المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني كمنبئات بالإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية

Stressful life events And level of Job satisfaction As Projectors of psyclological Burn-out in Female Teachers of students with Intellectual Disablilty

إعـداد

د / مني كمال أمين عبد العاطي

مدرس الإعاقة العقلية

بكلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة – جامعة بنى سويف

٢٠١٩م

المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني كمنبئات بالإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية

إعـداد

د /مني كمال أمين عبد العاطي

مدرس الإعاقة العقلية بكلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة – جامعة بنى سويف

مستلخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى التنبؤ بالإحتراق النفسي من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني لدي معلمات التربية الفكرية ، وطبقت الدراسة علي عينة مكونة من (٦٠) معلمة من معلمات التربية الفكرية. وإستخدمت الدراسة قائمة الاحتراق النفسي لماسلاش (Maslach Burn out Inventory) ، ومقياس الرضا المهني (إعداد الباحثة) ، ومقياس المواقف الحياتية الضاغطة (إعداد الباحثة).وتم إستخدام الإنحدار المتعدد ومعامل الإرتباط بيرسون.وتوصلت نتائج الدراسة إلى إمكانية التنبؤ بالإحتراق النفسي من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض لدي معلمات التربية الفكرية. كما توصلت الدراسة إلي أن المواقف الحياتية الإقتصادية الضاغطة وانخفاض الرضا عن طبيعة العمل مع الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية هي أكثر إنبائاً بإحتمالية تعرض المعلمة للاحتراق النفسي .

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي ، المواقف الحياتية الضاغطة ، الرضا المهني ، معلمات التربية الفكرية .

Abstract:

The study aimed at predicting psychological burnout through stressful life events and level of job satisfaction among Female teachers of intellectually disabled students. The study was applied to a sample of (60) Female teachers of intellectually disabled students. The study used Maslach Burn out Inventory, job Satisfaction Scale (prepared by Researcher), Stressful life events Scale (prepared by Researcher). Multiple regression, Pearson correlation coefficient were used. The results of the study reached the possibility of predicting psychological Burn-out through stressful life events and job satisfaction among Female teachers of intellectually disabled students. The study also found that economic stressful life events and low satisfaction with the nature of working with students with intellectual disabilities are more predictive of the possibility of teacher exposure to psychological burnout.

Keywords: Psychological burn-out, stressful life events, job satisfaction.

المواقف الحياتية الضاغطة والرضا المهني المنخفض كمنبئات بالإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية

د / مني كمال أمين عبد العاطي

المقدمة :

الحياة المعاصرة مليئة بالمواقف المتعاقبة الضاغطة علي الفرد ، فقد أصبحت ضغوط الحياة خاصية من سمات العصر الحديث لما تشكله من تهديدات للمجتمع والعالم بأسره ، خاصة بعد ازدياد الحياة تعقيدا . وتعد المواقف الحياتية الضاغطة خطرا كبيرا علي صحة الفرد وتوازنه ؛ كما تهدد كيانه النفسي لما ينشا عنها من آثار سلبية ، كعدم القدرة علي التكيف وضعف مستوي الأداء والعجز عن ممارسة مهامه ، وانخفاض الدافعية والقدرة علي الانجاز والشعور بالضغط النفسي الذي ويؤدي به إلي المعاناة من الاحتراق النفسي.

وتتأثر الضغوط النفسية بكثير من العوامل ، يتعلق جزء منها بالعمل ومتطلباته ومسؤلياته، ويتعلق الجزء الآخر بالفرد ذاته وشخصيته ودوافعه وانفعلاته ورغباته، في حين أن حزءاً آخر من هذه العوامل يتعلق بالجوانب الاجتماعية للوظيفة أو المهنة (أحمد صقر عاشور ،١٩٨٥، ١٠٥).

ولا شك أن العمل في مهنة التدريس للتلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية بما فيه من مواقف متعددة ، وما له من مسؤليات تقع علي عاتق المعلمة قد تسبب لها الضغط النفسي . فمعلمة التربية الفكرية تحمل علي عاتقها الكثير من المسؤليات والأعباء كغيرها من البشر علاوة علي الأعباء المهنية الأضافية لمهنتها ، وهذا لما تنطوي عليه هذه المهنة من متطلبات وأعباء إضافية مع فئات متنوعة من الافراد ذوي الإعاقة العقلية ، حيث يعد كل معاق حالة مختلفة عن الحالات الأخري تتطلب اعداد خطة تربوية خاصة واختيار الاساليب التدريسية المناسبة ، كما أن تدني القدرات العقلية وانخفاض المستوي التحصيل لدي هذه الفئة ، ينعكس سلبا عليها مما يولد شعور لديها بالضغوط النفسية والتي تؤدي بدورها إلي حالة من الإحتراق النفسي. فما تمر به معلمة التربية الفكرية أثناء يومها من مواقف حياتية ضاغطة سواء علي مستوي العمل او الحياة بوجه عام ، له آثار عميقة في حياتها الشخصية والعملية.

ولأن الشخصية الإنسانية هي الدعامة الأولي للإنتاج ، فإن أحسنا إختيارها ووضعها في المهنة الملائمة لها ، ووجهناها التوجيه السليم خطونا خطوة كبيرة نحو الطريق السليم لتحقيق زيادة الانتاج. فلذلك نري مدي اهتمام الدول المتقدمة بالرضا المهني؛ لانه اذا كان الفرد راضيا عن مهنته شعر بالارتياح النفسي ، وازداد انتمائه للمؤسسه التي يعمل بها ، ولذلك أصبح علي المؤسسات مراعاة توجيه مشاعر الأفراد الذين ينتمون

إليها تجاه أدائهم لأعمالهم ، وتشجيع تعاونهم في سبيل تحقيق أهداف المؤسسة (السيد محمد فرحات،٢٠٠٣، ٢٧٣).

وهذا ما يؤكد ان العوامل البشرية يجب أن تحتل مكان الصدارة في العمل ، حيث أن رضا الفرد عن مهنته يعتبر البنية الأساسية لتحقيق الاستقرار النفسي والرضا المهني ، وينعكس ايجابا علي مدي انجازه في العمل من الناحيتين الكمية والكيفية . فالرضا عن العمل لم يعد مقتصراً فقط علي الجانب المادي كالراتب مثلا، وإنما تضمن أيضا الجوانب المعنوية الاخري ، التي أثبتت كثير من البحوث أنها أهم من الجانب المادي ، فالاشباع المعنوي للمعلم وتحقيق ذاته أصبح مطلبا أساسيا للمعلم ، ولم يعد المال هو القوة الدافعة الوحيدة للفرد في عمله.

ويرتبط الشعور بالرضا عن العمل من عدمه بالصحة النفسية، بل الجسمية والأسرية للفرد فالشعور الإيجابي بالرضا عن العمل يؤدي إلى الشعور الإيجابي بالصحة النفسية، والتوافق. ويرتبط إنخفاض الشعور بالرضا المهني بمعدلات أعلى من القلق، والاكتئاب، والأمراض النفسية، والجسمية، والنفسجسمية وهذا يوحي لنا بأن الرضا المهني هو حالة وسيطة فى السلسلة السببية للسلوك الإنساني wall.& clegg 1978) (فقد كشفت البحوث والدراسات عن عمق أثر مواقف العمل فى تشكيل أنماط الأبنية النفسية لدى الأفراد ، وأول الأبنية النفسية وأهمها لدي المعلم هو تقدير الذات الذي ينبثق من مفهوم الذات العام والذي يتكون بدوره من إدراكات الفرد عن ذاته، أو لذاته فى علاقتها بالأشخاص الآخرين، والأشياء الموجودة فى البيئة . (Raskin & Rogers, 1988, 183-96).

وينعكس أثار الرضا المهني للمعلمة علي كفائتها ومدي إخلاصها في عمليه التدريس ، الأمر الذي تتوقف عليه مسؤلية تعليم وتربية الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية . كما يعد الرضا المهني محصلة للعديد من الخبرات الايجابية والسلبية المرتبطة بالعمل وينبع تقدير الفرد للعمل و مدي النجاح الشخصي أو الفشل في تحقيق الأهداف الشخصية في الحياة (Kenneth, 2006,4).

ويتأثر رضا معلمة التربية الفكرية عن عملها بمتغيرات مثل طبيعة العمل ، العائد المادي ، والعلاقات الاجتماعية مع الزملاء والرؤساء فى العمل، والفرصة للترقية من خلال العمل، ومدى شيوع المناخ الديموقراطي فى إدارة العمل.

ونظراً لكل من المتطلبات والاحتياجات النفسية والصحية والمعرفية وكذا الجوانب المتعلقة بالحياة اليومية الأخري التي يتميز بها الطلاب ذوو الاعاقة العقلية والتي توكل بشكل مباشر للمعلمين ، ومع كثرة المهام الملقاه علي عاتق هؤلاء المعلمين ، مقابل نقص الدعم الاجتماعي المشجع وكذلك دوام هذه المعاناه طوال ساعات العمل دون أي مخرج أو بديل . فمعلمة التربية الفكرية تلقي الكثير من المعوقات في أداء مهاها ، ونظرا للتباين في متطلبات الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية ، فتجد معلمة التربية الفكرية نفسها عاجزة عن

تقديم المزيد وبذل جهد ، وذلك ما يجعلها في حالة استنزاف متكرر ومتزايد للجهد مما يؤدي بها إلي الاحتراق النفسي .(ناضر يمينة ، ٢٠١٧، ٤٨٨)

كما يختلف مستوي الرضا المهني لدي معلم التربية الخاصة تبعا لفئة الاعاقة ذاتها لدى المعلم (Cummings,1994) Luckner,2003), (Stempion,2002) ,(Brightweel,1987) ، (btetal,1998) خوله يحي1994)، فتعاني معلمة التربية الفكرية من ارتفاع مستوي الاحتراق النفسي مقارنة بمعلمة التعليم العام أو الاعاقات الاخري . فيعد الاحتراق النفسي أحد أهم الآثار السلبية لمعاناة معلمة التربية الفكرية من المواقف الحياتية الضاغطة وانخفاض الرضا المهني، كما يشعر معلمو التربية الفكرية بحالة من الإجهاد العاطفي والعقلي والجسدي تنجم عن الضغط المفرط والمستمر لفترات طويلة. فالعمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة يأتي في مقدمة المهن التي تؤدي إلى الإحتراق النفسي، وربما يعود ذلك لعدة عوامل ترتبط بشكل مباشر بعملية تدريس ذوي الاحتياجات الخاصة ومنها: طبيعة العمل مع التلاميذ ذوي الاعاقة الفكرية والمشكلات السلوكية لدى بعض الأطفال، ونقص الدافعية لدى نسبة لا يستهان بها من التلاميذ ، وعدم القدرة على الإنجاز، مما يسهم في خلق مشاعر الغضب واليأس والإحباط الذي يؤدي إلى الاحتراق النفسي، ومن أعراض ومؤشرات الاحتراق النفسي : شعور الفرد بالإنهاك الجسمي والنفسي ، والاتجاه السلبي وفقدان الدافعية نحو العمل، والنظرة السلبية للذات والإحساس باليأس والعجز والفشل(عمر الخرابشة ؛أحمد عربيات،٢٠٠٥).

مشكلة الدراسة:

نعيش في عالم يعج بالأحداث اليوميّة والتغيّرات والتقلبات ذات الوتيرة السريعة، والتي من شأنها أن تؤثر بصورة مباشرة على الشخص وحالته النفسيّة والفسيولوجيّة واستقراره، كونه جزء لا يتجزّأ من المحيط والعالم الذي يعيش ضمنه، ويقف ذلك جنباً إلى جانب مع الضغوطات الشخصية التي يتعرض لها الإنسان في حياته اليومية، بما في ذلك الضغوط العمليّة، أو المهنيّة، أو العائليّة، أو الاجتماعيّة، أو الثقافيّة، والضغوطات الناتجة عن الالتزامات الحياتية المختلفة، بما في ذلك الالتزامات المالية وغيرها.

هذا؛ وتعتبر الضغوط الحياتية المحرّك الرئيسيّ لحياة الإنسان(اياً كانت مهنته)، ويتمّ من خلالها تحديد مدى قدرته على التعامل مع المواقف والتغيّرات الحياتية المختلفة، وتؤثر بصورة مباشرة على حياة الأفراد الشخصية، حيث تبدأ من ضغوط ضغوط العمل إلي الضغوط الاجتماعيّة والاقتصادية ، والضغوط الصحية التي تتطلب من الفرد التواصل والتفاعل مع المحيط الذي يعيش فيه، وكذلك الضغوط المرافقة للموروثات الاجتماعيّة والتي تتمثل بجُملة العادات والتقاليد المفروضة على الأشخاص في المجتمع الذين يعيشون فيه، من حيث الملبس والتعاملات الإنسانيّة والسلوكيّات وغيرها، وكذلك الضغوطات الجسديّة التي تنتج عن الإجهاد البدني المرافق لأداء النشاطات التي تتطلب مجهود عضلي أو عقلي كبير.

فقد ذكرت دراسات عديدة كدراسة (Berrian,1986;Dawson,1986;Bakai,1990;Strassmeir,1992) هذا والعمل خاصة في في مهنة التدريس للتلاميذ ذوي الإحتياجات الخاصة وبخاصة ذوي الاعاقة الفكرية بما فيها من مواقف متعددة ، وما له من مسؤليات تقع علي عاتق المعلم، علاوة علي الأحداث الضاغطة التي يمر بها في محيطه الاجتماعي والاسري والاقتصادي قد تسبب له الضغط النفسي .

وقد أصبحت حياة الانسان اليوم لا تخلو من التوتر والضيق الناشء من الضغوط التي يواجهها من يحيا في عالم سريع التغير ، فالحياة اليومية مليئة بالضغوط النفسية التي تؤثر علي كل فرد في المجتمع طوال حياته تقريبا (عبد السلام عبد الغفار ،١٩٦٨،٥). فإستمرار التعرض للضغوط النفسية وتراكمها يؤدي إلي ظاهرة الاحتراق النفسي (Nora Reilly,1994;Farber&Miller,1991)، التي تتمثل في الغضب الشديد ، الإحباط ، إنخفاض الروح المعنوية ، حيث يدفع ذلك الفرد إلي البحث عن منفذ للهروب والبحث عن مهنة أخري ، حيث إستمرار العمل تحت مستويات مرتفعة من الضغط النفسي قد تؤدي إلي إصابته ببعض الاضطرابات النفسية والجسدية ، كما أن تأثير الضغط النفسي السلبي علي أداء المعلم لعمله يؤدي إلي غياب المعلم عن عمله وأحيانا تركه مهنة التدريس(kyriaco,1990,28).

تعد الضغوط النفسية جزءاً من طبيعة الوجود الانساني شانها شأن معظم الظواهر النفسية ؛ بحيث لا تخلو حياتنا من التوتر الناتج عن الضغوط التي نواجهها .هذا ويختلف الأفراد في تقدير المصادر الضاغطة ، حيث يعتمد إدراكهم علي خبراتهم الماضية ومعلوماتهم ، واتجاهاتهم ، ومعتقداتهم ، وسمات شخصيتهم (عادل عبد الله ، ١٩٩٥). ويؤكد ناضر يمينة (٢٠١٨،٢٧٦) أن الاحساس بالضغوط إحساس في جوهره نسبي ؛ فقد يكون وجود مستوي معين من الضغوط حافزا يساعد الفرد علي تحسين أدائه في العمل، ، بينما نجد أن تعرض فرد آخر لقدر كبير من الضغوط يمكن أن يؤدي به إلي انخفاض مستوي إنجازه بالعمل .

وقد أكدت العديد من الدراسات وجود نسبة عالية من الضغوط في مجال مهنة تعليم ذوي الاعاقة الفكرية؛ فقد أوضح (strassmeier,1992) أن ١٢% من معلمي التلاميذ ذوي الاعاقة الفكرية يعانون من مستويات عالية من الضغوط النفسية والتي قد تؤدي بهم إلي الاحتراق النفسي. فالضغوط التي يتعرض لها المعلم تعد خطراً يهدد مهنة التدريس للتلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة ، وذلك بسبب ما ينشأ عنها من تأثيرات سلبية علي المعلم ، حيث أوضح في دراسته علي معلمي التلاميذ ذوي الإحتياجات الخاصة إلي أن ٨٠% علي الأقل من أفراد عينة الدراسة يعانون من الشعور بمستويات عالية من القلق، ٧٠% من أفراد العينة يشعرون بالاكتئاب(Buch,1993).

ومما لا شك فيه أن العنصر البشري من أهم العناصر التي يعتمد عليها نجاح أي مؤسسه ،حيث أن رضا الفرد عن مهنته يعتبر اللبنة الاولي في تحقيق الاستقرار النفسي والمهني وينعكس ايجابيا علي مدي انتاجه المهني . ولكن نري أن كثير من الأبحاث التي إهتمت بقياس الرضا المهني عند معلمي التربية الخاصة

؛ قد توصلتإلي انخفاض الرضا المهني لديهم ؛ كما يمكن أن يكون لنوع إعاقة التلاميذ تأثير على الشعور بالرضا عن العمل لدى المعلم), (Stempion:2002) ,Cummings:1994) Luckner:2003) (Brightweel:1987) ،(خولة يحيي،١٩٩٤) ، فتعاني معلمة التربية الفكرية من ارتفاع مستوي الاحتراق النفسي مقارنة بمعلمة التعليم العام أو الإعاقات الأخري ، وهذا ما أكده بيتال حيث وجد ان٦٢ % من المعلمين يعانون من إنخفاض الإجهاد الانفعالي ، وأن ٨٩% من العينة يعانون من تبلد المشاعر ، و٦٨% يعانون من إنخفاض معدل الإنجاز الشخصي. كما توصلت الدراسة إلي إرتفاع معدل تبلد المشاعر لدي معلمي المعاقين فكرياً مقارنة بمعلمي المعاقين بصريا(btetal,1998) . كما تشير سلمي محمد الحسن (٢٠١٥) إلي معاناة معلمات التلاميذ ذوي الاعاقة الفكرية من الاحتراق النفسي علي تبلد المشاعر.

ويحدث الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات، نتيجة لعدد من المشاكل التي ترتبط بشكل مباشر بعملية التدريس، حيث تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلم إلى استزاف جسمي وانفعالي، وأهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان الابتكارية.(اياد محمد يحيي،٢٨٧،٢٠٧).

مما سبق يتضح أنه لابد أن تؤخذ حاجات معلمة التربية الفكرية بنوع من الاهتمام كي تشعر بالرضا عن العمل ، وإلا تتعرض لأنواع من الضغوط النفسية التي قد تؤثر علي توافقها النفسي . فالضغوط النفسية لها جوانبها الايجابية والسلبية ، وإذا كانت المواقف الضاغطة في حدود إمكانيات وقدراتها ، فانها تساعدها علي الرضا عن العمل وعلي تحقيق التوافق النفسي والمهني . أما إذا كانت تفوق إمكاناتها وقدراتها ؛ فإنها تؤدي إلي الإحباط وما يلازمه من إغتراب عن الذات والانفصال عن المجتمع ، وكلما كانت قوة الضغوط النفسية شديدة إزدادت إحتمالية خروجها عن التوافق السليم. لذلك تنحصر مشكلة الدراسة في الكشف عن دور كلاً من المواقف الحياتية الضاغطة & الرضا المهني في التنبؤ بمستويات الإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.

