الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية

Psychological Burnout among Female Kindergarten Teachers in the light of Some Demographic Variables

بحث مقدم ضمن متطلبات الحصول على

درجة الدكتوراه في التربية

(تخصص صحة نفسية)

من الباحثة

إلهام أحمد عبد الفتاح عبد البصير

إشراف

أ.م.د عزة خضري عبد الحميد

أستاذ الصحة النفسية المساعد

كلية التربية – جامعة حلوان

أ.د. أحمد علي بديوي

أستاذ الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة حلوان

مستخلص البحث

هدف البحث إلى التعرف على مستوى (مدى انتشار) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وكذلك الكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي لديهن على مقياس الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاجتماعية، الخبرة التدريسية، والعمر الزمني)، وذلك بتطبيق مقياس الاحتراق النفسي من أعداد ماسلاش على عينة البحث التي كان قوامها تكونت من (50) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وقد تراوحت أعمارهن الزمنية ما بين (22 – 44) سنة، بمتوسط عمري (30.06) سنة وانحراف معياري (6.416).

وقد أسفرت نتائج البحث عن عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين المعلمات المتزوجات وغير المتزوجات في الاحتراق النفسي، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وبعدي (الانهاك العاطفي – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، في حين أشارت النتائج أيضًا إلى وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى 0.05 بين متوسطات درجات المعلمات في بعد تبلد المشاعر تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، وأخيراً عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الانهاك العاطفي – تبلد المشاعر – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى للعمر الزمني (24 سنة فأقل، 25 إلى 34 سنة، 35 سنة فأكثر).

Abstract

The research aimed to identify the level (expansion rate) of psychological burnout among female kindergarten teachers and to reveal the psychological burnout on its scale in the light of some demographic dimensions (marital status teaching years of experience – age).

The research sample consisted of (50) female kindergarten teachers at the age of (22- 40) years with an average age of (30.06) years and a sample standard deviation of (6.416).

The researcher used the scale of Psychological Burnout prepared by Christina Maslach.

The results of the study did not show any statistically significant correlation between single and married female kindergarten teachers on the scale of psychological burnout. also no statistically significant difference were detected between the average scores of the female teachers in the total score of the psychological burnout scale and two of its dimensions (emotional exhaustion and diminished sense of personal accomplishment) due to the level of teaching experience (low – average – high).

However. the results showed a statistically significant differences at the level of 0.05between the female teachers' average scores in the dimensions of (depersonalization due to the level of teaching experience (low- average – high). And finally. the results did not show ny statistically significant differences between the average scores of the teachers on the scale of psychological burnout and its sub- dimensions (emotional exhaustion- depersonalization- and diminished

sense of personal accomplishment) due to age (24 years and below – 25:35 years – and 35 years and above)

Key Words: Psychological Burnout – Female Kindergarten Teachers – Demographic Variables.

مدخل إلى البحث

مما لا شك فيه أن العمل مع الأطفال وتدريسهم من الأعمال الهامة ذات الأثر العظيم والرسالة السامية إلا أنه يتسم بصعوبته كذلك وهو ما يجعل من يقوم بتدريس الطفل في هذه المرحلة العمرية المبكرة –وهي المهمة التي تضطلع بها غالباً النساء (معلمة رياض الأطفال) نظراً لطبيعة احتياجات ذلك السن الذي يشبه في مسؤولياته ومهامه دور الأم في حياة طفلها، فمعلمة رياض الأطفال لا تكون مسؤولة فقط عن تقديم المحتوى الأكاديمي للطفل بل هي مسؤولة كذلك عن تحقيق كافة جوانب التنمية الشاملة في شخصيته على جميع المستويات العقلية والنفسية والجسدية والانفعالية، بعبارة أخرى فمعلمة رياض الأطفال لا يقتصر دورها على أن تكون بديلة للأم طوال ساعات تواجد الطفل في المدرسة بل يزيد على ذلك كونها مربية للطفل ومساعدة له في اكتساب كافة الخبرات التي تساعده على تحقيق أفضل مستويات التوافق النفسي.

ولذا فإن معلمة رياض الأطفال تعد الجوهر الأساسي في العملية التربوية والرسالة الأكاديمية المنوطة بالمدرسة التي يلتحق بها الطفل، وهو ما يستلزم بالضرورة أهمية اتصاف معلمة الروضة بعدة سمات يأتي على رأسها استمتاعها بالعمل الذي تقوم به مما يضمن لها الوصول لأقصى درجات الأداء، إلا أن هذا الدور يتسم بالصعوبة والشمولية والتعددية وهو ما قد يعرّض معلمة رياض الأطفال لبعض الضغوط النفسية التي قد تصل بها إلى حد الاحتراق النفسي خاصة إذا ارتبط ذلك الشعور بعدد من المتغيرات الديموجرافية مثل العمروعدد سنوات الخبرة التدريسية وكذلك الحالة الاجتماعية لمعلمة رياض الأطفال.

وفي هذا الإطار تسهم المتغيرات الوظيفية والاجتماعية في خفض مستوى الاحتراق النفسي للمعلم وتحقق رضاه الوظيفي ويتم ذلك من خلال التفاعل بين الخصائص الشخصية للمعلم والبيئة التعليمية التي تحدد سلوكه نحو المؤسسة، وقد دعمت عدداً

من الدراسات هذا المنحنى حين انتهت نتائجها إلى أن هناك عدة عوامل تسهم في التنبؤ برضا المعلم الذي يؤدي إلى عدم شعوره بالاحتراق النفسي، أهمها: الدعم والتعزيز والمساندة التي يتلقاها من إدرة المدرسة ومن زملائه كذلك، وكذلك فعالية الذات، جودة العوامل المتعلقة بالمناخ الأكاديمي وتشمل: ظروف العمل للمعلمين، الروح المعنوية، الإحساس بالمكانة في المجتمع، العلاقات السائدة بين المعلمين،علاقة المعلمين بأولياء أمور التلاميذ، البنية التنظيمية، أسلوب القيادة الديمقراطية، الرضا بالعائد المادي والترقية، المشاركة في اتخاذ القرارات المدرسية، موقع المدرسة ومستواها. ويمكن القول إنه كلما زاد تدخل المعلم في إعداد المنهج كلما زاد التزامه وإخلاصه واقتناعه بمهنة التدريس وزاد تحكمه بنفسه، وكلما كان الجو العام في البيئة المدرسية مريحاً، كلما قل معدل الاحتراق النفسي وارتفع مستوى الرضا الوظيفي. وعلى النقيض فهناك مغيرات تسهم في زيادة مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين خاصة معلمات الروضة كالخبرة التدريسية، والعمر وتوفر المواد التعليمية ووجود مساعد للمعلم، وكذلك حالته الاجتماعية. (Hung& Waxman. 50:2009)

ومن هذا المنطلق تأتي أهمية الدراسة الحالية التي تهدف إلى فحص الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ألا وهي (الحالة الاجتماعية، مستوى الخبرة، العمر الزمني).

مشكلة البحث:

تعتبر معلمة الروضة أهم عناصر العملية التربوية إذ تعد بمثابة الوسيط بين الأطفال وبين ما يجب أن يقدم لهم من معلومات وخبرات ومهارات، لذلك فإن تمتعها بقدر عال ومتوازن من الصحة النفسية والبدنية يعد أمراً هاماً من أجل الوصول إلى الهدف المنشود والمرجو. وقد تعاني معلمة الروضة من بعض المشكلات المرتبطة بمهنة التدريس بصفة عامة وتدريس الأطفال بصفة خاصة مثل تعدد الأدوار المنوطة بها، وازدياد حجم العمل، وكذلك عدد الأطفال في بعض المدارسة خاصة الحكومية منها، إضافة إلى انخفاض العائد المادي، وهو ما قد يصاحبه معاناة معلمة الروضة من بعض التأثيرات السلبية في

اتجاهاتها وعلاقتها داخل وخارج المدرسة أي على المستويين المهني والشخصي، مما يؤثر على قدرتها على العمل والأداء، فنجدها تشعر دائماً باستنفاذ الجهد، والتعب والإرهاق النفسي والبدني والذي يؤدي بدوره إلى الاحتراق النفسي.

وبناءً على ما سبق فإن مشكلة الدراسة تثير مجموعة من التساؤلات على النحو التالي:

1. ما مستوى (مدى انتشار) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
2. ما هي طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاجتماعية– مستوى الخبرة – العمر الزمني)؟

ومن هذا السؤال تتفرع عدة أسئلة:

1. هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين متوسطي درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً للحالة الاجتماعية؟
2. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً لمستوى الخبرة؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً للعمر الزمني؟

أهداف البحث:

1. التعرف على مستوى (مدى انتشار) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
2. الكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً للحالة الاجتماعية.
3. الكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً لمستوى الخبرة التدريسية.
4. الكشف عن الفروق في الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي تبعاً تبعاً للعمر الزمني.

أهمية البحث:

ترتكز أهمية الدراسة الحالية على النقاط الآتية:

الأهمية النظرية:

1. أهمية المرحلة العمرية موضع الدراسة – وهي الطفولة المبكرة – حيث تعد أساس النمو الإنساني والتي يمتد أثرها مدى الحياة، حيث تشكل أهم مراحل نمو الطفل وتطور قدرته على التعلم والتحصيل في فترة قصيرة نسبيًا وبشكل مكثف.
2. تهتم هذه الدراسة بمتغير هام ألا وهو الاحتراق النفسي لمعلمة رياض الأطفال، فعلى الرغم من أهميته إلا أنه لا توجد دراسات كثيرة –في حدود اطلاع الباحثة – تناولته بصورة منفردة في علاقته بالمتغيرات الديموجرافية أو غيرها من المتغيرات، كما ستكون هذه الدراسة إضافة جديدة للتراث الأدبي في هذا المجال.

الأهمية التطبيقية:

تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في إمكانية الاستفادة من نتائجها في مجال الصحة النفسية وتحسين ظروف عمل معلمات الروضة وتحقيق أقصى درجات التنمية الذاتية لهم كنوع من تقديم المساعدة والدعم لهن لمساعدتهن على الوصول إلى أقصى طاقاتهن على المستويين النفسي والمهني.

