



كلية التربية



جامعة سوهاج

مجلة شباب الباحثين

الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة أم القرى

إعداد

أ/ ايلاف عدنان عبد الله باجابر

باحثة ماجستير بقسم علم النفس كلية التربية بجامعة أم القرى

في المملكة العربية السعودية

د/أماني محمد الدوسري

دكتوراه في الشخصية وعلم النفس الاجتماعي بقسم علم النفس

في كلية التربية بجامعة أم القرى. المملكة العربية السعودية

تاريخ استلام البحث : ٧ ديسمبر ٢٠٢٢ م - تاريخ قبول النشر: ٩ يناير ٢٠٢٣ م

DOI: ١٠.٢١٦٠٨/JYSE. ٢٠٢٣.

ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسى لدى عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى، كما تهدف إلى معرفة الفروق فى مستوى الاحتراق النفسى تبعاً لمتغيرات (المؤهل العلمى، الخبرة ، الحالة الاجتماعىة) . وتكونت العينة من جميع عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى البالغ عددهن ست عشرة ١٦ عضوة هيئة تدريس ، تم اختيارهم بأسلوب الحصر الشامل .

واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفى المسحى، واستخدمت مقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسى، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى يعانون من احتراق نفسى منخفض، كما توصلت نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى مستوى الاحتراق النفسى لدى عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها . وهى تعزى لمتغير الخبرة والحالة الاجتماعىة والمؤهل العلمى، وفى ضوء النتائج أوصت الباحثة عدة توصيات.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق، الاحتراق النفسى، جامعة ام القرى، الارشاد النفسى

Psychological burnout among female faculty members at Native Speakers at -the Institute for Teaching Arabic to Non Qura University-Umm Al

Abstract

This study aimed to identify the levels of job burnout among female faculty members at the Institute of Arabic Language for Non-Native speakers at Umm Al-Qura University.

It also aimed to distinguish the variances in levels of psychological burnout based on differences in experience, marital status, and academic qualifications.

The sample consisted of all female faculty members at the Institute of Arabic Language for Non-Native speakers at Umm Al-Qura University. Sixteen female members were chosen by a complete enumeration method. In addition, this paper, a descriptive approach was used, based on Maslach Burnout Inventory (MBI).

The results of the study concluded that faculty members suffer from low-level burnout.

It also found that there were no statistically significant differences in the level of psychological burnout among faculty members due to the differences in experience, social status and academic qualifications. In light of the results, the researcher made several recommendations.

أولاً : المقدمة:

يُعد الاحتراق النفسي من الموضوعات التي نالت اهتماماً من الباحثين في جميع القطاعات ومن بينها التدريس، وذلك لما يمثله الاحتراق النفسي من نتائج سلبية تنعكس على العاملين في تلك القطاعات.

ويلعب أساتذة الجامعات دوراً مهماً في بناء الشباب في المجتمع ، وهم أساس العملية التعليمية ، وأي إصلاح أو تطوير في هذه العملية يجب أن يبدأ بالأستاذ الذي يحظى بتقدير في المجتمع وهو محط ثقته واحترامه ، لذلك جدير بأن يكون في مستوى هذا التقدير والثقة والاحترام، ويعمل اساتذة الجامعة دور المرشد والموجه في مجال معرفته وخبرته ، ويحرص على ألا يصدر منه إلا ما يؤكد ثقة المجتمع به واحترامه له، وتطوير مهارات الاساتذة والعناية به من جميع جوانبه وخاصة النفسية التي لها عوائد ايجابية، أما إذا تعرض الاستاذ الى بعض الظروف التي لا يستطيع التحكم فيها ،فإن ذلك سوف يشعره بعدم القدرة على القيام بدوره على الوجه الأمثل كما تتوقعه إدارة الجامعة، فيؤثر سلباً عليه وعلى طلابه.

وتعد مهنة التدريس من المهن التي تكثر فيها الضغوط النفسية لما تنطوي عليها من اعباء ومسؤوليات ومطالب بشكل مستمر، الأمر الذي يتطلب مستوى عالي من الكفاءة والمهارات الشخصية من قبل المدرس بغرض تلبيتها(احمد، ٢٠١٥، ٢)، وهذا ما يواجهه عضو هيئة التدريس الجامعي اثناء قيامه بواجبه المهني التعليمي في تهذيب وتعديل وتطوير العقول البشرية، وتخريج افواج من الخريجين في شتى التخصصات وتقديم بعض الخدمات الاخرى للمجتمع (الرافعي والقضاة، ٢٠١٠، ٣)

وترى ماسلاش (Maslach) ان الاحتراق النفسي يصيب المهنيين الذين يواجهون معوقات تحول دون قيامهم بمهامهم المهنية، فيتسبب لهم الاحساس بالقصور والعجز عن تأدية عملهم بالشكل المطلوب كمهنة، وغالباً ما يترتب على هذا الوضع حدوث ضغط نفسي يلزم المهني ان يتكيف معه، ويتميز هذا النوع من الكيف بتدني مستوى الدافعية والشعور بعدم الرضى(طشطوش وزملانه، ٢٠١٣، ٢٨)

ويشير فريد مان (Frid Man) الى ان الاحتراق النفسي ذو نمطين: اولهما يرتبط ببروفيل الشخصية والذي يفسر استعدادات الفرد للاحتراق، والأخر يرتبط بالنظام والبيئة المحيطة والمساندة الاجتماعية والمهنية، ويزيد فريدمان أن كل هذه المتغيرات تؤثر في عملية

الاحتراق النفسي كما يشير نورثروب Northrob إلى أن الاحتراق النفسي (المهني) يحدث عندما يفقد الأشخاص الملتزمون في عملهم الرغبة والدافع للعمل. (احمد، ٢٠١٥، ١٥) ويشير (داود، ٢٠١٥، ٢٣) إلى أبرز المكونات التي ينبغي أن يشتمل عليها الأداء الوظيفي لعضو هيئة التدريس، وهي المعرفة بمتطلبات العمل، وتشمل المعارف العامة والمهارات الفنية والمهنية والقدرة على التنظيم وتنفيذ العمل دون الوقوع في الأخطاء وما يمتلكه عضو هيئة التدريس من خبرات العمل، وكمية العمل المنجز، أي مقدار العمل الذي يستطيع عضو هيئة التدريس إنجازه في الظروف العادية للعمل ومقدار سرعته في هذا الإنجاز والمثابرة، وتشمل الجدية والتفاني في العمل، وقدرة عضو هيئة التدريس على تحمل المسؤولية وإنجاز الأعمال في أوقاتها المحددة.

وبما أنّ عضو هيئة التدريس بالجامعات السعودية يقع عليه مسؤولية كبيرة تجاه جامعته و كليته ومجتمعه، فمن المتوقع أن يتعرض لضغوط عمل تنشأ من مصادر مختلفة مثل: طبيعة التعامل مع الرؤساء والزملاء، والطلاب، وبيئة العمل، وعبء العمل الزائد عليه، كل هذه الضغوط تؤثر على دافعيته نحو العمل التي قد تؤدي إلى عدم قيامه بمهامه وأدواره المتوقعة منه بالشكل الأمثل، مما يسهم في التقليل من دوره في تحقيق أهداف الجامعة، وخدمة المجتمع (عبدالمجيد، ٢٠١٧، ١٥)، فتؤدي كثرة مواجهة الضغوط في العمل إلى الوصول لحد الإصابة بالاحتراق النفسي والذي أكدته دراسة (هتهات، ٢٠١٥، ٤) إذ توصلت إلى أن أثر الاحتراق النفسي يظهر على أعضاء هيئة التدريس في الجامعات من خلال مجموعة من الأعراض، كالإحساس بالإرهاق البدني، ونقص الدافعية وعدم الثقة في النفس وسلبية مفهوم الذات، والتفكير في ترك المهنة كمؤثر على عدم الرضا عن مهنة التدريس عموماً.

من هنا تسعى الدراسة الحالية الى معرفة الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى.

ثانياً: مشكلة الدراسة:

شهدت ظاهرة الاحتراق النفسي اهتماماً واسعاً في الدراسات السيكولوجية ، وذلك بسبب آثارها السلبية في سوء التوافق في الشخصية، و ردود أفعال متوترة تتسارع لتصبح أزمة في حياة الفرد.

وعصرنا الحديث هو عصر التغيرات والمتطلبات في الكثير من المجالات منها التعليمية حيث يتعرض أعضاء هيئة التدريس صعوبات تؤدي إلى استنزاف طاقاتهم وعجزهم عن تأدية مسؤولياتهم وتحول دون تحقيق الأداء المطلوب ؛ لذا حاولت الدراسة التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى في ظل تعدد المهام والأدوار الوظيفية لديهم.

وقد أكدت نتائج دراسة (خير الله والسيد، ٢٠١٩) الى وجود احتراق نفسي مرتفع لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية، وتوجد علاقة طردية بين الاحتراق النفسي وكل من العمر الزمني وسنوات الخبرة لدى عضوات هيئة التدريس .

وقد جاءت نتائج دراسة (عبد الرحيم وأحمد ، ٢٠٢٠) إلى أن عضوات هيئة التدريس بجامعة حفر الباطن في المملكة العربية السعودية يعانين من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للتخصص، الخبرة التدريسية والمنصب الإداري.

لذا فمن المهم دراسة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها خصوصاً في ظل جامعة عريقة تسعى لتحقيق أهداف عليا تعود بالفائدة على المجتمع المحلي بشكل خاص والمجتمع السعودي بشكل عام. وتسعى الدراسة الى التعرف على الاحتراق النفسي، ومن ثم الاجابة على التساؤلات الفرعية الآتية:

١- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسى لى عينة من عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى تعزى لمتغيرات الدراسة (المؤهل العلمى، الخبرة، الحالة الاجتماعية)؟

ثالثا: أهداف الدراسة:

١- التعرف على مستوى الاحتراق النفسى لى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى.

٢- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاحتراق النفسى لى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى تعزى لمتغيرات الدراسة (المؤهل العلمى، الخبرة، الحالة الاجتماعية).

رابعا: أهمية الدراسة:

اهمية الدراسة من الجانب النظرى:

١- تنبع اهمية الدراسة من تناولها لشريحة تعد من اهم شرائح المجتمع السعودى وهى عضوات هيئة التدريس؛ لما لهم من ادوار فاعلة في بناء المجتمع السعودى وتشكيل وعى طلبة الجامعة وتنمية مهاراتهم.

٢- الكشف عن وجود احتراق نفسى لى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى ، لما لذلك من تأثير على مستوى ادائهم لأعمالهم العلمية والأكاديمية.

اهمية الدراسة من الجانب التطبيقي:

١- الاسهام في نعت انظار قيادات وزارة التعليم لتقديم برامج لمواجهة ظاهرة الاحتراق النفسى لى عضوات هيئة التدريس .

٢- توجيه انظار القيادات الإدارية والاكاديمية في الكلية والجامعة على مختلف المستويات لمحاولة التخفيف من الاسباب التى تؤدى الى الاحتراق النفسى لى عضوات هيئة التدريس.

خامساً: المصطلحات الاجرائية للدراسة:
مصطلحات الدراسة:

١- الاحترق النفسى:

يعرف "العدوان والخياط" الاحترق النفسى بانه حالة من الانهاك والارهاق الذهني والبدني بسبب زيادة الضغوط على الشخص، حيث يظهر الاحترق النفسى في الارهاق والانهاك وعدم الكفاءة وفقدان التركيز مع الاخرين وعدم الانتباه في العمل والامكتئاب واللامبالاة وعدم الشعور بقيمة الحياة والعلاقات الاجتماعية والسلبية. (AI-Adwan & AI-Khayat, ٢٠١٧, ١٨٢)

ويعرفه علي عسكر بأنه: حالة من الإنهاك أو الاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط مرتفعة، ويتمثل في مجموعة من الظواهر السلبية منها التعب والارهاق، والشعور بالعجز وفقدان الاهتمام بالعمل والآخرين، والكآبة، والسلبية في مفهوم الذات (خلفة وعيساوي، ٢٠١٨).

ويمكن تعريفه اجرائياً بانه: الدرجة الكلية التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة ام القرى في استجابته لمقياس الاحترق النفسى.
٢- اعضاء هيئة التدريس:

يعرفه "زومبوي" عضو هيئة التدريس بانه الشخص ذو الخبرة الذي لديه القدرة على نقل المعرفة التي تساعد الطلاب في بناء وتحديد واكتساب المهارات التي تستخدم في مواجهة التحديات الحياتية، حيث يقدم عضو هيئة التدريس للطلاب المعرفة والمهارات والقيم التي تعزز النمو. (Zombwe, ٢٠٠٧, ٣)

ويمكن تعريف اعضاء هيئة التدريس إجرائياً بأنهم: هم اعضاء هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى ١٤٤٣ هـ.