ويمكن تلخيص مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين المواقف الحياتية الضاغطة وكلا من الرضا المهني المنخفض & الأحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

٢- هل توجد علاقة ارتباطية بين الرضا المهني المنخفض & الأحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

٣- إلي أي مدي يسهما كلا من المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض في التنبؤ بالأحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الحالية إلي

- التعرف علي وجود علاقة بين المواقف الحياتية الضاغطة وكلاً من مستوي الرضا المهني المنخفض والإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.
- التعرف علي وجود علاقة مستوي الرضا المهنيالمنخفض والإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.
- التنبؤ من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض بالإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة الحالية من جانبين نظري وتطبيقي ؛ فمن الناحية النظرية حاولت الدراسة إلقاء الضوء علي الأطر النظرية والدراسات السابقة الخاصة بمتغيرات الدراسة (المواقف الحياتية الضاغطة والرضا المهني والإحتراق النفسي) لمعلمة التربية الفكرية. بينما تتمثل أهمية الدراسة التطبيقية في بناء أدوات لقياس كل من الرضا المهني والمواقف الحياتية الضاغطة لدي معلمة التربية الفكرية ، فضلاً عن الاستفادة من نتائج الدراسة في رفع مستوي الرضا المهني لدي المعلمات وتقليل أثر الضغوط التي يتعرضن لها ، وصولا لحالة من التوافق النفسي.

مصطلحات الدراسة:

المواقف الحياتية الضاغطة stressful life events: هي المواقف التي تمر بها معلمة التربية الفكرية أثناء يومها وتعتبر مصدرا ضاغطا عليها (سواء كانت علي المستوي الاسري او الاجتماعي او الاقتصادي أوالصحي) والتي قد تعرضها للاحتراق النفسي ؛ وهذا ما يقيسه المقياس المعد من قبل الباحثة في الدراسة الحالية ، يتحدد إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها معلمة التربية الفكرية علي مقياس المواقف الحياتية الضاغطة.

الرضا المهني job statisfaction: هو مدي تقبل معلمة التربية الفكرية لعملها من حيث النواحي المادية وطبيعة العمل، وعلاقتها مع الزملاء والرؤساء وفرص الترقي، وهذا ما يقيسه المقياس المعد من قبل الباحثة في الدراسة الحالية ويتحدد إجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها معلمة التربية الفكرية علي مقياس الرضا المهني .

الإحتراق النفسي burn - out : هو حالة وجدانية سلبية تتمثل في الشعور بالإجهاد النفسي، وتبلد المشاعر فضلا عن إنخفاض الإنجاز لدي معلمة التربية الفكرية ،وينشأ هذا الشعور نظراً لكثرة التعرض للمواقف الحياتية الضاغطة، وإنخفاض الرضا المهني لديها، وهذا ما يقيسه المقياس المستخدم في الدراسة الحالية **ويتحدد اجرائيا** بالدرجة التي تحصل عليها معلمة التربية الفكرية علي مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش.

معلمات التربية الفكرية: أولئك المعلمات اللاتي تقمن بالتدريس للطلاب ذوي الاعاقة الفكرية المتوسطة بمدارس التربية الفكرية .

حدود الدراسية : تكونت عينة الدراسة الأساسية من معلمات التربية الفكرية وبلغ عددها (٦٠) معلمة من محافظة أسوان خلال العام الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨ .

الإطار النظري والدراسات السابقة:

أولاً: المواقف الحياتية الضاغطة :

**مفهوم المواقف الحياتية الضاغطة

يري لازاروس أن المواقف الحياتية الضاغطة " أحداث بيئية تفوق قدرة الفرد على المواجهة؛ فيدخل الفرد في حالة من التوتر الإنفعالي تنشأ من المواقف التي يحدث فيها إضطرابات في الوظائف الفسيولوجيّة والبيولوجيّة، وعدم كفاية الوظائف المعرفية اللازمة لمواجهتها"، وتشمل الضغوط العادية الروتينيّة المتمثّلة في العمل والتعليم والعواطف، وكذلك الضغوط غير العادية مثل الكوارث والاعتداءات المختلفة وغيرها، وضغوط قصيرة وطويلة المدى"(Lazarus, 1976, 12) . بينما يعرفها ميشيل "أحداث عاطفية واجتماعية واقتصادية كالفشل والحرمان والفقدان، تؤثر على سلوك الفرد في المستقبل(Michael, 1991,11).

بينما يري أبي مصطفى السميري(٢٠٠٧، ٣٥٣) هي عبارة عن أعباء زائدة تثقل كاهل الفرد ، نتيجة لمروره بأزمات وتوترات ، وظروف صعبة وقاسية التي يتعرض لها في حياته إليومية.

وتعرفها الباحثة بأنها المواقف الحياتية التي تمر بها معلمة التربية الفكرية أثناء يومها وتعتبر مصدراً ضاغطاً عليها (سواء كانت علي المستوي الإسري أو الإجتماعي أوالإقتصادي أو الصحي) والتي قد تعرضها للإحتراق النفسي .

النظريات المفسرة للمواقف الحياتية الضاغطة

١- نظرية المواقف الحياتية الضاغطة: stressful life events theory

ركزت هذه النظرية علي الأحداث ومتغيرات الحياة الضاغطة التي يتعرض لها الفرد خلال مراحل حياته، والتي يحتمل أن يكون لها تأثير على الفرد في مجالات الحياة كافة، كالمجال العائلي والمجال المهني والمجال الإجتماعي والمجال الإقتصادي فضلاً عن المجال التعليمي أو الدراسي، وأن هذه الأحداث التي تؤثر على الفرد والتي قد تكون إيجابية أو سلبية محزنة أو مفرحة يمكن أن تؤدي إلى زيادة خطر تعرض الفرد للإصابة بالأمراض؛ فقد أكدت الكثير من الدارسات أن الأحداث الضاغطة أو الأحداث المفاجئة والعنيفة

كالتي تحدث في زمن الحرب والكوارث والنكبات الطبيعية تؤدي للإصابة بالأمراض وأبرزها أمراض القلب (Hacket and Lanbory, 1983,10-11) .

٢- نظرية التوافق بين الشخص والبيئة (person- environment compatibilty theory, 1977)

إستندت الفكرة الأساسية لهذه النظرية لأهمية النظر إلى كل من الفرد وبيئته المادية والاجتماعية لفهم وتفسير السلوك الإنساني (steers & porter, 1983,34) ، وتم وضع هذه النظرية من قبل لاا زروس عام (١٩٦٦)اذ توصل الي أن الضغوط النفسية تنشأ من التعامل بين الفرد والبيئة ،وأن إدارك المتطلبات للمواقف الضاغطة تشكل عبئاً أو تجاوزا للوسائل المتاحة له فضلاً عن أن هذه الضغوط المفروضة على الفرد تكون بأنماط وأشكال مختلفة فقد تكون حضارية أو نفسية أو فسيولوجية؛ وأن أساس أي تغيير في التوازن يتطلب منه وسائل أخرى للتعامل معها (sutterley, 1981,3) . إذ يرى ان التوافق بين الشخص والبيئة التي تمثل المجال الحيوي هو ما يحدد السلوك وتعد : عملية التفاعل بين نمط الشخص وبيئته التي تحدث عن طريق الإدراك ، من الأمور ذات الأهمية في دراسة السلوك (Rodger, 1980,71) (Wilson & keneisl, 1996)

ويبدأ تأثير الضغوط على الفرد عندما يخفق التعامل مع الضغوط بالتكيف مع متطلبات الحياة والتعامل معها بشكل سليم ، و تظهر الضغوط متى ما أدرك الفرد ان هناك موقفا يهدده مستندا في تقييمه هذا إلى تقدير الموقف وآلياته في التعامل مع متطلبات حياته الانفعالية وظهور محاولات سلوكية للتعامل وتقدير التغيرات النفسية الناتجة عن ذلك الموقف أو الحدث(Lazarus & Folkman, 1981:13) .,وفي ضوء هذه النظرية هناك مرحلتين لتقييم الموقف الضاغط؛ وهما:

١ .التقويم الأولي أو الابتدائي: يشير إلى إصدار الفرد حكما معينا حول نوع الضغط ودرجة تهديده،فقد يقيم الفرد الموقف الذي يتعرض له على انه سلبياً أو ايجابياً، شديداً أو خفيفاً،ضاراً أو غير ضار..الخ

٢ .التقويم الثانوي :يحدد الفرد فيه مصادر التعامل معالمواقف الضاغطة وحرية الاختيار والتقييم ، حيث يتم تقييم طرق التعامل المتاحة ونتائج اختيار أي منها واحتمال نجاحها . لذلك لابد أن تأخذا هاتين العمليتين بالحسبان ما يلي:

أ- التركيب النفسي: وتشمل ذكاء الفرد ومعرفته وقوة الدافع لديه.

ب-الخصائص المعرفية وتشمل درجة السيطرة على الحدث المهدد للفرد وإ مكانية التنبؤ بحدوثه وملازمته له ، اختيار أحد البدائل المتاحة لمواجهة الضغوط. (الفسيولوجية ، المعرفي ، السلوكية) بهدف التخلص من تأثير الموقف الضاغط (Hockett and Lonbry, 1983, 14-17)

ووفقاً لهذه النظرية ؛ هناك ثلاث مصادر أساسية مسببة للضغوط هي:

١ .المصدر الأول: ويشمل الأحداث المفاجئة والقوية والتي تؤثر في أعداد كبيرة من أف ا رد المجتمع، كالحروب والكوارث الطبيعية، وتردي المستوى الاقتصادي.

٢ .المصدر الثاني: ويشمل أحداثاً مفاجئة لأحداث المصدر الأول في كونها مفاجئة وقوية إلاّ أنها تختلف عنها من حيث تأثيرها على عدد قليل من الأشخاص ومنها أحداث المرض والفشل والوفاة.

٣ .المصدر الثالث: ويشمل المشكلات اليومية المستمرة والمزمنة والتي يكون الفرد خلالها متوافق مع البيئة بمستوى معين ولكنه يعاني من تأثير بعض المشكلات النفسية لفترة طويلة من الوقت، كالمشكلات الزوجية مشكلات العمل والدراسة وغيرها (العبادي ، ١٩٩٥ ، ١٦) إلى نوعين من العوامل الضاغطة هما:

١ .المتطلبات البيئية : وهي تشمل الأحداث الخارجية (الأسرية ، الاجتماعية، والاقتصادية) التي يواجهها الفرد في حياته وتتطلب منه التوافق معها.

٢ .المتطلبات الشخصية:وهي تشمل طموحات الفرد وأهدافه التي يسعى لتحقيقها خلال حياته مثل تحقيق مستوى دراسي مرتفع.) (Coyne, 1980, 152).٢٣) (الاميري ،١٩٩٨، ٢٣)

٣- نظرية فاعلية الذات لباندورا (Self-Efficacy Theory)

أن إدراك الفرد لفاعليته الذاتية يتعلق بتقويمه لقدرته على تحقيق مستوى معين من الانجاز ولقدرته على التحكم بالأحداث ، وعلى مقدار الجهد الذي سيبذله ومدى مثابرته في التصدي للعوائق التي تعترضه وعلى أسلوبه في التفكير، وهل يسهل أو يعوق سلوكه وعلى مقدار التوتر الذي سيعانيه في تكيفه ,Bandura) . (563, 1987مع المطالب البيئية التي يواجهها . فالافراد الذين لديهم أحساس قوي بفاعلية الذات يركزون انتباههم في تحليل المشكلة ويحاولون التوصل إلى حلول مناسبة لها ، وبالمقابل فإنّ الأفراد الذين يساورهم الشك في فاعليتهم الذاتية يحولون انتباههم إلى الداخل ويغرقون أنفسهم في الهموم عندما يواجهون مطالب البيئة الصعبة ، انهم يسهبون في التركيز في جوانب القصور وقلة الفاعليةالذاتية لديهم ويتصورون فشلهم الذي يؤدي بدوره إلى نتائج سلبية،أن هذا النوع من التفكير السلبي يولد :التوتر والضغط ويحد من الاستخدام الفعال للقدرات المعرفية(Bandura & wood, 1989 , 505) .

إنّ أحد المعالم الأساسية للتوافق النفسي الناجح هو إحساس الفرد بأن لديه القدرة على ضبط سلوكه وبيئته وأفكاره ومشاعره ، فعندما يدرك الشخص أن لديه القدرة على ضبط سلوكه وأفكاره ومشاعره يصبح أكثر قدرة على التعامل مع ضغوط الحياة ، وعلى بناء علاقات سليمة، وتقترن حالات القلق لدى الفرد بوجود معتقدات بأن الأشياء الجيدة في الحياة لا يمكن الحصول عليها ، وان الأشياء السيئة لا يمكن تجنبها من خلال الجهود التي يبذلها الفرد ، ومع أن مثل هذه المعتقدات قد تنتج عنها السلوك غير الفعال و ضعف الدافعية للانجاز. (Maddux, 1987 , 39)

٤- نظرية المحاولة (Bagozz & Warshow, theory 1990)

قد عدت هذه النظرية المواقف أو الأحداث الصعبة عملية يتم السعي نحوها بطريقة المحاولة ، ويتحقق النجاح فيها على أنها أساس الهدف الذي يحاول الفرد الوصول إليه ، ومن هنا ينبغي التمييز بين ثلاثة أنواع من المواقف في حالة التعرض إلى المواقف الصعبة وهذه المواقف أولها الموقف من النجاح ، وثانيها الموقف من الفشل ، وثالثها الموقف من عملية ملاحظة الهدف، فالفرد الذي يجابه موقفاً صعباً أو موقفاً ما فانه يضع نصب عينه الهدف الذي يرمي إلى تحقيقه من ذلك الموقف، وهكذا نجد أن الأمر يتعلق بسلوك صعب جدير بالمحاولة ، أن ضبط السلوك أو توقعات الفاعلية الذاتية تتجه نحو الكفاءة الذاتية ، وان توقعات النجاح والفشل تعبر عن احتمالات ذاتية فيما يتعلق بذلك الهدف(Schwarzer,1995:115- 116) .فمحاولات الأفراد لمنع الفشل تجعلهم يستمرون عليها ويعززونها ، كما أن عدد المحاولات التي فشلت ، لا تقدم أي سبب للتنبوء السيئ بل على العكس نجد انه من خلال المحاولات الكثيرة الفاشلة يتم بناء كفاءات خاصة وتنمو لدى الفرد فاعلية وكفاءات ذاتية يستطيع من خلالها تجنب الأخطاء والإخفاقات (Schwarzer, 1995 , 120) .

وقد تبنت الباحثة في الدراسة الحالية نظرية المواقف الحياتية الضاغطة .

**مصادر المواقف الحياتية الضاغطة:

ان دراسة مواقف الحياة الضاغطة قد اخذت اشكالا متعددة ، ففى الطب التقليدى Medical Tradition كانوا يتعاملون معها باعتبارها مجموعة من ردود الفعل النفسية ةالجسمية للعوامل الضارة عند الفرد ، بينما علماء الاجتماع يتعاملون معها باعتبارها محركات للاضطرابات التى يتعرض لها الفرد (Lazarus,1993) ثم انتشرت دراسات المواقف الحياتية الضاغطة فى مجالات العمل المختلفة كمجال الصحة العقلية ومستشفيات الطب النفسى ، ومجال مهنة التمريض. وأشارت العديد من الدراسات التي تهتم بمواقف حياتية ضاغطة متعددة للطالب الجامعى دون الاهتمام او التركيز على المواقف الحياتية الضاغطة له، خاصة ان لكل طالب مجاله الحيوى الذى ينتج من ثلاثة مكونات هى : الشخص ،البيئة النفسية ، العالم الخارجى (زينب شقير،١٩٩٨).

فمن الممكن أن تنشا العوامل المثيرة للضغط والتوتر من المكونات الثلاثة للمجال الحيوى للفرد ، أما العامل الثانى فيتضمن الاستجابة وهى ردود الفعل النفسية أو الجسمية او السلوكية تجاه الضغط ، ويكثر ظهور اسجابتان هما : الإحباط والقلق ... أما العامل الثالث فهو التفاعل بين العوامل المثيرة من بيئة خارجية أو داخلية أو من الفرد نفسه والإستجابة لها ، فالشخص الذى يعانى إضطراباً ما ، فهو يعاني من خلل ما فى أحد مكونات المجال الحيوى للفرد ، وهذا يعنى إنه يقع تحت تأثير ضاغط نتيجة التفاعل بين العوامل المثيرة والإستجابة المكررة لها من إحباط وقلق يجعله لا يتمتع بالإستقرار النفسى (حسين طاهر ، ١٩٩٣، ٣٥-٤٧)

ويوضح عبد الرحمن الطريرى (١٩٩٤) بان أهم مصادر المواقف الحياتية الضاغطة تتمثل فى المشكلات الذاتية للفرد واهمها المشكلات النفسية (الانفعالية)، كالثورة والغضب، المشكلات الاقتصادية،

المشكلات العائلية (الاسرية) ،المشكلات الاجتماعية. وتتنوع مستوي شدة المواقف الحياتية الضاغطة ما بين المستوي البسيط: كزحمة المرور والانزعاج في الطريق للعمل، المستوي المتوسط ، المستوي الشديد كالحروب والانهيار الاقتصادي والتلوث البيئي بمواد خطرة.

**** تأثيرات المواقف الحياتية الضاغطة:**

تؤثر ضغوط الحياة على الفرد بأشكال متعددة، وقد تكون هذه التأثيرات صعبة التحمل وتستمر لفترات طويلة، أو تأثيرات بسيطة تستمر لمدة قصيرة من الزمن، وتتمثل هذه التأثيرات في: تأثيرات نفسيّة: هي التغيرات التي تتشكل لدى الفرد، وتعيق قدرته على التركيز والانتباه، وتُحدث اضطرابات في الذاكرة، وتزيد سرعة غضبه واستثارته، وتُشعره بالحزن والاكتئاب، مع العلم أنّ استمرار هذه التأثيرات لمدة طويلة قد يؤدي إلى ظهور مشكلات أعظم من التأثيرات نفسها، كاضطراب العلاقات العائليّة والاجتماعيّة، وعدم القدرة على اكتساب المهارات التي يسعى للحصول عليها. تأثيرات فسيولوجيّة: تعرف أيضاً بالتأثيرات الجسديّة، وهي التي تحدث في وظائف أعضاء الجسم، كتحسين عمليّة التمثيل الغذائيّ التي تعمل على إمداد الجسم بالطاقة؛ لتمكّنه من مواجهة الضغوطات، وتحسين نشاط عضلة القلب؛ لتتمكّن من ضخ الدم لأنحاء الجسم، وتحسين مهام الجهاز التنفسي، بالإضافة إلى زيادة نشاط العضلات، وبالتالي يؤدّي استمرار هذه التأثيرات إلى مضاعفة الأمراض في الجسم، فيعاني الشخص من ارتفاع ضغط الدم، ومستوى السكر، وغيرها من الأمراض. تأثيرات سلوكيّة: تحدث التغيرات في السلوك نتيجة حدوث التأثيرات السابقة المتمثّلة في النفسيّة والجسديّة، ويصبح الفرد أقلّ دافعيّة، وتنخفض قدرته على إنجاز أعماله، وتنقص رغبته في تناول الطعام، تختلّ ساعات نومه.

دراسات تناولت المواقف الحياتية الضاغطة لدي معلمي التربية الفكرية:

كما حاولت دراسة ساندين وآخرون (sandin,2006,375) التعرف علي العلاقة بين المواقف الحياتية الضاغطة وبعض الإضطرابات الإنفعالية ، وقد بلغت عينة الدراسة (١٨٧) فرداً. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة معنوية بين ضغوط الحياة وإضطرابات القلق ، والإكتئاب والوسواس . كما توصلت نتائج الدراسة إلي أن أكثر الإضطرابات الناتجة عن المواقف الضاغطة هي إضطرابات القلق ، والإكتئاب والوسواس وتليها مشكلات صحية.