مصطلحات الدراسة:

الاحتراق النفسي Psychological Burnout:

يعتبر مفهوم الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً وتعود البدايات المبكرة لمصطلح الاحتراق النفسي (Burnout) إلى العالم فرويدنبرج (Freudenberg) في أوائل السبعينات من القرن العشرين للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبة، وذلك من خلال دراساته عن الاستجابات للضغوط التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات. (عبدالله السبيعي، 20:2014)

ويمثل الاحتراق النفسي حسب (Lazarus & Folkman 1988) المرحلة النهائية لعجز الفرد عن التكيف مع مطالب العمل. إذ يعكس الاحتراق النفسي حالة من الإنهاك تحدث كنتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة المستمرة الملقاة على عاتق الأفراد بما يفوق طاقاتهم وقدراتهم، ويمكن التعرف على هذه الحالة عبر مجموعة الأعراض النفسية والجسدية التي تصيب الأفراد بدرجة تختلف من فرد لآخر. وقد عرّفه Freudenerger (1974) بأنه حالة من الإعياء والضعف تصيب الجسد وتستنفذ طاقته الحيوية نتيجة المتطلبات التي تفوق قدرة الفرد. وفي نفس الصدد يعرف (Taylor 1991) الاحتراق النفسي بأنه عبارة عن الإرهاق واستنفاذ القوة والنشاط لدى الفرد.

وفي نفس السياق يعتبر كل من (Schwarger& Schmitz & Tang 2002) الاحتراق النفسي كحالة من الإنهاك والاستنزاف والتعب الشديدين نتيجة لضغط نفسي داخل الذات ضمن مهن خدماتية إنسانية، إذ يتصل الاحتراق النفسي اتصالاً مباشراً بمشاعر وأحاسيس الأفراد الذين تقتضي مهنتهم التعرض المستمر والدائم لمواقف مجتمعية مشحونة بمشاعر وجدانية. ومفهوم الاحتراق النفسي كغيره من المفاهيم السيكولوجية له دلائله وخصائصه التي تميزه عن باقي المفاهيم النفسية فقد تدارسه علماء النفس وقدموا له العديد من التعريفات، فقد عرّف بأنه حالة نفسية تؤرق الأفراد الذين يعملون في مهام تتطلب خدمات اجتماعية وإنسانية، كما تم تعريفه بأنه حالة نفسية أو عقلية تؤرق الأفراد الذين يمارسون مهنً طبيعتها التفاعل مع الآخرين. أما ماسلاش (Maslach 1986) فقد عرّفه بأنه مجموعة من أعراض تتمثل في الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية والتجرد من النواحي الشخصية، والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز في المجال المهني والتي يمكن أن تحدث لدى الأفراد الذين يقومون بمهام تقتضي طبيعتها تعاملهم مع الآخرين. (سعيد الظفري،30:2010)

وعرّفه أيضاً بيلجي (Bilge. 2006) بأنه تغيرات في اتجاهات وسلوك الفرد نحو العمل، وكذلك في حالته البدنية في الإجهاد الانفعالي بل ويصل الأمر به إلى انخفاض إنجازه الشخصي (سلمان ثائر: 2014:10). ويعرفه جولد وروت (Gold& Roth 1994) بأنه حالة تتسبب عن شعور الفرد بأن احتياجاته لم تلب وتوقعاته لم تتحقق ويتصف بتطور خيبات الأمل يرافقها أعراض نفسية وجسدية

تؤدي إلى تدني مفهوم الذات، ويتطور الاحتراق النفسي عند هذا الفرد تدريجياً مع مرور الوقت (رنا نجيب، 100:2014)

كما يعرفه فريد مان (Frideman 1993) بأنه حالات وهن جسمي، وإجهاد انفعالي، وعدم مبالاة عقلية تصيب الأفراد العاملين في مهن تتعامل مع الناس، وأخيراً عرفه بابيلا وأولدز (Papila& Olds) بأنه رد فعل للتوتر المرتبط بالعمل ويتضمن الإجهاد الانفعالي، والشعور بعدم القدرة على الإنجاز في العمل والإحساس بالعجز وفقدان السيطرة (علي الضمور، 10:2008)

واستفادت الباحثة فيما سبق في استنباط ما يلي:

1. أن الاحتراق النفسي ظاهرة شائعة تصيب الكثيرين خاصة في ظل التطورات التقنية الحديثة وشعور الإنسان دائماً بأن غيره يحظى بكل الرفاهيات بينما هو يعمل ويكد ويشعر دائماً بالإنهاك ولا وقت لديه للاستمتاع.
2. مسببات الاحتراق النفسي عديدة ومتنوعة ولا تتعلق بالعمل فقط فقد تؤثر بعض العوامل الشخصية والاجتماعية على قدرة الفرد على العمل فيشعر بالاحتراق النفسي أثناء تعامله مع الآخرين أثناء أداء مهامه.
3. في حالة عدم تلبية حاجات الفرد وعدم شعوره بالإنجاز على المستوى الشخصي والاجتماعي وكذلك الأكاديمي فإن ذلك قد يكون من العوامل الأساسية لتعرضه للاحتراق النفسي.

ومما سبق يعرّف الاحتراق النفسي لهذه الدراسة إجرائياً بأنه شعور دائم ومستمر بالإنهاك النفسي والبدني والعصبي وعدم القدرة على القيام بالمهام المطلوبة يلازم معلمة رياض الأطفال فتشعر معه بعدم الرغبة في الاستمرار في العمل.

الإطار النظري:

مظاهر الاحتراق النفسي

مظاهر الاحتراق النفسي كغيرها من مظاهر المفاهيم النفسية الأخرى تتعدد وتتنوع عند الأفراد فقد أشارت (فادية محرز، 30:2014(إلى أن أهم مظاهر الاحتراق النفسي تتمثل في الآتي:

1. شعور الفرد بالإنهاك النفسي مما يؤدي إلى شعوره بفقدان الطاقة النفسية أو المعنوية وضعف الحيوية والنشاط، ومن ثم فقدان الشعور بتقدير الذات.
2. الاتجاه السلبي نحو العمل والفئة التي يقدم لها الخدمة (طلاب، موظفون، رؤساء،... الخ)
3. النظرة السلبية للذات وفقدان الدافعية نحو العمل والإحساس باليأس والعجز.

أسباب الاحتراق النفسي:

يشير (سليمان الحاتمي، 13:2014) إلى أن أهم مسببات الاحتراق النفسي عند الأفراد تتمثل في الآتي:

1. ضغوط بيئة العمل وضعف استعداد الفرد لمواجهتها.
2. المهام البيروقراطية المتزايدة.
3. نظرة المجتمع المتدنية تجاه بعض المهن.
4. عبء العمل الزائد.
5. نقص المكافآت وغياب الدعم.
6. العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.
7. الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات المهنية.
8 الرتابة وعدم التجديد في العمل.

وفيما يتعلق بالمعلم خاصة فقد حدد كيرياكو (Kyriacou. 1987) أربعة مصادر ضاغطة على المعلمين تؤدي إلى الاحتراق النفسي تتمثل في: سوء سلوك التلاميذ، ظروف العمل الرديئة (ضعف فرص الترقية، قلة المعدات والأجهزة، ضغط الوقت، ضعف النظام المدرسي).

آثار الاحتراق النفسي:

من أهم الآثار التي يمكن أن تنجم عن الاحتراق النفسي لدى الأفراد ما يلي:

1. **الناحية الجسمية:** حيث يزيد الاحتراق النفسي من شعور الفرد بالمرض والتوتر وارتفاع ضغط الدم وآلام في الظهر والصداع المستمر والتهاب المفاصل.

2. **الناحية النفسية**: فالاحتراق النفسي يعمل على تدني مفهوم الذات دى الفرد والشعور باليأس والتعاسة وانخفاض الثقة في النفس وفقدان الذكرة والشعور بالحزن والعجز.
3. **الناحية الاجتماعية**: حيث يسبب الاحتراق النفسي للفرد تدور العلاقات الاجتماعية مع الزملاء والمحيطين. (مختار بوفرة، 27:2012)

مراحل الاحتراق النفسي:

الاحتراق النفسي لا يحدث فجأة بل يمر بعدد من المراحل حتى يصل فيها الفرد إلى مرحلة الاحتراق النفسي، وقد قسم علماء النفس الاحتراق النفسي إلى ثلاث مراحل أساسية:

1. مرحلة الاستغراق (الشمول) وفيها يكون مستوى الرضا مرتفع وتشمل حالة من الاستثارة والسرور وعندما يحدث عدم اتساق بين ما هو متوقع من العمل وبين ما يحدث فعلياً فإن هذا يؤدي إلى الاحتراق النفسي.
2. **مرحلة الكساد**: وفيها ينخفض مستوى الرضا تدريجياً وتقل الكفاءة وينخفض مستوى الأداء في العمل وتنخفض الاستثارة التي كانت في المرحلة الأولى ويشعر الفرد فيها باعتلال الصحة النفسية وينتقل اهتمام الفرد من العمل إلى مظاهر الحياة الأخرى مثل الهوايات وممارسة أنشطة معينة لشغل أوقات الفراغ.
3. **مرحلة الانفصال**: وفيها يدرك الفرد ما يحدث ويبدأ بالانسحاب النفسي ويرتفع لديه مستوى الإجهاد ويصل فيها إلى الاحتراق النفسي المزمن واعتلال الصحة.
4. **مرحلة الاتصال**: وهي أقصى مرحلة من مراحل الاحتراق النفسي وفيها تزداد الأمراض البدنية والنفسية والسلوكية سواءً وخطراً بحيث يختل تفكير الفرد نتيجة ارتياب وشكوك الذات تصل بذلك الفرد إلى مرحلة الانهيار ويصبح الفرد في تفكير مستمر بترك العمل وقد يصل الأمر إلى التفكير في الانتحار. (محمد الخطيب، 20:2007)

