الاحتراق النفسي لدى معلمات الشق الأول لمرحلة التعليم الابتدائية ببلدية جنزور

أ .مريم سالم مسـعود أبودلال ـ كليه التربيـــة جنزور ـ جامعة طرابلس
رنيم شعبان الهري ـ طالبة بقسم علوم التعليم بالأكاديمية الليبية تخصص إدارة تعليمية

الملخّـــــص :

هـــــدف هذا البحث إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي ومستواه ، وكذلك معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي نتيجة لاختلاف (سنوات الخبرة ، الحالة الاجتماعية) ، لدى عينة من المعلمات في بلدية جنزور ،وقد قامت الباحثة باختيار عينة البحث والتي تتراوح (285) معلمة بطريقة عشوائية، حيث تم تطبيق مقياس الاحتراق النفسي لـ : (مسلاش) وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي ، لملائمته لطبيعة البحث ، وتم توزيع العينة على ثماني مدارس، ومن خلالها كشف البحث عن نتائج كان أهمها :1- وجود انخفاض في مستوى الإحتراق نفسي منخفض لدى عينة البحث ، وأما أبعاد الاحتراق النفسي فبعدا الإجهاد الانفعالي و بُعد بلادة المشاعر يعتبران منخفضين

2- إن ظاهرة الاحتراق النفسي لا تؤثر فقط على الفرد من ناحيته الشخصية بل تؤثر على الجانب المهني .

3- كلما كان الاحتراق النفسي منخفضا كان أداء المعلمين أفضل .

مفاتيح البحث : ـ الاحتراق النفسي ـ المعلم ـ المرحلة الابتدائية

الفصل الأول ـ خطة البحث :

مقدمة :

تتميز حيـــــاة الإنسان في هذا القرن بسرعة إيقاع الحياة، وثورة الايصالات التي جعلت العالم قرية صغيرة، وكذلك دخول التكنولوجيا في كلِ أنشطة الحياة اليومية في جميع المجالات من تعليم ورياضة وصناعة وتجارة وزراعة و طب ومواصلات; كل هذه المتغيرات الكبيرة في نمط الحياة تشكل تحديا لقدرات الإنسان ومن ثمَّ عليه استيعابها والتعامل معها، فهي إذن تشكل ضغوطًا نفسية لإنسان هذا العصر وعليهِ التكيّف معها، وفي الوقت الذي يمكنه التكيف مع بعض هذه الضغوط، والاحتراق النفسي مع متطلبات الحياة اليومية.

ويعد الاحتراق النفسي في العمل جانب هام من ضغوط الحياة، فهي ظاهرة نفسية مثلها مثل القلق والعدوان وغيرها، لا يمكن إنكارها ، بل يجب التصدي لها من قبل المختصين لمساعدة المعلمين على التكيف مع عملهم، وصولاً إلى زيادة الإنتاج وجودته ، وبالتالي تنمية المجتمع وتقدمه؛ وقد يكون الاحتراق ملازما لمهنة التدريس و التي تُعد أكثر مجالات العمل ضغوطًا، وخاصة المدارس الابتدائية من جانبها الانفعالي وبلادة المشاعر ونقص الانجاز، وذلك لما تزخر به البيئة التعليمية من مثيرات ضاغطة، يرجع بعضها إلى شخصية المعلم التي تحدد قدرته على التكيف مع المتغيرات ونوع الفئة العمرية التي يتعامل معها المعلم وإلى ما ينظم أو يقيد عمله من قرارات ولوائح وقوانين؛ وقد يرجع البعض الآخر إلى البيئة الاجتماعية الخارجية التي يعيش فيها المعلم، ومدى تقديرها لدوره ولأهمية التعليم. وإذا كان التصدي لظاهرة الاحتراق النفسي عامة مهماً، فالتصدي للاحتراق في مهنة التدريس أهم بكثير، وذلك من منطلق خطورة استمرار تلك الاحتراقات النفسية التي تؤدي في نهايتها إلى مرحلة التشاؤم واللاّمبالاة، و فقدان القدرة على الابتكار في العمل، والقيام بالواجبات بصورة آلية.

كما أن التعليم هو الأداة الأولى والأكثر فاعلية في تطور وتنمية المجتمع؛ لأن المعلم هو المؤسس الأول للشعوب, فهو الذي يشكل التلاميذ في جميع مراحل التعليم المختلفة، فإذا أحسن التشكيل أصبحت الإفادة شاملة لكل الأجيال الصغيرة حتى تكبر؛ لأنهم نواة المستقبل وإشراقة الغد، ويكونوا آباءً وأجداداً صالحين لأنفسهم ولشعوبهم.

وعليه إلقاء النظر على ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين في المدارس الابتدائية ، وللقيام بهذا البحث والذي يقوم على أسس علمية ومنهجية واضحة، لتَقَصي حقيقة الاحتراق النفسي لدى هذه الفئة، لمعرفة مصادره وتأثيره.

مشكلة البحث:

نظرا لأهمية التعليم في المراحل التعليمية الأولى وخاصة المرحلة الابتدائية والتي يعد المعلم عضوا أساسيا فيها لما يقوم به من جهد وعمل متحديا فيه تلك الضغوط التي تحاك حوله والاحتراق النفسي والذى قد يعد سببا أساسيا في تأثير على جهده لدى تنبثق مشكلة البحث من تساؤل رئيس وهو:

ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الابتدائية ببلدية جنزور؟

وتتفرع من التساؤل السابق تساؤلان فرعيان :

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الابتدائية تعزى للحالة الاجتماعية ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الابتدائية تعزى للخبرة المهنية(أقل من 10 سنوات أو أكثر أو تساوي 10سنوات) ؟

أهداف البحث:

يهدف البحث إلي:

1- الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات بالمدارس الابتدائية.