سادساً: محددات الدراسة:

- الحدود المكانية: معهد تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى.
 - الحدود الزمانية: ١٤٤٣ هـ / ٢٠٢٢ م.
 - الحدود البشرية: عضوات هيئة التدريس في معهد تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى.
 - الحدود الموضوعية: الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى.
- سابعاً: الإطار النظري والدراسات السابقة:
- تعرض الباحثة في هذا الجزء من الدراسة الإطار النظري للدراسة والدراسات السابقة، والذي يتناول مفاهيم الدراسة، والدراسات السابقة المرتبطة بهذه المفاهيم، وبموضوع الدراسة وهدفها، ثم تختتم الباحثة هذا الفصل بفروض الدراسة، والتي تحاول التحقق من صحتها في الفصول التالية.
- (١-٧) تعريف الاحتراق النفسي:

وقد وردت تعريفات عدة للاحتراق النفسي؛ تذكر منها الباحثة ما يلي:

يشير "باكر و دميروتي" إلى أن الاحتراق عبارة عن زملة من الأعراض النفسية تظهر لدى الموظفين الذين يتعرضون لضغوط في بيئة العمل في ظل متطلبات وظيفية كثيرة ومصادر محدودة، كما أنه يشتمل على مجموعة أعراض من الإجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبليد الشخصي، والإحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني.

(Bakker & Demerouti, ٢٠٠٧)

عرفه فرويد نبرجر (Freudenberger) -أول من ادخل المصطلح الى حيز الاستخدام- بأنه الضعف والوهن المجهد والمرهق الذي يصيب الفرد ويجعله منهكاً بسبب الإفراط في استخدام الطاقات والقوة (ذياب، ٢٠١٨).

ويعرفه عودة المشار إليه في (آل مشرف، ٢٠٢٠) أن حالة الإعياء النفسي والجسدي، تظهر على الفرد نتيجة لتعرضه لضغط قوي الأثر من خلال سلوكه أثناء القيام بمهامه المهنية أو فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية، وهذا من شأنه أن يؤثر بشكل سلبي على اتجاهاته المهنية والاجتماعية.

ويعرف ماكبرايد (Mcbride) المشار إليه في (Lee, ٢٠١٧) الاحتراق النفسي بأنه استنزاف جسمي وانفعالي شامل جراء الضغط الزائد عن الحد الطبيعي، والمؤدي الى غياب التوازن بين المتطلبات والقدرات، بحيث يشعر الفرد بأنه عاجز عن التكامل مع أي ضغط إضافي في الوقت الحالي مما يؤدي للاحتراق النفسي.

عرف ترش (Truch) المشار إليه في (Selcuk, ٢٠١٨) الاحتراق النفسي بأنه: التغيرات السلبية في العلاقات الاجتماعية، وفقدان الاهتمام بالأشخاص الذين يتلقون الخدمات، والتعامل معهم بشكل آلي.

وأوضحت ماسلاش (Maslach) المشار إليها (السوالمة وآخرون، ٢٠٢١) أن الشعور بنقص الإنجاز يحدث عندما يحس العاملون بعدم استطاعتهم على توفير المساعدة المطلوبة، كما ويعتبرون أنفسهم غير جديرين، وأن مساهمتهم ضئيلة ودورهم غير مهم، وهذا يمنع الأفراد من أداء مهامهم، ويشعرهم بقلّة القيمة والإحباط.

وترى الباحثة أن جميع التعريفات السابقة اتفقت بأن الاحتراق النفسي:

- ينجم عن ضغوط العمل التي يواجهها الأفراد في المؤسسات التي يعملون فيها.
- يظهر في مجموعة من الاعراض النفسية والجسمية.
- يؤدي الى تغيير اتجاهات الفرد نحو العمل وعلاقاته الاجتماعية.
- يؤدي الى تكوين اتجاهات سلبية نحو الذات، وشعورهم بالعجز وعدم القدرة على الإنجاز.

(٢-٧) مراحل الاحتراق النفسي:

المرحلة الأولى: مرحلة الاستغراق، والاستغراق أمر وارد ومتوقع في العمل، وما يحدث في الواقع أن مستوى الرضا يأخذ في الانخفاض.

المرحلة الثانية: مرحلة التبدل، ويستمر خلال هذه المرحلة انخفاض مستوى الرضا المهني، وتدرجياً تقل الكفاءة، وينخفض مستوى الأداء، وتظهر أعراض الشد العصبي الذي يعايشه العامل عليه؛ فيشعر باعتلال في الصحة البدنية؛ ويتمثل في سرعة الانفعال، القلق الدائم، الأرق، النسيان، وصعوبة متابعة الحياة الاجتماعية وذلك لشغل أوقات فراغه.

المرحلة الثالثة: مرحلة الانفصال؛ حيث يدرك الفرد خلال هذه المرحلة ما حدث، ويبدأ بالانسحاب النفسي، ويتفاقم اعتلال صحته البدنية والنفسية مع ارتفاع مستوى الإجهاد

النفسي، وتتضمن المرحلة ردود الأفعال التي تنتج السلوكيات؛ كالتأخير عن مواعيد العمل، وتأجيل ما يتعلق به، واللجوء لكميات كبيرة من المنبهات، والإحساس بالتعب بشكل مستمر.

المرحلة الرابعة: المرحلة الحرجة؛ وهي أقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي، وفيها تزداد الأعراض البدنية والنفسية والسلوكية سوءاً وخطراً، ويستوطن الاحتراق تفكير الفرد نتيجةً لشكوك الذات، ليصل الفرد الى مرحلة الانفجار التي قد تدفعه للتفكير في الانتحار.

(الحاتمي، ٢٠١٤)

(٣-٧) مستويات الاحتراق النفسي:

وجد سبانويل (Spaniol) أن الاحتراق النفسي يمكن أن يوصف بمشاعر عدم الرضا الناتجة عن روتين العمل، وحدد له ثلاث مستويات ذكرها (بوقرة ومنصوري، ٢٠١٨) على النحو التالي:

- المستوى البسيط: ويتضمن مشاعر التعب، القلق والإحباط، والتوتر الذي يدوم لفترة قصيرة.

- المستوى المتوسط: ويشمل نفس الأعراض السابقة، ولكنه تستمر لمدة أسبوعين على الأقل.

- المستوى شديد: ويشمل أعراض جسمية؛ كالقرحة، وآلام الظهر، واضطرابات الأكل والنوم، ونوبات الصداع الشديدة.

(٤-٧) أبعاد الاحتراق النفسي:

طبقاً لماسلاش (Maslach) وزملائها فإن صدام المهن الضاغطة يسبب مشاعر التوتر الشديد والدائم مع الناس، والذي يقود الى فقدان الاهتمام، وعدم الالتزام، وهما عكس اتجاهات العامل الأصلية، وتظهر هذه المشاعر في صورة ثلاثة أبعاد هي:

- الإجهاد الانفعالي:

وتنشأ مرحلة الإجهاد الانفعالي نتيجة لضغوط العمل وسوء العلاقات الشخصية، فإن الموظفين لا يستطيعون أو ليس لديهم القدرة على العطاء كما كانوا من قبل، وتتمثل هذه المشاعر في شدة التوتر والإجهاد، وشعور الموظف بأنه ليس لديه شيء ليعطيه للآخرين على المستوى النفسي (الزهراني والمزروع، ٢٠٠٨)

- تبلد المشاعر:

أو ما يعرف بالتجرد من الخصائص الشخصية، ويوضح الاتجاهات السلبية تجاه من يعمل مع العامل المحترق نفسياً، وهذه الاتجاهات السلبية والتي تكون أحياناً تهكمية (ساخرة) لا تمثل الخصائص المميزة للشخص، وتعرف كلاً من ماسلاش وبينز (Maslach & Pines) هذا البعد من الاحتراق النفسي: بأنه عدم الإحساس بالإنسانية والسخرية من الآخرين والذي يظهر في صورة تحقير أثناء المعاملة. (عسكر، ٢٠١٩)

- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي:

ويعني ميل الفرد لتقييم أدائه بصورة سلبية، مما يشعره بأنه غير قادر على توفير المساعدة المطلوبة منه، وأنه غير جدير بعمله، وأن دوره غير ذي معنى، ونقص تقديره لذاته، وانخفاض القوة الحيوية، والضعف، والوهن، والاكنتاب، وعدم القدرة على التوافق مع الضغوط، والشعور بالفشل، كما يشير الى شعوره بانخفاض مستوى أدائه، وكفاءته، وقدرته على الوصول الى الأهداف المرجوة منه. (السيد، ٢٠١٠)

كما تتمثل أبعاد الاحتراق النفسي في: الإجهاد الانفعالي، التوتر، استنزاف الجوانب الوجدانية، تبلد المشاعر الذي يظهر في التغيير السلبي في الاتجاهات والاستجابات تجاه الآخرين ويرتبط بالغضب والضجر وسوء التقدير والاتجاهات السلبية نحو الآخرين، نقص الشعور بالإنجاز الذي يتمثل في الشعور بالاكنتاب والانسحاب ونقص الانتاجية وعدم القدرة على التكيف مع الضغوط والشعور بالفشل ونقص تقدير الذات. (البخيت والحسن، ٢٠١١، ١٩-١٨)

(٥-٧) أعراض الاحتراق النفسي:

وصف سيدولاين (Cedoline) أهم أعراض الاحتراق النفسي، والتي أوردتها

(خصيفان، ٢٠١٧) على النحو التالي:

- الأعراض المعرفية: وتظهر في ضعف مهارات صنع القرار، وعدم القدرة على معالجة المعلومات، و مشكلات الوقت، والتفكير المفرط في العمل.
- الأعراض الجسمية: وتتضمن الإجهاد البدني، وتشنج العضلات، والآلام الجسمية، وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب.

- الأعراض النفسية - الانفعالية: وتتضمن الإنكار، والتبرير، والغضب، والاكتئاب، وتدني مفهوم الذات.

- الأعراض الاجتماعية: وتتضمن الانسحاب والعزلة الاجتماعية، والتذمر من الآخرين. (٦-٧) أسباب الاحتراق النفسي:

من أهم الأسباب المؤدية لحدوث الاحتراق النفسي هي: الضغوط النفسية المهنية المستمرة، إلى جانب نقص مساندة المرؤوسين والزملاء وزيادة حجم العمل عن الحد المعقول، وانخفاض الدعم المادي والمعنوي، مما يؤدي إلى إصابة عضو هيئة التدريس بالاحتراق النفسي (بالحاج وسعيد، ٢٠١٩، ٨٩)

ويوضح (الشافعي، ٢٠١٩) أن معظم أسباب الاحتراق النفسي ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالبيئة الوظيفية، وما توفره من مسببات تساهم في زيادة الضغوط المحيطة على المدى الطويل، وفي المقابل تعجز المكافآت الضئيلة عن مواجهة المسببات الموضحة على النحو الآتي:

- عب العمل الزائد.
 - المهام البيروقراطية المتزايدة.
 - الأعمال الكتابية.
 - انعدام التواصل.
 - المردود غير الكافي.
 - غياب الدعم المادي والمعنوي.
- وذكر (نوري، ٢٠١٩) عدة أسباب منها:
١. تكثيف التدريب فوق طاقة الفرد.
 ٢. الرغبة الشديدة لدى الفرد بتحقيق أهداف مثالية وغير واقعية، وهذه الأهداف قد يفرضها المسؤولون عن الفرد، وعندما يفشل الفرد في تحقيق الأهداف؛ فإنه وقبل كل شيء يصبح تحت وطأة الضغط النفسي، ومن ثم ينتقل بشكل تراكمي الى الاحتراق النفسي.
 ٣. قلة المساعدة من الآخرين في حل المشكلات النفسية.
 ٤. شخصية الفرد، ومدى قدرته على مقاومة الضغوط النفسية.

