	٣	منخفضة
	نضوب الأنا	٢.١٧	٠.٣٩	-	منخفضة

يُبيّن الجدول (٧) أن المتوسط الكلي لنضوب الانا بلغ (٢.١٧) وبدرجة منخفضة، كما حصلت جميع الأبعاد على درجة منخفضة، حيث جاء بعد تشتت الانتباه بالترتيب الأول بمتوسط حسابي قدره (٢.٣٤)، يليه بعد الشعور بالاستنزاف في الترتيب الثاني بمتوسط حسابي قدره (٢.٢٠)، ويليه بعد انخفاض التحكم بالذات في الترتيب الثالث بمتوسط حسابي قدره (٢.١٠)، وأخيرًا بعد ضعف الأداء بمتوسط حسابي (٢.٠٤).

مما يعني أنه يوجد مستوى منخفض لنضوب الأنا وأبعاده لدى عينة من الطلبة الموهوبين بمدينة جدة، وجاء في الترتيب الأول تشتت الانتباه وتلاه الشعور بالاستنزاف وجاء انخفاض التحكم بالذات وضعف الأداء في المرتبة الثالثة والرابعة على التوالي لدى عينة البحث.

اتفقت نتائج البحث الحالي مع ما توصلت اليه دراسة (Job, Dweck & Walton, 2010) أن الأفراد الذين يعتقدون أن الإرادة غير محدودة الموارد لم يعانوا من نضوب الأنا بعد المجهود. ودراسة (Heilat &Seifert, 2019) التي أثبتت دور الدعم العاطفي في تنمية المراهقين ولا سيما الموهوبين منهم وأن الدافع الداخلي سمة لدى الموهوبين، ودراسة (Sobocko, 2012) التي توصلت إلى أن الأفراد الأكثر حساسية للمشاعر أكثر عرضة لنضوب الأنا نتيجة لاستهلاكهم طاقتهم في انخراطهم في مشاعرهم السلبية. ودراسة (Englert & Bertram, 2017) توصلت الى ان أن نضوب قوة التحكم بالذات قد تأثر سلبًا في أداء الطلاب الأكاديمي ونجاحهم نتيجة ضعف تنظيم الانتباه. ودراسة (Le, Chen, Liu, Pang & Deng, 2021) التي اظهرت ان استخدام التصميم العاطفي الإيجابي يخفف تدهور أداء تعلم الطلاب في المجموعة المتأثرة بنضوب الأنا حيث أنه قام بالحد من زيادة الجهد المعرفي. ودراسة (Moller, Deci, & Ryan, 2006) أن مستوى نضوب الأنا يرتفع عند التعرض لظروف تجعل القدرة على الاختيار خاضعة للرقابة.

بينما اختلفت مع نتائج دراسة (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) التي اكدت على أن مستوى نضوب الأنا متوسط لدى عينة من الموهوبين بالمرحلة الثانوية.

ترجع الباحثة تفسير النتيجة إلى مجالين وهما خصائص الموهوبين المراهقين أنفسهم أولًا، وإلى التوجهات الحديثة في العناية بالموهوبين ثانيًا

أولًا: خصائص الموهوبين المراهقين أنفسهم:

بالنظر الى تفسير النظرية البيولوجية (Wagner & Heatherton, 2012). لنضوب الانا نجد أنها اعادت نضوب الانا الى الخلل الوظيفي الذي قد يصيب منطقة اللوزة الدماغية وانخفاض مستوي الجلوكوز؛ عند ممارسة الأفراد المهام التي تتطلب ضبط للذات؛ فيحدث الخلل في قيام الأنشطة المخية بوظائفها.

ومما يميز دماغ الموهوب في مرحلة المراهقة أن له قوة بيولوجية تزود جسمه بطاقة تفوق مخزوناته واستعداده الفسيولوجي والبيولوجي مما يؤهله لتحمل أعباء عقلية تفوق العبء الذي يقع على أبعاد جسمه وإدراكه وحواسه بهدف إشباع حاجة دماغه، مما يطور لديه المقاومة للتعب والإنهاك (قطامي والمشاعلة، ٢٠٠٧، ص.١٠٣). وهذا يفسر جانب من انخفاض نضوب الانا لدى الموهوبين محل البحث الحالي

ومن جهة أخرى ترى نظرية التحليل النفسي أن الإرادة واحدة من وظائف الذات المحورية تقوم بالعديد من المهام المختلفة كتنظيم الأفكار والمشاعر والدوافع والحفاظ على القوة البدنية والمثابرة في وجه الإحباط أو الفشل، حيث تتعامل الأنا (الإرادة) مع واقع العالم الخارجي من خلال التوسيط بين الضغوط الداخلية والخارجية المتضاربة (Baumeister, Bratslavsky, Muraven, & Tice, 1998).

