

## 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

Mona Abdullatif Al- Awad

Sahar Abdulrahim Awad Al- Sayed

Faculty of Arts and Sciences in Dulm || Prince Sattam bin Abdulaziz University in Al- Kharj || KSA

**Abstract:** This research goal to Identify the 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. The researcher used descriptive total sample. The sample consisted of (238)teachers selected by using stratified random sampling method. The research tools comprised primary information form and the psychological Burn- Out scale designed by Kristina Maslash and Susan Jackson (1979). The researcher used statistical package for Social Sciences (spss).The search has reached the following conclusions:

- 1- the Burnout among teachers working in colleges of education and setting parameters ،South Saudi Arabia to rise.
- 2- There is a direct correlation function between burnout and the lifetime of teachers workers education parameters setting parameters in southern Saudi Arabia.
- 3- There is a direct correlation function between burnout and years of experience of working parameters of the colleges of education and setting parameters in southern Saudi Arabia.
- 4- no statistical function relationship between burnout and qualification for teachers employed in colleges of education and setting parameters in southern Saudi Arabia.
- 5- There are no statistical differences in Burnout depending on the social situation of working parameters of the colleges of education and setting parameters employed in colleges of education and setting parameters in southern Saudi Arabia.
- 6- There are no statistically significant differences in Burnout depending on the nationality of the working parameters of the colleges of education and setting parameters in southern Saudi Arabia.

**Keywords:** Psychological Burn- out ،Colleges of Education ،Saudi Arabia ،Female Lecturers.

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 -

منى عبد اللطيف العوض

سحر عبد الرحيم عوض السيد

كلية الآداب والعلوم بالدمم || جامعة الأمير سطاتم بن عبد العزيز بالخرج || المملكة العربية السعودية

الملخص: هدف هذا البحث إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس بكليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد تمثلت أدوات البحث في استمارة المعلومات الأولية ومقياس الاحتراق النفسي من تصميم كرستينا ما سلاش وسوزان جاكسون (1979). بلغ حجم العينة 238 عضوه هيئة تدريس تم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقية، واستخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) للتأكد من صحة الفروض. وتوصل البحث إلى النتائج التالية:

- 1- يتسم الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية بالارتفاع بنسبة 95%.
  - 2- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني لدى عضوات هيئة التدريس عند مستوى دلالة (0.01).
  - 3- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي وسنوات الخبرة لدى عضوات هيئة التدريس عند مستوى دلالة (0.01).
  - 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً لجنسية عضوات هيئة التدريس عند مستوى دلالة (0.01).
- وخلص البحث إلى توصيات ذات أهمية بالغة يمكن الاستفادة منها في التقليل من مستويات الاحتراق النفسي لدى الفئة المعنية.
- الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، كليات التربية، المملكة العربية السعودية، المحاضرات.

## المقدمة

انطلقت دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي في بداية السبعينات من القرن العشرين من خلال جهود هيربرت فردنبرج المحلل النفسي الأمريكي الذي يعد أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي إلى حيز الاستخدام الأكاديمي وذلك عام (1974) وناقش تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته وعلاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك، ولقد مثلت أعمال كرستينا ماسلاش أستاذ علم النفس بجامعة بيركلي الأمريكية الريادة في دراسة وتطوير مفاهيم الاحتراق النفسي. ثم أصبحت دراسة هذه الظاهرة فيما بعد أكثر شيوعاً في الثمانينات من القرن الماضي، حيث ركزت معظم الدراسات والبحوث الاجتماعية على وصف الحالة النفسية للمهني الذي يعمل في قطاعات الخدمات الاجتماعية الإنسانية حيث يقضي معظم وقته مع عملائه، ويكون على اتصال مباشر ومستمر معهم بهدف تقديم المساعدة لهم وقضاء حاجاتهم بغض النظر عن الإجهاد الذي يتعرض له في سبيل تحقيق هذه الرغبة. (القيوتي والخطيب، 2006)

