



## ” فروق الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الأزهرية ”

\* د.أ/ محمد محمود حسن

\*\* د.أ | احمد عبده حسن

\*\*\* أ/ مصطفى فرغل حسن

### المخلص :

تكمن مشكلة البحث : في معرفة الأسباب التي تسبب الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية و محاولة التغلب عليها وخلق صورة ايجابية عن حياته المهنية ورفع كفاءة اداءه .

هدف البحث : التعرف على الفروق بين معلمي التربية الرياضية في مستوى الاحتراق النفسي بمنطقة الوادي الجديد الأزهرية .

المنهج : أستخدم الباحثون المنهج الوصفي باستخدام أساليب الدراسات المسحية .

المجتمع : واشتمل مجتمع الدراسة على ٤٧ معلم تربية رياضية بمنطقة الوادي الجديد الأزهرية.

العينة : وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية لمعلمي التربية الرياضية بإجمالي ٤٠ معلم .

الاستنتاجات : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي التربية الرياضية بإداره الخارجة الأزهرية و ادارة الداخلة الأزهرية و إدارة الفرازة الأزهرية في مستوى الاحتراق النفسي .

التوصيات : مساعدة معلمي التربية الرياضية في منطقة الوادي الجديد الأزهرية علي معرفة اسباب الاحتراق النفسي والاهتمام بوجود برامج ارشادية تهتم ببناء الخصائص الايجابية لدي معلمي التربية الرياضية واجراء المزيد من الدراسات والابحاث في مجال الاحتراق النفسي لمعلم التربية الرياضية وعمل ندوات معلنة تهدف لنشر الوعي لدي افراد المجتمع عن طبيعة الاحتراق النفسي والاضرار التي يترتب عليها وكيفية تحسن حياتهم للأفضل .

الكلمات الافتتاحية : الاحتراق النفسي

\* استاذ المناهج وعميد كلية علوم الرياضة السابق جامعه الوادي الجديد.

\*\* استاذ علم النفس الرياضي ورئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية بكلية علوم الرياضة جامعة الوادي الجديد

\*\*\* باحث بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضي بكلية علوم الرياضة جامعة الوادي الجديد .



## "The Differences of Psychological Burnout among Physical Education Teachers in the New Valley Al-Azhar Region"

\*Prof. Dr. Mohamed Mahmoud Hassan

\*Prof. Dr. Ahmed Abdo Hassan

\*\*\* Dr. Musabah Abdullah Mustafa

### Abstract :

**The problem of research lies :** To know the reasons that cause burnout among physical education teachers and try to overcome them, create a positive image of their professional life and raise the efficiency of their performance .

**Research objective:** To identify the differences between physical education teachers in the level of psychological burnout in the New Valley Al-Azhar region.

**Methodology:** The researchers used the descriptive method using survey studies .

**Community :** The study community included 47 physical education teachers in the Al-Azhar New Valley region .

**Sample:** The sample was deliberately selected from physical education teachers, with a total of 40 teachers .

**Conclusions:** There are statistically significant differences between the physical education teachers in Al-Azhar Al-Kharga Administration, Al-Azhar Al-Dakhla Administration, and Al-Azhar Al-Farafra Administration in the level of psychological burnout .

**Recommendations:** Helping physical education teachers in the New Valley Al-Azhar region to understand the causes of burnout, and focusing on the existence of guidance programs that focus on building positive characteristics among physical education teachers, conducting more studies and research in the field of physical education teacher burnout, and holding public seminars aimed at spreading awareness among members of society about the nature of burnout, the damages it causes, and how to improve their lives for the better .

**Keywords:** Burnout.

\* Professor of Curricula and former Dean of the Faculty of Sports Sciences, New Valley University.

\* Professor of Curricula and former Dean of the Faculty of Sports Sciences, New Valley University.

\*\*\* Researcher in the Department of Educational and Sports Psychology, Faculty of Sports Sciences, New Valley University .



## ” فروق الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية ”

\* ا.د/ محمد محمود حسن

\*\* ا.د | احمد عبده حسن

\*\*\* ا/ مصطفى فرغل حسن

أولاً: المقدمة ومشكلة البحث:

يعتبر معلم التربية الرياضية شخصية تربوية قيادية يقوم علي عاتقها مسئولية قيادة العملية التربوية فهو يؤثر تأثيرا مباشرا في تطوير العامل المتزن لشخصية التلاميذ وذلك عن طريق النشاط الرياضي والتفاعل مع التلاميذ ، وتأسس تربية وتعليم التلاميذ علي مقدار ما يتحلى به معلم التربية الرياضية من خصائص وسمات قدرات وكفاءة مهنية ومهارات خاصة حتي يكتب لعمله كل النجاح والتوفيق ، تعتبر مهنة التدريس في التربية الرياضية من الوظائف التي تحوي كم هائل من العمل الشاق الذي يستهلك معلم التربية الرياضية في كثير من الضغوط النفسية الي جانب طبيعة الحياة التي يعيشها وتتزايد الضغوط عليه والتي تؤدي الي حالة الاحتراق النفسي التي تؤثر علي كفاءة اداء معلم التربية الرياضية في مجال عمله .

ولهذا فان الاحتراق النفسي (Burn out) يعتبر مشكلة اهتم بها الباحثين بدراساتها لما له من اثار خطيرة من المعلم والمتعلم وكذلك المدرسة ، بل المجتمع كله وان اثار الاحتراق النفسي لا تقتصر علي المعلم فقط ، بل تمتد الي الطالب المتعلم فيعاني من انخفاض تقدير الذات نتيجة سلوك المعلم اللامبالي ، وضعف المستوي الاكاديمي للمعلم . (٢٤٨:١٧)

وأشار مراجع علم النفس الي ان نشأة ظهور الاحتراق (Burn out) كان بارتباطه بظاهرة ضغط العمل (job stress) وكان يعرف على أنه حالة من الإنهاك العقلي والانفعالي والبدني الناجمة عن الحب الشديد والاخلاص والتفاني المستمرين في أداء العمل ، ولكن دون تحقيق الفائدة المرجوة ، او دون تحقيق عائد يذكر . (٢٤٢:١٥)

وأن سبب الإصابة بالاحتراق النفسي يعود الي الرغبة الشديدة والمتاحة عند الرياضيين لتحقيق أهداف مثالية وغير واقية وهذه قد يعترضها الرياضي علي نفسه أو مدربه او العائلة او المقربون . (٢٤٣:١٥)

\* استاذ المناهج وعميد كلية علوم الرياضة السابق جامعه الوادي الجديد.

\*\* استاذ علم النفس الرياضي ورئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية بكلية علوم الرياضة جامعة الوادي الجديد

\*\*\* باحث بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضي بكلية علوم الرياضة جامعة الوادي الجديد .