ونظرًا لكون الموهوب في مرحلة المراهقة يتميز بدافعية عالية والإرادة وتحمل المخاطر، المبادرة المستمرة والمجازفة واستقلالية ذاتية والمرونة والتكيف مع المواقف المختلفة كما يتميز بالاتزان والنضج الانفعالي، حس الفكاهة والدعابة، والاستقرار النفسي.

لديه القدرة على اتخاذ القرارات الصائبة، تحمل المسؤولية، تعلم المهارات بسرعة أكبر وتدريب أقل. بالإضافة إلى القدرة على الأداء المعقد، تحمل المواقف الغامضة، الإصرار على إنهاء المهمات، والقدرة على حل المشكلات بطرق غير مألوفة فيها حداثة وابتكار، انفتاحه على الخبرات الجديدة، لديه حب استطلاع متطور جدا. يتعلم بطرقه الخاصة، ينتج أفكار أو حلولا متعددة للمواقف المتعددة.

فلا يتعرض الموهوب للنضوب العالي حيث أن المهام الضاغطة التي تتطلب تحكم بالذات لدى العاديين من أقرانه مثل (اتخاذ القرارات، أنشطة الضبط الذاتي، الاستمرار في المهام الغير سارة، قمع الفكر والمشاعر، انخفاض الكفاءة الذاتية) المؤدية لاستنزاف الأنا؛ لا يعاني منها الموهوب بدرجة عالية حيث تعد خصائص شخصية الموهوب قوى لحفظ طاقة الأنا من النضوب أي لا تمثل جوانب ضاغطة عليه وتؤهله للتعامل مع الصراعات ولا يتعرض للضبط المكثف والقمع الداخلي للذات، بل تدعم قوة الأنا لديه؛ فالموهوب لا يحتاج لحالة تحفظ طاقته من الاستنزاف التام لإعادة اثارة دافعيته حيث أن الدافعية العالية من سماته الشخصية.

وتشير نظرية الموارد أن إدارة ضبط النفس بشكل فعال تتطلب قدرة الفرد على التجاوز السريع للمواقف عن طريق التقدير والنظر في العواقب والأثآر المترتبة على هذه المواقف التي تتطلب سرعة البديهة (Baumeister & Heatherton, 1996). وأن التحكم في الانتباه هو المصدر الرئيسي للتحكم في ضبط النفس فهذا يفسر ترتيبه الأول بين الأبعاد الأربعة وبالإضافة الى طبيعة مرحلة المراهقة التي تمثل نقطة انعطاف في التغيرات البيولوجية والنفسية والعاطفية والاجتماعية ويليه في الترتيب الثاني الشعور بالاستنزاف ويقصد به شعور الفرد بنفاذ مصادر طاقته النفسية والجسدية والمعرفية في مهمة تتطلب ضبط الذات فيشعر بالإجهاد الشديد بشكل تدريجي في المهام التالية، وقد يرجع ذلك لكثرة المواقف والمهام التي تقع على عاتق الموهوبين والتي تتطلب قدرا من ضبط الذات، ليحقق الموهوب كفاءته الذاتية، استقلاليته، والوصول للتميز. ونظرًا لمواجهته لتوقعات الوالدين والمجتمع، وسعيه الدؤوب لتحقيق الأهداف، والتعامل مع التحديات الأكاديمية والمدرسية، ومقاومة الظروف، المهام تحت وقع الاستمرار في المهام غير السارة، وقمع المشاعر والأفكار؛ قد تضعف طاقة الأنا لدى الموهوب.

تفسر الباحثة الترتيب الثالث والرابع لانخفاض التحكم بالذات وضعف الأداء وفقًا لما يتميز به الموهوب من دافعية ذاتية وقدرات عالية وذكاء مرتفع. اضافةً لما اشارت اليه مارجي ورينا Margie & Rena 2005 ان المرونة والكفاءة الذاتية هي خاصيتان نفسيتان لدى الموهوب المراهق تزيدان من قدرة التكيف مع الضغوط حيث تنطوي المرونة على الثقة بالنفس والنظرة الإيجابية للذات والاتزان الانفعالي والقدرة على كبح المشاعر والقدرة على وضع خطط واقعيه لنفسه وتطوير مهارات اتصال داعمه كما تنطوي الكفاءة الذاتية على امتلاكه قناعات ذاتية حول قدراته للتغلب على المشكلات والمهام الصعبة التي تواجهه موجها سلوكه ومخططا تخطيط شخصي مناسب (الصرايرة، ٢٠١٦)

ثانيًا: التوجهات الحديثة في رعاية الموهوبين

وتفسر الباحثة انخفاض مستوى نضوب الأنا وابعاده لدى عينة البحث من الطلبة الموهوبين بجدة، بما يشهده الطالب الموهوب في الآونة الأخيرة حيث تصدرت العناية بالموهوبين والمتفوقين من قبل المجتمع بمجالاته المختلفة؛ وأدرك المربون والمختصون والمسؤولون أن المساواة الحقيقية هي الاهتمام بكل فرد من الطلاب بعينه، بتوفير الحرية والبيئة اللازمتين لتنميته، وهذا يعني أن نوفر للجميع فرصًا متساوية لتنمية قدرات ومواهب غير متساوية، بالإضافة الى التطور في الفرص المتاحة محليًا ودوليًا من قبل الدولة لدعم الموهوب والنمو به لأعلى درجات الابداع والابتكار.