٥. قلة الرواتب، وإهمال توفير المحفزات المادية والمعنوية.
٦. ضغوط الإدارة، والافتقار الي العدالة.
٧. نقص الدعم الاجتماعي.
- (٧-٧) الآثار السلبية للاحتراق النفسي:
- أهم الآثار السلبية الناتجة عن إصابة عضو هيئة التدريس بالاحتراق النفسي : الغياب المتكرر، والسلبية في التعامل مع الآخرين، والإحساس بالملل وانخفاض الأداء، والتعب والإحباط، والتعب من أقل مجهود والرغبة في ترك العمل(بالحاج وسعيد، ٨٩، ٢٠١٩)
- وتشمل الآثار السلبية للاحتراق النفسي الاستنزاف الوجداني الذي يظهر عند استنزاف المشاعر؛ مما يؤدي إلي عدم قدرة أعضاء هيئة التدريس علي تلبية المتطلبات الوظيفية، وتشمل هذه المشاعر التوتر والضغوط الشديدة، وتبدد الشخصية الذي يظهر في التوجهات السلبية تجاه الزملاء في العمل، ويمكن أن تكون هذه المشاعر تهكمية دون التمثل الفعلي لسمات الشخصية للمعلمين، حيث يظهر الاحتراق النفسي في اهانة المعلم وفقدان الثقة في آرائه تجاه الطلاب، وانخفاض مستوى الإنجاز الذاتي الذي يحدث عند بداية تقييم المعلمين لأنفسهم بشكل سلبي وفقدان الحماسة تجاه الإنجاز والشعور بعدم الكفاءة وعدم القدرة علي إنجاز المهمات المهنية(١٨٢-١٨١، ٢٠١٧، Al-Adwan&Al-Khayat)
- (٧-٨) علاقة الاحتراق النفسي ببعض المتغيرات ذات الصلة:
- الاحتراق النفسي والقلق: القلق هو الإحساس بالوحدة، والعجز، والعدوان المضاد لبيئة صورها الفرد على أنها بيئة عدائية. تلتبس هذه الأعراض في معظم الأحيان بمظاهر الاحتراق؛ كفقدان الاهتمام، والسخرية، وتدمير العلاقات الاجتماعية، إلا أن الإحساس بالقلق يتشكل عند الفرد قبل مرحلة الرشد مقارنةً بالاحتراق النفسي المرتبط بالمجال الوظيفي.(Selcuk, ٢٠١٨)
- الاحتراق النفسي والضغط النفسي: كلاهما يعبر عن وضع مجهد، واستنزاف بدني ونفسي، إلا أن الاحتراق يختلف عن الضغط؛ فغالباً ما يكابد المعلم من ضغط غير دائم يشعره بأنه محترق نفسياً، ويختفي هذا الشعور تلقائياً بعد التغلب على المصدر الذي سبب الضغط الداخلي أو الخارجي، كما أن طول مدة الضغط يؤدي بالضرورة لاستهلاك الشخص وبالتالي انهيار الأداء (قريطع، ٢٠١٧)

- الاحتراق النفسي والإجهاد: الإجهاد عبارة عن عبء انفعالي زائد ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة فتؤدي إلى الإنهك البدني والنفسي، إذ اعتبر تقريباً من الإجهاد الانفعالي فإنه يمثل أحد مكونات الاحتراق النفسي كما يعتبر عرضاً من أعراضه العديدة. (مقلالي وبولقان، ٢٠١١، ٤٣)

- الاحتراق النفسي وعدم الرضى: إن حالة عدم الرضى في حد ذاتها لا تعتبر احتراقاً نفسياً ومع ذلك ينبغي أن تؤخذ بعين الاعتبار، والتعامل معها بفاعلية لأن استمرارها يؤدي إلى الاحتراق النفسي بسبب ارتباط القوى بضغط العمل. (جرار، ٢٠١١، ص ٥٥)

- الاحتراق النفسي والاكتئاب: تتداخل الكثير من أعراض الاكتئاب مع أعراض الاحتراق النفسي كاضطرابات المزاج، اضطرابات النوم والشهية، انخفاض الطاقة، انخفاض تقدير الذات، لكن هذه الأعراض لا تمثل الاكتئاب الكلي كالانطواء والظروف الحادة التي تهدد الحياة الاجتماعية والمهنية، أو نوع من المعاناة التي تتطلب الدخول إلى المستشفى. (رضوان، ٢٠٠٧)

(٧-٩) استراتيجيات مواجهة الاحتراق النفسي:

ترجع استراتيجيات الوقاية والمواجهة للاحتراق النفسي الى شخصية الفرد من ناحية، وبيئة العمل والظروف من ناحية اخرى. وتعتبر الجهود الوقائية للتقليل من الضغوط النفسية هي جهود للوقاية من الاحتراق النفسي، حيث أن الاحتراق النفسي المرحلة النهائية من الضغوط؛ ولذلك فمن طرق مواجهة الاحتراق النفسي - كما ذكرت (حداء، ٢٠١٨، ٥٤-٥٢) - ما يأتي:

١. بعض الاستراتيجيات المعرفية: لابد من استخدام بعض الاستراتيجيات المعرفية لأنها تعتمد على التحليل المنطقي للمشكلة ومحاولة تقييم موقف الفرد من جميع جوانبه؛ مما يساعد على الوقاية من التعرض للاحتراق النفسي. من أهم هذه الاستراتيجيات: الميل للتفاؤل، التفكير الايجابي، وضع اهداف واقعية بعد فهم الفرد لقدراته وظروف واقعه، واللجوء الي التحليل المنطقي.

٢. المساندة الاجتماعية: لها دور مؤثر في وقاية الفرد من التعرض للاحتراق النفسي، بما تحمله من دعم وتأييد له، لأن الإنسان كائن اجتماعي لابد له من التفاعل مع غيره والحصول على الدعم المناسب مقابل ذلك التفاعل . (٧-١٠) أهم النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

- نظرية التحليل النفسي: يرى أصحاب هذه النظرية ان الاحتراق هو ناتج عن عملية ضغط الفرد على الأنا لمدة طويلة، وذلك مقابل اهتمامه بالعمل، مما قد يمثل جهداً مستمراً لقدرات الفرد، سواء كان الفرد قادراً على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية أو أنه ناتج عن كبت الرغبات غير المقبولة أو المتعارضة في مكونات الشخصية، مما يؤدي إلى صراع بين تلك المكونات وينتهي في أقصى مراحلها إلى الاحتراق النفسي بسبب فقدان الفرد إلى المساندة التي كان ينتظرها (سعيد، ومحمد، ٢٠٢٠).

- النظرية السلوكية: يرى أصحاب هذه النظرية أن السلوك الإنساني هو نتاج الظروف البيئية والفيزيائية ويرى القائمين على هذه النظرية أن الاحتراق النفسي، حالة داخلية شأنه شأن الغضب والقلق، وهو نتيجة لعوامل بيئية إذا ما ضُبطت أمكن من خلالها التحكم بالاحتراق النفسي. (الحاتمي، ٢٠١٤، ص ١٨)

- النظرية المعرفية: ترى أن الأشخاص الذين يعانون من الاحتراق النفسي لديهم أخطاء في طريقة تفكيرهم، بما يحملونه من آراء واتجاهات ومعتقدات نحو أنفسهم ونحو الأحداث الضاغطة، فهم يتصورون الأخطار الصغيرة في صورة كوارث كبيرة، وذلك رغم أن الأحداث الضاغطة أقل خطراً من الطريقة التي يدرك بها الأشخاص هذه الأحداث، ويرى أصحاب هذه النظرية أن الاحتراق النفسي والضغوط النفسية لا يمكن عزلهما عما يتعلمه الفرد من البيئة أو المجال المحيط به، ويمكن تقليل مستوى الاحتراق النفسي من خلال التفكير الإيجابي بالأحداث المحيطة بهم، والتركيز على النقاط الايجابية وتغيير وتعديل الأفكار السلبية لديهم. (المشابقة، ٢٠١٦، ص ٥٤٧)

- النظرية الإنسانية: و يمثل هذا الاتجاه كلٌ من "روجرز"، "ماسلو"، "ستين"، و"فروم"، وتنظر هذه النظرية إلى أن الإنسان متكامل وأن الطبيعة البشرية خيرة بالطبع، ولكنها تتأثر بعدم تحقيق الذات، ويرى "روجرز" أن تحقيق الذات هو المركز الذي تنتظم حوله كل الخبرات، وأن الخبرات التي تتعارض مع المعايير الاجتماعية تؤدي إلى التوتر والقلق وسوء التوافق النفسي، كما أن عدم تحقيق الحاجات الإنسانية وفق هرم متدرج لـ "ماسلو" قاعدته الحاجات الأساسية وقمته الحاجة إلى تحقيق الذات، من شأنه أن يحدث اضطراباً في الصحة النفسية للفرد فقد يؤدي إلى جملة من الاضطرابات النفسية منها الاحتراق النفسي. (معروف، ٢٠١٣، ص ٣٠)

(٧-١١) الدراسات السابقة:

نظراً لأهمية موضوع الاحترق النفسى، فقد حظى باهتمام الكثير من الباحثين والدارسين، وهذا ما يشير إليه الأدب التربوى من خلال الدراسات والأبحاث السابقة التى تناولت موضوع الاحترق النفسى، فعلى الصعيد العربى:

هدفت دراسة الأمين (٢٠٢٢) إلى التعرف على مستوى الاحترق النفسى لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة شندي بالسودان وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، وتأتى أهمية الدراسة أنها تتناول شريحة مهمة فى المجتمع لها أدوار متعددة تتمثل فى التدريس والبحث العلمى وخدمة المجتمع ومعرفة الاحترق النفسى لأعضاء هيئة التدريس جدير بالدراسة، وذلك لمعرفة أسباب ومصادر الاحترق النفسى ومن ثم التوصل لتوصيات ومقترحات تساهم فى الحد من الاحترق النفسى ومن ثم تطوير التعليم الجامعى، كما لا توجد العديد من الدراسات على حسب علم الباحثة تناولت الاحترق النفسى لهذه الفئة، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفى التحليلى، وقد تمثلت أدوات الدراسة فى استمارة المعلومات الأولية من إعداد الباحثة ومقياس الاحترق النفسى المهني لمسلاش، بلغ حجم العينة (٧٢) عضو وعضوة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وللتأكد من صحة الفروض استخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) توصلت الدراسة للنتائج الآتية: لا يتسم الاحترق النفسى لدى أعضاء هيئة التدريس بالارتفاع. لا توجد فروق دالة إحصائية للاحترق النفسى لأعضاء هيئة التدريس تعزى (للنوع، الحالة الاجتماعية، التكليف الإدارى- توجد علاقة عكسية دالة إحصائية بين الاحترق النفسى وسنوات الخدمة. توجد فروق دالة إحصائية للاحترق النفسى لدى أعضاء هيئة التدريس تعزى للدرجة العلمية، توصى الدراسة بضرورة الاهتمام بشريحة أعضاء هيئة التدريس وصحتهم النفسية وأن يحظى الاحترق النفسى باهتمام إدارة جامعة شندي بما يؤدى إلى زيادة الدافعية والانجاز.

هدفت دراسة لحو (٢٠٢١) إلى معرفة مستوى الاحترق النفسى لدى معلمى التربية الخاصة، والكشف عن مدى إسهام عوامل الشخصية الخمسة الكبرى المتمثلة فى: العصابية، الانبساطية، الصفاوة، الطيبة ويقظة الضمير فى التنبؤ بالاحترق النفسى لمعلم التربية الخاصة، من خلال دراسة ميدانية على عينة قوامها ٥٠ معلماً من العاملين بالمراكز الطبية البيداغوجية للمعاقين ذهنياً، مدرسة المعاقين سمعياً، ومدرسة الأطفال المعاقين بصرياً

بولياتي عين الدفلى والشلف. تم اتباع المنهج الوصفي، وتطبيق مقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسي (١٩٨٤) ومقياس عوامل الشخصية الخمسة الكبرى لـ (كوستا وماكري ١٩٩٨) توصلت النتائج إلى: وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، مع إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي لديهم من خلال عامل الطيبة، حيث فسر العامل ما نسبته حوالي ١٨,٢% من تباين درجات المعلمين في الاحتراق النفسي.

هدفت دراسة البقمي (٢٠٢١) إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي وواقع الأداء الوظيفي والعلاقة الارتباطية بينهما لدى أعضاء هيئة التدريس بفروع جامعة نجران بشروهر، كما هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق في مستوى الاحتراق النفسي وواقع الأداء الوظيفي تبعاً لمتغيرات (الجنس، الرتبة الأكاديمية، سنوات الخبرة)، وتكونت عينة الدراسة من (١٠٧) عضواً من أعضاء هيئة التدريس بفروع جامعة نجران بشروهر، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، واستخدمت الدراسة مقياس الاحتراق النفسي، ومقياس الأداء الوظيفي (من إعداد الباحثة)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة منخفض جداً، ومستوى الأداء الوظيفي عالي جداً، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائياً بين الاحتراق الوظيفي والأداء الوظيفي، وكشفت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير الجنس لصالح الإناث، وفي مستوى الأداء الوظيفي لصالح الذكور، وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير الرتبة الأكاديمية لصالح الرتبة الأكاديمية (محاضر) وفي مستوى الأداء الوظيفي لصالح الرتبة الأكاديمية (أستاذ)، وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة لصالح سنوات الخبرة (من ٥-١٠ سنوات)، وفي مستوى الأداء الوظيفي لصالح سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات).

هدفت دراسة باسعد (٢٠٢١) إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية سيئون بجامعة حضرموت، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، وقام بتطبيق مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي بعد التأكد من مناسبة صياغة فقراته من قبل المحكمين بما يتلاءم مع البيئة المحلية، وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) عضواً، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية سيئون كانت بدرجة متوسطة على أبعاد مقياس ماسلاك الثلاثة، كما

توصلت نتائج الدراسة إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس والنصاب التدريسي ومستوى الدخل في المقياس ككل، كما توجد فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير الدرجة العلمية والتخصص العلمي في بعد الإجهاد الانفعالي والأداة ككل. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الخبرة التدريسية والدرجة العلمية في بعدي تبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز، وخرجت الدراسة بعدة توصيات.