2- التعرف على الفروق الدالة إحصائيا على مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة البحث وفق متغير الخبرة.

3- التعرف على الفروق الدالة إحصائيا على مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة البحث وفق متغير الحالة الاجتماعية.

اهمية البحث :

تنبـــــع أهمية البحث من أهمية المعلم في العملية التعليمية ونجاحها، وأهمية معلمي المدارس الابتدائية بشكل خاص إذ يتوقف نجاح النظام التعليمي في تحقيق غاياته وأهدافه على أداء المعلم داخل الفصل الدراسي، وانطلاقاً من ذلك يجب أن يحظى معلمو المدارس الابتدائية باهتمام بالغ من قبل الباحثين والدارسين وجميع القائمين على العملية التعليمية.

-الآثار السلبية الناتجة عن الاحتراق النفسي وانعكاسها على عطاء المعلم وإنتاجه ونفسيته وعلاقته مع زملائه تشكل دافعاً لتسليط الضوء على مستوى هذه الضغوط، تمهيداً لاتخاذ الوسائل والإجراءات المناسبة للتخفيف منها أوحلها، ونتبع الحاجة الماسة للحفاظ على أداء المعلم في أفضل صورة من حيث قيامه بمهامه وواجباته ومسؤولياته داخل المدرسة لكي يستطيع مواكبة متغيرات العملية التربوية و مستجداتها، ويأتي هذا البحث لتلبية ذلك من خلال السعي لإعطاء الصورة الواضحة عن الاحتراق النفسي و الكشف عن للمعلمين وعلاقة الاحتراق بأدائهم الوظيفي في المدرسة، وذلك من أجل العمل على مواجهة هذه الاحتراقات والحد من تأثيرها على المعلمين، والذي قد يؤدي إلى شعور المعلم بالاستقرار والتخلص من المعاناة و الإرهاق والمشكلات التي يعاني منها، مما ينعكس إيجاباً على أداء المعلم وعطائه في العملية التعليمية.

حدود البحث:

1- الحدود الزمنيه : ربيع(2021-2022)

2ـ الحدود البشريه: اقتصر البحث علي معلمات مرحلة التعليم الابتدائي ببلدية

جنزور وكان مجتمع البحث يتكون من (2856) عينة واختير منهم عينة عشوائية وكان عددها(282).

3 ـ **الحدود المكانيه** : اقتصر البحث علي بعض مدارس التعليم الابتدائي ببلدية جنزور وهي: مدرسة عبدالكريم الخطابي , و مدرسة اليرموك, و مدرسة العريفي الشارف, و مدرسة ذات الصواري ,ومدرسة أبطال الحجارة , ومدزسة أبطال الثورة, ومدرسة شهداء عبدالجليل, ومدرسة المعرفة.

مصطلحات البحث:

الاحتراق النفسي : عرفه السمادونى نقلا عن زينب الشقير 2002 الاحتراق النفسي بأنه : حالة من الاستنزاف الانفعالي أو الاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوظ أي أنه يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين بسبب المتطلبات الانفعاليه والنفسيه الزائدة [1].

التعريف الإجرائي للبحث: يظهر مستوى الاحتراق في البحث من خلال الدرجة الكلية التي يتحصل عليها المفحوص على الاستمارة المعدة لقياس هذه السمة .

الفصـــــــل الثاني ـ الإطار النظري :

أولا ـ تعريف الاحتراق النفسي : يعرف (يوسف موسي،2007) الاحتراق النفسي بأنه : حالة من الإنهاك الجسمي والانفعالي والعقلي نتج عن إنهاك طويل المدى في مواقف مشحونة انفعاليا وضاغطة مصحوبة بتوقعات شخصية مرتفعة تتعلق بأداء الفرد [2]، يعرفه(زهير الصباغ ،1981)بأنه : الوضع الذي يشير إلى الموقف الذي يؤثر فيه التفاعل ما بين ظروف العمل وشخصية الفرد على حالته النفسية والبدنية التي قد تدفعه إلى تغير نمط سلوكه الاعتيادي [3] ، وعرفه (محمد الصريفي،2008) بأنه: استجابة الضغط المستمر المزمن إجهاد مادي أو نفسي للفرد ،وينشأ كنتيجة للضغط والعوامل المتعلقة بالعمل التي تزيد عن طاقة الفرد وقدراته على التحمل[4] .

تعرف الباحثة الاحتراق النفسي بأنه : حالة من الشعور بالإجهاد البدني والذهني والعصبي والانفعالي نتيجة التعامل المباشر مع الأحداث التدريسية وفي مواقف التي تحتاج إلي بذل مجهود انفعالي ويظهر أثر الاحتراق على المعلم من خلال مجموعة من الأعراض كالإحساس بالإرهاق البدني و نقص في الدافعية وعدم الثقة بالنفس والتفكير في ترك المهنة كمؤشر على عدم الرضا عن مهنة التدريس عموما .

