الاحتراق النفسي لدي طلاب وطالبات الدراسات العليا
بجامعة الملك عبدالعزيز (دراسة مقارنة)

☜إعـــداد

د/ شذا بنت جميل طه

المستخلص:

هدفت الدراسة الحالية الى دراسة الاحتراق النفسي لدى طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز. وقد استخدمت الباحثة المنهج المقارن للمقارنة بين درجة الاحتراق النفسي بناء على بعض المتغيرات وهي: المرحلة الدراسية، نوع البرنامج، الوضع الوظيفي للطلاب، الحالة الاجتماعية،المعدل الدراسي و الجنس. واستخدمت الباحثة مقياس الاحتراق النفسي (زينب شقير،٢٠٠٢م). و قد تكونت عينة الدراسة من (٧٦) طالب و طالبة بمرحلة الدراسات العليا.

و اسفرت النتائج عن ما يلي:

١. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمرحلة الدراسية (الماجستير و الدكتوراه).

٢. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير تبعا لنوع البرنامج (العام و الخاص).

٣. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للجنس (الطلاب و الطالبات).

٤. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي لطلاب الدراسات العليا تبعا للوضع الوظيفي للطلاب (الموظفين وغير الموظفين).

٥. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعاً للحالة الاجتماعية (المتزوجين وغير المتزوجين).

٦. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمعدل الدراسي (المعدل المرتفع والمعدل المنخفض).

Abstract :

The present study aims to examine burnout among post graduate students at King Abdulaziz University. comparative method for comparison between the degree of burnout has been used to examine the differences between students regarding to: level of study, type of program, employment status, marital status, academic level and gender. The researcher used Burnout Scale (Zainab Choucair, 2002). The study sample had consisted of (76) post graduate student. Results show the following:

1. There are significant differences in the degree of burnout among graduate students depending on the level of study (Master's and PhD).
2. There are significant differences in the degree of burnout among master students depending on the type of program (public and private).
3. There are significant differences in the degree of burnout graduate differences by gender (males and females)
4. There are no significant differences in the degree of burnout for graduate students depending on the employment status (employee-unemployed)
5. There are no significant differences in the degree of burnout among graduate students depending on their marital status (married and unmarried).
6. There are no significant differences in the degree of burnout among graduate students depending on their academic level (high and low GPA)

المقدمة:

يتعرض طلاب وطالبات الدراسات العليا أثناء عملية الإعداد والتأهيل التربوي لظروف وضغوط عديدة والتي بدورها تؤدي إلى فقدان الدافعية وفقدان الاهتمام بتحصيله وبزملائه إضافة إلى اللامبالاة في عطائه العلمي (قائد وآخرون،٢٠١١م).

ويعتبر الاحتراق النفسي ظاهرة مصاحبة للضغوط ومحصلة نهائية لها (البتال،٢٠٠٠م). فالاحتراق النفسي هو استجابة سلبية للضغوط التي يمر بها الطالب في حياته الجامعية، وينتج عنها العديد من الآثار منها تدني المستوى الأكاديمي، وإنخفاض الطاقة النفسية، وتدني الإحساس بالمسؤولية، والتخلي عن المثالية وزيادة السلبية ولوم الآخرين في حالة الفشل، قلة الدافعية، ونقص فعالية الأداء (الخطيب،٢٠٠٧م).

قد يعاني بعض طلاب الدراسات العليا من الاحتراق النفسي ، بينما لا يعاني منه البعض الآخر، ليس بسبب عدم وجود المشكلات والعقبات والضغوط التي يمر بها الآخرون لأنها لا تنتهي، بل لما يمكن أن يستخدمه هذا الشخص من أساليب إيجابية كفيلة أن تجعله يتجاوز هذه الضغوط أو يسايرها ويتعايش معها.

أهمية الدراسة:

١- تناولت الدراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لأنها أصبحت ضرورة من ضرورات الإهتمام بالصحة النفسية، ولما لها من دور اجتماعي وإقتصادي هام. كذلك لخطورة هذه الظاهرة وتأثيراتها السلبية على الصحة النفسية والجسدية للأفراد.

٢- تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال إلقاء الضوء على مصادر الضغوط التي يتعرض لها طلاب وطالبات الدراسات العليا سواء في مجال الدراسة بالجامعة أو خارجها، بما يتعلق بالجوانب الشخصية والصحية والانفعالية من ضغوط نفسية، ولما لها من تأثير على مستوى أداء الطلاب والطالبات وعلى مقدار ظهور الاحتراق النفسي لديهم، ومدى ارتباط ذلك على رضاهم عن الخدمات المقدمة لهم من أقسامهم العلمية أو القطاعات الأخرى بالجامعة.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة الفروق في مستوى الإحتراق النفسي لدى طلاب وطالبات الدراسات العليا بجامعة الملك عبد العزيز بجدة وهي تهدف إلى:

١- الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي الذي يتعرض له طلاب وطالبات مرحلة الدراسات العليا.

٢- التعرف على أثر بعض العوامل الاجتماعية والاقتصادية التي تزيد من الاحتراق النفسي.

٣- التعرف على الإختلافات بين طلاب البرامج المختلفة داخل الجامعة في استقبال الضغوط النفسية.

مشكلة الدراسة:

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي لطلبة الدراسات العليا واحدة من الظواهر التي يجب أن تؤخذ في عين الإعتبار لدى الباحثين. حيث أن إزدياد معدلات الاحتراق النفسي عن المعدل المطلوب قد ينتج عنه بعض الآثار السلبية على الصحة النفسية لدى الطالب. بالإضافة إلى آثار سلبية قد تؤثر على مسيرته التعليمية. ويعتبر طلاب الدرسات العليا مصدر من مصادر الاستثمار في مستقبل الدول النامية ، وأن تسربهم الدراسي لأي سبب من الأسباب قد يؤدي إلى خسارة للمجتمع و خسارة للمنشأة التعليمية. مما دفع الباحثين لدراسة العوامل التي قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي عند الطلاب ، وقد جاءت هذه الدراسة محاولة كشف أثر بعض المتغيرات مثل الجنس والحالة الاجتماعية والمهنة ونوع الدراسة (العام – الخاص). ولهذا ظهرت مشكلة الدراسة التي تتساءل عن الفروق في مستويات الاحتراق النفسي لدى طلاب الدراسات العليا في ضوء بعض المتغيرات.

مصطلحات الدراسة:

الاحتراق النفسي Psychological Burnout :

يُعرف تشرنس(١٩٨٠م) ظاهرة الاحتراق النفسي بأنها تتصف بالقلق والتوتر والإنهاك الجسمي والإنفعالي كإستجابة للضغوط النفسية المرتبطة بالعمل، مما يؤدي إلى تغيرات سلوكية وتغيرات تتعلق بالاتجاهات نتيجة لذلك (قائد؛ محسن؛ مقبل،٢٠١٢م:٩٦).

ويعرف الاحتراق النفسي إجرائياً أنه "حصول الأفراد على درجات مرتفعة على مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في الدراسة" (شقير،٢٠٠٢م).

طلاب الدراسات العليا:

يصنف طلاب الدراسات العليا في هذه الدراسة إلى:

مرحلة الماجستير:

هي مرحلة بعد مرحلة البكالوريوس تمتد من السنتين كحد أدنى إلى ٤ سنوات كحد أعلى وتكون عن طريق المواد المنهجية والرسالة والمناقشة، أو عن طريق المواد المنهجية والمشروع البحثي.