هدفت دراسة الدوسري (٢٠١٥) إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي والانطواء والانبساط كأحد السمات الشخصية لدى أساتذة جامعة الأميرة نورة بالرياض، وذلك من خلال الكشف عن الفروق بين الانبساطيين والانطوائيين في الاحتراق النفسي لدى أساتذة جامعة الأميرة نورة بالرياض. وتم استخدام المنهج الوصفي؛ وذلك لملاءمته لطبيعة وأهداف الدراسة. واشتملت عينة الدراسة على (١٤٧) عضو هيئة تدريس من الأساتذة والأساتذة المشاركين بكلية التربية بجامعة الأميرة نورة بالمملكة العربية السعودية. وتم استخدام مقياس الاحتراق النفسي من إعداد الباحثة. ومقياس ايزنك للشخصية إعداد بركات (٢٠٠٧). كما تم استخدام اختبار "ت" T-Test للعينات غير المرتبطة. وبينت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المنبسطين والمنطويين في الاحتراق النفسي (عدم الرضا وعدم التقدير وعدم المساندة والاتجاه السلبي والدرجة الكلية) لصالح المنبسطين، والذين انخفضت قيمة متوسط درجاتهم بصورة دالة عن متوسط درجات المنطويين.

هدفت دراسة الحديدي (٢٠١٤) إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة الأردنية. وقد تكون مجتمع الدراسة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة الأردنية في الفصل الدراسي الثاني من العام (٢٠١٣/٢٠١٤م)، واشتملت عينة الدراسة على (١٨٣) عضواً، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي كمنهج للدراسة، واستعانت بمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، ومقياس تنسي لمفهوم الذات كأدوات للدراسة، وقد توصلت الباحثة للعديد من النتائج أهمها: وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدي أعضاء هيئة التدريس في الجامعة الأردنية، وعدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد النفسي، تبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز) في متغيرات الدراسة (النوع الاجتماعي، العمر، الحالة الاجتماعية، الرتبة

الأكاديمية، عدد سنوات الخدمة)، وقد أوصت الدراسة بالعديد من التوصيات أهمها ضرورة الاهتمام بتوفير مناخ جيد لأعضاء هيئة التدريس لما ينعكس ذلك علي العملية التعليمية، وزيادة رغبتهم في العمل.

هدفت دراسة الختاتنة (٢٠٠٩) إلى التعرف إلى الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة (الانا) لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية، ولتحقيق أهداف الدراسة تمّ استخدام استبانة مطورة لغرض جمع البيانات وتوزيعها على أفراد العينة والتي بلغ تعدادها (٥٧٦) مفردة، وقد تمّ استخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) ؛ لتحليل بيانات الاستبانة، اعتماداً على أن المتوسطات الحسابية، وتحليل التباين المتعدد ومعامل ارتباط بيرسون، وقد توصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان من أبرزها: أن تصورات أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية الحكومية لأبعاد الاحتراق النفسي جاءت مرتفعة، وأن تصوراتهم لمرونة (الانا) جاءت أيضاً مرتفعة، وجود فروق ذات دلالة احصائية لتصورات أعضاء هيئة التدريس حول الاحتراق النفسي تعزي (الرتبة الأكاديمية، سنوات الخدمة)، ووجود فروق ذات دلالة احصائية لتصورات أعضاء هيئة التدريس حول مرونة (الانا) تعزي (الجنس، والكلية، الرتبة الأكاديمية)، وجود علاقة سلبية بين أبعاد الاحتراق النفسي وأبعاد مرونة (الانا) لأعضاء هيئة التدريس في الجامعات الحكومية الأردنية.

وعلى الصعيد الأجنبي هدفت دراسة "الفيز واوليفيرا وبارو" (alves,oliveira&paro, ٢٠١٩) إلى تقييم أثر الاحتراق على نوعية الحياة لدى أعضاء هيئة التدريس من المجالات المعرفية المختلفة، وقد تكون مجتمع الدراسة من أعضاء هيئة التدريس من جامعة عامة برازيلية، واشتملت عينة الدراسة على (٣٦٦) عضو هيئة التدريس من جامعة عامة، واستخدم الباحث المنهج المسحي القائم على مقياس الاحتراق النفسي، ومقياس نوعية الحياة، وقد توصلت الدراسة إلى العديد من النتائج أهمها: ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى غالبية أعضاء هيئة التدريس المشاركين في الدراسة، ارتفاع مستوى نوعية الحياة لدى الذكور أكثر من الإناث في الصحة البدنية والنفسية والعلاقات الاجتماعية، ارتفاع مستوى الاحتراق لدى الإناث عن أكثر من الذكور من أعضاء هيئة التدريس، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في تصورات أعضاء هيئة التدريس الذكور والإناث فيما يتعلق بجودة الحياة والاحتراق من المجالات المعرفية المختلفة، وجود تأثير سلبي لارتفاع

مستوى الاحتراق لدى أعضاء هيئة التدريس على نوعية الحياة بغض النظر عن المجال المعرفي، وقد أوصت الدراسة بالعديد من التوصيات أهمها: ضرورة إجراء المزيد من الدراسات التي تتناول أساليب خفض مستوى الاحتراق لدى أعضاء هيئة التدريس، وكذلك ضرورة دراسة العوامل التي تؤدي إلى ارتفاع مستوى الاحتراق لدى أعضاء هيئة التدريس.

هدفت دراسة كابوني وبتريلو (Capone, V & Petrillo, G, ٢٠١٨) إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي والضغط المهنية من جهة والرضا الوظيفي وعدم الفعالية المهنية من جهة أخرى وأثرها على سلامة الصحة النفسية لدى المعلم، وتكونت عينة الدراسة من ٢٨٥ من معلمي المدارس الثانوية، واعتمدت الدراسة على مجموعة من الأدوات منها مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس الضغوط المهنية ومقياس الرضا الوظيفي إعداد الباحث، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، وتوصلت الدراسة إلى مجموعة من النتائج كان أهمها أن المعلمين الذين حققوا مستويات عالية من الاحتراق النفسي لديهم مستوى منخفض من الرضا الوظيفي وعدم الفعالية المهنية ويتمتعون بمستوى منخفض في الرضا الوظيفي ومن ثم يتمتعون بمستوى أقل في سلامة الصحة النفسية. (٧-١٢) التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة، تبين من حيث (عينة الدراسة) وجود العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت فئة أعضاء هيئة التدريس، وأكدت على ضرورة الاهتمام بهذه الفئة من خلال الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي.

أما من حيث (ارتباطها بمتغيرات أخرى)؛ فقد أشارت نتائج الدراسات الأمين (٢٠٢٢) و البقمي (٢٠٢١) و باسعد (٢٠٢١) و الدوسري (٢٠١٥) و الحديدي (٢٠١٤) و الختاتنة (٢٠٠٩) و دراسة "الفيز واوليفيرا وبارو" (alves,oliveira&paro, ٢٠١٩) الى وجود علاقات بين الاحتراق النفسي ومتغيرات أخرى.

أما من حيث (النتائج)؛ فأشارت الدراسات كدراسة لحول (٢٠٢١) والحديدي (٢٠١٤) ودراسة دراسة "الفيز واوليفيرا وبارو" (alves,oliveira&paro, ٢٠١٩) الى ارتفاع الاحتراق النفسي، ودراسة باسعد (٢٠٢١) الى وجود احتراق نفسي متوسط لدى أعضاء هيئة التدريس، و وجود احتراق نفسي منخفض لدى دراسة الأمين (٢٠٢٢) و البقمي (٢٠٢١).

كما ترى الباحثة من خلال عرض الدراسات السابقة أن هناك عدة دراسات عنيت بفحص الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات مما يؤكد أهمية هذه الفئة، ولكن لم تكن هناك دراسة واحدة اهتمت بعضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة أم القرى، ومن خلال الاطلاع على الدراسات العربية والأجنبية الحديثة والتي اهتمت بالبحث على عينات ومهن مختلفة، ولذلك تسعى الباحثة إلى دراسة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة أم القرى، بالإضافة الى تطبيق أدوات البحث لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس.

ثامناً: منهج وإجراءات الدراسة:

يتناول هذا الفصل منهج الدراسة، والمجتمع والعينة وخصائصها، والأدوات التي تم تطبيقها، والطرق التي تم بها التحقق من صدقها وثباتها وكيفية تطبيقها، والأساليب الإحصائية المناسبة في تحليل ومعالجة البيانات؛ لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها، وفيما يلي عرض مفصل لإجراءات الدراسة.

(٨-١) منهج الدراسة:

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وبواسطة هذا المنهج وصفت الباحثة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد تعليم اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة أم القرى ويمكن تعريف المنهج الوصفي المسحي بأنه المنهج الذي تعتمد على دراسة الظاهرة كما هي موجودة في الواقع لارتباطها بمتغيرات الدراسة الحالية. يصف الظاهرة في وصف دقيق، ويعبر عنها كماً ونوعاً ، ويوضح خصائصها من خلال أرقام وجداول توضح مقدار وحجم هذه الظاهرة أو درجة ارتباطها بظواهر أخرى ، واختيار العينات. تمثل المجتمع الأصلي (عطية، ٢٠٠٩)

(٢-٨) مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة أم القرى وبلغ عددهم (١٦) عضوة، تمّ اختيارهم بأسلوب الحصر الشامل أي كل افراد المجتمع، حسب الإحصائية الصادرة من عمادة شؤون أعضاء هيئة التدريس بجامعة أم القرى بتاريخ (١٤٤٣) وذلك لمتابعة إجراءات الدراسة، وتم تطبيقها على عينة استطلاعية بلغ عدد عضوات هيئة التدريس (٢٧) عضوة في كلية التربية بجامعة أم القرى في مكة المكرمة، في العام الدراسي (١٤٤٣ هـ).

(٣-٨) عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (١٦) من عضوات هيئات التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين تمّ اختيارهم بأسلوب الحصر الشامل أي كل افراد المجتمع في العام ١٤٤٣ هـ، ويبين الجداول (١)، توزيع أفراد عينة.

جدول (١)

الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً للمؤهل العلمي

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
المؤهل العلمي	بكالوريوس	٧	٤٣.٨%
	ماجستير	٣	١٨.٨%
	دكتوراه	٦	٣٧.٥%
	المجموع	١٦	١٠٠.٠%

يتضح من جدول (١) توزيع العينة عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين وفقاً لمتغير المؤهل العلمي، فقد تكونت العينة (٧) للحاصلين على بكالوريوس بنسبة (٤٣.٨%) و(٣) للحاصلين على ماجستير بنسبة (١٨.٨%) و(٦) للحاصلين على دكتوراه بنسبة (٣٧.٥%) وشكل (١) يوضح ذلك

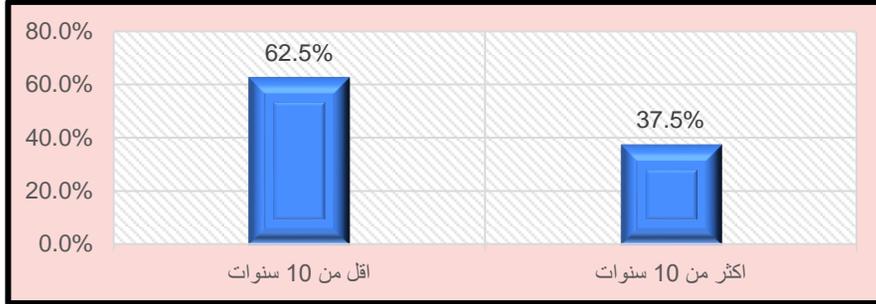
شكل (١) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي



جدول (٢) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً للخبرة التدريسية

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الخبرة التدريسية	عشر سنوات فأقل	١٠	٦٢.٥%
	أكثر من عشر سنوات	٦	٣٧.٥%
	المجموع	١٦	١٠٠.٠%

يتضح من جدول (٢) توزيع العينة عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين وفقاً للمتغير الخبرة التدريسية فقد تكونت العينة من (١٠) من عضوات هيئة التدريس اللاتي خبرتهن عشر سنوات فأقل بنسبة (٦٢.٥%) و(٦) من عضوات هيئة التدريس اللاتي خبرتهن أكثر من عشر سنوات بنسبة (٣٧.٥%) وشكل (٢) يوضح ذلك شكل (٢) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً لمتغير الخبرة التدريسية