ثانيا ـ أسباب الاحتراق النفسي :

الأسباب المادية: إن السبب في الاحتراق النفسي هو الرغبة الشديدة والملحة عند الفرد لتحقيق أهداف مثالية وغير واقعية، وهذه الأهداف قد يفرضها المجتمع على الفرد، وعندما يفشل الفرد في تحقيق هذه الأهداف ، فإنه يقع تحت وطأة الضغط النفسي ومن ثم ينتقل بشكل تراكمي الى الاحتراق النفسي الذى يظهر على شكل إحساس بالعجز والقصور في تأدية العمل[5] .

الأسباب الوظيفية: وهي الأكثر وزنا في إيجابية أو سلبية الفرد المهني ,نظرا لما يمثله العمل من دور هام في حياة الفرد ,فالعمل يحقق للفرد حاجات تتراوح بين حاجات أساسية كالسكن والصحة إلى حاجات نسبية لها أهميتها في تكوين الشخصية السوية مثل :التقدير والاستقلالية والنمو واحترام الذات **(6)**.

الأسباب الذاتية : تتمثل في مدى واقعية الفرد في توقعاته وطموحاته ومدى التزامه المهني الذي يجعله أكثر عرضا للاحتراق النفسي خاصة حينما يواجه عقبات تحول دون تحقيق أهدافه بأعلى درجة من النجاح ، مثل قلة الامكانيات المتاحة له ، ومستوى الطموح لدى الفرد المهني في أحداث تغيرات اجتماعية في بيئة العمل قد تجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي بسبب العقبات التي تقف أمام تحقيق أهدافه [7].

ثالثا: تأثير الاحتراق النفسي على حياة الفرد: يصيب الاحتراق النفسي الفرد بمشاكل عضوية ونفسية تشمل الإجهاد ,والاكتئاب والمرض فيميل إلى تعاطي المهدئات متوهما أنها ستحد من وطأة التوتر النفسي لديهم وقد وجد فريوتدبيسر1977 أن هناك علاقة إيجابية بين الاحتراق النفسي وتكرار نوبات المرض والاعتلاء الحقيقي والتغيب لفترات طويلة عن العمل والاضطرابات النفسية والعضوية وأن ارتفاع مستويات الاحتراق النفسي يمثل مشكلة تؤدي بالشخص المصاب بها إلى المعاناة وفقدان الحماس فيفقد الطاقة الحيوية ويفقد الثقة بالنفس وبالتالي يعمد إلى تقييم نفسه تقييما سلبيا[8] .

رابعا ـ النظريات:

نظرية التحليل النفسي: يتفق أصحاب التحليل النفسي مع المعرفين حول تفسيرهم للسلوك بشكل عام حيث يوزعونه إلى قوى داخلية تشكل نتيجة الصراعات بين أنظمة الشخصية الإنسانية الثلاثة (الهو ,و الأنا ,و الأنا الأعلى) وتلعب الخبرات المكبوتة دورا أساسيا في تكوين الاضطرابات النفسية الشخصية التي تكونت في المرحلة الأولى من حياة الفرد أي أن السمات النفسية المضطربة تتكون من ارتباطها بذكريات مؤلمة

وصدمات مبكرة تشكل في مجملها مستقلا مصدره السلوك الإنساني المضطرب من قبل تبلد المشاعر والشعور بالإحباط والاحتراق النفسي[9] .

النظرية السلوكية : تنظر هذه النظرية للسلوك على أنه نتاج الظروف البيئية ولم تتجاهل الجانب الحسي للإنسان ودور العمليات العقلية الداخلية فيه وعليه فالاحتراق النفسي هو حالة داخلية لعوامل بيئية خارجية تنعكس على الاستعداد الداخلي للفرد وتظهر مظاهره في استجابات الفرد الخارجية وردود أفعاله الداخلية وتشير العديد من الدراسات إلى أن ضبط العوامل المحيطة بالفرد يؤمن إمكانية التحكم بالاحتراق النفسي ، وبالتالي يكون ذلك نواة لمعالجة وتعديل السلوك المعبر عن ذلك[10] .

النظريه الوجودية: حسب عمار فريحات ووائل الريفي) (أما أصحاب النظرية الوجودية والمشار إليهم فيركزون تفسيرهم للاحتراق النفسي على وجود المعنى في حياة الفرد فحينما يفقد الفرد المعنى و المغزى من حياته فإنه يعاني نوعا من الفراغ الوجودي الذي يشجعه على أن يجعله يشعر بعدم أهمية حياته ويحرمه من التقدير الذي يشجعه على مواصلة حياته فلا يحقق أهدافه مما يعرضه للاحتراق النفسي لذلك فالعلاقة بين الاحتراق النفسي وعدم الإحساس بالمعنى علاقة تبادلية فهما وجهان لعملة واحدة [11].

الدّراسات السابقة:

1- دراســـــة : بوبكر ديابي (2012،2013): هدفت إلى محاولة الكشف عن الاحتراق النفسي عند معلمي المرحلة الابتدائية و ما مستوى الاحتراق إن وجد عند بعض المتغيرات التي تحدث فروقا بين المعلمين في دراسة الاحتراق النفسي ,وتكونت العينة من(1047)من المعلمين وتوصلت الدراسة إلى نتائج تتوقع وجود مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة ورقلة , كما نلاحظ أن عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة تعود إلى الخبرة المهنية[12].

2- دراســـــة : عادل عبدالله محمد (1995): بعنوان (الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين) هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر مدة الخبرة على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين ،وتكونت العينة من 184ما بين معلم ومعلمة ،وتوصلت الدراسة إلى أن المعلمين الأكثر خبرة أقل احتراقاً وعند الاقل خبرة أكثر احتراقاً[13].