البرامج العامة:

هي برامج ذات طبيعة أكاديمية تؤهل الطالب للحياة الأكاديمية وتكون مواعيد الدراسة بها خلال أيام الأسبوع بالفترة الصباحية ويكون التركيز بالماجستير الأكاديمي على الأمور البحثية والأكاديمية وتكون بدون رسوم مالية.

البرامج الخاصة:

هي برامج ذات طبيعة مهنية وتطبيقيه وتكون مواعيد الدراسة بها خلال عطلة نهاية الأسبوع أو في الفترة المسائية خلال أيام الأسبوع وتكون برسوم مالية.

مرحلة الدكتوراه:

هي مرحلة بعد مرحلة الماجستير وتمتد من ٣ سنوات كحد أدنى إلى ٥ سنوات كحد أعلى، وتكون عن طريق المواد المنهجية ومن ثم الإختبار الشامل وبعد ذلك الرسالة والمناقشة (اللائحة الموحدة للدراسات العليا، ٢٠١٠م).

حدود الدراسة:

يحدد البحث الحالي بالحدود التالية :

أ- الموضوع الذي يتناوله : دراسة الاحتراق النفسي لدى طلاب الدراسات العليا بالمملكة (دراسة مقارنة).

ب- مجتمع الدراسة : يتمثل مجتمع الدراسة في جامعة الملك عبد العزيز التي تم فيها مسح شامل لجميع طلاب وطالبات الدراسات العليا بمرحلة الماجستير والدكتوراه (٦٣٥٦ طالب و طالبة)، (٣٤٢٥ من الذكور) و(٢٩٣١ من الاناث).

جـ- عينة الدراسة: بعد توزيع الاستبيانات إلكترونياً تم الحصول على ما يقارب (٧٦) طالب وطالبة في مرحلة الدراسات العليا.

د- الحدود الزمانية: تمت هذه الدراسة في عام ٢٠١٥م.

الإطار النظري:

تعريف الاحتراق النفسي : Psychological Burnout

يعرف قائد وآخرون (٢٠١١م:٩٦) الاحتراق النفسي بأنه حالة نفسية تتميز بمجموعة صفات سلبية مثل التوتر وعدم الاستقرار النفسي، والبعد عن الآخرين، والميل للعزلة، وأيضاً الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء.

وقد عرف المسادوني (١٩٩٠م) الاحتراق النفسي بأنه عبارة عن "حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط؛ أي أنه يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو والآخرين، بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة(الزهراني،٢٠٠٨م:١٥)

أما تشرنس(١٩٨٠م) يعرف الاحتراق النفسي بأنه عبارة عن ظاهرة تتصف بالقلق والتوتر والإنهاك الجسمي والانفعالي كإستجابة للضغوط النفسية المرتبطة بعمل الفرد، وتحدث في النهاية تغيرات سلوكية وتغيرات تتعلق بالإتجاهات نتيجة لذلك.

مظاهر الاحتراق النفسي:

نجد أن هناك عدة مظاهر يمكن أن نعرف بها الشخص المحترق نفسياً:

١- شعور الفرد بالتعب والإنهاك الجسمي والنفسي مما يؤثر عليه ويؤدي إلى شعور الفرد بفقدان الطاقة النفسية أو المعنوية وقلة النشاط وضعف الحيوية وبالتالي فقدان الشعور بتقدير الذات.

٢- الإتجاه السلبي نحو العمل والفئة التي يقدم لها الخدمة (تلاميذ، مرضى، مسترشدين) وفقدان الدافعية نحو العمل .

٣- الإحساس بالإحباط واليأس والفشل، والنظرة السلبية للذات والحياة المهنية (قائد وآخرون،٢٠١١م:٩٩).

أعراض الاحتراق النفسي:

قد أورد كيرنيس (Cherniss,1980) قائمة تمثل صور من الاحتراق النفسي وملامحه لدى الأفراد، ومنها ما يلي:

١- حالة من الشعور بالعجز والفشل

٢- الانعزال والانسحاب.

٣- الشعور بالإرهاق والإجهاد طوال اليوم.

٤- النظر إلى الساعة بين الفينة والآخرى.

٥- شعور المرء بأنه مشلول الحركة، مغلول اليدين، مهيض الجناح.

٦- اضطرابات النوم (البتال،٢٠٠٠م:٦٥-٧١)

وقدم سيدولاين (cedoline,1982) في كتابة (الاحتراق النفسي في التعليم الحكومي): أعراض وأسباب ومهارات البقاء، التي تعتبر تقييما شاملا لأعراض الاحتراق النفسي مشيرا إلى أنه من النادر أن تجد شخصا خاليا من هذه الأعراض والتي أهمها:

١- **الأعراض الجسمية:** منها : الإجهاد / الاستنزاف، وتشنج العضلات، والآلام البدينة وإبتعاد الفرد عن الآخرين، وتناول الأدوية والكحول، وأمراض القلب والصحة العقلية، وارتفاع ضغط الدم.

٢- **الأعراض العقلية (المعرفية):** تتمثل في التفكير المفرط بالعمل، وضعف مهارات صنع القرار وعيوب في معالجة المعلومات ومشكلات الوقت.

٣- **الأعراض النفس عاطفية:** تتمثل في المقاومة الشديدة للتغيير، التبرير أو الإنكار والغضب والاكتئاب وجنون العظمة واللامبالاة ، وانتقاص الذات والاتجاهات المتحجرة.

٤- **الأعراض الاجتماعية:** منها إعطاء الموظف وقته كاملا لعمله على حساب نفسه وحساب بيئته وأيضا الانسحاب الاجتماعي والسخرية والتذمر والفاعلية المنخفضة والدعابة الساخرة وتفريغ الضغط في البيت وأيضا بعض الارتباطات المنفرة والعزلة الاجتماعية.

٥- **الأعراض الروحية:** عندما يصل الاحتراق النفسي للمرحلة النهائية، فإن الأنا تصبح مهددة من كل شيء تقريبا وتصبح أعراض الضغط الجسدية منتظمة وتكون الثقة بالنفس متدنية وكذلك تصبح فعالية العمل ضعيفة كما تضيع العلاقات الاجتماعية بشكل كبير وتصبح الحاجة إلى التغيير أو الهروب

من الواقع هي الفكرة الرئيسية التي تسيطر على تفكير الشخص، وعندما لا يدرك الموظف سوى خيارات التقاعد وتغيير الوظيفة والعلاج النفسي والحزن والانتحار في بعض الحالات (العياصرة،٢٠٠٨م:١٠٢-١٠٣).

أسباب الاحتراق النفسي:

نجد أن هناك بعض العوامل الرئيسية التي تسبب حدوث الاحتراق النفسي لدى الطلبة أثناء تحصيلهم الدراسي في الجامعة تتمثل على النحو التالي:

١- إن كثير من الإحباطات التي تصيب الطلاب أثناء التعلم تكون ناتجة عن فشل عضو هيئة التدريس، أو عدم قدرته على تحفيز الطلاب واستثارتهم وذلك ناتج عن جمود وجفاف وسلبية وغياب التفاعل بين الطلبة والمحاضر، إلى جانب تقليل بعض المدرسين من قيمة استجابات الطلبة، وتقييد الطلبة بالاستجابات التي تطابق أسلوب المعلم نفسه فقط، ويؤدي ذلك إلى فشل الطلبة وحرمانهم من أقوى معزز للاستمرار في التعلم إلا وهو النجاح (قائد، الزيدي: ٢٠٠٦م).