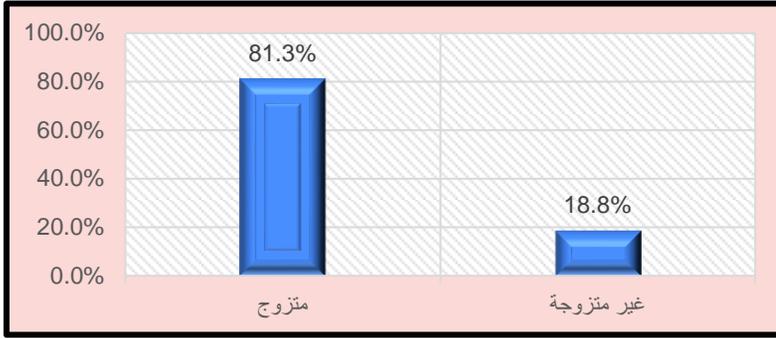


جدول (٣) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً للحالة الاجتماعية

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة المئوية
الحالة الاجتماعية	متزوجة	١٣	٨١.٣%
	غير متزوجة	٣	١٨.٨%
	المجموع	١٦	١٠٠.٠%

يتضح من جدول (٣) توزيع العينة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية فقد تكونت العينة من (١٣) من عضوات هيئة التدريس المتزوجات (٨١.٣%) و(٣) من عضوات هيئة التدريس الغير المتزوجات (١٨.٨%) وشكل (٣) يوضح ذلك

شكل (٣) الوصف الإحصائي للمشاركين في الدراسة وفقاً لمتغير الحالة الاجتماعية



(٤-٨) العينة الاستطلاعية:

تم حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي ، وذلك بتطبيقها على عينة استطلاعية بلغ عدد عضوات هيئة التدريس (٢٧) عضوة في كلية التربية بجامعة ام القرى في مكة المكرمة، في العام الدراسي (١٤٤٣ هـ). (٥-٨) أداة الدراسة:

١. مقياس الاحتراق النفسي إعداد ماسلاش ترجمة الزهراني (٢٠٠٨)

حيث قامت الباحثة في هذه الدراسة باستخدام مقياس الاحتراق النفسي إعداد ماسلاش ، والذي أعد للكشف عن مستوى الاحتراق النفسي ، وقد قام بتعريبه مقياس الاحتراق النفسي حيث تألف المقياس بصورته المعربة من (٢٢) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد وهي:

١- الإجهاد الانفعالي emotional exhaustion:

يتصف هذا البعد بالإرهاق والضعف واستنزاف المصادر الانفعالية لدى المعلم إلى المستوى الذي يعجز به عن العطاء، ويعد هذا البعد العنصر الأساسي للاحتراق النفسي ويظهر على شكل اعراض جسمية، أو نفسية، أو جمع بينهما.

٢- تبرد المشاعر depersonalization:

يتضمن هذا البعد تغيراً سلبياً في الاتجاهات والاستجابات نحو الآخرين، وخصوصاً التلاميذ الذين يتلقون الخدمات التي يقدمها المعلم، وغالباً ما يكون مصحوباً بسرعة الغضب والانفعال، وفقدان التقدير للعمل، وكذلك الاتجاهات الساخرة نحو التلاميذ

٣- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي low personal accomplishmen :

ميل المعلم إلى تقييم إنجازاته الشخصية بطريقة سلبية، ويتمثل بمشاعر الاكتئاب، والانسحاب، وقلة الإنتاجية، وعدم القدرة على التكيف مع الضغوط، والشعور بالفشل، وضعف تقدير الذات.

وتعرف الاحتراق النفسي على أنها: حالة من الانهك الجسدي والانفعالي والعقلي تظهر على شكل إعياء شديد وشعور بعدم الجدوى وفقدان الأمل وتطور مفهوم ذات سلبي واتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس.

وجداول (٤) يوضح أبعاد مقياس الاحتراق النفسي

المجموع	الفقرات	الأبعاد
٩ فقرات	٢٠، ١٦، ١٤، ١٣، ٨، ٦، ٣، ٢، ١	الإجهاد الانفعالي
٥ فقرات	٢٢، ١٥، ١١، ١٠، ٥	تبلد المشاعر
٨ فقرات	٢١، ١٩، ١٨، ١٧، ١٢، ٩، ٧، ٤	نقص الشعور بالإنجاز
٢٢ فقرة		المجموع الكلي

(٦-٨) الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي بصورته الأصلية:

يتمتع المقياس بمستوى جيد ظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين الذين يعانون من الاحتراق النفسي من خلال دراسات مختلفة مثل دراسة (Lwanicki&schwab, ١٩٨١; Maslsch&Jackson, ١٩٨١) وغيرها من الدراسات العربية بوالفئة، وبين الشيخ (٢٠٢٠) حيث أشار إلى تمتع اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي بدرجة عالية من الصدق وهذا ما دلت عليه نتائج الصدق العالمي وصدق الاتساق الداخلي. كما أشار تمتع اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي بدرجة عالية من الثبات وهذا ما دلت عليه المؤشرات المتحصل عليها من حساب الثبات كعامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية ودراسة نصرأوي وبين الشيخ (٢٠٢٠) حيث تمّ التأكد من الصدق من خلال صدق التكوين الفرضي، من خلال تطبيق طريقة التحليل العاملي، فتبين أن البنود تتشبع في ثلاث مجموعات كما ورد في النسخة الأصلية (الإنهاك العاطفي، تبلد المشاعر، الإنجاز الشخصي). ولتقدير ثبات الدرجات استخدمت طريقة التطبيق لمرة واحدة، ومن ثم حساب معامل الاتساق الداخلي والذي كان مرتفعاً ودالاً (٠.٩٠)، وكذا من خلال التجزئة النصفية للمقياس، باستخدام "معادلة" Guttman ، والتي أفرزت أيضاً عن معامل ثبات عال قدر بـ (٠.٨١ ، ٠.٨١) لجزئي المقياس مع درجات المقياس الكلية، و(٠.٩٠) بين جزئي

المقياس، وقامت دراسة نبار و عمار (٢٠١٨) أنه يتصف بمستوى صدق وثبات جديدين، مما يشير إلى فعاليته وصلاحيته للاستخدام والتطبيق في دراسات أخرى جديدة مرتبطة بظاهرة الاحتراق النفسي لدى الممرضين في البيئة الجزائرية

كما قامت مقنن المقياس الزهراني (٢٠٠٨) باستخراج مؤشرات صدق وثبات الاحتراق النفسي عن طريق صدق المحكمين حيث تمّ عرضه (٦) محكما ويتمّ استبعاد العبارة التي يقل نسبة الاتفاق عن (٨٠%) وقد أشار المحكمون لمناسبة المقياس لقياس الاحتراق النفسي.

(٧-٨) الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي في الدراسة الحالية :

أولاً: الصدق الظاهري :

قامت الباحثة بعرض المقياس على (٦) محكمين، (٥) من أساتذة علم النفس والصحة النفسية و(١) أستاذة من اللغة العربية، وذلك للحكم على صلاحية العبارات ومدى انتمائها وقدرتها على قياس موضوع الاستبانة، ومدى سلامة الصياغة، مع التعديلات اللازمة (مرفق أسماء المحكمين في الملاحق) ويتمّ حذف المفردة التي قلّ الاتفاق عليها بين المحكمين عن (٨٠%) وجدول يوضح تعديلات المحكمين.

جدول (٥)

العبارات التي تم تعديلها من قبل المحكمين

رقم المفردة	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
٣	اشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح وأعرف أن عليّ مواجهة عمل جديد	اشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح
٤	من السهل معرفة مشاعر طالباتي	من السهل معرفة مشاعر طلابي
٨	اشعر بالاحتراق النفسي من عملي	اشعر بالإجهاد النفسي من عملي
١١	أشعر بالإزعاج والقلق لأن مهنتي تزيد من قسوة عواظفي	أشعر بالإزعاج لأن مهنتي تزيد من قسوة عواظفي
١٦	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي الى ضغوط شديدة	ممارسة العمل مع الناس يسبب لي ضغوط شديدة
١٩	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة واهمية في ممارستي لهذه المهنة	أنجزت أشياء كثيرة مهمة وذات قيمة في ممارستي لمهنة التدريس
٢٠	أشعر وكأنني أشرفت على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة	أشعر كأنني استنفذت كامل طاقتي وجهدي نتيجة ممارستي لمهنة التدريس
٢١	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لهذه المهنة	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لمهنة التدريس
٢٢	أشعر أن الطالبات يلومونني لأنني لا أتدخل في بعض مشاكلهم	أشعر أن الطالبات يلمنني لأنني لا أتدخل في حل بعض مشكلاتهن

تابع جدول (٥) العبارات التي تم تعديلها من قبل المحكمين

وبناء على رأي المحكمين لم تحذف أي عبارة وبذلك المقياس تكون من (٢٢) عبارة

ويتم التعرف على الخصائص السيكو مترية فيما يلي :

الصدق البنائي (الاتساق الداخلي):

تمّ التحقق من الاتساق الداخلي لمقياس الاحترق النفسي وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه الذي تنتمي إليه مع حذف درجة المفردة من درجة البعد وذلك على عينة بلغت (٢٧) من عضوات هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة ام القرى من مجتمع البحث وخارج عينته الاساسية وجاءت النتائج كما يلي:

جدول (٦) قيم مُعامل ارتباط بيرسون
بين درجة كل مؤشر والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي له

نقص الشعور بالإنجاز		تبلد المشاعر		الإجهاد الانفعالي	
معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
**٥٣٧.	٤	**٠.٦٥٣	٥	**٠.٤٩٥	١
**٦٦٧.	٧	**٠.٧٠٣	١٠	**٠.٧٠٣	٢
**٦٤٧.	٩	**٠.٨١٦	١١	**٠.٦٧٠	٣
**٧٦٥.	١٢	**٠.٥١٥	١٥	**٠.٦٣١	٦
**٦٨١.	١٧	*٠.٣٩٠	٢٢	**٠.٨٣٤	٨
**٥٧٦.	١٨			**٠.٧٣٧	١٣
**٦٠٧.	١٩			**٠.٦٨٩	١٤
**٤٣٧.	٢١			**٠.٦٤٥	١٦
				**٠.٧٧٣	٢٠

تابع جدول (٦) قيم مُعامل ارتباط بيرسون بين درجة كل مؤشر والدرجة الكلية للمحور

الذي تنتمي له

** القيمة دالة عند (٠.٠١) * القيمة دالة عند (٠.٠٥)

يتضح من جدول (٦) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة المفردة والدرجة الكلية

للمحور الأول الذي تنتمي إليه داله عند (٠.٠١) و(٠.٠٥) مما يشير إلى أن العبارات تتسم

بالاتساق الداخلي وهذا يُعد مؤشر للصدق المقياس.

الاتساق الداخلي (البعد مع الدرجة الكلية للمقياس):

تم حساب معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون (Pearson) بين ارتباط كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الرئيسي الذي تنتمي إليه ، كما تمّ حساب ارتباط البعد الرئيسي بالدرجة الكلية للمقياس وجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧)

مُعامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الابعاد
٠.٠١	**٠.٨٨٤	الإجهاد الانفعالي
٠.٠١	**٠.٦٥٧	تبلد المشاعر
٠.٠١	**٠.٧١٨	نقص الشعور بالإنجاز

** دال عند مستوى دلالة (٠.٠١)

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة البعد والدرجة الكلية داله عند (٠.٠١) مما يشير إلى أن الابعاد تقيس ما يقيسه المقياس ككل أي يوجد اتساق داخلي.

ثانياً: ثبات مقياس الاحتراق النفسي:

تم التحقق من ثبات مقياس الاحتراق النفسي في الدراسة الحالية بطريقتين:

أ - طريقة ألفا كرونباخ :

ب التجزئة النصفية: بحساب معامل ارتباط بيرسون بين النصفين وتصحيحه بمعادلة

سيبرمان براون، وجاءت النتائج كما بالجدول (٨) التالي:

جدول (٨)

قيم معاملات الثبات الاحتراق النفسي

التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ	الابعاد
٠.٧٨٩	٠.٨٥٨	الإجهاد الانفعالي
٠.٦٥٤	٠.٦٥٣	تبلد المشاعر
٠.٥٧٢	٠.٧٣٩	نقص الشعور بالإنجاز
٠.٦٠٤	٠.٨٥٤	الدرجة الكلية للمقياس

• ضعيفة أقل (٠.٥) ♦ متوسطة بين (٠.٥-٠.٧) ♦ مرتفعة أكبر (٠.٧)

يتضح من جدول (٨) أن قيم معاملات الثبات المحسوبة بطريقة ألفا كرونباخ بلغت

(٠.٨٥٤) وبلغت التجزئة النصفية (٠.٦٠٤) لمقياس الاحتراق النفسي وهي قيم ثبات مرتفعة

مما يدل على تمتع المقياس بدرجة ثبات مقبولة ويعطي مؤشر للثبات.