3- دراســـــة : زيدان السرطاوي (1997) بعنوان (الاحتراق النفسي ومصادره لدى العاملين بالتربية الخاصة), هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة بمدينة الرياض حيث شملت العينة على (120)معلماً طبق عليهم قائمة ماسلاش للاحتراق النفسي وأظهرت نتائج الدراسة تعرض معلمي

التربية الخاصة لظاهرة الاحتراق النفسي ويوجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتغيرات الدراسة وهي التخصص والعمر والخبرة وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لجميع المتغيرات سوى متغير الخبرة في التدريس على تكرار[14].

4- دراســــــــــة : القريوني وعبدالفتاح (1998) : بعنوان (الاحتراق النفسي لدى عينة لمعلمي الطلاب العادين ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة) , تهدف هذه الدراسة للكشف عن درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العادين ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة بدول الإمارات (244) ما بين معلم ومعلمة ومنهم (149)من ذوي الاحتياجات الخاصة(95)من معلمي الطلاب العادين واستخدما مقياس مطور عن قياس شرئل (1996)للاحتراق النفسي وأشارت نتائج التحليل إلى وجود زيادة في درجات الاحتراق النفسي [15].

5- دراســــــــــة : بلاتسيد و اجاليوتيس(2008) نقلا عن عمار فريحات ووائل الربضي ،(2010) بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة وقد هدفت لدراسة لمعرفة مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة حيث تكونت العينة من (127) ما بين معلم ومعلمة باليونان وتوصلت الدراسة إلى وجود مستويات منخفضة للاحتراق النفسي [16] .

الفصــــــــــل الثــالث ـ إجراءات البحث :

منهج البحث أولا: يعرف المنهج الوصفي بأنه: المنهج الذي يحدد الارتباط بين متغيرين أو أكثر، وبيان درجة هذا الارتباط ويرتكز على الوصف الكمي للظواهر المختلفة[17].

مجتمع البحث : تراوح عدد معلمي المرحلة الابتدائية لبلدية جنزور (2856) ما بين معلم ومعلمة ، حسب إحصائية مكتب جنزور .

ثالثا ـ عينة البحث : كانت حجم عينة البحث (282) ما بين معلم ومعلمة من مدارس مختلفة والذين يقومون بتدريس الشق الأول وثم اختيارهم بالطريقة العشوائية

رابعا ـ وصف أداة البحث : استخدم في هذا البحث مقياس مسيلاش لقياس الاحتراق النفسي وتأكدت الباحثة من صدق وثبات هذا المقياس بطريقتين :

أولاً ـ صدق أداة البحث (الاستبانة)

يقصد بصدق الاستبانة أن تقيس أسئلة الاستبانة ما وضعت لقياسه وقامت الباحثة بالتأكد من صدق الاستبانة بطريقتين :

1. صدق المحكمين :.ثم عرض المقياس على عدد من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس وذلك لاستخدام آرائهم حول مدى وضوح الفقرات ومناسبتها لمجتمع البحث وتبين وضوح الفقرات ومناسبتها لعينة البحث .

2. صدق وثبات أداة البحث:

لغرض قياس صدق وثبات أداة البحث فقد تم توزيع عدد 30 نسخة منها ، و باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Package For Social Sciences وذلك عن طريق المقارنة الطرفية و (ألفا – كرونباخ) Cronbach Alpha .

أ- صدق أداة البحث

المقارنة الطرفية : وهو حساب قيمة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسط قيم الربيع الأدنى (50% من القيم الدنيا) ومتوسط قيم الربيع الأعلى (50 % من القيم العليا) لجميع مقاييس البحث ، وجاءت النتائج لكل مقياس من مقياس البحث كما يلي :

جدول رقم (1) يبين نتائج اختبار ت للمقارنة الطرفية

الاستبانه	30% من القيم الدنيا ن= 5		30% من القيم العليا ن= 5		قيمة اختيار (ت) المحسوبة	قيمة مستوى المعنوية المشاهدة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
الإجهاد الانفعالي	11.30	3.80	39.70	6.75	24.156	0.000 دال إحصائيا
بلادة المشاعر	2	1.94	17.90	2.84	45.681	0.000 دال إحصائيا
نقص الإنجاز الشخصي	22.70	4.11	40.40	3.56	25.879	0.000 دال إحصائيا
مستوى الاحتراق النفسي الكلي	46.10	9.27	87.30	10.95	23.544	0.000 دال إحصائيا

يتضح من الجدول أن قيمة (ت) المحسوبة للمقارنة بين الربيع الأدنى والربيع الأعلى لعبارات مقياس مستوى الاحتراق النفسي الكلي قيمة ت (23.544) وقيم ت للأبعاد الإجهاد الانفعالي وبلادة المشاعر و نقص الإنجاز الشخصي على التوالي (24.156 – 45.68 – 25.879)كانت أكبر من قيمة ت الجدولية التي تساوي (1.645) ، وأن قيمة مستوى المعنوية المقابلة لها أقل من (0.05) مستوى المعنوية المعتمد في الدراسة وعليه يمكن القول إنه توجد دالة إحصائيا بين الربيع الأدنى والربيع الأعلى مقاييس البحث.ثبات أداة