وهدفت دراسة نظمي عودة أبو مصطفى & ديبه موسى الزين (٢٠٠٩)إلى التعرف على الأهمية النسبية لمجالات مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة ، مع التعرف على الفروق المعنوية في مجالات مقياس موضع الدراسة ؛ تعزى لمتغيرات: الجنس ، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة ، نوع إعاقة الطفل ، فئة المعلم ، ونوع وظيفة المعلم . وقد تكونت عينة الدراسة من معلمي فئات: الإعاقة العقلية ، الإعاقة السمعية، الإعاقة البصرية، وصعوبات التعلم في الفصل

الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠٠٨/٢٠٠٩م ، وقوامها (183)معلماً ومعلمة .واستخدم مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة ، إعداد: الباحثين .واستخدم لمعالجة نتائج الدراسة الأساليب الإحصائية التالية:المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري ، الوزن النسبي ، اختبار(ت) ، تحليل التباين الأحادي ، واختبار شيفيه .وقد بينت نتائج الدراسة إن أكثر مصادر ضغوط العمل شيوعاً لدى معلمي موضع الدراسة ، هو مجال العلاقة مع الأطفال،ووزنه النسبي ٤٦,٨٥ ، يليه على التوالي : مجال الراتب والترقية ، بوزنه النسبي 55.83 ، %فمجال العلاقة مع الزملاء ، بوزنه النسبي ٦٥,٧٧ %،ثم مجال العلاقة مع أولياء الأمور، وزنه النسبي ٧٧,٧٥ % ، فمجال ظروف العمل، بوزنه النسبي ٠٦,٧٤ % ثم مجال العلاقة مع مدير المؤسسة، وزنه النسبي ٨١,٦٣ %، فمجال بيئة العمل بوزنه النسبي 59.71%.

وهدفت دراسة سامي نصحي (٢٠١٥) إلي التعرف علي علاقة ضغوط العمل بالأعراض النفسجسمية والرضا عن الحياة ، والفروق في ضغوط العمل باختلاف النوع (ذكور- اناث)، عدد سنوات الخبرة (قصيرة – متوسطة – طويلة)، الحالة الاجتماعية (أعزب- متزوج). وتألفت عينة الدراسة من (١٢١) معلم ومعلمة من معلمي مدارس التربية الفكرية بمحافظة سوهاج بواقع ٦٤ ذكور، (٥٧) اناث، (٨٢) متزوج (٣٩) أعزب ، (٢٦) من ذوي ذوي سنوات الخبرة الطويلة . وتمثلت أدوات الدراسة مقياس ضغوط العمل ، قائمة كورنل الجديدة للنواحي العصابية والسيكوسوماتية (برودمان واخرون وترجمة محمود ابو النيل ،١٩٩٥) ، ومقياس الرضا المهني ، واستمارة المقابلة الشخصية (اعداد الباحث)، واختبار تفهم الموضوع (اعداد مواري ومرجان ،١٩٥٣)، وتوصلت الدراسةإلي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات معلمي التربية الفكرية علي مقياس ضغوط العمل ومقياس الاعراض النفس جسمية الفرعية والدرجة الكلية لدي عينة الدراسة، توجد ارتباطية سالبة بين درجات معلمي التربية الفكرية علي مقياس ضغوط العمل ومقياس الرضا عن الحياة لدي عينة الدراسة.توجدعلاقة ارتباطية سالبة بين درجات معلمي التربية الفكرية علي مقياس الاعراض النفسجسمية ومقياس الرضا عن الحياة لدي عينة الدراسة .ولا توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة علي مقياس ضغوط العمل تبعا لاختلاف النوع لصالح الاناث ، والحالة الاجتماعية لصالح المتزوج ، ولا توجد فروق تعزيإلي سنوات الخبرة. توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة علي مقياس الأعراض النفسجسمية تبعا لاختلاف النوع الصالح الاناث ، والحالة الاجتماعية لصالح المتزوج ، ولا توجد – فروق تعزيإلي سنوات الخبرة.توجد فروق بين متوسطات درجات عينة الدراسة من معلمي التربية الفكرية علي مقياس الرضا عن الحياة تبعا لاختلاف متغيرات النوع لصالح الذكور ، والحالة الاجتماعية لصالح الاعزب، ولا توجد فروق تعزيإلي سنوات الخبرة.يختلف البناء النفسي وديناميات الشخصية لدي الحالتين الاكثر في ضغوط العمل عن الحالتين الاقل في هذه الضغو من منظور المنهج الاكلنيكي باستخدام اختبار تفهم الموضوع للكبار.

هدفت دراسة Remano timothy (2016) إلي تقييم مستوي الاحتراق النفسي والضغوط لدي معلمي التربية الخاصة والعلاقة بينهما وبين متغيرات الجنس وسنوات الخبرة والعمر وونوع وشدة الاعاقة. وتالفت عينة الدراسة ١١٥٦ معلما بمدارس جنوب فلوريدا . وإستخدمت الدراسة قائمة ماسلاش للإحتراق النفسي ومقياس ادراك المعلمين للاصلاح المدرسي.وتوصلت الدراسة إلي أن معلمي التربية الخاصة يعانون من مستوي إحتراق نفسي وضغوط اقل من زملائهم بمدارس التعليم العام. وأن شدة الاعاقة ليس لها علاقة بمستوي الضغوط او الاحتراق النفسي. وتوصلت الدراسة ان الضغوط التي تتعرض لها المعلم عامل منبئ بمكونات الاحتراق الثلاث، والعمر أكثر المتغيرات علاقة بمكون بالإنجاز الشخصي. وأن المعلمين الأعلي مستوي تعليمي هم اقل من زملائهم في مستوي الاحتراق والضغوط ، فهم اعلي من زملائهم علي بعد الانجاز الشخصي ولكن يختلفوا في أن لديهم مستوي عال من الاجهاد الانفعالي

ثانيا: الرضا المهني: Job Satisfaction

إن للعمل مكانة مهمة في حياة الأفراد والمجتمعات ، حيث أنه السبيل الرئيسى لنهضة الأمم ، وتحقيق التقدم لها في كل المجالات، علاوة علي ذلك فإن له أهمية كبري تتجلي في أنه يساعد الفرد علي التوازن علي الصعيدين النفسي والاجتماعي ، من حيث تلبية رغباته في تحقيق ذاته والحاجة للشعور بأنه عضو مفيد ، ومؤثر في مجتمعه ، وليس علي الهامش ، إضافة إلي أنه يمد الفرد بالخبرات الكثيرة في مجال العمل الذي يعمل به ، كما أنه يعد ميداناً عمليا للتدريب علي الحياة في جماعة من الزملاء ورفقاء العمل، ومن ثم فإن العمل هو العملية التي تسبب الرضا .

ويشير السيد محمد محمد فرحات (٢٠٠٣، ٢٧٤) ان الرضا المهني لم يعد مرتبطا بالجانب المادي المحسوس فقط كالراتب مثلا ، وانما تعداهإلي الجوانب المعنوية الأخري التي أثبت الكثير من البحوث أنها أهم من الجانب المادي ، فالاشباع المعنوي للمعلم وتحقيق ذاته أصبح مطلبا أساسيا للمعلم المصري ، ولم يعد المال هو القوة الدافعة الوحيدة للفرد في عمله .

وتعتبر مشكلة الرضا المهني لمعلم التربية الفكرية من اهم المشكلات التي تشغل علماء النفس والتربية الخاصة في الوقت الحاضر ونظرا لان الرضا المهني للمعلم تنعكس اثاره علي كفاءته ومدي اخلاصه في عملية التدريس الامر الذي تتوقف عليه مسؤلية تنشئة أجيال المستقبل ودرجة الرضا النفس والمهني للمعلمين هي نفسها التي تحميهم من الضغوط النفسية التي يتعرضون لها ، فكلما انخفضت درجة الرضا المهني كلما ارتفعت درجة معاناتهم من الاحتراق النفسي.

مفهوم الرضا المهني :

تناولت دراسات عديدة مفهوم الرضا المهني فعرفه كلاً من سعد محمد السطوحي& هاني عبد الحفيظ (٢٠١٤، ٨٠٥) بأنه الرضا الناتج عن شعور معلمي التربية الفكرية بتقدير المجتمع لما يقدمونه من

تضحيات، ورضاهم عن طبيعة العمل والاجر المادي الذي يتقاضونه وفرص وعدالة الترقي والشعور بالرضا عن الحياة بوجه عام. في حين رأي (Petty, 2005)الرضا الوظيفي على أنه عدد الموظفين الذين يحبونهم أو يكرهونهم العمل ومدى تحقيق توقعاتهم بشأن العمل.

وتعرفه الباحثة الرضا المهني : بانه مدي تقبل معلم التربية الفكرية لعملها من حيث النواحي المادية وطبيعة العمل ، وعلاقته مع الزملاء والرؤساء وفرص الترقي.

نظريات الرضا المهني:

أورد محمد عبد الظاهر& سيد البهاص (٢٠٠٩، ١٤٧-١٤٨) النظريات المفسرة للرضا المهني علي النحو التالي:

١- **نظرية المواقف** : حيث تري ان عيش الفرد في ظروف حياتية طيبة ، يشعر فيها بالامن والنجاح في تحقيق ما يريد من يرميإليه من اهداف هو المصدر الرئيسي في الرضا عن الحياة

٢- **نظرية الخبرات السارة** : تري ان مرور الفرد بخبرات سارة وممتعة وادراكه لهذه الخبرات السارة بالعمل هي مصدرا لرضا الفرد عن العمل. وتري ان ادراك الفرد للخبرات السارة نسبي ويختلف من فرد لاخر .

٣- **نظرية المقارنه مع الاخرين** : وتري ان رضا الفرد في العمل يتحقق عند يقارن الفرد بغيره من حيث ما حققه من انجازات وأعمال افضل مما حققه الاخرون .فالتفوق علي الاخرين من اهم مصادر الحياة .

٤- **نظرية الفجوة بين الطموح والانجاز**: ويري أصحابها ان الانسان يصلإلي درجة الرضا عن العمل اذا ماحقق طموحاته أو عندما تكون قريبة من من طموحاته. ويدعو أصحاب هذه النظريةإلي تحقيق التوزان بين الطموحات والامكانيات ، فاذا وضع الانسان لنفسه طموحات يقدر علي تحقيقها فان ذلك يشعره بالكفاءة والجدارة والنجاح، فيرضي عن نفسه ويسعد بحياته .

وقد تناولت دراسات الرضا المهني في علاقته بالاحتراق النفسي عند معلمي التربية الفكرية كدراسة Fumi TAKEDA1 & Sadahiko NOZAKl (2001) والتي وهدفت إلي بحث العلاقة بين الاحتراق النفسي والعوامل المهنية لدي العاملين مع الاطفال ذوي الاعاقة الفكرية. وتكونت الدراسة من ٣٨٢ (الممرضين والمعلمين) من العاملين ب (٧١) مركز لرعاية الاطفال ذوي الاعاقة الفكرية . وتوصلت نتائج الدراسةإلي جود علاقة بين الاحتراق النفسي وبين أعباء العمل والرضا المهني، وعدم الرضا عن العلاج او التعليم المقدم، والمساندة الانفعالية، والنفور من التعامل مع الاطفال، حيث وجد أن الانخفاض في (الرضا المهني والدعم الانفعالي)، والارتفاع في (اعباء العمل، والنفور من التعامل مع الاطفال ذوي الاعاقة الفكرية وعدم الرضا عن التعليم او العلاج المقدم) يؤديإلي ارتفاع مستوي الاحتراق النفسي لدي العاملين مع الاطفال ذوي الاعاقة الفكرية.وتوصي الدراسة بضرورة تحسين العمل المؤسسي والدعم المقدم ومستوي نظم التدريب.

كما سعت دراسة louise strydom (2012) إلي الكشف عن مستوي الرضا المهني لدي معلمي التربية الخاصة . وتكونت عينة الدراسة من (١٠١) معلما (٢٨ من الكور – ٧٣ من الاناث) ، بمعدل خبرة (٦٠ معلم بخبرة ٠-١٠ سنوات، ٤١ معلما بخبرة أكثر من عشرة سنوات يعملون ب (٦) مدارس للتربية الخاصة و ٦ مناطق مختلفة . واستخدمت الدراسة استبيان ميسوتا للرضا الوظيفي اعداد Lofquist) (England & David Weiss,1967 .أشارت النتايجإلي تمتع المعلمين بمستوي متوسط من الرضا المهني، ووجود فروق في مستوي الرضا المهني بين المعلمين باختلاف المنطقة وليس تبعا للنوع او الخبرة .

بينما هدفت دراسة Mathw (2013) التي إلي تحديد مستوي الرضا المهني ومستوي الاحتراق النفسي وتأثير كل منهما علي الصحة النفسية لدي عينة من معلمي التربية الخاصة ببنجلاديش . وقد استخدمت الدراسة المنهج الارتباطي . وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الرضا المهني (stempten,Lorie,2002)، ومقياس الإحتراق النفسي إعداد الباحثين ومقياس الصحة النفسية إعداد الباحثين . وتالفت عينة الدراسة من (١١٢) معلما ومعلمة في مدارس التربية الخاصة . وتوصلت الدراسةإلي ارتفاع مستوي الرضا المهني وجاء مستوي الاحتراق النفسي في المستوي المتوسط ، بينما جاء مستوي الصحة النفسية لدي معلمي التربية الخاص في مستوي اقل من المطلوب. بالاضافة إلي التاثير الإيجابي للرضا الوظيفي علي الصحة النفسية لديهم، والتاثير السلبي للاحتراق النفسي علي مستوي الصحة النفسية لديهم.

هدفت دراسة haitham Hahrami , (2014) إلي تحديد مستوي الرضا المهني لدي العاملين مع ذوي الاعاقة الفكرية في مؤسستين بالبحرين . وتالفت عينة الدراسة من (٤١) شخصاً من العاملين مع ذوي الاعاقه الفكرية ، ٣٥ شخصاً من العاملين بمنظمة البحرين للاعاقة الفكرية والتوحد ، ومستشفي الصحة النفسية بالبحرين .وإستخدمت الدراسة إستبيان الرضا المهني إعداد الباحثين . وتوصلت نتائج الدراسة إلي ارتفاع معدل مستوي الرضا المهني لدي العاملين مع ذوي الاعاقة الفكرية بالمؤسستين ، ولكن مستوي الرضا المهني كان افضل لدي العاملين بالمؤسة المجتمعية BAIDA، هذا بالاضافة إلي عدم وجود علاقة بين الرضا المهني و العمر ومدة العمل أو نوع العمل ، ووجود فروق في مستوي الرضا المهني بين العاملين من الذكور والاناث لصالح الذكور .

وهدفت دراسة خالد بن زيدان بن سليمان (٢٠١٤) إلي الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرضا المهني وفاعلية الذات لدي معلمي التربية الخاصة . وتكونت عينة الدراسة من (١٨٩) معلما من معلمي التربية الخاصة بمدارس التعليم العام الحكومي بمراحله الثلاث (ابتدائي- متوسط- ثانوي) للبنين بمنطقة حائل. وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الرضا الوظيفي إعداد الشابحي ، ومقياس فاعلية الذات اعداد العادلي . وتوصلت نتائج الدراسة إلي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوي الرضا المهني لدي معلمي التربية الخاصة تبعا لمتغير العمل الا في بعد(ظروف العمل ، الواتب والحوافز، الدرجة الكلية) والفرق لصالح ما كان عملهم ابتدائي.بالاضافةإلي عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوي الرضا المهني

لدي معلمي التربية الخاصة تبعا لمتغير الخبرة الا في بعد(ظروف العمل ، الاستقرار الوظيفي، والعلاقة بين العاملين والطلاب، والدرجة الكلية) والفرق لصالح ما كان خبرتهم اكثر من عشر سنوات، ووجود علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين مستوي الرضا المهني وفاعلية الذات.

في حين هدفت دراسة Williams (2014) إلي التعرف علي العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا المهني لدي معلمي التربية الخاصة. وتكونت عينة الدراسة من (٦٥) معلما من معلمي التربية الخاصة ، واستخدمت الدراسة قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي ١٩٩٦() وإستبيان الرضا المهني للمعلم (lester,1987) . وتوصلت نتائج الدراسة إلي وجود علاقة إرتباطية بين الاحتراق النفسي والرضا المهني ، وأن معدل الرضا المهني ينخفض كلما إزداد الاحتراق النفسي ، وأوضحت نتائج الدراسة ايضا أنه يجب إستخدام الممارسات التي تجعلهم يخفضون من مستوي الاحتراق النفسي لديهم.

ثالثاً : الاحتراق النفسي:

يعد هربرت فرويدنبرجر(Herbert Freudenberger,1974) اول من استخدم مصطلح الاحتراق النفسي وعرفه بأنه " الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدي العاملين في المهن الانسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة" . كما يعتبر هذا المصطلح من المصطلحات التي نالت اهتماما كبيرا طوال الثلاثين عاما الماضية ، ومنذ عام ١٩٧٤ زاد الاهتمام بالبحث في الاحتراق النفسي والضغوط التي يتعرض لها الذين يعملون في المهن الخدمية الإنسانية مثل المعلمين والأطباء ورجال الشرطة (Jeffe,2003,35).

ويعرف (Maslash ,1996& Maslash and Jackson ,1981) الإحتراق النفسي بأنه إحساس الفرد بالإجهاد الإنفعالي وتبلد المشاعر وانخفاض الانجاز الشخصي .ويعرف الاجهاد الانفهالي بانه " فقد طاقة الفرد علي العمل والاداء والاحساس بزيدة متطلبات العمل ، بينما يعرف تبلد المشاعر بشعور الفرد بانه سلبي وصارم تجاه الأخرين ، وكذلك احساسه بإختلال حالته المزاجية ، إما إنخفاض الإعجاز الشخصي فيعرف بأنه إحساس الفرد بتدني نجاحه ، وفقد الإحساس بالكفاءة الشخصية وإعتقاده بأن مجهوداته تذهب سدي"

ويري (dubrin,1991,169) أن الإحتراق النفسي هو " حالة من الانهاك التي تاتي من طول فترة الضغط وهو مجموعة من السلوكيات التي تنتج عن الاجهاد .

ويعرفه Maslach, Schaufeli, and Leiter بأنه "استجابة مستمرة للضغوط الإنفعالية والشخصية المزمنة أثناء العمل ، يتكون الإرهاق من ثلاثة عناصر: الإجهاد العاطفي ، والشعور بالسخرية ، والشعور الشخصي بعدم الكفاءة المهنية.

وتري الباحثة ان الاحتراق النفسي هو "حالة وجدانية سلبية تتمثل في الشعور بالاجهاد النفسي ، وتبلد المشاعر فضلا عن انخفاض الانجاز لدي معلمة التربية الفكرية ، وينشأ هذا الشعور نظرا لكثرة التعرض للمواقف الحياتية الضاغطة، وإنخفاض الرضا المهني لديها .

العوامل المسببة للاحتراق النفسي عند معلم التربية الفكرية:

يري ماسلاش ان الاحتراق النفسي يظهر بسبب عبء العمل الزائد ، ونقص السيطرة علي بيئة العمل ، نفص الاتصال بين المعلمين في المدرسة ، نقص العدالة في توزيع المهام ونفص العدالة ايضا في توزيع او غياب المكافئات. كما تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلمإلي استنزاف جسمي وانفعالي (Maslah &Jackson ,1981).