ويشير " احمد السيد محمود " ( ٢٠١٥ ) ان الاحتراق النفسي ظاهرة نفسية مهنية اجتماعية خطيرة تمس بشكل مباشر قطاع العاملين في مختلف المهن والاعمال انها تتناول جوانب الشخصية الانسانية وتؤثر عليها تأثيرا سلبيا ، وليس غريب ان يلمس هذا التأثير بوضوح علي الحالة الصحية والنفسية والاجتماعية للعاملين الذين يتأثرون بها مرورا بالمؤسسات التي يعملون بها ، ويؤكد علماء علم النفس ان هذه الظاهرة لا تؤثر سلبيا علي الفرد من الناحية الشخصية والعائلية فحسب بل تؤثر علي انتاجه العلمي والعملية وعلاقته مع زملائه و اقاربه. ( ٤,٣:١ )

ويذكر " احمد السعيد راوي ومروة محمد ابراهيم " ان من مظاهر آثار الضغط الشديد حالة من الإنهاك أو الاستنزاف البدني والانفعال نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية ويتمثل الإنهاك النفسي في مجموعة من المظاهر السلبية مثل التعب والإرهاق والشعور بالعجز وفقدان الاهتمام بالآخرين وفقدان الاهتمام بالعمل والكآبة والشك في قيمة الحياة والعلاقات الاجتماعية والسلبية في مفهوم الذات . ( ١٦ : ٥٩ , ٦٠ )

وينظر " اسامه كامل راتب " ( ٢٠٠٤ ) الي الاحتراق كحالة متقدمة من الضغوط النفسية تتميز بالإنهاك او الاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط مرتفعة الشدة اي ان الاحتراق هو رد فعل نتيجة الضغط المزمن الذي يتعرض له الشخص . ( ١٤٣:٣ )

اويشير " عبد الحكيم رزق " و " أحمد عبده حسن " ان السلوك كنتائج لتأثير الموقف الضاغط يتضمن هذا المكون الأخير النتائج السلوكية عن حدوث الضغوط النفسية السلبية ويتضح ذلك في هبوط مستوى الأداء والسلوك الجامد , والاتصال السلبي في التفاعل مع الآخرين وأخيرا يحدث الاحتراق النفسي ثم الانسحاب . ( ١٨٩:٩ )

اويوضح " احمد عبد الرحمن و احمد عادل " ( ٢٠٢١ ) ان عدم تقدير الآخرين للجهود التي يبذلها الفرد في اطار العمل الذي يمارس مما يترتب عنه شعوره بالإحباط والخجل واليأس ام عدم القدرة علي مواصلة العمل الذي يمارسه وبنفس الكفاءة والدافعية . ( ١٨٨:٢ )

الذا فإن الاحتراق يسبب الأذى للفرد ، حيث يؤدي الي الكثير من المشكلات النفسية التي تنتج غالبا من الضغوط النفسية التي يتعرض لها ، مما ينعكس سلبا علي شخصيته وصحته وأقرانه وتؤدي الي ما يسمى تربويا ونفسيا بظاهرة الاحتراق النفسي التي تتمثل في انطفاء شعلة الحماس ، وبث هذا الشعور في نفوس الجماعة ، وقد تسبب له امراضا عضوية ، واضطرابات نفسية مختلفة . ( ٢٠٢:٩ )



ومن خلال اطلاع الباحثين على بعض المراجع العلمية والدراسات المتخصصة في مجال علم النفس وجد الباحثين أن الاحتراق النفسي من أكثر المشكلات النفسية التي تؤثر على أداء معلم التربية الرياضية و ان هناك فئة من معلمي التربية الرياضية لا يستهان بها قد تعاني من بعض المشكلات النفسية كالاكتئاب النفسي ووفقا لما يواجهه المعلمون من اعباء تدريسيه والعوامل الاقتصادية فضلا عن المشكلات الطلابية التي تواجه معلمي التربية الرياضية ، لذا قد نجد العديد من المعلمين قد يعانون من احتراق ومشاكل نفسيه وابعاء اضافية قد تؤثر علي النواحي النفسية لمعلم التربية الرياضية مما دعا الباحثون للقيام بهذا البحث العلمي لمعرفة الأسباب التي تسبب الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية كمعلم تربية رياضية .

#### اهداف البحث

يهدف هذا البحث الي التعرف علي الفروق بين معلمي التربية الرياضية في مستوى الاحتراق النفسي بمنطقة الوادي الجديد الازهرية .

#### فروض البحث:

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين معلمي التربية الرياضية بإدارة الخارجة الازهرية و ادارة الداخلة الازهرية و ادارة الفرازة الازهرية في مستوى الاحتراق النفسي .

#### اهمية البحث :

اولا الاهمية النظرية :

لقاء الضوء علي مشكلة من المشكلات النفسية التي يعاني منها المعلمون في المجتمع المدرسي وهي الاحتراق النفسي لمعلم التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية.

ثانيا الاهمية التطبيقية :

توظيف ما يمكن ان تسفر عنه النتائج في البحث التي تساعد معلمي التربية الرياضية علي حسن التعامل مع ظاهرة الاحتراق النفسي .

المصطلحات المستخدمة في البحث:

#### الاحتراق النفسي Psychological Burnout:

حالة الانهالك للنواحي البدنية والذهنية تؤدي الي مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه او ذاته إضافة الي تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس الاخرين فضلا عن الافتقار الي المثالية والشعور بالغضب . (١٥،١٦:٤)



## الدراسات المرجعية

### أولا الدراسات العربية .

١١ - اجري " خلف وليد خلف , واخرون ( ٢٠٢١ ) " : (٨) دراسة تهدف الي التعرف الي مستوي الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة ظل جائحة كورونا , تبعا للمتغيرات ( المحافظة والجنس وسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والحالة الاجتماعية) واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته موضوع الدارسة وتكونت عينة الدراسة من (١٦٨) معلم ومعلمة من معلمي المدارس الخاصة في كل من اشارت نتائج الدراسة الي ان مستوي الاحتراق النفسي للمعلمين جاء بشكل متوسط كما واطهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوي الاحتراق النفسي لمعلمي المدارس الخاصة بناء علي متغيرات ( المحافظة والجنس وسنوات الخبرة والمؤهل العلمي والحالة الاجتماعية ) .

٢ - اجرت " رشاء احمد سعيد الحربي (٢٠١٣) " : (٩) دراسة هدفت الي التحقق من مدى فاعلية برنامج ارشاد بالمعنى لخفض حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات التربية الخاصة بمكة المكرمة وتكونت عينة الدراسة من (٣٠) معلم بمدينة مكة المكرمة ثم تقسيمهم الي مجموعتين متساويتين إحداهما ضابطه والأخرى تجريبية واستخدمت الباحثة صحيفة بيانات شخصية ومقياسا للاحتراق النفسي (اعداد الباحثة) ومقياس اذنك المعدل (EPQ-R) اعداد (حمود هزاع وعبدالله صالح) ومن اهم النتائج التي توصلت اليها الدراسة الي وجود فروق دالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس الاحتراق النفسي(الابعاد والدرجة الكلية)بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية .

٣ - اجري " ايتان محمد زين (٢٠١٢) " : (٥) دراسة هدفت الي التعرف الي درجة الاحتراق لدى معلمي التربية الرياضية في مدارس وكالة الغوث الدولية في عمان. وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٥) معلم ومعلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية , وقد استخدمت الباحثة مقياس الاحتراق النفسي الذي صممه محمد حسن علاوي (١٩٩٨) , ويشمل محاور تتضمن الانهاك العقلي , والانهاك البدني , والانهاك الانفعالي والتغير الشخصي نحو الاسوأ , ونقص الانجاز الشخصي , وقد اظهرت نتائج الدراسة على ان درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين جات بدرجة قليلة على ثلاثة محاور وهي محور الانهاك العقلي والانهاك الانفعالي والتغير نحو الاسوأ وبدرجة متوسطة على محوري الانهاك البدني ونقص الانجاز الشخصي , وكذلك اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات



دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي تعزى لمتغيرات الدراسة مثل (الجنس , سنوات الخبرة ,  
والمؤهل العلمي , مرحلة التدريس للمعلم , نوع الضمان الوظيفي , التخصص) .

#### ثانيا الدراسات الاجنبية :

٤ - اجري " فالزدي واخرون (Valizadeh,et II) (٢٠١١) " : (١٨) دراسة هدفت الي التعرف الي العلاقة بين الذكاء الانفعالي و اعراض الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الثانوية , وتكونت عينة الدراسة من (١٨٣) معلما من المعلمين الذكور في منطقة خورستان الايرانية , و استخدم الباحث مقياس ( Maslach & Jackson ) للاحتراق النفسي ومقياس الذكاء الانفعالي وقد اوصى الباحث بضرورة عقد دورات تدريبية للمعلمين للتعرف على اسباب الاحتراق النفسي والتصدي لها.

٥ - اجري " زورنا تزي (Zournatzi)(٢٠١١) " : (٢٠) دراسة هدفت الي التعرف الي الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الاساسية و الثانوية وتكونت عينة الدراسة من (٤٣٧) معلم تربية رياضية (٢٠٧) من المرحلة المتوسطة و (٢٣٠) من المرحلة الثانوية واستخدم الباحث ( Maslach & Jackson ) للاحتراق النفسي وقد اظهرت النتائج ان معلمي المرحلة الاساسية اعلى احتراقا من معلمي المرحلة الثانوية والارهاق العاطفي لدى معلمي المرحلة الثانوية اعلى من معلمي المرحلة الاساسية وقد اوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالمعلمين اثناء تعرضهم لظاهرة الاحتراق النفسي في مجال التعليم.

٦ - اجري " ياه تسنج (Yuah Tseng)(٢٠١٠) " : (١٩) دراسة هدفت الي التعرف الي تأثير الذكاء العاطفي والاحتراق النفسي ونوع الحياة على معلمي المدارس الابتدائية واشتملت عينة الدراسة على جميع معلمي التربية الرياضية في تايوان , واستخدم مقياس في جمع البيانات , واطهرت النتائج ان الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية كان متوسطا , وقد اوصى الباحث المؤسسات التعليمية بعقد دورات من اجل الحد من اعراض الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي وتحسين نوعية الحياة لدى المعلمين لما يعكس ذلك على الصحة النفسية والجسمية لديهم وبالتالي تحسين نوعية التعليم المقدم للطلاب.

#### خطة وإجراءات الدراسة

#### منهج الدراسة:

استخدم الباحثين المنهج الوصفي (باستخدام الاساليب المسحية ) لملائمته لطبيعة البحث.



### مجتمع الدراسة:

أشتمل مجتمع الدراسة على ( ٤٧ ) معلم للتربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية منطقة الوادي الجديد الازهرية للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ .  
عينة الدراسة:

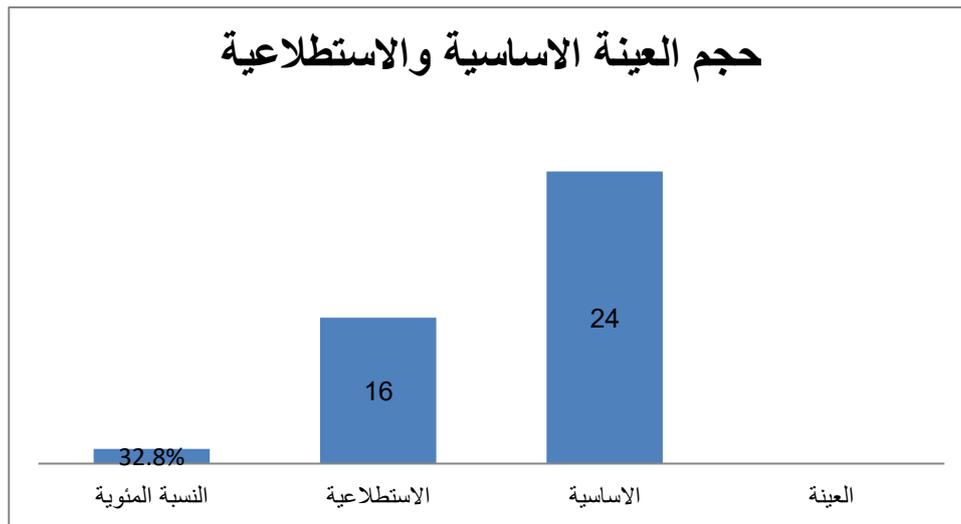
تم اختيار العينة بالطريقة العمدية لمعلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية منطقة الوادي الجديد الازهرية للعام الدراسي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ . بأجمالي (٤٠) معلم منهم (٢٤) معلم عينة أساسية و(١٦) معلم عينة استطلاعية.  
كما بلغ حجم العينة المستخدمة في الدراسة (٨٥.١٠%) من المجتمع الأصلي للبحث ويتضح ذلك من الجدول (١).

### جدول (١)

حجم العينة وتوزيع عينة الدراسة (الاساسية و الاستطلاعية) لمعلمي التربية الرياضية = ( ٤٠ )

النسبة المئوية	الاستطلاعية ن=١٦			الاساسية ن=٢٤			العينة
	الفرازة	الداخلة	الخارجة	الفرازة	الداخلة	الخارجة	
%٨٥.١٠	٤	٥	٧	٦	٩	٩	٤٠

جدول (١) يوضح أن النسبة المئوية لعينة الدراسة تبلغ نسبتها ٨٥.١٠ % بالنسبة للمجتمع ككل



شكل (١)

يوضح حجم العينة الأساسية والاستطلاعية لعينة قيد الدراسة



جدول (٢)

المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري معامل التقلطح ومعامل الالتواء في المتغيرات (العمر الزمني -سنوات الخبرة-المؤهل الدراسي) لأفراد العينة قيد الدراسة (ن = ٤٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل التقلطح	معامل الالتواء
العمر الزمني	السنة	٤١,١٩	٤٢,٠٠	٥,٢٦٩	٢,٠١٣	٠,٢٤
سنوات الخبرة	السنة	٢٤,٠٠٠	١٨,٩٤	٤,٠٤١	٣,١١١	١,٠٥٠
المؤهل الدراسي	السنة	٢,٢٠	٢,٠٠	٠,٣٨٣	١,١١٧	٠,٥٨٠

يتضح من جدول (٢) أن قيم الالتواء في متغيرات الدراسة (الطول - الوزن - العمر الزمني) تراوحت ما بين (٠.٢٤ - ١.٠٥٠)، وهذا يدل على أن هناك تجانساً بين أفراد عينة الدراسة حيث إن جميع قيم معامل الالتواء تقع تحت المنحني الاعتمالي والذي تتراوح قيمته ما بين (٣±)، مما يدل على اعتدالية التوزيع التكراري لأفراد العينة.