البحث: يقصد بثبات أداة البحث جمع البيانات دقتها وأنساقها بمعنى أن تعطيأداة جمع البيانات النتائج نفسها إذا تم استخدامها أو إعادتها مرة أخرى تحت ظروف مماثلة.**ألفا كرونباخ** : يعد ألفا كرونباخ وهو اختبار يبين مدى الاتساق الداخلي لعباراتالاستبانة وتكون قيمة معامل ألفا كرونباخ ما بين (0 , 1) ويبين مدى الارتباط بينإجابات مفردات العينة فعندما تكون قيمة معامل ألفا كرونباخ صفر فيدل ذلك على عدموجود ارتباط مطلق ما بين إجابات مفردات العينة، أما إذا كانت قيمة معامل ألفاكرونباخ واحد صحيح فهذا يدل على أن هناك ارتباط تام بين إجابات مفردات العينة، ومن المعروف أن أصغر قيمة مقبولة لمعامل كرونباخ ألفا (α) هي 0.6 وأفضلقيمة تتراوح بين (0.7 إلى 0.8) وكلما زادت قيمته عن 0.8 كان ذلك أفضل .

جدول رقم (2) نتائج اختبار كرونباخ ألفا

الاستبانة	عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ
الإجهاد الانفعالي	**9**	**0.803**
بلادة المشاعر	**5**	**0.668**
نقص الإنجاز الشخصي	**8**	**0.632**
مستوى الاحتراق النفسي الكلي	**22**	**0.742**

يتضح من الجدول السابق رقم (2) أن معامل ثبات مقياس مستوى الاحتراق النفسي الكلي هو (0.742) وهو قيمة أكبر من 0.7 أفضل قيمة للثبات وبهذا يعني وجود ترابط قوي بين العبارات وقيمة الثبات لبعُد الإجهاد الانفعالي 0.803 وهي أكبر م 0.80 أفضل قيمة للثبات وبهذا يعني وجود ترابط قوي بين العبارات وقيمة الثبات ، وبعُدين بلادة المشاعر ونقص الإنجاز الشخصي (0.668 – 0.636) أكبر من قيمة 0.6القيمة المقبولة للثباث وبالتالي فإن هناك ترابط بين قيم هذا البعُد .

أولاً ـ المعلومات الأولية:

1. **الجنس** :في الجدول رقم (3) والشكل رقم (1) تبيان لتوزيع المجيبين حسب الجنس .

الجدول رقم(3) يبين التوزيع التكرارى للمجيبين حسب الجنس

البيان	العدد	النسبة %
ذكر	**5**	**%1.8**
أنثى	**277**	**%98.2**
المجموع	**282**	**%100**

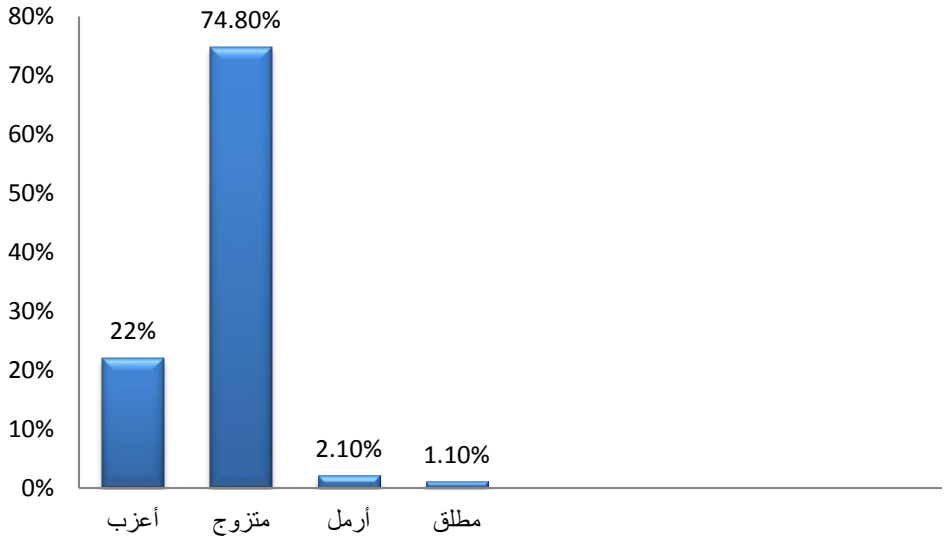
يتضح من الجدول السابق رقم (3)والشكل رقم (1) أن أعلى نسبة من المجيبين إناث بنسبة 98.2% ، أما الذكور كانت نسبتهم 1.8% ، وتعزو الباحثة هذا الفرق؛ لأن عدد المعلمين الإناث في قطاع التعليم أكثر من الذكور والمعلمات أكثر مرونة في الإجابة عن فقرات الاستبانة من المعلمين .

2. **الحالة الاجتماعية** :في الجدول رقم (4) والشكل رقم (2) تبيان توزيع المجيبين حسب الحالة الاجتماعية.

الجدول رقم (4) يبين التوزيع التكراري للمجيبين حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العدد	النسبة %
أعزب	62	%22
متزوج	211	%74.8
أرمل	6	%2.1
مطلق	3	%1.1
المجموع	282	%100

الشكل رقم (1) يوضح النسب حسب الجنس



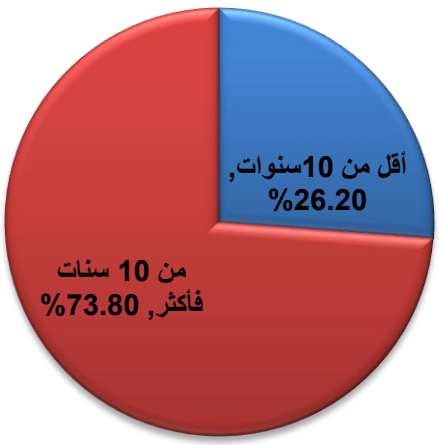
الشكل رقم (2) يوضح نسب الفئات حسب الحالة الاجتماعية

يتضح من الجدول السابق رقم (4) والشكل رقم (2) أن أعلى نسبة من المجيبين متزوجين بنسبة 74.80% ويليها العزاب بنسبة 22% ، وأقل نسبة المطلقين بلغت1.1%.