ومع ذلك تجدر الإشارة انه على الرغم من أن خصائص الموهوبين تبدو إيجابية إلا أنها قد تسبب لهم الكثير من المشكلات والضغوط النفسية، كما يعانون من بعض التحديات مثل اللاتزامن في النمو والتطلعات العالية للاداء وعدم اشباع الدافعية العالية والضجر الاكاديمي وغيرها. وهذا يعني أن خصائص الموهوبين التي تميزهم والتي تمثل مظاهر للقوة في ذات الوقت قد تكون مسببات للضغوط واستنزاف الأنا أي أن سمات الموهوبين وخصائصهم سلاح ذو حدين (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩).

وفيما يخص ذلك اعتمدت نظم التعليم المتقدمة برامج خاصة للرعاية العلمية للطلاب الموهوبين تتناسب مع قدراتهم وتتحداها وتلبي احتياجاتهم ونموهم الطبيعي، كبرامج الاثراء المعرفي والتسريع الأكاديمي والتجميع، بالإضافة الى البرامج الارشادية التي تعنى بصقل جميع الجوانب في شخصيتهم (النفسي، العاطفي، الثقافي، التحصيلي، الاجتماعي، الصحي، المهني) بما يحقق لهم التوازن والنمو السوي حيث تهدف إلى تطوير الذات وتنمية مهارات الاتصال والتواصل مع الاخرين والتفاعل معهم، واكتسابهم لمهارات حل المشكلات واتخاذ القرار، وتوعية المجتمع بخصائص الموهبين لمراعاتها وتقديم الدعم المناسب وتلبية احتياجاتهم. (القاضي، ٢٠١٥) ويعد ذلك من وجهة نظر الباحثة جانب أساسي حيث أن العوامل النفسية تعد من أهم العوامل للتنمية التكاملية للموهوبين المراهقين واستثمار طاقاتهم والخروج بالنتاج الإبداعي خلال مراحل حياتهم المستمرة.

كما تهتم المدارس التي تتضمن طلبة موهوبين بتوفير البرامج الاثرائية وتطوير المناهج من خلال تدعيمها اثرائيًا وتقديم الدعم العالي للطالب الموهوب في التعاون مع الجهات المختصة وتدعم مشاركته في المسابقات والاولمبيات الوطنية والدولية والدورات التدريبية الشخصية وفي مجالات اهتماماته ومواهبه والتسهيل له حيث تتعاون المدرسة في وضع خطط دعم مناسبة لاحتياج الطالب في المقررات الوزارية عند التزامه بالمشاركات في البرامج والاولمبيات والمسابقات، واضافة لذلك تقدم للقائمين بالعملية التعليمية للموهوبين برامج تدريبية وفق احتياج كل معلم ومعلمة في رعاية الموهوبين وبرامج تخصصية علمية، ويحقق ذلك رؤية المملكة ٢٠٣٠ في الاهتمام بمواهب أبنائها وقدراتهم والسعي للاستفادة القصوى من طاقاتهم الإبداعية والابتكارية، والتوجه نحو اعداد مناهج وأنظمة تعليمية متطورة تركز على تطوير المواهب وتوفير البرامج والمقاييس والنظم التي تكفل استثمار طاقة الموهوب؛ ولذلك الأثر الإيجابي على حفظ طاقة الموهوب وانخفاض مستوى نضوب الأنا لديه.

نتائج الفرض الثاني ومناقشته:

ينصُّ الفرض الثاني على: " توجد فروق بين الطلبة الموهوبين في نضوب الأنا تبعًا للنوع والمرحلة الدراسية لصالح الذكور والمرحلة الثانوية، وتوجد فروق تبعًا للبيئة التعليمية لصالح فصول موهبة"

تمَّ استخدام اختبار "ت" T-Test للعينات المستقلة؛ لحساب دلالة الفروق بين المتوسطات على مقياس نضوب الأنا، فكانت النتائج كما يلي:

أ- بالنسبة للفروق وفقًا للنوع (ذكر، أنثى) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده، يوضح نتائج ذلك جدول (٢٥):

جدول (٨) اختبار "ت" T-Test للفروق في النوع (ذكر، أنثى) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده (ن=٤٥٢)

