

## **Self-Concept and its Relationship to Psychological Burnout Among Intermediate School Teachers in the Eastern Region**

**Fatma Hasan Alshahry**

**MA candidate, Department of Education and Psychology, College of Education,  
University of Hafr Albatin, KSA**

**[frah232011@gmail.com](mailto:frah232011@gmail.com)**

**Salwa Almory**

**Assistant Professor of Counseling Psychology, Department of Education and  
Psychology, College of Education, University of Hafr Albatin, KSA**

This article distributed under the terms of Creative Commons Attribution-Non-Commercial-No Derivs (CC BY-NC-ND) For non-commercial purposes, lets others distribute and copy the article, and to include I a collective work (such as an anthology), as long as they credit the thor(s) and provided they do not alter or modify the article and maintained and its original authors, citation details and publisher are identified



### **Abstract**

**The study aimed to identify the relationship between self-concept and burnout. The sample consisted of middle school teachers in the eastern region, estimated at (408) teachers. Tools were used: the self-concept measure of Al-Harmala (2007), and the burnout scale of Al-Awad and Al-Sayed (2019), And it found that there is a statistically significant relationship between self-concept and psychological burnout among a sample of middle school teachers in the eastern region, and that there are no statistically significant differences in the self-concept of middle school teachers in the eastern region according to the variables of academic qualification, marital status, type of school and years of experience, And there are no statistically significant differences in the psychological burnout among middle school teachers in the eastern region, according to the variables of educational qualification, type of school, and years of experience, while there are statistically significant differences in psychological burnout among middle school teachers in the eastern region, according to the variable of marital status in favor of the (single) category. It is also possible to predict the psychological burnout of female middle school teachers in the eastern region through their degrees in self-concept.**

**Keywords: Self-concept- Psychological burnout- Middle school teachers.**

## مفهوم الذات وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة بالمنطقة الشرقية

اعداد /

الباحثة / فاطمة حسن الشهري

باحثة ماجستير - قسم التربية وعلم النفس - كلية التربية - جامعة حفر الباطن

المملكة العربية السعودية

[frah232011@gmail.com](mailto:frah232011@gmail.com)

إشراف

د/ سلوى المري

أستاذ علم النفس الإرشادي المساعد في قسم التربية وعلم النفس - كلية التربية - جامعة حفر الباطن المملكة

العربية السعودية

### المستخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحترق النفسي، وتمثلت العينة في معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية قدرت بـ (٤٠٨) معلمة، واستخدمت أدوات : مقياس مفهوم الذات للحراملة (٢٠٠٧)، ومقياس الاحتراق النفسي للعوض والسيد (٢٠١٩). وتوصلت إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية ونوع المدرسة وسنوات الخبرة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي ونوع المدرسة وسنوات الخبرة، في حين توجد فروق دالة إحصائياً في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح فئة (أعزب)، كما يمكن التنبؤ بالاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية من خلال درجاتهن في مفهوم الذات.

الكلمات المفتاحية: مفهوم الذات، الاحتراق النفسي، معلمات المرحلة المتوسطة.

## مقدمة:

يُعد المعلم أحد الركائز الأساسية في عملية التعليم؛ فهو النموذج والقوة الحسنة لطلابه، فالمعلم يشغل دوراً رئيسياً داخل المدرسة، ويؤثر في طلابه. كذلك يُعد المعلم أحد العوامل الأساسية في تحقيق الأهداف التربوية؛ فهو يقوم بتقديم المنهاج للطلاب بطريقة تلائمهم، كما أن المعلم هو المثل الأعلى والقوة الصالحة للطلاب؛ حيث يتعامل معهم بشكل مباشر، فتأثيره فيهم يكون كبيراً وواضحاً؛ سواء أكان إيجابياً أم سلبياً. ويعتبر المعلم النموذج السلوكي الذي يقلده الطلاب؛ سواء عن وعي أو عن غير وعي، وهو أحد مصادر المعرفة التي يتلقاها الطلاب، وهو المرشد والموجه لسلوكهم؛ إذ لم تعد وظيفة المعلم مقتصرة على نقل المعرفة من الكتاب؛ بل شملت مهمات جديدة ومتعددة، وبذلك أصبح للمعلم دور جديد في العملية التربوية (الفتلاوي، ٢٠٠٣).

ومفهوم الذات من المصطلحات التي درُست في علم النفس الاجتماعي وعلم النفس الإنساني، ويعني مفهوم الذات: الطريقة التي يفكر ويدرك بها الفرد نفسه وقيّمها، فهو يعكس إدراك الفرد لذاته وسلوكياته وما يميزه عن غيره.

وينشأ مفهوم الذات من العلاقة بين الذات المدركة والبيئة المحيطة بالفرد، فمفهوم الذات: هو ما يراه الفرد بداخله عن نفسه، ومفهوم البيئة المحيطة: هو كل ما يحيط بالفرد؛ كالعائلة والمدرسة وغيرها (القطناني، ٢٠١١).

ولقد شهدت المملكة العربية السعودية في القرن العشرين تطوراً كبيراً شمل كافة نواحي الحياة فيها، فتأثرت بذلك الحياة الإنسانية والاجتماعية؛ حتى أصبحت معالم التغيير السريع تطل أنظمة الحياة العلمية والتكنولوجية والتجارية والاجتماعية والتعليمية كافة، وهذا الأمر أدى إلى تزايد تعقد معطيات الحياة اليومية، وظروف العمل بصورة ولدت الكثير من الضغوطات والتوترات النفسية لدى كثير من أبناء المجتمع.

وإن وصول المعلمين إلى الاحتراق النفسي له آثار سلبية على فاعلية دورهم في العملية التربوية، فقد يعتري المعلم حالات من التشاؤم وعدم الاكتراث ومقاومة التغيير، وعليه يفقد المعلم اهتمامه بالعمل وبالطلبة، وتكرار التغيب عن المدرسة، وفقدان القدرة على الابتكار، وغير ذلك من آثار سلبية. كما أن المعلم يواجه العديد من مصادر التوتر والضغط النفسي أثناء قيامه بدوره الحيوي في العملية التربوية؛ مما يجعل المختصين والخبراء في مجال علم النفس يسلطون الضوء على معالجة موضوع الضغوط النفسية بشكل أكبر (جبريل، ١٩٩٥).

ويعد الاحتراق النفسي من المواضيع التي استقطبت اهتمام الكثير من الباحثين وعلماء النفس والمختصين في مجال الصحة النفسية من أمثال فرويد نبرجر Freudenberger، وماسلاش Maslach، وهربرت فرانك Herbert Frenk، وألبرت أليس Elbert Elles، وذلك نظراً لمواكبته للتطور التكنولوجي السريع بما فيه من

تعقيدات في ظروف الحياة المدنية والمهنية وما صاحب هذه التعقيدات من تزايد في حجم الضغوط النفسية على أصحاب المهن المختلفة فالاحتراق النفسي يشير إلى الاستجابة الجسمية والانفعالية لضغوط العمل وهذه الاستجابة تعد استجابة سلبية نتيجة التعرض لضغوط العمل بشكل مستمر ولفترات طويلة من الزمن (الغول، ٢٠١٩).

لذا فإن المعلم يعمل في بيئة مليئة بالتحديات الاجتماعية والاقتصادية والإدارية، وهو يسعى إلى تحقيق أهداف العملية التعليمية وتطويرها من خلال عملية تأثير متبادل بينه وبين العاملين معه؛ من مديريين، ومعلمين، ومستخدمين، وطلبة، وهو كفرد داخل هذا التنظيم التربوي يشغل دوراً يتحدد من خلال تفاعل عناصر هذا النظام وحاجاته، وبناء علاقات إنسانية بين مكوناته، ومن ثم فسلوكه يخضع لتأثير العديد من هذه المحددات (الظاهر، ٢٠٠٤).

