البحث السابع :

الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين بمدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت

إعداد :

أ.د. هشام فتحي جاد الرب
قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية جامعة الكويت
أ. لؤي مساعد الزيد
قسم علم النفس التربوي كلية التربية جامعة الكويت

الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين بمدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت

أ.د. هشام فتحي جاد الرب
قسم علم النفس كلية العلوم الاجتماعية جامعة الكويت
أ. لؤي مساعد الزيد
قسم علم النفس التربوي كلية التربية جامعة الكويت

• **المستخلص** :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين في كل من مدارس التعليم العام والتعليم النوعي بدولة الكويت ومستوى الصلابة النفسية لديهم والتحقق من دلالة الفروق بين مستويات بعض المتغيرات الديمغرافية في متغيرات الاحتراق النفسي والصلابة النفسية. وقد شملت عينة الدراسة (٢٣٠) من الاختصاصيين النفسيين الذكور والإناث في مدارس التعليم العام والنوعي في جميع محافظات دولة الكويت الست، وفي المراحل الدراسية (الابتدائي، المتوسط، الثانوي) للعام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧. تم استخدام العينة العنقودية العشوائية في اختيار المدارس، وتم تطبيق أداتي الدراسة : مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر على عينة الدراسة. أوضحت نتائج الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة كان متوسطا، وأن مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد العينة كان مرتفعا، وأظهرت الدراسة وجود علاقة سالبة بين الاحتراق النفسي والصلابة النفسية. وتوصلت الدراسة أيضا لوجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات الاحتراق النفسي والصلابة النفسية تبعا لمتغيرات الجنس والفئة العمرية، في حين لم يتم التوصل لفروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي والصلابة النفسية تبعا لمتغيرات الحالة الاجتماعية والمرحلة الدراسية، في حين لم يتم التوصل لفروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي وفقا لمتغير المؤهل التعليمي، بينما كانت الفروق دالة في متغير الصلابة النفسية تبعا للمؤهل التعليمي. لم تظهر فروق دالة في كل من الاحتراق النفسي والصلابة النفسية وفقا لمتغيرات نوع التعليم وفئة الطالب.

الكلمات المفتاحية : الاحتراق النفسي، الصلابة النفسية، الاختصاصي النفسي المدرسي، التعليم العام، التعليم النوعي.

The relationship between Burnout and Psychological Hardiness among Schools of General and Qualitative Education Counselors in the State of Kuwait

Prof. Hesham F. Gadelrab & Mr. Loay M. Alzaid

Abstract

The current study aimed to identify the level of psychological burnout among school counselors in both general and special education schools in the state of Kuwait and the level of psychological hardness. The study also aimed to verify the significance of differences between the levels of some demographic variables in the variables of psychological burnout and psychological hardness. The study sample consisted of (230) male and female school counselors in general and special education schools in all of the six of Kuwait education Governorates, from educational levels (elementary, middle school, and high school) for the school year 2016/2017. The randomized

cluster sample was used as a sampling method. The study tools were administered: the Maslach Burnout Inventory and Psychological Hardness Inventory of Emad Mukhemer to the study sample. The results of the study showed that the level of psychological Burnout was moderate, and the level of psychological hardness was high, and the study showed a negative relationship between psychological burnout and psychological hardness. The study also found statistically significant differences in the variables of psychological burnout and psychological hardness according to gender and age, while no significant differences were found in the variables of psychological burnout and psychological hardness according to social status and educational level. No significant differences were found in psychological burnout according to the variable of educational qualification. There were significant differences in psychological hardness according to educational qualification. There were no significant differences in both psychological burnout and psychological hardness according to the variables type of education and student category.

Keywords: Psychological burnout, Psychological Hardness, School Counselor, General education, Special Education.

- **مقدمة**:

على الرغم مما يشهده العالم اليوم من تطورات علمية وتكنولوجية انعكست على كثير من جوانب الحياة المختلفة، إلا أن بعض المختصين وصفوا القرن الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لذلك فهي تعد من الظواهر التي تتطلب من الإنسان التعايش معها وتطوير كفاءة معينة للتعامل معها (الزيودي، ٢٠٠٧). فعندما يكون الإنسان تحت ضغط نفسي وغير قادر على التعامل معه بنجاح فإن ذلك قد يؤدي إلى آثار عكسية على الصحة بالإضافة إلى الآثار النفسية والتي من أبرزها الاحتراق النفسي (Komaroff, 2002).

إن بعض الناس ينهارون أمام تعرضهم لمستوى معين من الضغوط، بينما البعض الآخر يظل محتفظا بصحته النفسية والجسمية رغم تعرضهم لنفس مستوى الضغوط. قد يكون الفارق بينهما في بعض سمات الشخصية التي تساعد الفرد على إدراك المواقف الضاغطة على أنها أقل تهديدا، وبأن لديه المقدرة على مواجهتها وضبطها كما أنه بإمكانه الاستمرار في أنشطته بالتزام حتى الوصول إلى حالة من التوافق؛ وهو ما يسمى بالصلابة النفسية (يوسفي، ٢٠١٣).

من جهة أخرى فإن للاختصاصي النفسي مكانة كبيرة وهامة في العملية التربوية من أجل بناء شخصية التلميذ بناء متكاملا. فلا تكاد تخلو مدرسة في العالم من وظيفة الاختصاصي النفسي المدرسي، وذلك للدور الذي يقوم به في المساهمة في نمو الطلاب من جوانب عدة بدءا بالجوانب التربوية وانتهاءً بالجوانب الانفعالية والعقلية والاجتماعية بهدف تخريج مواطن صالح للمجتمع لا يعاني من الاضطرابات الانفعالية والانحرافات السلوكية وبذلك يتم تحقيق هدف

أساسي من الأهداف التي وضعها المجتمع من وراء إنشاء المدرسة (البلاوي وعبدالحميد، ٢٠٠٥).

إن الاختصاصي النفسي المدرسي مسؤول عن تقديم خدمات إرشادية للطلبة والبعض من أولياء الأمور وأفراد المجتمع المدرسي، فمن مهام عمله الاستماع لمشاكلهم وبذل المجهود الفكري والنفسي في سبيل التوصل للحلول، وحيث أنه ملزم بتقديم هذه الخدمة، فمن الأولى الاهتمام بصحته النفسية ليتعامل بشكل جيد مع الضغوط النفسية الملازمة للمهنة، والتي قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي، مما يؤثر على جودة الخدمة التي يقدمها في المدرسة.

لذلك فإن الصلابة النفسية من الخصائص المهمة التي يتمتع بها الأفراد وخاصة الاختصاصي النفسي، حيث أنها مسألة إدراك ووعي وأسلوب تفكير في الحياة، وقد لا يعني ذلك توازن الفرد طوال الوقت ولا يوجد ضمان لعدم تعرضه للمعاناة أثناء تعامله مع الضغوط المختلفة في الحياة، ولكنها إحدى العوامل المهمة لتخفيف أثر الضغوط المختلفة التي يتعرض لها كافة الأفراد (السعدون، ٢٠١١).

- **مشكلة الدراسة**:

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي من الظواهر المهمة في الدراسات النفسية والتي لاقت اهتماما بارزا في السنوات الأخيرة، وذلك لما تسببه من الآثار السلبية تتمثل في سوء التكيف، لما قد يتعرض له العاملون من بعض الظروف الصعبة والخارجة عن نطاق تحكمهم بها، حيث قد يحول ذلك دون قيامهم بالدور الفعال المناط بهم، الأمر الذي يؤدي إلى انخفاض مستوى أدائهم في العمل وسوء التكيف الوظيفي.