وتعزي الباحثة الاحتراق النفسي عند معلمات التربية الفكرية لعاملين وهما : تعرض المعلمه للكثير من المواقف الحياتية الضاغطة ، علاوة علي عدم شعور المعلمه بالرضا المهني .

أعراض الاحتراق النفسي:

١-اعرض عضوية بدنية: وتتمثل في الاعياء، الارق، ارتفاع ضغط الدم ، كثرة التعرض للصداع ، اللجوء للتدخين ، الاحساس بالانهاط طوالإليوم ، الاحساس بالتعب.

٢- اعراض نفسية انفعالية: ملل، عدم الثقة بالنفس، التوتر ، فقدان الحماس، فتور العمة، الاستياء وعدم الرغبة في الذهاب للعمل.

٣- اعراض اجتماعية: هي اعراض تتعلق بالاخرين وتتمثل في الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء ، والانعزال والميلإليه او الانسحاب من الجماعة

ومن ثم فان الاحتراق النفسي يتحدد بثلاث مؤشرات هي شعور الفرد بالانهاك الجسمي والنفسي مما يؤديإلي شعوره بفقدان الطاقة النفسية او المعنوية وضعف الحيوية والنشاط ، الاتجاه السلبي نحو العمل وفقدان الدافعية نحو العمل ، النظرة السلبية للذات والاحساس باليأس والعجز والفشل .

مراحل حدوث الاحتراق النفسي:

١- المرحلة الأولي : وهي مرحلة الاستثارة الناتجة عن الضغوط أو الشد العصبي الذي يعيشه الفرد في عمله وترتبط بالاعراض التالية : سرعة الانفعال، والقلق الدائم، وفترات من ضغط الدم العالي والارق والنسيان وصعوبة التركي(عسكر ، ٢٠٠٣، ١٢٦).

٢- المرحلة الثانية : يعاني فيها الفرد من التوتر والإجهاد اللذين هم رد فعل طبيعي لضغط العمل وتتسم بالاستنزاف والاجهاد الإنفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط العمل عالية (منصوري ،٢٠١٠، ٤٢).

٣- المرحلة الثالثة :يختفي الإنجاو الشخصي يتتطورالشعور بعدم القدرة علي الأداء والشك بالقدرة الذاتية ويرتبط بذلك مشكلات بدنية ونفسية ، وشعور بالتعب، والرغبة في الإنعزال، وهجرة الأصدقاء(فريحات،٢٠١٠، ١٥٦٤).

****النظريات المفسرة للإحتراق النفسي:**

حاولت العديد من نظريات علم النفس بشكل أو بآخر تفسير ظاهرة الاحتراق النفسي ؛علي الرغم من انها لم تتحدث عنها بشكل مباشر ، من خلال كونها حالة داخلية نفسية ، حالها حال القلق والتوتر ومن هذه النظريات :

أولاً: النظرية المعرفية : ترد سلوك الانسان إلي انه مصدر داخلي معرفي ، كعمليات عقلية يدرك من خلالها الفرد الموقف ، ليستجيب ويحقق الهدف المحدد، فاذا كان ادراكا ايجابيا ينتج عنه الرضا والمعنوية العالية، أما اذا كان ادراكا سلبيا ، فيقود إلي أعراض تؤدي بالضرورة إلي الاحتراق النفسي.

ثانياً: النظرية الفرويدية : تفسر سلوك الانسان علي أنه قوة داخلية ، تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الأنا والأنا الأعلي والهو الذي يسبب القلق، والاكتئاب ، والاحتراق والتوتر الانفعالي ، والتي تظهر كسلوك انساني، يمارسه الفرد علي هيئة تبلد المشاعر ، والاجهاد ، والانعزال عن الاخرين (جهاد رمضان، ١٩٩٩)

ثالثاً: النظرية السلوكية : تؤكد ان السلوك هو نتاج الظروف البيئية إلي درجة كبيرة، فان مشاعر الفرد وأحاسيسه ، وإدراكاته ، تتأثر إلي حد كبير بهذه العوامل البيئية ولما كان الأحتراق النفسي ، حالة داخلية مثل المشاعر ، والقلق والأحاسيس ، وغيرها ، فإن النظرية السلوكية ، تنظر له علي أساس أنها نتيجة لعوامل بيئة ، وعليه ، إذا ما ضبطنا هذه العوامل ، تمكنا من التحكم به ، لذلك ترفض هذه النظرية ، أن سبب الاحتراق النفسي يعود إلي تعامل الموظف مع عملائه فحسب ، بل والي العوامل البيئية ، أو الضغوط التي يتعرض لها (مالك الرشدان ،١٩٩٥)

****الاحتراق النفسي عند معلمة التربية الفكرية**

تعاني معلمة التربية الفكرية من ارتفاع مستوي الاحتراق النفسي ، فقد ذكر (btetal,1998)ان٦٢ % من المعلمين يعانون من انخفاض بعد الاجهاد الانفعالي ، وان ٨٩% من العينة يعانون من انخفاض تبلد المشاعر ، و٦٨٥ يعانون من مستوي مرتفع من بعد تقمص الاحساس بالانجاز الشخصي . كما توصلت الدراسةإلي ارتفاع معدل تبلد المشاعر لدي معلمي المعاقين عقليا مقارنة بمعلمي المعاقين بصريا . كما تشير سلمي محمد حسن ٢٠١٥)إلي معاناه معلمات التلاميذ ذوي الاعاقة الفكرية من الاحتراق النفسي.

فمعلمة التربية الفكرية تتعرض للاحتراق النفسي لاسباب عدة .فقد أكد السيد ابراهيم السمانودي (١٩٩٥) علي وجود علاقة موجبة بين الاحتراق النفسي والمتغيرات المهنية التي قد تكون مصدرا ضاغطا

لدي معلم التربية الخاصة، وتمثلت في صراع وعبء الدور وعدم المشاركة في اتخاذ القرار ونقص الاعداد الجيد والضغط المدرسي وعدم الرضا المهني والرضا عن الحياة ونقص المساندة والدعم من المدير والزملاء، علاوة علي وجود اختلاف في هذه المتغيرات في التنبؤ بالاحتراق النفسي وفقا لشدة الاعاقة.وتشير خولة يحيي& رنا نجيب (٢٠٠١، ١٢٥-٩٧) إلي أن طبيعة العمل والعلاقة الزملاء والرؤساء من أكثر مصادر الاحتراق النفسي لدي معلمي الطلبة ذوي الاعاقة الفكرية الشديدة .

تناولت العديد من دراسات العلاقة بين الرضا المهني والمواقف الحياتية الضاغطة والاحتراق النفسي، فقد سعت دراسة EWA KONERT (1997) إلي الكشف عن مدي إسهام ضغوط العمل والرضا والمهني وإسترتيجيات إدارة الضغوط في التنبؤ بالاحتراق النفسي للمعلمين. وتآلفت عينة الدراسة ٢١٨ معلم منهم (٦٩من الذكور ، ١٤٩من الاناث). واستخدمت الدراسة قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي (Maslach & Jackson,1986) وقائمة جودة الحياة للمعلم (Harrington & Pelsma,1989) واستبيان استراتيجيات ادارة الضغوط (Carver, Scheier, & Weintraub.1980) واستمارة المتغيرات الديموغرافية اعداد الباحثة، وتوصلت نتائج الدراسةإلي وجود علاقة سلبية بين مستوي الضغوط والرضا المهني ، وجود علاقة ايجابية بين بين ضغوط العمل والاحتراق النفسي بمكونيه الاجهاد الانفعالي والتبلد العاطفي وعلاقة سلبية علي مكون الانجاز الشخصي، وتوجد علاقة سلبية بين الرضا المهني والاحتراق النفسي (بعدي الاجهاد الانفعالي والتبلد العاطفي) . ولا توجد فروق في مستويات الاحتراق النفسي والرضا المهني وادارة الضغوط تبعا لمتغيرات الجنس والعمر.

وهدفت دراسة خولة يحيى، رنا نجيب حامد (٢٠٠١ : ٩٧-١٢٥) هدفت الدراسة إلي الكشف عن مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية فى اليمن وشملت الدراسة (٤٢) معلما ومعلمة يدرسوا للطلاب ذوي الاعاقة الفكرية فى اليمن، أظهرت النتائج لاتوجد فروق دالة فى مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى كل من جنس المعلم، ومؤهله العلمي، أو سنوات خبرته، بينما وجدت فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزي إلي متغير درجة إعاقة الطلبة حيث ازدادت مصادر الاحتراق النفسي لدي معلمي الطلبة ذوي الإعاقة الفكرية الشديدة وذلك علي كل من بعد ظروف العمل، وخصائص الطلبة، والإدارة والزملاء في حين لم تظهر فروق في مصادر الاحتراق تعزيإلي متغير درجة إعاقة الطلبة بالنسبة لبعد الخصائص الشخصية للمعلم .

بينما هدفت دراسة Maria Platsidou a; Ioannis Agaliotis (2008) إلي تحديد مستوي الاحتراق النفسي والرضا المهني لدي معلمي التربية الخاصة باليونات العاملين بالمرحلة الابتدائية ، كما هدفت الي تحديد مدي اسهام بعض المتغيرات ك(العمر والجنس ،سنوات الخبرة ، والحالة الاجتماعية في تجديد مستوي الاحتراق النفسي، وكذلك دور بعض الضغوط في التنبؤ بمستوي الاحتراق النفسي. تطونت عية الدراسة من ١٢٧ معلم يعملون بالمدارس العامة ومدارس التربية الخاصة بشمال اليونان ، ٤٩ من

الذكور ، ٧٨ من الاناث، وتتراوح أعمارهم ٢٣-٥٦ سنة بمتوسط ٣٩,٦، وقد تم تقسيم عية الدراسةإلي ثلاث فئات عمرية : مستوي عمري صغير (٢٣-٣٧)، ومستوي عمري متوسط (٣٨-٤٣)، ومستوي عمر كبير(٤٤-٥٦)، كما تم تقسم العينة وفقا لعدد سنوات الخبرة لثلاث فئات : خبرة تدريسية منخفضة (اكثر من ٤ سنوات بنسبة ٥٣,٥% من إجمالي عينة الدراسة)، خبرة تدريسة متوسطة(٤-٩ سنات تدريسية بنسبة ٢٥,٢% من إجمالي عينة الدراسة) ، خبرة تدريسة مرتفعة(١٠-٢٣ سنة تدريسية بنسبة ٢١,٢& من إجمالي عينة الدراسة)، وكانت ٨٥ من العينة من المتزوجات ، ٣٩ من غير المتزوجات ، و ٦ من الممفصلين.وقد استخمدت الدراسة قائمة الاحتراق النفسي لماسلاش و مقياس الرضا المهني ل (Koustelios and Bagiatis 1997) ، وقائمة الضغوط المتعلقة بالعمل(اعداد الباحث). وقد أشارت النتائجإلي أن مستوي الاحتراق النفسي لدي افراد العينة جاء في المستوي المنخفض بينما جاء مستوي الرضا المهني في المستوي المتوسط. كما أكدت الدراسة وجود علاقة إرتباطية بين بعض أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وبعض مكونات الرضا المهني، وانخفاض معاناة المعلمين من ضغوط العمل.

وهدفت دراسة نايف الزارع و احمد فتحي علي (٢٠١١) إلي الكشف عن الرضا المهني وعلاقته بضغوط مهنة التدريس والاحتراق النفسي ، والاكتئاب لدي معلمي الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية في مصر والسعودية من الذكور . وتكونت عينة الدراسة من (٨) معلم تتراوح اعمارهم بين (٣٤-٥١) عاما . واستخدمت الدراسة مقياس الرضا المهني ومقياس ضغوط مهنة التدريس ، ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس الاكتئاب . وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة احصائيا بين معلمي الاعاقة الفكرية في مصر والسعودية علي أبعاد مقياس الرضا المهني لصالح معلمي التربية الفكرية بالسعودية، وجود فروق ذات دلالة احصائيا بين معلمي الاعاقة الفكرية في مصر والسعودية علي أبعاد مقياسي الاحتراق النفسي وضغوط مهنة التدريس لصالح معلمي التربية الفكرية بمصر.بالاضافة إلي عدم وجود فروق بين العينيتين في مستوي الاكتئاب ، ووجود فروق في مستوي الرضا المهني لصالح السن الاكبر والخبرة، ووجود فروق في الاكتئاب والاحتراق النفسي لصالح السن والخبرة، وضغوط مهنة التدريس.

بينما هدفت دراسة Lan-Ping Lin, Jin-Ding Lin (2013) إلي تقييم مستوي الاحتراق النفسي لدي العاملين مع ذوي الاعاقات الفكرية والنمائية. وتكونت عينة الدراسة من (٢٦٤)العاملين مع ذوي الاعاقات الفكرية والنمائية يعملون ب (٤) مؤسسات مختلفة لذوي الاعاقة بتايوان.واستخدمت الدراسة النسخة الصينية لمقياس كوبينجهان للاحتراق النفسي . وأسفرت نتائج الدراسة عن ١٧,٨% من العاملين يعانون من مستوي متوسط من الاحتراق النفسي الشخصي (PBS)،٧,٦% من العاملين يعانون من مستوي شديد من الاحتراق النفسي المهني (WBS) ،٢٠,١% من العاملين يعانون من مستوي متوسط من الاحتراق النفسي المهني (WBS)، ٥,١% من العاملين يعانون من مستوي متوسط من الاحتراق النفسي المهني (WBS). كما أسفرت النتائج باستخدام معادلة تحليل الانحدار عن ان الصحة العامة والاحتراق الشخصي

هما منبئان بالاحتراق المهني (R2 = 0.642) .وقد اوصت الدراسة بضرورة تحسين الصحة النفسة للعاملين مع ذوي الاعاقات الفكرية والنمائية ، ووتوفير بيئة عمل داعمة لتخفيف حدة الاحتراق النفسي لديهم.

وهدفت دراسة منار بني مصطفى (٢٠١٤) إلى الكشف عن مستوى المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك. تكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالبا وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية الطبقية من طلبة جامعة اليرموك المسجلين في الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٢. ولتحقيق أهداف الدراسة كُيفَ مقياسين لقياس المواقف الحياتية الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى المواقف الحياتية الضاغطة لدى طلبة كان مرتفعاً، وأن مستوى الشعور بالرضا عن الحياة كان منخفضاً، ولم تكن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين مستوى المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الشعور بالرضا عن الحياة. وقد وجدت علاقة ارتباطية وذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين مقياس المواقف الحياتية الضاغطة ككل وجميع مجالات مقياس الرضا عن الحياة باستثناء مجال الرضا عن الحياة الجامعية. وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المواقف الحياتية الضاغطة ككل، وفي المجال الأكاديمي والمجال النفسي تعزى للمستوى التحصيلي ولصالح الطلبة ذوي التحصيل الممتاز، ووجدت كذلك فروق في مستوى المواقف الحياتية الضاغطة الأسرية والاجتماعية والسياسية تعزى للمستوى التحصيلي، ولصالح ذوي التحصيل المتدني (المقبول)، إضافة إلى وجود فرق في مستوى الشعور بالرضا عن الحياة على المقياس ككل وعلى مجال الرضا عن العلاقات الأسرية والاجتماعية تعزى للمستوى التحصيلي ولصالح ذوي التحصيل الممتاز، ولم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأحداث الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة تعزى لكل من الجنس والمستوى الدراسي.

وهدفت دراسة سلمي محمد الحسن (٢٠١٥) إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية العاملات بمراكز التربية الخاصة بمدينة أمدرمان وعلاقته ببعض المتغيرات. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي المسحي التحليلي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدمت استبانة البيانات الأولية ومقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسي، حيث قامت بإخضاعها للفحص والدراسة؛ وقد كان العدد الكلي لمجتمع البحث ١٠٠ معلمة، تم اختيارهن بطريقة مسح العينة، شارك منهن ٩٠ معلمة كعينة للبحث. بعد جمع البيانات تم استخدام الحاسب الآلي وبرنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية. بعد التحليل الإحصائي توصل البحث إلى عدد من النتائج أهمها: إن درجات الاحتراق النفسي لمعلمات التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية العاملات بمراكز التربية الخاصة بمدينة أمدرمان وجدت منخفضة في بُعدي الإجهاد الإنفعالي ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي، وبصورة مرتفعة في بُعد تبلّد المشاعر تجاه التلاميذ. كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في بُعد الإجهاد الإنفعالي وتبلّد المشاعر والدرجة الكلية للإحتراق النفسي تبعا للتخصص الأكاديمي واتجاه الفروق في درجات الاحتراق النفسي بين بكالوريوس الاجتماع وبكالوريوس التربية كان

لصالح بكالوريوس التربية. ووجدت علاقة ارتباطية سالبة بين عمر معلمة التلاميذ ذوي الإعاقة الفكرية وبعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي، أي كلما كانت المعلمة أكبر عمراً شعرت بنقص الإنجاز الشخصي.

هدفت دراسة الحربي وآخرون(٢٠١٥) هذه الدراسة للبحث في مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات الذين يعملون في مهنة التدريس لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت وانعكاسها على شخصية المعلمين وحمايتها من الأضرار التي قد تحدق بهم، واستخدمت الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (maslach burnout inventory MBI) وخلصت نتائج الدراسة إلى ما يلي :وجود احتراق نفسي بمستوى متوسط لمعلمي لطلبة مدارس التربية الخاصة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي المختلفة .وكذلك وجدت أن مستوى الاحتراق النفس ي لمعلمي الطلبة لمدارس التربية الخاصة (مدرسة النور -مدرسة الأمل - مدرسة التربية الفكرية) كلا على حده كانت كذلك بدرجة متوسطة بينما وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المدارس الثلاث(مدرسة النور- مدرسة الأمل- مدرسة التربية الفكرية) على المقياس على بعد تبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز وكذلك أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس وسنوات الخبرة ومتغير التخصص بين متوسطات درجات المعلمين والمعلمات سواء كان علي المجموع العام لمقياس الاحتراق النفسي أو على أبعاده الفرعية.

بينما سعت دراسة محمود الطنطاوي (٢٠١٦) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين عادات العقل والاحتراق النفسي والدافعية نحو العمل لدي معلمي الإعاقة الفكرية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٢٦) معلما من معلمي الإعاقة الفكرية بمدينة الرياض، جميعهم من الذكور، وقد تم انتقاء عينة الدراسة من (٣٠) مدرسة ومعهد للتربية الفكرية، واستخدمت الدراسة الأدوات الآتية: مقياس عادات العقل (إعداد/ عبد العزيز الشخص ومحمود الطنطاوي وظافر الشهراني، ٢٠١٥، أعاده تقنينه علي البيئة السعودية / محمود الطنطاوي، ٢٠١٦)، ومقياس الاحتراق النفسي (إعداد الباحث)، ومقياس الدافعية نحو العمل (إعداد الباحث)، وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين عادات العقل والاحتراق النفسي، ووجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين عادات العقل والدافعية، وان أكثر عادات العقل فاعلية في حماية المعلمين من الاحتراق النفسي هي التحكم في الاندفاعية ثم طرح الأسئلة وإثارة المشكلات ثم المثابرة ثم مرونة التفكير ثم الاستعداد للتعلم المستمر، وأن أكثر العادات فاعلية في زيادة دافعية معلمي الإعاقة الفكرية نحو العمل هي التحكم في الاندفاعية ثم طرح الأسئلة وإثارة المشكلات ثم مرونة التفكير ثم المثابرة ثم التصور والتخيل والابتكار، كما أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الاحتراق النفسي والدافعية نحو العمل والمؤهل الدراسي (بكالوريوس أو ماجستير).