أدوات جمع البيانات:

مقياس الاحتراق النفسي . (إعداد الباحث )

١ - تحديد الهدف من المقياس :

الهدف هو الوصول إلى أداة على درجة عالية من الصدق والثبات تستخدم للتعرف على درجة ومستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية .

- تحديد المحاور المرتبطة بالهدف من المقياس :

لقد قام الباحثين بتحديد المحاور المرتبطة بالهدف من المقياس من خلال عدة خطوات:

أ- تحليل العديد من المراجع التي تناولت الضغوط النفسية عند المعلمين من امثلة ذلك , محمد حسن علاوي (٢٠١٨) (١٥) , ايمان عباس الخفاف (٢٠١٩) (٧) , ايمان احمد حسين

٢٠١٥ (٦), محمد السيد عسكر (٢٠١٩) (١٤)

ب- قام الباحثين بعمل دراسة مسحية للمقاييس التي تناولت الاحتراق النفسي لحصر المحاور

الخاصة وتوصل الباحث لوجود خمس ابعاد تناسب مجتمع البحث وهي البعد الاول :

عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والشخصية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم , والبعد الثاني

: عوامل مرتبطة بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم , البعد الثالث : عوامل مرتبطة

بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة , البعد الرابع : عوامل ترتبط بعدد

سنوات الخبرة , البعد الخامس : عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي .

٢- صياغة عبارات المقياس وتحديدها:



- أ- في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل محور من محاور المقياس واستعانة الباحث بالعبارات التي حصل عليها من الدراسات والبحوث المرجعية صاغ الباحث عبارات المقياس بما يتناسب مع عينة البحث.
- ب- تم تحديد عبارات المقياس وتحديد العبارات الخاصة بكل محور تبعاً للنسبة المئوية لكل محور من المحاور.
- ج- تم عرض المحاور والعبارات الخاصة بها على الخبراء وعددها (٦٠) عبارة وذلك لمعرفة.
- مدى حسن الصياغة اللغوية لكل عبارة.
  - مدى مناسبة كل عبارة للمحور الذي تنتمي إليه.
- د- ومن خلال النسبة المئوية لأراء الخبراء أمكن حذف (٢٠) عبارته لانخفاض نسبتها المئوية عن (٧٠٪).

### جدول (٣)

عبارات المقياس في صورتها الأولية والأهمية النسبية لعبارات كل محور (ن = ١٠)

م	المحور	عدد العبارات	العبارات المستبعدة	العبارات المتبقية	الاهمية النسبية
١	عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والشخصية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم	١١	٤	٧	١٧.٥٪
٢	عوامل مرتبطة بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم	١٢	٣	٩	٢٢.٥٪
٣	عوامل مرتبطة بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	١٥	٦	٩	٢٢.٥٪
٤	عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	١٠	٣	٧	١٧.٥٪
٥	عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي.	١٢	٤	٨	٢٠٪
	المجموع	٦٠	٢٠	٤٠	١٠٠٪

### ٣- اعداد المقياس في صورته المبدئية

- أ- تم إعداد المقياس في صورته المبدئية بعد حذف العبارات وتحديدتها وتم إعداد تعليمات المقياس، ويجب مراعاة أن تكون تعليمات المقياس:
- ١- مناسبة المستوى الثقافي يتناسب مع كافة الفئات.
  - ٢- إلا تكون طويلة تبعث على الملل.



٣- ان تتضمن توضيح للهدف من المقياس باحتوائها على عبارات تطمئن المعلم أن هدف من عملية القياس هو البحث العلمي.

٤- يجب الإشارة أنه لا يوجد عبارات صحيحة وآخري خاطئة وعدم ترك أي عبارة بدون إجابة.

ب- إعداد مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح المبدئية:

تحسب درجات المقياس من خلال إسناد قيمة عددية (١, ٢, ٣, ٤, ٥) لكل عبارة من عبارات المقياس تحسب بالدرجة كما يلي:

جدول (٤)

مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح للمقياس

نوع العبارة	موافق بشدة	موافق	الي حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
عبارات إيجابية	٥	٤	٣	٢	١
عبارات سلبية	١	٢	٣	٤	٥

ويمكن تحديد الدرجة العظمى والصغرى للمقياس كالتالي:

الدرجة العظمى = ٢٠٠

الدرجة الصغرى = ٤٠

بالتالي تكون أعلى درجة للمقياس هي (٢٠٠) درجة وأدنى درجة (٤٠) درجة كلما ارتفعت الدرجة دل ذلك على ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي.

كلما انخفضت الدرجة دل ذلك على انخفاض مستوى الاحتراق النفسي .

ج- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم تحديد عينة الدراسة الاستطلاعية والتي اشتملت على مجموعة من معلمي التربية الرياضية في منطقة الوادي الجديد الازهرية ، وبلغت (١٦) معلم تربية رياضية من مجتمع البحث من خارج العينة الأساسية.

المعاملات العلمية لمقياس الاحتراق النفسي:

قام الباحثين بتطبيق المقياس في صورته النهائية على عينة التقنين وقوامها (١٦) معلم من معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية ومن مجتمع الدراسة ومن خارج العينة الأساسية للدراسة بهدف التأكد من وضوح وصياغة العبارات ومناسبتها لعينه الدراسة وتم حساب المعاملات العلمية للمقياس (الصدق - الثبات) وقد أسفر هذا الإجراء عن النتائج التالية.