وتعد وظيفة الاختصاصي النفسي المدرسي كالعديد من الوظائف في العالم، تحمل في طياتها مصاعب وظيفية؛ فهي تستدعي من حاملها أن يتلقى العديد من المشاكل والمشاعر والتي غالبا ما تكون سلبية، محاولا جهده التعامل معها واستغلال خبرته الأكاديمية والعملية في مساعدة المسترشد في التوصل لحلول لمشكلته والتعامل مع الصعوبات التي تواجهه، حتى يضع حدا لمعاناته، ومساعدته على تفهم مشكلته. إن الاختصاصي النفسي المدرسي مسؤول عن تقديم خدمات إرشادية للطلبة وأولياء الأمور وبعض أفراد المجتمع المدرسي، فمن مهام عمله الاستماع لمشاكلهم وبذل المجهود الفكري والنفسي في سبيل التقليل منها والتوصل لحلول مناسبة، فهو معرض بحكم طبيعة عمله للاطلاع على العديد من المشاعر السلبية والمشاكل النفسية أو الاجتماعية للمسترشدين والتي تؤثر عليه فهو إنسان يؤثر ويتأثر بالمحيطين فيه، كما أن وظيفته لا تقارن بالمعلم من ناحية الحوافز المادية، خاصة يتم تكليفهم بمهام إدارية ليست ذات علاقة بطبيعة العمل وتشكل ضغطا نفسيا إضافيا، مما تجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي. إن الإنسان لديه الإمكانية لمواجهة الصعوبات والأحداث الضاغطة إذا توافرت له مجموعة من الخصائص النفسية والمعرفية مثل الالتزام والتحكم والتحدي، وما

يتفرع عنها من خصائص مثل وجود المعنى، والشعور بالمسؤولية، والقدرة على التحكم في الذات وغيرها، وهو ما يشكل في مجموعته سمة الصلابة النفسية، وبطبيعة الحال تختلف استجابات البشر لما يواجهونه من مثيرات متعددة ومواقف باختلاف طبيعتهم، فهناك من يتحمل أشد الصعاب وهناك من لا يستطيع مواجهة أقل الضغوط، ومن أهم مصادر القوة عند الانسان ما يسمى بالصلابة النفسية (Psychological Hardiness (بن سعد، ٢٠١٢).

حيث توصلت نتائج بعض الدراسات (العطية وعيسوي، ٢٠٠٤؛ السرطاوي، ١٩٩٧) أن الاحتراق النفسي لدى الاختصاصي النفسي الذي يتعامل مع الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة كان أكثر ممن يتعامل مع الطلبة الأسوياء، فالعمل معهم يسهم في خلق الضغوط النفسية والانفعالية.

وقد يرتبط الاحتراق النفسي مع الأداء والرضا الوظيفي ونوعية الحياة والصحة النفسية(Garner & Kinght, 2007) فقد بينت دراسة عبدالرحيم (٢٠١٣) بأن هناك تأثيرا جوهريا للاحتراق النفسي على الأداء الوظيفي، وكذلك أظهرت دراسة العماري (El-Omari, 2011) أن عدم قدرة العاملين في المجال المهني على القيام بأداء مهامهم الوظيفية على أكمل وجه نتيجة للصعوبات التي تواجههم ينتج عنه شعور بالإحباط، والضغوط، وشعور بقلة الحافز على أداء المهام الموكلة.

ومن هذا المنطلق فإن ظاهرة الاحتراق النفسي وما يترتب عليه من آثار للاختصاصي النفسي المدرسي تعد من المعوقات الأساسية التي تحول دون قيام الاختصاصي النفسي المدرسي بالأعمال الموكلة له والتي تحتاج إلى مستوى مرتفع من الصلابة النفسية بما يمكن ذلك الفرد من مواجهة الصعوبات والتغلب عليها.

وحسب علم الباحث فإن هناك ندرة في الدراسات العربية فيما يتعلق بموضوع الاحتراق النفسي لفئة الاختصاصيين النفسيين المدرسيين، بالمقابل هناك العديد من الدراسات التي تناولت مفهومي الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى المعلمين، وتأتي هذه الدراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين المدرسيين وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية إن وجد في مدارس التعليم العام والتعليم النوعي (مدارس الاحتياجات الخاصة) وفقا لمتغيرات الدراسة (الجنس، المرحلة الدراسية، سنوات الخبرة، الحالة الاجتماعية، المنطقة التعليمية، نوع التعليم، فئة الطالب).

وبذلك تحددت مشكلة الدراسة بالأسئلة التالية:

- ما هو مستوى شعور الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت بالاحتراق النفسي؟
- ما هو مستوى الصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت؟

- ما العلاقة بين الشعور بالاحتراق النفسي بأبعاده، والصلابة النفسية بأبعادها لدى الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت؟

• **أهمية الدراسة**:

- تعد الصلابة النفسية متغيرا واقيا من الضغوط أو كسمة من السمات الشخصية التي تجعل الأفراد ومن ضمنهم الاختصاصيين النفسيين المدرسيين يواجهون بفاعلية واقتدار المواقف الضاغطة التي تهدد سلامتهم النفسية.
- فئة الاختصاصيين النفسيين المدرسين فئة مهمة وتقوم بدور كبير في مواجهة ومساعدة الطلبة في حل مشكلاتهم ولذلك وجب إعطاؤها المزيد من الاهتمام والتركيز على جانب الصحة النفسية الخاص بها نظرا لطبيعة عملها الضاغطة.

• **أهداف الدراسة**:

التعرف على مستوى الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي في دولة الكويت، والكشف عن الفروق التي قد ترجع إلى (الجنس، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية، فئة الطالب).

• **مصطلحات الدراسة**:

١- **الاحتراق النفسي** : Psychological Burnout

عرف خميس (٢٠١٦، ١٢٢) الاحتراق النفسي بأنه " تلك التغيرات السلبية في اتجاهات وسلوك الفرد كرد فعل لضغوط العمل ومن مظاهرها فقدان الاهتمام بالعمل وأداء العمل بأسلوب روتيني، ومقاومة التغيير وانخفاض الدافعية وفقدان روح الابتكار والمبادرة". وعرف أبو أسعد (٢٠١١، ٣١) الاحتراق النفسي بأنه "شعور الاختصاصي النفسي بالتعب والاستهلاك وعدم وجود دافع، وأن يشعر بأن ما يقدمه غير مرغوب فيه وغير مهم".

ويعرف الباحثان الاحتراق النفسي إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها الاختصاصي النفسي في هذه الدراسة على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي لفئة العاملين بالمجال النفسي ضمن أبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي، تبلد الشعور نحو الآخرين، الشعور بالإنجاز الشخصي).

٢- **الصلابة النفسية** : Psychological Hardiness

يعرف مخيمر الصلابة النفسية بأنها "امتلاك الفرد لمجموعة من سمات تساعده على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتزام والقدرة على التحدي والقدرة على التحكم في الأمور الحياتية" (خنفر، ٢٠١٤، ٨).

ويعرف الباحثان الصلابة النفسية إجرائيا بأنها الدرجة التي يحصل عليها الاختصاصي النفسي في هذه الدراسة من خلال مقياس الصلابة النفسية موضع الدراسة.

٣- **الاختصاصي النفسي المدرسي** : School Counselor

يعرف الأختصاصي النفسي المدرسي بأنه "الشخص الحاصل على مؤهل جامعي في علم النفس من إحدى الجامعات والذي يعين من قبل وزارة التربية في وظيفة أختصاصي نفسي مدرسي ليقوم بتقديم خدمات التوجيه والإرشاد النفسي للطلاب بالمدرسة" (عبدالجواد، ٢٠٠٦، ٦).

- **الإطار النظري والدراسات السابقة**

توصلت ماسلاش (Maslach & Jackson, 1981) من خلال دراساتها التي بدأت في العام ١٩٧٦ إلى أن الاحتراق النفسي يظهر عند الفرد على شكل أعراض من خلال ثلاثة أبعاد هي:

- الإجهاد الانفعالي: وهو إحساس الفرد بالتعب والإنهاك وفقدان الحيوية والنشاط تجاه قيامه بعمله.
- تبلد المشاعر: وهو اتصاف الفرد بالقسوة واللامبالاة والشعور السلبي نحو الآخرين.
- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي: هو التقييم السلبي لإنجازات الفرد والشعور بعدم فاعلية ما يقوم به.

,وأوضح كل من (التكريتي والجباري، ٢٠١٤، ٣٦) إن هذه الأبعاد الثلاثة منفصلة عن بعضها البعض، وحدوث جانب ليس بالضرورة أن يقود إلى حدوث الجانبين الآخرين فالفرد الذي يعاني من الإجهاد الانفعالي ليس بالضرورة يعاني من تبلد الشعور ثم نقص الشعور بالإنجاز، ومن غير المناسب تصنيف الأفراد إلى صنفين فقط (المحترقين) أو (غير المحترقين) وعوضا عن ذلك فإنه من الضروري تحديد الدرجة التي يعاني منها الفرد في المشاعر المرتبطة بكل بعد من الأبعاد الثلاثة الخاصة بالاحتراق النفسي.