الأبعاد	النوع	ن	م	ع	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	
الشعور بالاستنزاف	ذكر	١٧١	٢٩.١١	٥.٦٥	٢.٧٢	٠.٠١٦	دال
	أنثى	٢٨١	٣١.٨٥	٦.٥٣			
ضعف الأداء	ذكر	١٧١	٢١.٨٢	٥	١.٩٦٣	٠.٠٧٧	غير دال
	أنثى	٢٨١	٢٢.٨٨	٥.٨٧			
تشتت الانتباه	ذكر	١٧١	٢٥.٤٧	٤.٦٣	٠.٩٤١	٠.٠٣٥	دال
	أنثى	٢٨١	٢٥.٩٢	٥.٣٤			
انخفاض التحكم بالذات	ذكر	١٧١	٢٩	٥.٥٣	١.٤٧٧	٠.١٣٧	غير دال
	أنثى	٢٨١	٢٩.٨٣	٦			
الدرجة الكلية لنضوب الأنا	ذكر	١٧١	١٠٥.٤٠	١٨.٢٤	٢.٦٨٣	٠.١٥٧	غير دال
	أنثى	٢٨١	١١٠.٤٨	٢٠.٣٠			

يتضح من الجدول (٢٥) عدم وجود فروق دالة احصائيًا بين الطلبة الموهوبين بمدينة جدة وفقًا للنوع (ذكر، أنثى) في نضوب الأنا وبعديه ضعف الأداء وتشتت الانتباه حيث كانت قيمة "ف" غير دالة احصائيًا، بينما أظهرت النتيجة وجود فروق دالة احصائيًا بين الطلبة الموهوبين بمدينة جدة وفقًا للنوع (ذكر، أنثى) في بعد الشعور بالاستنزاف وبعد تشتت الانتباه لصالح الإناث حيث جاء متوسط الاناث أعلى من متوسط الذكور في كلا البعدين وقد كانت قيمة "ف" دالة احصائيًا.

تختلف مع هذه النتيجة دراسة (Wegener, Ludlow, Olsen, Tortosa, & Wintch, 2007) التي توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في نضوب الأنا لصالح الذكور. ودراسة كل من (الشاذلي ومحمود، ٢٠١٩) و (عبدالله وحافظ ورضوان، ٢٠١٩) التي توصلت إلى أن الفروق في نضوب الأنا لصالح الذكور لدى عينة من الطلبة بالمرحلة الثانوية.

لا توجد فروق دالة احصائيًا في نضوب الأنا وكلٍّ من بعد ضعف الأداء وبعد انخفاض التحكم بالذات وفقًا لمتغير الجنس (ذكور، اناث) لدى أفراد عينة البحث.

تعزو الباحثة النتيجة لإسهام رؤية المملكة العربية السعودية ٢٠٣٠ في توجيه الاهتمام برعاية الموهوبين في مختلف جوانب حياتهم حيث تتساوى الفرص بين الجنسين في تنمية المواهب والاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية للموهوب، ويمتلك كل من الطلبة الموهوبين من الذكور والإناث قوة الإرادة والدافعية العالية والدعم المجتمعي خلال مراحل حياتهم للحصول على مستويات عالية من الأداء سعيًا لتحقيق أهدافهم واستثمار طاقاتهم والإنتاج الابتكاري فلكل من الجنسين دوافع مشتركة للتميز والابداع، وفي ضوء ما تفرضه متطلبات العصر الحالي يلاحظ وجود نوعاً من التساوي إلى حد ما في أساليب التنشئة الاجتماعية التي تعطي الحرية للجنسين في تنمية مواهبهم.

توجد فروق دالة احصائيًا في كل من بعد الشعور بالاستنزاف وبعد تشتت الانتباه وفقًا لمتغير الجنس (ذكور، اناث) لصالح الإناث لدى أفراد عينة البحث.

تفسر الباحثة النتيجة حيث تتشارك العوامل المختلفة لتساهم في الضغوط النفسية لدى الانثى ولا تقتصر فقط على التغيرات الهرمونية المستمرة فقط، وقد اثبتت الدراسات وجود اختلافات فسيولوجية بين الرجل والمرأة تجعل الاناث أكثر عرضة للتأثر النفسي.

نتيجة الاتصال بين كلا نصفي دماغ الأنثى الأيمن والايسر الخاصة بوظيفة المشاعر والانفعالات (الشربيني وصادق وأنسي ومطحنة، ٢٠١٦، ص. ٢٧٧) والذي يظهر بإحساسها بالضيق والارهاق والتعب وتشوش التركيز وتشتت الانتباه والتغيرات المزاجية وفقدان الشغف والإرادة والدافع لأداء المهام وانخفاض الطاقة والاحساس بالضغط.