## أ-الصدق المحتوي:

للتأكد من صدق المحتوى قام الباحث بعرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس وعلم النفس الرياضي قوامها (١٠) خبراء، بحيث لا تقل مدة خبرتهم عن (١٠) سنوات مرفق (١). وقد أسفرت النتائج عن اتفاق هؤلاء الخبراء على عبارات المقياس بنسبة (٧٠٪ - ١٠٠٪) والجدول التالي يوضح ذلك

## جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء الخبراء على عبارات المقياس (ن=١٠)

م	العبارات										
			٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	رقم العبارة	البعد الأول:
			٩	٨	١٠	٩	١٠	٩	١٠	التكرار	عوامل ترتبط بالنواحي النفسية
			٩٠٪	٨٠٪	١٠٠٪	٩٠٪	١٠٠٪	٩٠٪	١٠٠٪	النسبة	والمستوي العلمي والثقافي للمعلم
	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	رقم العبارة	البعد الثاني " عوامل ترتبط
	٩	٨	٩	١٠	١٠	١٠	٨	٩	١٠	التكرار	بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم
			٩٠٪	٨٠٪	٩٠٪	١٠٠٪	١٠٠٪	٨٠٪	٩٠٪	النسبة	
	٢٥	٢٤	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	١٨	١٧	رقم العبارة	البعد الثالث عوامل ترتبط بالجوانب
	١٠	١٠	٩	١٠	١٠	٩	٩	١٠	١٠	التكرار	الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة
			٩٠٪	١٠٠٪	١٠٠٪	٩٠٪	٩٠٪	١٠٠٪	١٠٠٪	النسبة	
			٣٢	٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	رقم العبارة	البعد الرابع عوامل ترتبط بعدد
			١٠	١٠	٩	٩	٨	٩	٩	التكرار	سنوات الخبرة
					٩٠٪	٩٠٪	٨٠٪	٩٠٪	٩٠٪	النسبة	
		٤٠	٣٩	٣٨	٣٧	٣٦	٣٥	٣٤	٣٣	رقم العبارة	البعد الخامس عوامل ترتبط بالدعم
		٨	٩	٩	١٠	١٠	٩	١٠	٩	التكرار	المعنوي والحافز المادي:
			٨٠٪	٩٠٪	٩٠٪	١٠٠٪	١٠٠٪	٩٠٪	٩٠٪	النسبة	

## ب - صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة قوامها (١٦) معلم من معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، وكذلك معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له، كما تم حساب معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس، الجداول (٦)، (٧)، (٨) توضح النتيجة على التوالي:

## جدول (٦)



## معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من

عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي ينتمى إليه (ن = ١٦)

البعد الأول: عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم		البعد الثاني: عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم		البعد الثالث: عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة		البعد الرابع: عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة		البعد السادس: عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٨٧	١	٠.٨٤	١	٠.٨٢	١	٠.٧٧	١	٠.٧٩
٢	٠.٧٩	٢	٠.٨٨	٢	٠.٦٢	٢	٠.٨٠	٢	٠.٨٨
٣	٠.٨٧	٣	٠.٧	٣	٠.٦٧	٣	٠.٩٠	٣	٠.٦٥
٤	٠.٨١	٤	٠.٨٣	٤	٠.٨٨	٤	٠.٨٤	٤	٠.٨٥
٥	٠.٧٤	٥	٠.٨٤	٥	٠.٦٥	٥	٠.٨٧	٥	٠.٨٧
٦	٠.٩٦	٦	٠.٧٨	٦	٠.٨٥	٦	٠.٨٥	٦	٠.٨٩
٧	٠.٨٩	٧	٠.٨٩	٧	٠.٧٩	٧	٠.٨٤	٧	٠.٧٤
		٨	٠.٧٧	٨	٠.٨٠			٨	٠.٧٥
		٩	٠.٩٢	٩	٠.٩٠				

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤١٢

يتضح من جدول (٦) ما يلي: تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور ما بين (٠.٦٢ : ٠.٩٦) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً ما يشير إلى الاتساق الداخلي للمحاور.

## جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له (ن = ١٦)

رقم العبارة	معامل الارتباط						
١	٠.٧٢	١١	٠.٧٥	٢١	٠.٨٦	٣١	٠.٨٢
٢	٠.٧١	١٢	٠.٨٠	٢٢	٠.٧٠	٣٢	٠.٦٦
٣	٠.٧٥	١٣	٠.٦٦	٢٣	٠.٧٨	٣٣	٠.٧٥
٤	٠.٦٨	١٤	٠.٨٥	٢٤	٠.٧٠	٣٤	٠.٧١
٥	٠.٧١	١٥	٠.٨٤	٢٥	٠.٧١	٣٥	٠.٧٠
٦	٠.٦٤	١٦	٠.٦١	٢٦	٠.٦٨	٣٦	٠.٧٨
٧	٠.٧٦	١٧	٠.٧٣	٢٧	٠.٦٤	٣٧	٠.٧٥
٨	٠.٧٤	١٨	٠.٦٢	٢٨	٠.٦٠	٣٨	٠.٧٩
٩	٠.٦٨	١٩	٠.٨٢	٢٩	٠.٧٥	٣٩	٠.٦٨
١٠	٠.٨٥	٢٠	٠.٧١	٣٠	٠.٦٥	٤٠	٠.٨٠

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤١٢



### يتضح من جدول (٧) ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة عن عبارات المقياس والدرجة الكلية له ما بين (٠.٨٧ : ٠.٦٤) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

### جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية له (ن = ١٦)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠.٨٨	عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم	١
٠.٨٤	"عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم	٢
٠.٩٥	عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	٣
٠.٩٢	عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	٤
٠.٨٩	عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	٥
٠.٨٦	المجموع	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٥) = ٠.٤١٢

يتضح من الجدول (٨): تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور المقياس والدرجة الكلية له ما بين (٠.٨٤ : ٠.٩٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب- الثبات:

### أ- حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار Test – retest:

لحساب ثبات المقياس قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة قوامها (١٦) من على معلم من معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية باستخدام طريقة تضيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test – Retest تم إعادة التطبيق بفواصل زمنية قدرة (١٥) خمسة عشر يوماً وهذا ما يوضحه جدول رقم (٩).

### جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني للمقياس ( ن = ١٦ )



التطبيق المحاور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط (ر)
	م	ع	م	ع	
عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم	٢٤.٥٦	٤.٣٣٥	٣٠.٢٥	٢.٨١٧	٠.٨٧٦
" عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم	٣٤.٣٨	٣.٩١٤	٤٠.١٩	١.٢٧٦	٠.٦٧٥
عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	٣٣.٦٢	٤.١٩٣	٣٩.٧٥	١.٢٣٨	٠.٦٧٥
عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	٢٦.٢٥	٢.٣٨٠	٢٨.٧٦	١.٥٢٢	٠.٧٥٨
عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	٢٧.٣١	٣.٩٦٢	٢٩.٨٣	١.١٢٧	٠.٥١٩
المقياس ككل	١٤٦.٨١	١٢.٤٠٠	١٧٨.١٣	٦.٤٥٧	٠.٨٢٠

قيمة (ر) الجدولية غير مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٤١٢٪

ويتضح من جدول (٩) ما يلي:

توجد علاقة إيجابية دالة إحصائية بين التطبيق الأول والثاني لمختلف محاور المقياس والمقياس ككل إذ يتراوح معامل الارتباط المحسوب بين (٠.٨٧٦ - ٠.٥١٩) هي أعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ مما يشير إلى ثبات المقياس.

ب - حساب الثبات باستخدام معامل الفا كرو نباخ:

لحساب ثبات المقياس استخدم الباحث معامل الفا لكرو نباخ على عينة وقوامها (١٦) معلم من معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية معلمي التربية الرياضية من مجتمع الدراسة ومن غير العينة الأساسية، الجدول التالي (١٢).

