مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة ظل جائحة كورونا

- خلف وليد ذيابات	الاستاذ الدكتور / ناجح محمد ذيابات
طالب دكتوراة في كلية علوم الرياضة الجامعة الأردنية - الأردن	**الاستاذ الدكتور جامعة البلقاء التطبيقية**
- موسى سليمان أحمد	الدكتور/ محمد أحمد أبو حويلة
طالب دكتوراة في كلية علوم الرياضة الجامعة الأردنية - الأردن	**مدير تربية وتعليم سابق في وزارة التربية والتعليم**

المقدمة

في عصرنا الحالي يمر العالم بجائحة صحية تؤثر على جميع مناحي الحياة المختلفة، الاجتماعية، والاقتصادية، والتعليمة، والصحية، باعتبارها الأخطر على مر العصور؛ حيث عملت هذه الجائحة المعروفة باسم (فايروس كورونا-Corona Virus) على انقطاع العديد من الأفراد عن حياتهم اليومية المختلفة، إذ أنها تسببت في انقطاع ما يقارب (١.٦) مليار طالباً وطالبة عن التعلم في (٢٤٠) دولة حول العالم.

وفي ظل هذه الجائحة، وجدت مؤسسات التعليم المختلفة نفسها أمام تحدٍ كبير على مستوى تقديم الخدمات لطلابها، فالأولوية في هذه المرحلة هي الصحة، ولكن الصحة ليست ذريعة للكسل وعدم مواجهة الأزمة بالطرق المختلفة الهادفة، من هنا ظهر العديد من الأشخاص الذين بدأوا في المنافسة على مستوى المؤسسات المختلفة من أجل توظيف كافة وسائل التواصل والتكنولوجيا المتاحة للاستمرار بالتعليم عن بُعد؛ فالتجارب الإنسانية، ما هي إلا درس كبير لنا كأفراد، كمؤسسات، كجامعات، كوزارات، وكدول بأن الاستثمار في الفرص المُتاحة أمامنا هو الخيار الانسب من أجل الاستمرار في عجلة الحياة التعليمة بسهول ويسر (فايز، ٢٠٢٠).

ونتيجة للإغلاقات التامة التي تمر بها الدول المختلفة نتيجة لهذه الجائحة التي عصف بالعالم أجمع بدأ الباحثون والتربويون بالبحث عن أفضل الطرق وأنجحها من أجل استكمال المشاريع التعليمة التعلمية، بكل سهولة ويسر وذلك من أجل تحقيق التواصل الهام والهادف مع الطلبة؛ وبما أننا نعيش في عصر التطورات المعرفية والتقنية بات من الضروري الاهتمام بالاستراتيجيات التعليمية التي من شأنها أن تدعم عملية التعليم والتعلم وتحقيق الأهداف التعليمة بكفاءة عالية (عبد السلام، ٢٠٢٠).

وبما أنّ العملية التعليمية تهدف إلى إحداث تغييرات مرغوبة في سلوك المتعلمين وإكسابهم المعلومات والمهارات والاتجاهات والقيم المرغوبة، ومن أجل تحقيق هذه الأهداف يتوجب على المعلم المعرفة الواسعة باستراتيجيات التدريس وطرائقه وأساليبه، وامتلاكه القدرة على استثمارها وتوظيفها بكيفية مقصودة من المعلم الذي يعمل كوسيط في إطار موقف تربوي تعلمي، مما يساعده على جعل العملية التعليمية عملية ممتعة وشيقة ومناسبة لقدرات الطلبة ووثيقة الصلة بحياتهم وحاجاتهم وميولهم ورغباتهم وتطلعاتهم المستقبلية (الحيلة، ٢٠٢٠).

إن التغيرات والتحديثات والتحديات الحديثة عملت على توليد العديد من الضغوط النفسية، والاعباء المختلفة على المعلمين الأمر الذ أصبح يرهق كاهل المعلمين ويتطلب المزيد من الوقت والجهد من اجل توفير المتطلبات التي من شأنها أن تدعم عملية التعلمي والتعلم، وتحسين الخدمات التعليمية والتربوية المقدمة للطلبة (دروزة، ٢٠٢٠).

تعتبر ظاهرة الضغوط النفسية مشكلة كبيرة في العالم اجمع خلال الفترة الماضية لذلك حظيت باهتمام زائد في المهن المختلفة ومنها مهنة التعليم حيث ان الضغوط النفسية ظاهرة كأي ظاهرة من ظواهر الحياة الطبيعية التي يواجهها الانسان في اوقاته ومواقفه المختلفة والتي تتطلب توافقا شخصيا من جهة وبيئيا من جهة أخرى،

كما وان شدة الضغوط والاستمرار في التعرض لها بشكل متكرر قد تؤدي الى اعتلال الصحة النفسية لدى الانسان (عباس، ١٩٩٨).

ويعتبر الضغط النفسي من اهم الاسباب التي قد تلحق الاذى والضرر بالمعلم حيث انه يفتعل الكثير من المشكلات النفسية مثل اليأس والانطواء والقلق والخوف وعدم الدافعية وضعف الانتاج واللامبالاة التي تؤدي غالبا الى انتاج الضغوط النفسية التي تكون عرضة للمعلمين في عملهم وبالتالي ينعكس هذا سلبيا على شخصية وصحة المعلم وعلى اقرانه والطلبة والمؤسسة التي يعمل بها وتذهب بعيدا به الى ظاهرة اخطر والتي تدعى بالاجهاد النفسي والتي يكون فيها المعلم منطفئ الحماس واحتقاره والتقليل من قيمة مهنته ويعمل على بث هذا الشعور للطلبة وزملائه في العمل وهذا قد يسبب له الامرض الجسمية والاضطرابات النفسية المختلفة (العمرية، ٢٠٠٥). ونتيجة للضغوطات النفسية التي يعاني منها المعلمين بحسب رأي الباحثين وملاحظتهم يعانون من هذا الاضطراب. يلي ذلك مشاعر الرفض والإنكار وعدم التقبل للواقع الفعلي الذي يقع به المعلم ثم الخوف والقلق ومحاولة التعايش مع الواقع وتقبله والسعي لإيجاد الحلول المناسبة التي تتلائم وطبيعه الحالة التعليمة والصحية معاً.

إن كل تلك المشاعر السلبية والقلق والخوف تجعل المعلمين والمعلمات يقعون تحت تأثير الاحتراق النفسي والاضطرابات النفسية، والتي تستمر معهم لفترة تتراكم من صف دراسي إلى آخر ينتج عن ذلك من صعوبة السيطرة على سلوكياته والخوف على مستقبله (Flinse, 2020).