3. **سنوات الخبرة** :في الجدول رقم (4) والشكل رقم (2) تبيان لتوزيع المجيبين حسب الخبرة .

الجدول رقم(5) يبين التوزيع التكراري للمجيبين حسب الخبرة

السنوات	العدد	النسبة %
أقل من 10سنوات	74	%26.2
من 10 سنوات فأكثر	208	%73.8
المجموع	282	%100



الشكل رقم (3) يوضح النسب حسب الخبرة

يتضح من الجدول السابق رقم (5) والشكل رقم (3) أن أعلى نسبة من المجيبين سنوات خبرتهم من 10 سنوات فأكثر بنسبة 73.80% ، أما الذين خبرتهم أقل من 10 سنوات

فنسبتهم 26.20% ، وتعزو الباحثة هذا إلى أن الخبرة تلعب دورا هاما في مستوى الإجابة عن كل الفقرات التي تحدد مستوى أداء المعلم والذي يحدد في أحد متغيراته نقص الإنجاز الشخصي .

للاجابة عن تساؤلات البحث

أساليب المعالجة الإحصائية: للإجابة عن أسئلة البحث وتحليل البيانات التي تم تجميعها، فقد تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية والتي يرمز لها اختصارًا بالرمز Statistical Package for Social Sciences (SPSS) بعد تجميع استمارات الاستبيان الموزعة استخدمت الباحثة الطريقة الرقمية في ترميز البيانات الخاصة ترميز الإجابات المتعلقة بمقياس سباعي كما بالجدول(6)

الجدول رقم (6) توزيع الدرجات على الإجابات المتعلقة بعبارات المقياس

الإجابة	لا أعاني مطلقا	مرات قليلة بالسنة	مرة قليلة بالشهر	مرات قليلة بالشهر	مرة في كل أسبوع	مرات قليل في الأسبوع	كل يوم
الدرجة	0	1	2	3	4	5	6

من الجدول السابق يتبين لنا أن المتوسط الحسابي للفقرة يساوي 3 وأقل درجة 0 وأعلى درجة 6 وبالنسبة للمقياس الإجمالي يبين أن المتوسط الحسابي يساوي 66 وهو ناتج عن (3*22 فقرة) .

السؤال الأول :ما مستوى الاحتراق النفسي و أبعاده لدى معملي المراحل الابتدائية ؟

للإجابة عن هذا التساؤل نستخدم المتوسط الحسابي، حيث إن المتوسط الفرضي للمقياس (3 *22 = 66) وجاءت النتائج كما في الجدول التالي :

يبين الجدول رقم (7)مستوى الاحتراق النفسي

الاحتراق النفسي وأبعاده	عدد العبارات	المتوسط الفرضي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
الاجهاد الانفعالي	9	27	89.19	10.19	%36.83
بلادة المشاعر	5	15	6.62	5.83	%22.06
نقص الإنجاز الشخصي	8	24	30.93	11.08	%64.44
مستوى الاحتراق النفسي الكلي	22	66	57.45	17.48	% 43.522

يتضح من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المراحل الابتدائية (57.48) وهو أقل من المتوسط الفرضي ، والوزن النسبي 43.522% ، وهذا يشير إلى وجود احتراق نفسي منخفض لدى عينة البحث ، وأما أبعاد الاحتراق النفسي فبعدي الاجهاد الانفعالي و بُعد بلادة
المشاعر يعتبر منخفض ومتوسطهم الحسابي على التوالي (19.89 – 6.62) أقل من المتوسط الفرضي ، وبُعد نقص الإنجاز الشخص يعتبر مرتفعا ومتوسطه الحسابي أعلى من المتوسط الفرضي . ويختلف هذا البحث مع دراسة بلاتسيد و اجاليوتيس(2008) ويتفق مع دراسة بوبكر ديابي (2012،2013) و دراسة زيدان السرطاوي (1997) تفسر الباحثة سبب انخفاض مستوى الاحتراق لدى المعلمين بالرفع من الكفاءة المالية والمعنوية لهم ، وتقليل من المعاناة الناتجة عن ضغوط العمل والتي تولد الاحتراق النفسي بعد مرور مرحلة الإجهاد الانفعالي ، وعدم زيادة المسؤولية والاستقلالية لمهنة المعلم ، والعمل على اجتماعات دورية لمناقشة سير العملية التعليمية وتطويرها .