هدفت دراسة Naser Hoboubi (2017) إلي التعرف علي آثار ضغوط العمل والرضا الوظيفي على إنتاجية القوى العاملة ، ولتحديد العوامل المرتبطة بانخفاض الإنتاجية بين موظفي صناعة البتروكيماويات الإيرانية. شارك ١٢٥ موظفًا تم اختيارهم عشوائيًا لشركة إيرانية للبتروكيماويات. تم جمع

البيانات باستخدام الاستبيان الديموغرافي ، واستبيان Osipow للضغط المهني للتحقق من مستوى ضغوط العمل ، ومؤشر الوصف الوظيفي لفحص الرضا الوظيفي ، واستبيان Goldsmith & Hersey لاستقصاء الإنتاجية في مجتمع الدراسة. واسفرت نتائج الدراسة عن أن مستويات ضغوط العمل والرضا الوظيفي لدى الموظفين معتدلة ومتوسطة ، على التوالي. أيضا ، تم تقييم إنتاجيتها على أنها معتدلة. وعلى الرغم من أن العلاقة بين ضغوط العمل ومؤشرات الإنتاجية لم تكن ذات دلالة إحصائية ، فإن العلاقة الإيجابية بين الرضا الوظيفي ومؤشرات الإنتاجية كانت ذات دلالة إحصائية. أثبتت نمذجة الانحدار أن الإنتاجية كانت مرتبطة بشكل كبير بجدول التحول ، والأبعاد الثاني والثالث لضغوط العمل (عدم كفاية الدور والغموض في الدور) ، والبعد الثاني للرضا الوظيفي (الإشراف).وأوصت الدراسة بتحسين "عدم كفاية الدور" و "غموض الدور" ويجب زيادة دعم المشرف لتقليل إجهاد العمل وزيادة الرضا الوظيفي والإنتاجية.

كما سعت دراسة Maria Popa-Roch & Emilie Boujut (2017) إلي كشف العلاقة بين استراتيجيات إدارة الضغوط والمواقف الضاغطة والرضا المهني والاحتراق النفسي .وتكونت عينة الدراسة من (٢٠٣) معلمي الاطفال ذوي التوحد . وقد طبق (٤) استبيانات علي المعلمين خاصة ب استراتيجيات إدارة الضغوط والمواقف الضاغطة والاحتراق النفسي.وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بين إنخفاض الكفاءة الذاتية لدي المعلمين وارتفاع الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاث. وأن إنخفاض الكفاءة الذاتية ينبئ عن التعرض للمزيد من المواقف الضاغطة وارتفاع الاجهاد الإنفعالي.

بينما هدفت دراسة Miriam Sang-Ah ,Mohsen Joshanloo, Vincenza Capone , Park (٢٠١٩) لبحث العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض العوامل الاخري كالأكتئاب، والكفاءة الذاتية ، ومناخ العمل ، وعدالة الادارة. وتكونت عينة الدراسة من (٦٠٩) معلم ايطالي مع ضبط النوع والعمر. وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة بين الاحتراق النفسي والأكتئاب وبعض العوامل الاخري كالكفاءة الذاتية ، ومناخ العمل ، وعدالة الادارة. بالإضافة إلي أن الاحتراق النفسي هو متغير وسيط بين بين الشعور بالإكتئاب والعوامل الاخري . وتقترح الدراسة دعم المعلمين ببرامج تقلل من شعورهم بالضيق وتطوير ادائهم ، مع الأخذ في الإعتبار الدور الذي تلعبه عوامل الكفاءة الذاتية ، ومناخ العمل ، وعدالة الادارة.

يتضح مما سبق اتفاق الكثير من الدراسات علي إرتفاع معدلات تعرض معلمي التربية الفكرية للمواقف الضاغطة مقارنة بمعلمي الفئات الاخري، فضلا عنانخفاض مستوي الرضا المهني لديهم ، وكذلك معاناتهم من الاحتراق النفسي مقارنة بمعلمي الطلاب ذوي الاعاقة البصرية والسمعية. بينما اختلفت الدراسات في تحديد مستوي الرضا المهني لدي معلمي التربية الخاصة بشكل عام ومعلمي التربية الفكرية بشكل خاص ، حيث توصلت بعض الدراسات الي انخفاض المستوي الرضا المهني كدراسة (عبد الجبار ، ٢٠٠٦)، (strassemier,1992) ، والبعض الآخر الي تمتعهم بمستوي متوسط من الرضا المهني كدراسة (Louis strydom,2012& mohammed Abushaira,2012)، في حين أثبت القليل من الدراسات

تمتع معلمي التربية الخاصة بمستوي عالي من الرضا المهني كدراسة (sung,2000)، (haitham hahrami,2014) . كما يتضح ايضا من العرض السابق ان مصادر المواقف الضاغطة تشمل ضغوط نابعة من الفرد والموسسة والمجتمع، أي ان هناك مسببات شخصية وأخري تتعلق بالمكانة الوظيفية، وكلما زادت مصادر الضغوط كلما انخفض الرضا المهني وارتفع مستوي الاحتراق النفسي(sari,2004,297). ونري ان أحد أهم مصادر إنخفاض الرضا المهني لدي معلمي التربية الفكرية هو زيادة الاعباء الملقاة عليهم ، والمشكلات السلوكية للطلاب ذوي الاعاقة الفكرية داخل الصف ، وضغوط الادارة ، وضعف العلاقات الانسانية ، وقلة الرواتب ، وعدم التعاون من الزملاء . وان كل هذه المصادر توثر سلباً عليه وتشعره بالاحباط ومن ثم الاحتراق النفسي. وتختلف أعراض الاحتراق النفسي مابين أعراض سلوكية : وتظهر في التغيب عن العمل وتدني الاداء والانسحاب والميل للعمل الكتابي، أعراض انفعالية : وتظهر في القلق والغضب والاحباط وحيل الدفاع النفسي والاكتئاب، أعراض فسيولوجية: مثل اضطرابات المعدة وضغط الدم وزيادة ضربات القلب.

فروض الدراسة:

علي ضوء مشكلة الدراسة والإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ، يمكن صياغة الفروض التالية:

١-توجد علاقة بين المواقف الحياتية الضاغطة و كلا من مستوي الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

٢-توجد علاقة بين مستوي الرضا المهني المنخفض و الاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

٣-يسهم كلاً من المواقف الحياتية الضاغطة ، مستوي الرضا المهني المنخفض في التنبؤ الاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية ؟

إجـــراءات الدراســـة:

أولاً: منـهج الدراسة : إستخدمت الباحثة المنهج الوصفي؛ وهو منهج لملائم لطبيعة الدراسة الحالية .

ثانياً: عينـة الدراسة :

١- **عينة الدراسة الإستطلاعية :** إشتملت عينة الدراسة الاستطلاعيه على (٥٠) معلمة من معلمات مدرسة التربية الفكرية بمراكز(بني سويف ، ببا، بوش، إهناسيا) بمحافظة بني سويف، وذلك للتاكد من الكفاءة السيكومترية للأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية.

٢- **عينة الدراسة الأساسية** : إشتملت عينة الدراسة الأساسية على (٦٠) معلمة ممن تعملن بمدرسة التربية الفكرية بمركز أسوان، ومدرسة التربية الفكرية بالشيخ عامر بمركز دراو التابع لمحافظة أسوان (وقد تم اختيار من محافظة أسوان نظرا لقلة عدد معلمات التربية الفكرية بمحافظة بني سويف).

شروط اختيار العينة : ولانتقاء العينة إختارت الباحثة المعلمات المتزوجات ، ممن يتراوح اعمارهم ما بين ما بين (٤٠- ٤٥) عام بمتوسط حسابي ٤١,٨٥ وانحراف معياري ١,٢٧٣، وجاءت جميع أفراد العينة في المستوى الاقتصادي المتوسط بمتوسط حسابي ١,٧٨ وانحراف معياري ٠,٦٦٦. ، ويعانين من مستوي عالي من الضغوط الحياتية والرضا المهني المنخفض.

ثالثا: أدوات الدراسة :

أ- مقياس الرضا المهني لمعلمات التربية الفكرية (إعداد الباحثة)

ب- خطوات إعداد المقياس :

قامت الباحثة الاطلاع على المقاييس الاجنبية مثل (Brugha TS, Cragg D,1990)، (Kalassen,R.M.&Chui.M.,2010) ، ومقياس الرضا المهني لمعلمات الاعاقة الذهنيه (ريم منصور، ٢٠١٢) ومستعينا الأطر النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الرضا المهني لمعلمات التربية الفكرية ، انبثق عن ذلك ابعاد المقياس الحالي وكانت كالتالي :(الرضا عن طبيعة العمل ، الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء، الرضا عن العائد المادي، الرضا عن النمو المهني والترقي). وقامت الباحثة بصياغة مفردات المقياس وعددها (٤٢) مفردة ثم بحساب الصدق والثبات علي النحو التالي :

الخصائص السيكومترية مقياس الرضا المهني لمعلمات التربية الفكرية:

(١) **الصدق :** اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على ثلاث طرق وهي علي النحو التالي :

** **صدق المحكمين :** قامت الباحثة بعرض المقياس علي عشرة من المحكمين المتخصصين في علم النفس والتربية الخاصة بهدف معرفة مدي إتفاق السادة المحكمين علي عبارات المقياس ، وأصبح المقياس مكوناً من (٢٩) مفردة.

** صدق المحك : إستخدمت الباحثة صدق المحك بين مقياس الرضا المهني و مقياس الرضا المهني لمعلمات الاعاقة الذهنيه إعداد/ ريم منصور ٢٠١٢ ، حيث تم تطبيق المقياسين على عدد (٥٠) معلمة من معلمات التربية الفكريه بمدرسة التربية الفكرية بمراكز بني سويف واهناسيا والواسطي التابعة لمحافظة بني سويف وبلغ قيمة معامل الارتباط علي الدرجة الكلية بين المقياسين (٠,٦٠٤) .

(٢) ثبات المقياس : تم حساب معاملات الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس وهي" طبيعة العمل ، والعائد المداي، النمو المهني والترقي، العلاقة مع الزملاء والرؤساء" بلغت ٠,٥٢٠ ،٠,٨١٠ ، ٠,٦٣٠ ، ٠٧٥٦ علي الترتيب والدرجة الكلية للمقياس هي ٠٨٠٦.

كما قامت الباحثة باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة بفاصل زمنى قدره أسبوعين بين التطبيقين ، وكان معامل الثبات للمقياس ٠,٦٠٢. وهو بذلك يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

(٣) الاتساق الداخلي للمقياس :

كما قامت الباحثة وللتأكد من اتساق المقياس داخلياً وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بعد بالدرجة الكليه للمقياس ، وحساب معاملات الارتباط بين العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، كما يتضح من جدول رقم (٢).

جدول (٢)
معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة البعد الذي تنتمي إليه ودرجة المقياس الكلية (ن = ٥٠)

ارتباط البعد بالدرجة الكلية	البعد الأول: طبيعة العمل	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الثاني: العائد المادى	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الثالث فرص النمو والترقى	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الرابع: العلاقة مع الزملاء والرؤساء	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد
		١	**٠,٥٠٩		١٠	**٠,٧٢٣		١٧	**٠,٤٢٢		٢٣	**٠,٧٤٩
		٢	**٠,٤٣٠		١١	**٠,٧٨٤		١٨	**٠,٤٨٦		٢٤	**٠,٦٦٩
		٣	**٠,٤٥٤		١٢	**٠,٥٧٩		١٩	**٠,٤٥٠		٢٥	**٠,٥٧٤
		٤	**٠,٣٥٤		١٣	**٠,٦٦٤		٢٠	**٠,٤٨٣		٢٦	**٠,٦٦١
		٥	**٠,٤٧٤		١٤	**٠,٦٣٢		٢١	**٠,٥١٨		٢٧	**٠,٦٦٩
		٦	**٠,٣٨٢		١٥	**٠,٧٢٤		٢٢	**٠,٥٧١		٢٨	**٠,٧٠٠
		٧	**٠,٥١٨		١٦	**٠,٦١٨					٢٩	**٠,٦١٨
		٨	**٠,٤٣٩									
		٩	*٠,٤٧٨									
			**٠,٧٧٤			**٠,٧٦٤،			**٠,٦٥٥			**٠,٧٠٤

** دال عند مستوى ٠,٠١

مما سبق يتضح أن مقياس الرضا المهني لمعلمات التربية الفكرية يمكن الاعتماد على نتائجه ، حيث يتمتع بمعاملات ثبات وصدق مرتفعة بالنسبة لعينة الدراسة ، وبذلك يتكون مقياس الرضا المهني لمعلمات التربية الفكرية في صورته النهائية من ٢٩ مفردة موزعة على أبعاد المقياس على النحو التالي : البعد الاول (طبيعة العمل) وعدد عباراته (٩) عبارات ، البعد الثاني (العائد المادي) وعدد عباراته (٧) عبارات ، البعد

الثالث (النمو المهني والترقي) وعدد عباراته (٦) عبارات ، البعد الرابع (العلاقة مع الزملاء والرؤساء) وعدد عباراته (٧) عبارات. ويوضح الجدول التالي أبعاد المقياس وعباراته.

جدول رقم (٣) يوضح أبعاد مقياس الرضا المهني وعباراته

م	اسم البعد	العبارات
١	طبيعة العمل	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩
٢	العائد المادي	١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦
٣	النمو المهني والترقي	١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢
٤	العلاقة مع الزملاء والرؤساء	٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨

تصحيح المقياس : تم تصحيح المقياس بأن يعطي درجات علي سلم ليكرت الخماسي المتدرج للعبارات الايجابية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(٥،٤،٣،٢،١) ، للعبارات السلبية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(١،٢،٣،٤،٥). وتعد الدرجة المرتفعة دليلاً علي تمتع المعلمة بالرضا المهني والدرجة المنخفضة مؤشرا لانخفاض الرضا المهني لديها.

٢- مقياس المواقف الحياتية الضاغطة لمعلمات التربية الفكرية (إعداد الباحثة)

هو أداه تعطي تقديرا كميا للمواقف الحياتية الضاغطة ولإعداد المقياس قامت الباحثة الاطلاع على المقاييس الاجنبية مثل (Haitham Jahrami ,et al,2014)، (Jennifer Louise Shead,2014) ، ومقياس (بلال ، محمد امين ٢٠١١) ، مقياس (هبة محمد حسين عباس ،٢٠١٣) ومستعينا بالأطر النظرية والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع المواقف الحياتية الضاغطة لمعلمات التربية الفكرية ، انبثق عن ذلك ابعاد المقياس الحالي وكانت كالتالي :(مواقف حياتية ضاغطة اسرية، اقتصادية، صحية ،اجتماعية) . وقامت الباحثة بصياغة مفردات المقياس وعددها (٤١) مفردة ثم بحساب الصدق والثبات علي النحو التالي :

(١) **الصدق :** اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس علي النحو التالي :

صدق المحكمين : قامت الباحثة بعرض المقياس علي عشرة من المحكمين المتخصصين في علم النفس والتربية الخاصة بهدف معرفة مدي إتفاق السادة المحكمين علي عبارات المقياس ، وأصبح المقياس مكوناً من (٣٠) مفردة.

الصدق التلازمي : إستخدمت الباحثة صدق المحك بين مقياس المواقف الحياتية الضاغطة لمعلمات التربية الفكرية و مقياس الاحداث الحياتية الضاغطة لمعلمات الاعاقة الذهنيه إعداد/ هبة محمد حسين عباس

(٢٠١٣) ، حيث تم تطبيق المقياسين على عدد (٥٠) معلمة من معلمات التربية الفكريه بمدرسة التربية الفكرية بمراكز بني سويف واهناسيا والواسطي التابعة لمحافظة بني سويف وبلغ قيمة معامل الارتباط علي الدرجة الكلية بين المقياسين (٠,٦٢٤) .

(٢) **ثبات المقياس :** تم حساب معاملات الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس وهي" مواقف ضاغطة أسرية، اقتصادية ، صحية، اجتماعية " بلغت ٠,٨٤٦، ٠,٨٣٣، ٠,٨٠٨، ٠,٩٢٤علي الترتيب، الدرجة الكلية للمقياس ٠,٩١٢. كما قامت الباحثة باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة بفاصل زمنى قدره أسبوعين بين التطبيقين ، وبلغ قيمة معامل الثبات للمقياس ٠,٩٠٠. وهو بذلك يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

(٣) **الاتساق الداخلي:** وللتأكد من اتساق المقياس داخلياً قام الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة البعد الذي تنمي إليه ، وكذلك حساب معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، ويتضح ذلك من خلال جدول رقم (٤).

جدول (٤)
معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس المواقف الحياتية الضاغطة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه (ن = ٥٠)

ارتباط البعد بالدرجة الكلية	البعد الأول: المواقف الضاغطة الأسرية	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الثاني: المواقف الضاغطة الاقتصادية	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الثالث المواقف الضاغطة الصحية	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	البعد الرابع: المواقف الضاغطة الإجتماعية	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد
		١	**٠,٤٤٥		١٠	**٠,٥٦٢		١٧	**٠,٨٠٠		٢٤	**٠,٨٠٩
		٢	**٠,٦٢٨		١١	**٠,٦٦٠		١٨	**٠,٨٤١		٢٥	**٠,٩٠٧
		٣	**٠,٦٠٦		١٢	**٠,٧٣٣		١٩	**٠,٨١٣		٢٦	**٠,٧٩٨
		٤	**٠,٦١٩		١٣	**٠,٧٤٨		٢٠	**٠,٧٤٦		٢٧	**٠,٨٨٥
		٥	**٠,٧١٣		١٤	**٠,٧٦٠		٢١	**٠,٥٠٧		٢٨	**٠,٧٣٢
		٦	**٠,٥١٢		١٥	**٠,٧٦٥		٢٢	**٠,٤٢٩		٢٩	**٠,٨٥٢
		٧	**٠,٦٥١		١٦	**٠,٧٩٣		٢٣	**٠,٦١٧		٣٠	**٠,٨٤٤
		٨	**٠,٦٠٠									
		٩	**٠,٦٦٩									
			**٠,٦٦٩			**٠,٧٨٠			**٠,٧١٦			**٠,٧٠٤

** دال عند مستوى ٠,٠١

مما سبق يتضح أن مقياس المواقف الحياتية الضاغطة لمعلمات التربية الفكرية يمكن الإعتماد على نتائجه، حيث يتمتع بمعاملات ثبات وصدق مرتفعة بالنسبة لعينة الدراسة ، وبذلك يتكون مقياس المواقف الحياتية الضاغطة لمعلمات التربية الفكرية من(٣٠) مفردة موزعة علي أربعة أبعاد علي النحو التالي : البعد الأول (المواقف الأسرية الضاغطة) ويتكون من (٩) عبارات. البعد الثاني (المواقف المادية الضاغطة) ويتكون من (٧) عبارات.البعد الثالث: (المواقف الصحية الضاغطة) ويتكون من (٧) عبارات. البعد الرابع (المواقف الإجتماعية الضاغطة) ويتكون من (٧) عبارات. ويوضح الجدول التالي أبعاد المقياس وعباراته.