والاحتراق النفسي لدى المعلمين يحدث نتيجة للعديد من الامور والمشاكل التي ترتبط بمهنته سواء كانت على الصعيد المهني مثل ظروف العمل الغير مريحه او بالجانب الاجتماعي كسوء العلاقات سواء كانت هذه العلاقات مع المدير او الطلبة او على الجانب التربوي مثل كثافة البرنامج إلى أن الإحتراق النفسي يعتبر من أهم العوامل التي يبقى فيها المعلم في مهنته أو ينسحب منها أو يتحول إلى عمل تربوي أخر إذ أن ٢١% من عينة دراسته التي قام بها مع معاونوه تركوا عملهم بعد سنتين(الظفري واخرون، ٢٠١٠).

ويعتقد المعالجون النفسيون أن الأفكار اللامنطقية هي الأفكار الكامنة وراء أن بعض الأفراد يرون الحقيقة بصورة غير دقيقة. وغالبا ما يقال أن هذه الأنماط من التفكير تُعزز الأفكار أو المشاعر السلبية. وتميل الأفكار اللامنطقية إلى التداخل مع الطريقة التي ينظر بها الشخص إلى حدث ما. ولأن طريقة شعور الشخص تتداخل مع طريقة تفكيره، فإن هذه الأفكار يمكن أن تغذي المشاعر السلبية، وتقود الفرد المتضرر من الأفكار اللامنطقية نحو نظرة سلبية عامة تجاه الحياه.

التعليم في ظل جائحة كورونا

يواجه التعليم تحديات وصعوبات كثيرة في حالات النزاعات والكوارث الطبيعية والأوبئة، وتؤدي تلك الظروف الى ترك ملايين الطلاب دون تعليم، وحسب بيانات منظمة اليونسكو لعام ٢٠٢٠ فإن احتمالات عدم التحاق الأطفال في سن الدراسة بالمدرسة في الدول المتضررة من الأزمات أكثر من الضِعف بالمقارنة مع أقرانهم في البلدان الأخرى التي لا تعاني من تلك الازمات.

وتضطلع اليونسكو، بوصفها وكالة الأمم المتحدة الرائدة في مجال التعليم، ومنظمات ومؤسسات أخرى في العالم بدور فعال في تعزيز التعليم الجيد مدى الحياة للجميع، وهذا يأتي ضمن الجهود الهادفة الى مواجهة حالات الطوارئ، ويعتمد عمل المؤسسات التربوية في العالم على تصميم أنظمة تعليمية قادرة على الصمود في حالات الطوارئ من أجل تلبية احتياجات التعليم في مواجهة ظروف النزاعات والاضطرابات والمخاطر الطبيعية (اليونسكو، ٢٠٢٠).

ويعتبر التعليم وضمان توفره من أهم الأولويات للمجتمع في حالات الطوارئ وفي أوضاع النزاع وما بعده، وذلك رغم أن المجتمعات تفقد الكثير من أعمالها ومصالحها في تلك الأوضاع، لذلك تسعى المؤسسات التربوية في العالم إلى تعزيز النظم التعليمية في أوقات الأزمات من أجل ضمان إيصال رسائل للأطفال وأسرهم تفيد بضرورة مساهمتهم في حماية المجتمعات من الكوارث والنزاعات، وتوفير الأمن الجسدي والنفسي، واستثمار التعليم في تلك الظروف في تقوية تماسك وصمود المجتمعات (عودة، ٢٠٢٠).

والعالم أجمع يواجه انتشار فايروس كورونا، والذي ظهرت أول إصابة بالمرض في ديسمبر ٢٠١٩ في مدينة ووهان وسط الصين، ومن ثم بدأت العدوى تنتقل من دولة لأخرى، الى أن انتشر المرض في معظم دول العالم، ما جعل منظمة الصحة العالمية اعتباره وتصنيفه كوباء وجائحة عالمية، وما تبع ذلك من اعلان حالة الطوارئ في معظم دول العالم، في محاولة للحد من انتشار الفايروس، وما نتج عن ذلك لتعطيل الاعمال والشركات والمؤسسات ومنها المؤسسات التربوية كالمدارس والجامعات، حيث تعطلت الدراسة في معظم دول العالم (Rothman, 2020).

هذه الجائحة وما نتج عنها من اغلاق للمؤسسات التربوية، وضعت التعليم في خطر حقيقي، فتحولت الأنظار وتركز الاهتمام نحو التعليم الالكتروني، في محاولة من الدول والمؤسسات التربوية للإبقاء على التعليم وحمايته باعتباره أولوية مجتمعية وإنسانية وضرورية من أجل المحافظة على تماسك الاسر والمجتمعات من خلال تقديم الخدمات التعليمية (Ruffini, 2018).

لذلك تسابقت الشركات والمؤسسات التي تقدم خدمات تعليمية وتربوية الى وضع امكانياتها للتربويين للاستفادة من برامجها وتطبيقاتها الالكترونية في دعم التعليم في حالات الطوارئ، فمثلا قامت شركة (Googel) بإتاحة بعض تطبيقاتها مجانا للمعلمين والمحاضرين والطلبة والتربويين، وقامت كذلك عدد من المكتبات العالمية بإتاحة خدمة تحميل وتصفح الكتب الالكترونية مجانا للباحثين والتربويين كمكتبة الإسكندرية في جمهورية مصر العربية، وبدأ المعلمون والتربويون بالتواصل مع طلبتهم في محاولة منهم لاستمرار العملية التعليمية التعلّمية في هذه الازمة (دروزة، ٢٠٢٠). وفي الأردن، كما معظم دول العالم أعلنت حالة الطوارئ، نتيجة انتشار جائحة كورونا وتسجيل عشرات الإصابات في صفوف الأردنيين، حيث أغلقت المؤسسات والشركات العاملة في الأردن ومنها المؤسسات التربوية كالمدارس والجامعات، وتعطلت الحياة ومنعت الحركة للحد من انتشار الجائحة.

هذا الوضع شكلّ خطراً حقيقياً على العملية التربوية في الأردن، كما في معظم دول العالم، فالنظام التربوي الرسمي في الأردن لا يدعم التعليم عن بعد بالشكل المطلوب، أو على الأقل أستطيع القول أن النظام التعليمي والتربوي في الأردن غير جاهز لاستخدام هذا النوع من التعليم في الوقت الراهن، وان استثنينا بعض الجامعات الاردنية التي لها تجربة في ذلك، يبقى معظم نظامنا التربوي هش تجاه التعليم عن بعد (شقور، ٢٠٢٠).