(٨-٨) تصحيح مقياس الاحتراق النفسي :

تمت الإشارة سابقاً إلى أن المقياس الحالي يتكون من (٢٢) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، وذلك ضمن ثلاثة أبعاد هي: (الإجهاد الانفعالي، تلبك المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز الشخصي).

ويطلب من المفحوص عادة الاستجابة مرتين لكل فقرة من فقرات المقياس؛ مرة تدل على تكرار الشعور؛ بتدرج يتراوح من صفر-٦ درجات، وأخرى تدل على شدة الشعور؛ بتدرج يتراوح من صفر-٧ درجات. ونظراً لوجود ارتباط عال بين بعدي التكرار والشدة للمقياس وبهدف اختصار وقت التطبيق، فقد اكتفت الباحثة في الدراسة الحالية باستخدام إجابة المفحوص على البعد الخاص بتكرار شعوره نحو فقرات المقياس، وهذا ما كشفت عنه واوصت به دراسات مختلفة منها: ماسلاش وجاكسون (Mslach & Jackson, 1981) ودراسة كل (Iwanick & Swab, 1980)، (السرطاوي، ١٩٩٧)، ولما كانت الخيارات المتاحة للإجابة تتراوح من ٠-٦ درجات فإن حساب الدرجة العليا للاختبار الكلي أو لأي من أبعاده الثلاث هي ناتج ضرب أعلى تدرج مع عدد فقرات المقياس أو البعد، (أعلى تدرج × عدد الفقرات، أما حساب الدرجة الدنيا للاختبار الكلي أو لأي من أبعاده الثلاث فهي ناتج ضرب أدنى تدرج مع عدد فقرات المقياس أو البعد (أدنى تدرج × عدد الفقرات) أما الدرجة المتوسطة =

وبناء عليه فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب في الاختبار الكلي هي (١٣٢=٢٢×٦)، في حين أدنى درجة هي (٠=٢٢×٠)؛ أي أن الدرجة الكلية للاختبار تتراوح بين (٠-١٣٢) وبنفس الطريقة يمكن حساب الدرجة الدنيا والدرجة العليا لأبعاد المقياس الثلاث، كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (٩)

الدرجات الدنيا والدرجات العليا لمقياس ماسلاش الكلي وأبعاده الثلاث:

الدرجة الدنيا للترج \times عدد الفقرات	الدرجة العليا للترج \times عدد الفقرات	عدد الفقرات	البعد
$٥٤ = ٩ \times ٦$	$٠ = ٩ \times ٠$	٩ فقرات	- الاجهاد الانفعالي
$٣٠ = ٥ \times ٦$	$٠ = ٥ \times ٠$	٥ فقرات	- تبدل المشاعر
$٤٨ = ٨ \times ٦$	$٠ = ٨ \times ٠$	٨ فقرات	- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي
$١٣٢ = ٢٢ \times ٦$	$٠ = ٢٢ \times ٠$	٢٢ فقرة	المجموع

ولما كانت فقرات البعدين الأول والثاني سلبية وفقرات البعد الثالث إيجابية لذا فقد تمّ عكس درجات المفحوص على البعد الثالث، لتصبح بنفس اتجاه البعدين الأول والثاني، وبناء على ذلك فإن الدرجات المرتفعة على المقياس بأبعاده الثلاث تعني مستوى عالٍ من الاحتراق النفسي، في حين الدرجات المنخفضة تعني مستوى منخفض من الاحتراق النفسي. (الزهراني، ٢٠٠٨، ص ١٠١-٩٨)

(٩-٨) تفرغ وتحليل البيانات:

مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي يتكون من ٢٢ عبارة موزعة على ٣ أبعاد كما هو

موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (١٠):

يوضح درجات الأبعاد حسب مقياس ماسلاش

مرتفع	متوسط	منخفض	البعد
أكثر من ٢٧	٢٦-١٧	أقل من ١٦	- الاجهاد الانفعالي
أكثر من ١٣	١٢-٧	أقل من ٦	- تبدل المشاعر
أكثر من ٣٩	٣٨-٣٢	أقل من ٣١	- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي

تابع جدول رقم (١٠): يوضح درجات الأبعاد حسب مقياس ماسلاش

(٩-٨) إجراءات تطبيق البحث:

تمّ البحث وفقاً للإجراءات التالية:

- الاطلاع على الدراسات السابقة والتراث النظري.

- الحصول على الموافقة الرسمية لتطبيق أداة البحث.

- اختيار أفراد عينة البحث من عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير

الناطقين بها بجامعة ام القرى.

- توزيع المقياس الإلكتروني على أفراد العينة.

- جمع الاستجابات بعد أن أجاب عليها أفراد العينة.
١. بعد الوصول إلى العينة المطلوبة تم تنظيمها وترتيبها ليتم التعامل معها إحصائياً، وتم استبعاد المقاييس غير المكتملة من بيانات العينة، تم تفرغ بيانات العينة والبالغ عددها (١٦) من عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية بجامعة أم القرى ، بعد وصولها للعدد النهائي، على برنامج الحزم الإحصائية SPSS لإظهار النتائج باستخدام الأساليب الإحصائية.
 ٢. تم إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات واستخلاص نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ونتائج الدراسات السابقة ذات الصلة.
 ٣. وضع التوصيات والمقترحات.
- (٨-١٠) الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:
- لتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي جمعت، تم استخدام مجموعة متنوعة من الأساليب الإحصائية باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الإنسانية والاجتماعية **Statistical Package for Social Sciences (SPSS)** وذلك بعد أن تم ترميز البيانات وإدخالها إلى الحاسوب، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في هذه الدراسة هي:
١. لحساب الخصائص السيكومترية تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون) وألفا كرونباخ والتجزئة النصفية باستخدام معادلة (سيبرمان).
 ٢. الإحصاء الوصفي وذلك من خلال المتوسطات والانحرافات المعيارية والوزن النسبي وذلك لحساب القيمة التي يعطيها أفراد العينة على المقاييس.
 ٣. اختبار كروسكال واليس لمعرفة الفروق التي تعزي لمتغير الرتبة العلمية، واختبار مان-وتني لمعرفة الفروق التي تعزي لمتغير الخبرة والحالة الاجتماعية.
- تاسعاً: عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:
- يتناول هذا الفصل عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية من خلال الأساليب والمعالجة الإحصائية مرتبة حسب تساؤلات الدراسة، وتم تفسيرها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، وفيما يلي تفصيل ذلك:
- عرض التساؤل الرئيس الذي ينص على " ما مستوى الاحترق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها ؟

للإجابة عن هذا السؤال قامت الباحثة بحساب التكرارات، والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية والترتب لاستجابات معلمهم على مقياس الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها وللحكم على مستوى الاستجابات تمّ الاعتماد على المتوسطات الحسابية، من خلال المعادلة: مدى الفئة = (أعلى قيمة - أدنى قيمة) مقسومًا على (٣)، أي أن مدى الفئة = $٦ - ٠ = ٦$ ÷ $٣ = ٢$ وبذلك يصبح معيار الحكم على الفقرات التي حصلت على متوسطات تتراوح بين (١) وأقل من (٢) يكون مستوى الموافقة منخفض ، الفقرات التي حصلت على متوسطات تتراوح بين (٢) وأقل من (٤) يكون مستوى الموافقة متوسط.، الفقرات التي حصلت على متوسطات تتراوح بين (٤) وأقل من (٦) يكون مستوى الموافقة مرتفع . ويبرز الجدول (١١) النتائج المتعلقة.

جدول (١١) نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها مرتبة تنازليا

ترتيب	مستوى	وزن	انحراف	متوسط	المحاور
١	منخفض	٢٥.١%	٠.٧٤٩	١.٥٠٨	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي
٢	منخفض	٢٠.٨%	٠.٢٥٨	١.٢٥٠	تبلد المشاعر
٣	منخفض	٢٠.٧%	١.٢٩٧	١.٢٤٣	الإجهاد الانفعالي
	منخفض	٢٢.٢%	٠.٦٠٦	١.٣٣٤	المتوسط الحسابي العام

تابع جدول (١١) نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد مقياس الاحتراق

النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها مرتبة تنازليا
يتضح من جدول (١١) بأن مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها جاءت بدرجة منخفضة بمتوسط (١.٣٣٤) وبوزن نسبي (٢٢.٢%)، ويدل ذلك على أن عضوات هيئات التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها لا يعانين من احتراق نفسي، ويوضح الجدول نفسه بأن بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي جاء في المرتبة الأولى يليه بعد تبلد المشاعر يليه بعد الإجهاد الانفعالي وشكل (٤) يوضح ذلك .

شكل (٤) يوضح المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها



وتوضح الباحثة كل فقرات كل بعد من أبعاد مقياس الاحتراق النفسي لدى عضوات

هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها في جداول (١٢، ١٣، ١٤).
البعد الأول: الإجهاد الانفعالي:

جدول (١٢) نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات البعد الأول: الإجهاد الانفعالي (مرتبة تنازليا)

م	العبارات	متوسط	الانحراف	وزن	مستوى	الترتيب
١٤	أشعر أنني أعمل في هذه المهنة بجهد كبير	٢.٣٧٥	٢.٤٤٦	٣٩.٦%	متوسط	١
٢	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الجامعي	٢.١٢٥	٢.٢١٧	٣٥.٤%	متوسط	٢
٣	أشعر بالإرهاك حينما استيقظ في الصباح	١.٤٣٨	١.٩٦٥	٢٤.٠%	منخفض	٣
٦	إن التعامل مع الناس طوال اليوم يسبب لي الإجهاد	١.٠٦٣	١.٥٦٩	١٧.٧%	منخفض	٤
١	أشعر أن عملي يثيرني انفعالياً نتيجة عملية التدريس	١.٠٠	١.٥٤٩١٩	١٦.٧%	منخفض	٥
٨	أشعر بالإجهاد النفسي من عملي	١.٠٠٠	١.٦٧٣	١٦.٧%	منخفض	٥
١٦	ممارسة العمل مع الناس يسبب لي ضغوط شديدة	١.٠٠٠	١.٥٩٢	١٦.٧%	منخفض	٥
١٣	أشعر بالتعب من ممارستي لمهنة التدريس	٠.٦٢٥	١.٥٠٠	١٠.٤%	منخفض	٨
٢٠	أشعر كأنني استنفدت كامل طاقتي وجهدي نتيجة ممارستي لمهنة التدريس	٠.٥٦٣	١.٥٠٤	٩.٤%	منخفض	٩
	المتوسط الحسابي العام	١.٢٤٣	١.٢٩٧	٢٠.٧%	منخفض	

يوضح جدول (١٢) أن مستوى الإجهاد الانفعالي لدى عضوات هيئة التدريس في

معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها جاء بدرجة منخفضة حيث بلغ (متوسط = ١.٢٤٣، انحراف معياري = ١.٢٩٧) وبوزن نسبي (٢٠.٧%) من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها.

كما يتضح من الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (١٤) والتي تنص على "أشعر أنني أعمل في هذه المهنة بجهد كبير" حيث بلغ (متوسط = ٢.٣٧٥، انحراف معياري = ٢.٤٤٦) وبوزن نسبي (٣٩.٦%) وهذا يعني مستوى متوسط من وجهة نظر عضوات هيئات التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها يليها الفقرة (٢) والتي تنص على "أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الجامعي" حيث بلغ (متوسط = ٢.١٢٥، انحراف معياري = ٢.٢١٧) وبوزن نسبي (٣٥.٤%) وهذا يعني مستوى متوسط من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها.

كما يتضح من الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (١٣) والتي تنص على "أشعر بالتعب من ممارستي لمهنة التدريس" حيث بلغ (متوسط = ٠.٦٢٥، انحراف معياري = ١.٥٠٠) وبوزن نسبي (١٠.٤%) وهذا يعني مستوى منخفض من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها يليه الفقرة (٢٠) والتي تنص على "أشعر كأنني استنفدت كامل طاقتي وجهدي نتيجة ممارستي لمهنة التدريس" حيث بلغ (متوسط = ٠.٥٦٣، انحراف معياري = ١.٥٠٤) وبوزن نسبي (٩.٤%) وهذا يعني مستوى منخفض من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها.

البعد الثاني : تبدل المشاعر :

جدول (١٣) نتائج المتوسط الحسابي

والانحراف المعياري لفقرات البعد الثاني : تبدل المشاعر (مرتبة تنازليا)

م	العبارات	متوسط	الانحراف	وزن	مستوى	الترتيب
٢١	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لمهنة التدريس	٥.١٢٥	١.٣٦٠	٨٥.٤%	مرتفع	١
١٥	أهتم بمشاكل طالباتي	١.٠٠٠	١.٢٦٥	١٦.٧%	منخفض	٢
١٠	أصبحت أكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس	٠.٥٦٣	٠.٢٥٠	١.٠%	منخفض	٣
١١	أشعر بالإزعاج لأن مهنتي تزيد من قسوة عواظي	٠.٥٦٣	٠.٢٥٠	١.٠%	منخفض	٣
٥	أشعر أنني أتعامل مع بعض الطالبات على أنهم أشياء لا بشر	٠.٥٦٣	٠.٢٥٠	١.٠%	منخفض	٥
	المتوسط الحسابي العام	١.٢٥٠	٠.٢٥٨	٢٠.٨%	منخفض	

يوضح جدول (١٣) أن مستوى تبدل المشاعر لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها جاء بدرجة منخفضة حيث بلغ (متوسط = ١.٢٥٠، انحراف

معياري (= ٠.٢٥٨) وبوزن نسبي (٢٠.٨%) من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها.