٢- عدم إلمام بعض أعضاء هيئة التدريس بالخصائص النفسية للمرحلة العمرية للطلاب، فمن أعضاء هيئة التدريس من يجهل خصائص المرحلة التي يتعامل معها، فلا يعرف خصائص المرحلة الجامعية مثلا، وما يصاحبها من سلوكيات فيفسر تصرفات الطلاب بقياسها على تصرفات الأطفال والمراهقين، وهذا ما يجعله يوجه انتقاداته للطلاب فيفاجأ بالرفض من قبلهم أيضاً عدم الإلمام بالفروق الفردية بين الطلاب، واختلاف أساليب الطلاب المفضلة في التعلم، فمنهم - مثلا - من يفضل الأساليب الفردية، ومنهم من يفضل الأساليب

الجماعية، ومنهم من يفضل أسلوب الشرح من المحاضر، وبعضهم يفضل أسلوب المناقشة والاستنتاج وأسلوب التجريب العلمي.

٣- إتباع أسلوب واحد في التدريس، وعدم التجديد والإبداع، وهذا يجعل المحاضرة تسير بطريقة رتيبة ويساهم ذلك في ملل الطلاب، وقد يعيق تعلم بعضهم، وهو أيضاً يساهم في خفض مستوى الدافعية للمشاركة، وكل ذلك يجعل الطالب يرى عملية التعليم مملة أو مميته (قائد وآخرون، ٢٠١١م : ٩٤٩٥).

الدراسات السابقة:

دراسة شقير(١٩٩٧م) الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى طالبات الجامعة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي. وتكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالبة من الصفوف الثاني والثالث والرابع بجامعة الملك عبد العزيز بجدة، تراوحت أعمارهن ما بين ٢٠-٢٥ عاماً من كليات خمس: الآداب، الإدارة والاقتصاد، الاقتصاد المنزلي، العلوم، الطب. واستخدمت الباحثة المقاييس التالية: مقياس الضغوط النفسية من إعداد الباحثة، ومقياس الاحتراق النفسي من إعداد الباحثة. وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي. كما ظهرت فروق ذات دلالة إحصائية بين تقدير طالبات الإقامة الخارجية وتقديرات طالبات الإقامة الداخلية بالسكن الجامعي على مقاييس الضغوط: الاقتصادية (المادية) – الدراسية – الاجتماعية – الانفعالية – الشخصية – الصحية – الضغوط الكلية. وتشير نتائج الدراسة إلى أن طالبات كلية الاقتصاد المنزلي أكثر تعرضاً للضغوط الاجتماعية تليها طالبات كليات الطب ثم طالبات كلية العلوم والاقتصاد والادارة لتنتهي بطالبات كلية الآداب.

دراسة بيكر وآخرون (Baker,A et.al.2006):

وقد اهتمت بدراسة العلاقة بين عوامل الشخصية الخمسة والاحتراق النفسي لدى متطوعين يعملون في الإرشاد النفسي، وتكونت عينة الدراسة من ٨٠ متطوعاً (٧٥) من الإناث، و(٥) ذكور، وقد تمت الدراسة في هولندا واستخدم الباحثين قائمة مازلاخ للاحتراق النفسي Maslach Burnout Inventory ومقياس عوامل الشخصية الخمس لهندريكس واستخدمت الدراسة طريقة الانحدر Multiple regression لمعرفة النتائج والتي كانت توضح أن الإرهاق العاطفي يمكن التنبؤ به من الثبات العاطفي، حيث أنه كلما زادت درجة الثبات العاطفي لدى الفرد كلما قل الإرهاق العاطفي. وأن الشخصية الإكتئابية يمكن التنبؤ بها من الثبات العاطفي، حيث أنه كلما زاد الثبات العاطفي إنخفضت أعراض الشخصية الإكتئابية. وأن الإنجاز الشخصي يمكن التنبؤ به من الإنبساط والذكاء والإنسجام بالعمل، حيث أنه كلما تمتع الشخص بقدر أكبر من الانبساط ولديه نسبة ذكاء أعلى كلما كان إنجازه وإنسجامه بالعمل أكبر، وأوضحت الدراسة أن العوامل الأساسية في الشخصية تعمل كمخفف للعلاقة بين التجارب السلبية والاحتراق النفسي. وأقترحت الدراسة أن الشخصية تسهم في مساعدة الشخص على حمايته ضد المخاطر الغير معروفة والتي تؤدي إلى زيادة الاحتراق النفسي لدى الأشخاص العاملون في المجالات الانسانية.

دراسة مكدونال-فلتشر (McDonald- Fletcher,2008):

هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي على الاحتراق النفسي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٦٠) شخصاً يعملون كمساعد ومدرب للعلاج الطبيعي، وقد استخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الضغوط النفسية للعاملون بالصحة لـ Walfgang,1997 (Alan)، ومقياس الحياة العملية لـ (Michael Leiter)،

وقائمة ماسلاخ للاحتراق النفسي (Maslach &Jackson,1986)، ومقياس الدعم الاجتماعي (Cutronall&Russell)، واستخدمت الدراسة طريقة الإنحدار Multiple regression لمعرفة النتائج ، وقد أسفرت نتائج الدراسة مايلي:

- كشفت النتيجة عن مستوى متوسط من الضغوط النفسية ومستوى متوسط من الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة .
- السيدات أظهرن مستوى أعلى من الإرهاق العاطفي (Emotional Exhaustion)، والذكور أظهروا مستوى أعلى في فقد الشخصية (Depersonalization).
- كما أظهرت النتائج أن الضغوط النفسية والاحتراق ومرتبطة بعدد ساعات العمل الأسبوعية ، كلما زاد عدد الساعات إزداد الضغوط.
- وأظهرت نتائج الدراسة تأثير درجة الضغوط النفسية والاحتراق النفسي بدرجة (الدعم الاجتماعي)، كلما زاد الدعم إنخفضت الضغوط.

دراسة كانيا وآخرون (Kania, Meycr, Eberole,2009)

هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقة بين بعض العوامل الشخصية والبيئية والاحتراق النفسي لدى عينة من مدربي الرياضة المعتمدين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٦) من مدربي الرياضة المعتمدين في مؤسسة NCAA ، واستخدمت الدراسة الأسلوب الاحصائي، واستخدمت الدراسة الأدوات التالية: تم توزيع مقياس المستوى الاجتماعي والاقتصادي ومقياس ماسلاك للاحتراق النفسي (Maslach & Jackson, 1986) ، واستخدمت الدراسة طريقة الانحدار المتعدد Multiple regression وأسفرت النتائج مايلي :

- معظم العينة أوضحت مستوى منخفض إلى مستوى متوسط من الاحتراق النفسي.
- توجد علاقة بين الصفات الشخصية والإرهاق العاطفي عند درجة ٠.٠٠٠١.
- توجد علاقة بين الصفات الشخصية وفقدان الشخصية ٠.٠٠٠١.
- توجد علاقة بين الصفات الشخصية والإنجاز ٠.٠٠٠١.
- توجد علاقة بين الصفات البيئية والإرهاق العاطفي ٠.٠٠٠١.
- توجد علاقة بين الصفات البيئية وفقدان الشخصية ٠.٠٠٠١.
- لا توجد علاقة بين الصفات البيئية و الإنجاز .

دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م) مستوى الاحتراق النفسي لدى طلبة كلية التربية/عدن وأثره على تكيفهم الاجتماعي:

و هدفت الدراسة إلى استكشاف مستوى الاحتراق النفسي لدى طلبة كلية التربية أثناء الإعداد والتأهيل التربوي والمهني وأثره على تكيفهم الاجتماعي الدراسي، والتعرف على علاقة متغيرات النوع والمستوى الدراسي والتخصص العلمي للطلبة من وجهة نظرهم. وتكونت عينة الدراسة من ١٦٨ طالب وطالبة من كلية التربية. واستخدام الباحثون المقاييس التالية: مقياس ماسلاك لقياس الاحتراق النفسي وأسفرت نتائج الدراسة ما يلي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين وجهات نظر الطلاب والطالبات حول الاحتراق النفسي الذي يتعرضون له أثناء فترة دراستهم في الكلية.
- عدم وجود فروق دالة بين وجهات نظر الطلبة حول الاحتراق النفسي أثناء سنوات تحصيلهم الأكاديمي في الكلية حسب متغير التخصص.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات الطلبة حول الإحتراق النفسي الذي يتعرضون له أثناء فترة دراستهم في الكلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

دراسة المشاط (٢٠١١م) مفهوم الذات وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة جدة:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٦) معلمة. وقد استخدمت الباحثة مقياس مفهوم الذات من إعداد محمود منسي، ومقياس الاحتراق النفسي للمعلمين من إعداد ليكرت، تعريب عادل محمد. وأشارت نتائج الدراسة إلى : وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي.

دراسة الحارثي (٢٠١٢م) الاحتراق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية بمحافظة الطائف:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين تكرار الاحتراق النفسي وبين شدة الاحتراق النفسي لدى مديري مدارس الثانوية بمحافظة الطائف، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٠٣) مديراً من مدراء المدارس، واستخدام الباحث الأدوات التالية: مقياس الاحتراق النفسي لـ ماسلك المعرب، ومقياس الأداء الوظيفي من إعداد الباحث. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى:

وجود علاقة عكسية بين درجة تكرار وشدة الاحتراق وبين مستوى الأداء الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية.

دراسة سورد (Swords ,2013):

وقد هدفت الدراسة إلى معرف العلاقة بين الاحتراق النفسي والحماس النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات مرحلة الدكتوراه في علم النفس الإرشادي والإكلينكي، وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٣) طالب وطالبة من مرحلة الدكتوراه من تخصص علم النفس الإكلينكي والإرشاد النفسي، واستخدم الباحث الأدوات التالية: مقياس الاحتراق النفسي لشيد مون ميلاميد، ومقياس الحماس النفسي لشيد مون ميلاميد، ومقياس الضغوط العام، ومقياس الخلافات الداخلية للمجموعات، ومقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي، واستخدم الباحث طريقة الإنحدار Multiple regression ، وأوضحت نتائج الدراسة أن التعامل مع ضغوط العمل له علاقة مباشرة مع درجة الاحتراق النفسي ودرجة الحماس للعمل لدى طلاب الدكتوراه.

دراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م) الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القانطين في المنازل الداخلية وعلاقته ببعض المتغيرات:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي عند الطلبة الجامعيين في الجامعات الحكومية والخاصة والقانطين في المنازل الداخلية وعلاقة ذلك بكل من الجنسين والمستوى الدراسي والتخصص والتحصيل الدراسي، تكونت عينة الدراسة من ٣٢٩ طالباً وطالبة تم إختيارهم من ١٧ سكناً داخلياً. طبق عليهم مقياس الاحتراق النفسي من إعداد ماسلك والمقنن على البيئة الأردنية، وتوصل الباحثون إلى عدد من النتائج وهي:

- ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القاطنين بالمنازل الداخلية.
- هناك اختلافات واضحة دالة إحصائياً في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير الجنس حيث تبين أن هناك ارتفاعا في مستوى الاحتراق النفسي عند الذكور في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر مقارنة بالإناث اللاتي حصلن على درجات مرتفعة في بعد نقص الشعور بالإنجاز.
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير التخصص الأكاديمي.
- هناك فروق واضحة دالة إحصائياً في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المعدل التراكمي في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر وذلك عند الطلبة ذوي المعدلات المتدنية ، أما في مجال نقص الشعور بالإنجاز فإن الفروق لم تظهر .
- **عدم وجود فروق دالة في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.**

دراسة يمنية (٢٠١٣م) الاحتراق النفسي وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط وطبيعة الممارسات المهنية كما يدركها الأفراد العاملين:

هدفت الدراسة الحالية إلى تقصي وجود علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي بأبعاده وأساليب مواجهة الضغوط، ودراسة الفروق في درجة ومستوى الاحتراق النفسي تبعاً لطبيعة الممارسات المهنية لدى الأفراد العاملين. تكونت عينة الدراسة من ٣٢٠ عامل موزعين على ٥ قطاعات مهنية:

التعليم – الصحة – المحروقات – البريد – المواصلات – الإدارة. إعتمدت الدراسة على ثلاث أدوات لجمع البيانات: الأولى استمارة طبيعة الممارسات المهنية. الثانية مقياس الاحتراق النفسي المطور لكل المهن من إعداد الباحثة، والثالثة مقياس أساليب مواجهة الضغوط من إعداد نبيلة أبو حبيب. وأشارت النتائج إلى علاقة ارتباطية سلبية بين الاحتراق النفسي وأساليب مواجهة الضغوط، كما برزت علاقة ارتباطية إيجابية بين الاحتراق النفسي وكل من أسلوبي المواجهة السلبية وأساليب إلتماس العون. كما ظهرت علاقة ذات دلالة احصائية بين الدرجة الكلية لأساليب المواجهة وأبعاد الاحتراق النفسي الثلاثة حث نجد علاقة سلبية بين أساليب المواجهة وكل من بعدي الإجهاد الانفعالي ونقص الشعور بالإنجاز، وعلاقة إيجابية بين أساليب المواجهة وبعد تبلد المشاعر لدى الأفراد. كما سجلت الدراسة وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الاحتراق النفسي وأبعاد أساليب المواجهة. باستثناء غياب العلاقة بين نقص الشعور بالإنجاز والأساليب السلبية للمواجهة. كما أكدت الدراسة إلى عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي تعزى إلى صنف المهنة أو طبيعة الجهد المبذول، أو تعدد المهام المهنية أو التطور المهني، في حين برزت فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي تعزى إلى طبيعة العلاقات المهنية أو الانسجام المهني، أو الحاجة للتوظيف العاطفي والانفعالي في المهنة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

بعد عرض الدراسات السابقة يمكن التعليق على تلك الدراسات من حيث أهدافها وعينتها، ونتائجها ؛ لمعرفة مدى علاقتها بالدراسة الحالية، وعلى ما يمكن أن تسهم به علمياً ونظرياً وذلك كالتالي:

بالنسبة للأهداف:

اختلفت الدراسات السابقة في تناولها لمفهوم الاحتراق النفسي من حيث الأهداف؛ تبعاً لتباين أهداف الباحثين، فقد هدفت دراسة شقير (١٩٩٧م) إلى معرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي، بينما هدفت دراسة بيكر وآخرون(Baker,A et.al,2006) إلى معرفة العلاقة بين العوامل الشخصية الخمسة والاحتراق النفسي. في حين هدفت دراسة مكدونالد-فلتشر (Mc Mcdonald-Fletche,2008) إلى معرفة أثر الضغوط النفسية والدعم الاجتماعي على الاحتراق النفسي . أما دراسة كانيا واخرون (Kania, Meycr, Eberole.2009) فقد هدفت إلى معرفة العلاقة بين العوامل الشخصية والبيئية والاحتراق النفسي. بينما هدفت دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م) ودراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م) إلى معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى طلبة كلية التربية وطلبة الجامعة. وهدفت دراسة المشاط (٢٠١١م) إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية. وفي دراسة الحارثي (٢٠١٢م) كان الهدف معرفة العلاقة الارتباطية بين تكرار الاحتراق النفسي والحماس النفسي. في حين هدفت دراسة يمنية (٢٠١٣م) إلى تقصي وجود علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي بأبعاد الاحتراق النفسي بأبعاده وأساليب مواجهة الضغوط ودراسة الفروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لطبيعة الممارسات المهنية.