كما قام العجمي والعجمي والمطيري (٢٠١٦) بدراسة عنوانها: "انتشار الاحتراق النفسي لدى الاختصاصي الاجتماعي بمدارس التعليم العام والتربية الخاصة في ضوء عدد من المتغيرات الديموجرافية"، تكونت عينة الدراسة من (٢١٣) اختصاصي واختصاصية اجتماعية بواقع (١٣٢) اختصاصي و(٨١) اختصاصية اجتماعية، تم اختيارهم من مدارس التربية العامة ومدارس التربية الخاصة بمحافظتي الأحمدي ومبارك الكبير بدولة الكويت للعام الدراسي ٢٠١٤/٢٠١٥، أظهرت النتائج أن نسبة الاحتراق النفسي للعينة كان مرتفعا، وأن نسبة الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين الاجتماعيين في مدارس التربية الخاصة كان مرتفعا مقارنة بمدارس التربية العامة، وأن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وللحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين، وللحالة التعليمية لصالح الشهادات العلمية الأعلى، والمستوى الاقتصادي المنخفض، والأكثر خبرة.

وقد قام كل من مولين وجوتيريز (Mullen & Gutierrez, 2016) بدراسة عنوانها: "الاحتراق النفسي، الضغوط لدى الاختصاصيين النفسيين المدرسين وأثرها على الخدمات الطلابية المباشرة"، تكونت عينة الدراسة من (٩٢٦) أختصاصي واختصاصية نفسي مدرسي (٨١٦) من الإناث و (١١٠) من الذكور تم اختيارهم من مناطق مختلفة عبر الولايات المتحدة الأمريكية بمدارس خاصة وحكومية عامة، أظهرت النتائج أن الاختصاصيين النفسيين الذين يعانون من الاحتراق النفسي يساهمون سلبا في تقديم الخدمات الإرشادية الطلابية المباشرة، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط والاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين في المدرسة.

وقد أجرى نوري وديميروك (Nuri & Demirok, 2017) دراسة عنوانها: "تحديد الكفاءة الذاتية وحالة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في مجال الفئات الخاصة في ضوء بعض المتغيرات"، تكونت عينة الدراسة من (٧٠) معلما ومعلمة من العاملين في مجال الفئات الخاصة في محافظة شمال قبرص التركية، أظهرت نتائج الدراسة أن لساعات عمل المعلم تأثير على مستوى الاحتراق النفسي، فالمعلمين ذوى ساعات العمل الأقل وأقل في درجات مستوى الكفاءة الذاتية كانوا أقل في مستوى الاحتراق النفسي مقارنة بالمعلمين ذوي ساعات العمل الأكثر، كذلك أظهرت الدراسة أن المعلمين الأكثر خبرة كانوا أعلى في مستوى الاحتراق النفسي، ولم تظهر نتائج الدراسة أي فروق بين الذكور والإناث في مستوى الاحتراق النفسي.

من ناحية أخرى، فالصلابة النفسية مركب مكون من ثلاثة عناصر أساسية مترابطة فيما بينها وهي :

- **الالتزام** Commitment:

"هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه والآخرين لتحقيق ما يريده" (مخيمر، ٢٠٠٢، ٦)، ويعتبر عنصر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة الضغوطات النفسية، ويعني الالتزام الرغبة في العمل بهمة ونشاط كبيرين مع الإحساس بأهمية وقيمة الأنشطة وجدواها والتي يقوم بها الفرد. والالتزام يتكون من مجموعة أبعاد فرعية: الالتزام نحو الذات، والالتزام نحو العمل، والالتزام الديني، والالتزام الأخلاقي، وأخيرا الالتزام القانوني (فاتح، ٢٠١٥).

- **التحكم** Control:

وهو مدى اعتقاد الفرد بأنه يمكن أن يتحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له (مخيمر، ١٩٩٦)، ويعكس الاعتقاد بأن الفرد ليس عاجزا أو فاقدا للعون ولكنه يمكن أن يؤثر في العديد من الأحداث وله القدرة على التحكم في الظروف الشخصية .

- **التحدي** Challenge:

اعتقاد الفرد بأن التغيير في الأحداث أمر عادي مثله مثل ثباتها، وهو الاعتقاد بأن ما يطرأ من تغيير على جوانب حياة الفرد هو أمر مثير وحتمي أكثر من كونه تهديد، مما يساعده على المبادأة واكتشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية، ويعول الفرد في محاولاته للتوافق على المصادر الداخلية المتمثلة في الصلابة النفسية والتي تمده بالقوة والمقاومة، هذا بالإضافة إلى العوامل أو المصادر الخارجية (مخيمر، ٢٠١٥).

وفي دراسة نور وآخرون (٢٠١٢) بعنوان: "صلابة الشخصية لدى طلبة وطالبات قسم علم النفس في جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا"، تمثلت عينة الدراسة من طلاب وطالبات كلية التربية البالغ عددهم (٨٠) طالبا وطالبة، تم استخدام مقياس الصلابة النفسية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين الذكور والإناث في الصلابة النفسية لصالح الإناث.

وأجرى العبدلي (٢٠١٢) دراسة بعنوان: "الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة"، وقد أسفرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية وأبعادها لدى الطلاب المتفوقين أعلى منه لدى العاديين، ووجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين أساليب مواجهة الضغوط النفسية والصلابة النفسية لدى الطلاب المتفوقين والطلاب العاديين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتفوقين والطلاب العاديين في درجات الصلابة النفسية لصالح المتفوقين، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب المتفوقين والطلاب العاديين في أساليب مواجهة الضغوط النفسية.

وقد أجرى الشمري (٢٠١٥) دراسة عنوانها: "الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل"، حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الخاصة بمنطقة حائل على الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية ومتوسط درجاتهم على الدرجة الكلية لمقياس الرضا الوظيفي، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات المعلمين المتخصصين في التربية الخاصة ومتوسطات درجات المعلمين غير المتخصصين في التربية الخاصة في بعد الالتزام فقط وكانت الفروق في اتجاه المتخصصين، مما يعني أن المتخصصين يتمتعون بالقدرة على الالتزام أكثر من غير المتخصصين، كما أنه توجد فروق دالة إحصائيا بين مرتفعي الصلابة النفسية ومنخفضي الصلابة النفسية في الرضا الوظيفي في اتجاه مرتفعي الصلابة النفسية، وأوضحت كذلك أن الصلابة النفسية تسهم إسهاما دالا إحصائيا في التنبؤ بالرضا الوظيفي.

فيما يتعلق بالعلاقة بين الاحتراق النفسي والصلابة النفسية، فقد قامت السعدون (٢٠١١) بدراسة: "الاحتراق الوظيفي لدى الأطباء والممرضين الكويتيين وعلاقته بكل من الصلابة النفسية وتقدير الذات والأعراض الجسمية"، وتكونت عينة الدراسة من (٢٣١) من الأطباء والممرضين الكويتيين، تراوحت أعمارهم بين (٢٠ -٥٨) عاما، أسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين الاحتراق الوظيفي والصلابة النفسية، وعلاقة موجبة ودالة إحصائيا بين الاحتراق الوظيفي والأعراض الجسمية، وأسفرت النتائج عن وجود بعض الفروق ذات الدلالة الإحصائية بالنسبة للمتغيرات الديموغرافية، حيث كان الأطباء أكثر أعراضا جسمية من الممرضين، والممرضين الذكور كانوا أعلى في الإنهاك العاطفي من الممرضات الإناث، والطبيبات الإناث كن أعلى أعراضا من الأطباء الذكور، والممرضين الأقل خبرة كانوا أكثر تعرضا للاحتراق الوظيفي من الممرضين الأكثر خبرة، والأطباء الأقل خبرة كانو أكثر شعورا بالإنجاز الشخصي من الأطباء الأكثر خبرة، والأطباء الأصغر سنا أكثر فقدانا للتعامل الإنساني من الأطباء الأكبر سنا، ولقد بين تحليل الانحدار أن أهم متغير ينبئ بالاحتراق الوظيفي هو الأعراض الجسمية.