السؤال الثاني : هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجات مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الحالة الاجتماعية ؟

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات أفراد مجتمع البحث طبقًا إلى اختلاف متغير الحالة الاجتماعية في درجات مستوى الاحتراق النفسي لتوضيح الدلالة استخدم "تحليل التباين الأحادي " (One Way ANOVA) وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

الجدول رقم (8) يبين أبعاد لمقياس الاحتراق النفسي

المقياس وأبعاده	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة P-Value	مستوى الدلالة
الإجهاد الانفعالي	بين المجموعات	151.317	3	50.439	0.483	483.0	غير دال عند 0.05
	داخل المجموعات	29050.701	278	104.499			
	المجموع	29202.018	281				
بلادة المشاعر	بين المجموعات	450.156	3	150.052	4.582	0.004	دال عند 0.05
	داخل المجموعات	9104.000	278	32.748			
	المجموع	9554.156	281				
	بين المجموعات	783.439	3	261.146	2.153	0.094	

المقياس وأبعاده	مصدر التباين	مجموع مربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة P-Value	مستوى الدلالة
نقص الإنجاز الشخصي	داخل المجموعات	33724.281	278	121.310			غير دال عند 0.05
	المجموع	34507.720	281				
مستوى الاحتراق النفسي الكلي	بين المجموعات	1293.598	3	431.199	4161.	2380.	غير دال عند 0.05
	داخل المجموعات	84638.303	278	304.454			
	المجموع	85931.901	281				

يتضح من الجدول رقم (8) أن قيمة (ف) المحسوبة للمقياس الكلي 1.416 هي أقل من قيمة (ف) الجدولية بدرجتي حرية (3) (278) عند مستوى معنوية (0.05) (اف الجدولية = 2.61)، وبما أن مستوى الدلالة المعنوية لمقياس البحث هو أكبر من (0.05) مستوى المعنوية المعتمد في البحث ، و كذلك البُعدين الإجهاد الانفعالي – نقص الإنجاز الشخصي قيمة اف على التوالي (0.483 – 2.153) أقل من الجدولية ومستوى الدلالة لكليهما أكبر من مستوى المعنوية المعتمد مما يشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجات مقياس الاحتراق النفسي وبُعدي الإجهاد الانفعالي ونقص الإنجاز الشخصي لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الحالة الاجتماعية .

ويتضح أيضاً من الجدول رقم (8) أن قيمة (ف) المحسوبة لبُعد بلادة المشاعر 4.582 هي أكبر من قيمة (ف) الجدولية بدرجتي حرية (3) (278) عند مستوى معنوية (0.05) (اف الجدولية = 2.61)، وبما أن مستوى الدلالة المعنوية للمقياس الدراسة هو أقل من (0.05) مستوى المعنوية المعتمد في الدراسة مما يشير إلى **وجود فروق دالة إحصائيا في بُعد بلادة المشاعر لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الحالة الاجتماعية .**

عدم اتفاق نتائج هذا البحث مع أي دراسة من الدراسات السابقة ، وتفسر الباحثة سبب انخفاض مستوى الاحتراق النفسي من الناحية الاجتماعية لدى المعلمين بالاتصال الاجتماعي والتفاعل مع الأفراد ، وتوفير مناخ اجتماعي إيجابي من قبل الإدارة بين المعلمين ، وتوفير برامج الارشاد النفسي لتحقيق النمو النفسي السليم والتغلب على المشكلات النفسية والاجتماعية ، استخدام النظام الديمقراطي من قبل الإدارة والتعاون فيما بينهم لإنجاز أهداف مشتركة .

السؤال الثالث : هل توجد فروق دالة إحصائيا في درجات مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الخبرة ؟

للتعرف على ما إذا كانت هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات إجابات أفراد مجتمع الدراسة طبقًا إلى اختلاف متغير الخبرة تم استخدم اختبار ت Independent " Sample T-test لتوضيح دلالة الفروق في الفروقات **في درجات مقياس الاحتراق النفسي** وأبعاده وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

يبين جدول رقم(9) إجابات أفراد مجتمع البحث طبقاً إلى اختلاف متغير الخبرة

المقياس	سنوات الخبرة	العدد	المتوسط	الانحراف	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	الدلالة
الإجهاد الانفعالي	أقل من 10 سنوات	74	21.8	9.98	280	1.929	0.055	غير دال عند 0.05
	من 10 سنوات فأكثر	208	19.2	10.19				
بلادة المشاعر	أقل من 10 سنوات	74	7.9	6.18	280	2.121	0.035	دال عند 0.05
	من 10 سنوات فأكثر	208	6.2	5.65				
نقص الإنجاز الشخصي	أقل من 10 سنوات	74	29.3	11.55	280	1.481	0.140	غير دال عند 0.05
	من 10 سنوات فأكثر	208	31.5	10.87				
مستوى الاحتراق النفسي الكلي	أقل من 10 سنوات	74	59	17.90	280	0.885	0.377	غير دال عند 0.05
	من 10 سنوات فأكثر	208	56.9	17.34				

يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه أن قيمة ت المحسوبة للمقياس الكلي0.885 أقل من الجدولية 1.671 ومستوى المعنوية أو الدلالة أكبر من 0.05 المعتمد في البحث ، و كذلك بُعد الإجهاد الانفعالي قيمة ت (1.929) أكبر من الجدولية ومستوى الدلالة أكبر من مستوى المعنوية المعتمد ،وبُعد نقص الإنجاز الشخص قيمة ت (1.481) أقل من الجدولية ومستوى الدلالة أكبر من مستوى المعنوية المعتمد مما **يشير إلى عدم**

وجود فروق دالة إحصائيا في درجات مقياس الاحتراق النفسي وبُعدي الإجهاد الانفعالي ونقص الإنجاز الشخصي لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الخبرة .

ويتضح أيضاً من الجدول رقم (9) أن قيمة (ت) المحسوبة لبُعد بلادة المشاعر 2.121هي أكبر من الجدولية 1.671 ومستوى المعنوية أو الدلالة أقل من 0.05 المعتمد في البحث مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا في بُعد بلادة المشاعر لعينة البحث وفقا لاختلاف متغير الخبرة .