بالنسبة للعينة:

تباينت العينة من باحث لآخر تبعاً لنوع المستجيب، فبعض الدراسات اتفقت مع الدراسة الحالية حيث تم تطبيقها على طلبة الجامعة وطلبة الكلية كدراسة شقير (١٩٩٧م) و دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م) ودراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م). بينما دراسة

بيكر وآخرون (Baker A.et.al.2006) تناولت المتطوعين الذين يعملون في الإرشاد النفسي. وقد تناولت دراسة مكدونالد-فلتشر (McDonalad-Fletcher,2008) الذين يعملون كمساعد ومدرب للعلاج الطبيعي. وهناك دراسات تناولت المعلمين والمدراء كدراسة المشاط (٢٠١١م) ودراسة الحارثي (٢٠١٢م)، وقد تناولت دراسة سورد (Swords,2013) على طلاب وطالبات مرحلة الدكتوراه.

بالنسبة للنتائج:

توصلت نتائج الدراسات السابقة إلى ما يلي:

١- توصلت دراسة شقير (١٩٩٧م) إلى وجود علاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي، وإختلاف مستوى الضغوط بين الطالبات نظراً لإختلاف الكليات.

٢- أكدت إحدى الدراسات أن الشخصية تسهم في مساعدة الشخص على حمايته ضد المخاطر الغير معروفة والتي تؤدي إلى زيادة الاحتراق النفسي لدى الأشخاص العاملون في المجالات الانسانية هذا ما أكدته دراسة بيكر وآخرون (٢٠٠٦م).

٣- كشفت دراسةمكدونالد- فلتشر (Mc Donald- Fletcher,2008) أن الضغوط النفسية والاحتراق النفسي مرتبطة بعدد ساعات العمل الأسبوعية، وأيضاً وجود تأثير درجة الضغوط النفسية والاحتراق النفسي بدرجة الدعم الاجتماعي.

٤- إنخفاض مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي الرياضة المعتمدين في مؤسسة NCAA و هذا ما أكدته دراسة (kania, Meycr,Eberole,2009).

٥- وجود فروق بين وجهات نظر الطلاب والطالبات حول الاحتراق النفسي الذي يتعرضون له أثناء فترة دراستهم في الكلية، كما أكدت دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م).

٦-افادت دراسة المشاط (٢٠١١م) عن وجود علاقة دالة إحصائية بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي.

٧- التعامل مع ضغوط العمل له علاقة مباشرة مع درجة الاحتراق النفسي ودرجة الحماس للعمل لدى طلاب الدكتوراه، كما أكدت دراسة سورد (Swords,2013).

٨- توجد فروق واضحة و دالة إحصائياً في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المعدل التراكمي في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر وذلك عند الطلبة ذوي المعدلات المتدنية كما أكدت دراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م).

٩- أشارت دراسة يمنية (٢٠١٣م) إلى وجود فروق دالة إحصائياً في الاحتراق النفسي التي تعزى لطبيعة العلاقات المهنية أو الانسجام المهني، أو الحاجة للتوظيف العاطفي والانفعالي في المهنة.

فروض الدراسة:

١. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمرحلة الدراسية (الماجستير و الدكتوراه).

٢. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير تبعا لنوع البرنامج (العام و الخاص).

٣. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي لطلاب الدراسات العليا تبعا للوضع الوظيفي للطلاب (الموظفين وغير الموظفين).

٤. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعاً للحالة الاجتماعية (المتزوجين وغير المتزوجين).

٥. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمعدل الدراسي (المعدل المرتفع والمعدل المنخفض).

٦. توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للجنس (الطلاب و الطالبات).

أداة الدراسة :

مقياس الاحتراق النفسي زينب شقير (٢٠٠٢م)

يهدف هذا المقياس إلى التعرف على قدرة الفرد على تقدير درجة الاحتراق النفسي لديه.

وصف المقياس :

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٥) عبارة يقابلها أربعة اختيارات (تنطبق تماماً) (تنطبق إلى حد ما)، (لا تنطبق)، (إطلاقاً).

وبعد الانتهاء من إعداد المقياس وعباراته تم عرضه على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس والصحة النفسية بجامعة الملك عبدالعزيز (مصريين وسعوديين)، وقد تم تعديل الصياغة في بعض عبارات المقياس وفق آراء المحكمين، ووفق ما ينطبق على عينة المجتمع السعودي وكذلك المجتمع المصري.

- يعطى الفرد الإجابة لكل عبارة من صفر – ٣ درجات وبذلك تتراوح الدرجة الكلية على المقياس ما بين صفر – ٧٥ درجة. وارتفاع الدرجة على المقياس تعبر عن ارتفاع معدل الاحتراق النفسي، وانخفاضها تعبر عن انخفاض تقدير الفرد للاحتراق النفسي لديه.

صدق المقياس:

تمتع المقياس في صورته الأصلية بمعامل صدق مرتفع حيث معامل الصدق التلازمي ٠.٨٢ وهو معامل إرتباط مرتفع ودال وموجب.

ثبات المقياس:

تمتع المقياس بصورته الأصلية بمعامل ثبات مرتفع حيث بلغ معامل الثبات ٠.٨٩.

تقنين المقياس على عينة الدراسة:

ونظرا لإختلاف عينة الدراسة الحالية عن عينة المقياس قامت الباحثة بتقنين المقياس على عينة الدراسة (طلبة الدراسات العليا) حيث بلغ عددهم ٦٤ طالب وطالب .

صدق المقياس :

صدق المحكمين:

حيث تم عرض العبارات على مجموعة من أساتذة علم النفس بكلية الآداب بجامعة الملك عبدالعزيز بقسم علم النفس وقد تم الاتفاق على جميع العبارات.

صدق الإتساق الداخلي:

تم حساب الصدق الإتساق الداخلي من خلال حساب ارتباط كل عبارة بمجموع الدرجة الكلية (يعتبر مؤشر للصدق) ، وقد تم إجراءات الصدق على عينة استطلاعية بلغ عددهم (٦٤) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (١)

معامل الارتباط بين فقرات مقياس الاحتراق النفسي

رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم العبارة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١	٠.٥٩	٠.٠٠١	١٤	٠.٦٥	٠.٠٠١
٢	٠.٥٩	٠.٠٠١	١٥	٠.٦٧	٠.٠٠١
٣	٠.٧٥	٠.٠٠١	١٦	٠.٦٦	٠.٠٠١
٤	٠.٦٨	٠.٠٠١	١٧	٠.٥٧	٠.٠٠١
٥	٠.٧٣	٠.٠٠١	١٨	٠.٥٨	٠.٠٠١
٦	٠.٤٩	٠.٠٠١	١٩	٠.٧٦	٠.٠٠١
٧	٠.٥١	٠.٠٠١	٢٠	٠.٧٦	٠.٠٠١
٨	٠.٦٠	٠.٠٠١	٢١	٠.٦٥	٠.٠٠١
٩	٠.٥٥	٠.٠٠١	٢٢	٠.٥٤	٠.٠٠١
١٠	٠.٥٢	٠.٠٠١	٢٣	٠.٥٧	٠.٠٠١
١١	٠.٧٠	٠.٠٠١	٢٤	٠.٥٨	٠.٠٠١
١٢	٠.٤٢	٠.٠٠١	٢٥	٠.٦٢	٠.٠٠١
١٣	٠.٣٨	٠.٠٠٢			

يتضح من الجدول السابق أن جميع عبارات المقياس دالة إحصائياً.