أبرز النماذج المفسرة للاحتراق النفسي

– نموذج برت Pratt المفسر للأحداث الضاغطة المؤدية لإصابة المعلم بالاحتراق النفسي:

إن المعلم حينما يواجه بمعوقات تحول دون قيامه بدوره بشكل كامل، فإن ذلك يؤدي إلى إحساسه بالعجز والقصور عن تأدية العمل المطلوب منه مما يترتب عليه إجهاد مهني، وتوتر عصبي يؤدي إلى تدني مستوى الروح المعنوية، مما يؤدي إلى ازدياد تعرضه للضغوط، وبالتالي لدرجة مرتفعة من الاحتراق النفسي. وأشار هذا النموذج إلى وجود مصادر لتلك الضغوط المؤدية للاحتراق النفسي، والتي ذكرها كل من (Austin. 2009. & Moe. Pazzagila& Ronconi 2011) كما يلي:

أولاً: مصادر اجتماعية من خارج البيئة المدرسية: وهي عبارة عن تلك الأحداث التي تكون خارج العمل ولكنها تؤثر على أداء المعلم وكفاءته مثل عمر التلاميذ، مستوى دخل أسرة التلميذ، وسن المعلم ونوعه ونقص الدعم والشكر من المجتمع كانخفاض مستوى المساندة الاجتماعية من أولياء الأمور، والأسرة، والطلبة، والزوج أو الزوجة، وقد يتعرض المعلم إلى خبرات سلبية كقلة اهتمام أولياء الأمور.

ثانياً: مصادر وظيفية ومؤسسية من داخل البيئة المدرسية: وهي الأحداث الناشئة من مهنة التدريس مثل: الخصائص المميزة للتلاميذ كالأطفال العدوانين، أو غير المتعاونين في الفصل الدراسي، وعدم تعليم الطلاب الذين لديهم مشكلات تعليمية خاصة في فصول دراسية منتظمة، ومشكلات ترتبط بإدارة المدرسة وعدم كفاية المواد التعليمية وأماكن التدريس، وظروف العمل غير المرضية مثل: السلبيات التنظمية وإجراءات التشغيل غير العادلة، والإشراف والعلاقات الشخصية الضعيفة بين زملاء العمل، وضغوط العمل.

ثالثاً: مصادر شخصية خاصة بالمعلم: وتتمثل في قدرات المعلم وإمكانياته وسماته الشخصية، ورضاه أو عدم رضاه عن مهنته ومستوى دافعية المعلم وانخفاض تقديرالذات، وقلة العلاوات والحوافز والرواتب؛ والمهام والأدوار الزائدة مثل: طلب تأدية أنشطة كثيرة بدون إعطاء الوقت الكافي وعدم توفير المواد للقيام بالعمل، وتأدية الواجبات غير التعليمية، ظهور نوايا الانتقال والتغيب. قلة الرضا عن الأمان الوظيفي والرغبة في الاستقلال المهني، والتوتر المصاحب للعمل، مثل غموض وصراع الدور.

رابعاً: مصادر طبيعية (فيزيقية): تتعلق بالحروب والكوارث والزلالزل وتلوث البيئة والزحام السكاني والمروري.

نموذج الاحتراق النفسي ل تشيرنس (1985) Cherniss:

قدم تشيرنس النموذجالشامل للاحتراق النفسي، فقد قابل مع معاونيه ثمانية وعشرون مهنياً مبتدئاً في أربعة مجالات هي: مجال الصحة، ومجال القانون، ومجال التمريض في المستشفيات العامة، ومجال التدريس في المدارس، وتم مقابلة كل المفحوصين عدة مرات خلال فترة تتراوح من سنة إلى سنتين.

في هذا النموذج التفسيري، هناك ثلاث مجموعات من المتغيرات تساهم في تطور الاحتراق النفسي كما يلي:

أولاً: خصائص محيط العمل:

تتفاعل هذه الخصائص مع الأفراد الذين يدخلون الوظيفة لأول مرة ولهم توجهات مستقبلية معينة، ومطالب عمل زائدة، ويحتاجون إلى مساندات اجتماعية، كل هذه العوامل تعتبر مصادر معينة من الضغط الذي يتعرض له الأفراد بدرجات متفاوتة، ويتواءم الأفراد مع هذه العوامل الضاغة بطرق مختلفة، فيلجأ البعض إلى أساليب وإستراتيجيات منحرفة، بينما يتواءم آخرون عن طريق اللجوء إلى الاتجاهات السالبة. واعتبر تشرنس أن خصائص محيط العمل الثمانية منبئات لمتغيرات الاتجاهات السالبة، والتي تشكل الاحتراق الوظيفي، وهذه الخصائص تتمثل في:

- التوجيه في العمل.
- عب العمل.
- الاستثارة.
- الاتصال بالعملاء.
- الاستقلالية.
- أهداف المؤسسة.
- القيادة والإشراف.
- العزلة الاجتماعية. (نوال الزهراني: 2008:20)

ثانياً: المتغيرات الشخصية:

تشكل بعض المميزات الفردية هي الأخرى تأثير مباشر وغير مباشر (عبر مصادر الضغط) على الاحتراق النفسي، وهي تضم الخصائص الديموجرافية، بالإضافة إلى التأييد الاجتماعي من خارج محيط العمل.

ثالثا: مصادر الضغط:

تنجم مصادر الضغط حسب تشيرنس عن الصدمة بين «واقع» العمل الميداني اليومي والوهم المهني (professional mystique)، وبمعنى آخر التوقعات الأولية المتعلقة بممارسات صلاحياتهم وتلك الخاصة بتعاون الطرف الآخر بالفعل (تلاميذ أو غيرهم)، استقلالية النشاط، وتحقيق الذات، والمناخ التنظيمي.

وقد وضع تشيرنس خمسة مصادر للضغط كمقدمات للاحتراق الوظيفي وهي:

- عدم الثقة بالذات ونقص الكفاءة.
- المشاكل مع العملاء.
- التدخل البيروقراطي.
- نقص الإثارة والإنجاز.
- عدم مساندة الزملاء.

متغيرات الاتجاهات السالبة:

حدد تشيرنس اتجاهات سالبة تنتج عن الضغوط وتتمثل في:

- عدم وضوح أهداف العمل.
- نقص المسؤولية الشخصية.
- الاغتراب النفسي.
- نقص الاهتمام بالذات.

وقد أوضح تشيرنس أنه كلما زادت صدمة الواقع وزاد التعرض للضغط كلما زاد الاحتراق النفسي، كما أوضح النموذج أن الأشخاص الذين يحصلون على درجات عالية

في الاحتراق النفسي هم الذين يتلقون مساندة اجتماعية ضعيفة ويوضح هذا النموذج أيضاً أن العوامل الديموجرافية مثل السن والنوع وسنوات الخبرة ضعيفة الارتباط بالاحتراق النفسي، بناءً عليه وطبقاً للنموذج فإن من يحصلون على درجات احتراق مرتفعة هم العاملون الذين يشعرون بأعراض سيكوسوماتية، وهم الذين يستخدمون الأدوية بشكل متزايد، ويعانون من عدم الرضا الزواجي، ومن صراع الدور، وقلة الرضا الوظيفي، وترتفع نسب غيابهم، كما أنهم يميلون إلى ترك المهنة.

ويختلف نموذج تشيرنس عن غيره من النماذج فيما يلي:

- تختلف المفاهيم التي اقترحها تشيرنس (عدم وضوح أهداف العمل، نقص الإحساس بالمسئولية الشخصية، والتعارض بين الواقعية والمثالية، والاغتراب عن العمل، ونقص الاهتمام بالذات) عن تلك التي اقترحتها ماسلاش وبينز وآخرون (1981).
- اتفق تشيرنس مع الدراسات السابقة على أهمية الرضا الوظيفي وخصائص محيط العمل مع التأكيد على عدم أهمية الفروق الفردية والخصائص الديموجرافية.
- أكد النموذج على أهمية متغيرات العمل الإضافية؛ مثل المساندة الاجتماعية ومتطلبات الحياة في زيادة فهم ظاهرة الاحتراق النفسي الناتج عن العمل.
- اتفقت النتائج التي تم التوصل إليها عن طريق هذا النموذج مع نتائج قائمة ماسلاش للاحتراق الوظيفي حيث ارتبطتا بمؤشرات صحة ورفاهية الأفراد. (نوال الزهراني، 60:2008)

نموذج شيفاف وآخرون 1986) ..Shifaf et al):

يشير هذا النموذج إلى المصادر والمظاهر والمصاحبات السلوكية للاحتراق النفسي وذلك على النحو التالي:

أولاً: النموذج يشير إلى نوعين من مصادر الاحتراق النفسي: أولهما يرتبط بمكان العمل والذي يتمثل في صراع الدور وغموضه، وعدم مشاركة الموظف في اتخاذ القرارات والتأييد الاجتماعي الردىء.

وثانيهما: يرتبط بالموظف ذاته مثل توقعاته نحو دوره المهني، بالإضافة إلى المتغيرات الشخصية الأخرى الخاصة به مثل سنه، ونوعه وسنوات الخبرة والمستوى التعليمي.

ثالثاً: أشار النموذج أيضاً إلى مظاهر أو مكونات أو أبعاد الاحتراق الوظيفي والتي تتمثل في الاستنزاف الانفعالي وفقدان الهوية الشخصية والشعور بالإنجاز الشخصي المنخفض.

رابعاً: أشار النموذج إلى المصاحبات السلوكية للاحتراق الوظيفي والتي تتمثل في رغبة الموظف في ترك المهنة والتعب لاقل مجهود والتمارض وزيادة معدل التغيب عن العمل.

وتشمل مصادر الاحتراق النفسي حسب هذا النموذج ما يلي:

عوامل خاصة:

- صراع الدور.
- غموض الدور.
- عدم المشاركة في القرار.
- تأييد اجتماعي ردىء.

عوامل ومتغيرات شخصية:

- النوع، السن.
- سنوات الخبرة.
- المستوى التعليمي.
- التوقعات المهنية.