جدول (١٠)

معاملات الفا للمقياس (ن = ١٦)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم	٠.٠٧٠٥
٢	" عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم	٠.٧١٣
٣	عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	٠.٦٤٦
٤	عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	٠.٧٢٣
٥	عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	
	الدرجة الكلية	٠.٨٥٨



يتضح من جدول (١٠) ما يلي: تراوحت قيم معاملات الفا للمحاور المقياس بين (٠.٦٤٦ - ٠.٧٢٣) كما بلغ معامل الفا للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٥٨) وهي معاملات دالة إحصائية مما يشير إلى أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

### عرض النتائج:

بعد أن أستعرض الباحثين الإطار العام للدراسة وأدبيات الإطار النظري وبعض الدراسات المرجعية لتحقيق الهدف من الدراسة في مجال البحث يتناول هذا الإطار عن فروض الدراسة.

### أولاً: عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

والذي ينص على: "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين معلمي التربية الرياضية بإدارة الخارجة الازهرية و ادارة الداخلة الازهرية وادارة الفرازة الازهرية في مستوى الاحتراق النفسي . للتحقق من دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرازة ) في مستوى الاحتراق النفسي ، قام الباحثين بحساب دلالة الفروق باستخدام تحليل التباين "ف" النسبة الفائية كما يتضح من الجداول التالية:

### جدول (١١)

تحليل التباين بين درجات معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرازة ) في مستوى الاحتراق النفسي (ن = ٢٤)

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية (ف)	متوسط الدلالة
عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي للمعلم	بين المجموعات	٢١.٥١٤	٢	١٠.٧٥٧	٦.٧٧٥	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٤٧٤.٤٤٤	٢١	٢٢.٥٩٣		
	الكل	٤٩٥.٩٥٨	٢٣			
عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم م	بين المجموعات	٧٨.٠٥٦	٢	٣٩.٠٢٨	٥.٣٢٠	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٣٥٣.٢٧٨	٢١	١٦.٨٢٣		
	الكل	٤٣١.٣٣٣	٢٣			
عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	بين المجموعات	٩٤.٢٢٢	٢	٤٧.١١١	٧.٧٥٥	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٥٦٣.٧٧٨	٢١	٢٦.٨٤٧		
	الكل	٦٥٨.٠٠٠	٢٣			
عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	بين المجموعات	٣٤.٢٣٦	٢	١٧.١١٨	٨.٤٤١	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٤٥٦.٣٨٩	٢١	٢١.٧٣٣		
	الكل	٤٩٠.٦٢٥	٢٣			
عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	بين المجموعات	٨٠٩.٣٨٩	٢	٤٠٤.٦٩٤	٧.٨٨١	٠.٠٥
	داخل المجموعات	٦٤٤٣.١١١	٢١	٣٠٦.٨١٥		
	الكل	٧٢٥٢.٥٠٠	٢٣			



### قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٤.٢٦

يتضح من الجدول السابق أن قيمة ف المحسوبة لأبعاد المقياس ومقياس الاحتراق النفسي ككل أكبر من قيمة ف الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق جوهرية بين درجات معلمي التربية الرياضية (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرازة) في مقياس مستوى الاحتراق النفسي .

لتوضيح اتجاه هذه الفروق قام الباحث باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (LSD) لمعرفة دلالة هذه الفروق بين معلمي ادارت (الخارجة - الداخلة - الفرازة) في مستوى الاحتراق النفسي.

#### جدول (١٢)

اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين معلمي التربية الرياضية بادرت (الخارجة - الداخلة - الفرازة) في مستوى الاحتراق النفسي. (ن = ٢٤)

المتغيرات	المجموعات	المتوسطات	ادارة الخارجة	ادارة الداخلة	ادارة الفرازة
عوامل ترتبط بالنواحي النفسية والمستوي العلمي والثقافي	ادارة الخارجة	٢٧.٤٤		١.٠٠	١.٤٤
	ادارة الداخلة	٢٦.٤٤	٢.٤٤		
	ادارة الفرازة	٣٢.٠٠			
عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم	ادارة الخارجة	٣٦.٢٢		٤.١١	٢.٧٧
	ادارة الداخلة	٣٢.١١			١.٣٨
	ادارة الفرازة	٣٦.٨٣			
" عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة	ادارة الخارجة	٣٦.٥٦		٤.٠٠	٤.٢٢
	ادارة الداخلة	٣٢.٥٦			٠.٢٢٢
	ادارة الفرازة	٣٩.٣٣			
عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة	ادارة الخارجة	٣.٧٢٣		٠.٣٣٣	١.٦٠٠
	ادارة الداخلة	٣.٠٧٣			٠.١١١
	ادارة الفرازة	٣.٣٢٧			
عوامل ترتبط بالدعم المعنوي والحافز المادي	ادارة الخارجة	٢١.٢٨٨		١.٥٥٦	٢.١٩٨
	ادارة الداخلة	١٤.٥٨٧			٣.٥٦٥
	ادارة الفرازة	١٨.٩٣٥			

ويتضح من جدول ( ١٢ ) توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرازة) في مقياس مستوى الاحتراق النفسي . في ابعاد الاحتراق النفسي النفسية. وهي كالتالي في البعد الاول : عوامل ترتبط بالنواحي النفسية



والمستوي العلمي والثقافي ولصالح ادارة الفرافرة الازهرية ثم ادارة الداخلة ثم ادارة الخارجة و كذلك توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في البعد الثاني عوامل ترتبط بالجوانب المهنية والرضا الوظيفي للمعلم و لصالح ادارة الخارجة ثم ادارة الداخلة ثم ادارة الفرافرة . وكذلك توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في البعد الثالث " عوامل ترتبط بالجوانب الاجتماعية والاقتصادية والبيئة المحيطة ولصالح ادارة الخارجة ثم ادارة الداخلة ثم ادارة الفرافرة. و كذلك توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في البعد الرابع عوامل ترتبط بعدد سنوات الخبرة ولصالح ادارة الخارجة ثم ادارة الداخلة ثم ادارة الفرافرة و كذلك توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في البعد الخامس ولصالح ادارة الخارجة ثم ادارة الداخلة ثم ادارة الفرافرة

### جدول (١٣)

تحليل التباين بين درجات معلمي التربية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرافرة) في مستوى الاحتراق النفسي (ن = ٢٤)

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	النسبة الفائية (ف)	متوسط الدلالة
مقياس الاحتراق النفسي	بين المجموعات	٦٦٥٨.٨٨٩	٢	٣٣٢٩.٤٤٤	٥٩.٨٣٩	٠.٠٥
	داخل المجموعات	١١٦٨.٤٤٤	٢٢	٥٥.٦٤٠		
	الكل	٧٨٢٧.٣٣٣	٢٤			

قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٤.٢٦

يتضح من الجدول السابق أن قيمة ف المحسوبة اكبر من قيمته الجدولية. وهي دالة عند مستوى (٠.٠٥) مما يدل على وجود فروق جوهرية بين الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في مستوى الاحتراق النفسي (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرافرة) في مقياس مستوى الاحتراق النفسي ، ولتوضيح اتجاه هذه الفروق قام الباحث باستخدام اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D).