ثبات المقياس:

في هذا الجزء من الدراسة قامت الباحثة بقياس ثبات الأداة الذي يقصد به معرفة قدرة الأداة في الحصول على البيانات نفسها، أو بيانات مقاربة لها كلما أعيد تطبيقها.

وقد تم حساب ثبات المقياس بعدة طرق تمثلت في : (معامل ألفا كرونباخ، التجزئة النصفية) وذلك في محاولة لمعالجة أكثر من معنى من معاني الثبات والتي لا تتحقق دون الجمع بين عدة طرق.

١- ثبات ألفا كرونباخ:

ويمكن أن نوضح معامل ثبات ألفا كرونباخ وذلك للمقياس ككل ولمكوناته الفرعية في الجدول التالي:

جدول (٢)

معامل الفا لمقياس الاحتراق النفسي

المقياس	العينة	معامل ألفا كرونباخ
الاحتراق النفسي	٦٤	٠.٧٥

يتضح من الجدول السابق والذي يوضح طرق حساب الثبات للمقياس الكلي، فقد بلغ معامل ألفا كرونباخ (٠.٧٥) مما يوضح أن المقياس تمتع بمعامل ثبات مرتفع.

٢- ثبات التجزئة النصفية:

تم حساب معامل الارتباط بين درجات البنود الفردية، ودرجات البنود الزوجية لأفراد العينة وبعد ذلك تم تصحيح معاملات الارتباط الناتجة باستخدام معادلة سبيرمان – براون، واتضح أن قيمة معامل الارتباط للمقياس باستخدام التجزئة النصفية مما يؤكد أن المقياس يتمتع بقدرمن الثبات، والجدول التالي يوضح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية على عينة التقنين:

جدول (٣)

يوضح درجات ثبات التجزئة النصفية لاختبار الاحتراق النفسي

العينة	معامل ارتباط النصفين	معامل ثبات المقياس	قيمة الدلالة
٦٤	٠.٩٢	٠.٩٦	٠.٠١

من الجدول السابق يتضح لنا أن معامل ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاحتراق النفسي (٠.٩٦) معامل ثبات جيد ومرتفع مما يشجع على استخدام المقياس في أي دراسة على البيئة المحلية.

عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (٧٦) طالب وطالبة من جامعة الملك عبدالعزيز بجدة حيث بلغ عدد الطلاب (٧) طلاب وقد بلغ عدد الطالبات (٦٩) طالبة، وقد بلغ عدد طلبة الماجستير (٧٣)طالبا وطالبة، و طلبة الدكتوراه(٣) طلاب .

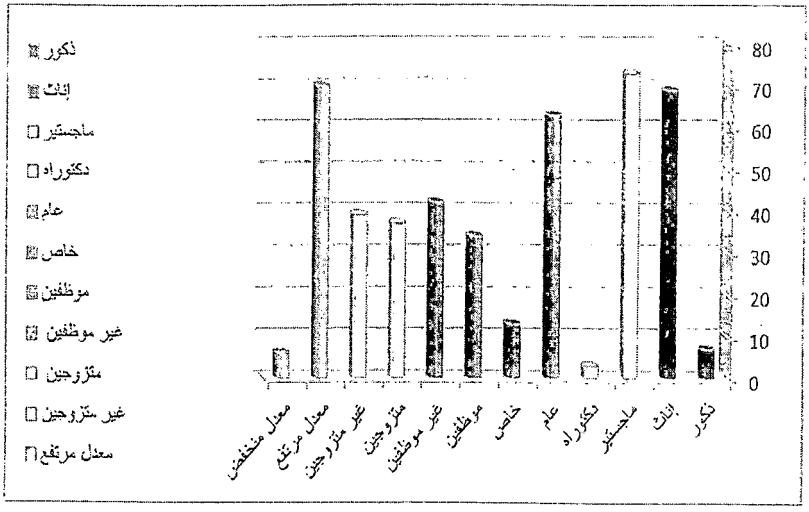
جدول (٤)

يوضح أفراد العينة

العينة		العدد	المجموع
الجنس	ذكور	٦٩	٧٦
	إناث	٧	
الحالة الاجتماعية	متزوجين	٣٧	٧٦
	غير متزوجين	٣٩	
المرحلة الدراسية	ماجستير	٧٣	٧٦
	دكتوراه	٣	
نظام الدراسة	عام	٦٣	٧٦
	خاص	١٣	
المهنة	موظفين	٣٤	٧٦
	غير موظفين	٤٢	
المعدل	مرتفع	٧٠	٧٦
	منخض	٦	

شكل (١)

يوضح عينة الدراسة



إجراءات الدراسة:

تم تحويل الاستبانة إلى صحفة إلكترونية تحتوي في الجزء الأول على المعلومات

الأساسية عن الطالب والطالبة وعن البرنامج الملتحق به سواء كان خاص أو عام وبأي مرحلة (ماجستير – دكتوراه)، وفي الجزء الثاني كان مقياس الاحتراق النفسي (زينب شقير، ٢٠٠٢م)، وتم إرسال الرابط عشوائياً على مئات الطلاب والطالبات الملتحقين بمرحلتي الماجستير والدكتوراه بجامعة الملك عبدالعزيز، وقد كان الهدف جمع أكثر من ٢٠٠ استبانة. ولكن تم الحصول على أقل من ٢٠٠ استبانة وقد يرجع السبب إلى أن الاستبانة قد

وزعت قرب نهاية العام الدراسي وأن غالبية الطلاب والطالبات مشغولون بالاختبارات ، فقد تم إكمال (٧٦) استبانة فقط غالبيتها من شطر الطالبات ومن برامج الماجستير.

نتائج الدراسة:

الفرض الأول:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمرحلة الدراسية (الماجستير والدكتوراه).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير والدكتوراه، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٥)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير والدكتوراه

المرحلة الدراسية	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
ماجستير	٧٣	٢٨.٥٨	١٥.٢١	٢.٠٩	٠.٠٤	دال إحصائيا
دكتوراه	٣	١٠	٨.٥٤			

يتضح من الجدول السابق أن عدد طلاب الماجستير قد بلغ (٧٣) طالبا و(٣) من طلبة الدكتوراه وقد بلغ متوسط طلبة الماجستير (٢٨.٥٨) بإنحراف معياري (١٥.٢١)، وأن متوسط طلبة الدكتوراه (١٠) بإنحراف معياري (٨.٥٤)، وبلغت قيمة ت (٢.٠٩) عند مستوى دلالة (٠.٠٤). إذاً تحقق

الفرض، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير والدكتوراه.