الفقرة (٢١) جاءت بدرجة مرتفعة والتي تنص على "أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لمهنة التدريس" حيث بلغ (متوسط = ٥.١٢٥ ، انحراف معياري = ١.٣٦٠) وبوزن نسبي (٨٥.٤%) وهذا يعني مستوى ٨٥.٤% من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين مما يشير الي أنهم لا يوجد لديهم احتراق نفسي، بها يليها الفقرة (١٥) والتي تنص على " أهتم بمشاكل طالباتي" حيث بلغ (متوسط = ١.٠٠٠ ، انحراف معياري = ١.٢٦٥) وبوزن نسبي (١٦.٧%) وهذا يعني مستوى ١٦.٧% من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها.

الفقرة (١١) والتي تنص على " أشعر بالإزعاج لأن مهنتي تزيد من قسوة عواظفي" حيث بلغ (متوسط = ٠.٠٦٣ ، انحراف معياري = ٠.٢٥٠) وبوزن نسبي (١.٠%) وهذا يعني مستوى ١.٠% من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها يليها الفقرة (٥) والتي تنص على " أشعر أنني أتعامل مع بعض الطالبات على أنهم أشياء لا بشر حيث أن جميع افراد العينة قد كانت الاستجابة لهم لم يحصلوا على دراجات مما يشير الى أنهم لا يوجد لديهم احتراق نفسي .

البعد الثالث : نقص الشعور بالإنجاز الشخصي:

جدول (١٤) نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري
لفقرات البعد الثالث نقص الشعور بالإنجاز الشخصي (مرتبة تنازليا)

م	العبارات	متوسط	الانحراف	وزن	مستوى	الترتيب
٢٢	أشعر أن الطالبات يلمنني لأنني لا أتدخل في حل بعض مشكلاتهن	٥.٨١٣	٠.٧٥٠	٩٦.٩%	مرتفع	١
٤	من السهل معرفة مشاعر طالباتي	١.٢٥٠	١.٦٩٣	٢٠.٨%	منخفض	٢
١٢	أشعر بالحيوية والنشاط	١.١٢٥	١.٤٠٨	١٨.٨%	منخفض	٣
٧	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طالباتي	١.٠٦٣	١.٢٣٧	١٧.٧%	منخفض	٤
٩	أشعر أن لي تأثير إيجابي في حياة كثير من الناس من خلال عملي	١.٠٠٠	١.٥٠٦	١٦.٧%	منخفض	٥
١٩	أنجزت أشياء كثيرة مهمة وذات قيمة في ممارستي لمهنة التدريس	٠.٨١٣	١.٥١٥	١٣.٥%	منخفض	٦
١٨	أشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طالباتي	٠.٥٦٣	١.٠٣١	٩.٤%	منخفض	٧
١٧	أستطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طالباتي	٠.٤٣٨	٠.٨١٤	٧.٣%	منخفض	٨
	المتوسط الحسابي العام	١.٥٠٨	٠.٧٤٩	٢٥.١%	منخفض	

تابع جدول (١٤) نتائج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لفقرات البعد الثالث نقص الشعور بالإنجاز الشخصي (مرتبة تنازليا)

يوضح جدول (١٤) أن مستوى نقص الشعور بالإنجاز الشخصي لدى عضوات هيئات التدريس في معهد اللغة العربية غير الناطقين بها جاء بدرجة منخفضة حيث بلغ (متوسط = ١.٥٠٨، انحراف معياري = ٠.٧٤٩) وبوزن نسبي (٢٥.١%) من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية غير الناطقين بها.

كما يتضح من الجدول أن أعلى المتوسطات تمثلت في الفقرة (٢٢) والتي تنص على "أشعر أن الطالبات يلمنني لأنني لا أتدخل في حل بعض مشكلاتهن" حيث بلغ (متوسط = ٥.٨١٣، انحراف معياري = ٠.٧٥٠) وبوزن نسبي (٩٦.٩%) وهذا يعني مستوى مرتفع من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية غير الناطقين بها يليها الفقرة (٤) والتي تنص على "من السهل معرفة مشاعر طالباتي" حيث بلغ (متوسط = ١.٢٥٠، انحراف معياري = ١.٦٩٣) وبوزن نسبي (٢٠.٨%) وهذا يعني مستوى منخفض من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية غير الناطقين بها

كما يتضح من الجدول أن أقل المتوسطات تمثلت في الفقرة (١٨) والتي تنص على "أشعر بالسعادة والراحة بعد إنتهاء العمل مع طالباتي" حيث بلغ (متوسط = ٠.٥٦٣،

انحراف معياري = ١.٠٣١) وبوزن نسبي (٩.٤%) وهذا يعني مستوى منخفض من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها يليها الفقرة (١٧) والتي تنص على "أستطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طالباتي" حيث بلغ (متوسط = ٠.٤٣٨ ، انحراف معياري = ٠.٨١٤) وبوزن نسبي (٧.٣%) وهذا يعني مستوى منخفض من وجهة نظر عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها مما يشير الى أنهم لا يوجد لديهم احترق نفسي

عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الثاني :

الإجابة عن سؤال الدراسة الثاني الذي ينص على " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحترق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تبعًا لمتغير (المؤهل العلمي ، الخبرة ، الحالة الاجتماعية) ؟
أولاً : المؤهل العلمي :

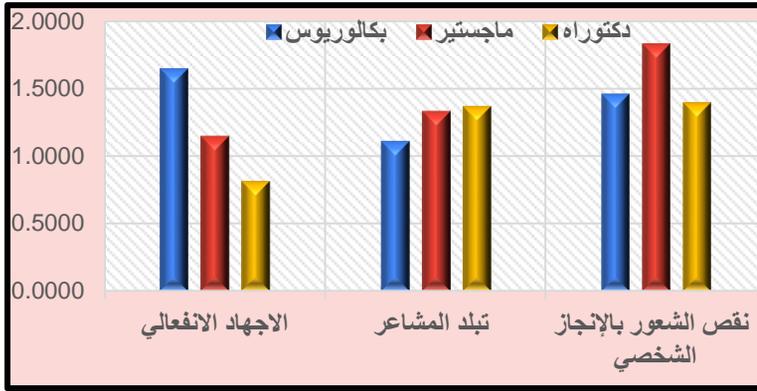
لمعرفة الفروق في مستوى الاحترق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الرتبة العلمية (بكالوريوس -ماجستير -دكتوراه) تم استخدام اختبار كروسكال واليس كأحد الأساليب اللابارامترية نظرًا لوجود التفاوت الكبير في إعداد فئات متغير (المؤهل العلمي)، وجدول (١٥) يوضح النتيجة.

جدول (١٥) نتائج اختبار كروسكال واليس

للتعرف على لدلالة الفروق في مستوى الاحترق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير المؤهل العلمي

المحاور	الفئات	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال	مستوى الدلالة
الاجهاد الانفعالي	بكالوريوس	٧	٨.٤٣	٠.٤١٩	٠.٨١١
	ماجستير	٣	١٠.٠٠		
	دكتوراه	٦	٧.٨٣		
تبلد المشاعر	بكالوريوس	٧	٥.٧٩	٤.٤٩٤	٠.١٠٦
	ماجستير	٣	١٠.١٧		
	دكتوراه	٦	١٠.٨٣		
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	بكالوريوس	٧	٦.٩٣	٢.٠٢٢	٠.٣٦٤
	ماجستير	٣	١١.٥٠		
	دكتوراه	٦	٨.٨٣		
الدرجة الكلية	بكالوريوس	٧	٧.٧١	١.٦٣٦	٠.٤٤١
	ماجستير	٣	١١.٦٧		
	دكتوراه	٦	٧.٨٣		

يتضح من جدول (١٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير المؤهل العلمي حيث بلغ متوسط الرتب للذين للحاصلين على بكالوريوس (٧.٧١) وبلغ متوسط الرتب للحاصلين على ماجستير (١١.٦٧) وبلغ متوسط الرتب للحاصلين على دكتوراه (٧.٨٣) وبلغت قيمة (كروسكال واليس) (١.٦٣٦) مما يشير الي عدم وجود فروق داله إحصائيا في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير المؤهل العلمي وشكل (٥) يوضح ذلك



شكل (٥) الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئات التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تبعا لمتغير المؤهل العلمي

ثانياً: الخبرة :

لمعرفة الفروق بين استجابات العينة على مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الخبرة (اقل من ١٠ سنوات - أكثر من ١٠ سنوات) تم استخدام اختبار مان - وتني (U) Mann-Whitney كأحد الأساليب اللابارامترية نظراً لوجود التفاوت الكبير في إعداد فئات متغير (الخبرة)، وجدول (١٦) يوضح النتيجة.

جدول (١٦) نتائج اختبار مان - وتني للتعرف على لدلالة الفروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي الخبرة

المحاور	الفئات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة
الإجهاد الانفعالي	أقل من ١٠ سنوات	١٠	٨.٢٠	٨٢.٠٠	٢٧.٠٠٠	٠.٣٢٦-	٠.٧٤٤
	أكثر من ١٠ سنوات	٦	٩.٠٠	٥٤.٠٠			
تبلد المشاعر	أقل من ١٠ سنوات	١٠	٧.٥٥	٧٥.٥٠	٢٠.٥٠٠	١.٠٨١-	٠.٢٨٠
	أكثر من ١٠ سنوات	٦	١٠.٠٨	٦٠.٥٠			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	أقل من ١٠ سنوات	١٠	٧.٨٥	٧٨.٥٠	٢٣.٥٠٠	٠.٧١٢-	٠.٤٧٧
	أكثر من ١٠ سنوات	٦	٩.٥٨	٥٧.٥٠			
الدرجة الكلية	أقل من ١٠ سنوات	١٠	٨.٣٠	٨٣.٠٠	٢٨.٠٠٠	٠.٢١٧-	٠.٨٢٨
	أكثر من ١٠ سنوات	٦	٨.٨٣	٥٣.٠٠			

يتضح من جدول (١٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الخبرة حيث بلغ متوسط الرتب للذين أقل من ١٠ سنوات (٨.٣٠) وبلغ متوسط الرتب للذين خبرتهم أكثر من ١٠ سنوات (٨.٨٣) وبلغت قيمة (U) (٢٨.٠٠٠) مما يشير الى عدم وجود فروق داله إحصائيا في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الخبرة وشكل (٦) يوضح ذلك

شكل (٦) الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد

اللغة العربية لغير الناطقين بها تبعا لمتغير الخبرة



ثالثاً : الحالة الاجتماعية :

لمعرفة الفروق بين استجابات العينة على مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الحالة الاجتماعية تم استخدام اختبار مان - وتني (U) Mann-Whitney كأحد الأساليب اللابارامترية نظراً لوجود التفاوت الكبير في إعداد فئات متغير (الحالة الاجتماعية)، وجدول (١٧) يوضح النتيجة.

جدول (١٧) نتائج اختبار مان - وتني

للتعرف على دلالة الفروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي الحالة الاجتماعية

المحاور	الفئات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة (U)	قيمة (Z)	مستوي الدلالة
الاجهاد الانفعالي	متزوجة	١٣	٨.٢٣	١٠٧.٠٠	١٦.٠٠٠	٠.٤٧٢-	٠.٦٣٧
	غير متزوجة	٣	٩.٦٧	٢٩.٠٠			
تبلد المشاعر	متزوجة	١٣	٩.٠٠	١١٧.٠٠	١٣.٠٠٠	٠.٩١٧-	٠.٣٥٩
	غير متزوجة	٣	٦.٣٣	١٩.٠٠			
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	متزوجة	١٣	٩.٣١	١٢١.٠٠	٩.٠٠٠	١.٤٢٦-	٠.١٥٤
	غير متزوجة	٣	٥.٠٠	١٥.٠٠			
الدرجة الكلية	متزوجة	١٣	٨.٥٤	١١١.٠٠	١٩.٠٠٠	٠.٠٦٧-	٠.٩٤٦
	غير متزوجة	٣	٨.٣٣	٢٥.٠٠			

تابع جدول (١٧) نتائج اختبار مان - وتني للتعرف على دلالة الفروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي الحالة الاجتماعية

يتضح من جدول (١٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الحالة الاجتماعية حيث بلغ متوسط الرتب للمتزوجات (٨.٥٤) وبلغ متوسط الرتب للغير متزوجات (٨.٣٣) وبلغت قيمة (U) (١٩.٠٠٠) مما يشير إلى عدم وجود فروق داله إحصائية في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تعزي لمتغير الحالة الاجتماعية وشكل (٧) يوضح ذلك.