لذا فقد هذا البحث لتتناول موضوع الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمات على اعتبار أنهن الأكثر عرضة وتأثراً بالضغوط النفسية من غيرهن، وهذا ما أكدته بعض الدراسات كدراسة الجابري (الغول، ٢٠١٩) ودراسة الرشيدى (٢٠٢٠) على سبيل المثال لا الحصر والتي بينت معاناة الإناث من المعلمات من الاحتراق النفسي بصورة أكبر من المعلمين الذكور، إذا فحالة الاحتراق النفسي تظهر كلما تزايدت حجم الضغوط النفسية في بيئة العمل وخارجها لهذا فقد تم التركيز في البحث الحالي على المعلمات بشكل خاص نظراً لتعدد أدوارهن الاجتماعية المختلفة ونظراً لتعدد مصادر الضغوط النفسية عليهن، ولحساسيتهن الشديدة أيضاً في التفاعل معها وهذا ما أكدته العديد من الدراسات كدراسة (أكتيبي، ٢٠١٥، ص. ٣٦٥) والتي تناولت الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي والاحتراق النفسي فقد بينت الدراسة بأن الإناث هن الأكثر معاناة من الضغوط النفسية من الذكور والأكثر شعوراً بالقلق و العصبية منهم أيضاً.

### مشكلة الدراسة:

يواجه المعلم في العصر الحالي تطوراً كبيراً شمل كافة نواحي الحياة العلمية والتكنولوجية؛ مما أدى إلى تزايد تعقيد معطيات الحياة اليومية وظروف العمل بصورة ولدت الكثير من الضغوطات والتوترات النفسية لديه. ويعد مفهوم الذات من المتغيرات التي تؤدي إلى بلورة شخصية المعلم، وتجعله أكثر تقبلاً لذاته وظروفه، وتمكنه من المساهمة في النشاطات المتنوعة في الحياة. وينعكس مفهوم الذات على احترام المعلم لذاته وتقديرها، ومن ثم تحقيقها، وينعكس أيضاً على درجة تمتع المعلم بالصحة النفسية والرفاهية؛ مما يؤدي إلى تقبل المعلم لظروف عمله، وشعوره بالرضا الوظيفي داخل عمله، فينخفض لديه الشعور بالاحتراق النفسي. وفهم المعلم لذاته يمنحه

المرونة في سلوكه وتصرفاته، فالذات هي محور اهتمام الفرد، ومن خلال فهم المعلم لذاته يتولد لديه شعور بثقته بنفسه، والمحافظة على توازنه الداخلي، وكذلك توافقه النفسي، وهو ما يقلل شعور المعلم بالضغوط النفسية وكذلك الاحتراق النفسي.

وتُعد ظاهرة الاحتراق النفسي من المشكلات الخطيرة التي يواجهها المعلم أثناء ممارسته مهنة التدريس؛ مما قد يحول دون أدائه لعمله بالشكل المطلوب، الأمر الذي يؤثر سلباً على جميع الجوانب الشخصية لديه؛ ومنها: مفهومه لذاته، وهذا ينعكس على أدائه في المكان الذي يعمل به؛ سواء أكان مدرسة خاصة أم دائرة حكومية. ولا يقتصر تأثير ظاهرة الاحتراق النفسي على المعلم نفسه؛ بل يؤثر ما لديه من احتراق نفسي على تحصيل الطلبة واستعدادهم للتعلم، وعلى الجوانب التعليمية التعلمية؛ لذا فإن الدراسة سعت للإجابة عن السؤال الرئيس الآتي: هل توجد علاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية؟

### تساؤلات الدراسة:

- ١- هل توجد علاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية؟
- ٢- هل توجد فروق دالة إحصائية في مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة؟
- ٣- هل توجد فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة؟
- ٤- هل يمكن التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية؟

### أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى ما يلي:

- ١- التعرف على مفهوم الذات وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة بالمنطقة الشرقية.

- ٢- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة.
- ٣- الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة.
- ٤- التعرف على إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية.

### أهمية الدراسة:

تتبدى أهمية الدراسة في الجوانب التالية:

- دراسة ظاهرتين مهمتين على الصعيد النفسي والتربوي - وهما: مفهوم الذات، والاحتراق النفسي - والعلاقة بينهما عند معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية، وهذه الدراسة من الدراسات القليلة - حسب علم الباحثة - في المملكة العربية السعودية؛ حيث قامت الدراسة بالربط بين ظاهرة مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة.
  - تسهم الدراسة في إثراء التراث النفسي بالمعلومات حول متغيرين مهمين؛ وهما: مفهوم الذات، والاحتراق النفسي.
  - اهتمام الدراسة بفئة مهمة في المجتمع؛ لدورها في إعداد الطلبة وتحصيلهم.
  - يمكن أن يستفيد أصحاب القرار في وزارة التعليم من نتائج الدراسة الحالية فيما يخص إدراج هاتين الظاهرتين ضمن أولوياتهم في برامج تدريب المعلمات في المملكة العربية السعودية.
  - نتائج الدراسة يمكن أن يستفيد منها القائمون على تطوير العملية التعليمية بتهيئة البيئة التعليمية المادية والاجتماعية؛ بحيث تقلل من شعور العاملين بالاحتراق النفسي.
- مفهوم الذات:

إن مفهوم الذات ليس موروثاً لدى الإنسان؛ وإنما يتشكل خلال التفاعل مع البيئة التي يعيش فيها ابتداءً من الطفولة، ومن ثم عبر مراحل النمو المختلفة. كما أن الوعي بالذات يبدأ تحديداً عند بداية حياة الفرد، كما ينمو ويتطور باتساع البيئة التي يتفاعل معها ومن خلال الخبرات الجزئية والمواقف التي يمر بها الفرد أثناء محاولته للتكيف مع البيئة المحيطة. كما يعد مفهوم الذات حجر الزاوية في دراسة الشخصية الإنسانية، والتكيف



النفسي والاجتماعي؛ إذ إن وظيفته الأساسية هي السعي لتكامل واتساق الشخصية؛ ليكون الفرد متكيفاً مع البيئة التي يعيش فيها وباعتباره قوة موجهة لسلوك الفرد، كما يؤثر في توقعاته تجاه ذاته وتجاه الآخرين، ويحدد بشكل كبير أهداف الفرد وطموحاته، كما يؤدي دوراً كبيراً في الصحة النفسية والتوافق النفسي (الظاهر، ٢٠٠٤).

ويستعمل روجرز (Rogers) مصطلح الذات ومفهوم الذات كترادفات؛ بمعنى: أنه يميّز بين كيف نرى؟ أو كيف ندرك أنفسنا؟ (مفهوم الذات المدرك)، وكيف نتمنى أن نرى أنفسنا؟ (مفهوم الذات المثالي). وقد لاحظ روجرز أنه إذا كان مفهوم الذات المدرك يتطابق أو ينسجم مع مفهوم الذات المثالي عندها فمن المرجح أن يمتلك الشخص مستوى صحياً وإيجابياً من مفهوم الذات؛ ولكن إذا كان مفهوم الذات المدرك لا ينسجم مع مفهوم الذات المثالي فمن المرجح أن يشعر الشخص بالقلق، ويمر بخبرة تدني مفهوم الذات (بني حمد، ٢٠٠٦).

وحسب كارل روجرز (Karl Rojers) فإن الذات هي: الخبرات المميزة من قبل الفرد عبر تفاعله مع الآخرين وعبر مجاله الظاهري (مدركاته)؛ إذ يبدأ الفرد تدريجياً بتمييز بعض خبراته، وهذا الأخير يعرف بالذات، حتى تصبح جزءاً من مجاله الظاهري، وهذا التمييز المستقل هو أحد دلائل النضج عند الفرد؛ لذا فإن مفهوم الذات عامل أساسي ومهم يتحكم في كل السلوك البشري، ويشكل بعبءاً مهماً في تنظيم السلوك البشري، وهو من عناصر التوجيه النفسي والتربوي المهمة، ومؤثر قوي في توافق الفرد الشخصي والاجتماعي، وحجر الزاوية في الشخصية الإنسانية (الشكعة، ١٩٩٩).

كما حدد علماء النفس مفهوم الذات واستخدموه على أنه مصطلح سيكولوجي يعبر به عن مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد، والتي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية، ويشمل ذلك معتقداته وقيمه وقناعاته، كما يشمل خبراته السابقة وطموحاته المستقبلية (بني حمد، ٢٠٠٦).