وأجرى عبدالنبي (٢٠١٢) دراسة بعنوان: "برنامج إرشادي لتحسين مستوى الصلابة النفسية لدى المعلمين المحترقين نفسيا"، تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) معلم ومعلمة من معلمي التعليم الابتدائي بإدارة دسوق التعليمية بمحافظة كفر الشيخ بمصر، أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للاحتراق النفسي والصلابة النفسية لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي، التبلد الاحساسي، الإنجاز الشخصي) وذلك في القياس البعدي.

وفي دراسة اركوتلو (Erkutlu, 2012) بعنوان: "تأثير الصلابة النفسية والضبط الذاتي على العلاقة بين السياسة التنظيمية والاحتراق النفسي لدى المعلمين"، تكونت العينة من (١٣٤٤) معلما من (١١٢) مدرسة ثانوية في اسطنبول تم اختيارهم بالطريقة العشوائية للعام الدراسي (٢٠١١ -٢٠١٠)، أوضحت النتائج أن السياسة التنظيمية مرتبطة بشكل إيجابي بالاحتراق النفسي للمعلم. وأن الضبط الذاتي يقوي العلاقة الموجبة بين السياسة التنظيمية للمعلم والاحتراق النفسي، وأن الاحتراق النفسي يضعف تلك العلاقة.

- **فروض الدراسة**

- توجد علاقة سالبة دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي بأبعاده والصلابة النفسية بأبعادها لدى الاختصاصيين النفسيين.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات أبعاد الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين وفقا لمتغيرات (الجنس، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية، فئة الطالب).

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات (الدرجة الكلية والأبعاد) في الصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين وفقا لمتغيرات (الجنس، الفئة العمرية، الحالة الاجتماعية، فئة الطالب).

• منهج وإجراءات الدراسة:

• منهج الدراسة:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي للدراسة كونه الأنسب والذي يساعد على رصد ظاهرة الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى الاختصاصي النفسي المدرسي وإجراء المقارنات وفق متغيرات الدراسة.

• مجتمع وعينة الدراسة:

أجريت الدراسة على (٢٣٠) من الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي بدولة الكويت بالمراحل الثلاث (الابتدائي، المتوسط، الثانوي) الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠١٦/٢٠١٧ ، تم اختيار عينة الدراسة لمدارس التعليم العام بالطريقة (العشوائية العنقودية)، أما مدارس التعليم النوعي فتم اختيارها بالطريقة المقصودة وذلك لكونها ذات عدد محدود مقارنة بمدارس التعليم العام، وفي هذه الدراسة تم استخدام التعليم النوعي كمصطلح مرادف للتربية الخاصة، ويوضح جدول (١) توزيع أفراد عينة الدراسة.

جدول (١): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب نوع التعليم، الجنس، المناطق التعليمية

المحافظة	مدارس التعليم العام						مدارس التعليم النوعي (حكومي، خاص)								المجموع
	ابتدائي		متوسط		ثانوي		ابتدائي		متوسط		ثانوي		متعدد ♦		
	ذكور♦	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	
العاصمة		٦	٣	٣	٥	٥		٣		٣			١	٣	٣٢
حولي		٨	٣	٣	٣	٤	١	١١	١	٦	٣		٢	٥	٥٠
الفروانية		١١	٣	٧	٢	٥		٣	١	٣	٢	١	١	٣	٤٢
مبارك الكبير		٩	٢	٤	٣	٤		٨	٢	١					٣٣
الأحمدي		٥	٤	٤	٣	٧		٤		٢	٢		١	٥	٣٧
الجهراء		٦	٣	٣	٣	٤		١٠		٣				٤	٣٦
المجموع		٤٥	١٨	٢٤	١٩	٢٩	١	٣٩	٤	١٨	٣	٥	٥	٢٠	٢٣٠
	١٣٥						٩٥								

- يقصد بالمتعدد شمول المدرسة الخاصة لجميع المراحل الدراسية (ابتدائي – متوسط – ثانوي) فعمل الاختصاصي النفسي لا يقتصر على مرحلة محددة.
- لا تشمل مدارس المرحلة الابتدائية فئة الذكور من الاختصاصيين النفسين وذلك لسياسة التأنيث بتلك المرحلة ولكن يتم انتدابهم من مرحلة دراسية أخرى حسب حاجة الحالة.

- **أدوات الدراســـة**:
- **مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش**

طوره ماسلاش وجاكسون (Maslach & Jackson, 1981; Maslach & Leiter, 1997) لقياس الاحتراق النفسي لدى فئة العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية، وقام "العتيبي" بتعريبه وتقنينه على البيئة الكويتية عام (٢٠٠٣)، وقد قام عدد من الباحثين بتعريب المقياس ليتلائم مع البيئة العربية منهم (دواني، ١٩٨٩؛ ومقابلة وسلامة، ١٩٩٠؛ والوابلي، ١٩٩٥)، واستخدم الباحثان الترجمة العربية المعتمدة من قبل دار النشر الخاصة بالمقياس، وهو عبارة عن مقياس مكون من اثنين وعشرين فقرة تمثل الأبعا الثلاثة للاحتراق النفسي.

أما بخصوص الاستجابات على هذا المقياس فهي موزعة من (٠ - ٦) تقيس درجة المعاناة (٠ تدل على انعدام المعاناة – ٦ معاناة يومية)، وعليه فإن أعلى درجة يحصل عليها الفرد في المقياس الكلي هي ١٣٢ درجة، أما أدنى درجة فهي صفر، كما يمكن تصنيف درجة الاحتراق النفسي إلى عالية أو متوسطة أو منخفضة وفقاً لقيم مجكية وضعها وتحقق من صدقها مؤلفي المقياس.

أظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات العاملين الذين يعانون من احتراق نفسي عال ومتوسط ومتدن (مقابلة وسلامة، ١٩٩٣؛ الفرح، ٢٠٠١؛ طوالبة، ١٩٩٨؛ الحرتاوي، ١٩٩١).

قام كل من العنزي والمشعان (٢٠٠٦) بحساب معامل الارتباط بين كل عبارة من المقياس، ودرجته الكلية، وكانت معاملات الارتباط بين (٠.٤٤) و (٠.٧٥)، وجميع معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى ٠.٠١. وقد قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي لمقياس ماسلاش عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس وبعدها على العينة الاستطلاعية المكونة من (٣٠) اختصاصيا نفسيا مدرسيا، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.42) إلى (0.72) وجميعها كانت دالة إحصائيا.

وقد قام الباحثان في هذه الدراسة بتعديل محتوى بعض عبارات أداة الدراسة لتتناسب مع عمل الاختصاصيين النفسيين، ومن ثم يتحقق صدق الأداة الظاهري بعد عرض المقياس على (١٠) من المحكمين المختصين في مجال علم النفس وعلم النفس التربوي للتأكد من درجة مناسبة العبارات ووضوحها وسلامة صياغتها اللغوية ومدى ملائمتها للأبعاد التي وضعت لقياسها، كما تم التحقق من ثبات المقياس باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس على حدة. وأظهرت النتائج معاملات ثبات مقبولة لبعدى تبلد المشاعر (٠.٧٤) والشعور بالانجاز الشخصي (٠.٧٦) إلى مرتفعة (٠.٨٤) لبعد الاجهاد الانفعالي. كما قام الباحث باستخدام طريقة إعادة الاختبار، وأظهرت النتائج معاملات ارتفاع مقبولة لبعد الشعور بالإنجاز الشخصي (٠.٤٩) ومرتفعة لبعدي تبلد المشاعر (٠.٧١) والاجهاد الانفعالي (٠.٨٥) وجميعها دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠١).

• **مقياس الصلابة النفسية**:

هو مقياس أعده مخيمر (٢٠١٥)، ويتكون من ٤٧ عبارة تقيس الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية. ويتم الإجابة عليه في ثلاثة مستويات (تنطبق دائما، تنطبق أحيانا، لا تنطبق أبدا)، وتتراوح الدرجة لكل عبارة ما بين ثلاث درجات ودرجة واحدة؛ وبذلك يتراوح المجموع الكلي للأداة ما بين (٤٧ إلى ١٤١ درجة)، حيث يشير ارتفاع الدرجة إلى زيادة إدراك المستجيب لصلابته النفسية.