أوضح (الوابلي، 1999) في إطار نتائج البحوث والدراسات التي تم إنجازها في مجال الاحتراق النفسي في المهنة المختلفة أنها تؤكد بأن أكثر المهنيين عرضة لخطر الاحتراق النفسي وخاصة أولئك الذين يشغلون وظائف ذات صلة بالجمهور مثل الطب، والتمريض والتدريس، والمحاماة، والشرطة، وغيرها من المهنة، حيث لا يجدون دعماً من رؤسائهم أو تماسكاً في جماعاتهم مع تعرضهم لقدر كبير من ضغط العمل،

ولقد اعتنى الإسلام بتعليم المرأة ودوره في تحقيق النهضة وأصبح ذلك التعليم عوناً لها في فهم دورها في الحياة، وكفل لها حرية العمل في كافة المجالات التي تناسب فطرتها وقوتها بما يضمن كرامتها وسلامتها، ومن الأعمال التي نجحت فيها المرأة العربية نجاحاً كبيراً العمل بمهنة التدريس الجامعي. ولم يقتصر ذلك على وطنها فحسب بل خارجه أيضاً، كما يعتبر عمل المرأة خارج بلادها من التجارب الحديثة نسبياً خاصة أن عمل المرأة وتحملها للمشاق خارج وطنها يتطلب جهداً وصبراً ربما لا يتوفر لها.

وأبان (عسكر، 1998) أن مهنة التدريس تعتبر مرتكز أحد المحاور الفعالة في المؤسسات التربوية، ويشكل المعلم أساس هذا المرتكز، وهناك معوقات تحول دون قيامه بدوره كاملاً، فعلى الرغم من تفانيه في عمله ورغبته في تحقيق أهدافه بأعلى درجة من النجاح فإنه يتعرض لظاهرة الاحتراق النفسي أكثر من غيره وخاصة إذا ما واجهته مشكلات خارجة عن إرادته مثل زيادة الأعباء الوظيفية، والإحباطات المصاحبة لها وقلة الخدمات المساندة، وكذلك الأعباء الإدارية التي ليست من اختصاصه، وعدم توفر الوقت الكافي لإنجاز العمل، وفقدان العلاقات الإنسانية في

بيئة المؤسسة التعليمية. كل هذه الأسباب تؤدي إلى أن يعامل المعلم طالبه بطريقة آلية دون اكتراث بالإضافة إلى حالات من التشاؤم واللامبالاة وقلة الرفاهية ومقاومة التغيير، وفقدان القدرة على الإنجاز في مجال التدريس، والتغيب غير المبرر عن العمل، وغير ذلك من الظواهر السلبية.

#### مشكلة البحث:

من خلال السرد السابق في المقدمة يمكن تلخيص مشكلة البحث في الأسئلة التالية

- 1- هل تعاني عضوات هيئة التدريس العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية من الاحتراق النفسي؟
- 2- هل توجد علاقة إحصائية دالة بين الاحتراق النفسي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عضوات هيئة التدريس بكليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية؟

#### فروض البحث:

تتلخص فروض البحث في الآتي:

- 1- يتسم الاحتراق النفسي لدى المعلمات العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية بالارتفاع.
- 2- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني، لدى عضوات هيئة التدريس العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً للمتغيرات الديمغرافية التالية: (الحالة الاجتماعية والجنسية) لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

#### أهداف البحث:

- 1- التعرف على معدل الاحتراق النفسي لدى المعلمات العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.
- 2- معرفة هل وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني، لدى عضوات هيئة التدريس العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.
- 3- التعرف على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً للمتغيرات الديمغرافية التالية: (الحالة الاجتماعية - سنوات الخبرة - التخصص والجنسية) لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

#### أهمية البحث:

#### الاهمية النظرية

يعتبر هذا البحث من الأهمية لأنه:

- 1- يتناول موضوع من موضوعات العصر وخاصة بعد انتشار الضغوط النفسية والمهنية والاجتماعية والتي كانت نتيجة للتقدم المتسارع في العالم مما أدى إلى الاحتراق النفسي

2- وكذلك تناول فئة مهمة وهي فئة أعضاء هيئة التدريس في الجامعات السعودية وتعتبر هذه الفئة من أبرز المهنيين المرتبطة بالضغوط وذلك لأن العمل مستمر ومتواصل ويتطلب التطوير المستمر مما يجعل الشخص في صراع دائم مع الزمن من أجل تطوير نفسه ومواكبة التغيرات والنساء بطبيعة الحال أكثر عرضة للضغوط من الرجال وذلك لأنه بالإضافة للأعباء المهنية هناك أعباء أسرية تتعلق بدورها كأم وربة منزل.

#### الأهمية التطبيقية:

- 1- تناول البحث فئة المغتربات وهي من الفئات التي تحتاج بشدة للدعم لالتفات لقضاياها لذلك كانت ضرورة التعرف على ما إذا كان عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية يعانون من الاحتراق النفسي أم لا.
- 2- وقد يعمل هذا البحث في معرفة العوامل المسببة للاحتراق النفسي لدى عضوات التدريس بكلية التربية والعمل على تلفيفها أو التقليل من تأثيرها.
- 3- كما يمكن من خلال هذا البحث ابتكار أفكار جديدة يمكن القيام بها في الحقل التربوي عامة للتقليل من آثار الاحتراق النفسي.
- 4- ومن المتوقع أن تنعكس نتائج البحث على المعلمات والطالبات من خلالها تهيئة الأجواء المريحة وإزالة مسببات الاحتراق النفسي بما يجعل بيئة التعليم أكثر تشويقاً ويصبح أداء المعلمات أكثر كفاءة وفاعلية.
- 5- كما يمكن أن يستفيد من نتائج هذا البحث الباحثون في المجال بما يضيفه البحث للمكتبة العلمية من إثراء مهم.

#### حدود البحث

- البشرية: عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية
- المكانية: كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية
- الزمانية: 2018م

#### مصطلحات البحث

#### الاحتراق النفسي:

قد عرف جيرنس (1980) الاحتراق النفسي على أنه يشتمل على ازدياد الافتقار للتشجيع على العمل، والنظرة الغير ناضجة للعمل، قلة التحضير للعمل، قلة الجهد المبذول وعدم الانغماس في العمل، السلبية، اللامبالاة، كثرة الالتهاب، والغضب تجاه الأشخاص الذين يتعامل معهم الشخص بحكم طبيعة عمله وكذلك الزملاء والانشغال التام بالرفاهية الشخصية بمكان العمل .

الاحتراق النفسي: هو " إجهاد جسدي وعاطفي يؤدي إلى استجابات واتجاهات سلبية نحو الآخرين يمكن إدراكها وتمييزها " (Lachman، 1983، 5).

#### التعريف الإجرائي للاحتراق النفسي

هو الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش.

### بعض المتغيرات الديمغرافية:

المقصود بها في هذا البحث جوانب الشخصية التي تم التأكيد عليها في نموذج (Chernis، 1980) و(1986) (Schler):

متغير العمر والحالة الاجتماعية والمؤهل العلمي والجنسية.

### كليات التربية بجنوب المملكة:

هي الكليات التي تقوم بتأهيل المعلمات من الناحية العلمية والتربوية واللغوية والنفسية وتمنح درجة البكالوريوس في مختلف التخصصات، ويقوم بالتدريس فيها أساتذة أكفاء بمختلف الدرجات العلمية ينتمون إلى جنسيات مختلفة (سعودية- سودانية- مصرية- أردنية- سورية).  
والمقصود بجنوب المملكة في هذا البحث المنطقة التي تمتد من جنوب منطقة مكة المكرمة وتشمل منطقة الليث والقنفذة وجازان (محافظة صبيا وصامطة) محافظة محايل، محافظة المخاوة ومحافظة النماص .