حيث ثبت أن المراكز المسئولة عن الوظائف المختلفة في مخ الذكر شديدة التموضع بالنسبة لمخ الأنثى أي لكل وظيفة مخية مركزًا محددًا لا يتم التشويش على أدائه من المراكز الأخرى فمناطق التفكير المنطقي في مخ الرجل لايتم التشويش عليها من مراكز المخ الانفعالي بنفس القدر الذي يحدث في مخ المرأة (الشربيني، وصادق، وأنسي، ومطحنة، ٢٠١٦، ص. ٢٧٥)

ب-بالنسبة للفروق وفقًا للمرحلة الدراسية (المتوسطة، الثانوية) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده، يوضح نتائج ذلك جدول (٩):

جدول (٩) اختبار "ت" T-Test للفروق في المرحلة الدراسية (المتوسطة، الثانوية) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده (ن=٤٥٢)

الأبعاد	المرحلة الدراسية	ن	م	ع	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	
الشعور بالاستنزاف	المتوسطة	٢٥٧	٣١.٥٠	٦.٣٩	٢.٧٠٣	٠.٤٣٧	غير دال
	الثانوية	١٩٥	٣٠	٦.١٧			
ضعف الأداء	المتوسطة	٢٥٧	٢٣.٢٦	٥.٦٠	٣.٤٣١	٠.٨٦٩	غير دال
	الثانوية	١٩٥	٢١.٤٦	٥.٣٩			
تشتت الانتباه	المتوسطة	٢٥٧	٢٦.١٩	٥.١٤	٢.١٣٣	٠.٥٢٠	غير دال
	الثانوية	١٩٥	٢٥.١٧	٤.٩٤			
انخفاض التحكم بالذات	المتوسطة	٢٥٧	٣٠.١٨	٥.٨٠	٢.٨٠٦	٠.٧٦٩	غير دال
	الثانوية	١٩٥	٢٨.٦٣	٥.٨٠			
الدرجة الكلية لنضوب الأنا	المتوسطة	٢٥٧	١١١.١٤	٢٠	٣.٢٣	٠.٥٥٧	غير دال
	الثانوية	١٩٥	١٠٥.١٦	١٩			

يتضح من الجدول (٩) عدم وجود فروق دالة احصائيًا بين الطلبة الموهوبين بمدينة جدة وفقًا للمرحلة الدراسية (المتوسطة، الثانوية) في نضوب الأنا وأبعاده حيث قيمة "ف" غير دالة احصائيًا.

لا توجد فروق دالة احصائيًا في نضوب الأنا وأبعاده وفقًا لمتغير المرحلة الدراسية (المتوسطة، الثانوية) لدى أفراد عينة البحث.

تشير الباحثة في تفسيرها للنتيجة إلى اهتمام البيئات التعليمية للطلبة الموهوبين لجميع المراحل بتوفير برامج رعاية شاملة ومتكاملة للموهوبين تحقيقًا للأهداف الاستراتيجية لرؤية المملكة ٢٠٣٠ في الاهتمام بمواهب أبنائها وقدراتهم والتي تتضمن الجوانب النفسية والاجتماعية للموهوب.

حيث أن الخصائص النفسية والشخصية تعتبر عوامل حاسمة في زيادة قدرة الموهوب على مواجهة الضغوط وحماية الموهبة واستمرارها خلال مراحل الحياة.

ج- بالنسبة للفروق وفقًا للبيئة التعليمية (مدرسة الموهوبين، فصول موهبة) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده، يوضح ذلك جدول (١٠):

جدول (١٠) اختبار "ت" T-Test للفروق في البيئة التعليمية (مدرسة الموهوبين، فصول موهبة) بين الطلبة الموهوبين بجدة في نضوب الأنا وأبعاده (ن=٤٥٢)

الأبعاد	البيئة التعليمية	ن	م	ع	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	
الشعور بالاستنزاف	مدرسة الموهوبين	١٨٢	٣١.٠٢	٦.٥٣	٠.٨٨٨	٠.٣٠٧	غير دال
	فصول موهبة	٢٧٠	٣٠.٤٩	٦.٠٦			
ضعف الأداء	مدرسة الموهوبين	١٨٢	٢٢.٦٣	٥.٨١	٠.٦٨٤	٠.٢٣٨	غير دال
	فصول موهبة	٢٧٠	٢٢.٢٦	٥.٢١			
تشتت الانتباه	مدرسة الموهوبين	١٨٢	٢٥.٧٧	٥.١٤	٠.١١١	٠.٤٠١	غير دال
	فصول موهبة	٢٧٠	٢٥.٧٢	٥			
انخفاض التحكم بالذات	مدرسة الموهوبين	١٨٢	٢٩.٥٦	٥.٧٩	٠.٢٢٠	٠.٧٤٣	غير دال
	فصول موهبة	٢٧٠	٢٩.٤٤	٥.٩٢			
الدرجة الكلية لنضوب الأنا	مدرسة الموهوبين	١٨٢	١٠٧.٩١	١٨.٧٧	٠.٥٧٤	٠.٤٠٠	غير دال
	فصول موهبة	٢٧٠	١٠٩	٢٠.٣٠			

يتضح من الجدول (١٠) عدم وجود فروق دالة احصائيًا بين الطلبة الموهوبين بمدينة جدة وفقًا للبيئة التعليمية (مدرسة الموهوبين، فصول موهبة) في نضوب الأنا وأبعاده حيث كانت قيمة "ف" غير دالة احصائيًا.