وقد قام العجمي والعاسمي والعجمي (٢٠١٥) بحساب صدق مقياس الصلابة النفسية الأساسي المستخدم في دراستهم لعماد مخيمر، باستخدام صدق المحك التي قام بإعداده كل من دخان والنجار(٢٠٠٧)، وقد كانت معاملات الارتباط بين مقياس الصلابة النفسية والمقياس المحكي مرتفعة ودالة احصائيا (0.01) ولم تقل عن (0.63).

وقد قام الباحثان في هذه الدراسة بحساب الاتساق الداخلي لمقياس الصلابة النفسية عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس وبعدها على العينة الاستطلاعية، وتراوحت معاملات الارتباط بين (0.43) و (0.65)، وذلك بعد حذف ثلاث عبارات كان ارتباطها ضعيف، ليصبح عدد فقرات المقياس (٤٤).

كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخراج معاملات الاتساق الداخلي بطريقة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس على حدة، بالإضافة إلى الثبات الكلي للمقياس ككل. وجاءت معاملات الثبات مقبولة (٠.٧٤ لبعد الالتزام، و٠.٧٣ لبعد التحكم، ٠.٧٠ لبعد التحدي) إلى مرتفعة (٠.٨٥) للدرجة الكلية للمقياس. كما قام بالتحقق من ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار بفترة زمنيه قدرها أسبوعين، وكانت معاملات ارتباط مرتفعة لجميع الأبعاد، وتراوحت بين (٠.٧٠ – ٠.٧٨).

• **نتائج الدراسة**:

• **النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى**:

يعرض جدول (٢) معاملات الارتباط بين أبعاد الاحتراق النفسي وأبعاد الصلابة النفسية.

جدول (٢). معاملات الارتباط بين أبعاد الاحتراق النفسي والصلابة النفسية

أبعاد الصلابة النفسية	أبعاد الاحتراق النفسي		
	الإجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	الشعور بالإنجاز الشخصي
الالتزام	◆◆-.٢٢٦	◆◆-.١٨٧	◆◆.٣٣٧
التحكم	◆◆-.٢٢٢	◆-.١٣٦	◆◆.١٨٦
التحدي	◆◆-.٢٥٦	-.٠٢٩	◆◆.٢٣٣
الدرجة الكلية للصلابة النفسية	◆◆-.٢٩٤	◆-.١٦٥	◆◆.٣٠٠

◆ دالة عند مستوى (٠.٠٥) ◆◆ دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من جدول (٢) وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين أبعاد الاحتراق النفسي وأبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم) بينما لا توجد علاقة دالة

إحصائيا بين بعد (تبلد المشاعر) في الاحتراق النفسي و(بعد التحدي) في الصلابة النفسية؛ وهذا يعني تحقق صحة الفرض جزئيا. فيما يخص العلاقات الموجبة بين أبعاد الصلابة النفسية ودرجاتها الكلية وبعد الشعور بالإنجاز الشخصي فهو متوقع ولا يناقض الفرضية لأن بعد الشعور بالإنجاز الشخصي هو بعد إيجابي.

- **النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية**:

قام الباحثان باستخدام اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق بين الذكور (ن=٥٠) والإناث (ن=١٨٠) في أبعاد الاحتراق النفسي، وتم عرضها في جدول (٣).

جدول (٣). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.=٢٢٨) للفروق بين الذكور والإناث في ابعاد الاحتراق النفسي

المقياس		الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	ذكور	١٦.٥	١٠.١	٣.٧٤	دالة عند ٠.٠١	0.438 متوسط
		إناث	٢٣.٠	١١.٠			
	تبلد المشاعر	ذكور	٣.٧٧	٣.٩١	١.٥٣	غير دالة	–
		إناث	٤.٨٧	٤.٦٣			
	الشعور بالإنجاز الشخصي	ذكور	٣٨.٨	٨.٢٩	١.٧٠	غير دالة	–
		إناث	٣٦.٥	٨.٥١			

يتضح من جدول (٣) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) لصالح الإناث في بعد الإجهاد الانفعالي، مما يعني أن الإناث أكثر معاناة من الذكور في الإجهاد الانفعالي. بالمقابل لم تظهر أية فروق ذات دلالة إحصائية على بعدي تبلد المشاعر والشعور بالإنجاز الشخصي. ويعرض الباحثان في جدول (٤) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق بين فئتي العمر (٣٠ أو أقل (ن=٩٥) / ٣١ فأكثر (ن=١٣٥) للاختصاصيين النفسيين في الاحتراق النفسي.

جدول (٤). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) للفروق بين فئتي العمر في ابعاد الاحتراق النفسي

المقياس		الفئة العمرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	٣٠ وأقل	٢٤.٧	٩.٨٥	٣.٦٧	دالة عند ٠.٠١	٠.٤٣٢ متوسط
		٣١ فأكثر	١٩.٤	١١.٥			
	تبلد المشاعر	٣٠ وأقل	٥.٥٤	٥.٠٤	٢.٦٠	دالة عند ٠.٠١	٠.٣٤٤ متوسط
		٣١ فأكثر	٣.٩٩	٣.٩٧			
	الشعور بالإنجاز الشخصي	٣٠ وأقل	٣٦.١	٧.٨١	١.٣٦	غير دالة	-
		٣١ فأكثر	٣٧.٦	٨.٩٣			

يتضح من جدول (٤) أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر لصالح الفئة العمرية الأصغر سنا؛ ولم تظهر فروقا دالة إحصائيا بالنسبة لبعد الشعور بالإنجاز الشخصي. ويعرض الباحثان في جدول (٥) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق وفقا للحالة الاجتماعية (متزوج =١٨٩، أخرى = ٤١) للاختصاصيين النفسيين في الاحتراق النفسي.

جدول (٥). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) في أبعاد الاحتراق النفسي وفقا للحالة الاجتماعية

المقياس		الحالة الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	متزوج	٢١.٧	١١.٥	٠.٣٢٠	غير دالة
		أخرى	٢١.١	٩.٦٤		
	تبلد المشاعر	متزوج	٤.٦٧	٤.٤٨	٠.٣٢٣	غير دالة
		أخرى	٤.٤٢	٤.٦١		
	الشعور بالإنجاز الشخصي	متزوج	٣٦.٩	٨.٤٦	٠.٣٢٤	غير دالة
		أخرى	٣٧.٤	٨.٨٠		

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في أبعاد الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية. وأخيرا يعرض الباحثان في جدول (٥) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق وفقا لمتغير فئة الطالب (أسوياء (ن=١٣٥)/ احتياجات خاصة (ن=٩٥)).

جدول (٦). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) في أبعاد الاحتراق النفسي وفقا لفئة الطالب

المقياس		فئة الطالب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	أسوياء	٢١.٨	١١.٢	٠.٤٠٩	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٢١.٢	١١.٢		
	تبلد المشاعر	أسوياء	٤.٤٨	٤.١٦	٠.٦١٩	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٤.٨٥	٤.٩٦		
	الشعور بالإنجاز الشخصي	أسوياء	٣٦.٣	٨.٥٥	١.٤٧٣	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٣٨.٠	٨.٣٧		

يتضح من جدول (٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في أبعاد الاحتراق النفسي تبعا لمتغير فئة الطالب.

- **النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة**:

قام الباحثان باستخدام اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق بين الذكور (ن=٥٠) والإناث (ن=١٨٠) في أبعاد الصلابة النفسية، وتم عرضها في جدول (٧).