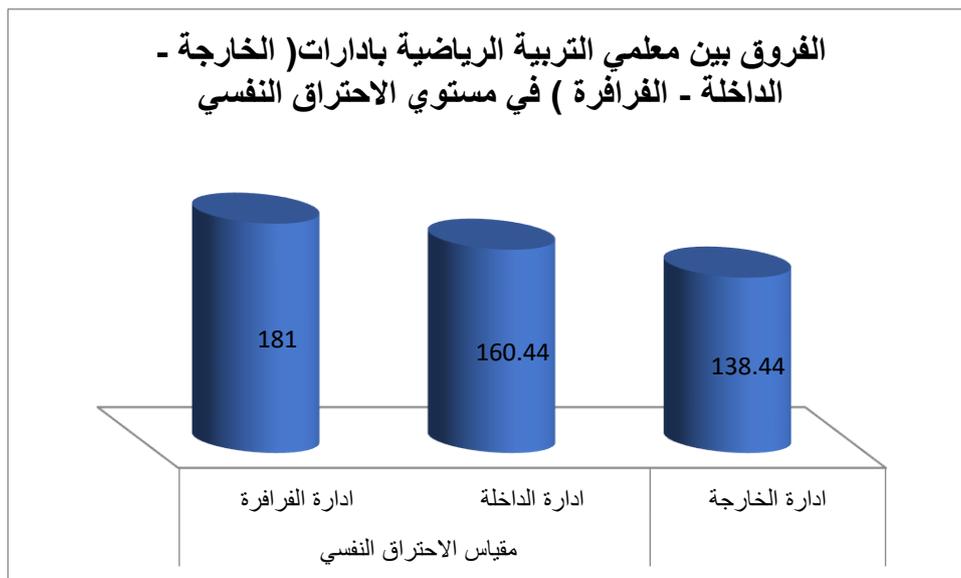


جدول (١٤)

اختبار أقل فرق معنوي (L.S.D) بين درجات معلمي التربية الرياضية في مستوى الاحتراق النفسي (ادارة الخارجة - ادارة الداخلة - ادارة الفرافرة) (ن = ٢٤) .

المتغيرات	المجموعات	المتوسطات	ادارة الخارجة	ادارة الداخلة	ادارة الفرافرة
مقياس الاحتراق النفسي	ادارة الخارجة	١٣٨.٤٤		٢٢.٠٠٠	٤٢.٥٥٦
	ادارة الداخلة	١٦٠.٤٤			٢٠.٥٥٦
	ادارة الفرافرة	١٨١.٠٠٠			

ويتضح من جدول ( ١٤ ) توجد فروق دالة إحصائياً بين دلالة الفروق بين درجات معلمي التربية الرياضية في ادارت (الخارجة - الداخلة - الفرافرة) في الاحتراق النفسي. وهي ولصالح معلمي ادارة الفرافرة ثم معلمي ادارة الداخلة ثم معلمي ادارة الخارجة



شكل ( ٢ )

يوضح الفروق بين معلمي التربية الرياضية بإدارات (الخارجة - الداخلة - الفرافرة) في مستوى الاحتراق النفسي لدى العينة قيد البحث.

وهذا يتفق مع ما قاله " احمد السيد محمود " ( ٢٠١٥ ) ان الاحتراق النفسي ظاهرة نفسية مهنية اجتماعية خطيرة تمس بشكل مباشر قطاع العاملين في مختلف المهن والاعمال انها تتناول جوانب الشخصية الانسانية وتؤثر عليها تأثيرا سلبيا ، وليس غريب ان يلمس هذا التأثير بوضوح علي الحالة الصحية والنفسية والاجتماعية للعاملين الذين يتأثرون بها مرورا بالمؤسسات التي يعملون



بها ، ويؤكد علماء علم النفس ان هذه الظاهرة لا تؤثر سلبيا علي الفرد من الناحية الشخصية والعائلية فحسب بل تؤثر علي انتاجه العلمي والعملية وعلاقته مع زملائه و أقاربه.

( ٤,٣:١ )

و ايضا يتفق مع ما تبنته زينب احمد محمد لموم ( ٢٠١٧ ) في دراستها لموضوع الاحتراق النفسي للمعلم تعريف سيدمان وزاجر الذي بني على أساسه مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين الذي أعده للعربية عادل عبد الله محمد والذي يفسر هذه الظاهرة بأنها نمط سلبي للأحداث التدريسية ذات الضغوط , وللتلاميذ, وللتدريس كمهنة, بالإضافة الى ادراك ان هناك نقصا في المساندة والتأييد الذي يقدم الذي يقدم للمعلم من جانب الإدارة . وتتوضح في هذا التعريف الأسباب المتعددة لظاهرة الاحتراق النفسي بما فيها البيئة المدرسية بما تشمله من مواقف وأحداث تدريسية مثيرة للضغوط كما هو متفق عليه من خلال التعريفات السابقة فان الضغوط هي السبب الرئيسي في حدوث الاحتراق النفسي للفرد, والمقصود بالضغوط هنا هي الضغوط الخاصة بمهنة التدريس, كما يمثل سلوك التلاميذ وتصرفاتهم ممرا لجزا للوصول في النهاية للاحتراق النفسي, فهم يمثلون جزءا مهما من الهيئة التدريسية المحيطة بالمعلم بما يحملونه من مفاهيم واتجاهات تظهر في أسلوب تعاملهم وسلوكهم تجاه المعلم ويشمل ذلك أيضا نظرة المعلم الإيجابية او السلبية لمهنته كمدرب ومدى رضاه عن كونه معلم والدعم المعنوي والمساندة الإدارية التي يلقاها من الادارة والمسؤولين بصفه عامة. ( ١٠ : ٢٠ , ٢١ )

ويقول ( محمد حسن علاوي ٢٠١٨ ) أشارت مراجع علم النفس الى نشر ظهور الاحتراق (Burnout) كان بارتباطه بظاهرة ضغط العمل (job stress) وكان يعرف على أنه حال من الإنهاك العقلي والانفعالي والبدني الناجم عن الحب الشديد والإخلاص والتفاني المستمرين في أداء العمل ولكن دون تحقيق الفائدة المرجوة او دون تحقيق عائد يذكر. وفي السنوات الأخيرة تم علماء النفس الرياضة الممارسة البدنية بظاهرة الاحتراق وأجريت بعض الدراسات والبحوث على عينات من الرياضيين الممارسين للأنشطة الرياضية لمحاولة التعرف على مدى انتشار هذه الظاهرة واعراضها المباشرة وطرق التحكم فيها. ( ١٥ : ٢٤٢ , ٢٤٣ )