تعزو الباحثة النتيجة إلى تزايد الاهتمام بقضايا الموهوبين ورعايتهم حديثا وانتشار الوعي بخصائصهم وتقديرها من قبل المجتمع بأن المساواة الحقيقية تتطلب منا أن نهتم بكل فرد من الطلاب الموهوبين بعينه، ونوفر له الحرية والبيئة اللازمتين لتنميته، وأن الموهوبين متمايزين في بينهم، ومن هنا تبرز أدوار البيئات المدرسية المحتضنة للموهوبين في تلبية احتياج الطلاب وفقًا لاحتياجاتهم المعرفية والنفسية والاجتماعية والجسدية ومدى اشباع حاجاتهم الأساسية.

وتقدم البرامج الارشادية للطلبة الموهوبين في جميع المدارس وتهدف الى مساعدتهم على التكيف الإيجابي في المجالات الانفعالية والمعرفية والمهنية وتقبل الذات واكتشاف مواطن القوة والضعف والتكيف الاجتماعي والتواصل الفعال التي تعنى بصقل جميع الجوانب في

شخصيتهم (النفسي، العاطفي، الثقافي، التحصيلي، الاجتماعي، الصحي، المهني) بما يحقق لهم التوازن والنمو السوي، وتوعية الوالدين والمعلمين بخصائص الموهوبين لمراعاتها وتقديم الدعم المناسب وتلبية احتياجاتهم.

وتتفق الباحثة في ضوء هذه النتيجة مع ما يشير إليه بيكر Baker (1995) ان الموهوبين المراهقين يتكيفون في البيئة المدرسية نتيجةً لثقتهم المرتفعة بأنفسهم، وقدراتهم الادراكية المرتفعة كمهارات التفكير التكيفي التي تساعدهم على مواجهة الضغوط بشكل أفضل (الجندي، ٢٠٢٠).

تتفق مع ذلك نتائج دراسة (Heilman, 2016) التي اشارت إلى عدم وجود تباين بين العينة المحفزة والغير محفزة بحوافز خارجية ممن لديهم نضوب للأنا ويعود ذلك لقدرة العينة على ضبط النفس.

توصيات البحث:

يُمكن للدراسة الحالية التوصيةُ بالآتي:

١. تقديم برامج إرشادية وعلاجية من قِبل المختصين والقائمين على تعليم الموهوبين لدعم الجانب النفسي للموهوب.

٢. تقديم دورات من قِبل المختصين والمؤسَّسات التعليمية بمختلف المراحل؛ للتعريف بنضوب الأنا وطرق الوقاية منه والتمكين النفسي للموهوب.

مقترحات لدراسات بحثية لاحقة:

١. العلاقة بين الكفاءة الإبداعية المدركة ونضوب الأنا لدى الطلبة الموهوبين والعاديين

٢. دور تقدير الذات في تحسين حالة نضوب الأنا لدى الطلبة في مرحلة المراهقة.

المراجع

أبو أسعد، احمد عبد اللطيف. (٢٠١١). *ارشاد الموهوبين والمتفوقين*. دار الميسرة.

أمين، سهير محمود، ورياض، سارة عاصم، ومحمد، فاطمة الزهراء. (٢٠١٩). *سيكولوجية الموهوبين والمتفوقين عقليًا*. مكتبة الأنجلو المصرية.

الجندي، نبيل. (٢٠٢٠). الحاجات الارشادية النفسية للأطفال الموهوبين والمتفوقين عقليا في المدارس الأساسية العليا بمحافظة الخليل. *مجلة جامعة الخليل للبحوث*. ٥(١)، ١-٢٣. http://search.shamaa.org/FullRecord?ID=49941

الذيمات، يحيى، والبدور، نور طلال، والشريدة، محمد (٢٠٢٠). الكفاءة الذاتية الإبداعية وعلاقتها بالإجهاد الفكري بين الطلاب الموهوبون في مدرسة اليوبيل. *المجلة العالمية للتعليم*، ١٠ (٣)، ٢٠٨ – ٢٠١٩. https://doi.org/10.5430/wje.v10n3p208

الرشيدي، سعود عبد العزيز. (٢٠٢٠). الصعوبات التي تواجه معلمي الموهوبين والمرتبطة بالمنهج الإثرائي في برامج الموهوبين بالمملكة العربية السعودية. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ٢١ ، ٣٦٠ – ٣٩١.

https://dx.doi.org/10.21608/jsre.2021.137535

الشاذلي، وائل، ومحمود، محمد. (٢٠١٩). نضوب الانا وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية. *المجلة العلمية لكلية التربية بجامعة أسيوط*، ٣٥ (٦)، ٣٩٥-٤٤٨. https://dx.doi.org/10.21608/mfes.2019.103864

الشامي، جمال الدين. (٢٠١٧). *الموهوبون والمتفوقون*. مكتبة نانسي.

الشخيلي، خالد خليل. (٢٠٠٥). *الأطفال الموهوبين والمتفوقين*. دار الكتاب الجامعي.