جدول (٧) المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) للفروق بين الذكور والإناث في ابعاد الصلابة النفسية

المقياس		الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الصلابة النفسية	الالتزام	ذكور	٤٣.٧	٢.٧٤	٥.٣٧	دالة عند ٠.٠١	٠.٧٥٤ مرتفع
		إناث	٤١.٠	٣.٣٦			
	التحكم	ذكور	٣٦.٩	٣.٣٩	٤.٨٢	دالة عند ٠.٠١	٠.٦٣٨ مرتفع
		إناث	٣٤.٤	٣.١٧			
	التحدي	ذكور	٣٣.٢	٢.٧٣	٣.٧٢	دالة عند ٠.٠١	٠.٤٩٢ متوسط
		إناث	٣١.٣	٣.٣٧			
المجموع العام للصلابة		ذكور	١١٣	٦.٩٠	٥.٦٠	دالة عند ٠.٠١	٠.٧٤١ مرتفع
		إناث	١٠٦	٨.٣١			

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) تبعا لمتغير الجنس على جميع أبعاد مقياس الصلابة النفسية لصالح الذكور، مما يدل على أن الذكور أكثر شعورا بالصلابة النفسية من الإناث.

ويعرض الباحثان في جدول (٨) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق بين فئتي العمر (٣٠ أو أقل (ن=٩٥) / ٣١ فأكثر (ن=١٣٥)) للاختصاصيين النفسيين في الصلابة النفسية.

جدول (٨). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت في ابعاد الصلابة النفسية وفقاً لمتغير الفئة العمرية

المقياس		الفئة العمرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الصلابة النفسية	الالتزام	٣٠ وأقل	٤٠.٥	٣.٢٧	٤.١٤	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٥٤٨ متوسط
		٣١ فأكثر	٤٢.٣	٣.٣٤			
	التحكم	٣٠ وأقل	٣٣.٩	٣.٢٧	٤.١٠	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٥٤٣ متوسط
		٣١ فأكثر	٣٥.٧	٣.٢٦			
	التحدي	٣٠ وأقل	٣١.٠	٣.١٨	٢.٥٤	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٣٣٦ ضعيف
		٣١ فأكثر	٣٢.١	٣.٣٧			
المجموع العام للصلابة		٣٠ وأقل	١٠٥	٨.٠٠	٤.٢٩	دالة عند ٠.٠٠١	٠.٥٦٨ متوسط
		٣١ فأكثر	١١٠	٨.٤٠			

كشفت النتائج المعروضة في جدول (٨) وجود فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١) في جميع أبعاد الصلابة النفسية لصالح الفئة العمرية الأكبر. ويعرض الباحثان في جدول (٨) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق في أبعاد الصلابة النفسية وفقا لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوج =١٨٩، أخرى = ٤١).

جدول (٩). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) في أبعاد الصلابة النفسية وفقا للحالة الاجتماعية

المقياس		الحالة الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية	الالتزام	متزوج	٤١.٦	٣.٤٨	٠.١٠٣	غير دالة
		أخرى	٤١.٥	٣.٢١		
	التحكم	متزوج	٣٤.٩	٣.٣٣	٠.٤٦٨	غير دالة
		أخرى	٣٥.٢	٣.٥٨		
	التحدي	متزوج	٣١.٥	٣.٣٧	١.٢٤٨	غير دالة
		أخرى	٣٢.٣	٣.٣١		
المجموع العام للصلابة		متزوج	١٠٨	٨.٧٠	٠.٦٢٩	غير دالة
		أخرى	١٠٩	٧.٨٩		

يتضح من جدول (٩) أنه لم تظهر أية فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الصلابة النفسية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية. ويعرض الباحثان في جدول (١٠) نتائج اختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين للفروق في أبعاد الصلابة النفسية وفقا لمتغير فئة الطالب (أسوياء=١٣٥، احتياجات خاصة=٩٥).

جدول (١٠). المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة ت (د.ح.= ٢٢٨) في أبعاد الصلابة النفسية وفقا للحالة الاجتماعية

المقياس		فئة الطالب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية	الالتزام	أسوياء	٤١.٧	٣.٣٩	٠.٥٨٩	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٤١.٤	٣.٤٩		
	التحكم	أسوياء	٣٥.٠	٣.٤٥	٠.٣٧٠	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٣٤.٩	٣.٢٨		
	التحدي	أسوياء	٣١.٦	٣.٤٨	٠.٦٠٢	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	٣١.٨	٣.١٣		
المجموع العام للصلابة		أسوياء	١٠٨	٨.٧٤	٠.١٤٨	غير دالة
		ذوي احتياجات خاصة	١٠٨	٨.٣١		

يتضح من جدول (١٠) عدم وجود أى فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الصلابة النفسية تبعا لمتغير فئة الطالب.

- **مناقشة النتائج**:

كشفت نتائج التحليل الإحصائي للدراسة على أن درجة الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي كانت متوسطة حسب معايير ماسلاش للاحتراق النفسي على بعدي الإجهاد الانفعالي والشعور بالإنجاز الشخصي، وكانت منخفضة على بعد تبلد المشاعر. وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة العرايضة (٢٠١٦)، القيسي (٢٠١٤)، الحاتمي (٢٠١٤)، الربدي (٢٠١٣)، فرح (١٩٩٩)، السرطاوي (١٩٩٧)، بولمان (Bollman, 1994)، الدبابسه (١٩٩٣)، الحرتاوي (١٩٩١)، سمول (Small, 1989)، واختلفت في نتائجها مع دراسة موسايي (Mousavy, 2014)، عياصره وعبدالرحمن (٢٠١٣)، فرديمان (Friedman, 1991).

فالمستوى المتوسط لبعد الإجهاد الانفعالي قد يعود إلى الخبرة العملية في مجال المهنة، وكذلك للسمات الشخصية للاختصاصين النفسيين والتي قد يكون لها أثر في التقليل من مشاعر إجهادهم الانفعالي أو لنظرتهم الإيجابية للدور الذي يقومون فيه من خلال خدمة الطلبة وأولياء أمورهم والآخرين في بيئة العمل. كما أن نتائج بُعد الشعور بالإنجاز الشخصي، تشير إلى أن الاختصاصيين النفسيين يقيمون أنفسهم بطريقة إيجابية في ضوء ممارساتهم المهنية في محيط عملهم ومع الأشخاص الذين يتعاملون معهم في محيط العمل، وأنهم يشعرون بالرضا والكفاءة عن إنجازاتهم مما ينعكس ايجابيا على حالتهم النفسية ويشكل عاملا مهما في تعزيز قدراتهم على مواجهة الصعوبات والتحديات في بيئة العمل وخارجها.

وفيما يتعلق ببعد تبلد المشاعر فقد جاء بمستوى منخفض مقارنة ببعدي الإجهاد الإنفعالي والشعور بالإنجاز الشخصي، وهذا يعني أن مشاعر

الاختصاصيين النفسيين تجاه المسترشدين أو تجاه الأفراد الموجودين في محيط العمل ليس بالصورة المطلوبة وقد تكون سلبية، وقد يعود ذلك إلى طبيعة العمل الضاغطة، أو طبيعة المشاكل التي يتعرض لها المسترشدون في محيط العمل، أو لطبيعة الصعوبات والمشاكل التي تواجه الاختصاصيين النفسيين في بيئة المدرسة.

كما كشفت نتائج التحليل الإحصائي للدراسة على أن مستوى الصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين في مدارس التعليم العام والنوعي كان مرتفعا في كل من الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية، وقد يعود ذلك جزئياً نتيجة لارتفاع بعد لتبلد المشاعر كما أظهرت نتائج الدراسة، أو نتيجة للتكيف مع بيئة العمل كما أظهرت نتائج دراسة أبو ندى (٢٠٠٧).

كشفت نتائج التحليل الإحصائي للدراسة أيضاً عن وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين أبعاد الاحتراق النفسي وأبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم)، وفي هذا السياق، فقد ذكرت كوبازا (Kobasa, 1985) أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية يتميزون بأنهم أكثر نشاطا واقتدارا وقيادة وضبطا داخليا، وأنهم يتميزون بالصمود والمقاومة لأعباء الحياة وأنهم أشد واقعية وإنجاز وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث، وعادة ما يستخدمون استراتيجيات مواجهة إيجابية. وقد أظهرت نتائج هذه الدراسة تمتع أفراد العينة بالصلابة النفسية المرتفعة وإن ذلك قد يكون السبب في تمتعهم بدرجة متوسطة من الاحتراق النفسي مما ساهم في التخفيف من أعراضه.