وتؤكد نظرية روجرز على أن مفهوم الذات متعلم، فالفرد الذي تتاح له فرصة التفاعل مع البيئة يكون مفهوم ذات لديه مختلفاً عن الذي يكونه فرد آخر عاش في كبت. كما ترى هذه النظرية أن مفهوم الذات يتكون لدى الفرد مع نموه ووعيه وإدراكه بوجوده الشخصي، وما يقوم به نتيجة لتفاعله مع البيئة، ومن الأحكام التقويمية للآخرين، وبناء القيم المرتبطة بالخبرات التي تشكل جزءاً من بناء الذات أحياناً يحصل عليها بصورة مباشرة، وأحياناً يتبناها؛ ولكنها تدرك بطريقة مشوهة وليس كما لو كانت مباشرة. كذلك فإن أي خبرة تحدث للفرد تتحول إلى صورة رمزية تدرك على أنها علاقة ببناء الذات، وهذا يعني أن الإدراك الانتقائي يتحدد بمحك أساسي؛ وهو مدى انسجام الخبرة مع فكرة الفرد عن ذاته (دويدار، ١٩٩٩).

### التعريف الإجرائي لمفهوم الذات:

الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمة على مقياس مفهوم الذات المستخدم في هذه الدراسة.

### مفهوم الاحتراق النفسي:

تعرفه ماسلاش (1997) Maslach بأنه: "تلك الأعراض النفسية المتمثلة في الإنهاك الانفعالي "النفسي" وتطوير اتجاهات سلبية نحو العمل، بالإضافة إلى فقدان الاهتمام بالأشخاص الموجودين في محيط العمل؛ حيث يحس الفرد بالإرهاق والاستنزاف العاطفيين اللذين يجعلان هذا الفرد يفقد الإحساس بالإنجاز، ويولدان عنده الاتجاهات السلبية نحو الأفراد، ويفقد بذلك تعاطفه نحوهم. كما وصفت الاحتراق النفسي بأنه خبرة انفعالية فردية سلبية تقود إلى عملية مزمنة تتم تجربتها كاستنزاف الجهد على المستوى البدني والانفعالي والمعرفي". ويعرفه عسكر وجامع والأنصاري (١٩٨٩) بأنه: "التغيرات السلبية في اتجاهات وسلوك الفرد كرد فعل لضغوط العمل، ومن أهم مظاهره: فقدان الاهتمام بالعمل، وأداؤه بأسلوب روتيني، ومقاومة التغيير، وانخفاض الدافعية، وفقدان الابتكارية". أما أوامبور (Awambor, 1996) فقد عرّف الاحتراق النفسي بـ "عدم القدرة على التكيف مع الضغوط الناجمة عن متطلبات العمل والحياة الشخصية".

لذا فإن الاحتراق النفسي يسبب الأذى للمعلم، ويؤدي إلى كثير من المشكلات النفسية؛ مثل: الانطواء، واليأس، والقلق، والخوف، وعدم الدافعية، وضعف الإنتاج، واللامبالاة التي تنتج غالباً عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلمون أثناء عملهم؛ مما ينعكس سلباً على شخصية المعلم، وصحته، وأقرانه، والطلبة، وعلى المؤسسة التي يعمل بها، ويؤدي إلى ما يسمى تربوياً ونفسياً بظاهرة "الانطفاء" أو "الإجهاد النفسي" التي تتمثل في انطفاء شعلة حماس المعلم واحتقاره لمهنته، وبث هذا الشعور في نفوس الطلبة والزملاء في العمل، وقد يسبب له أمراضاً جسدية، واضطرابات نفسية مختلفة (العمرية، ٢٠٠٥).

وتنظر النظرية السلوكية إلى السلوك على أنه نتاج الظروف المادية والبيئية، ويرى السلوكيون أن الاحتراق النفسي هو حالة داخلية شأنه شأن القلق والغضب، وهو نتيجة لعوامل بيئية إذا ما ضببت أمكن من خلالها التحكم بمستوى الاحتراق النفسي، وتقتصر استخدام أساليب تعديل السلوك؛ لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية لدى العاملين في مختلف المجالات المهنية (الرشدان، ١٩٩٥).

### التعريف الإجرائي للاحتراق النفسي:

الدرجة الكلية والدرجات الفرعية التي تحصل عليها المعلمة على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي بأبعاده

الثلاثة من حيث الشدة والتكرار المستخدم في هذه الدراسة.

### الدراسات السابقة:

- دراسة مراد (١٩٨٩) هدفت إلى التعرف على مفهوم الذات والخبرة التدريسية لدى معلمي المرحلة الأولى الملتحقين وغير الملتحقين بالتأهيل التربوي. توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمات الملتحقات بالتأهيل التربوي وغير الملتحقات في مفهوم الذات الواقعية، ومقياس التباعد، وتقبل الآخرين. كما دلت النتائج على وجود فروق في الذات المثالية. أما النتائج المتعلقة بعامل الخبرة فقد أظهرت تفوق المعلمات ذوات الخبرة الكبيرة في أبعاد مفهوم الذات، وفيما يخص الفروق بين الجنسي، فقد أظهرت النتائج تفوق المعلمات على المعلمين في مفهوم الذات، وأشارت إلى أن المعلمات أكثر تفهماً للذات الواقعية والعادية في المجتمع من المعلمين.
- دراسة Qin & Liu (2005) هدفت إلى استقصاء العلاقة بين الاحتراق النفسي الناجم عن العمل ومفهوم الذات لدى المعلمين بالصين. توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سلبي بين مفهوم الذات والشعور بالإجهاد الانفعالي، كما ظهر ارتباط سلبي بين الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز ومفهوم الذات لدى المعلمين. كما أظهر تحليل الانحدار المتعدد المتدرج أن الأبعاد الأربعة لمفهوم الذات كانت مرتبطة بالاحتراق النفسي الناجم عن العمل.
- دراسة Mabry (2006) هدفت إلى دراسة العوامل التي تؤدي دوراً مهماً في الاحتراق النفسي لدى المعلمين. وتوصلت الدراسة إلى أن العلاقة بين خلفية المعلم والاحتراق النفسي أن المعلمين الذين شعروا بأن رواتبهم متدنية كان لديهم أعلى مستوى من الاحتراق النفسي، ولم يكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لكل من متغير الجنس، ونوع المدرسة، والعرق، وعمر المعلم، ومستوى المدرسة، وسنوات الخبرة، وحجم الغرفة.
- دراسة Rad & Nasir (2010) هدفت إلى تقصي العلاقة بين الاحتراق النفسي ومفهوم الذات الوظيفية بين المعلمين، وكذلك التعرف على الفروق بين المعلمين في الاحتراق النفسي ومفهوم الذات الوظيفية تبعاً لمتغير الجنس. توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات لصالح المعلمين، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في مفهوم الذات الوظيفي بين المعلمين والمعلمات لصالح المعلمات. كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات الوظيفي والاحتراق النفسي.
- دراسة المشاط (٢٠١١) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة الثانوية.

- دراسة Mikaeili, Afrooz & Gholiezhadeh (2013) هدفت إلى تفصي العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق الدراسي والأداء الدراسي لدى الطالبات بإيران. وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات الدراسي والاحتراق الدراسي وأداء الطالب، كما أنه يمكن التنبؤ بالأداء الدراسي من خلال مفهوم الذات.
- دراسة ياسين وعلي (٢٠١٤) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة بجمهورية مصر العربية. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين فاعلية الذات والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد العينة على مقياس الاحتراق النفسي. ووجود فروق في الفئات العمرية في اتجاه الفئة من (٣٠ - ٤٥ سنة)، (أكبر من ٤٥ سنة)، وفي سنوات الخبرة في اتجاه الخبرة من (٥-١٥ سنة)، (وأكثر من ١٥ سنة).
- دراسة عبد الحق وفتح (٢٠١٥) هدفت إلى معرفة وجود علاقة ارتباطية بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لمدينة تقرت الكبرى بالجزائر. توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين مفهوم الذات (إيجابي- سلبي) ومستوى الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة، بالإضافة إلى وجود مستوى متدنٍ من الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي لمدينة تقرت الكبرى.
- دراسة Shen , McCaughtry, Martin, GarnKulik & Fahlman (2015) هدفت إلى التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى المعلمين بالصين. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات الدراسي والاحتراق الدراسي وأداء الطالب، كما أن مفهوم الذات للمعلم قد أثر على أبعاد الاحتراق النفسي (الإجهاد الانفعالي - تبدل الشعور - نقص الشعور بالإنجاز) من خلال فعالية المعلم.
- دراسة العوض والسيد (٢٠١٩) هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس بكليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية. توصلت الدراسة إلى أن الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية يتسم بالارتفاع، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني لدى عضوات هيئة التدريس، ووجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي وسنوات الخبرة لدى عضوات هيئة التدريس، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً لجنسية عضوات هيئة التدريس.