### اعضاء هيئة التدريس:

هم الاساتذة الذين يدرسون في الجامعات ويحملون درجات علمية عليا (غالبا أعلى من درجة اللسانس أو البكالوريوس)

## 2- الإطار النظري والدراسات السابقة

### الاحتراق النفسي:

الاحتراق النفسي هو حالة من الإجهاد العاطفي والعقلي والجسدي تنجم عن الضغط المفرط والمستمر لفترات طويلة، تحدث عندما يشعر الفرد بالإرهاق ويفقد قدرته على أداء المهام المطلوبة. وهو أيضا استمرار الضغط وفقد الاهتمام والدافع إلى العمل، ضعف الانتاجية واستنزاف الطاقة، وازدياد الشعور بالعجز واليأس، فقدان القابلية العطاء،  
ويعد الاحتراق Burnout من المصطلحات النفسية التي ظهرت في السبعينات وخاصة في مجال ضغوط العمل Job Stress ثم أصبح الآن من المصطلحات الأكثر انتشاراً وشيوعاً  
كما يعد (فرويد بيرجر 1986) (Freuden Berger 1986) أول من استخدم مصطلح الاحتراق النفسي ليشير إلى الأفراد الذين يعملون في المهن الإنسانية والذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف مستحيلة. (Cedoline، 1982: 18).  
ويرى كل من (فرويد بيرجر وماسلاش) أن الاحتراق بمثابة حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه أو ذاته، فضلاً عن تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس وكذلك الافتقاد إلى المثالية والشعور بالغضب (راتب، 1997: 166).

### أسباب الاحتراق النفسي:

في العديد من الحالات تتسبب الوظيفة ذات العمل المكثف أو المهن التي تتطلب وقتاً وجهداً يفوق طاقة احتمال الشخص بالاحتراق النفسي، وكذلك شعور الشخص بأنه لا يحصل على التقدير العادل لما يقوم به من عمل، وكذلك الاشخاص الذين لم تتح لهم الفرصة لقضاء إجازة أو الحصول على ترقية بعد فترة طويلة من العمل. وكذلك الأمهات، فمثلا (ربة المنزل المسؤولة عن رعاية ثلاثة أطفال، إضافة إلى أعمال منزلها ومسؤوليتها عن والدها

الكبير في السن)، هي عرضة أيضًا للاحتراق النفسي وأسلوب الحياة أيضا قد يتسبب بالاحتراق النفسي. كالعامل المتواصل دون توفير أوقات للاسترخاء والحياة الاجتماعية، تحمّل الكثير من المسؤوليات بدون مساعدة كافية من الآخرين، عدم الحصول على قسط كافٍ من النوم. (جابر، 2007) ومن السمات الشخصية التي قد تسهم في زيادة الاحتراق النفسي الميول إلى الكمالية والنظرة التشاؤمية إلى الذات وإلى العالم كما يشعر المحترق بالرغبة في السيطرة على كل شيء ويتردد في تفويض الآخرين ويزرع إلى تحقيق الإنجاز.

إذن فالاحتراق النفسي هو عملية تدريجية تحدث على مدى فترة طويلة من الزمن، ولكنها قابلة للتطور عند الأشخاص الذين لا يولون اهتمامًا لإشارات التحذير فبالرغم من أن علامات الإرهاق تكون خفية في البداية إلا أنها تزداد سوءًا مع مرور الوقت.