الشربيني، زكريا؛ صادق، يسرية؛ أنسي، أيمن؛ ومطحنة، السيد. (٢٠١٦). *علم نفس النساء لتنمية العلاقات بين الرجل والمرأة وتطوير المجتمع*. الشقري للنشر وتقنية المعلومات.

الصرايرة، خالد. (٢٠١٦). درجة المناعة النفسية لدى الطلبة الموهوبين في الأردن. *مجلة العلوم التربوية، ١٧* (٤)، ٤٩٨-٥٢١

العازمي، هيفاء هابس. (٢٠١٦). *التطلع للكمالية وعلاقته بالاكتئاب واليأس لدى الموهوبين وغير الموهوبين في دولة الكويت* [رسالة ماجستير، جامعة الكويت]. بوابة الأفق للمعلوات Kuwait University.

http://catalog.library.kuniv.edu.kw/ipac20/ipac.jsp?session=1O23Y74391384.2087159&profile=ara&uri=full%3D3100027%7E%21274266%7E%210&booklistformat=

عبدالله، يوسف عبد الصبور، وحافظ، نبيل عبد الفتاح، ورضوان، أسماء. (٢٠١٩). علاقة نضوب الأنا بكل من النوع والعمر لدى عينة من طلاب الجامعة. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية، (١)، ١٩٠-٢١٢.

https://doi.org/10.21608/jyse.2019.56072

علي. أماني عادل سعد. (٢٠٢٠). قلق الموهبة وعلاقته بالضجر الأكاديمي دراسة مقارنة بين الموهوبين مرتفعي ومنخفضي التحيل بالمرحلة الإعدادية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٣٠ (١٠٩)، ١٢٧ – ١٨٨.
https://doi.org/10.21608/ejcj.2020.118117

عليان، أحمد حامد. (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إثرائي قائم على النظرية البنائية في تنمية مهارات اتخاذ القرار والتفكير الإبداعي لدى الطلاب الموهوبين بالمملكة العربية السعودية. *Mediu International Journal of Educational and Psychological Sciences, 1*(1), 220 – 268.

عليوة، سهام علي عبد الغفار. (٢٠١٨) استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين. مجلة كلية التربية ببنها. ٤(١١٦)، ١ – ٥٠.
https://search.mandumah.com/Record/941614#:~:text=10.12816/JFEB.2018.62348

القرني، هدى، والصائغ، نجاة. (٢٠١٨). تسرب طلاب مدارس الموهبة: دراسة حالة لمدرسة الفيصلية للبنين والمدرسة الثامنة والعشرين بعد المئة للبنات. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ١٢ (١٩)، ٣٥٩ – ٤١١.

القريطي، عبد الملطب أمين. (٢٠١٣). *الموهوبون والمتفوقون (خصائصهم واكتشافهم ورعايتهم)*. عالم الكتب.

قطامي، يوسف، والمشاعلة، مجدي سليمان. (٢٠٠٧). *الموهبة والابداع وفق نظرية الدماغ*. مركز ديبونو لتعليم التفكير.

منظمة الصحة العالمية. (٢٠٢١). *صحة المراهقين النفسية*. مسترجع بتاريخ أكتوبر ٤، ٢٠٢٢، من موقع https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

موهبة. (٢٠١٩). مسترجع بتاريخ أكتوبر ٤، ٢٠٢٢، من موقع
https://services.mawhiba.org/MAWHIBA/pages/SubjectDetails.aspx?SuId=198

النعيمي، سناء مالو علي. (٢٠١٩). الكمالية لدى الطلبة الموهوبين .*العلوم النفسية*، (S)، ١-٣٢. https://search.emarefa.net/detail/BIM-939816

Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass, 1*(1), 115–128. https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2007.00001.x

Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource?

Journal of Personality and Social Psychology, *74*(5), 1252–1265. https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1252

Baumeister, R. F., Sparks, E. A., Stillman, T. F., & Vohs, K. D. (2008). Free will in consumer behavior: Self-control, ego depletion, and choice. *Journal of Consumer Psychology*, *18*(1), 4–13. https://doi.org/10.1016/j.jcps.2007.10.002

Baumeister, R. F., & Heatherton, T. F. (1996). Self-regulation failure: An overview. Psychological inquiry, 7(1), 1-15. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0701_1

Blackhart, G. C., Williamson, J., & Nelson, L. (2015). Social anxiety in relation to self-control depletion following social interactions. *Journal of Social and Clinical Psychology*, *34*(9), 747–773. https://doi.org/10.1521/jscp.2015.34.9.747

Butler, S., Little, J., Walter, D., and Phillips, B.A. (2015). Too tired to think outside? An analysis of ego depletion's effects on creativity. *Scholars Day, Ouachita Baptist University*, 11.

Catholic Education Melbourne (CEM) (2019). *Gifted & talented students: a resource guide for teachers in Victorian Catholic schools*. East Melbourne.