ومن تلك اللحظة بدأت النقاشات والحوارات داخل أروقة وزارة التربية والتعليم حول الخطط البديلة التي يمكن من خلالها ضمان استمرار تقديم الخدمة التعليمية وخاصة لطلبة الثانوية العامة وبقية الصفوف والمراحل الدراسية، وكيفية الاستفادة من الخبرات التربوية في مجال التعليم عن بعد، والبنية التحتية المتوفرة لدينا، حيث تداعى المجتمع لنقاش ذلك على كل المستويات، وظهرت العديد من المبادرات للإبقاء على حالة من الاتصال والتواصل بين المعلمين وطلبتهم، والاستمرار بتقديم الخدمات التعليمية، حيث انتشرت الفيديوهات والشروحات والحصص المصورة وأوراق العمل على صفحات المدارس والجامعات الأردنية، وتم استحداث مجموعات مغلقة للمعلمين وطلبتهم على الفيس بوك وتم انشاء مجموعات الواتس أب، وبدأت عمليات التواصل بين المعلمين والطلبة، وبات مفهوم التعليم الالكتروني من المفاهيم والمواضيع الأكثر تداولا في المجتمع، هذه الحالة خلقت وضعا من عدم الارتياح والضياع من قبل المعلمين والطلبة وأولياء الأمور، خاصة اننا غير جاهزين لا بشريا ولا مادياً لاستخدام التعليم الالكتروني (دروزة، ٢٠٢٠).

ويرى الباحثون أن النتائج والمخرجات الأولى في التعليم عن بعد تضعنا أمام تحدي مفاده اننا نستطيع وبفترة قصيرة نسبية ان نؤسس لنظام تعليمي الكتروني، والخطوة الأولى لهذا النظام هو تأهيل الكادر التعليمي والتربوي من معلمين واداريين وهذا قابل للتحقيق وأولى الحلول لتحدي التعليم عن بعد، فاذا استطعنا تحقيق هذه الخطوة فإننا سنكون قادرين على البناء عليها وصولا للنظام الذي نطمح، وكل التحديات الأخرى من تدريب الطلاب وإقناع أولياء الأمور والمجتمع بهذا النظام سيصبح من الأمور سهلة التحقيق، فكل ما نحتاجه الان هو قرار رسمي من وزارة التربية والتعليم للبدء الفعلي والتنفيذي والاجرائي لتأسيس نظام تعليمي الكتروني عن بعد ليشكل البديل المناسب لاستمرار التعليم في حالات الطوارئ والأزمات، والنظام المساند

للتعليم الصفي الوجاهي في الظروف الطبيعية، لما له من فوائد كبيرة عدا عن توظيف واستثمار التكنولوجيا في التعليم بل يتعدى ذلك الى تطوير قدرات المعلمين والطلبة في البحث والتعلم الذاتي وتطوير مستويات التفكير وصولا الى حل المشكلات والابداع.

الاحتراق النفسي

أصبح مفهوم الاحتراق النفسي شائع الاستخدام في العقدين الأخيرين من القرن العشرين وذلك لوصف الحالة النفسية للمهنيين الذين يعملون في مجال الخدمة الاجتماعية والإنسانية ويقضون وقتا متواصلا في العمل المجهد مع مرشديهم أو تلاميذهم. وبصورة عامة يشير هذا المفهوم إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من الجانب المهني بخاصة في مجال العمل بسبب ما يتعرض له من ضغوط العمل سواء في مجال عمله أو خارجه وبعبارة أدق فإن الاحتراق النفسي هو (الاستنزاف أو الاستنفاذ البدني والانفعالي).

إن الاحتراق النفسي بأنه حاله ذهنية تؤثر في المهني الذي يعمل مع الأشخاص الآخرين والذي يعطي أكثر مما يحصل عليه من زملائه وأصدقائه العملاء. لذا فإن الاحتراق هنا هي الدرجة العالية التي يتعرض لها الفرد نتيجة للضغوط المتغيرة والغير متوازنه التي تواجهه في عمله وحياته و التي تعوق عن أداء وظائفه بشكل طبيعي حينها يصل إلي زيادة الضغوط حتى تسبب له الانهيار والإرهاق الشديد الذي لا يستطيع التوازن فيها.

الضغوط النفسية والاحتراق النفسي

هنالك شي من اللبس والغموض يكتنف الكتابات التي تطرقت لموضوع الاحتراق النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية ويمكن أن يعزى ذلك إلى التداخل في تعريف المصطلحين.

لقد تناول نيهاوس هذا الموضوع وميز بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي ملاحظاً أن الاحتراق النفسي هو انعكاس للضغوط النفسية الذي لا يقتصر عليها دون سواها، ومن ابرز الخصائص المميزة للاحتراق النفسي التي توصل لها نيهاوس هي: (آل مشرف، ٢٠٢٠).

أولا: أن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لضغوط العمل النفسية المتمثلة في تضارب الأدوار وغموضها وازدياد حجم العمل وظروف العمل وأحواله التي تنطوي على بعض المخاطر.

ثانياً: أن الاحتراق النفسي يحدث في معظم الأحيان لدى المعلمين الذين يلتحقون بالمهنة برؤية مثالية مؤداها أنهم لابد أن ينجحوا في الاعمال الموكلة إليهم.

ثالثا: هنالك صلة وثيقة وعلاقة تناسبية متبادلة بين الاحتراق النفسي والسعي إلى تحقيق المهام التي يتعذر تحقيقها.

وقد رأى الكثير من الباحثين ان هناك علاقة متبادلة ووثيقة بين المصطلحين على الرغم من عدم تطابقهما فقد ذكر فاربر ان الضغوط النفسية يمكن ان تكون ايجابية او سلبية وبالمقابل فان الاحتراق النفسي يكون دائما وابدأ سلبياً كذلك يرى فاربر أن الاحتراق النفسي في أحوال كثيرة لا يكون نتيجة للضغوط النفسية المحضة أي لمجرد حدوث الضغوط النفسية وإنما يكون نتيجة للضغوط النفسية التي لا تحظى بالاهتمام ولا تجد المساندة الضرورية على الوجه الذي يؤدي الى تلطيف آثارها والحد من مضاعفاتها (سعفان، ٢٠١٨).

مصادر الاحتراق النفسي

إن البحث عن مصادر الاحتراق النفسي لا يختلف عن البحث في أسباب الضغوط المهنية وذلك من منطلق تشابه الظروف والخلفية التي تنمو في كل منهما، علما بان شعور الفرد بالضغوط المهنية او الضغوط النفسية في مجال العمل لا يعني بالضرورة تعرضه للاحتراق النفسي ولكن تعرض الفرد للاحتراق النفسي هو حتما نتيجة لمعاناته من الضغوط النفسية الناجمة عن ظروف العمل.

العوامل التنظيمية والخصائص الشخصية – التي لعبت دور كبير وأخذت النصيب الأوفى من الاهتمام والتركيز في الكتابات التي بحثت موضوع الاحتراق النفسي، ويرجع ذلك الى أن كثير من الباحثين ينظرون إلى الاحتراق النفسي في معظم الأحيان باعتباره مشكلة تتعلق بالعمل ومن بين العوامل التنظيمية التي يتردد ذكرها كثيرا في الكتابات والأطروحات العلمية التي تناولت ها لموضوع هي: تضارب الأدوار ويحدث عندما يطالب الفرد بإنجاز أعمال لا تناسبه أو لا تنسجم مع طبيعة عمله وتزيد من حجم الأعباء الموكلة إليه بحيث تتجاوز الحد المعقول.