- دراسة دبابي وبن ساسي (٢٠٢٠) هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال التدريس بالجزائر، وعمّا إذا كانت هناك فروق تعود إلى المستوى الذي يدرس فيه المعلم، أو الجنس أو الخبرة المهنية. توصلت الدراسة إلى وجود احتراق نفسي منخفض لدى غالبية أفراد العينة في جميع أبعاد المقياس. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين أفراد مجتمع الدراسة تعزى إلى متغيرات المستوى التعليمي، والجنس، والخبرة المهنية.

### التعليق على الدراسات السابقة:

ما يلاحظ من الدراسات السابقة أن اهتمامها متقارب، حيث أنها تهدف إلى تقصي العلاقات بين مفهوم الذات، وتقصي العلاقات بين الاحتراق النفسي ومتغيرات أخرى، والكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين تبعاً لمتغيرات (الجنس - العمر - متغير سنوات الخبرة والعمل بالتدريس - المستوى التعليمي - متغير عدد الدورات التدريبية)، لذلك كانت النتائج متقاربة بين الدراسات. وتأتي الدراسة الحالية لفحص العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي، بالإضافة إلى دراسة أثر بعض المتغيرات الديموغرافية - مثل: الحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخدمة - على مستويات الاحتراق النفسي.

### منهجية الدراسة وإجراءاتها:

**منهج الدراسة:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، الذي يوفر أوصافاً دقيقة للظاهرة محل الدراسة عن طريق جمع البيانات ووصف الممارسات.

**عينة الدراسة:** تم اختيار عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية بالمدارس الحكومية والخاصة مع مراعاة تمثيلها للخصائص الديموغرافية وهي (المؤهل العلمي بكالوريوس، دراسات عليا)، والحالة الاجتماعية (متزوجة، عزباء)، نوع المدرسة (حكومية، خاصة)، سنوات الخبرة (أقل من ٥ سنوات، من ٥ إلى ١٠ سنوات، أكثر من ١٠ سنوات) وقد بلغت عينة الدراسة (٤٠٨) معلمة والجدول الآتي يوضح ذلك.

جدول (١) توزيع عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية ونوع المدرسة وسنوات الخبرة

المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية	التكرار	%	
المؤهل العلمي	بكالوريوس	390	95.59
	دراسات عليا	18	4.41
المجموع	٤٠٨		
الحالة الاجتماعية	متزوجة	169	41.42

58.58	239	عزباء	
	٤٠٨	المجموع	
86.03	351	حكومية	نوع المدرسة
13.97	57	خاصة	
	٤٠٨	المجموع	
59.56	243	أقل من ٥ سنوات	سنوات الخبرة
20.59	84	من ٥ إلى ١٠ سنوات	
19.85	81	أكثر من ١٠ سنوات	
	٤٠٨	المجموع	

**أدوات الدراسة:** استخدمت الباحثة أداتين رئيسيتين وهما :

١. مقياس مفهوم الذات من إعداد الحراملة (٢٠٠٧).
٢. مقياس الاحتراق النفسي من إعداد العوض والسيد ٢٠١٩.

١- مقياس مفهوم الذات :

- هدفه: التعرف على أبعاد مفهوم الذات

- أبعاده :

- البعد الأول: الذات .

- البعد الثاني: الذات الاجتماعية .

- البعد الثالث: الذات الشخصية .

- البعد الرابع: الذات الأسرية .

- البعد الخامس: الذات الجسمية .

الخصائص السيكومترية لمقياس مفهوم الذات

أ. صدق المقياس:

- الصدق الظاهري للمقياس: للتحقق من صدق المقياس قام الحراملة (٢٠٠٧) بحساب صدق المقياس في البيئة السعودية بعد عرض المقياس في صورته الأولية بعد اكتماله على عشرة محكمين من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي والتربية الخاصة واللغة العربية في المملكة العربية السعودية والمملكة الأردنية الهاشمية، بالإضافة إلى استطلاع آراء عدد من المعلمين من ذوي الخبرة حول

ملاءمة فقرات الأداة، فأدلوها بملاحظاتهم حول صياغة العبارات الواردة، وقد اعتمدت نسبة اتفاق بين المحكمين (٨٠٪)، وأجريت العديد من التعديلات؛ من إعادة صياغة، أو حذف، أو إضافة بعض الفقرات لتكون أكثر دقة وتمثيلاً للمعنى الممكن إيصاله للمعلمين المفحوصين بناءً على ملاحظات المحكمين.

ب. ثبات المقياس:

- معامل ثبات ألفا كرونباخ (Cronbach's alpha): تم التحقق من ثبات الأداة عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ، كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢): قيم معاملات الثبات بطريقة "ألفا كرونباخ" لكل مفردة، ومعامل الثبات لمقياس مفهوم الذات

معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م
.824	٦٤	.823	٤٣	.825	٢٢	.823	١
.822	٦٥	.825	٤٤	.824	٢٣	.826	٢
.823	٦٦	.824	٤٥	.823	٢٤	.821	٣
.824	٦٧	.823	٤٦	.820	٢٥	.823	٤
.825	٦٨	.825	٤٧	.823	٢٦	.824	٥
.826	٦٩	.822	٤٨	.821	٢٧	.826	٦
.824	٧٠	.825	٤٩	.820	٢٨	.821	٧
.824	٧١	.826	٥٠	.821	٢٩	.825	٨
.825	٧٢	.824	٥١	.825	٣٠	.820	٩
.825	٧٣	.822	٥٢	.824	٣١	.823	١٠
.820	٧٤	.823	٥٣	.826	٣٢	.821	١١
.822	٧٥	.824	٥٤	.825	٣٣	.822	١٢
.825	٧٦	.825	٥٥	.824	٣٤	.826	١٣
.826	٧٧	.812	٥٦	.825	٣٥	.823	١٤
.825	٧٨	.827	٥٧	.825	٣٦	.824	١٥

معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م
.824	٧٩	.826	٥٨	.822	٣٧	.825	١٦
.825	٨٠	.825	٥٩	.823	٣٨	.825	١٧
.826	٨١	.824	٦٠	.825	٣٩	.826	١٨
.824	٨٢	.823	٦١	.826	٤٠	.824	١٩
.826	٨٣	.822	٦٢	.825	٤١	.823	٢٠
.824	٨٤	.825	٦٣	.826	٤٢	.824	٢١
0.827				معامل ثبات المقياس ككل			

يتضح من الجدول (٢) أن مفردات مقياس مفهوم الذات يقل معامل ثباتها عن قيمة معامل ثبات المقياس ككل؛ وهي (٠.٨٢٧)، وهي قيمة عالية ومقبولة وتشير إلى الوثوق في صلاحية المقياس للاستخدام.

- معامل ثبات إعادة التطبيق: تم التحقق من ثبات الأداة عن طريق حساب معامل ثبات إعادة التطبيق، وقد بلغت قيم الثبات في بعد الذات الأخلاقية (٠.٨٤٧)، ولبعد الذات الاجتماعية (٠.٨٤٠)، ولبعد الذات الشخصية (٠.٨٤٤)، ولبعد الذات الأسرية (٠.٨٤٢)، ولبعد الذات الجسمية (٠.٨٣٦)، وللمقياس ككل (٠.٨٧٠)، وهي قيم عالية ومقبولة وتشير إلى الوثوق في صلاحية المقياس للاستخدام.

#### ٢- مقياس الاحتراق النفسي

- هدفه: قياس الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة بالمنطقة الشرقية

- أبعاده:

- البعد الأول: الإجهاد الانفعالي .

- البعد الثاني: تبدل الشعور .

- البعد الثالث: نقص الشعور بالإنجاز .

- الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي:

أ. صدق المقياس:

- صدق الاتساق الداخلي تم التحقق من صدق المقياس بحساب صدق المقياس في البيئة السعودية والصدق

لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي باستخدام الجذر التربيعي لمعامل الاتساق الداخلي، وجاءت قيم معاملات



الصدق كما يلي: (٠.٩٢ - ٠.٨٨ - ٠.٨٣ - ٠.٨٨) بالنسبة للأبعاد الفرعية: (الإجهاد الانفعالي - تبدل الشعور - نقص الشعور بالإنجاز - الدرجة الكلية) على الترتيب.  
ب. ثبات المقياس:

- معامل ثبات ألفا كرونباخ: تم حساب ثبات مقياس الاحتراق النفسي باستخدام طريقة ألفا كرونباخ، ويوضح الجدول (٣) قيم معاملات الثبات بطريقة "ألفا كرونباخ" لكل مفردة، ومعامل الثبات لمقياس الاحتراق النفسي ككل.

جدول (٣): قيم معاملات الثبات بطريقة "ألفا كرونباخ" لكل مفردة، ومعامل الثبات لمقياس الاحتراق النفسي ككل

معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م	معامل ثبات المقياس في حالة حذف المفردة	م
0.815	١٩	0.817	١٣	0.817	٧	0.816	١
0.816	٢٠	0.817	١٤	0.815	٨	0.817	٢
0.817	٢١	0.816	١٥	0.817	٩	0.814	٣
0.814	٢٢	0.817	١٦	0.815	١٠	0.815	٤
		0.815	١٧	0.814	١١	0.817	٥
		0.816	١٨	0.813	١٢	0.815	٦
0.818				معامل ثبات المقياس ككل			

يتضح من الجدول (٣) أن مفردات مقياس الاحتراق النفسي يقل معامل ثباتها عن قيمة معامل ثبات المقياس ككل؛ وهي (٠.٨١٨).

- معامل ثبات إعادة التطبيق: تم التحقق من ثبات الأداة عن طريق حساب معامل ثبات إعادة التطبيق، وقد بلغت قيم الثبات في بعد الإجهاد الانفعالي (٠.٨٣٥)، ولبعد تبدل الشعور (٠.٨٢٩)، ولبعد نقص الشعور بالإنجاز (٠.٨٣١)، وللمقياس ككل (٠.٨٦٤)، وهي قيم عالية ومقبولة وتشير إلى الوثوق في صلاحية المقياس للاستخدام.

### خامساً - الأساليب الإحصائية:

الأساليب الإحصائية: استخدمت الباحثة في معالجة بيانات الدراسة الأساليب الإحصائية المناسبة، حيث تم حساب:

١- التكرارات، والنسب المئوية، والمتوسط الوزني.

٢- معامل ثبات ألفا كرونباخ، ومعامل ثبات إعادة التطبيق.

٣- معامل ارتباط بيرسون.

٤- تحليل التباين الأحادي في اتجاهين (TWO – Way ANOVA).

٥- أسلوب تحليل الانحدار المتعدد (Multiple Regression).

عرض وتفسير نتائج الدراسة:

أولاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ونصه "هل توجد علاقة بين مفهوم الذات والاحترق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية؟ للإجابة عن السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

جدول (٤) المصفوفة الارتباطية بين مفهوم الذات والاحترق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية

الاحترق النفسي				المتغيرات	مفهوم الذات
المجموع الكلي	نقص الشعور بالإنجاز	تبدل الشعور	الإجهاد الانفعالي		
.237**	-.054	.246**	.239**	الذات الأخلاقية	
.265**	.123*	.177**	.196**	الذات الاجتماعية	
.301**	.073	.255**	.239**	الذات الشخصية	
.086	.226**	-.018	-.023	الذات الأسرية	
.062	.132**	.049	-.032	الذات الجسمية	
.296**	.155**	.219**	.194**	المجموع الكلي	

يتضح من النتائج الموضحة في الجدول (٤) وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين بُعد الذات الأخلاقية وكل من بُعد الإجهاد الانفعالي وبُعد تبدل الشعور والمجموع الكلي للاحترق النفسي، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستويي دلالة (٠.٠٥، ٠.٠١) بين بُعد الذات الاجتماعية

وجميع أبعاد الاحتراق النفسي ومجموعها الكلي، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين بُعد الذات الشخصية وكل من بُعد الإجهاد الانفعالي وبُعد تبدل الشعور والمجموع الكلي للاحتراق النفسي، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين بُعد الذات الأسرية وبُعد نقص الشعور بالإنجاز، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين بُعد الذات الجسمية وبُعد نقص الشعور بالإنجاز، ووجود علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) بين بُعد المجموع الكلي لمفهوم الذات وجميع أبعاد الاحتراق النفسي ومجموعها الكلي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من ( Qin & Liu, 2005 ؛ المشاط، ٢٠١١ ؛ Mikaeili, Afrooz ؛ 2013 Gholiezhadeh & ياسين وعلي، ٢٠١٤ ؛ McCaughtry, Martin, GarnKulik & Shen Fahlman, 2013)، وهي تختلف عن دراسة Rad & Nasir (2010) التي أسفرت نتائجها عن وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات الوظيفي والاحتراق النفسي. ودراسة عبد الحق، فاتح (٢٠١٥) التي أسفرت نتائجها عن أن هناك علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين مفهوم الذات (إيجابي-سلبي) ومستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن مفهوم الذات هو أحد المؤشرات على وجود ظاهرة الاحتراق النفسي؛ حيث إن وعى المعلم بذاته وفهمها له يؤدي إلى توافقه النفسي، وتكيفه الاجتماعي، كذلك تكيف المعلم مع بيئته المدرسية؛ مما يؤدي إلى تأثيره في الآخرين، وصحته النفسية. كما أن شعوره بمقدرته على البذل والعطاء والإنجاز، وتكوين المعلم بصورة عن ذاته كفرد يقوم بعلاقات اجتماعية وقيادية إيجابية في المواقف الاجتماعية، وإدراكه للقيم والمثل والأخلاقيات في ذاته، وقدرته على التصرف في المواقف المختلفة، وشعوره بكفاءته؛ كل ذلك يؤدي إلى شعور المعلم بقدرته على تحقيق أهدافه، وزيادة دافعيته وحماسيته نحو التدريس، وكذلك السعي إلى البحث عن الطرق والأساليب الحديثة في تدريسه؛ مما يترتب عليه النظر إلى التدريس على أنه متعة وتؤدي إلى الترقية الوظيفية، فيشعر بالرضا الوظيفي، وينخفض لديه الشعور بالاحتراق النفسي.

ثانياً- النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ونصه " هل توجد فروق دالة إحصائياً في مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة ؟ للإجابة عن السؤال تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد.

جدول (٥) نتائج تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد لدلالة الفروق في مفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة

مستوى الدلالة	قيمة (ف)	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر الخلاف
غير دالة	.327	102.381	1	102.381	المؤهل العلمي
غير دالة	.466	146.178	1	146.178	الحالة الاجتماعية
غير دالة	.202	63.317	1	63.317	نوع المدرسة
غير دالة	.902	282.775	2	565.551	سنوات الخبرة
		313.571	402	126055.607	الخطأ
			408	126933.034	الكلية

يتبين من الجدول (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (٠.٠٥) في مفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة.