مظاهره (أبعاده):

- استنزاف انفعالي.
- فقدان الهوية الشخصية.
- نقس في الإنجاز الشخصي.

المصاحبات السلوكية:

- ترك المهنة.
- زيادة معدل الغياب.
- التعب لأقل مجهود. (نوال الزهراني، 2008:30)

نموذج المتغيرات الشخصية والبيئية لجين براندي وآخرون ..Jean Brandy et al (1988)

وهو نموذج لتحديد أحسن مجموعة من المتغيرات المنبئة بالاحتراق الوظيفي وقد ضم هذا النموذج مجموعتين من المتغيرات البيئية ركزت المجموعة الأولى على الخصائص التنظيمية الهامة مثل الحالة الاجتماعية الاقتصادية لمكان العمل، مدى فعالية التحكم الشخصي في الموقف المهني، مدى مشاركة الموظفين في اتخاذ القرارات. ركزت المجموعة الثانية على المساندة من مصادرها المختلفة: الإدارة، الزملاء، الأصدقاء. كما ضم النموذج مجموعة من المتغيرات الشخصية ركزت المجموعة الأولى على الخصائص الديموجرافية مثل النوع وسنوات الخبرة وركزت المجموعة الثانية على متغيرات شخصية مثل الكفاءة المهنية وتقدير الذات والمستوى التعليمي. وفي كل مراحل النموذج وجد أن المتغيرات البيئية والشخصية ذات ارتباط دال بالاحتراق النفسي. (نوال الزهراني، 2008:20(

نموذج زملة التكيف العام عند سيلي Seyle:

يعتبر هانز سيلي Hanz Seyle أول من استخدم مصطلح الضغط stress وذلك في مجال الطب والبيولوجيا عام 1962، وكان مفهومه عن الضغط آنذاك مفهوماً فسيولوجياً، ثم طوره بعد ذلك وأوضح الجانب النفسي للمفهوم. قدم سيلي نظريته عام 1956 ثم أعاد صياغتها مرة أخرى عام 1976 وأطلق عليها متلازمة التوافق العام General Adaptation Syndrome وفيها يقرر سيلي أن التعرض المتكرر للاحتراق النفسي يترتب عليه تأثيرات سلبية على حياة الفرد؛ حيث يفرض الاحتراق النفسي على الفرد متطلبات قد تكون فسيولوجية، أو اجتماعية، أو نفسية، أو تجمع بينها جميعاً، ورغم أن الاستجابة

لتلك الضغوط قد تبدو ناجحة فإن حشد الفرد لطاقاته لمواجهة تلك الاحتراقات قد يدفع ثمنه في شكل أعراض نفسية وفسيولوجية، وقد وصف سيلي هذه الأعراض على أساس ثلاثة أطوار للاستجابة لتلك الاحتراقات، والتي تمر بثلاثة مراحل:

المرحلة الأولى: رد فعل الإنذار بالخطر

وتعد استجابة أولية للخطر، وفيها يميز الجسم مواقف الخطر، ويستعد لمواجهتها ويصاحبها بعض التغيرات الفسيولوجية مثل: زيادة نبضات القلب، وسرعة التنفس، وتوتر النسيج العضلي.

المرحلة الثانية: المقاومة

يلاحظ في هذه المرحلة وجود بعض الحيل الدفاعية لمواجة الضغوط، وعندما لا تستطيع الحيل إعادة التوازن للجسم، نتيجة الضغوط المستمرة، تظهر علامات الاستنزاف والتعب الشديدين.

المرحلة الثالثة: الاحتراق النفسي

عندما تفشل أساليب المواجهة، وتتدهور المقاومة مع استمرار الضغوط، يحدث الاحتراق، وقد تظهر بعضض الاضطرابات النفسجمية كذلك. وقد أوضح سيلي أن تكوين الاضطراب السيكوسوماتي يمر بمراحل، حيث يبدأ بمثير حسي، يعقبه إدراك وتقدير معرفي للموقف؛ مما يؤدي إلى استثارة انفعالية، وعندئذ يحدث اتصال الجسم بالعقل وينتج عن ذلك استثارة جسمية، ثم آثار بدنية تؤدي إلى المرض.

يشير هذا النموذج إلى أن مرحلة الاحتراق ناتجة عن الضغوط المستمرة، كما أن الأعراض التي أشار إليها النموذج والناتجة عن العجز عن مواجهة الضغوط، تقترب كثيراً من أعراض الاحتراق النفسي، والتي أطلق عليها سيلي في نموذجه الإنهاك. (نشوة دردير، 2007:50)

النموذج الوجودي لـ Ayala Pines (1993)

يظهر الاحتراق النفسي حسب النموذج الذي تقدمت به آيلا باينس Ayala Pines (1993) في مناخ ثقافي أين يصبح العمل بالنسبة لعدد من الأفراد موضوع البحث عن

معنى الوجود، وهذا ما يفسر بأن "الأسباب الأولى للاحتراق النفسي تنبع من حاجة الأفراد للاعتقاد بأن حياتهم لها معنى وأن الأشياء التي يقومون بها ذات فائدة وأهمية". (Truchot. 2006. Hallberg. 2005)

على عكس ما يقترحه نموذج تشيرنس، ترى Pines (1993) أن الضغوط كعبء العمل والإرغامات التنظيمية لا تتسبب في حدوث الاحتراق النفسي لأنها تعرقل استعمال الكفاءات والمؤهلات، بل لسبب أكثر عمقاً وهو أن استحالة استعمال هذه الكفاءات تحرم الفرد من المعنى الذي يبحث عنه من خلال ممارسة عمله. فبالنسبة ل Pines (1993) الاحتراق النفسي ليس نتيجة لغياب كلي للمعنى، بل يتعلق الأمر بكون الفرد يرى أن مساهمته الشخصية ليست لها معنى أو غير مهمة مما يؤدي إلى حدوث الاحتراق النفسي، ومن هذا المنطلق كلما بدأ الفرد العامل في ممارسة مهنته بتعلق والتزام كبير، كلما كان احتمال تعرضه للاحتراق النفسي أكبر في ظل شروط عمل غير مناسبة. (Truchot. 2006. Hallberg. 2005)

نموذج العلاقات البنائية ل 2003) ..Angel et al)

حسب Angel et al.. 2003) يقدم هذا النموذج وصفاً للعلاقات المتبادلة بين أبعاد الاحتراق النفسي: الإنجاز الشخصي، ومشاعر الإجهاد من حيث تاثير كل منها على الآخر، فيشير إلى أن بعد الإنجاز الشخصي يؤثر على الإجهاد الانفعالي، بمعنى أنه كلما ارتفع إنجاز الفرد قل إحساسه بالإجهاد، وكذلك إحساسه بتبلد المشاعر، هذا من جانب. ومن جانب آخر يوضح النموذج تأثير إستراتيجيات المواجهة على الاحتراق النفسي والتي صنفت إلى إستراتيجيات فعالة، وأخرى غير فعالة، وأوضح ارتباط إستراتيجيات المواجهة الفعالة بالإنجاز الشخصي، بينما ارتبطت الإستراتيجيات غير الفعالة بمشاعر الإجهاد، بمعنى أن هناك نوع من العلاقات المتبادلة بين إستراتيجيات المواجهة بنوعيها وبين الاحتراق النفسي، وكذلك بين أبعاد الاحتراق النفسي ببعضها البعض وهما بعدي تبلد المشاعر والإجهاد الانفعالي، وبين البعد الثالث للاحتراق والذي يدل ارتفاعه على انخفاض الاحتراق النفسي، بينما يدل انخفاضه على ارتفاع الاحتراق النفسي وهو بعد الإنجاز الشخصي. (نشوة دردير، 2007:30)

الدراسات السابقة

– دراسة (ثائر سليمان، سناء محمد 2014) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية (السيطرة، تحمل المسؤولية، الاتزان الانفعالي)، والتعرف على علاقة الاحتراق النفسي بأساليب مواجهة المشكلات لدى معلمي الربية الرياضية في المدارس الإبتدائية بمحافظة بغداد. وقد بلغ حجم عينتها(145) معلماً. وتوصلت نتائجها إلى وجود علاقة سالبة بين الاحتراق النفسي وسمة السيطرة، وسمة الاتزان الانفعالي، وأساليب مواجهة المشكلات.

– دراسة (سليمان الحاتمي، 2014): والتي هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العمانيين بمحافظة الظاهرة، ومعرفة أساليب مواجهة المشكلات لديهم، والتعرف على علاقة (النوع، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة) بالاحتراق النفسي لدى أفراد لعينة. وقد بلغ حجم العينة (84) معلماً و (137) معلمة. وأشارت أهم نتائج الدراسة إلى أن المستوى العام للاحتراق النفسي متوسط المستوى، وفيما يتعلق بسنوات الخبرة فتوجد فروق بين المستويات المختلفة للخبرة، فمن خبرتهم (10) سنوات يعانون من مظاهر الاحتراق النفسي أكثر مما يعانيه من خبرتهم (1 – 5 سنوات) و كذلك من (6 – 10 سنوات). كما دلت النتائج على عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لنوع المتعلم والمؤهل العلمي.

– دراسة (محمد الثقفي، 2013) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي والذكاء الروحي والعلاقة بين الاحتراق النفسي ومفهوم الذات والعلاقة بين الذكاء الوجداني ومفهوم الذات لدى المعلمين من مدارس المرحلة الإبتدائية بمحافظة الطائف، وكذلك الفروق بين الذكور والإناث في الاحتراق النفسي والذكاء الوجداني ومفهوم الذات.

وقد تكونت عينة الدراسة من (200) معلم ومعلمة منهم (100) معلم و (100) معلمة، وقد خلصت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين الاحتراق النفسي والذكاء الوجداني، وكذلك وجود علاقة بين الاحتراق النفسي ومفهوم الذات.