Darowski, E. S. (2011). *A critical examination of the ego-depletion effect: Can you vs. will you engage in effortful self-regulation?* [Doctoral dissertation, Michigan State University]. MSU Libraries. https://d.lib.msu.edu/islandora/object/etd:1627/datastream/OBJ/

Englert, C., & Bertrams, A. (2017). Ego depletion negatively affects knowledge retrieval in secondary school students. *Educational Psychology*, *37*(9), 1057–1066. https://doi.org/10.1080/01443410.2017.1313963

Fletcher, K. L., & Speirs Neumeister, K. L. (2012). Research on perfectionism and achievement motivation: implications for gifted students. *Psychology in the Schools*, *49*(7), 668–677. https://doi.org/10.1002/pits.21623

Friese, M., Loschelder, D. D., Gieseler, K., Frankenbach, J., & Inzlicht, M. (2018). Is Ego Depletion Real? An Analysis of

Arguments. *Personality and Social Psychology Review, 23*(2), 107–131. https://doi.org/10.1177/1088868318762183

Heilat, M. Q., & Seifert, T. (2019). Mental motivation, intrinsic motivation and their relationship with emotional support sources among gifted and non-gifted Jordanian adolescents. *Cogent Psychology*, *6*(1). https://doi.org/10.1080/23311908.2019.1587131

Heilman, M. (2016). *Relationship between autonomous motivation and ego-depletion* (Publication No. 10289373) [Doctoral Dissertations, Walden University]. ProQuest Dissertations and Theses Global.

Hu, Z., Li, J., & Kwan, H. K. (2021). The effects of negative mentoring experiences on mentor creativity: The roles of mentor ego depletion and traditionality. *Human Resource Management, 61*(1), 39–54. https://doi.org/10.1002/hrm.22076

Job, V., Dweck, C. S., & Walton, G. M. (2010). Ego depletion—Is it all in your head? *Psychological Science, 21*(11), 1686–1693. https://doi.org/10.1177/0956797610384745

Le, Y., Chen, Z., Liu, S., Pang, W., & Deng, C. (2021). Investigating the effectiveness of emotional design principle to attenuate ego depletion effect. *Computers &Amp; Education, 174*, 104311. https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104311

McCoach, D. B., & Flake, J. K. (2018). The role of motivation. In S. I. Pfeiffer, E. Shaunessy-Dedrick, & M. Foley-Nicpon (Eds.), *APA handbook of giftedness and talent* (pp. 201–213). American Psychological Association.

Mendaglio, S. (2002). Heightened multifaceted sensitivity of gifted students: Implications for counseling. *Journal of Secondary Gifted Education, 14*(2), 72–82. https://doi.org/10.4219/jsge-2003-421

Mirnics, Z., Kovi, Z., & Bagdy, E. (2015). Mental health promotion and prevention among gifted adolescents. In *C-crcs Volume III BOOK* (pp. 108-120). Future Academy.

Moller, A. C., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2006). Choice and ego-depletion: The moderating role of autonomy. *Personality and*

Social Psychology Bulletin, 32(8), 1024–1036. https://doi.org/10.1177/0146167206288008

Reeve, J., Ryan, R., Deci, E. L., & Jang, H. (2007). Understanding and promoting autonomous self-regulation: A self-determination theory perspective. In *motivation and self-regulated learning: Theory, research, and applications* (pp. 223-244). Routledge/Taylor & Francis Group.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* The Guilford Press.

Sobocko, K. (2012). *The relationship between ego-depletion and sensory processing sensitivity* [Master thesis, Carleton University]. Carleton University Library. https://curve.carleton.ca/0b6772d6-0804-47e2-bc45-310ad7460e38

Stricker, J., Buecker, S., Schneider, M., & Preckel, F. (2019). Intellectual giftedness and multidimensional perfectionism: A meta-analytic review. *Educational Psychology Review*, *32*(2), 391–414. https://doi.org/10.1007/s10648-019-09504-1

Tannenbaum, A. J. (1983). *Gifted Children psychological and educational perspectives*. Macmillan.

Thompson, K. R., Sanchez, D. J., Wesley, A. H., & Reber, P. J. (2014). Ego depletion impairs implicit learning. *PLoS ONE, 9*(10), e109370. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0109370

Turki, J., & Al-Qaisy, L. M. (2012). Adjustment Problems and Self-efficacy among Gifted Students in Salt Pioneer Center. *International Journal of Educational Sciences*, *4*(1), 1–6. https://doi.org/10.1080/09751122.2012.11890020

Wagner, D. D., & Heatherton, T. F. (2012). Self-regulatory depletion increases emotional reactivity in the amygdala. *Social Cognitive and Affective Neuroscience, 8*(4), 410–417. https://doi.org/10.1093/scan/nss082

Wegener, J. R., Ludlow, C. E., Olsen, A. J., Tortosa, M., & Wintch, P. H. (2007). Ego depletion: A contributing factor of hopelessness depression. *Intuition: The B Intuition: The BYU Under U*

Undergraduate Journal of Psy aduate Journal of Psychology, 3(1), 1-5.