جدول رقم (٥)

أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وعباراته

م	اسم البعد	العبارات
١	المواقف الأسرية الضاغطة	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩
٢	المواقف المادية الضاغطة	١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦
٣	المواقف الصحية الضاغطة	١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣
٤	المواقف الاجتماعية الضاغطة	٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٢٩-٣٠

تصحيح المقياس : تم تصحيح المقياس بأن يعطي درجات علي سلم ليكرت الخماسي المتدرج للعبارات الايجابية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(٥،٤،٣،٢،١) ، للعبارات السلبية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(١،٢،٣،٤،٥)

٢- قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي Maslach Burn out Inventory (1981)

إستخدمت الباحثة في الدراسة الحالية مقياس الاحتراق النفسي لتقدير مستوي الاحتراق النفسي. ويتمتع مقياس الاحتراق النفسي مستوي عالي من الصدق والثبات .حيث يتكون المقياس من فقرات عددها اثنان وعشرون (٢٢) فقرة موزعة علي ثلاثة ابعاد هم الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الشعور بالانجاز. ويطلب من الفرد الاستجابة مرتين لكل فقرة ، مرة تدل علي تكرار الشعور بالاحتراق النفسي وتوزعت الاجابات من (٠-٦) درجات ، أما شدة الشعور توزعت الاستجابات من (٠-٧) . وقد اقتصرت الباحثة في

هذه الدراسة علي الاستجابات التي تدل علي شدة الشعور بالإحتراق ليتناسب مع متغيرات الدراسة ، كما قامت الباحثة بتعديل بدائل الاختيار إلي خمس بدائل فقط بدلا من (٧) بدائل.

تقنين مقياس :

(١) الصدق : استخدمت قائمه ماسلاش في العديد من البحوث والدراسات ، وقد إستخدمت الباحثة صدق المحك عن طريق تطبيق مقياس الاحتراق النفسي لدي العاملات بمراكز ذوي الاحتياجات الخاصة " ل سامية محي الدين مالك ،٢٠١٥ " والمقياس الحالي علي عينة الدراسة الإستطلاعية (٥٠) معلمة من معلمات التربية الفكرية وكان معامل الإرتباط مساوياً ل ٠,٧٢

(٢) الثبات : تم حساب معاملات الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ ، وتراوحت معاملات ثبات أبعاد المقياس وهي" الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، انخفاض الانجاز " بلغت ٠,٧٩٢، ٠,٦١٤، ٠,٥١٢ علي الترتيب الدرجة الكلية للمقياس ٠,٧٦٦.كما قامت الباحثة باستخدام طريقة إعادة تطبيق المقياس على نفس أفراد العينة بفاصل زمنى قدره أسبوعين بين التطبيقين وكان معامل الثبات للمقياس٠,٧٨٢ وهو بذلك يتمتع بدرجة مقبولة من الثبات.

(٣) الإتساق الداخلي : وللتأكد من اتساق المقياس داخلياً قام الباحثة بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة البعد الذي تنمي إليه ، وكذلك حساب معاملات الإرتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية، ويتضح ذلك من خلال جدول رقم (٦).

جدول (٦)
معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الاحتراق النفسي ودرجة البعد الذي تنتمي إليه (ن = ٥٠)

البعد الأول: الإجهاد الانفعالي	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية	البعد الثاني: تبلد المشاعر	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية	البعد الثالث: انخفاض الإنجاز	م	معامل ارتباط المفردة بالبعد	معامل ارتباط البعد بالدرجة الكلية
	١	**٠,٥٢٧			١٠	**٠,٥٤٦			١٥	**٠,٤٨٠	
	٢	**٠,٥١٧			١١	**٠,٥٩٠			١٦	**٠,٥٧٧	
	٣	**٠,٤٩٨			١٢	**٠,٧٧٩			١٧	**٠,٦٢٨	
	٤	**٠,٧٥٩	**٠,٤٨٢		١٣	**٠,٦٥٩	**٠,٧٣٤		١٨	**٠,٤٠١	**٠,٥٢٦
	٥	**٠,٧٧٣			١٤	**٠,٥٦٣			١٩	**٠,٤١١	
	٦	**٠,٤٢١							٢٠	**٠,٤٧٢	
	٧	**٠,٨١٧							٢١	**٠,٦٠٢	
	٨	**٠,٦٨٧							٢٢	**٠,٣١٩	
	٩	**٠,٥٧٧									

مما سبق يتضح أن مقياس الإحتراق النفسي يمكن الإعتماد على نتائجه ، حيث يتمتع بمعاملات ثبات وصدق مرتفعة بالنسبة لعينة الدراسة ، وبذلك يتكون مقياس الإحتراق النفسي من(٢٢) مفردة موزعة علي ثلاث أبعاد علي النحو التالي : البعد الأول (الإجهاد الإنفعالي) ويتكون من (٩) عبارات. البعد الثاني (تبلد المشاعر) ويتكون من (٥) عبارات.البعد الثالث: (إنخفاض الإنجاز) ويتكون من (٨) عبارات. ويوضح الجدول التالي أبعاد المقياس وعباراته.

جدول رقم (٧)
أبعاد مقياس الإحتراق النفسي وعباراته

م	اسم البعد	العبارات
١	الإجهاد الإنفعالي	١-٢-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩
٢	تبلد المشاعر	١٠-١١-١٢-١٣-١٤
٣	إنخفاض الإنجاز	١٥-١٦-١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢

تصحيح المقياس : تم تصحيح المقياس بأن يعطي درجات علي سلم ليكرت الخماسي المتدرج للعبارات الايجابية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(٥،٤،٣،٢،١) ، للعبارات السلبية (بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة ضعيفة) وهي علي التوالي(١،٢،٣،٤،٥)

الاساليب الاحصائية : استخدمت الباحثة عدد من الاساليب الاحصائيه في البحث الحالي كمعامل الارتباط بيرسون ، تحليل الانحدار المتعدد المتدرج ، معادلة شيفة ، وذلك بالاعتماد علي الحزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) v(4)

نتائج الدراسة :

التحقق من نتائج الفرض الأول:ينص الفرض الأول على أنَّه " توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المواقف الحياتية الضاغطة وكلاً من مستوى الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي لدى معلمات التربية الفكرية".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson) بين أبعاد كل من المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي، والجدول (٦) ، (٧) يوضحا ذلك.

جدول رقم (٨)

معاملات الارتباط بين المواقف الضاغطة والاحتراق النفسي

المواقف الحياتية الضاغطة	الاحتراق النفسي			الدرجة الكلية للاحتراق النفسي
	الاجهاد النفسي	تبلد المشاعر	انخفاض الانجاز الشخصي	
الضغوط الأسرية	٠,٨٧٠**	٠,٧٦٩**	٠,٧٦٦**	٠,٨٥٠**
الضغوط الاقتصادية	٠,٨٧٤**	٠,٨١٥**	٠,٧٣١**	٠,٨٥٤**
الضغوط الصحية	٠,٧٤٠**	٠,٥٨٢**	٠,٥٧٥**	٠,٦٦٩**
الضغوط الاجتماعية	٠,٦٠٠**	٠,٦١١**	٠,٦٢٨**	٠,٦٥٢**
الدرجة الكلية للضغوط	٠,٩٠٣**	٠,٨١٠**	٠,٧٨٨**	٠,٨٨٣**

** دالة عند ٠,٠١ * دالة عند ٠,٠٥ ن= ٦٠

جدول رقم (٩)

معاملات الارتباط بين المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض

أحداث الحياه الضاغطة	مستوى الرضا المهني المنخفض				الدرجة الكلية للرضا المهني
	طبيعة العمل	العائد المادي	النمو والترقي	العلاقة مع الزملاء	
الضغوط الأسرية	٠,٩٠٤**	٠,٧٣٦**	٠,٨١٩**	٠,٤٩٩**	٠,٨١٥**
الضغوط الاقتصادية	٠,٨٥٠**	٠,٦٨١**	٠,٧٦٦**	٠,٤٥٣**	٠,٧٥٧**
الضغوط الصحية	٠,٧٣٤**	٠,٥٦٩**	٠,٦٨١**	٠,٣٣٣**	٠,٦٣١**
الضغوط الاجتماعية	٠,٦٤٧**	٠,٤٨٣**	٠,٥٤٧**	٠,٢٩٤*	٠,٥٣٨**
الدرجة الكلية للضغوط	٠,٩١٨**	٠,٧٢٢**	٠,٨٢٤**	٠,٤٦٠**	٠,٨٠١**

** دالة عند ٠,٠١ * دالة عند ٠,٠٥ ن= ٦٠

يتضح من جدول (٦) وجود علاقة ارتباطية طردية بين الدرجة الكلية للمواقف الحياتية الضاغطة وأبعادها الفرعية ، ومستوى الاحتراق النفسي بأبعاده الفرعية. ويتضح ذلك كما يلي:-

توجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الأسرية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق

النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٧٦٩، ٠,٨٧٠، ٠,٧٦٦) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الأسرية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٥٠) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الاقتصادية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٨٧٤، ٠,٨١٥، ٠,٧٣١) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الاقتصادية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٥٤)

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الصحية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٧٤٠، ٠,٥٨٢، ٠,٥٧٥) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الصحية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٦٦٩) وهما قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الاجتماعية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٦٠٠، ٠,٦١١، ٠,٦٢٨) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين بُعد الضغوط الاجتماعية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٨٣) وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين الدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٩٠٣، ٠,٨١٠، ٠,٧٨٨)، وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين الدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغطة وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٨٣) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما يتضح من الجدول (٧)

وجود علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الأسرية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياة الضاغطة وبين كل من طبيعة العمل والعائد المادي، والنمو والترقي، والعلاقة بين الزملاء، كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني المنخفض. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٩٠٤، ٠,٧٣٦، ٠,٨١٩، ٠,٤٩٩) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الأسرية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من الدرجة الكلية لمستوى الرضا المهني المنخفض، حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨١٥) وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الاقتصادية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من طبيعة العمل والعائد المادي، والنمو والترقي، والعلاقة بين الزملاء، كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني المنخفض. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٦٨١،٠,٨٥٠ ، ٠,٧٦٦، ٠,٤٥٣) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الاقتصادية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من الدرجة الكلية لمستوى الرضا المهني المنخفض، حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٧٥٧) وهي قيةم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الصحية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من طبيعة العمل والعائد المادي، والنمو والترقي، والعلاقة بين الزملاء، كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني المنخفض. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٧٣٤، ٠,٥٦٩، ٠,٦٨١، ٠,٣٣٣) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الصحية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من الدرجة الكلية لمستوى الرضا المهني المنخفض،حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٦٣١) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الاجتماعية كأحد أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وبين كل من طبيعة العمل والعائد المادي، والنمو والترقي، والعلاقة بين الزملاء، كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني المنخفض. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٦٤٧، ٠,٤٨٣، ٠,٥٤٧، ٠,٢٩٤) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين إنخفاض الرضا عن الضغوط الاجتماعية كأحد أبعاد مقياس المواقف الحياتية الضاغطة وبين كل من الدرجة الكلية لمستوى الرضا المهني المنخفض، حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٠١) على الترتيب وهما قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

مناقشة نتائج الفرض الاول:

أسفرت نتائج الفرض الأول عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين المواقف الحياتية الضاغطة والاحتراق النفسي؛ وهذا يعني انه كلما ازداد معدل تعرض معلمات التربية الفكرية للمواقف الحياتية الضاغطة ، كلما زاد شدة أعراض الاحتراق النفسي لديهن . وتبدو هذه النتيجة طبيعية ومنطقية ، فمهنة التدريس تعد من المهن الضاغطة ، نظرا لما تتطلبه من مستويات مرتفعة من الكفاءة والمهارات وما يتحمله المعلمات من أعباء ومتطلبات ومسؤليات بشكل متزايد ، ويؤدي ذلك إلي ظهور العديد من الأعراض المتمثلة في الإنهاك وعدم القدرة علي إنجاز المهام، وفقدان القدرة علي الإبتكار والتركيز ، ومقاومة أشكال التغيير ، وقلة النوم والإرهاق والصداع وإنخفاض ضغط الدم، بالاضافة الي الحساسية والعدوانية تجاه الاخرين ، وعدم القدرة علي العطاء ، فالإحتراق النفسي للمعلمين أشبه بالمباني التي إحترقت وتركت فارغة محطمة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (خضر مخيمر ،٢٠٠٢) (Moss& Schelter,1986)، (Lazarus,1985) ، (ناضر يمينة،٢٠١٧) والتي أكدت علي العلاقة الارتباطية بين التعرض للمواقف الضاغطة والمعاناة من الاحتراق النفسي لدي معلمي ذوي الاعاقة العقلية نظرا لتعرضهم لكثير من المواقف الحياتية الضاغطة. فقد أشار (Hacket and Kanbory,1983.10-14) أن المواقف الحياتية الضاغطة يمكن أن يكون لها تأثير علي الفرد في مجالات الحياة كافة كالمجال الاسري والمجال العائلي والمجالي الاجتماعي والمجال الصحي والاقتصادي والمهني ، وأن هذه الأحداث التي تؤثر علي الفرد والتي قد تكون إيجابية أو سلبية محزنة أو مفرحة يمكن ان تؤدي إلي زيادة خطر تعرض الفرد للاصابة بالامراض ؛ فقد أكدت الكثير من الدراسات أن المواقف الحياتية الضاغطة تؤدي إلي الإصابة بالأمراض وأبرزها أمراض القلب .كما أكدت دراسة (stressmeir,1992) أن ١٢% من معلمي التربية الفكرية يعانون من مستويات مرتفعة الضغوط النفسية ، ولديهم ميل للإحتراق النفسي وعدم الرضا وميل لعدم الإتفاق مع الزملاء.

فقد أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن وجود علاقة ارتباطية دالة بين المواقف الضاغطة الاسرية ، وجميع أبعاد الاحتراق النفسي . وهذا يعني أن تعرض معلمة التربية الفكرية للضغوط الحياتية الأسرية قد يجعلها عرضة للإحتراق النفسي؛ فالمعلمات تقع عليهن مسؤليات وواجبات متعددة خاصة بالأسرة كرعاية الابناء (تحمل جهد الرعاية الصحية لابنائها ومتابعة تحصليهم الدراسي ومتابعة أمور المنزل بالداخل

والخارج والمشاركة في الإنفاق المالي، والخلافات الأسرية، والتفكك الاسري ..الخ). فكونها إمراة عاملة تتحمل أيضا ضغوط الناتجة عن عملها مع فئة ذوي الإعاقة الفكرية .فبهذا يلقي علي عاتقها الكثير من الأعباء والمسؤليات ؛ الامر الذي يدفعها إلي بذل جهد بدني اكبر والذي يجعلها عرضة للإصابة ببعض الامراض كضعف عام ، إعياء متكرر ،... الخ . وقد أكدت نتائج الدراسة الحالية أن كلا من المواقف الضاغطة الاسرية & المواقف الضاغطة الصحية تؤديان ا إلي إصابة المعلمات بالاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر، وانخفاض معدل الإنجاز ؛ حيث تشعر المعلمة بإستنفاذ طاقتها النفسية ، وعدم الاكتراث لمشكلات الاخرين وطلابها ، علاوة علي عدم شعورها بالسعادة ، والتعامل بقسوة مع المحيطين ، كما تؤثر سلباً علي أدائها بالعمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية؛ فتشعر معلمة التربية الفكرية بالاجهاد والتعب والاخفاق في اداء مهمامها كمعلمة تربية فكرية .

كما أسفرت نتائج الدراسة الحالية عن وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين المواقف الضاغطة الاقتصادية والاجتماعية & وجميع مكونات الاحتراق النفسي . فكون معلمة التربية الفكرية إمراة عاملة ومتزوجة كأي امراة مصرية متزوجة تتحمل الكثير من الاعباء الاقتصادية والاجتماعية ؛ فتواجه الكثير من المواقف الضاغطة الاقتصادية كعجز في الميزانية الشهرية بسبب انخفاض الراتب مقارنة بمتطلباتها الشخصية والاسرية ، ونفقات الدروس الخصوصية لأبنائها ، تأجيل مطالبها الشخصية .... الخ ، ولعل عدم تلقي المعلمة التقدير الإجتماعي الكافي لمهنتها كمعلمة تربية فكرية أحد أبرز الضغوط الاجتماعية للمهنة والذي قد يؤثر علي معدل انجازها بالعمل مع الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية ؛ فضلا عن شعورها بالاجهاد النفسي ، وتبلد المشاعر.

وتتفق الدراسة الحالية مع نتائج دراسة(سامي نصحي ،٢٠١٥) والتي توصلت إلي ارتفاع معدلات معاناة معلمة التربية الفكرية من الاحتراق النفسي وظهور الاعراض النفسجسمية نظرا لمعاناتها من الضغوط النفسي لدي المعلمات الاناث المتزوجات . وتتفق الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة (thimothy remano,2017) حيث توصلت الدراسة الحالية إلي وجود علاقة موجبة بين جميع أنواع المواقف الحياتية الضاغطة (الاسريه والصحية والإجتماعية والإقتصادية) وجميع أبعاد الاحتراق النفسي.

توصلت الدراسة الحالية الي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين المواقف الحياتية الضاغطة بجميع أبعادها ومستوي الرضا المهني المنخفض ، وهذا يعني أنه كلما تعرضت معلمة التربية الفكرية للمواقف الضاغطة سواء كانت أسرية او صحية أو اجتماعية أو اقتصادية ، كلما انخفض مستوي الرضا المهني لديها.. وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (وفاء خالد أحمد ٢٠١٨)،(السيد محمد فرحات ، ٢٠٠٣)، (عبد العزيز محمد احمد، ٢٠١٨). وتختلف مع دراسة فوزية مقراش (٢٠١٩) والتي توصلت في أن جميع أنواع الضغوط ذات علاقة بالرضا المهني فيما عدا الضغوط الأسرية.

ومن خلال النتائج الحالية ، نلاحظ أن معاناة المعلمة من المواقف الأسرية والإقتصادية الضاغطة يؤثر علي مناخ العمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية ، فضلا انه يقلل من مستوي رضا المعلمة عن العائد المادي التي تتقاضاة لانه لا يفي بمتطلباتها الإقتصادية والأسرية ، كما ان الضغوط الأسرية قد تؤثر علي علاقتها بزملائها وروسائها بالعمل .و تشير أيضا نتائج الدراسة الحالية أن الضغوط الصحية لمعلمة التربية الفكرية ذو علاقة وثيقة بإنخفاض مستوي رضاها عن العمل ، فضلا عن عدم تلقي المعلمة القدر الكافي من التقدير الاجتماعي يقلل من رضاها عن العمل.

التحقق من نتائج الفرض الثاني :

ينص الفرض الثاني على أنَّه " **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي لدى معلمات التربية الفكرية**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم حساب قيم معاملات ارتباط بيرسون (Pearson) بين أبعاد كل من المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي، والجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول رقم (٨)

معاملات الارتباط بين الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي

الرضا المهني المنخفض	الاحتراق النفسي			
	الاجهاد	تبلد المشاعر	انخفاض الانجاز	الدرجة الكلية للاحتراق النفسي
طبيعة العمل	٠,٩٧٦**	٠,٨٨٣**	٠,٨٦٥**	٠,٩٦٣**
العائد المادي	٠,٨١٠**	٠,٧١٤**	٠,٧٠٦**	٠,٧٨٨**
النمو والترقي	٠,٨٩٦**	٠,٨١٠**	٠,٨٠٣**	٠,٨٨٧**
العلاقة مع الزملاء والرؤساء	٠,٥٥٢**	٠,٤٦٧**	٠,٤٥٨**	٠,٥٢١**
الدرجة الكلية للرضا المهني	٠,٨٩٢**	٠,٧٨٩**	٠,٧٧٨**	٠,٨٦٩**

يتضح من جدول رقم (٨) وجود علاقة ارتباطية طردية بين الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض وأبعادها الفرعية ، ومستوى الاحتراق النفسي بأبعاده الفرعية. ويتضح ذلك كما يلي:-

توجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن طبيعة العمل كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٩٧٦**، ٠,٨٨٣**، ٠,٨٦٥**) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن بُعد طبيعة العمل كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٩٦٣**) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن العائد المادي كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٨١٠**، ٠,٧١٤**،٠,٧٠٦**) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن العائد المادي كأحد أبعاد مقياس مقياس الرضا المهني وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٧٨٨**) .