ووفقا لنظرية الأدوار فان تضارب الأدوار وتناقضها يحدث عندما تتنافر توقعات الفرد حيالها وتتعارض مع منظور الواقع، وعليه يصبح الفرد على غير قناعة بما يفعل ومن ثم يقل عطاؤه تحت تأثير هذه الحالة المسببة للضغوط فعلى على سبيل المثال يحدث تضارب الأدوار عندما يُكلف المعلم بإنجاز مهام يرى أنها ليست من صميم مسؤولياته الوظيفية.

أهمية الدراسة

تتضح أهمية الدراسة على النحو الآتي

- استهداف هذه الدراسة فئة هامة في المجتمع وهم معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة.
- إثراء المكتبة النفسية بموضوع يستحق الاهتمام والدراسة كونه مرتبط بفايروس كورونا.
- توجيه أنظار المختصين والمسؤولين إلى أهمية ودور الإرشاد النفسي في تنمية جوانب الشخصية الإيجابية لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة .
- طوير مقياس الدراسة والتي تعتبر هامة للمرشدين والباحثين.
- تزويد واضعي القرار والإداريين ببعض المعارف والأنشطة والمهارات التي من الممكن توظيفها بشكل ينعكس إيجابا على المعلمين وعملهام.

مشكلة الدراسة

من خلال خبرة الباحثين في مجال التربية والتعليم وخبرتهم بالعمل في المدارس الخاصة لاحظ الباحثين انه بالاضافة الى العبئ التربوي والنفسي الكبير والذي يقع عليهم من طبيعة عملهم كمعلمي تربية رياضية ومع ظهور جائحة كورونا زاد حجم الضغوطات الواقعة على كاهلهم سواء كانت على الجانب المادي والتي تتمثل بالتخفيض من قيمة الراتب بنسبة(٣٠-٥٠%) الذي هو بالاصل متدني مقارنة بالجهد الذي يبذله او على الجانب المهاري الذي يتطلب من المعلم استخدام التقنيات والوسائل التكنولوجية الحديثة اثناء الحصة الدراسية (عن بعد). ان وجدت؛ ومنهم من فقد مهنته كمعلم تربية رياضية في المدارس الخاصة بحجة انه لا يوجد اهمية لتدريس التربية الرياضية في التعلم عن بعد وهذا الحق الضرر بالعديد من المعلمين لفقدانهم لوظيفتهم والتزاماتهم المختلفة بعد ان كانت هي المصدر الرئيسي لكسب رزقهم.

وجاءت هذه الدراسة بهدف القاء الضوء على ظاهرة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا والاهتمام بهم من قبل المعنيين للحد من العوامل التي قد تسهم في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى هذه الفئة من المعلمين والسيطرة عليها والوقاية منها قبل حدوثها ولرفع وشحذ همم المعلمين نفسيا من اجل منع حدوث تلك الظاهرة.

أهداف الدراسة

تهدف الدراسة للتعرف إلى:

١. مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدراس الخاصة في ظل جائحة كورونا.
٢. لفروقات بين مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة تبعا لمتغير (المحافظة، الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية).

أسئلة الدراسة

١. ما هو مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدراس الخاصة في ظل جائحة كورونا؟
٢. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مشتوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغيرات الدراسة (المحافظة، الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية)؟

حدود الدراسة

- الحد البشري: معلمي التربية الرياضية في المملكة الاردنية الهاشمية.
- الحد المكاني: المدارس الخاصة في المملكة الاردنية الهاشمية.
- الحد الزماني: أجريت هذه الدراسة في الفترة الواقعة ما بين تاريخ (١٢/١٠ / ٢٠٢٠ ولغاية تاريخ ٢٥/ ١ / ٢٠٢١).

مصطلحات الدراسة

- الاحتراق النفسي: حالة من الإستنزاف البدني والعقلي والعاطفي الناجم عن الانهماك طويل الأجل في المواقف التي تطلب العاطفة بشكل طويل جداً (Mateen, 2018).
- ويعرف إجرائياً: الدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي المعد خصيصاً لهذه الدراسة.
- جائحة كورونا: هي جائحةٌ عالميةٌ مستمرةً حاليًا لمرض فيروس كورونا ٢٠١٩ (كوفيد-١٩)، سببها فيروس كورونا ٢ المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (سارس-كوف-٢) (فايز، ٢٠٢٠).
- معلم التربية الرياضية: هم الأشخاص المؤهلين الذين يقومون بتدريس الطلاب المهارات البدنية.(إجرائي)

الدراسات السابقة

اجرى (التميمي،2019) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة القدم في دوري المناصير الاردني للمحترفين، وأثر كل من متغيرات العمر التدريبي والمؤهل العلمي ومركز اللعب والدخل الشهري على هذا المستوى، ولتحقيق أهداف الدراسة، استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد تكونت عينة الدراسة من (90) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة البالغ (278) لاعبا مسجلين لدى الاتحاد الاردني لكرة القدم، وهم يشكلون ما نسبته (32%) من مجتمع الدراسة وقد تم بناء استبيان " الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة القدم " بهدف قياس مستوى الاحتراق النفسي المكون من(32) فقرة، ومن خلال التحليل الاحصائي اظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة القدم في دوري المناصير الاردني للمحترفين كان متوسطا. كما لخصت الدراسة وجود فروقا دالة احصائيا في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغيري العمر التدريبي والدخل الشهري ولصالح اللاعبين الاقل عمرا ودخلا. في حين لم تظهر اي فروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغيرات مركز اللاعب والمؤهل العلمي، وأوصى الباحث بضرورة توعية اللاعبين بمفهوم وعوامل وأسباب ومراحل وأعراض الاحتراق النفسي وطرق الوقاية منها.

وقام (الحجايا والزغيلات ،2016) بدراسة هدفت الى التعرف على اثر متغيرات العمر ودرجة الحزام والعمر التنافسي على مستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي التايكوانجتسو في جنوب الاردن . واستخدم الباحثان المنهج الوصفي باسلوبه المسحي لمناسبته طبيعة الدراسة كما استخدما مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي تم تعديل فقراته بما يتناسب مع اهداف الدراسة وتكونت عينة الدراسة من (85) لاعبا . استخدم الباحثان المعالجات الاحصائية التالية (المتوسطات الحسابية ، الانحرافات المعيارية ، تحليل التباين المتعدد ، اختبار شافيه). اظهرت النتائج ان لاعبي التايكوانجتسو في جنوب الاردن قد عانوا من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة ، وكذلك وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الاحتراق النفسي ومتغير درجة الحزام والعمر التنافسي فضلا عن عدم وجود تبعا لمتغير العمر .