– دراسة (بو بكي ديابي، عقيل بن ساسي، 2012) والتي هدفت الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال التدريس بمدينة ورقلة الجزائرية، وعما إذا كانت هناك فروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات (المستوى التعليمي، النوع، الخبرة، والمرحلة التعليمية). وقد تكونت عينة الدراسة من (435) معلماً منهم (201) معلم ابتدائي، (146) معلماً إعدادي، (88) معلماً ثانوي. وقد خلصت نتائج الدراسة إلى وجود ظاهرة الاحتراق النفسي بنسبة منخفضة لدى عينة الدراسة، وعدم وجود فروق فيالاحتراق النفسي على متغيرات (المستوى التعليمي، الخبرة، المرحلة التعليمية).

– دراسة (بوفرة مختار، 2012) التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي، والفروق في الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تبعاً لمتغيرات (النوع، الخبرة، والحالة الاجتماعية) بمدارس التعليم الإبتدائي بمدينة معسكر الجزائرية. وقد بلغ حجم العينة (145) معلماً ومعلمة. وقد اشارت نتائجها إلى وجود علاقة سلبية بين الاحتراق النفسي وبعض مظاهر الرضا الوظيفي (الرضا عن العمل، الرضا عن الترقية، والرضا عن الأجر). كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية بين الاحتراق النفسي والدرجة الكلية للرضا الوظيفي.

– دراسة (نافر بقيعي، 2011) والتي هدفت إلى قياس مستوى الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي وأنماط الشخصية السائدة لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى العاملين في منطقة أربد التعليمية التابعة لوكالة الغوث الدولية. كما هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي، والفروق في الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات (النوع، الخبرة، المؤهل العلمي). وقد بلغ حجم عينة الدراسة (122) معلماً ومعلمة. وأشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي وانخفاض مستوى الاحتراق النفسي، وسادت أنماط الشخصية الانبساطية لدى أفراد العينة. كما دلت النتائج على عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات (النوع، المؤهل العلمي، والخبرة).

– دراسة (جواد محمد، 2008): والتي هدفت إلى التعرف على مدى شيوع الاحتراق النفسي لدى المعلمين، والفروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات (النوع، المؤهل،

والخبرة) وتكونت عينتها من (360) معلماً ومعلمة منهم (180) معلماً و (180) معلمة. وأشارت نتائجها إلى شيوع الاحتراق النفسي لدى المعلمين، كما دلت النتائج على عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي من حيث (النوع، الخبرة) في حين توجد فروق بين المؤهلات حيث تشير النتائج إلى أن أصحاب مؤهل البكالوريوس أكثر احتراقاً نفسياً من باقي المؤهلات الأخرى.

– وقام أوفيلي ويسيهولو وورونساي (Ofili. Usiholo & Oronsaye. 2009) بدراسة العلاقة بين كل من الاحتراق النفسي، والرضا الوظيفي والاتجاه للاستقالة من العمل بين معلمي المدارس الثانوية الخاصة في نيجيريا وذلك بهدف تقييم مستوى الاحتراق النفسي وعدم الرضا الوظيفي وأسبابه. وأجريت الدراسة على (392) معلماً ومعلمة تم اختيارهم عشوائياً وكانت سنوات الخبرة لديهم من (1 – 10) سنوات. وتراوحت أعمارهم بين (20 – 40) عام. وشملت المتزوجين وغير المتزوجين. واستخدمت الدراسة استفتاء مصمم لجمع البيانات الديموجرافية، واستفتاء الاحتراق النفسي واستفتاء الرضا الوظيفي.

وخصلت نتائج الدراسة إلى أن أغلب أفراد العينة راضون مهنياً وأن المعلمين الذكور أظهروا عدم الرضا النفسي عن مهنة التدريس أكثر من المعلمات، وعلى الرغم من الرضا الوظيفي الذي سجلته المعلمات إلا أن الذكور أظهروا رغبة أكبر في ترك مهنة التدريس وأن مصادر عدم الرضا النفسي والوظيفي هي قلة الراتب وهي السبب الرئيس في عدم الرضا، تليها عدم الشعور بالأمان الوظيفي، ثم الوسائل التعليمية السيئة، تليها الإجهاد الوظيفي، ثم مشاكل الطلاب غير المنضبطون، وأخيراً الإدارة السيئة.

– دراسة (محمد الخطيب، 2007): والتي هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة وعلى طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي ومرونة اللأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات (النوع، الخبرة). وقد تكونت عينة الدراسة من (306) معلماً و (156) معلمة. وقد خلصت نتائج الدراسة إلى وجود مستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة في أبعاد (عدم الرضا عن الوظيفة، انحفاض

مستوى المساندة الإدارية، وضغوط المهنة). كما دلت النتائج على وجودعلاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي ومرونة الأنا. وأشارت النتائج كذلك إلى وجود فروق يبن الذكور والإناث على بعد المساندة الإدارية لصالح الإناث، أما على باقي الأبعاد والمقياس ككل فلم تشر النتائج إلى وجود فروق بين الجنسين. وفيما يتعلق بالخبرة فلم تشر النتائج إلى وجود فروق بين المستويات المختلفة للخبرة.

– وكذلك دراسة ريس وجانسون وكامبل (Ress. Johnson& Campbell. 2001) التي هدفت إلى دراسة الفروق في مستويات الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي للمعلم طبقاً لمتغيرات العمر وعدد سنوات الخبرة التدريسية، وحجم وكثافة الفصول الدراسية وذلك على عينة قوامها (229) معلماً يعملون في (85) مدرسة في شمال فلوريدا وجنوب جورجيا، واستخدموا مقياسي الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي. وكانت تساؤلات الدراسة متمثلة في دراسة تأثير حجم المدرسة وعمر المعلم وعدد سنوات الخبرة على الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي للمعلم. وكذلك هل هناك مرحلة في حجم المدرسة لا تؤثر على الاحتراق النفسي للمعلم؟ وهل يصبح المعلمين أكثر رضا وتصبح وظائفهم أكثر ضغطاً كلما تقدموا في العمر وكلما زادت خبراتهم في التدريس؟

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن حجم المدرسة الزائد له تأثير سلبي على الاحتراق النفسي للمعلم كما يؤدي إلى قلة مستويات الرضا الوظيفي لديه. وكذلك أن عمر المعلم وسنوات خبرته ليست عاملاً هاماً في الاحتراق النفسي أو الرضا الوظيفي.

فروض البحث:

تحاول الباحثة من خلال هذا البحث التحقق من صحة الفروض التالية:

1. لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى للحالة الاجتماعية (متزوجة – غير متزوجة).
2. لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع).

3. لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى للعمر الزمني (24 سنة فأقل، من 25 إلى 34 سنة، 35 سنة فأقل).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالآتي:

1. **الحدود المكانية:** روضات خاصة للغات تابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة القاهرة.
2. **الحدود الموضوعية:** يقع البحث الحالي في نطاق الصحة النفسية ويتحدد بالمتغيرات التي يتناولها والتي تتمثل في التدفق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية.
3. **الحدود البشرية:** معلمات رياض الأطفال المتخصصات في تربية الطفل العاملات في الروضات الخاصة برياض الأطفال التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة القاهرة.
4. **الحدود الزمنية:** يطبق البحث الحالي خلال العام الدراسي 2020/ 2019

إجراءات البحث:

منهج البحث:

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي الذي يهدف إلى وصف الظاهرة وتحليلها وتفسيرها في ضوء ما تم جمعه من بيانات عنها. وقد ركزت الباحثة على استخدام المنهج الوصفي السببي المقارن بهدف التعرف على الفروق في متغير الاحتراق النفسي تبعًا لبعض المتغيرات الديموغرافية (الحالة الاجتماعية – سنوات الخبرة – العمر الزمني).

منهج البحث:

انقسمت عينة البحث إلى قسمين هما:

1. **عينة التحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث:** وقد تكونت تلك العينة من (45) معلمة من معلمات رياض الأطفال وقد تم اختيارهن من مدارس (نارمر للغات

وهاي هوبس للغات) التابعتين لإدارتي (المعصرة والجيزة) التعليمية وقد تراوحت أعمارهن الزمنية ما بين (22 – 44) سنة، بمتوسط عمري (30.62) سنة وانحراف معياري (6.411).

2. **العينة الأساسية**: تكونت تلك العينة من (50) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وقد تراوحت أعمارهن الزمنية ما بين (22 – 44) سنة، بمتوسط عمري (30.06) سنة وانحراف معياري (6.416).

أدوات البحث:

مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش:

استعانت الباحثة بترجمة مقياس الاحتراق النفسي الواردة في دراسة (علي محمد، 2017)، إلا أن الباحثة قامت بإجراء بعض التعديلات البسيطة من أجل صياغة بعض المفردات والأبعاد بشكل دقيق، ويتكون المقياس من 22 عبارة موزعة على الأبعاد التالية:

1. **البعد الأول**: الإجهاد الانفعالي ويحتوي على تسع عبارات، أرقامها بمقياس الدراسة (1، 2، 3، 6، 8، 13، 14، 16، 20).
2. **البعد الثاني**: تبلد المشاعر ويحتوي هذا البعد على خمس عبارات، أرقامها بالمقياس (5، 10، 11، 15، 22).
3. **البعد الثالث**: نقص الشعور بالإنجاز ويحتوي هذا البعد على ثماني عبارات، أرقامها بالمقياس (4، 7، 9، 12، 17، 18، 19، 21).