### أعراض الاحتراق النفسي:

تشير (الحرثاوي 1991) إلى أن الباحثين قد صنّفوا أعراض الاحتراق النفسي في أربع فئات هي:

- 1- الأعراض الفسيولوجية (الجسمية): وتشمل ارتفاع ضغط الدم وآلام الظهر والإنهاك الشديد بحيث يفقد الشخص حماسه ونشاطه ويصاحبه شعور بالتعب وضعف عام في الجسم.
  - 2- الأعراض المعرفية الإدراكية: وتتمثل بعدم القدرة على التركيز وتغيير في نمط الإدراك وينعكس ذلك على شخصية الفرد وتصرفاته.
  - 3- الأعراض السلوكية: ومنها رداءة الأداء وعدم الرضا عن مستواه فضلاً عن التغيب وعدم الالتزام وقد يؤدي الأمر إلى ترك العمل وتوقف العطاء.
  - 4- الأعراض النفسية: وتتمثل بتغير عواطف الفرد وانفعالاته وظهور الطابع السلبي عليها مثل الإحساس بالخوف والقلق والنسيان واليأس.. (الحرثاوي، 1991: 8 - 9).
- وتتلخص الأعراض في الآتية:
- 1- فقدان الحماس للعمل.
  - 2- فقدان الاهتمام بالآخرين.
  - 3- نقص الدافعية والرغبة في البحث عن طرق جديدة للعمل في مجالات أخرى.
  - 4- الشعور بخيبة الأمل والإحباط.
  - 5- الاتجاه السلبي نحو الآخرين الناجم عن عدم إدراكه لطبيعة وسلوك من حوله.
  - 6- آلام البطن.
  - 7- آلام العضلات والعظام وبصفه خاصة آلام الظهر.
  - 8- اضطرابات نفسيه جسمانية مثل: القرحة، واضطرابات في الجهاز الهضمي في بعض الحالات.
  - 9- ظهور أعراض الضغط التقليدية يصاحبها التعرق والقلق.
  - 10- نقص الدفاعات المناعية. (Figone, 1986, 60)

### طرق الوقاية من الاحتراق النفسي:

على الرغم من عدم وجود وسيلة أكيدة لتجنب الاحتراق النفسي إلا انه يمكن اكتساب بعض الممارسات والمواقف التي تخفف من حده هذا المخاطر إذ تذكر (العبيدي، 1999) نقلاً عن (Weiskopf، 1980) والذي اقترح مجموعة من الممارسات ومنها.

- أن يحدد الرئيس أهدافاً واقعية له ولمرؤوسيه.
  - تجنب الانعزال.
  - ممارسة الأنشطة المختلفة والبرامج المسلية بغية إزالة التوتر. (العبيدي، 1999: 23)
- فضلاً عن استخدام العديد من الوسائل والطرق لأداء بعض المهارات النفسية التي تساعد على التخلص من بعض الضغوط كمهارة الاسترخاء والتصور والإيحاء والتأمل والتفكير الذاتي والحديث الصامت مع النفس.