واجرى (Barut& Dereceli, Toros 2017) بدراسة هدفت إلى تحليل مستويات الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة السلة في تركيا تبعا لمتغيري الجنس والخبرة .حيث شارك في هذه الدراسة 270 لاعب كرة سلة (124 اناث) ، (146ذكور) ، وقام الباحثون باستخدام استبيان ماسلاش المعدل لجمع المعلومات. واظهرت

النتائج عدم وجود فروقا دالة احصائيا في مستوى الاحتراق الوظيفي تبعا لمتغير الجنس ووجود فروق في الارهاق العاطفي وتجريد الشخصية تبعا لمتغير الخبرة

واجرى كل من (Gullu & IIkim 2016) بدراسة هدفت إلى فحص مستويات الرضا الوظيفي والاحتراق النفسي لدى حكام المصارعة الوطنية والدولية اعتمادا على عوامل مختلفة في تركيا .وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي لدراسة هذه المستويات، تكونت عينة البحث من (126حكم مصارعة)وطني- دولي، وتم استخدام مقياس ماسلاش لقياس الرضا الوظيفي. واظهرت ابرز نتائج الدراسة ان مستويات الارهاق العاطفي مرتفعة، ولذلك فإن افراد العينة يعانون من الاحتراق النفسي الوظيفي.

و قام (Agaliotis and Platsidou2008) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة مكونة من 127 معلما من معلمي التربية الخاصة في المرحلة الابتدائية باليونان، وقد تم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي كأداة لجمع البيانات، وتوصل الباحثان إلى وجود مستويات منخفضة من الاحتراق النفسي لدى العينة، وفي الابعاد الثالثة لمقاييس ماسلاش ووجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين مستويات الاحتراق ومستويات الرضا الوظيفي .وكذلك وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى الاحتراق تعزى الى الجنس والخبرة التدريسية.

قام (ذيابات، ضمور، ٢٠٠٧) بدراسة هدفت الى التعرف على اسباب الاحتراق النفسي لدى مدربي انديه الدرجه الاولى في كره القدم في كل من الاردن وسوريا والتعرف على الفروق بين مستوى الاحتراق بين المدربين في كلا البلدين استخدم الباحثان مقياس علاوي ١٩٩٨ المعرب بعد ان قام باجراء معاملات الصدق والثبات ليتناسب مع الدراسه حيث تكون مقياس من خمسه ابعاد كل بعد يحتوي على ٦ فقرات بلغت عينه الدراسه 39 مدرب لكره القدم يعملون في انديه الدرجه الاولى في الاردن وسوريا واظهرت نتائج الدراسه بان هناك احتراق نفسي للمدربين في الاردن وسوريا على جميع الابعاد كما ان هناك عدم وجود فروق بين المدربين تعزى لبعد اللاعبين والاعلام بينما هناك فروق ذات دلاله احصائيه تعزى لبعد الاداره العليا وشخصيه المدرب لصالح مدربي الاردن واظهرت النتائج ان هناك فروق ذات دلاله تعزى لبعد الجمهور والمشجعين لصالح مدربي سوريا ويوصي الباحثان باعداد المدربين اعدادا نفسيا لتهيئته لمواجهة الظروف التي قد تواجهه ووضع برامج لتطوير المدربين بشكل مستمر واشعار المدرب بأهمية عمله والتقدير له والتعامل معه بشكل يضمن حقوقه للحد من ظاهرة الاحتراق النفسي له

منهج الدراسة

استخدم الباحثون المنهج الوصفي ملائمته طبيعة وأهداف الدراسة.

مجتمع الدراسة

جميع معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في مختلف محافظات المملكة الاردنية الهاشمية

عينة الدراسة

بلغت عينة الدارسة على (١٦٨) معلم ومعلمة من معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في محافظات (اربد، البلقاء، عمان)، والجدول التالي يوضح النتائج.

جدول (١)
وصف افراد عينة الدراسة تبعا للمتغيرات الديموغرافية

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة
المحافظة	عمان	63	37.50
	إربد	67	39.88
	السلط	38	22.62
	المجموع	168	100.00
الجنس	ذكر	93	55.36
	أنثى	75	44.64
	المجموع	168	100.00
الحالة الاجتماعية	أعزب/عزباء	64	38.10
	متزوج/ة	104	61.90
	المجموع	168	100.00
المؤهل	بكالوريوس	97	57.74
	دبلوم عالي	19	11.31
	ماجستير	25	14.88
	دوكتوراه	27	16.07
	المجموع	168	100.00
الخبرة	أقل من ٣ سنوات	22	13.10
	من ٣ إلى ٦ أقل سنوات	54	32.14
	من ٦ إلى أقل من ٩ سنة	33	19.64
	من ٩ سنوات فأكثر	59	35.12
	المجموع	168	100.00

أدوات الدراسة

تم استخدام الأدوات التّالية: استبانة المعلومات الديموغرافية من إعداد الباحثون، وتمثلت أدوات الدراسة بمقياس الإحتراق النفسي ماسلاش (٢٠٠٥) . Maslach Burnout Inventory MBI المطورة. وذلك بعد التحقق من خصائصها السيكومترية ومناسبتها للدراسة الحالية.

ثبات المقياس

تم استخدام معامل كرونباخ ألفا من أجل حساب الثبات لقائمة الإحتراق النفسي وتم حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، اذ بلغ (٠.٧٧٢) واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

متغيرات الدراسة

- المتغير المستقل: الجنس: ذكر وانثى سنوات الخبرة: ١-٥ سنة ٦-١٠سنوات ١١ سنة فأكثر. مكان العمل: اربد، عمان، البلقاء. الحالة الاجتماعية: اعزب، ومتزوج. المؤهل العلمي: دبلوم عالي، ماجستير، ودكتوراه.
- المتغير التابع: مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا.

نتائج الدراسة

نتائج السؤال الأول: ما هو مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدراس الخاصة في ظل جائحة كورونا؟

ومن أجل الإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية والاهمية النسبية لاستجابات افراد عينة الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي المعد خصيصاً لهذه الدراسة، والجدول التالي يوضح النتائج.