جدول (٦): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	فئات المتغير	المتغير
16.47	231.84	390	بكالوريوس	المؤهل العلمي
35.30	229.67	18	دراسات عليا	
14.37	232.12	169	متزوجة	الحالة الاجتماعية
19.66	231.48	239	عزباء	
17.76	231.82	351	حكومية	نوع المدرسة
17.12	231.32	57	خاصة	

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	فئات المتغير	المتغير
17.86	231.93	243	أقل من ٥ سنوات	سنوات الخبرة
15.89	233.00	84	من ٥ إلى ١٠ سنوات	
18.76	229.90	81	أكثر من ١٠ سنوات	

وهذه النتيجة تختلف عن دراسة مراد (١٩٨٩) التي أوضحت تفوق المعلمات ذوات الخبرة الكبيرة في أبعاد مفهوم الذات. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن المعلمات جميعهن يشعرن بقيمة ذواتهن وكفاءتهن وصلاحيتهن كأفراد، كما أنهن جميعًا بطبيعتهن التي خلقهن الله - عز وجل - بها أكثر قدرة على تحمل المسؤولية واتخاذ القرارات؛ سواء كانت متزوجة أو غير متزوجة، وأكثر ثقةً في أنفسهن وفي قدراتهن. كما أن الأنثى بطبيعتها أكثر قدرةً على تحمل الظروف وتقبل ذاتها، وهو بدوره يؤدي إلى تقبلها لظروف عملها، ومشاركتها في النشاطات المتنوعة في الحياة. كما أن المعلمات يكتسبن مفهوم ذواتهن من خلال التنشئة الاجتماعية ومن أسرهن، ويكتسبن القيم والعادات من الآباء والأمهات. أما في محيط المدرسة والعمل فتهتم المعلمة بالتدريس كمًّا وكيفًا، ولا يؤثر وقت عملها في المدرسة على مفهومها لذاتها، فالمعلمات جميعهن -بغض النظر عن المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة- يتولد داخلهن شعور بالثقة بالنفس، والمحافظة على توازنهن الداخلي والمرونة في سلوكهن وتصرفاتهن.

ثالثًا - النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: ونصه "هل توجد فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة؟ للإجابة عن السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد.

جدول (٧): نتائج تحليل التباين الأحادي في اتجاه واحد لدلالة الفروق في الاحتراق النفسي لدى معلمات

المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة،

وسنوات الخبرة

مصدر الخلاف	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
المؤهل العلمي	127.777	1	127.777	1.247	غير دالة
الحالة الاجتماعية	581.421	1	581.421	5.676	.05

غير دالة	.076	7.812	1	7.812	نوع المدرسة
غير دالة	2.843	291.287	2	582.573	سنوات الخبرة
		102.442	402	41181.660	الخطأ
			408	42481.243	الكلية

يتضح من الجدول (٧) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (٠.٠٥) في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية (٠.٠٥) في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح فئة (عزباء).

جدول رقم (٨): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات: المؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، وسنوات الخبرة

المتغير	فئات المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المؤهل العلمي	بكالوريوس	390	73.14	10.28
	دراسات عليا	18	75.33	9.59
الحالة الاجتماعية	متزوجة	169	71.47	8.50
	عزباء	239	74.48	11.18
نوع المدرسة	حكومية	351	73.37	10.33
	خاصة	57	72.42	9.80
سنوات الخبرة	أقل من ٥ سنوات	243	74.16	11.18
	من ٥ إلى ١٠ سنوات	84	70.48	9.24
	أكثر من ١٠ سنوات	81	73.32	7.56

وتتفق هذه النتيجة مع كلاً من (Mabry, 2006؛ دبابي وبن ساسي، ٢٠٢٠). وهي تختلف عن دراسة ياسين وعلي (٢٠١٤) التي أوضحت نتائجها وجود فروق في الاحتراق النفسي في سنوات الخبرة في اتجاه

الخبرة من (٥-١٥) سنة، و(أكثر من ١٥ سنة). ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية يتمتعن بخبرات كافية للتعامل مع المشكلات التي تواجههن داخل المدرسة. كما أن الاحتراق النفسي لا يظهر فجأة؛ بل يحتاج إلى عدد من السنوات التي تستغرقها المعلمة في التدريس كي يظهر لديها وتعاني المعلمة من هذه الظاهرة. كذلك فإن جميع المعلمات في المدارس يعانين من المشكلات والضغوط الأسرية؛ أي أن نوع المدرسة لا يؤثر على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات، كذلك تعزو الباحثة وجود فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح فئة عزاباء إلى أن حياة المعلمات الشخصية تؤثر على عملهن داخل المدرسة، وعليه توجد آثار سلبية لغير المتزوجات على مهنتهن، فالمعلمات المتزوجات يفصلن حياتهن الشخصية عن عملهن، بعكس المعلمات غير المتزوجات اللاتي دائماً ما يفكرن بمسألة الزواج على مدار يوم عملهن؛ مما ما يؤدي إلى شعورهن بالاحتراق النفسي.

رابعاً- النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: ونصه "هل يمكن التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية؟ للإجابة عن السؤال تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (٩): ملخص تحليل الانحدار المتعدد

معامل التفسير R <sup>2</sup>	الدالة	قيمة "ف"	الدالة	قيمة "ت"	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري	معامل الانحدار	البُعد
11.8%	0.01	10.776	.01	5.567	----	6.607	36.785	الثابت
			.05	2.198	.117	.104	.228	الذات الأخلاقية
			غير دالة	1.811	.106	.117	.212	الذات الاجتماعية
			.01	3.612	.209	.098	.352	الذات الشخصية
			غير دالة	.383	.020	.090	.034	الذات الأسرية
			غير دالة	.696	.036-	.116	.081-	الذات الجسمية

يتضح من الجدول (٩) أن نسبة التباين R<sup>2</sup> في المتغير التابع والتي يُفسرها تباين المتغيرات المستقلة؛ وهذا يعني أن أبعاد مفهوم الذات كمتغيرات مستقلة مجتمعة معاً تُفسر (١١.٨%) من التباين في المتغير التابع

(الاحترق النفسي) لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية، في حين أن النسبة المتبقية من التباين ترجع إلى متغيرات أخرى (البواقي) ولم تؤخذ في الاعتبار في معادلة الانحدار. كما يلاحظ من الجدول (١٥) أن قيمة "ت" للمقدار الثابت لمعامل الانحدار دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠١). كما أن قيم "ت" لمعامل انحدار بُعدي مفهوم الذات الأخلاقية ومفهوم الذات الشخصية دالة إحصائياً عند مستويي دلالة (٠.٠٠٥)، (٠.٠٠١)، في حين أن معاملات انحدار باقي أبعاد مفهوم الذات (وهي: الذات الاجتماعية- الذات الأسرية- الذات الجسمية) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٠٥)؛ مما يدل على أهمية بُعدي مفهوم الذات الأخلاقية ومفهوم الذات الشخصية فقط في التنبؤ بالاحترق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية عن غيرهما من باقي الأبعاد.

وهكذا يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بالاحترق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية من خلال مفهوم الذات كالتالي:

$$\text{الاحترق النفسي} = 36.785 + 0.228 (\text{الذات الأخلاقية}) + 0.212 (\text{الذات الاجتماعية}) + 0.352 (\text{الذات الشخصية}) + 0.034 (\text{الذات الأسرية}) - 0.081 (\text{الذات الجسمية})$$

ولتحديد أهم المتغيرات المستقلة إسهاماً في التنبؤ بالاحترق النفسي من أبعاد مفهوم الذات لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تم استخدام تحليل الانحدار المتتابع ( Stepwise Regression ).

جدول (١٠): تحليل الانحدار المتتابع لأهم المتغيرات المستقلة إسهاماً في التنبؤ بالاحترق النفسي

المتغير المستقل	المتغير التابع	ثابت الانحدار	معامل الانحدار	معامل التفسير R <sup>2</sup>
الذات الشخصية	الاحترق النفسي	46.464	.509	9.1%

يتضح من الجدول (١٠) أن إسهام بُعد الذات الشخصية في تفسير التباين في الاحترق النفسي بلغ (٩.١%)، وعليه يمكن الاعتماد في التنبؤ بالاحترق النفسي على بُعد الذات الشخصية؛ لأنه هو البعد الأكثر إسهاماً في تفسيره. ومما تقدم تستخلص الباحثة أن الأبعاد الأربعة الأخرى لمفهوم الذات (وهي: الذات الأخلاقية



- الذات الاجتماعية - الذات الأسرية- الذات الجسمية) مجتمعة معاً تفسر فقط (٢.٧%) من التباين في الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية. وبالتالي يمكن صياغة معادلة الانحدار المتعدد التي تعين على التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال بُعد الذات الشخصية لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية كالتالي:

$$\text{الاحتراق النفسي} = ٤٦.٤٦٤ + ٠.٥٠٩ (\text{الذات الشخصية})$$

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من (Mikaeili, ٢٠١١؛ المشاط، ٢٠١١؛ Qin & Liu, 2005)؛ و McCaughtry, Martin, GarnKulik & Afrooz & Gholiezhadeh, 2013؛ ياسين وعلي، ٢٠١٤؛ (Shen, Fahlman, 2015). وهي تختلف عن دراسة (Rad & Nasir (2010) التي أوضحت وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات الوظيفي والاحتراق النفسي. ودراسة عبد الحق وفاتح (٢٠١٥) التي أوضحت أن هناك علاقة ارتباطية عكسية دالة إحصائياً بين مفهوم الذات (إيجابي- سلبي) ومستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أنه نتيجة لوجود علاقة دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي ومفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية يمكن التنبؤ بأحد المتغيرين من خلال المتغير الآخر، فكلما كانت المعلمات أكثر وعياً بذواتهن وفهماً لها، وأكثر اعتزازاً بأنفسهن وثقةً بها؛ أدى ذلك إلى زيادة حيوية المعلمة ونشاطها البدني وصحتها النفسية، وكلما كانت المعلمة قادرة على اتخاذ مواقف إيجابية نحو الآخرين، ومعاملتهم معاملة إنسانية، كلما شعرت المعلمة بقدرتها على إنجاز عملها بالشكل المطلوب.