ويطلب من الأفراد اختيار الاستجابة التي تمثل شعورهم نحو مهنتهم ضمن سبع استجابات (لا أعاني مطلقًا، بضع مرات في السنة، مرة في الشهر، بضع مرات في الشهر، مرة في الأسبوع، بضع مرات في الأسبوع، كل يوم تقريبًا) بحيث تتراوح درجات تلك الاستجابات ما بين (صفر – 6) بالترتيب. وقد طبق (علي محمد، 2017) المقياس على عينة قوامها (218) معلمة من معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمدينة سبها للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس على النحو التالي:

من حيث الصدق:

- الصدق الظاهري: فقد تم عرض المقياس على عدد من أساتذة قسم علم النفس بكلية الآداب بجامعة سبها للتعرف على آرائهم في مدى ملائمة عباراته على البيئة المحلية ودرجة تمثيلها للبعد الذي تنتمي له ومدى تحقيقها لأهداف الدراسة، وقد تم الأخذ بملاحظاتهم حول تلك العبارات حيث تم الإبقاء على العبارات التي حازت على موافقة ما نسبته 80 ٪ فما فوق وتم التعديل في بعضها ولم يتم حذف أو إضافة أية عبارة.
- صدق المقارنة الطرفية: حيث بلغت قيم (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز) (14.59، 9.41، 12.45، 10.85) بالترتيب، وجميع هذه القيم دالة إحصائيًا أي أنه توجد فروق دالة إحصائيًا بين متوسطي درجات المجموعتين (العليا – الدنيا) على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاد الفرعية؛ مما يدلل على القدرة التمييزية للمقياس.
- صدق الاتساق الداخلي: حيث بلغت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية (الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز) والدرجة الكلية للمقياس (0.96، 0.75، 0.90) بالترتيب، وجميع هذه القيم دالة إحصائيًا؛ وبالتالي يعتبر المقياس صادقاً بالاتساق الداخلي.

من حيث الثبات: فقد بلغت قيم معاملات ثبات المقياس وأبعاده الفرعية باستخدام معامل ألفا – كرونباخ (0.90، 0.81، 0.81، 0.73)، وبطريقة التجزئة النصفية (0.91، 0.87، 0.70، 0.70) بالترتيب؛ مما يدلل على ثبات المقياس وإمكانية تطبيقه.

ونتيجة للتعديلات التي أدخلتها الباحثة على ترجمة المقياس واختلاف الظروف المحيطة بالعينة وخصائصها، قامت الباحثة بإعادة حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي لماسلاش. وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

أولاً: صدق المقياس

1 . صدق المقارنة الطرفية:

قامت الباحثة بترتيب درجات عينة قوامها (45) معلمة من معلمات رياض الأطفال ترتيبًا تنازلياً، ثم قامت بتحديد أعلى وأدنى ٪27 من أفراد هذه العينة، ثم تم حساب الفروق بين ٪27 الأعلى، ٪27 الأدنى باستخدام اختبار (ت) لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين، وفيما يلي جدول يوضح تلك النتائج:

جدول (1)

دلالة الفروق بين مجموعتي أعلى الأداء وأدنى الأداء على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده.

المقياس وأبعاده	المجموعة	ن	المتوسط الحسابي (م)	الانحراف المعياري (ع)	قيمة (ت)	درجات الحرية (df)	الدلالة الإحصائية
الإنهاك العاطفي	أعلى الأداء	12	42.33	7.762	11.225	22	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	12	12.75	4.808			
تبلد المشاعر	أعلى الأداء	12	21.58	4.166	14.651	22	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	12	1.92	2.065			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	أعلى الأداء	12	38.33	5.678	11.408	22	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	12	14.17	4.648			
الدرجة الكلية للمقياس	أعلى الأداء	12	87.33	14.106	8.393	22	دالة عند 0.01
	أدنى الأداء	12	40.00	13.518			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01=2.819.

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 =2.074.

ويتضح من خلال الجدول رقم (1) أن هناك فروق دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01 بين متوسطي درجات مجموعتي أعلى الأداء وأدنى الأداء على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الانهاك العاطفي – تبلد المشاعر – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي)؛ مما يدلل على كفاءة وقدرة المقياس على التمييز.

2 . الصدق الذاتي:

يتم حساب قيمة الصدق الذاتي من خلال حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس، وحيث أن قيمة معامل ألفا – كرونباخ لمقياس الاحتراق النفسي تساوي (0.785) لدرجات عينة قوامها (45) معلمة من معلمات رياض الأطفال، فإن قيمة الصدق الذاتي تساوي (0.886)؛ وهذا يدلل على الصدق العالي للمقياس.

ثانيًا: الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب الاتساق الداخلي على عينة قوامها (45) معلمة من معلمات رياض الأطفال من خلال حساب معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، وأيضًا من خلال حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والمقياس ككل. وفيما يلي النتائج:

جدول (2)

معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

البعد	المفردة	معامل الارتباط بالبعد	البعد	المفردة	معامل الارتباط بالبعد
البعد الأول (الانهاك العاطفي)	1	0.699**	البعد الثالث (نقص الشعور بالإنجاز الشخصي)	4	0.641**
	2	0.750**		7	0.579**
	3	0.626**		9	0.488**
	6	0.747**		12	0.583**
	8	0.730**		17	0.654**
	13	0.644**		18	0.494**
	14	0.561**		19	0.720**
	16	0.533**		21	0.556**
	20	0.179			
البعد الثاني (تبلد المشاعر)	5	0.719**			
	10	0.727**			
	11	0.741**			
	15	0.697**			
	22	0.530**			

(**) معامل الارتباط دال عند 0.01 (*) معامل الارتباط دال عند 0.05

ويتضح من خلال الجدول رقم (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائيًا عند مستوى 0.01؛ فيما عدا المفردة رقم (20) فقد تم حذفها لعدم ارتباطها بالدرجة الكلية للبعد الأول (الانهاك العاطفي).

جدول (3)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية والمقياس ككل.

الأبعاد	المقياس ككل
البعد الأول (الانهاك العاطفي)	0.788**
البعد الثاني (تبلد المشاعر)	0.677**
البعد الثالث (نقص الشعور بالإنجاز الشخصي)	0.564**

(**) معامل الارتباط دال عند 0.01 (*) معامل الارتباط دال عند 0.05

ثالثًا: ثبات المقياس

تم حساب ثبات المقياس على عينة قوامها (45) معلمة من معلمات رياض الأطفال باستخدام طريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا – كرونباخ. وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (4)

معاملات ثبات مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش.

المتغيرات	عدد المفردات	التجزئة النصفية		معامل ألفا – كرونباخ
		معامل سبيرمان – براون	معامل جتمان	
الانهاك العاطفي	8	0.805	0.804	0.824
تبلد المشاعر	5	0.744	0.693	0.706
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	8	0.770	0.770	0.728
المقياس ككل	21	0.845	0.844	0.790

ويتضح من خلال الجدول رقم (4) أن جميع قيم معاملات ثبات مقياس الاحتراق النفسي ككل وأبعاده الفرعية (الانهاك العاطفي – تبلد المشاعر – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) جيدة ومطمئنة؛ مما يدلل على صلاحية المقياس للاستخدام.

نتائج البحث ومناقشتها:

نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه « لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطي درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى للحالة الاجتماعية (متزوجة – غير متزوجة) ». وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار (ت) T – Test لدلالة الفروق بين عينتين مستقلتين. وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (5)

نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات المتزوجات وغير المتزوجات على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده (ن=50).

المقياس وأبعاده الفرعية	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية
الانهاك العاطفي	متزوجة	26	23.31	12.441	– 0.646	48	غير دالة
	غير متزوجة	24	25.46	10.994			
تبلد المشاعر	متزوجة	26	11.15	8.980	– 0.454	48	غير دالة
	غير متزوجة	24	12.17	6.907			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	متزوجة	26	24.50	9.762	– 1.424	48	غير دالة
	غير متزوجة	24	28.33	9.234			
المقياس ككل	متزوجة	26	58.96	21.780	– 1.216	48	غير دالة
	غير متزوجة	24	65.96	18.637			

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 =2.000.

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة 0.01 =2.660.

يتضح من الجدول رقم (5) أن الفرض الأول قد تحقق كليًا حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين المعلمات المتزوجات وغير المتزوجات في الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الانهاك العاطفي – تبلد المشاعر – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي).

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تعرف محمود السلخي (2013) للاحتراق النفسي بأنه «مجموعة تراكمية من الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد خلال مسيرته المهنية نتيجة عوامل عدة ينتج عنها شعوره بالإجهاد الانفعالي وتدني الشعور بالإنجاز وتبلد المشاعر تجاه الآخرين وضعف الدافعية للإنجاز مما يترتب عليه تكوين اتجاهات سلبية نحو مهنته». فإذا تأملنا هذا التعريف نجد أنه لا يختص بالمتزوجات دون غيرهن فهو ينطبق على كلاهما، فقد تتعرض معلمة الروضة المتزوجة لضغوط شتى متمثلة في ضغط العمل وضغط مسؤوليات المنزل والأسرة وتعدد الأدوار المنوطة بها مما يجعلها تشعر بالإجهاد الانفعالي ورغبتها في الفرار وترك كل شيء.

من ناحية أخرى فإن عدم كون معلمة الروضة متزوجة لا يعني على الإطلاق أنها لا تتعرض لأية ضغوط قد تسبب لها الشعور بالاحتراق النفسي، فكونها غير متزوجة لا يعد استثناء لتلك الضغوط بل على العكس قد يكون عدم زواج معلمات الروضة سبباً لتوتر البعض منهن وشعورهن بالضغط المجتمعي والنفسي، كذلك قد تكون المعلمة غير متزوجة ولكنها تعاني من مسؤوليات أخرى تسبب لها توتراً نفياً فقد تكون مسؤولة عن رعاية أسرتها مادياً ومعنوياً خاصة مع ذوات السن الكبير (في حالة عائل الأسرة على سبيل لمثال (الأب) سواء بسبب الوفاة أو لعدم قدرته على العمل مرة أخرى، فتقع عليها مسؤوليات مادية، وقد تكون مسؤولة عن أخواتها الصغار لكونها ما زالت مقيمة معهم والعديد من مصادر التوتر والإجهاد الانفعالي التي قد تصيبها وتفضي بها في نهاية الأمر إلى الشعور بالاحتراق النفسي وعدم قدرتها على الإنجاز في مهمتها الوظيفية.