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات الاحتراق النفسي مرتبة تنازلياً

رقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى	الرتبة
١٧	أستطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلابي.	4.17	2.00	69.50	مرتفع	١
١٨	أشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلابي.	4.15	2.09	69.17	مرتفع	٢
١٢	أشعر بالحيوية والنشاط.	4.07	1.97	67.83	مرتفع	٣
١٩	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في ممارستي لهذه المهنة.	3.84	2.12	64.00	مرتفع	٤
٩	أشعر أن لي تأثيرًا إيجابيًا في حياة كثير من الناس من خلال عملي.	3.73	2.10	62.17	مرتفع	٥
٢١	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في أثناء ممارستي لهذه المهنة.	3.59	2.17	59.83	مرتفع	٦
٤	من السهل معرفة مشاعر طلابي.	3.5	2.19	58.33	مرتفع	٧
٧	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طلابي.	3.39	2.25	56.50	مرتفع	٨
٢	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم المدرسي.	2.86	2.07	47.67	متوسط	٩
٦	إن التعامل مع الناس طوال يوم العمل يسبب لي الإجهاد.	2.64	2.10	44.00	متوسط	١٠
١٤	أشعر أنني أعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير.	2.6	2.06	43.33	متوسط	١١
١٥	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يودي بي إلى ضغوط شديدة.	2.59	1.97	43.17	متوسط	١٢
١	أشعر أن عملي يستنفذني انفعاليًا نتيجة عملية التدريس.	2.55	1.83	42.50	متوسط	١٣
٨	أشعر بالاحتراق النفسي من عملي.	2.52	2.03	42.00	متوسط	١٤
٣	أشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح وأعرف أن علي مواجهة عمل جديد.	2.44	2.00	40.67	متوسط	١٥
١٣	أشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس.	2.23	2.13	37.17	متوسط	١٥
٢٠	أشعر وكأنني أشرفت على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة.	2.07	2.10	34.50	متوسط	١٧
١١	أشعر بالإزعاج والقلق لأن مهنتي تزيد من قسوة عواطفي.	1.98	2.06	33.00	منخفض	١٨
١٠	أصبحت أكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس.	1.82	2.02	30.33	منخفض	١٩
٢٢	أشعر أن الطلبة يلومونني عن بعض مشاكلهم.	1.73	1.94	28.83	منخفض	٢٠
٥	أشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر.	1.68	1.80	28.00	منخفض	٢١
١٥	حقيقة لا أهتم بما يحدث مع طلابي من مشاكل.	1.68	1.93	28.00	منخفض	٢١
	الدرجة الكلية للاحتراق النفسي.	2.81	0.85	46.83	متوسط	

يلاحظ من الجدول السابق أن مستوى الاحتراق النفسي جاء بدرجة متوسطة بناءً على تقدير أفراد عينة الدراسة، إذ بلغ المتوسط الحسابي (٢.٨١) بأهمية نسبية (٤٦.٨١)، وجاء مستوى فقرات الاحتراق النفسي بين

منخفض ومرتفع، إذ تراوحت قيم المتوسطات الحسابية بين (٤.١٧– ١.٦٨)، وجاءت في الرتبة الأولى الفقرة (١٧) وهي "أستطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلابي" بمتوسط حسابي (٤.١٧) وبأهمية نسبية (٦٩.٥٠)، وجاءت في الرتبة الأخيرة الفقرة (٥) و(١٥) وهي "أشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر" وحقيقة لا أهتم بما يحدث مع طلابي من مشاك" بمتوسط حسابي (١.٦٨) بأهمية نسبية (٢٨.٠).

نتائج السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغيرات الدراسة (المحافظة، الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية)؟

وللإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار "ت" للفروق بين متوسطات الاحتراق النفسي وفيما يلي النتائج.

أولا: الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس

الجدول (٣) نتائج اختبار "ت" للفروق بين متوسطات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تبعا لمتغيري (الجنس، الحالة الاجتماعية).

المتغير	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الجنس	ذكر	93	2.86	0.71	٠.٨٣	٠.٤٠٣
	أنثى	75	2.75	1.00		
الحالة الاجتماعية	أعزب/عزباء	64	2.95	0.56	١.٧٣	٠.٠٨٥
	متزوج/ة	104	2.72	0.98		

تشير النتائج في الجدول السابقإلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠.٠٥) بين متوسطات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس والحالة الاجتماعية وذلك استناداً إلى قيمة ت المحسوبة إذ بلغت (٠.٨٣)، وبمستوى دلالة (٠.٤٠٣) حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائيا لان قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من ٠.٠٥ كما بلغت قيمة ت المحسوبة لمتغير الحالة الاجتماعية (١.٧٣)، وبمستوى دلالة (٠.٠٨٥) حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائيا لان قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من مستوى الدلالة (٠.٠٥) وبالتالي لا توجد فروق تعزى للحالة الإجتماعية.

ثانيا: الفروق تبعا للمتغيرات الدراسة (المحافظة، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)؟

الجدول (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تبعا للمتغيرات (المحافظة، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)

المتغير	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المحافظة	عمان	63	3.01	0.66
	إربد	67	2.82	0.80
	السلط	38	2.47	1.10
المؤهل العلمي	بكالوريوس	97	2.70	0.94
	دبلوم عالي	19	2.98	0.81
	ماجستير	25	2.93	0.66
	دكتوراه	27	2.99	0.67
سنوات الخبرة	أقل من ٣ سنوات	22	2.69	0.70
	من ٣ إلى ٦ أقل سنوات	54	2.78	0.63
	من ٦ إلى أقل من ٩ سنة	33	2.66	1.04
	من ٩ سنوات فأكثر	59	2.96	0.95

يعكس الجدول السابق قيم متوسطات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تبعا للمتغيرات الدراسة (المحافظة، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)، ولتحديد فيما إذا كانت اختلافات قيم هذه المتوسطات ذات معنى او دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة($\alpha \leq 0.05$) فقد استخدم تحليل التباين الأحادي (one way ANOVA)، والجدول (٥) يبين ذلك:

جدول (٥) نتائج تحليل التباين الأحادي لمتوسطات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تبعا للمتغيرات الدراسة (المحافظة، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة)

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
المحافظة	بين المجموعات	6.97	2	3.49	5.05	0.007
	داخل المجموعات	113.94	165	0.69		
	الكلي	120.91	167			
المؤهل العلمي	بين المجموعات	3.06	3	1.02	1.42	0.239
	داخل المجموعات	117.85	164	0.72		
	الكلي	120.91	167			
سنوات الخبرة	بين المجموعات	2.44	3	0.81	1.13	0.339
	داخل المجموعات	118.47	164	0.72		
	الكلي	120.91	167			

تشير النتائج في الجدول السابق إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠.٠٥) بين متوسطات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تبعا للمتغير (المحافظة) وذلك استناداً إلى قيمة ف المحسوبة حيث بلغت (٥.٠٥)، وبمستوى دلالة (٠.٠٠٧) فإن الباحثون يقبل الفرضية التي تدعي وجود فروق لصالح متغير المحافظة، وفيما يتعلق بمتغيري (المؤهل وسنوات الخبرة)، اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بناءً على استجابات أفراد عينة الدراسة.