وتبين من العرض السابق ان هناك فروق في مستويات الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية وتتفق تلك النتائج مع ما توصلت اليه دراسة خلف وليد خلف , واخرون ( ٢٠٢١ ) (٨) وجود فروق في مستويات الاحتراق النفسي لصالح متغير المحافظة ( المكان ) وايضا النتائج مع دراسة رشاء احمد سعيد الحربي (٢٠١٣) (٩) التي توصلت اليها الدراسة الي وجود فروق دالة احصائية بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية



على مقياس الاحتراق النفسي (الابعاد والدرجة الكلية) بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية .وايضا مع دراسة ايتان محمد زين (٢٠١٢)(٥) ودراسة فالزدي واخرون ( Valizadeh,et II)(٢٠١١)"(١٨) و دراسة زورنا تزي (Zournatzi)(٢٠١١) (٢٠) ودراسة ياه تسنج (Yuah Tseng)(٢٠١٠)(١٩) .  
وهذه النتيجة تحقق صحة ما جاء بالفرض الاول والذي ينص علي "توجد فروق ذات دلالة احصائية بين معلمي التربية الرياضية بإدارة الخارجة الازهرية و ادارة الداخلة الازهرية و ادارة الفرازة الازهرية في مستوى الاحتراق النفسي " .

#### الاستنتاجات :

في ضوء أهداف الدراسة وفي حدود عينة الدراسة وخصائصها والقياسات المستخدمة والمنهج المستخدمة من خلال التحليل الاحصائي واستنادا على النتائج التي تم التوصل إليها امكن استنتاج ما يلي :

١ - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين معلمي التربية الرياضية بإدارة الخارجة الازهرية و ادارة الداخلة الازهرية و ادارة الفرازة الازهرية في مستوى الاحتراق النفسي " .

#### التوصيات :

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة الحالية، يقترح الباحثين التوصيات الآتية:

- ١- الاهتمام بوجود برامج إرشادية لتحقيق أهداف علم النفس الإيجابي تهتم ببناء الخصائص والسمات الإيجابية لدى معلم التربية الرياضية بمنطقة الوادي الجديد الازهرية .
- ٢- إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث في مجال الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية.
- ٣- عمل ندوات معلنة تنظمها مراكز الإرشاد النفسي بالازهر الشريف تهدف لنشر الوعي لدى أفراد المجتمع عن طبيعة الاحتراق النفسي والأضرار التي يترتب عليها وكيفية تحسين حياتهم للأفضل.



## المراجع

### أولاً: المراجع العربية:

١. احمد السيد محمود (٢٠١٥): "مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى معلم التربية الرياضية بالمعاهد الازهرية" , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية , جامعة اسيوط.
٢. احمد عبدالرحمن اسماعيل , احمد عادل فتحي بركات (٢٠٢٠ - ٢٠٢١) : "اسس السلوك الرياضي بين النظرية والمعرفة" (ط - ١) مؤسسة عالم الرياضة للنشر , جامعة الاسكندرية.
٣. اسامة كامل راتب (٢٠٠٤) : "النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة" (ط - ١) دار الفكر العربية , القاهرة.
٤. اسامة كامل راتب (١٩٩٧) : "احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والاجهاد والانفعالي" (الطبعة الاولى) دار الفكر العربي , القاهرة.
٥. ايتان محمد زين (٢٠١٢) : "الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في مدارس وكالة الغوث الدولية في عمان مجلة التربية" , مجلة التربية : مجلة علمية محكمة البحوث العدد (١٧٩) كلية التربية - جامعة الازهر .
٦. ايمان احمد حسين (٢٠١٥) : الحواجز النفسية وعلاقتها بالمرونة العقلية والانفتاح علي الخبرة لدي عينة من المطلقات , رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة الأقصى .
٧. إيمان عباس الخفاف (٢٠١٩) : الضغوط النفسية الطبعة الأولى دار الغيداء للنشر والتوزيع عمان .
٨. خلف وليد خلف واخرون (٢٠٢١): "مستوي الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا" , مجلة تطبيقات علوم الرياضة العدد (١٠٩) , كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير جامعة الاسكندرية .
٩. رشاء احمد سعيد الحربي (٢٠١٣) : " فاعلية برنامج ارشاد بالمعني لخفض حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات التربية الخاصة بمكة المكرمة ." رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة عين شمس .



١٠. زينب احمد محمد لموم (٢٠١٧) : الاحتراق النفسي للمعلم الطبعة الاولى مركز الكتاب الاكاديمي عمان .
١١. صفاء جابر شاهين واخرون ( ٢٠٢٠ ) : "الإعداد النفسي الإعداد النفسي للرياضيين : نماذج نظرية وتطبيقات", الطبعة الاولى , مركز الكتاب للنشر , القاهرة .
١٢. عبدالحكيم رزق عبدالحكيم , أحمد عبده حسن (٢٠١٥) : "المحددات النفسية والجوانب العقلية لانتقاء الناشئين في المجال الرياضي", الطبعة الاولى , مؤسسة عالم الرياضة للنشر \_ الاسكندرية .
١٣. عبد الحكيم رزق ، محمد سيد حامد (٢٠١٨) : " مدخل علم النفس الرياضي " , ( ط ١ ) مؤسسة عالم الرياضة الاسكندرية .
١٤. محمد السيد عسكر(٢٠١٩) : النفسية في علم النفس الرياضي ماستر للنشر والتوزيع .
١٥. محمد حسن علاوي ( ٢٠١٨ ) : " علم نفس الرياضة والممارسة البدنية " ط ١ مركز الكتاب الحديث - القاهرة .
١٦. محمود السعيد راوي حسن , مروة محمد ابراهيم ( ٢٠٢٤ ) : " تأثير الاستراتيجيات العقلية لمواجهة الضغوط النفسية على فاعلية الأداء الفني في المباريات للمصارعين " بحث منشور مجلة الوادي الجديد لعلوم الرياضة ع ١١ ج ٣ كلية علوم الرياضة جامعة الوادي الجديد .

### ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 1- **Hui-jen,y.**(2004): “factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan’s technical – vocational colleges. Journal off Vocational Pehavior, \_\_\_\_\_ vol 24,(1) , PP283–301 <https://doi.org/10.1016/j.ijedu dev.2003.12.0 01> .
- 2- **Valizadeh , Rohollah , & Moslehi , Motahareh , & Saiari , Abdulamir (2011)** : “Relationship between emotional intelligence and burnout syndrome in sport teachers of secondary schools . Procedia – Social and Behavioral Sciences vol 15, pages 1786\_1791 . <https://doi.org/10.10 16/j.s bspro .2011.04.003> .



- 3- **Yueh Tseng , Hsui (2010)** : “the influence of intelligence and burnout on public elementary school teachers“ Quality of life . master's thesis . Taipei ,Taiwan .
- 4- **Zournatzi , Eleni (2011)** : “Burnout among physical education teachers in primary and secondary school. International journal Humanities and Social Science vol.1 no 7,53.