وبالتالي فإن عينة البحث تتساوى في الشعور بالاحتراق النفسي المتمثل في الإنهاك الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي وتتفق هذه النتيجة مع دراسة إبراهيم القروتي وفيرد الخطيب (2006) التي هدفت إلى التعرف على الفروق في مستوى الاحتراق النفسي وفقاً لمتغيرات (النوع، الدخل الشهري، الحالة الاجتماعية، التخصص) والتي جاءت نتائجها لتشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المتزوجين وغير المتزوجين من المعلمين في ظاهرة الاحتراق النفسي.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه «لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)». وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل التباين الأحادي One – Way Anova، وفيما يلي النتائج الي تم الحصول عليها:

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية تبعًا لمستوى الخبرة.

المتغيرات	مستوى الخبرة	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية
الانهاك العاطفي	منخفض (سنتين فأقل)	16	24.56	9.647
	متوسط (3 – 6 سنوات)	20	24.75	11.215
	مرتفع (7 سنوات فأكثر)	14	23.50	14.955
	كلي	50	24.34	11.700
تبلد المشاعر	منخفض (سنتين فأقل)	16	15.38	5.795
	متوسط (3 – 6 سنوات)	20	8.90	8.675
	مرتفع (7 سنوات فأكثر)	14	11.29	7.258
	كلي	50	11.64	7.816
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	منخفض (سنتين فأقل)	16	29.44	5.910
	متوسط (3 – 6 سنوات)	20	26.45	10.957
	مرتفع (7 سنوات فأكثر)	14	22.64	10.293
	كلي	50	26.34	9.612
الدرجة الكلية للاحتراق النفسي	منخفض (سنتين فأقل)	16	69.38	16.657
	متوسط (3 – 6 سنوات)	20	60.10	22.923
	مرتفع (7 سنوات فأكثر)	14	57.43	19.775
	كلي	50	62.32	20.434

جدول (7)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية تبعًا لمستوى الخبرة.

الاحتراق النفسي وأبعاده	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الانهاك العاطفي	بين المجموعات	14.033	2	7.016	0.049	0.952 غير دالة
	داخل المجموعات	6693.188	47	142.408		
	كلي	6707.220	49			
تبلد المشاعر	بين المجموعات	375.113	2	187.556	3.367	0.043 دالة عند 0.05
	داخل المجموعات	2618.407	47	55.711		
	كلي	2993.520	49			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	بين المجموعات	345.118	2	172.559	1.939	0.155 غير دالة
	داخل المجموعات	4182.102	47	88.981		
	كلي	4527.220	49			
الدرجة الكلية للاحتراق النفسي	بين المجموعات	1229.901	2	614.951	1.503	0.233 غير دالة
	داخل المجموعات	19228.979	47	409.127		
	كلي	20458.880	49			

ويتضح من خلال الجدول رقم (7) أن الفرض الثاني قد تحقق جزئيًا حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وبعدي (الانهاك العاطفي – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، في حين أشارت النتائج أيضًا إلى وجود فروق دالة إحصائيًا عند مستوى 0.05 بين متوسطات درجات المعلمات في بعد تبلد المشاعر تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، ولتحديد اتجاه هذه الفروق تم استخدام اختبار شيفيه Scheffe للمقارنات البعدية المتعددة، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (8)

نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية المتعددة للبعد الثاني (تبلد المشاعر).

مستويات الخبرة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستويات الخبرة	متوسط الفرق	الخطأ المعياري	الدلالة الإحصائية
منخفض	16	15.38	5.795	متوسط	6.475*	2.503	دال عند 0.05
				مرتفع	4.089	2.732	غير دال
متوسط	20	8.90	8.675	منخفض	-6.475*	2.503	دال عند 0.05
				مرتفع	-2.386	2.601	غير دال
مرتفع	14	11.29	7.258	منخفض	-4.089	2.732	غير دال
				متوسط	2.386	2.601	غير دال

يتضح من نتائج اختبار شيفيه وجود فرق دال إحصائيًا عند مستوى 0.05 بين مجموعتي منخفضي ومتوسطي الخبرة في بعد تبلد المشاعر لصالح منخفضي الخبرة، في حين لم يكن هناك فرق دال إحصائيًا بين مجموعتي منخفضي ومرتفعي الخبرة، وكذلك لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين مجموعتي متوسطي ومرتفعي الخبرة في بعد تبلد المشاعر.

يتضح من النتيجة السابقة أن متوسط درجات العينة على بعد الإنهاك ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي لا يشير إلى وجود فروق دالة إحصائياً على مقياس الاحتراق النفسي وربما يرجع ذلك إلى استمتاع المعلمات بعملهن بغض النظر عن أي معوقات أخرى ربما يرجع ذلك إلى طبيعة تفاعلهن مع الأطفال طوال اليوم فهن يدركن حقيقة أن الأطفال مصدر بهجة وسعادة مهما كانت تحديات وصعوبات العمل معه، فربما براءة سن الطفولة ومتعة العمل معه تذهب عن المعلمات الشعور بالإنهاك فهن وإن كن يعملن بجهد ومشقة إلا أنهن يرون ثمرة هذا العمل مباشرة في سلوط الطفل وارتقاء شخصيته ذلك لأن الطفل لا يمكنه تزييف مشاعره فإن كان يشعر بالحب الشديد تجاه معلمته فسيعبر عن ذلك وهو ما سيجعل المعلمة تنسى أي تعب يمر بها، ولن تشعر بالتالي بأنها عاجزة عن الشعور بالإنجاز الشخصي، فأي إنجاز أكبر من أن تكون المعلمة محوبة من أطفالها وقادرة على غرس القيم والسلوكيات بداخلهم وليس مجرد تلقيهن مبادئ القراءة والكتابة والحساب في هذه السن المبكرة.

أما ما يخص درجات فرد عينة البحث في بعد تبلد المشاعر، ووجود فرق دال إحصائياً بين مجموعتي منخفضي ومتوسطي الخبرة في تبلد المشاعر لصالح منخفضي الخبرة، فيعزى تفسير ذلك إلى حداثة عهد المعلمات منخفضي الخبرة بمهنة التدريس فنجدهن يصبن سريعاً بالفتور والإنهاك وتبلد المشاعر بسبب قلة سنوات الخبرة التدريسية وعدم اكتسابهن القدرة بعد على تحمل مهام العمل المنوطة بهم وعدم اكتشابهن القدرة على التكيف مع متطلبات وتحديات العمل لذا فهن يصبن بتبلد المشاعر سريعاً عكس متوسطي ومرتفعي الخبرة اللائي لا يعانين من تبلد المشاعر لكثرة سنوات خبرتهن، وهذا ما يفسر عدم وجود فرق دال إحصائياً بين مجموعتي متوسطي ومرتفعي الخبرة في بعد تبلد المشاعر لطول فترة عملهن بمهنة التدريس واكتسابهن القدرة على التكيف مع متطلباتها والتعامل مع تحدياتها بمرونة أكثر من سواهن.

وتتفق هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة سليمان الحاتمي (2014) الت يهدفت على التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى لمعلمين العمانيين بمحافظة الظاهرة، والتعرف على علاقة (الخبرة) بالاحتراق النفسي لدى أفراد العينة. وأشارت أهم نتائج هذه الدراسة إلى أ المستوى العام للاحتراق النفسي متوسط لدى أفراد العينة، أما فيما يتعلق بالخبرة فتوجد فروق بين المستويات المختلفة للخبرة فمن خبرتهم 10 سنوات يعانون من مظاهر الاحتراق النفسي أكثر مما يعانونه من خبرتهم (1 – 5) سنوات، أو من (6 – 10) سنوات. ولكنها لم تتفق مع نتائج دراسة بوبكر ديابي، عقيل بن ساسي (2012) التي هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال التدريس بمدينة ورقلة الجزائرية وعما إذا كانت هناك فروق في الاحتراق النفسي تبعاً لمتغيرات منها (الخبرة) حيث قد خلصت الدراسة إلى نتائج أهمها عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي بين أفراد العينة على متغيرات ديموغرافية منها (الخبرة التدريسية).

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

وينص هذا الفرض على أنه « لا يوجد فرق دال إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية يُعزى للعمر الزمني (24 سنة فأقل، من 25 إلى 34 سنة، 35 سنة فأكثر) ". وللتحقق من صحة هذا

الفرض تم استخدام تحليل التباين الأحادي One – Way Anova، وفيما يلي النتائج التي تم الحصول عليها:

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية تبعًا للعمر الزمني.

المتغيرات	المجموعات	ن	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية
الانهاك العاطفي	24 سنة فأقل	14	24.29	10.011
	من 25 إلى 34 سنة	22	23.23	9.284
	35 سنة فأكثر	14	26.14	16.459
	كلي	50	24.34	11.700
تبلد المشاعر	24 سنة فأقل	14	14.36	5.786
	من 25 إلى 34 سنة	22	11.86	8.994
	35 سنة فأكثر	14	8.57	6.925
	كلي	50	11.64	7.816
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	24 سنة فأقل	14	28.14	7.026
	من 25 إلى 34 سنة	22	26.50	9.169
	35 سنة فأكثر	14	24.29	12.449
	كلي	50	26.34	9.612
الدرجة الكلية للاحتراق النفسي	24 سنة فأقل	14	66.79	17.084
	من 25 إلى 34 سنة	22	61.59	21.812
	35 سنة فأكثر	14	59.00	21.888
	كلي	50	62.32	20.434

جدول (9)

نتائج تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية تبعًا للعمر الزمني

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الانهاك العاطفي	بين المجموعات	72.785	2	36.392	0.258	0.774 غير دالة
	داخل المجموعات	6634.435	47	141.158		
	كلي	6707.220	49			

تبلد المشاعر	بين المجموعات	236.286	2	118.143	2.014	0.145 غير دالة
	داخل المجموعات	2757.234	47	58.665		
	كلي	2993.520	49			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	بين المجموعات	105.149	2	52.574	0.559	0.576 غير دالة
	داخل المجموعات	4422.071	47	94.087		
	كلي	4527.220	49			
الدرجة الكلية للاحتراق النفسي	بين المجموعات	445.205	2	222.602	0.523	0.596 غير دالة
	داخل المجموعات	20013.675	47	425.823		
	كلي	20458.880	49			

ويتضح من الجدول رقم (9) تحقق الفرض الثالث حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الانهاك العاطفي – تبلد المشاعر – نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى للعمر الزمني (24 سنة فأقل، 25 إلى 34 سنة، 35 سنة فأكثر).