توصلت الدراسة أيضاً أن فئة الإناث كانت أكثر معاناة من الذكور وخاصة في بعد (الإجهاد الانفعالي)، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة الربدي (٢٠١٣)، ولكنها اختلفت مع نتائج دراسات القيسي (٢٠١٤)، الحاتمي (٢٠١٤)، عياصره وعبدالرحمن (٢٠١٣)، سانجانافيتش وبالكن (Sanjanavanich & Balkin, 2013). يتصور الباحثان أن نتائج الدراسة الحالية منطقية؛ حيث يتصف الرجل بتصرفاته العقلانية والقدرة على التحكم بعواطفه أكثر من المرأة، ووجه الضبط الداخلي والخارجي لديه عالية مقارنة بالمرأة (Rush, 1995)، وأن طبيعة المرأة الحساسة تجعلها أكثر عرضة انفعاليا من الرجل حيث تتصف المرأة بالعاطفة (المصدر، ٢٠٠٨)، إلى جانب أن الاختصاصيات النفسيات العاملات في مدارس الإناث تختلف طبيعة المشاكل التي يواجهنها عن الاختصاصي النفسي في مدارس الذكور.

كما كشفت نتائج التحليل الإحصائي للدراسة على أن الأختصاصين النفسيين الأصغر سناً كانوا أكثر شعورا (بالإجهاد الانفعالي) و(تبلد المشاعر)، في حين كان الاختصاصين النفسيين الأكبر عمراً أكثر شعورا بالإنجاز

الشخصي، ولقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة السعدون (٢٠١١)، الدبابسة (١٩٩٣)، مو (Mo, 1991)، ليرمان (Lerman, 1991)، وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع جدعان (٢٠١٤)، بوفرة ومنصوري (٢٠١٤)، موسا في (Mousavy, 2014)، الحاتمي (٢٠١٤)، الربدي (٢٠١٣)، فرح (١٩٩٩)، الحرتاوي (١٩٩١). يفسر الباحثان هذه النتيجة في ضوء دور الخبرة في التعامل مع الإجهاد الإنفعالي الناجم عن الضغوط في المهنة. وقد يرجع ذلك أيضا لعامل النضج الانفعالي والتكيف، فالاختصاصيين النفسيين الأقل سنا قد يكونون أكثر إندفاعا من الأكبر سنا في حين أن الاختصاصيين النفسيين الأكبر سنا يكونون أكثر ضبطا لانفعالاتهم نتيجة لخبراتهم التي مروا بها في مجال مواجهة مشكلات وضغوط المهنة.

كشفت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي أو الصلابة النفسية لدى أفراد العينة لم يتأثر بالحالة الاجتماعية، وقد يرجع ذلك إلى أن الضغوط والصعوبات لا تختلف لدى المتزوجين وغير المتزوجين فطبيعة العمل واحدة، أما الصعوبات والضغوط فقد تختلف أنواعها نتيجة للدور الاجتماعي، إلا أن تأثيرها يمتد على الفئتين. كما لم تتوصل الدراسة لفروق فيما يتعلق بفئة الطالب، الأمر الذي يرجع لكون طبيعة العمل ونوعية المشاكل والضغوط المهنية تعتبر متقاربة، وقد لا يكون لفئة الطالب علاقة بهذا الأمر.

كشفت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور في أبعاد الصلابة النفسية، وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (البيرقدار، ٢٠١١؛ البلهاص ،٢٠٠٢؛ مخيمر ، Vinothkumar, & Subramanian, S. 1997 2009) وتعارضت مع نتيجة دراسة (نور وآخرون، ٢٠١٢؛ الرفاعي، ٢٠٠٣). وقد تفسر هذه النتيجة في ضوء طبيعة التنشئة الاجتماعية للذكور والتي تختلف عن الإناث في مجتماعتنا العربية. كما كشفت نتائج التحليل الإحصائي وجود فروق دالة لصالح الفئة العمرية الأكبر في أبعاد الصلابة النفسية. وقد يفسر ذلك بأن الاختصاصيين النفسيين ذو الخبرة الأكثر لديهم قدرة أكثر على التحمل نتيجة ممارستهم للمهنة وتكون خبرات تساعدهم في التعامل مع مشكلات العمل ومشاكل المسترشدين من الطلبة وأولياء الأمور. وقد تعارضت نتائج الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (البلهاص، ٢٠٠٢) والتي أظهرت أن سنوات الخبرة لم تأثر على مستوى الصلابة النفسية.

- **توصيات الدراسة**:

بناء على ما توصل إليه الباحثان في دراسته لموضوع الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين المدرسين في مدارس التعليم العام والنوعي فإنه يُقترح التالي:

- إجراء المزيد من الدراسات بهدف معرفة وتقصي الأسباب التي تؤثر في مستوى الاحتراق النفسي لدى الاختصاصيين النفسيين المدرسيين بوزارة التربية.

- اهتمام وزارة التربية بموضوع الصلابة النفسية لدى الاختصاصيين النفسيين الجدد لما لها من تأثير ايجابي في التخفيف من مستوى الاحتراق النفسي.
- إعداد وتنفيذ ورش عمل دورية ينفذها لاختصاصيين النفسيين الأكثر خبرة تتعلق بكيفية التعامل مع الضغوط وذلك من أجل رفع مستوى السلوك التكيفي مع المشكلات التي تواجه الاختصاصي النفسي المدرسي.
- فصل العمل الإداري للاختصاصي النفسي المدرسي عن المهام التي توكل إليه من قبل الإدارة المدرسية وليست ذات علاقة بطبيعة العمل، حيث أن طبيعة عمل الاختصاصي النفسي فنية وليست إدارية.

• المراجع العربية :

- أبو أسعد، أحمد عبداللطيف (٢٠١١). **المهارات الإرشادية**. الأردن: دار المسيرة.
- أبو ندى، عبدالرحمن (٢٠٠٧). **الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الأزهر، كلية التربية، قسم علم النفس، فلسطين.
- البلاوي، إيهاب وعبدالحميد، أشرف (٢٠٠٥). **الإرشاد النفسي المدرسي**. القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- البلهاص، سيد أحمد (٢٠٠٢). الانهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة بالطائف. **مجلة كلية التربية**، المملكة العربية السعودية، ١ (٣١)، ٤١٤-٣٨٤.
- البيرقدار، تنهيد عادل (٢٠١١). الضغط النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة كلية التربية جامعة الموصل. **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية**، العراق، (١)، ٥٦-٢٨.
- التكريتي، واثق عمر والجباري، جنار عبدالقادر (٢٠١٤). **السلوك التربوي وعلاقته بالاحتراق النفسي**. العراق: المكتب الجامعي الحديث.
- الحاتمي، سليمان بن علي بن محمد (٢٠١٤). **الاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نزوى، سلطنة عمان.
- الحرتاوي، هند عبدالله (١٩٩١). **مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة اليرموك، كلية التربية، الأردن.
- الدبابسه، محمود (١٩٩٣). **مستويات الاستنفاذ النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات**. (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الأردنية، الأردن.
- الربدي، سفيان إبراهيم (٢٠١٣). مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين والمرشدات بمنطقة القصيم التعليمية في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة العلوم الانسانية والادارية**، جامعة المجمعة، السعودية، (٣)،٣٠٩-٢٣٩.
- الرفاعي، عزة (٢٠٠٣). **الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها**. (رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة حلوان، كلية الآداب، قسم علم النفس، القاهرة.
- الزيودي، محمد. (٢٠٠٧). مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة جامعة دمشق، ٢٣ (٢)، ١٨٩- ٢١٩.
- السرطاوي، زيدان (١٩٩٧). الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة: دراسة ميدانية. **مجلة كلية التربية** جامعة عين شمس، ٢١ (١)، ٩٦-٥٧.
- السعدون، فاطمة خلف (٢٠١١). **الاحتراق الوظيفي لدى الأطباء والممرضين الكويتيين وعلاقته بكل من الصلابة النفسية وتقدير الذات والأعراض الجسمية**. (رسالة ماجستير غير منشورة). كلية العلوم الاجتماعية، قسم علم النفس، جامعة الكويت.