ويمكن تفسير ذلك بسبب أن طلبة مرحلة الماجستير قد يكون بعضهم موظفين ولديهم تفرغ جزئي، فقد يعاني الطلبة في هذه المرحلة من أعباء وواجبات ومهام في مجال عمله ودراسته بينما طالب الدكتوراه لديه تفرغ كلي للدراسة، وأيضاً تختلف طبيعة الدراسة في كلا المرحلتين حيث أن مرحلة الماجستير تحتوي على مقررات منهجية أكثر من الدكتوراة.

وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م) التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات الطلبة حول الاحتراق النفسي الذي يتعرضون له أثناء فترة دراستهم في الكلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

في حين اختلفت دراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م) حيث أكدت عدم وجود فروق دالة في أبعاد الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المستوى الدراسي.

كما أشارت دراسة يمنية (٢٠١٣م) بعدم وجود فروق في الاحتراق النفسي تعزى إلى الجهد المبذول أو تعدد المهام المهنية أو التطور المهني.

الفرض الثاني:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير تبعا لنوع البرنامج (العام –الخاص).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير (العام –الخاص)، وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٦)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير(العام- الخاص)

نظام الدراسة	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
عام	٦٣	٢٤.٣٣	١٤.٣٢	٥.٠٢	٠.٠١	دال إحصائيا
خاص	١٣	٤٤.٨٥	٦.٧٩			

يتضح من الجدول السابق أن عدد طلاب القطاع العام قد بلغ (٦٣) طالبا و(١٣) من طلبة القطاع الخاص وقد بلغ متوسط طلبة القطاع العام (٢٤,٣٣) بإنحراف معياري (١٤.٣٢)، وأن متوسط طلبة القطاع الخاص (٤٤.٨٥) بإنحراف معياري (٦.٧٩)، وبلغت قيمة ت (٥.٠٢) عند مستوى دلالة (٠.٠١). إذاً تحقق الفرض، حيث توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الماجستير (العام -الخاص) لصالح طلبة الماجستير الخاص.

ويفسر ذلك بأن طلبة الماجستير (الخاص) لديهم أعباء التكاليف المالية للدراسة مما يؤدي إلى معاناتهم من الضغوط الاقتصادية اكثر من غيرهم، وبالتالي يعانون من إحتراق نفسي بشكل أكبر من طلبة الماجستير (العام). بالإضافة الى ان البرامج الخاصة تقام في الفترة المسائية او بالإجازة الاسبوعية وهو ما يجعل أغلب الطلاب يحضر مباشرة من عمله الى المحاضرات أو انه لا يستمتع بإجازاته الاسبوعية فيكون أسبوعة بالكامل مشغول وعدد ساعات عمله اكبر بكثير من طلاب البرامج العامة.

الفرض الثالث:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للوضع الوظيفي للطلاب (الموظفين وغير الموظفين).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين الطلاب و الطالبات الموظفين وغير الموظفين. وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٧)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) الموظفين وغير الموظفين

المهنة	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
موظفين	٣٤	٢٨.٥٠	١٦.٢٣	٠.٣٣	٠.٧٤	غير دال إحصائيا
غير موظفين	٤٢	٢٧.٣١	١٤.٨٨			

يتضح من الجدول السابق أن عدد الطلبة الموظفين قد بلغ (٣٤) طالبا و(٤٢) من الطلبة الغير موظفين وقد بلغ متوسط الطلبة الموظفين (٢٨.٥٠) بإنحراف معياري (١٦.٢٣)، وأن متوسط الطلبة الغير موظفين (٢٧.٣١) بإنحراف معياري (١٤.٨٨)، وبلغت قيمة ت (٠.٣٣) عند مستوى دلالة (٠.٧٤). إذاً لم يتحقق الفرض، حيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا الموظفين وغير الموظفين.

وقد يرجع ذلك إلى نظام التفرغ الجزئي والكلي في جهة العمل والذي يلتزم به جميع طلاب وطالبات الدراسات العليا الموظفين في (البرامج العامة). وكان من الأجدر لو ان الباحثة سألت الطلاب عن عدد ساعات العمل بلا من سؤالهم اذا كان موظفا ام لا.

وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة يمنية (٢٠١٣م) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي تعزى إلى صنف المهنة أو طبيعة الجهد المبذول، أو تعدد المهام المهنية.

وقد أشارت دراسة قائد وآخرون (٢٠١١م) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين وجهات نظر الطلبة حول الاحتراق النفسي أثناء سنوات تحصيلهم الأكاديمي في الكلية حسب متغير التخصص.

الفرض الرابع:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للحالة الاجتماعية (المتزوجين وغير المتزوجين).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) المتزوجين وغير المتزوجين. وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٨)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) المتزوجين وغير المتزوجين

الحالة الاجتماعية	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
متزوجين	٣٧	٢٨.٨	١٦.٥٥	٠.١٣	٠.٨٩	غير دال إحصائياً
غير متزوجين	٣٩	٢٧.٦٢	١٤.٤٥			

يتضح من الجدول السابق أن عدد الطلبة المتزوجين قد بلغ (٣٧) طالبا و(٣٩) من الطلبة الغير متزوجين وقد بلغ متوسط الطلبة المتزوجين (٢٨.٨) بإنحراف معياري (١٦.٥٥)، وأن متوسط الطلبة الغير متزوجين (٢٧.٦٢) بإنحراف معياري (١٤.٤٤)، وبلغت قيمة ت (٠.١٣) عند مستوى دلالة (٠.٨٩). إذاً لم يتحقق الفرض، حيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) المتزوجين وغير المتزوجين.

يفسر ذلك بأنه لا يوجد تأثر دال للحالة الاجتماعية لطلبة الدراسات العليا سواء كانو متزوجين أو غير متزوجين، ويعزى ذلك أن الطلبة الغير متزوجين يتلقون الدعم النفسي والاجتماعي من الوالدين والإخوة المحطين بهم ، بينما قد يتلقى الطلبة المتزوجين من أزواجهم أو زوجاتهم مصدر دعم لهم مما يقلل مستوى الاحتراق النفسي لديهم.

الفرض الخامس:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب الدراسات العليا تبعا للمعدل الدراسي (المعدل المرتفع والمعدل المنخفض).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) ذوي المعدل المرتفع والمعدل المنخفض. وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (٩)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) ذوي المعدل المرتفع والمعدل المنخفض

المعدل	عدد العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
مرتفع	٧٠	٢٨.١٧	١٥.٥٨	٠.٦٣	٠.٥٢	غير دال إحصائياً
منخفض	٦	٢٤	١٣.٥٨			

يتضح من الجدول السابق أن عدد الطلبة ذوي المعدل المرتفع قد بلغ (٧٠) طالبا و(٦) من الطلبة ذوي المعدل المنخفض وقد بلغ متوسط الطلبة ذوي المعدل المرتفع (٢٨.١٧) بإنحراف معياري (١٥.٥٨)، وأن متوسط الطلبة ذوي المعدل المنخفض (٢٤) بإنحراف معياري (١٣.٥٨)، وبلغت قيمة ت (٠.٦٣) عند مستوى دلالة (٠.٥٢). إذاً لم يتحقق الفرض، حيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب (الماجستير والدكتوراه) ذوي المعدل المرتفع والمعدل المنخفض.

وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م) التي أكدت على وجود فروق دالة إحصائيا في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المعدل التراكمي في بعدي الإجهاد الإنفعالي وتبلد المشاعر وذلك عند الطلبة ذوي المعدلات المتدنية. وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مجال نقص الشعور بالإنجاز، وتعزو ذلك إلى أن الطلبة ذوي التحصيل المنخفض لديهم مستويات عالية من الاحتراق النفسي مما يفسر عدم تطابق توقعات الطالب الأكاديمية مع الواقع والمتمثل في المعدل التراكي، مما يجعله يشعر بالإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر واللامبالاة في حياته الأكاديمية والشخصية على حد سواء.

ويفسر ذلك بأن عدد الطلبة ذوي المعدل المنخفض قليل جدا مقارنة بالنسبة للطلبة ذوي المعدل المرتفع مما أدى إلى عدم ظهور فروق في مستوى الاحتراق النفسي لديهم، حيث بلغ عدد الطلبة ذوي المعدل المرتفع (٧٠) طالبا بينما ذوي المعدل المنخفض (٦) طلاب فقط.

الفرض السادس:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين الطلاب الدراسات العليا تبعا للجنس (الطلاب والطالبات).

وللتحقق من صحة الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لمعرفة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب وطالبات مرحلة الدراسات العليا . وجاءت النتائج كما بالجدول التالي:

جدول (١٠)

فروق درجة الاحتراق النفسي بين طلاب وطالبات

مرحلة الدراسات العليا

الجنس	عددالعينة	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
إناث	٦٩	٢٩.٦٥	١٤.٧٨	٣.٤٣	٠.٠٠١	دال إحصائيا
ذكور	٧	١٠	٩.١٢			

يتضح من الجدول السابق أن عدد الطلبة الإناث (٦٩) طالبا و(٧) من الطلاب وقد بلغ متوسط الطالبات (٢٩.٦٥) بإنحراف معياري (١٤.٧٨)، وأن متوسط الطلاب (١٠) بإنحراف معياري (٩.١٢)، وبلغت قيمة ت (٣.٤٣) عند مستوى دلالة (٠.٠٠١). إذاً تحقق الفرض، حيث أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي بين طلاب وطالبات مرحلة الدراسات العليا.

يتضح لنا من نتيجة الجدول السابق أن الإناث لديهن مستوى الاحتراق النفسي أعلى من الذكور وقد يرجع ذلك الى الخصوصية الاجتماعية في المجتمع السعودي والذي تتحمل فيه المرأة الدور الأكبر داخل المنزل من المسئوليات الأسرية والاجتماعية و مسئوليات الأطفال اضافة الى المهام الدراسية في الجامعة.

وقد إختلفت هذه النتائج مع نتائج الدراسات التالية الجعافرة وآخرون (٢٠١٣م) ودراسة الزغول، الخرشا والخالي (٢٠٠٣م) التي أشارت إلى وجود أثر لمتغير الجنس على درجات الاحتراق النفسي ولصالح الذكور.

التوصيات:

١. تقديم خدمات تثقيفية ووقائية بمركز الارشاد النفسي بالجامعة خاص بطلاب و طالبات الدراسات العليا على مدار العام.

٢. اقامة دورات في ادارة الضغوط و ادارة الوقت خاصة لطلاب البرامج الخاصة.

٣. اعطاء الأولوية بمركز الطفولة بالجامعة لأطفال طالبات الدراسات العليا. و تقديم خدمات المركز لهن طوال العام.

الدراسات المقترحة:

١. الاحتراق النفسي لدى طلاب و طالبات الدراسات العليا بالجامعات السعودية (دراسة مقارنة)

٢. مستوى الرضا وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى طلاب الدراسات العليا.

٣. التوافق الدراسي و علاقته بالاحتراق النفسي لدى طلاب الدراسات العليا.

المراجع:

١- البتال، زيد بن محمد، (٢٠٠١م)، الاحتراق النفسي وضغوط العمل النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. الطبعة الأولى، أكاديمية التربية الخاصة، المملكة العربية السعودية.

٢- الجعافرة، أسمى عبدالحافظ وآخرون، (٢٠١٣م)، الاحتراق النفسي لدى الطلبة الجامعيين القانطين في المنازل الداخلية وعلاقته بعدد من المتغيرات، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، مج٢١،ع١،ص٢٩٥-٣٢٥.

٣- الحارث، خالد سعد مطر، (٢٠١٢م)، الاحتراق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية بمحافظة الطائف، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ع٣٦،ج٣،ص٧٧٣-٨١٤.

٤- الخطيب، محمد جواد، (٢٠٠٧م)، الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينين بمحافظة غزة،المؤتمر التربوي بغزة، ص٤٧١-٥٣٦.

٥- الزغول، رافع؛ والخرشا، ملوح؛ والخالدي،مائسة، (٢٠٠٣م)، الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقته بإدراكهم للنمط القيادي لمديري ومديرات الكرك الثانوية الحكومية، مؤته للبحوث والدراسات، جامعة مؤته، الأردن، مج (١٨)، ع (٦).

٦- الزهراني، نوال عثمان، (٢٠٠٧م)، الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي، جامعة أم القرى.

٧- العياصرة، معن محمود، (٢٠٠٨م)، الإشراق التربوي والقيادات التربوية وعلاقتهما بالاحتراق النفسي، ط١، دار الحامد للنشر والتوزيع، الأردن.

٨- المشاط، هدى عبد الرحمن، (٢٠١١م)، مفهوم الذات وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية بمحافظة جدة، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، مج ٧، ع١، يناير، ص ٤١-٦٨.

٩- شقير،زينب محمود، (٢٠٠٢م)، مقياس الاحتراق النفسي (الإجهاد النفسي)، ط٢، مكتبة النهضة المصرية.

١٠- شقير، زينب محمود، (١٩٩٧م)، الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ع٦، ص٤٧-١٠٦.

١١- قائد، عبدالباسط أحمد وآخرون، (٢٠١١م)، مستوى الاحتراق النفسي لدى طلبة كلية التربية /عدن وأثره على تكيفهم الاجتماعي الدراسي، مجلة كليات التربية، جامعة عدن،ع١٢، ص٩٣-١١٦.

١٢- قائد، عبدالباسط، الزيدي،رضية، (٢٠٠٦م)، العلاقة بين مستوى دافعية التعلم الأكاديمي والتحصيل الأكاديمي لدى طلبة كلية التربية/ عدن، مجلة كلية التربية، جامعة عدن، ع٨، ص٨١-١٠٥.

١٣- يمنية، مدوري، (٢٠١٣م)، الاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة الضغوط وطبيعة الممارسات المهنية كما يدركها الأفراد العاملين، دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ع٣٧، ج٢، ص٢٦٣-٢٨٣.

14- Baker,A et.al (2006), The Relationship Between the Big five personality Factors and Burnout: A Study Among Volunteer Counselors. The Journal of social psychology; Feb2006,146 (1),31-50.

15- Mc Donald-Fletcher , Varnell Dione. (2008), The Impact of Stress and Social Support on Burnout, Doctor of Education, A dult & Community College Education, North Carolina State University.

16- Kania, Michelle L.; Meyer, Barbara B.; Ebersole, Kyle T. (2009), Personal and Environmental Characteristics Predicting Burnout Among Certified Athletic Trainers at National Collegiate Athletic Association Institutions. Journal of athletic training ; Jan /Feb; 44,(1): 58-66.

17- Swords, Brett A. (2013). Predictors of Burnout and vigor among clinical and counseling psychology doctoral students. Doctor of philosophy. Department of Educational and Counseling psychology.Florida.