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أسباب الاحتراق النفسي التي أشارت إليها العديد من الدراسات مثل دراسة الحاتمي (2014) والتي ذكرت أن مسببات الاحتراق النفسي عند الأفراد تتمثل في ضغوط بيئة العمل وضعف استعداد الفرد لمواجهتها. وكذلك المهام البيروقراطية المتزايدة، وعبء العمل الزائد، والعمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة، وكذلك الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات المهنية، إلى جانب الرتابة وعدم التجديد في العمل. وبنظرة أكثر قرباً لهذه الأسباب نرى أن لا علاقة لها بالعامل الزمني لمعلمة الروضة فسواء كانت المعلمة في فئة (24 سنة فأقل، أو من 25 إلى 34 سنة، أو 35 سنة فأقل –وهي الفئات المعنية بالدراسة في هذا البحث – فإن هذه الأسباب تشمل الجميع فلا يمكن لقول على سبيل المثال أن معلمات الروضة الأحدث سناً تلقى إليهن بمهم ومسؤوليات أقل ممن هن أكبر منهن سناً، هذا لا يحدث وبالتالي لا يمكن أن يشعر بعضهن بمظاهر الاحتراق النفسي دون البعض الآخر، فكلهن يتعرضن لنفس الضغوط والتحديات التي تفضي بهن في نهاية الأمر إلى الشعور بالاحتراق النفسي وفقدان القدرة على التأقلم مع متطلبات العمل المتزايدة وفقدان القدرة على الاستمتاع بحياتهن بصورة طبيعية.

4. كما تتفق هذه النتيجة أيضاً مع نتائج بعض البحوث والدراسات التي أجريت في الميدان التربوي بإقرار ٪67 من عينة المعلمين الأمريكيين على أن المصدر الأساسي للضغوط التي يواجهونها ناتجة عن ممارستهم لمهنة التدريس، كما سجل معهد الضغط الأمريكي أن حوالي 40 – ٪50 من المدرسين يتركون مهنة التدريس في سنواتهم الأولى نتيجة الضغط (أبو بكر دبابي، 1:20133)، كما تشير تقارير الصحة والسلامة بإنجلترا أن مهنة التدريس تعد أولى المهن الأكثر ضغطاً حيث بلغت نسبة المعاناة من الضغوط ٪41 لدى المعلمين وهذا مستوى مرتفع إذا ما تمت مقارنته بالمهن الأخرى إذ بلغت مهنة التمريض ٪13، وبلغت نسبة الاحتراق النفضي والتوتر الانفعالي نسبة ٪29 في المهن الإدارية (Kumari. 184:2008)، كما أشارت جمعية التعليم الأمريكي أن ٪47 من مجموع مصادر الضغوط عند المعلمين مرتبط بالعمل نفسه وليس بأي عوامل شخصية أخرى. وهو ما يوضح أن ظاهرة الاحتراقا لنفسي –كما أشارت نتائج هذا البحث – لا ترتبط بالعمر الزمني ولكنها ترتبط بطبيعة العمل نفسه وبالضغوط المترتبة عليه.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في البحث:

1. المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
2. اختبار (ت) T – Test لدلالة الفروق بين عينيتين مستقلتين.
3. معامل الارتباط لبيرسون
4. معامل ألفا – كرونباخ.
5. طريقة التجزئة النصفية (معامل سبيرمان – براون، معامل جتمان).
6. تحليل التباين الأحادي One – Way Anova.

التوصيات:

1. تشير نتائج البحث الحالي إلى أن المعلمات يعانين من ظاهرة الاحتراق النفسي سواء كان ذلك مرتبط ببعض العوامل الديموغرافية مثل (مستوى الخبرة) أو غير مرتبط

بها (مثل العمر الزمني)، وهو ما يستوجب إجراء المزيد من الدراسات للتعرف على الأسباب المؤدية لذلك.

2. إعداد برنامج تدريبي للمعلمات بهدف تدريبهن على مهارات مواجهة الضغوط والتوتر وذلك بهدف خفض مستوى الاحتراق النفسي لدهن.

3. وضع الخطط الوقائية للحد من مظاهر الاحتراق النفسي لدى معلمات الروضة.

المقترحات:

1. إجراء مزيد من الدراسات التي تتناول متغير الاحتراق النفسي وعلاقته بمتغيرات أخرى.

2. دراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي المراحل العمرية الصغيرة رياض الأطفال والحلقة الأولى من التعليم الأساسي لقلة الدراسات التي تناولت متغير الاحتراق النفسي النفسي لدى هذه الشريحة العمرية.

المراجع

- بقيعي، نافر (2011): الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى، فلسطين: مجلة جامعة النجاح للأبحاث، (العلوم الإنسانية)، مجلد (25)، العدد (1) (2011) ص ص 49 – 82
- الثقفي، محمد يحيى (2013): الاحتراق النفسي وعلاقته بالذكاء الروحي ومفهوم الذات لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة الإبتدائية بمحافظة الطائف، السعودية، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز.
- الحاتمي، سليمان بن علي راشد (2014): الاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان، عمان: رسالة ماجستير، جامعة نزوى.
- الخطيب، محمد جواد (2007). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيي بمحافظات غزة، بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثالث «الجودة في التعليم الفلسيطيني عقد في الجامعة الإسلامية، ص ص 1 – 55.
- دردير، نشوة (2007). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ و ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات،جامعة الفيوم، رسالة ماجستير غير منشورة.
- ديابي، أبو بكر، بن ساسي، عقيل (2012): مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل من معلمي المرحلة الإبتدائية وأساتذة التعليم المتوسط والتعليم الثانوي، دراسة ميدانية بمدينة ورقلة، الجزائر: مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة)، العدد (9) (2012)، ص ص 85 – 99.
- الزهراني، نوال (2008): الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى.

– السبيعي، عبد الله سمعي (2014): الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة الرياض» (الرياض: رسالة ماجستير، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية)، ص10.

– سلمان، ثائر داود، محمد، سناء مجيد (2014): علاقة الاحتراق النفسي ببعض السمات الشخصية وأساليب مواجهة المشكلات لدى معلمي التربية الرياضية، الجزائر: مجلة العلوم الرياضية، جامعة ديالي، المجلد 6، العدد (3) ص ص 1 – 35.

– الشيخ، جواد محمد سعدي (2008): الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديمورافية لدى المعلمين، فلسطين: المركز القومي للبحوث، جامعة فلسطين، ص ص 1 – 20

– الضمور، ختام علي (2008): الاحتراق النفسي لدى الأم العاملة واثره في طريقة تعامل الأم مع الأبناء من وجهة نظر الأمهات العاملات في محافظة الكرك، الأردن: رسالة ماجستير، جامعة مؤتة، ص 10.

– الظفري، سعيد، القريوتي، إبراهيم (2010): الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عمان. الأردن، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 6، العدد 3، ص ص 175 – 190.

– عبد اللطيف، قصي، كاظم، محمد جواد (2007): الاحتراق النفسي لدى مدرسي العلوم الاجتماعية في المدارس، (العراق، مجلة كلية التربية الأساسية، جامعة بابل) العدد (52) ص ص 337 – 360

– عبد ربه، منى صالح (2009). علاقة الرضا الوظيفي بالإجهاد المهني لدى الممرضات،رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عمر المختار، كلية الآداب، قسم التربية وعلم النفس، ليبيا.

– محرز، فادية أحميد (2014): الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى العاملين بقطاع المصارف بمدينة سبها (سبها، ليبيا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة سبها)

- مختار، بوفرة (2012): الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى مدرسي التعليم الإبتدائي (الجزائر: رسالة ماجستير، جامعة وهران) ص ص 26 – 27
- يحيى، خولة، حامد، رنا نجيب (2014): مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقلياً في اليمن. اليمن: مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، السنة (10) العدد (20)ص ص 97 – 124
- يوسف، جمعة سيد (2007): إدارة الضغوط، القاهرة، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث في العلوم الهندسية، جامعة القاهرة) ص 31.
- السلخي، محمود جمال (2013). «مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات، الأردن: دراسات العلوم التربوية، الجامعة الأردنية)، مجلد 40، ملحق 4 (2013) ص ص 120 – 132.
- Austin. C. (2009): An investigation of workplace friendship and how it influences career advancement and job satisfaction: qualitative case study. unpublished Ph.D. Thesis. Capella University.
- Folkman. S & Lazarus. R. S (1988): Coping as a Mediator of Emotion. Journal of Personality and Social Psychology. 54. 466- 475.
- Moe. A: Pazzagila. F.. & Ronconi. L. (2010). When being able is not enough. The combined value of positive affect and self- efficacy for job satisfaction in teaching. Elsevier. Teaching and Teacher Education. pp.1- 9
- Schweitzer. MB (2002): Psychologie de la Sante. Modeles. concepts methods Duno. Paris.
- Shwu - Ying L. Hung & Hersh Waxman (2009): The Association of School and Teaching Commitment. Journal of Teaching and Education 25(2): 235- 243. February 2009. Doi: 10.1016/j.tate.2008.07.015

- Taylor. S.E. Helegson. V.S. Rees. G.M & Skokan. I A (1991): Self-generated Feelings of Control and Adjustment to Physical Illness. Journal of Social Issues. 47. 91- 109.
- Truchot. D (2006). Exigences Professionnellest et implication au travail: leur role dans l›emergence du burn out. In A. El Akremi. S. Guerrero. J.P. Neveu (Sous direction de). comprtement organisationnel: justice organisationnelle. enjeux de varriere et equisement professionnel Bruxelles: de boeck. P 313- 334