وعدم اتفاق نتائج البحث مع دراسة أبي بكر ديابي (2012،2013) و دراسة زيدان السرطاوي (1997) وتختلف نتائج هذا البحث مع دراسة عادل عبد الله محمد (1995)وتفسر الباحثة نتيجة وجود معلمات أصحاب الخبرة لأكثر من 10 سنوات مع المعلمات الأقل خبرة والاستفادة من تجاربهم وإرشادهم والتخفيف عنهم جعل من الاحتراق النفسي لا يبدو واضحا عند الطرفين وكذلك مساعدة معلمات ذوى الخبرة لمعلمات الأقل خبرة لرفع من مستوى التعليم .

ثانيا ـ توصيات البحث :

توصي الباحثتان بالتالي :

1. التخفيف من حدة الاحتراق لدى المعلمين كالتقليل من عدد الحصص الدراسية وعدد الطلاب في الفصول الدراسية .
2. تسليط الأضواء على المشاكل الفعلية التي يعاني منها المعلم بمختلف أنواعها (صحية ، اقتصادية ، اجتماعية ، تربوية) والعمل على حلها دون دخول المعلم في دوامة الاحتراق النفسي .
3. مساعدة المعلمين ذوي الخبرة للمعلمين أقل الخبرة لرفع الكفاءة ويتم ذلك بإقامة دورات تدريبية تتضمن كيفيه تخطي كل الصعاب في عمليه التعليم ..

ثالثا ـ مقترحات البحث :

1ـ إجراء دراسة مشابهة للدراسة الحالية تشمل متغير العبئ الدراسي المقترح من قبل الوزارة

2ـ القيام بدورات توعوية وورش وزيادة مراكز الإرشاد والدعم النفسي و الاجتماعي لمواجهة الاحتراق النفسي .

الهوامـــــــــــش :

1- زينب محمود ،شقير،(2002) ، الشخصية السوية والمضطربة ، نظريات الشخصية ، مكتبة النهضة المصرية ، الطبعه02 زينب محمود ،شقير،(2002) ، الشخصية السوية والمضطربة ، نظريات الشخصية ، مكتبة النهضة المصرية ، الطبعه02،ص 181.

2- يوسف جمعه سيد (2007)إدارة الضغوط ، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ، كلية الهندسة ، جامعة أم القري ، الرياض ،ص 54.

3- زهير الصباغ ,(1981) النظرة السلوكيه للسلوك المستهدف فلسطين ، غزة ،ص 29

4- محمد الصريفى ،(2008م) ، الضغط والقلق الإداري ، مؤسسة حورس الدولية ، الإسكندرية ، مصر،ص 49.

5- بسمه عبد البصير ، زعيتر جدة ،(2007م)، الاحتراق النفسي للمدرب والأعب ، أكاديمية العلوم الإنسانية ، قسم علم النفس ،منشورات الجامعة القدس ، ص 3.

6- نوال الزهرانى ،(2008)، الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع ذوى الاحتياجات الخاصة ، جامعة أم القري ، ص 16-31.

7- علي عسكر ، (1986م) ، جامع، حسن والأنصاري ، محمد، مدي تعرض معلمي المرحلة الثانوية في دولة الكويت لزيادة الاحتراق ، كلية التربية ، جامعة الكويت ،ص16.

8- زيد محمد البثال (2000)، الاحتراق النفسي لدى معلمين ومعلمات التربية الخاصة ، سلسله إصدارات اكاديمية التربية الخاصه ، الرياض ، ص 80 .

9- يوسف حرب محمد عودة (1998)، ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي مدارس الثانوية حكومية ، رساله ماجستير في الإدارة والتربية ، جامعة النجاح الوطنية فلسطين ، ص 27 .

10- يوسف حرب محمد عودة (1998)، ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي مدارس الثانوية حكومية ، رساله ماجستير في الإدارة والتربية ، جامعة النجاح الوطنية فلسطين ، ص 26 .

11- عمار فريحات ووائل الربضي ،(2010)، الاحتراق النفسي لدي معلمات الرياض الاحتفال في محافظة عجلون ، مجلة النجاح للبحاث ، مجلة 24،جامعة البلقاء التطبيقية الأردن، ص 77.

12- أبوبكر ديابى ، إسماعيل بن ساسي 2012 مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل من معلمي المرحلة الابتدائية و أسادتة التعليم المتوسط و اسادتة التعليم الثانوى ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الوادى وغرارداية ، الجزائر .

13- زيدان السرطاوى 1997) ، الاحتراق النفسي ومصادره للدى معلمين التربية الخاصه ، دراسه ميدانية ، جامعة عين شمس

14- إبراهيم القريوتى ، فيصل عبدالفتاح (1998)، الاحتراق النفسي عينة من معلمى الطلاب العاديين ومعلمى الطلاب ذوى الاحتياجات الخاصه بدولة الامارات العربية المتحدة ، كلية التربية .

15- عمار فريحات ووائل الربضي ،(2010)، الاحتراق النفسي لدي معلمات الرياض الاحتفال في محافظة عجلون ، مجلة النجاح للبحاث ، مجلة 24،جامعة البلقاء التطبيقية الأردن.

16- رجاء أبو العلام، (1998)، مناهج البحث والعلوم النفسية والتربوية، دار النشر للجامعات، ص85.