خاتمة

تركزت المشكلة المحورية لهذه الدراسة في التعرف على التعرف على العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي، بالإضافة إلى دراسة أثر بعض المتغيرات الديموغرافية -مثل: الحالة الاجتماعية، ونوع المدرسة، والمؤهل العلمي، وعدد سنوات الخدمة- على مستويات الاحتراق النفسي. وقد مكنتنا الدراسة من الإجابة عن هذا السؤال ومناقشة التساؤلات الأخرى المرتبطة بالدراسة. وقد أسفر المنهج الوصفي الارتباطي الذي استخدمته الباحثة في التوصل لمجموعة من النتائج ذات القيمة العلمية والتطبيقية. ويمكن تلخيص هذه النتائج في وجود علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً في مفهوم الذات لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي والحالة الاجتماعية ونوع المدرسة وسنوات الخبرة، وعدم وجود فروق دالة إحصائياً

في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغيرات المؤهل العلمي ونوع المدرسة وسنوات الخبرة، في حين توجد فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية لصالح فئة (أعزب)، كما يمكن التنبؤ بالاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية من خلال درجاتهن في مفهوم الذات.

### توصيات الدراسة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية يمكن إبداء التوصيات التالية:

- ١- وضع وزارة التعليم خطاً وقائية للحد من ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمات بالمملكة العربية السعودية.
- ٢- عقد ورش عمل ودورات نفسية لمعلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية عن أهمية تحسين مفهوم الذات لديهن.
- ٣- عقد ورش عمل لمعلمات المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية للتعرف على المشكلات التي تواجههن وتسبب في ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لديهن.
- ٤- العمل على التخلص من كافة المعوقات التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة المتوسطة.
- ٥- عقد ندوات لمديرات المدارس في المرحلة المتوسطة في المنطقة الشرقية لتوعيتهن بأهمية تقديم كافة التسهيلات والخدمات التي تؤدي إلى تحسين مفهوم الذات لدى المعلمات، وتقلل من شعورهن بالاحتراق النفسي.

### مراجع الدراسة:

#### أولاً: المراجع العربية

- أكتيبي، ليلي محمد. (٢٠٠٥). الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق النفسي والاحتراق النفسي والاعتراب النفسي والضعف العصبي لدى طلاب وطالبات جامعة المرقب " دراسة وصفية ارتباطية " [رسالة ماجستير غير منشورة]، جامعة المرقب.
- بني حمد، علي أحمد. (٢٠٠٦). أثر التدريس بالحاسوب في التحصيل والدافعية للتعلم بالحاسوب ومفهوم الذات الأكاديمي لدى طلبة الصف الثالث الأساسي في الأردن [رسالة دكتوراه غير منشورة]، جامعة اليرموك، الأردن.
- جبريل، موسى. (١٩٩٥). تقديرات الأطفال لمصادر الضغط النفسي لديهم وعلاقتها بتقديرات آبائهم وأمهاتهم. مجلة دراسات العلوم الإنسانية بالمملكة الأردنية الهاشمية، ٢٢ (٣)، ١٤٦٧-١٤٧٠.

- الحراملة، أحمد عبدالرحمن علي. (٢٠٠٧). علاقة مفهوم الذات وبعض المتغيرات الديموغرافية بالاحترق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة الرياض [رسالة ماجستير غير منشورة]، الجامعة الأردنية.
- دبابي، بوبكر وبن ساسي، عقيل. (٢٠٢٠). مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل معلمي المرحلة الابتدائية وأساتذة التعليم المتوسط وأساتذة التعليم الثانوي: دراسة ميدانية بمدينة ورقلة. *المجلة الدولية للبحوث النوعية المتخصصة*، (٣٣)، ٢٧-١١.
- دويدار، عبد الفتاح محمد. (١٩٩٩). *سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات (ط٢)*. دار المعرفة الجامعية.
- الرشدان، مالك أحمد. (١٩٩٥). *الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات [رسالة ماجستير غير منشورة]*، جامعة اليرموك، الأردن.
- الرشيدي، نشميه عمهوج حمدان. (٢٠٢٠). تنمية عادات العقل المنتجة مدخل لخفض الإحترق النفسي لدى معلمات التربية الخاصة. *مجلة البحث العلمي في التربية*، ١٢ (٢١)، ٢٧٠ - ٣١٢.
- الشكعة، علي. (١٩٩٩). *الاتجاهات العامة لمفهوم الذات لدى طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في الضفة الغربية. مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي بفلسطين*، (١٤)، ٢٦٨-٢٣٥.
- الظاهر، قحطان أحمد. (٢٠٠٤). *مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق (ط٣)*. دار وائل للنشر والتوزيع.
- عبد الحق، عبيد وفتح، زياد. (٢٠١٥). *مفهوم الذات وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في طور الثانوي دراسة مسحية لمدينة تقرت الكبرى [رسالة ماجستير غير منشورة]*، جامعة قاصدي مرباح بورقلة.
- عسكر، علي و جامع، حسن والأنصاري، محمد. (١٩٨٩). *مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي. المجلة التربوية، الكويت*، ٣٠ (١٠)، ٤٣-٩.
- العمرية، صلاح الدين. (٢٠٠٥). *مفهوم الذات. مكتبة المجتمع العربي*.
- العوض، منى عبداللطيف و السيد، سحر عبدالرحيم. (٢٠١٩). *الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية: دراسة مقارنة بين جنسيات مختلفة. مجلة العلوم التربوية والنفسية*، ٣ (١٧)، ١٧١-١٩١.
- الغول، أروى نور الدين. (٢٠١٩). *فاعلية برنامج تدريبي لخفض درجة الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الإعدادية. مجلة البحث العلمي في التربية*، ١٤ (٢٠)، ٣٣١ - ٣٥٤.

- الفتلاوي، سهيلة محسن. (٢٠٠٣). *كفايات التدريس*. دار الشروق.
- القتطاني، علاء سمير. (٢٠١١). *الحاجات النفسية ومفهوم الذات وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة في ضوء نظرية محددات الذات* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الأزهر بغزة.
- مراد، صلاح أحمد. (١٩٨٩). مفهوم الذات والخبرة التدريسية لدى معلمي المرحلة الأولى الملتحقين وغير الملتحقين بالتأهيل التربوي. *مجلة كلية التربية بالمنصورة*، ٢ (١٠)، ٦٩-١٠٦.
- ياسين، حمدي محمد وعلي، إيناس سيد. (٢٠١٤). *فاعلية الذات والاحترق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة*. *مجلة كلية التربية جامعة بنها*، ٢٥ (٩٧)، ٣١٣-٣٥١.