- الشمري، بدر بن عوده (٢٠١٥). **الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى، كلية التربية، قسم علم النفس، المملكة العربية السعودية.
- العبدلي، خالد (٢٠١٢). **الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى، كلية التربية، قسم علم النفس، المملكة العربية السعودية.
- العجمي، راشد والعاسمي، رياض والعجمي، حمد (٢٠١٥). الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى عينة من أبناء المطلقين الكويتيين. **مجلة العلوم الاجتماعية**، جامعة الكويت، ٤٣ (٣)، ١٢-٤٨.
- العجمي، عبدالهادي شاجع والعجمي، راشد مانع والمطيري، عبير هادي (٢٠١٦). انتشار الاحتراق النفسي لدى الاختصاصي الاجتماعي بمدارس التعليم العام والتربية الخاصة في ضوء عدد من المتغيرات الديموجرافية. **المجلة الدولية التربوية المتخصصة**، الأردن، ١٥(٢)، ٤٠٦-٣٨٩.
- العرايضة، عماد صالح نجيب (٢٠١٦). مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاص. **مجلة العلوم النفسية والتربوية** (٢)، ٢٢٧-١٩٧.
- العطية، أسماء وعيسوي، طارق (٢٠٠٤). الاحتراق النفسي لدى عينة من العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة وعلاقته ببعض المتغيرات بدولة قطر. **المجلة المصرية للدراسات النفسية** (٤٥)، ١٧١-٢٢٣.
- العنزي، عوض والمشعان، عويد (٢٠٠٦). خصائص العمل وعلاقته بالاحتراق الوظيفي والأداء الوظيفي لدى الموظفين في القطاع الحكومي بدولة الكويت. **مجلة دراسات نفسية** (١٦)، ٧٢٨-٦٩٣.
- القيسي، لما ماجد (٢٠١٤). درجة الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في مدارس محافظة الطفيلة. **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، الأردن، (٢٢)، ٢٥١-٢٣١.
- المصدر، عبدالعظيم سليمان (٢٠٠٨). الذكاء الانفعالي وعلاقته ببعض المتغيرات الانفعالية لدى طلبة الجامعة. **مجلة الجامعة الاسلامية**، فلسطين، ١٦(١)، ٦٣٢-٥٨٧.
- الوابلي، سليمان (١٩٩٥). **الاحتراق النفسي ومستوياته لدى معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة في ضوء مقياس ماسلاك المعرب**. مركز البحوث التربوية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- بن سعد، أحمد (٢٠١٢). الصلابة النفسية: المفهوم والمتعلقات. **مجلة دراسات**، الجزائر(٢١)، ٤١-٣١.
- بوفرة، مختار ومنصوري، مصطفى (٢٠١٤). علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي. **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر (١٧)، ٩٢-٨١.
- جدعان، منصور منيف (٢٠١٤). الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات لطلبة مدارس التربية الفكرية الابتدائية في إدارة مدارس التربية الخاصة في دولة الكويت. **مجلة العلوم التربوية**، الكويت، (٤)، ٤٦٧-٤٩٤.
- خميس، عبدالعزيز (٢٠١٦). الاحتراق النفسي لدى مستشارين التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني: دراسة استكشافية. **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر، (٢٤)، ١٢١-١٣٣.
- خنفر، فتحية (٢٠١٤). **الصلابة النفسية وعلاقتها بمركز الضبط لدى الطالب الجامعي: دراسة ميدانية**. (دراسة مقدمة لاستكمال شهادة الليسانس في علم النفس) جامعة قاصدي مرباح، قسم علم النفس، الجزائر.
- دخان، نبيل والنجار، بشير (٢٠٠٧). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية. **مجلة الجامعة الاسلامية بغزة**، ١٤ (٢)، ٣٩٦-٣٦٩.
- طوالبة، محمد (١٩٩٨). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب في المدارس التابعة لمحافظات إربد والمفرق وعجلون وجرش. **مجلة مؤته للبحوث والدراسات**، جامعة مؤته، الأردن، ١٤(٢)، ١٦٩-١٩٥.

- عياصره، معن محمود وعبدالرحمن، علي أحمد (٢٠١٣). دراسة لمستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات في مديرية تربية وتعليم جرش في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، الأردن، ١٤ (٣)، ٦٤-٣٥.
- فاتح، سعيدة (٢٠١٥). **الصلابة النفسية لدى المرأة المصابة بسرطان الثدي**. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة محمد خيضر، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، الجزائر.
- فرح، عدنان (٢٠٠١). الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر. **مجلة دراسات العلوم التربوية**، الجامعة الأردنية، ٢٨ (٢)، ٣٣٥-٣١٢.
- مخيمر، عماد محمد (١٩٩٦). إدراك القبول/الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. **مجلة دراسات نفسية**، القاهرة، (٢)، ٢٩٩-٢٧٥.
- مخيمر، عماد محمد (١٩٩٧). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسطية في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي. **المجلة العربية للدراسات النفسية**، ٧ (١٧)، ١-٢٠.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠٠٢). **مقياس الصلابة النفسية**. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- مخيمر، عماد محمد (٢٠١٥). **مقياس الصلابة النفسية : كراسة التعليمات**. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- مزياني، فتيحة (٢٠١٠). مفهوم الاحتراق النفسي: أبعاده ومراحل تكونه. **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية**، جامعة قاصدي مرباح، الجزائر، (٤)، ١٦١-١٥٠.
- مقابلة، نصر وسلامة، كايد (١٩٩٣). دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين الأردنيين في ضوء عدد من المتغيرات. **مجلة جامعة دمشق**، ٣٣ (٩)، ١٧٢-٢١.
- منصوري، مصطفى (٢٠١٧). **الضغوط النفسية والمدرسة واستراتيجيات مواجهتها**. الأردن: دار أسامة للنشر والتوزيع.
- يوسفي، حدة (٢٠١٣). الصلابة النفسية وعلاقتها باستراتيجيات المواجهة لدى عينة من طالبات الجامعة: دراسة ميدانية بجامعة الحاج لخضر باتنة. **مجلة دراسات**، الجزائر، (٢٤)، ١٤٧-١١٧.

• المراجع الأجنبية:

- Bollman. J. L. (1994). Burnout of school counselors in South Carolina. University of South Carolina. **Dissertation Abstract International**, 54 (12).
- Cianfrinim, C. L. (1997). A comparison of University Academic and Psychological counselors: Burnout and its relationship with social support, coping and Job satisfaction. **Dissertation Abstracts International**, 57 (9).
- Erkutlu, H. (2012). Impact of Psychological Hardiness and Self-Monitoring on Teacher Burnout. Hacettepe University, **Journal of education**, 43, 186-197.
- Friedman, I.A. (1991). High and Low Burnout schools: School culture aspects of teacher burnout. **Journal of Education Research**, 84, 325-333.
- Kobasa, S. (1985). Effectiveness of hardiness, exercise and support as resources against illness, **Journal of Psychosomatic Research**, 29, 525-533.
- Komaroff, A. L. (2002). **Harvard Medical School Family Health Guide**. United Kingdom: Simon & Shuster.

- Lerman, M. H. (19٩1). The Effect of Client Socio-Economics Status on Counselor Burnout. The University of Wisconsin-Milwaukee, **Dissertation Abstracts International**, 43, 1427-A.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The Measurement of Experience Burnout. **Journal of Organization Behavior**, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). **The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to do about it**. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Mo, K.W. (1991). Teacher burnout: Relations with Stress Personality, and Social support. **Educational Journal**, 19, 3-12.
- Nuri, C.; Demirok, C. (2017). Determination of self-efficacy and burnout state of teachers working in the special education field in terms of different variables. **Journal of Education and Training Studies**, 3, 160-166.
- Rush, M. (1995). Psychological resiliency in the public sector, "Hardiness" and pressure for change. **Journal of vocation Behavior**, 46, 17-39.
- Sanjanavanich, V. F. & Balkin, R. S. (2013). Burnout and job satisfaction among counselor education. **Journal of Humanistic Counseling**, 52, 67-79.
- Small, L. N. (1989). Aspect of Supervision, Selected demographic characteristics, and their relationship to professional burnout in school psychologist. Rutgers State University of New Jersey, **Dissertation Abstracts International**, 49, 2979-A.
- Subramanian, S. & Vinothkumar, M. (2009). Hardiness Personality, Self-Esteem and Occupational Stress among IT Professionals, **Journal of Indian Academy of Applied Psychology**, 35, 48-56.

❋❋❋❋❋❋❋