شكل (٧) الفروق فى مستوى الاحترق النفسى لى عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية



عاشراً: التوصيات:

فى ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فيما يتعلق بالاحترق النفسى لى عضوات هيئة التدريس فى معهد اللغة العربية لغير الناطقين بها بجامعة ام القرى، وبعد الاطلاع على الدراسات السابقة والتطبيق العلمى للدراسة الحالية فإن الدراسة توصى بما يأتى:

- ١- تدريب الكوادر المهنية لمواجهة ضغوطات العمل والاحترق النفسى.
- ٢- تهيئة مرافق وخدمات جيدة لأعضاء هيئة التدريس لما ينعكس على العملية التعليمية، وزيادة رغبتهم فى العمل.
- ٣- إقامة دورات لأعضاء هيئة التدريس لكيفية التعامل مع الضغوطات والاحترق النفسى.
- ٤- عمل بحوث أخرى لدراسة نفسيات أعضاء هيئة التدريس فى الجامعات.

المراجع:

- احمد، سلوى محمد الحسن. (٢٠١٥). الاحترق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي الاعاقة العقلية العاملات بمراكز التربية الخاصة بمدارس ام درمان. بحث لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي جامعة السودان. كلية الدراسات العليا. كلية التربية-قسم علم النفس.
- الأمين، أحلام الياس مكي. (٢٠٢٢). الاحترق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة شندي "يناير - إبريل ٢٠٢٢. مجلة القلم للدراسات التربوية والنفسية واللغوية. مج ١. ع ١٠٤. ٧٩-١١٠.
- البخيت، صلاح الدين فرج عطا الله. الحسن، زينب عبد الرحمن. (٢٠١١). الاحترق النفسي ومصادره لدى معلمي الموهوبين في السودان. مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية. مج ٣. ع ١١-٦٨.
- البقمي، نجلاء مرزوق ناصح. (٢٠٢١). الاحترق النفسي وعلاقته بالأداء الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس بفروع جامعة نجران بشروره. مجلة الآداب للدراسات النفسية والتربوية: جامعة نمار- كلية الآداب. مج ١. ع ٩٤. نجران.
- الحاتمي، سليمان علي. (٢٠١٤). الاحترق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان. رسالة ماجستير منشورة. كلية العلوم والآداب. جامعة نزوى. سلطنة عمان.
- الختاتنة، سامي محسن جبريل. (٢٠٠٩). الاحترق النفسي وعلاقته بمرونة الانا لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية. مؤته للبحوث والدراسات. جامعة مؤتة. مج ٢٤. ع ٢٤-٢٧٥-٣٢٠.
- الدوسري، فاطمة علي ناصر. (٢٠١٥). الاحترق النفسي وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية (الانبساطية والانطوائية) لدى اساتذة جامعة الاميرة نورة بالرياض. مجلة جامعة الملك خالد للعلوم الانسانية. مج ٢. ع ٢٤.
- الرفاعي، يحيى. القضاة، محمد فرحان. (٢٠١٠). مستويات الاحترق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بابها في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة أم القرى. مج ٢. ع ٢٤. ص ٢٩٧-٣٥١.
- الزهراني، نوال. والمزروع، ليلي. (٢٠١٧). الاحترق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة. رسالة ماجستير. جامعة أم القرى.
- السوالمه، محمد علي. والكايد، زين صالح. وملحم، عايد محمد. وأبو زيد، هيثم يوسف. (٢٠٢١). مستويات الاحترق النفسي لدى معالجي اضطرابات اللغة والكلام العاملين بمراكز التربية الخاصة في الأردن في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية. مج ١٢. ع ٣٤٤. ٧١-٨٥.

- السيد، سوزان. (٢٠١٠). الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات علوم المرحلة الإعدادية وأثره على استخدامهم لبعض الاتجاهات الحديثة في تدريس المادة. *مجلة القراءة والمعرفة*. مج ١٠٩. ع ١٠٦٩-١٠٢.
- الشافعي، إيمان محمد. (٢٠١٩). الضغوط النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم الفني. *مجلة جامعة الأزهر - كلية التربية*. مج ٣٨. ع ١٨٣. ١٦٩-٢٠٠.
- الطشطوش، رضا، واخرون. (٢٠١٣) ظاهرة الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي والعلاقة بينهما لمعلمي غرف المصادر في الاردن، *مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)*. مج ٢٧. ع ٨٠٦.
- المشابقة، محمد احمد خدام. (٢٠١٦). الاحتراق النفسي لدى المرشد الطلابي في منطقة الحدود الشمالية وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة العلوم التربوية والنفسية. جامعة البحرين*. مج ١٧. ع ١٠٦.
- آل مشرف، فريدة عبدالوهاب. (٢٠٢٠). مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض لها عينة من عضوات هيئة التدريس بجامعة الملك سعود بالرياض. *مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية*. مج ١٠٥. ع ٢٨. ١٧٧-٢٢٠.
- باسعد، عمر عبيد. (٢٠٢١). مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية سيئون جامعة حضرموت. *المجلة الجزائرية للأبحاث والدراسات*. مج ٤. ع ١٠٤.
- بالحاج، عفاف محمد احمد. سعيد، حنان سعيد علي. (٢٠١٩). مظاهر الاحتراق النفسي وآثاره على معلمات مرحلة التعليم الأساسي. *مجلة التربوي*. مج ١٠٤. ع ١٠٤. ٨٩-١٠٤.
- بوخالفة، حمزة، وبن الشيخ، يوسف. (٢٠٢٠). تقنين مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على أساتذة التربية البدنية والرياضية. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، مج ١٢، ع ١٠٤، ٢٢٩ - ٢٤٢.
- بوقرة، مختار. ومنصوري، مصطفى. (٢٠١٨). مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي: دراسة ميدانية بمدينة معسكر. *مجلة الحوار الثقافي*. مج ٨. ع ١٠٤. ١٦٠-١٧٢.
- حداء، سليمة. (٢٠١٨). الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة وعلاقته بالتوافق الزوجي: دراسة ميدانية على عينة من الأستاذات لمرحلة التعليم المتوسط. *جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي، الجزائر*.
- خصيفان، شذا. (٢٠١٧). التوافق النفسي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ومعلمي الأسوياء. *مجلة جامعة الملك عبد العزيز للآداب والعلوم الإنسانية*. مج ٢٥. ع ٢٣-١٠٤.
- خلفه، سارة. وعيساوي، فلة. (٢٠١٨). تشخيص الاحتراق النفسي وأساليب التعامل معه. *مجلة العلوم الاجتماعية*. مج ٣. ع ٣٤. ١٦٦-١٧٦.
- خير الله، منى. السيد، سحر. (٢٠١٩). الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى العينة من عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*. مج ٣. ع ١٧١. ١٩١-١٧١.

- داود، عبد العزيز احمد. (٢٠١٥). العدالة التنظيمية كمدخل لتحسين الأداء الوظيفي لأعضاء هيئة التدريس في جامعة كفر الشيخ. *المجلة التربوية جامعة سوهاج كلية التربية*. مج ٤١. ع ١. ٢٣٤-٢٩٤.
- نياى، حسان محمد. (٢٠١٨). مستوى الاحترق النفسى للمعلمين ذوى النمط (أ،ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات. *رسالة ماجستير*. كلية التربية. جامعة الفيوم.
- سامر، رضوان جميل. (٢٠٠٧). *في الطب النفسى وعلم النفس الاكلينيكي*. دار الكتاب الجامعي. غزة فلسطين.
- سعيد، رضوان. ومحمد، جاجان. (٢٠٢٠). الاحترق النفسى لدى أمهات أطفال التوحد "الأوتيزم". *مجلة العلوم الإنسانية لجامعة زاخو*. مج ٨. ع ٣. ٣٨٢-٣٩٥.
- سنابل، امين صالح. (٢٠١١). الجدية في العمل وعلاقتها بالاحترق النفسى لدى مديري المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية. *مذكرة ماجستير*. جامعة النجاح الوطنية. فلسطين.
- عبدالرحيم، أماني صلاح حسن، و أحمد، سهام محمد عبدالله. (٢٠٢٠). مستوى الفروق في الاحترق النفسى لدى عضوات هيئة التدريس بجامعة حفر الباطن تبعا لبعض المتغيرات. *المجلة الدولية للعلوم النفسية والرياضية*. مج ١، ع ٣، ٦٣-٧٧.
- عبد المجيد، أشرف عبد التواب. (٢٠١٧). مستويات ضغوط العمل لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة تبوك: *دراسة ميدانية*. *مجلة التربية*. مج ٢. ع ١٢. ٦٩-١٢٠.
- عسكري. محمد. (٢٠١٩). المهارات النفسية في علم النفس الرياضي. *مجلة ماستر للنشر والتوزيع*. مج ١. ع ١.
- قريطع، فراس. (٢٠١٧). الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة. *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*. مج ١٣. ع ٤٦٥-٤٨٦.
- لحول، فايزة. (٢٠٢١). عوامل الشخصية المنبئة بمستوى الاختراق النفسى لدى معلمي التربية الخاصة. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*. مج ٧. ع ٣. ١١٣-١٣٢.
- معروف، محمد. (٢٠١٣). استراتيجيات التعامل مع الاحترق النفسى وعلاقتها باستراتيجيات التكيف مع المواقف الضاغطة لدى أساتذة التربية البدنية الرياضة. *مذكرة ماجستير*. جامعة ورقلة. الجزائر.
- مقلالي، ملوكه. بولقان، عائشة. (٢٠١١). ضغوط العمل وعلاقتها بالاحترق النفسى لدى أساتذة التعليم الثانوي. *مذكرة ليسانس*. جامعة سعيدة. الجزائر.
- نبار، رقية، وعمار، جعيجع. (٢٠١٨). تقنين مقياس الاحترق النفسى لـ (ماسلاش) على البيئة الجزائرية: دراسة ميدانية على عينة من الممرضات. *مجلة التراث*. مج ١. ع ٢٩٤. ٥١٧ - ٥٤٠.
- نصرأوي، صباح، وبن زروال، فتيحة. (٢٠١٧). تكييف مقياس "ماسلاش" للاحترق النفسى "MBI-HSS" على الأستاذ الجامعي الجزائري. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*. مج ٣، ع ٣، ٢٤٠ - ٢٥٦.
- نوري، سعيد غاني. (٢٠١٩). دراسة عن الاحترق النفسى. *مجلة جامعة ميسان*. مج ١. ع ١.

- هتهات، نوال. (٢٠١٥). مستوى الاحتراق النفسي لدى الأستاذ الجامعي: دراسة استكشافية على عينة من الاساتذة بكلية العلوم الانسانية والاجتماعية بجامعة قاصدي مرياح بورقلة. (رسالة غير منشورة). جامعة قاصدي مرياح-ورقلة. الجزائر.
- Al-Adwan, F. E. Z., & Al-Khayat, M. M. (٢٠١٧). Psychological Burnout in Early Childhood Teachers: Levels and Reasons. *International Education Studies*, ١٠(١), ١٧٩-١٨٩.
- Alves, P. C., de Fatima Oliveira, A., & da Silva Paro, H. B. M. (٢٠١٩). Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? *PloS one*, ١٤(٣), ١-١٢.
- Bakker, A.B., & Demerouti, E. (٢٠٠٧). The Job Demands- Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, ٢٢, ٣٠٩-٣٢٨.
- Capone, V., & Petrillo, G. (٢٠١٨). Mental health in teachers: Relationships with job satisfaction, efficacy beliefs, burnout and depression. *Current Psychology*, ١-١٠.
- Dion, G., Tessier, R., (١٩٩٤), Validation de la tradition de l'Inventaire epaulement professionnel de Maslach et Jackson. *Revue Canadienne des Sciences du Comportment*, ٢٦ (٢), ٢١٠-٢٢٧.
- Lee, YH. (٢٠١٧). Emotional labor, teacher burnout, and turnover intention in high-school physical education teaching, *European Physical Education Review*, ١-١٨.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (١٩٩٦). *Maslach burnout inventory manual* (٣rd ed.). Mountain View, CA: CPP, Inc. [SEP]
- Selcuk, Demir (٢٠١٨). The Relationship between psychological capital and stress, anxiety, burnout, job satisfaction, and job involvement, *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, Issue ٧٥, p ١٣٧-١٥٣.
- Zombwe, G. (٢٠٠٧). Who is a teacher? Quality Teachers for Quality Education. *HakiElimu Position Papers*, Dar es Salaam, Tanzania.