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن النمو والترقي كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٨٩٦**، ٠,٨١٠**،٠,٨٠٣**) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن النمو والترقي كأحد أبعاد مقياس مقياس الرضا المهني وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٨٧**) وهما قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء كأحد أبعاد مقياس مقياس الرضا المهني وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٥٥٢**، ٠,٤٦٧**، ٠,٤٥٨**) وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين انخفاض الرضا عن العلاقة مع الرؤساء والزملاء كأحد أبعاد مقياس الرضا المهني وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٥٢١**) وهي قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين مستوي الرضا المهني المنخفض وبين كل من الاجهاد النفسي، وتبلد المشاعر، انخفاض مستوى الانجاز كأحد أبعاد مقياس الاحتراق النفسي. حيث بلغت قيم معاملات الارتباط (٠,٨٩٢**،٠,٧٨٩**،٠,٧٧٨**)، وجميعها قيم مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١. وتوجد علاقة ارتباطية طردية بين مستوي الرضا المهني المنخفض وبين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي. حيث بلغ معامل ارتباطهما (٠,٨٦٩**) وهي قيمة مرتفعة ودالة عند مستوى معنوية ٠,٠١.

مناقشة نتائج الفرض الثاني:

ويتضح لنا من الجدول رقم (٨) وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الرضا المهني المنخفض والاحتراق النفسي لدى معلمات التربية الفكرية عند مستوي (٠,٠١). وهذا يعني أنه اذا انخفض مستوي الرضا المهني لديهن ، زاد احتمالية معاناة المعلمات من الاحتراق النفسي . وبهذا تتفق الدراسة الحالية مع دراسة (stassemier,1992)، دراسة (Ewa konert,1997) ، دراسة (plrsidou&Agaliotis,2008)، ودراسة (williams,2014)، دراسة (Mathew,2013) التي اكدت جميعها علي العلاقة الإرتباطية بين مستوي الرضا المهني المنخفض لدي معلمات التربية الفكرية والتعرض الاحتراق النفسي في حين أقرت نتائج دراسة كلا من (Sung ,2000), (Hahrami,2014) بإرتفاع مستوي الرضا المهني لمعلمي التربية الخاصة، ودراسة (Mohamed (Louis Strydom,2012), Abushaira,2012) اللاتا أقرتا بتمتع المعلمين مستوي متوسط من الرضا المهني والاحتراق النفسي .

مما لاشك فيه ؛ أن معلمة التربية الفكرية تحاول جاهدة القيام بمهام العمل علي نحو جيد وبذل الجهد ونيل رضا الإدارة ، ولكن عندما لا تلقي المعلمة التقدير الكافي علي المستويين المادي والمعنوي، وتغيب المساندة الإدارية بما يتناسب مع الجهد المبذول ، فتشعر المعلمة بالإحباط . و في هذه الحال ؛ تقع المعلمة تحت تأثير العديد من الضغوط مما يؤثر سلباً علي مقدار العطاء ، وتدني الروح المعنوية لديها، وعدم التوافق والاندماج في بيئة العمل . فالرضا المهني لا يقل اهمية في تاثيره عن المواقف الضاغطة التي تمر بها معلمة التربية الفكرية . فالرضا المهني من اهم المشكلات التي تشغل بالعلماء النفس بالوقت الحاضر ، نظرا لان الرضا المهني تنعكس آثاره علي كفائته ومدي إخلاصه في عملية التدريس . ويعتبر الرضا المهني محصلة للعديد من الخبرات الإيجابية والسلبية المرتبطة بالعمل ومن تقدير الفرد للعمل وإدارته ومن مدي النجاح الشخصي أو الفشل في تحقيق الأهداف الشخصية للحياة .

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين انخفاض الرضا عن طبيعة العمل وجميع مكونات الاحتراق النفسي . وهذا يعني ان طبيعة العمل مع فئة الطلاب ذوي الاعاقة العقلية يودي إلي شعور المعلمة بالاجهاد الانفعالي ، كما يؤثر علي أدائها بالعمل. فقد أكدت الدراسة الحالية أن العمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية يؤدي إلي انخفاض معدل انجازها بالعمل . وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Fumi takeda,takesmiyake,2001&ewa,1997) انه توجد علاقة بين انخفاض الرضا عن طبيعة العمل والدرجة الكلية للاحتراق النفسي.والتي اكدت ارتفاع معدلات الاحتراق النفسي لدي معلمي التربية الفكرية مقارنة بمعلمي فئات الاعاقات الاخري ، كما اتفقت الدراسة الحالية مع دراسة هلا محمد قداح (٢٠٠٧) ودراسة نظمي مصطفي (٢٠٠٩) والتي أكدتا علي العلاقة القوية بين انخفاض الرضا عن طبيعة العمل ومعاناتها من الضغوط النفسية والانهاك النفسي. وهذا يفسر أن طبيعة العمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية تجعل المعلمة تتصدي للكثير من المسؤليات داخل

المدرسة كالتعامل مع اولياء امور الطلاب ، ونقص الامكانيات للقيام بمهام عملها، ،وانخفاض تحصليهم رغم الجهد المبذول من قبلها ، علاوة علي طبيعة الخصائص والقدرات العقلية والنفسية والسلوكية واللغوية للطلاب ذاتهم ، والفروق الفردية بين الطلاب وكيفية التعامل، واعباء الادارية الملقاه علي كاهلها داخل وخارج المدرسة٠(الاشراف علي الرحلات) .. الخ التي قد تتطلب من المعلمة جهدا اكثر من معلمي الاعاقات الاخري ، وكذلك الصعوبات التي تواجهها في ضبط سلوكياتهم.. الخ؛ فهذا بدوره يؤدي إلي شعورها بالاحباط والنهك النفسي ، وانخفاض معدل أدائها.

وتوصلت نتائج الدراسة الحالية إلي وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوي (٠,٠١) بين مكونات الرضا المهني (العائد المادي- النمو والترقي المهني- العلاقة مع الروساء والزملاء) وجميع مكونات الاحتراق النفسي فيما عدا الاجهاد النفسي لدى معلمات التربية الفكرية عند مستويين (٠,٠١) . وهذا يفسر أن إنخفاض الراتب الذي تتقاضاه معلمة التربية الفكرية لا يتناسب مع متطلباتها الشخصية والأسرية كونها إمراة متزوجة وتعول. فضلا عن أن قلة فرص الترقي والنمو المهني لديهن ؛ كما أنها لا تتلقي التدريبات الكافية لمتابعة ما يستجد في مجال عملها ، والضغوط الملقاه عليهن من قبل الادارة ، وعدم تقدير الجهد المبذول من قبل الادارة وعدم التوزيع العادل للمهام ، كل هذا يعرضها لتبلد المشاعر ويؤثر سلبا علي مستوي ادئها بالعمل.

مناقشة الفرض الثالث:

ينص الفرض الرابع على أنه **" يمكن التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوى الرضا المهني المنخفض لدي معلمات التربية الفكرية ."** وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدم أسلوب تحليل الانحدار المتعدد المتدرج (Stepwise Regression)، وذلك بهدف تحديد مدى إسهام الاحتراق النفسي في التنبؤ بمستوى المواقف الحياتية الضاغطة والرضا المهني لدي معلمات التربية الفكرية في المراحل التعليمية الثلاث، وجاءت النتائج كما في الجداول (٩):

جدول رقم (٩)

التنبؤ بأعراض الإحتراق النفسي من خلال المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض

المتغير التابع (الاحتراق النفسي)	المتغير المستقل المواقف الحياتية الضاغطة والرضا المهني	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R^2	قيمة B	قيمة بيتا Beta	قيمة ف	قيمة (ت) ودلالتها	مستوى الدلالة	ثابت الانحدار
الإجهاد النفسي	طبيعة العمل	٠,٩٧٦	٠,٩٥٤	٠,٩٣٥	٠,٩٧٦	١١٩٠,٥٦٦	٣٤,٥٠٥**	٠,٠١	٤,١٨١
	ضغوط اقتصادية	٠,٨٧٤	٠,٧٦٣	٠,٩٠٣	٠,٨٧٤	١٨٧,٧٧١	١٣,٧٠٣**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للضغوط	٠,٩٠٣	٠,٨١٥	٠,٢٦١	٠,٩٠٣	٢٥٥,٤٨٧	١٥,٩٨٤**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض	٠,٨٩٢	٠,٧٩٦	٠,٢١٨	٠,٨٩٢	٢٥٥,٧٦٢	١٥,٠٢٥**	٠,٠١	
تبلد المشاعر	طبيعة العمل	٠,٨٨٣	٠,٧٧٩	٠,٨٦٣	٠,٨٨٣	٢٠٤,٩٤٣	١٤,٣١٦**	٠,٠١	٦,٣٥١
	ضغوط اقتصادية	٠,٨١٥	٠,٦٦٤	٠,٨٦٠	٠,٨١٥	١١٤,٩١٨	١٠,٧٢٠**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض	٠,٧٨٩	٠,٦٢٣	٠,١٩٧	٠,٧٨٩	٩٥,٩٦٣	٩,٧٩٦**	٠,٠١	
انخفاض الإنجاز الشخصي	طبيعة العمل	٠,٨٦٥	٠,٧٤٨	٠,٩٣٤	٠,٨٦٥	١٧١,٧٨٥	١٣,١٠٧**	٠,٠١	٤,٩٤٠
	ضغوط اقتصادية	٠,٧٣١	٠,٥٣٤	٠,٨٥٢	٠,٧٣١	٦٦,٤٦٣	٨,١٥٢**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض	٠,٧٧٨	٠,٦٠٥	٠,٢١٤	٠,٧٧٨	٨٨,٨١٦	٩,٤٢٤**	٠,٠١	
الدرجة الكلية للاحتراق النفسي	طبيعة العمل	٠,٩٦٣	٠,٩٢٧	٢,٧٣٢	٠,٩٦٣	٧٣٢,٥٣٠	٢٧,٠٦٥**	٠,٠١	١٥,٤٧٢
	ضغوط اقتصادية	٠,٨٥٤	٠,٧٢٩	٢,٦١٥	٠,٨٥٤	١٥٦,٠٢٥	١٢,٤٩١**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للضغوط	٠,٨٨٣	٠,٧٨٠	٠,٧٥٦	٠,٨٨٣	٢٠٥,٨٩٣	١٤,٣٤٩**	٠,٠١	
	الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض	٠,٨٦٩	٠,٧٥٥	٠,٦٢٩	٠,٨٦٩	١٧٨,٦٩٦	١٣,٣٦٨**	٠,٠١	

يتضح من الجدول السابق ما يلى:

أولاً: الإجهاد النفسي:

تُسهم طبيعة العمل، الضغوط الاقتصادية، الدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغطة، والدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض، بنسبة إسهام إيجابية دالة بلغت قيمتها (٠,٩٥٤)، (٠,٧٦٣)، (٠,٨١٥)، (٠,٧٩٦) على الترتيب في التنبؤ بمستوى الإجهاد النفسي لدي معلمات التربية الفكرية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار للتنبؤ على النحو التالي:

الإجهاد النفسي = ٠,٩٥٤ (طبيعة العمل) + ٠,٧٦٣ (الضغوط الأسرية) + ٠,٨١٥ (الدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغط) + ٠,٧٩٦ (الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض) + ٤,١٨١ (الثابت).

ثانياً: تبلد المشاعر:

تُسهم طبيعة العمل، الضغوط الاقتصادية، الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض بنسبة إسهام إيجابية دالة بلغت قيمتها (٠,٧٧٩)، (٠,٦٦٤)، (٠,٦٢٣) على الترتيب في التنبؤ بمستوى تبلد المشاعر لدي معلمات التربية الفكرية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار للتنبؤ على النحو التالي:

تبلد المشاعر = ٠,٧٧٩ (طبيعة العمل) + ٠,٦٦٤ (الضغوط الاقتصادية) + ٠,٦٢٣ (الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض) + ٦,٣٥١ (الثابت).

ثالثاً: انخفاض الانجاز الشخصي:

تُسهم طبيعة العمل، الضغوط الاقتصادية، والدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض، بنسبة إسهام إيجابية دالة بلغت قيمتها (٠,٧٤٨)، (٠,٥٣٤)، (٠,٦٠٥) على الترتيب في التنبؤ بمستوى انخفاض الانجاز الشخصي لدي معلمات التربية الفكرية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار للتنبؤ على النحو التالي:

انخفاض الانجاز الشخصي = ٠,٧٤٨ (طبيعة العمل) + ٠,٥٣٤ (الضغوط الاقتصادية) + ٠,٦٠٥ (الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض) + ٤,٩٤٠ (الثابت).

رابعاً: الدرجة الكلية للاحتراق النفسي:

تُسهم طبيعة العمل، والضغوط الاقتصادية والدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغطة، والدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض، بنسبة إسهام إيجابية دالة بلغت قيمتها (٠,٩٢٧)، (٠,٧٢٩)، (٠,٧٨٠)،

(٠,٧٥٥) على الترتيب في التنبؤ بمستوى الدرجة الكلية للاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية، ويمكن صياغة معادلة الانحدار للتنبؤ على النحو التالي:

الدرجة الكلية للاحتراق النفسي = ٠,٩٢٧ (طبيعة العمل) + ٠,٧٢٩ (الضغوط الاقتصادية) + ٠,٧٨٠ (الدرجة الكلية لالمواقف الحياتية الضاغطة) + ٠,٧٥٥ (الدرجة الكلية للرضا المهني المنخفض) + ١٥,٤٧٢ (الثابت).

مناقشة نتائج الفرض الثاني :

توصلت الدراسة الحالية إلي أن المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض ينبئان بالاحتراق النفسي ، ويمكن تفسير ذلك بأن معاناة المعلمة من المواقف الحياتية وانخفاض الرضا المهني يؤدى إلى شعورها بالاحتراق النفسي ،. فمما لاشك فيه أن انخفاض مستوي الرضا المهني والمعانة من الضغوط يؤثر سلبا علي الصحة النفسية (Mathew William ,2013).

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (williams,2014) ، (Mathew,2013) (Sandin,2006) حيث وجد ان المواقف الضاغطة تنبئ بتعرض الفرد للاضرابات الانفعالية وكان علي رأسها اضطرابات القلق ، والاكتئاب والوسواس . وتتفق أيضا الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Romano Timothy,2006) في أن المواقف الضاغطة منبئة بجميع مكونات الاحتراق النفسي .كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (plrsidou&Agaliots,2008) ,(wiliams,2014) . بينما تختلف الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (Ewa Konert,1997) والتي أشارت إلي أن الرضا المهني منبئ بالإحتراق النفسي علي مستوي إنخفاض الرضا عني الاجهاد الانفعالي والتبلد العاطفي فقط ؛ علي عكس الدراسة الحالية ؛ حيث أكدت ان الرضا المهني منبئ بجميع مكونات الاحتراق النفسي الثلاث.

كما توصلت الدراسة الحالية إلي أن المواقف الأقتصادية الضاغطة هي الأكثر إنبائاً بالإحتراق النفسي علي مستوي الدرجة الكلية ومستوي الأبعاد الثلاث(الإجهاد الإنفعالي وتبلد المشاعر ، وانخفاض الإنجاز)؛ وبهذا تختلف الدراسة الحالة عن دراسة (Remano,2017) في أن جميع انواع المواقف الحياتية الضاغطة التي تتعرض لها معلمة التربية الفكرية منبئة بجميع مكونات الإحتراق النفسي. وقد أشارت نتائج الدراسة الحالية إلي أن الضغوط الاقتصادية عامل منبئ بإنخفاض الإنجاز ، وهي نتيجة هامة للغاية ، ويفسر ذلك أن معلمة التربية الفكرية كونها إمراة عاملة متزوجة وتعول لديها الكثير من المتطلبات الاقتصادية الأمر الذي يمتد أثره إلي معدل إتقانها للعمل ، فضلاً عن أنها عامل منبئ بشعورها بالاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر.

وتؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي تتعرض لها المعلمة إلى إستنزاف جسمي وإنفعالي، وأهم مظاهره فقدان الإهتمام بالطلاب وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان

الإبتكارية. ويؤدي إفتقاد المعلمة إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة إحتمال وقوع المعلم فريسة للإحتراق النفسي وتعدد مصادر الضغوط المسببة للإحتراق النفسي للمعلم بين سلوك الطلاب، وعلاقة المعلمة بالموجه، وعلاقتها العملية بزملائها، والصراعات المدرسية، وعلاقة المعلمة بالإدارة، والأعباء الإدارية، وضيق الوقت، وغياب التفاهم بين المعلمة والإدارة، و المعلمة وأولياء الأمور .

وقد أشارت نتائج الدراسة الحالية إلي أن انخفاض الرضا المهني عامل منبئ بالاحتراق النفسي بجميع أبعاده الثلاث وبهذا تتفق الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (ناضر يمينة ،٢٠١٧) ، ودراسة (نظمي عودة ، ٢٠٠٩) التي اكدت ان طبيعة العمل جاءت علي رأس العوامل المنبئة بالاحتراق النفسي .

وتشير أيضا الدراسة الحالية إلي أن إنخفاض الرضا عن طبيعة العمل مع ذوي الإعاقة الفكرية ينبئ بالاحتراق النفسي لدي المعلمات . ومما لا شك فيه أن العمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية عمل شاق ؛ حيث يعد كل معاق حالة مختلفة عن الحالات الاخري تتطلب إعداد خطة تربوية فردية وإختيار الأساليب المناسبة للتدريس فضلا عن الخصائص العقلية والنفسية والسلوكية لهذه الفئة من الإعاقة ، وإنخفاض مستوي التحصيل لهذ الفئة ؛ الامر الذي يتطلب من المعلمة بذل الكثير من الجهد . وينعكس ذلك سلبا عليها مما يولد لديها الشعور بالاحباط مما يعرضها للاجهاد الانفعالي ، فضلا عن انخفاض انجازها ومعدل عطائها بالعمل. وإن إنخفاض الرضا المهني عن العلاقة مع الزملاء والرؤساء ، وفرص النمو والترقي منبئان بالاحتراق النفسي علي مستوي إنخفاض الإنجاز . فبيئة العمل الموترة المليئة بالمشاحانات وعدم التوافق تؤثر حتما علي أي مؤسسة والعاملين بها ، فعدم وجود نظام عادل للترقي ، وعدم تشجيع المعلمة علي تنمية نفسها مهنياً سواء بالدراسات العليا في مجال الإعاقة الفكرية أو الحصول علي دورات تدريبية من قبل الإدارة يصيبها بالإحباط ومن ثم يوثر سلباً علي دافعيتها نحو العمل ، وبهذا تختلف نتائج الدراسة الحالية عن نتائج دراسة (خولة يحيي ورنا حامد ،٢٠٠١).

ويتضح من العرض السابق أن كلا من المواقف الحياتية الضاغطة ومستوي الرضا المهني المنخفض عاملان منبئان بالإحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية .كما يتضح أن المواقف الحياتية الإقتصادية الضاغطة هي الأكثر إنبائاً بتعرض المعلمة التربية الفكرية للإحتراق النفسي ، فضلا عن أن انخفاض الرضا عن طبيعة العمل مع الطلاب ذوي الإعاقة الفكرية هي أكثر إنبائا بالاحتراق النفسي لديهن.