### ثانياً: المراجع الأجنبية

- Abdulhaq, E., & Faleh, Z. (2015). *Mafhūm al-dhāt wa-‘alāqatuhu bālāhtrāq al-nafsī ladā asātidhat al-tarbiyah al-badanīyah wa-al-riyāḍīyah fī al-ṭawr al-thānawī dirāsah mashīyah li-madīnat tqr al-Kubrā (Self-concept and its relationship to burnout among teachers of physical education and sports in the secondary stage, a survey study of Touggourt)* [Unpublished master’s thesis], Kasdi Merbah University Ouargla.
- Alawad, M., & Elsayed, S. (2019). *Alāhtrāq al-nafsī wa-‘alāqatuhu bi-ba‘ḍ al-mutaghayyirāt al-dīmūghrāfiyah ladā ‘ayyīnah min ‘ḍwāt hay’at al-tadrīs fī kulliyāt al-tarbiyah lil-banāt bi-janūb al-Mamlakah al-‘Arabīyah al-Sa‘ūdīyah: Dirāsah muqāranah bayna jnsyāt mukhtalifah (Psychological burn-out among teachers working at faculties of education and colleges in the Southern region Saudi Arabia and its relationship to some demographic variables)*. *Journal of Educational and Psychological Sciences*, 3(17), 171-191.
- Alghoul, A. (2019). *Fā‘liat Barnāmaj tdrīby li-khafḍ darajat alāhtrāq al-nafsī ladā mu‘allimāt al-marḥalah al-‘dādīh (Training program effectiveness in decreasing psychological burnout symptoms of preparatory stage female teachers)*. *Journal of Scientific Research in Education*, 14(20), 331-394.
- Alomaria, S. (2005). *Mafhūm al-dhāt (Self-concept)*. Mujama Arabi Publications.
- Alshakaa, A. (1999). *Al-Ittijāhāt al-‘ammah li-mafhūm al-dhāt ladā ṭalabat marḥalatay al-ta‘līm al-thānawī wa-al-Jāmi‘ī fī al-Ḍiffah al-Gharbīyah (General attitudes of self-concept among secondary and university students in the West Bank)*. *Psychological and Educational Measurement and Evaluation*, (14), 235-268.
- Alzaher, Q. (2004). *Mafhūm al-dhāt bayna al-nazarīyah wa-al-taṭbīq (Self-concept: Theory and practice)* (3<sup>rd</sup> ed.). Dar Wael.

- Aktebi, L. (2005). *Al-Ḍughūt al-nafsīyah wa-‘alāqatuhā bālqlq al-nafsī wālāhtrāq al-nafsī wa-al-ighitirāb al-nafsī wāld’f al’sby ladá tullāb wa-ṭālibāt Jāmi‘at al-Marqab "dirāsah waṣfīyah arbtātyh"* (Stress and its relation to psychological anxiety, burnout, alienation, and weak nervous system among students at Al-Marqab University “A descriptive correlational study”) [Unpublished master’s thesis], Al-Marqab University
- Alfatlawy, S. (2003). *Kfāyāt al-tadrīs (Teaching competencies)*. Dar Alshurouq.
- Alharamla, A. (2007). *‘Alāqat mafhūm al-dhāt wa-ba‘ḍ al-mutaghayyirāt al-dīmūghrāfīyah bāl’htrāq al-nafsī ladá mu‘allimī al-marḥalah al-thānawīyah fī madīnat al-Riyād (The relationship of self-concept and some demographic variables to psychological burnout among secondary school teachers in Riyadh)* [Unpublished master’s thesis], University of Jordan.
- Alqantani, A. (2011). *Al-Hājāt al-nafsīyah wa-mafhūm al-dhāt wa-‘alāqatuhumā bmstwá al-ṭumūh ladá ṭalabat Jāmi‘at al-Azhar bi-Ghazzah fī daw’ nazarīyat muḥaddidāt al-dhāt (Psychological needs and self-concept and their relationship to the aspiration at Al Azhar university Gaza student, according to self determination theory)* [Unpublished master’s thesis], Al-Azhar University.
- Alrashdan, M. (1995). *Alāhtrāq al-nafsī ladá a‘dā’ hay’at al-tadrīs fī al-jāmi‘āt al-Urdunīyah al-ḥukūmīyah wa-‘alāqatuhu bi-ba‘ḍ al-mutaghayyirāt (Burnout among faculty members in Jordanian public universities and its relation to some variables)* [Unpublished master’s thesis], Yarmouk University.
- Alrashidi, N. (2020). Tanmiyat ‘adāt al-‘aql al-muntijah madkhal li-khafḍ al-iḥtirāq al-nafsī ladá mu‘allimāt al-tarbiyah al-khāṣṣah (Development of productive mind habits as an orientation to reduce occupational burnout for teachers of special-needs education). *Journal of Scientific Research in Education*, 12(21), 270-312.
- Askar, Al., Jami, H., & Alansari, M. (1989). Madá ta‘arraḍa mu‘allimī al-marḥalah al-thānawīyah bi-Dawlat al-Kuwayt li-zāhirat alāhtrāq al-nafsī (Secondary school teachers’ exposure to burnout in Kuwait). *Educational Journal*, 30(10), 9-43.
- Awambor, D. A. (1996). Self-Concept and Nigerian Teacher Trainees, Attitude to Ward Teaching. *European Journal of Teacher Education*, 9(1), 7-11.
- Bani Hamad, A. (2006). *Athar al-tadrīs bālḥāswb fī al-taḥṣīl wāldāf’yh ll’tlm bālḥāswb wa-mafhūm al-dhāt al-akādīmī ladá ṭalabat al-ṣaff al-thālith al-asāsī fī al-Urdun (Impact of computer teaching on achievement, motivation for computer learning, and academic self-concept among third grade students in Jordan)* [Unpublished doctoral dissertation], Yarmouk University.

- Dababy, B., & Bin Sasy, O. (2020). Muqāranah mustawá alāḥtrāq al-nafsī ‘inda kull mu‘allimī al-marḥalah al-ibtidā’iyah wa-asātidhat al-ta‘līm al-mutawassit wa-asātidhat al-ta‘līm al-thānawī: Dirāsah maydānīyah bi-madīnat Warqalah (Comparing the level of psychological burnout among all primary school teachers, middle school teachers, and secondary school teachers: A field study in Ouargla). *International Journal of Specialized Specific Research*, (33), 11-27.
- Dweedar, A. (1999). Saykūlūjīyat al-‘alāqah bayna mafhūm al-dhāt wa-al-ittijāhāt (Psychology of the relationship between self-concept and attitudes) (3<sup>rd</sup> ed.). Dar Almarefa Aljamia.
- Gebrel, M. (1995). Taqdīrāt al-aḥfāl li-maṣādir al-ḍagḥ al-nafsī ldyhm wa-‘alāqatuhā btqdyrāt ābā’hm w’mhāthm (Children’s estimates of their psychological stress resources and their relation to parents’ estimates). *Dirasat: Human Research Journal*, 22 (3), 1467-1470.
- Liu, X., & Qin, H. (2005). Teacher Job-Burnout and Self-Concept of Primary and Junior School Teachers. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 13(2), 150-152.
- Mabry, R. D. (2006). *Teacher Burnout Factors: A Study of Teachers in the Maury County, Tennessee, School System, ETD in Tennessee State University* [Doctoral dissertation] .
- Maslash, C.H., & Pine, A. Y. (1977). The Burnout Syndrome in the Day Care Setting. *Child Care Quarterly*, 6(2), 100-113.
- Mikaeili, N., Afrooz, G. H., & Gholiezhadeh, L. (2013). The relationship of self-concept and academic burnout with academic performance of girl students. *Journal of school psychology*, 1(4), 124-130.
- Murad, S. (1989). Mafhūm al-dhāt wa-al-khibrah al-tadrīsīyah ladá mu‘allimī al-marḥalah al-ūlá almlthqyn wa-ghayr almlthqyn bālt’hyl al-tarbawī (Self-concept and teaching experience among first-stage teachers enrolled and not enrolled in educational qualification). *Journal of the Faculty of Education-Mansoura*, 2(10), 69-106.
- Rad, A. Z., & Nasir, R. O. (2010). Burnout and Career Self Concept among Teachers in Mashhad, Iran. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 7(C), 464–469.
- Shen, B. O., McCaughtry, N. A., Martin, J. E., Garn, A. C., Kulik, N. O., & Fahlman, M. M. (2015). The Relationship between Teacher Burnout and Student Motivation. *British Journal of Educational Psychology*, 85(4), 519-532.
- Yasin, H., & Ali, E. (2014). Fā’iliyat al-dhāt wālāḥtrāq al-nafsī ladá mu‘allimī al-tarbiyah al-khāṣṣah (Self-efficacy and burnout among special education teachers). *Journal of the Faculty of Education-Benha*, 25(97), 313-351.