ومن اجل تحديد مصادر الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المحافظة فقد استخدم اختبار شيفيه للمقارنات البعدية حيث يوضح الجدول التالي نتائج هذا الاختبار.

جدول (٦) نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المحافظة

المتغير	المتوسط الحسابي	المحافظة	اربد	السلط
الاحتراق النفسي	3.01	عمان		*
	2.82	إربد		
	2.47	السلط		

* تشير الى ان فرق متوسطي المحافظتين دال احصائيا عند مستوى ٠.٠٥

باستعراض نتائج الفروق في الجدول يتبين ان هذه الفروق قد انحصرت بين محافظتي عمان والسلط بحيث ان دلالة الفرق كان بأفضلية لدى معلمي محافظة عمان التي كان متوسط الاحتراق لدى معلميها اكبر من مقارنة بمتوسط محافظة السلط وكما هو مبين في الجدول.

مناقشة النتائج:

مناقشة السؤال الأول: نص السؤال الاول على ما هو مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدراس الخاصة في ظل جائحة كورونا؟ وأظهرت النتائج أن مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة جاء بدرجة متوسطة بناءً على استجابات أفراد عينة الدراسة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الاحتراق النفسي وما يثيره من اضطرابات نفسية وجسمية لدى الفرد والذي يحتاج أحياناً إلى علاج طويل المدى، ويمكن أن يتم علاجه قبل أن يتحول إلى مرض مزمن من خلال تحديد الأسباب والمشاكل التي أدت إلى ظهوره ووصول الفرد فيه للاحتراق النفسي، وكذلك تحديد آلية التعامل معه من خلال مواجهة صعوبات الحياة وإكسابه مجموعة من المهارات الحياتية.

كما وأن الإحتراق النفسي يساهم في زيادة الضغوط النفسية والتوترات التي تصيب المعلمين مما يساهم في انعكاس ذلك على العملية التعليمة التعلمية، وضعف وصول الأهداف التربوية التي يبغاها المعلم للطلبة، وهو ما ينعكس سلباً على رؤية الطالب للعملية التعلمية، ورؤيته للمحتوى التعليمي وارتباطه به؛ كما ويرى الباحثون أن هذه النتيجة جاءت بناءً على نمط وأسلوب التعليم والمعتمد على الناحية الالكترونية والتعلم عن بعد ساهم بشكل كبير في تكوين هاجس لدى المعلمين من ايصال المهارات لدى الطلبة وتفاعلهم معها بشكل يضمن استمرار العملية التعليمة في ضل الازمة الصحية التي تعصف بالمجتمع والعالم بأسره.

كما ويرى الباحث أن مهنة التدريس وما يرافقها من احتياجات ومتطلبات وخطط يقوم بها المعلم اتجاه الطلبة من شانها أن تدخل المعلمين في مشكلات واضطرابات نفسية من شانها أن تحد من عملية معرفة احتياجات الطلبة ومراعاة الفروق الفردية لديهم، والعمل على تحقيق التنسيق الفعلي بين المادة التعلمية وبين الواقع الذي يعصف بالقدرات المختلفة وتفاعلهم معها.

ولا يغفل على الجميع ان معلمي المدارس الخاصة يقع على عاتقهم احتياجات ومتطلبات تختلف عن تلك التي تطلب من أقرنهم داخل المدارس الحكومية، فمهنة التدريس مهنة من نوع خاص، تتطلب مراناً وتمرساً ومقدرة على التحمل والاستمرار، لأن ظروف عمل المعلم تجعله يتعامل مع كائنات بشرية متغيرة ومتباينة ومتطورة ونامية، وليس مع آلات ثابتة صماء. فكلما اعتقد المعلم أنه اكتسب كفاءة عالية في عمله، ظهرت له فئات أخرى من الطلاب، ذوي احتياجات جديدة، الأمر الذي يتطلب منه الدخول في خبرات تدريبية أخرى، من أجل اكتساب كفايات جديدة.

مناقشة السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة في ظل جائحة كورونا تعزى لمتغيرات الدراسة (المحافظة، الجنس، سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، الحالة الاجتماعية)؟

أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلال إحصائية عند مستوى الدلالة بناءً على متغيرات الدراسة (الجنس، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، والحالة الإجتماعية)، في حين أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلاله احصائية بناءً على متغير المحافظة لصالح عمان مقارنة باربد والسلط.

ويفسر الباحثون هذه النتيجة إلى أن هناك تساوي واضح بين أفراد عينة الدراسة حول المعيقات والإحتياجات التي من شانها أن تسبب لهم الاحتراق والضغوط النفسية التي تؤثر وتتأثر بالأفراد داخل محور المدارس الخاصة، وهو ما ينعكس بشكل فعلي وحقيقي على احتياجاتهم وأرائهم حول الاحتراق النفسي، فالمعلمين في المدارس الخاصة يواجهون العديد من المشكلات التي من شأنها أن تدعم التوتر وتقلل الرغبة في الإستمرار في المهنة، أو العمل على اعطائها أفضل ما لديهم مقارنة بمعلمين المدارس الأخرى.

وفيما يتعلق بمعلمي المدارس الخاصة في محافظة عمان جاءت نسبة الإحتراق النفسي قليلة كون أن هذه المدارس تظهر بمنطقة العاصمة، وتوفر بعض المتطلبات الخاصة للطلبة وعوائلهم مقارنة بالمدارس الاخرى النائية أو التي تقع في المحافظات البعيدة عن مركز المدينة، ولربما أن هذه المدارس تعمل على توفير النشاطات والأدوات التي تدعم المعلمين وتنمي المهارات لديهم، وتعزز مبدأ التفاعل والإعتزاز بمهنة التدريس لديهم فانشغال الطلاب؛ فرادى أو جماعات، في أنشطة تعليمية، تثير اهتمامهم وتتحدى قدراتهم. ويستمر النشاط التعليمي سواء كان المدرس حاضراً في الفصل أو غائباً، حيث يسود التفاهم، نتيجة ثقة الطلاب في قيمة

الأنشطة التعليمية، واهتمامهم بها، لتصبح العلاقة بين الطلاب والمعلم علاقة تعاون لا خضوع للقوة والسلطة وهو ما انعكس بشكل حقيقي على استجاباتهم حو مقياس الاحتراق النفسي الذي تم اعداده خصيصاً لهذه الدراسة.