ثالثاً : توصيـــــات الدراسة:

في ضوء النتائج السابقة يمكن تقديم بعض التوصيات التالية ما يلي :

- الاهتمام بتطبيق مقياس الثبات الانفعالي وإدارة الضغوط لدي الطلاب المقيدين بقسم الإعاقة العقلية بكليات علوم ذوي الاحتياجات الخاصة ، وعلوم الاعاقة وأقسام التربية الخاصة التابعة لكليات التربية.

- دعم مدارس التربية الفكرية بمزيد من المعلمين؛ومحاولة تخفيف الأعباء والمهام الموكولة للمعلمين التربية الفكرية حفاظاً علي جودة العمليه التعليميه والرضا المهني للمعلمات.
- تشكيل لجان خاصة للنظر في شكاوي المعلمات والتقارير السنوية للتعرف علي الضغوط التي يواجهونها.
- تحسين مناخ العمل من خلال تمتع الادارة بالأسلوب الديمقراطي العادل ضماناً لفرص ترقي عادلة وبيئة خالية من التوتر والمشاحانات.
- الاهتمام بالنمو المهني للمعلمات من خلال اقامة دورات وندوات للتدريب علي استراتيجيات إدارة الضغوط لدي معلمات التربية الفكرية، وكذلك الدورات التدريبية المتخصصة والمتطورة للعمل مع الطلاب ذوي الاعاقة الفكرية.
- وجود مناخ تنظيمي يشجع علي التعاون بين إدارة المدرسة ومعلمات التربية الفكرية.
- تطوير بيئة العمل بمدارس التربية الفكرية من أجل تقديم خدمة تعليمية وارشادية أفضل لهذه الفئة وضمانا لرفع الرضا المهني للمعلمات.

رابعاً:البحوث المقترحة:

علي ضوء النتائج السابقة يمكن تقديم البحوث المقترحة التالية:

- دراسة العلاقة التفاعليه بين الرضا الوظيفي ، وضغوط العمل، والاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.
- دراسة العلاقة بين عادات العقل والرضا الوظيفي لدي معلمات التربية الفكرية.
- فاعلية برنامج قائم علي عادات العقل في خفض الاحتراق النفسي لدي معلمات التربية الفكرية.

المراجـــع العربيـــة

١.	أسماء عبد العزيز (٢٠٠٢) . المدخل الميسر إلي الصحة النفسية والعلاج النفسي ، دار عالم الكتاب، السعودية.
٢.	اياد محمد يحيي، انور قاسم (٢٠٠٧). الاحتراق النفسى لدى معلمات الصفوف الخاصة،مجلة أبحاث كلية التربية الاساسية بجامعة الموصل، ٥(٢)،٣٠١-٣٨٥.
٣.	إيناس عبد الفتاح أحمد ، محمد محمود نجيب الصبوة (٢٠٠٣). ضغوط الحياة وعلاقتها بالاعراض السيكوباتية وبعض خصال الشخصية لدي طلاب الجامعة ، دراسة كشفية ، مجلة الدراسات النفسية، ١٢ (٣)، القاهرة.
٤.	باسم رسول كريم الدهام (٢٠١٢) .الاحداث الضاغطة وعلاقتها بفاعلية الذات لدي طلا المرحلة الاعدادية ، الاستاذ، (٢٠٣)، ٨٧٤-٩٠٥
٥.	بلال محمد أمين منكوش(٢٠١١).فعالية برنامج إرشادي سهيكي معرفي في خفط حدة الأحداث الضاغطة ندي طلاب الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة غزة.
٦.	بندر العتيبي (٢٠٠٥).الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في معاهد التربية الفكرية "دراسة مقارنة".مجلة كلية تربية عين شمس،(١٢٩)،١-٣٠.
٧.	تهاني محمد عثمان(٢٠٠٤).فاعلية برنامج ارشادي لتلبية بعض حاجات معلمي التربية الفكرية .بحث مقدمإلي المؤتمر السنوي الحادي عشر حول الشباب من أجل مستقبل أفضل. جامعة عين شمس،مركز الارشاد النفسي ،١/١٢-٢
٨.	جمال عطية خليل(٢٠٠٥).دراسة لبعض المتغيرات المرتبطة بالعمل لدي معلمي التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة والعاديين ، مؤتمر الارشاد النفسي (١٢) ، الارشاد النفسي من اجل التنمية في عصر المعلومات ، جامعة عين شمس،٨٣٥،٢-٨٩٣
٩.	جهاد رمضان(١٩٩٩).ظاهرة الاحتراق النفسي واستراتيجيات التكيف لدي العاملين في وزارة السلطة الوطنية الفلسطينية، رسالة ماجستير ، جامعة النجاح الوطنية، نابلس ، فلسطين.
١٠.	خالد بن زيدان بن سليمان (٢٠١٤).الرضا الوظيفي وعلاقته بفاعلية الذات لدي عينة من معلمي التربية الخاصة بمراحل التعليم العام بمنطقة حائل ، رسالة ماجستير، كلية التربية ، جامعة ام القري
١١.	خلف احمد مبارك (١٩٩٩). التوافق المهني وعلاقته بسمه القلق والاحتراق النفسي لدي معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة " دراسة ميدانيه "، المجلة التربوية لكليه التربية بسوهاج ، (١٤) ، ٣٤١-٣٨٧
١٢.	خولة يحيي (١٩٩٤) . مدي الرضا الوظيفي عند المعلمات العاملات في راكز الاعاقة العقلية في مدينة عمان ، دراسات العلوم الانسانية ، ٢١(٣)، ١٣٩-١٦٩.
١٣.	خولة يحيي ورنا حامد (٢٠٠١) . مصادر الاحتراق النفسي لدي معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن ، مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر، ١٠(٢٠)، ٩٧-١٢٤.
١٤.	زينب حباوي الخفاجي و هناء عبد النبي (٢٠١١) .أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بدافعية الانجاز وفاعلية الذات لدي المراة العاملة في بعض دوائر الدولة في محافظة البصرة، (٣٦)، ع(١٩، ١٥٣-١٧٩

١٥.	زينب شقير (١٩٩٨). الحواجز النفسية وصورة الجسم والتخطيط للمستقبل لدى عينة من ذوي الاضطرابات السوماتوسيكلوجية "دراسة كلينيكية متعمقة لذوى التشوهات ومرضى روماتيزم القلب"، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٨ (١٩)، ١٨١- ٢٣٣.
١٦.	سامي نصحي سعيد اسكندر(٢٠١٥) ضغوط العمل وعلاقتها بالاعراض النفس جسمية والرضا عن الحياة لدي عينة من معلمي التربية الفكرية : دراسة سيكومترية كلينيكية، المجلة التربوية ، كلية التربية ، جامعة سوهاج، ٣٩، ٤١٩-٤٢٠
١٧.	سعد محمد السطوحي& هاني عبد الحفيظ(٢٠١٤). الخصائص السيكومترية لمقياس الرضا النفسي والمهني لدي معلمي التربية الفكرية ، مجلة الارشاد النفسي لكلية التربية، (٣٩)، ٧٩٩-٨٣٢
١٨.	سلمي محمد الحسن (٢٠١٥) .الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي الإعاقة العقلية العاملات بمراكز التربية الخاصة بمدينة أمدرمان ، رساله ماجستير، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، كليه التربية.
١٩.	السيد محمد محمد فرحات(٢٠٠٣). الضغوط النفسية لدي معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالرضا عن العمل ، مجلة كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، ع(٤٤)، ٢٧٣-٣٥٠.
٢٠.	سيد أحمد البهاص، محمد عبد الظاهر الطيب(٢٠٠٩)الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي، ط١. مكتبة النهضة المصرية، القاهرة
٢١.	عبد الرحمن الطريري (١٩٩٤). الضغط النفسي: مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته، شركة الصفحات الذهبية، السعودية.
٢٢.	عبد الرحمن سليمان & محمد السيد (٢٠١٠). الاحتراق النفسي وعلاقته بترك المهنة لدي معلمي تلاميذ ذوي الاعاقة العقلية . مجلة كلية التربية- جامعة عين شمس ، (٢)، ٩-١٠٢
٢٣.	عبد الله سحمي السبيعي (٢٠١٤) . الرضا الوظيفي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدي معلمي التربية الخاصة بمدينة الرياض. رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية ، السعودية.
٢٤.	عصمت صابر عبد اللاه أحمد (٢٠٠٠).صراع الادوار وعلاقته بالإحتراق النفسي لدي معلمي التربية الفكرية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية، جامعة اسيوط.
٢٥.	علي عسكر(٢٠٠٣).ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. الكويت: دار الكتاب الحديث.
٢٦.	عمار فريحات & وائل الربضي(٢٠١٠). مستويات الغحتراق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال محافظة عجلون.مجلة جامعة النجاح للابحاث العلوم الإنسانية، ٢٤(٥)،١٥٥٩-١٥٨٦
٢٧.	عمر الخرابشة ، أحمد عربيات(٢٠٠٥).الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم.مجلة جامعة أم القرى،١٧(٢).
٢٨.	مالك احمد الرشدان (١٩٩٥). الاحتراق النفسي لدي اعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات،رسالة ماجستير غير منشورة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك،الاردن.
٢٩.	محمد رفقي محمد فتحي (١٩٩٥) . التوافق المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدي معلمات الرياض ، المجلة التربوية ،جامعة الكويت، ج(٩)، ع (٣٣)، ١٦١-١١٧٩
٣٠.	مصطفي سويف (١٩٧٠) . الأسس النفسية للتكامل الاجتماعي :دراسة إرتقائية تحليلية، القاهرة : دار المعارف.

٣١.	مصطفي منصوري (٢٠١٠).الضغوط النفسية والمدرسية واساليب مواجهتها.الجزائر: دا قرطبة.
٣٢.	منار مصطفي& احمد الشريفي& رامي طشطوش(٢٠١٤). الاحداث الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة ، والعلاقة بينهما لدي طلبة جامعةإليرموك في الاردن ، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات ،٣٤(٢) ، ٢٠٥- ٢٤٩.
٣٣.	ناضر يمينة (٢٠١٧). دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي المهني عند مربي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة "تطبيق مقياس ماسلاش ، مجلة المنارة ، الجزائر ، ٢(١).
٣٤.	ناهد مسعود (٢٠١٤). أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمستوي الاضطراب النفسي الجسدي (السيكوسوماتي) دراسة ميدانية علي عينة من المرضي المراجعين لمستشفي الامراض الجلدية والزهرية، مجلة دمشق ، جامعة دمشق، ٣٠ (٢)، ٢٣٦-٢٨٠
٣٥.	نايف بن عابد بن ابراهيم الزارع &احمد فتحي العلي(٢٠١١) . الرضا الوظيفي وعلاقته بضغوط مهنة التدريس والاحتراق النفسي والاكتئاب لدي معلمي الطلاب ذوي الاعاقة العقلية في مصر والسعودية في ضوء متغيري السن ، والخبرة . دراسات تربوية ونفسية – مجلة كلية التربية بالزقازيق ، ٧١ . ٩١-١١٧
٣٦.	نايف بن محمد الحربي(٢٠١٠). الرضا المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي في ضوء عدد من المتغيرات لدي عينة من المعلمين والمعلمات بالمدينة المنورة ومحافظة ينبع البحر، اللقاء السنوي الخمس عشر لتطوير التعليم : رؤي ونماذج ومتطلبات ، الجمعية السعودية للعلوم التربوية ،السعودية ، الرياض، ٤١٠-٤٦٢
٣٧.	نبيل علي سليمان & مريم عيسي الشيراوي (٢٠١٤) الاحتراق النفسي وعلاقته بالدافعية نحو العمل لدي معلمي التربية الفكرية والعادية في الكويت ،كلية الدراسات العليا ، جامعة الخليج العربي، رسالة ماجستير
٣٨.	نظمي عودة أبو مصطفى & ديبه موسى الزين (٢٠٠٩). مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة (دراسة ميدانية على عينة من معلمي الأطفال المعوقين في مؤسسات التربية الخاصة، بمحافظات غزة)، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) ،١٧(٢)،٣٠٣ - ٣٤٧ .
٣٩.	هلا محمد رمزي قداح (٢٠٠٧). الضغوط النفسي لدى معلمي الأفراد التوحديين وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، كليه الدراسات العليا، الجامعة الاردنية.
٤٠.	هيام صابر صادق شاهين (٢٠١٢) ، مدي اسهام كل من الذكاء الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة في التنبؤ بالحكمة لدي معلمي مدارس التربية الفكرية، مجلة العلوم النفسية والتربوية، جامعة البحرين كلية التربية،١٣(٣)،٤٩٥-٥٣٠
٤١.	وجيدة محمد نصار حماد (٢٠١١). احداث الحياة الضاغطة لدي ربة الاسرة وعلاقتها باحداث الحياة الضاغطة لدي ربة الاسرة وعلاقتها بادارة بعض الموارد الاسرية ، المؤتمر السنوي السادس عشر للارشاد النفسي" الارشاد النفسي وارادة التغيير- مصر إنخفاض الرضا عن ثورة يناير"، مجلة الدراسات النفسية، القاهرة ،١٢ (٣) ، ٣٦٩-٤٠٩.

المراجـــع الأجنبيـــــة

42.	Anne Curran(2017). Burnout: special education teachers experiences with career demands,PHD,college of professional studied,Nourtheastern university,Boston, Massachusette.
43.	Bandura, Albert *(1987)*. Pensamiento y acción: Fundamentos sociales. *Barcelona, Spain: Martínez Roca.*
44.	Bandura, Albert (1986). Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
45.	Brightwell, M., (1986) Factors involved in Burnout among west Virginia Teachers of exceptional children. Diss-Abs-Inte, 46, (11-A), 3200-3201.
46.	Cummings, E, A., (1994) Stress and job satisfaction among special education teachers in urban Districts in Texas. Diss-Abst-Inter, 55- 09A, 2790.
47.	DuBrin, A.J. (1991).Comparison of the job satisfaction and productivity of tele-commuters versus in-house employees: A research note on work in progress', Psychological Reports, vol 68, pp. 1223–1234
48.	Ewa Konert,(1997).The relation among middle-school teacher burnout,stress,job satisfaction ,and coping, PHD Dissertation , Graduate School of Wayne State University,
49.	Takeda ,F. , Yokoma ,E., & nozaki,S. (2001). Relationship between Burnout and Occupational Factors in Staff of Facilities for Mentally Retarded Children, Journal of Occupational Health , 43, 173–179
50.	Jahrami,H., Al Ansari,A. (2014).job satisfaction of staff working with individuals with disabilities in two different settings,Bahrain Medical Bulltein,36(2).
51.	Kalassen ,R.M.& Chui. M.(2010).effect on teachers self efficiency and job satisfaction : teacher gender,years of experience and job stress,Journal of Educational Psychology, 102(3),741.
52.	Lan-Ping Lin, Jin-Ding Lin(2013).Job burnout amongst the institutional caregivers working with individuals with intellectual and developmental disabilities: Utilization of the Chinese version of the Copenhagen Burnout Inventory survey, Research in Autism Spectrum Disorders, n(7) , 777–784
53.	Lazarus, R.S. (1993) From Psychological Stress to the Emotions.Annu. rev. Psychol.,44,1-21.

54.	Louise strydom,nico, roelf beukers, karel esterhuyse (2012). Job satisfaction amongst teachers at special needs schools, South African Journal of Education , (32),255-266.
55.	Lourdes Rey, Natalio Extremera, & Mario Pena, (2016).Emotional competence relating to perceived stress and burnout in Spanish teachers: a mediator model.peer- reviewed and open acess journal,4.
56.	Luckner, J, & Hanks, J., (2003): Job satisfaction: Perceptions of a National sample of Teachers of students Who are Deaf or Hard of Hearing. American Annals of the Deaf. 1.5-17.
57.	Maria Platsidou, Ioannis Agaliotis(2008). Burnout, Job Satisfaction and Instructional Assignment-related Sources of Stress in Greek Special Education Teachers, International Journal of Disability, Development and Education 55(1), 61–76
58.	Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). MBI: Maslach burnout inventory. Manual. Palo Alto, CA: University of California, Consulting Psychologists Press.
59.	Maslash,C.& Leiter M.P(2008).Early predictors of Job burnout and engagement .Journal of applied Psychology,93(3),448.
60.	Mathew k. et al (2013). Job satisfaction and burnout and their impact at psychological health among special education teacher ,psychological health journal ,vol (41),n(2),137-155
61.	Mebrenger,R.L(2013) Red tab and freen teacher :The impact of paperwork on novice special education teachers, International Journal of Special Education,28(1),80-87
62.	Mohammed Abushaira(2012).Job satisfaction amongspecial education teachers in jordan, international interdisciplinary journal of education,1(3).
63.	Naser Hoboubi, Alireza Choobineh, Fatemeh Kamari Ghanavati, Sareh Keshavarzi, Ali Akbar Hosseini (2017).The Impact of Job Stress and Job Satisfaction on Workforce Productivity in an Iranian Petrochemical Industry Safety and Health at Work, V(8), n(1), (67-71).
64.	Platisidou, M.& Agaliotis,I.(2008).Burn out , job satisfaction and instructional assignment – related sources of stress in Greek special education teacher . International journal of disability , Development and education ,vol(55),n(1),61-76.
65.	Punam E.(2016). Occupational Stress, Burnout, Job Satisfaction, Quality of life among Ward Attendants Working in General and Psychiatric Hospital: A Comparative Study",master dissertation, Central Institute of Psychiatry,

	Ranchi university.
66.	Raskin, N.J. & Rogers, C.R.(1988) Person centered therapy. In R. Corsini (Ed) Current psychotherapies (4th ed) Itasco: I II: Reacock publishing Company.
67.	Robert Wood & Albert Bandura(1989). Impact of Conceptions of Ability on Self-Regulatory Mechanisms and Complex Decision Making,American Psychological Association,Inc.(56), (3),407-415
68.	Romano T. (2016) . Special and General Education Teachers' Perceptions of School Reform Initiatives: Relationship to Stress and Burnout,phd dissertation, Barry University.
69.	Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy Scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), Measures in Health Psychology: A User's Portfolio. Causal and Control Beliefs ,(35-37).
70.	Skaalvik,E.M.& Skaalvik,S.(2010). Teacher self efficiency and teacher burn out: A study of relations .Teaching and teacher education,26(4),1059-1069.
71.	Steinhardt,M.A.,Smith Taggarsis, E.,Faulk,K.,E.& Gloria, E.,T.(2011). Chronic work stress and depressive symptoms : Assessing the mediating role of teacher burnout Stress& Health ,27(5),420-429.
72.	Stempien, L, R; & loeb, R., (2002) Differences in Job satisfaction between General Education teachers and special Education Teachers: Implications for Retention. Remedial and Special Education, 23,5,258-67.
73.	Wall,T.D.,Clegg,C.W. & Jackson, P.R. (1978) An evaluation of the job characteristics model. Journal of occupational psychology. 51,183-96.
74.	Williams,B.,(2014).A correlation analysis of burnout and job satisfaction among special education teachers. University of phoenix.
75.	Wood, R., & Bandura, A. (1989). Social cognitive theory of organizational management. Academy of Management Review, 14, 361-384.
76.	Boujut E., Popa-Roch M., Palomares E., Dean A., Cappe E.(2017). Self-efficacy and burnout in teachers of students with autism spectrum disorder Research in Autism Spectrum Disorders, 36,8-20.
77.	Capone V., Joshanloo M., Sang-Ah Park M.(2019) . Burnout, depression, efficacy beliefs, and work-related variables among school teachers,International Journal of Educational Research, 95, 97-108