الاستنتاجات

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج خرج الباحثون بمجموعة من الاستنتاجات ومن أهمها:

- أن مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين جاء بشكل متوسط .
- عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي المدارس الخاصة بناءً على متغيرات الجنس، والحالة الإجتماعية، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة.
- وجود فروق لصالح متغير المحافظة.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج خرج الباحثون بمجموعة من التوصيات ومن أهمها:

- تعميم نتائج الدراسة الحالية على جميع المهتمين في مجال التعليم والتعلم.
- إجراء مزيد من الدراسات باستخدام برامج إرشادية ضمن متغيرات مختلفة واضطرابات أخرى وذلك لما اظهرته الدراسة من وجود احتراق واضطرابات نفسية للمعلمين.
- تدريب المرشدين والقائمين على العملية التربوية على برنامج الارشاد لتخفيف الاحتراق النفسي للمعلمين.
- إشراك المعلمين في عدد من الدورات التدريبية التي ترفع من كفاءتهم في التعامل مع الطلبة بكافة الظروف.

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع العربية :

١- آل مشرف، فريدة بنت عبد الوهاب (٢٠١٥) ، مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض لها عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الملك سعود بالرياض، (بحث محكم) ، مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، السعودية، السنة ٢٨، العدد ١٠٥.

٢- - التميمي، محمد، (٢٠١٩). مستوى الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة القدم في دوري المناصير الاردني للمحترفين ،رسالة ماجستير، الجامعة الاردنية، عمان ، الاردن .

٣- الحجايا، محمد سالم . الزغيلات، مهند.(٢٠١٦). مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته بالاصابات الرياضية لدى لاعبي التايكوانجتسو في جنوب الاردن، مجلة دراسات الجامعة الاردنية،عمان ، الاردن.(43)2 ،551-562.

٤- الحيلة، كامل (٢٠٢٠). تدريس الموهوبين وتعليمهم. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان: الأردن.

٥- دروزة، أفنان (٢٠٢٠). نظرية التدريس وترجمتها عملياً. دار الفاروق للنشر والتوزيع، فلسطين: نابلس.

٦- ذيابات ، ناجح ، الضمور ، هشام . 2007م — دراسة مقارنة للاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في كل من الاردن وسوريا . مجلة جامعة المنوفية للتربية البدنية والرياضة ،مجلد ١عدد ١١.

٧- سعفان، محمد أحمد، (٢٠١٨) — إرشاد النفسي الجماعي بين النظرية والتطبيق. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان: الأردن.

٨- شقور، علي (٢٠٢٠). — تكنولوجيا التعلم والتعليم. دار الانجلو للنشر والتوزيع، مصر: القاهرة.

٩- الظفري،سعيد والقريوتي،سعيد ابراهيم،(٢٠١٠) — الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عمان، المجلة الاردنية في العلوم التربوية، المجلد ٦، العدد٣، عمان.

١٠- عباس، محمد عبد العاطي،(١٩٩٨) — مصادر الاحتراق النفسي لدى لاعبي الانشطة الجماعية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، القاهرة.

١١- عبد السلام، يحيى (٢٠٢٠) — الامراض المعدية وتأثيرها على المجتمع. دار المسيرة للنشر والتوزيع،الأردن.

١٢- العمرية، صلاح الدين،(٢٠٠٥). — مفهوم الذات، ط١، عمان، مكتبة المجتمع العربي.

١٣- عودة، احمد (٢٠٢٠) — التعلم عن بعد. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان: الأردن.

١٤- فايز، عبد القادر (٢٠٢٠) — الصحة والمجتمع. دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان: الأردن

المراجع الأجنبية :

1- *Flinse, A. (2015).* **Narratives Published on the Internet by Parents of Children with Autism***:* *What Dothey Reveal and Why is Important. Focus on Autism and other Developmental Disabilities, 19 (1): 35-43.*

-Ilkım, T. Y., & Güllü, M. (2016). **Investigation of the job Satisfaction and Burnout levels of the Wrestling Referees According to Various.** Factors in Turkey

2- Platsidou, M. and Agaliotis, I.(2008). **Burnout, job Satisfaction, and Instructional Assignment - Related Sources of Stress in Greek Special Education Teachers**, International Journal of Disability, Development and Education, 55(1): 61-76.

3- *Rothman, A. H (2020)* *"***The Impact of computer – based Versus Traditional Textbook Science Instruction on Selected Student Learning Outcomes***"* *Dissertation Abstracts International, 61 (3), P 938 – A*

4- *Ruffini, M. (2018)* - *"***Systematic Planning in the Design of an Educational Web Site***" Educational Technology Journal, March – April 2000, 58-64.*

5- Toros, T., Dereceli, Ç., & Barut, A. I. (2017) **Examination of the Burnout Levels of Basketball Players in Terms of Gender**, Age and Experience. Journal of Education and Training Studies, 5(12), 155–161.

ملخص البحث

مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة
ظل جائحة كورونا

هدفت هذه الدراسة للتعرف إلى مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في المدارس الخاصة ظل جائحة كورونا تبعاً للمتغيرات (المحافظة، والجنس، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، والحالة الإجتماعية)، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته موضوع الدراسة وتكونت عينة الدراسة من (١٦٨) معلم ومعلمة من معلمي المدارس الخاصة في المملكة الأردنية الهاشمية في كل من (محافظة إربد، والسلط، عمان). وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين جاء بشكل متوسط، كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي المدارس الخاصة بناءً على متغيرات الجنس، والحالة الإجتماعية، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، فيما أظهرت النتائج وجود فروق لصالح متغير المحافظة. وأوصت الدراسة بعدة توصيات من أبرزها:تعميم نتائج الدراسة الحالية على جميع المهتمين في مجال التعليم والتعلم، وإجراء مزيد من الدراسات باستخدام برامج إرشادية ضمن متغيرات مختلفة واضطرابات أخرى وذلك لما اظهرته الدراسة من وجود احتراق واضطرابات نفسية للمعلمين، تدريب المرشدين والقائمين على العملية التربوية على برنامج الارشاد لتخفيف الاحتراق النفسي للمعلمين.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، معلمي التربية الرياضية، جائحة كورونا.

The level of psychological burnout among physical education teachers in private schools under the Corona pandemic

Abstract

This study aimed to identify the level of psychological burnout among physical education teachers in private schools under the Corona pandemic according to the variables (governorate, gender, years of experience, academic qualification, and marital status). A teacher and teacher from among the teachers of private schools in the Hashemite Kingdom of Jordan in each of (Irbid, Salt, and Amman).

The results of the study indicated that the level of psychological burnout for teachers was moderate, and the results showed that there were no differences in the level of psychological burnout for private school teachers based on the variables of gender, marital status, academic qualification, and years of experience, while the results showed differences in favor of the governorate variable.

The study recommended several recommendations, the most prominent of which are: generalizing the results of the current study to all those interested in the field of education and learning, and conducting more studies using counseling programs within various variables and other disorders, as the study showed that there is burning and psychological disturbances for teachers, training counselors and those in charge of the educational process on the program Coaching to reduce burnout for teachers.

Keywords: psychological burnout, physical education teachers, Corona pandemic