#### ثانياً/ الدراسات السابقة:

- دراسة الحربي وآخرون (2015) هدفت هذه الدراسة للبحث في مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات الذين يعملون في مهنة التدريس لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت وانعكاسها على شخصية المعلمين وحمايتهم من الأضرار التي قد تحدث بهم، واستخدمت الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (maslach burnout inventory MBI) وخلصت نتائج الدراسة إلى ما يلي: وجود احتراق نفسي بمستوى متوسط لمعظمي لطلبة مدارس التربية الخاصة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي المختلفة. وكذلك وجدت أن مستوى الاحتراق النفسي لمعظمي الطلبة لمدارس التربية الخاصة (مدرسة النور - مدرسة الأمل - مدرسة التربية الفكرية) كلا على حده كانت كذلك بدرجة متوسطة بينما وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المدارس الثلاث (مدرسة النور - مدرسة الأمل - مدرسة التربية الفكرية) على المقياس على بعد تبدل المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز وكذلك أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير الجنس وسنوات الخبرة ومتغير التخصص بين متوسطات درجات المعلمين والمعلمات سواء كان علي المجموع العام لمقياس الاحتراق النفسي أو على أبعاده الفرعية.
- دراسة المجدلوي (2014) هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى السائقين وتكونت عينة الدراسة من (205) سائقاً في محافظات غزة، واستخدم الباحث مقياس مصادر الاحتراق النفسي من اعداده، وتوصلت نتائج الدراسة إلى ارتفاع مستوى مصادر الاحتراق النفسي وانخفاض مستوى المساندة الاجتماعية لدى السائقين. كما بينت النتائج فروق دالة في معدل الاحتراق النفسي تعزي لمتغير سنوات الخبرة لصالح الأكثر خبرة.
- دراسة (البخيت، الحسن، 2011) هدفت هذه الدراسة إلى تقصي ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي الموهوبين في السودان والتعرف على علاقتها ببعض المتغيرات. اشتملت العينة على 60 معلماً ومعلمة. تم تطبيق النسخ العربية من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس فيد مان لمصادر الضغوط المهنية. كشفت النتائج أن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الموهوبين يقع في المستوى المتدني في الأبعاد الثلاثة جميعها (الإجهاد الانفعالي تبدل المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز). وتم تحديد مصادر الضغوط النفسية التي يعاني منها معلمين الموهوبين بدرجة شديدة، وبدرجة فوق المتوسط وبدرجة متوسطة. ووجدت علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين مصادر الضغوط المهنية والإجهاد الانفعالي، وبين مصادر الضغوط المهنية وتبدل المشاعر وبين نقص الشعور بالإنجاز والخبرة التدريسية في مدارس الموهوبين وبين تبدل المشاعر والدرجة الوظيفية للمعلم. وكشفت النتائج أيضاً أن أقوى المتنبئات بالإجهاد الانفعالي من بين أبعاد مصادر الضغوط المهنية هو بعد الأسباب الشخصية والمهنية.
- دراسة (الفريجات والريضي، 2010). هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي حدائق كيندر بمحافظة عجلون. بلغ حجم العينة 120 معلمة واستخدم الباحث مقياس ماسلاش

للاحتراق النفسي وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ترجع للمتغيرات التالية: (سنوات الخبرة، المؤهل العلمي، عدد الطلاب في الصف) في حين أظهرت الدراسة أن هناك فروق تعزى إلى متغير الراتب.

#### ب- الدراسات الاجنبية:

- دراسة (بيلاتسيد واجاليوتيس، 2008): هدفت لدراسة مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة حيث بلغت العينة 127 معلما ومعلمة باليونان وتوصلت الدراسة إلى وجود مستويات منخفضة للاحتراق النفسي كما أظهرت وجود علاقة سالبة بين الاحتراق والرضا عن المهنة. (سعيد الظفري وابراهيم القروي، 2010: 178).
- دراسة (2005 Van Tassel –Baska@Stambaugh) تناولت العقبات الدراسية التي تواجه المعلمين الذين يدرسون الموهوبين في فصول التعليم العام لتحقيق التمايز، وكانت العقبات التي حددها الدراسة هي: قلة مصادر المعرفة، وقلة مهارات إدارة الفصل الدراسي، واتجاهات المعلمين ومعتقداتهم حول عملية التعلم وقلة المعرفة بتعديل المنهج. قدمت الدراسة استراتيجيات لتنظيم العملية للموهوبين .
- دراسة (Shuda Stephen ,Anthony,1999) أجرياً دراسة حول ظاهرة الاحتراق النفسي لدى طلاب وطالبات التربية العملية وكان هدف دراستهما هو تحديد العلاقة بين المتغيرات التالية (الجنس - العمر - الحالة الاجتماعية - الصف الذي يطبق فيه - نوعية المقررات المتعلقة بالتدريس والاعداد لضبط سلوك التلاميذ وبين أبعاد الاحتراق النفسي (الإجهاد الانفعالي -تبلد المشاعر -شعور النقص بالإنجاز)وقد طبقا مقياس ماسلاش على عينة مختارة عشوائيا مكونا من 106 طالبا وطالبة ف التربية العملية بجنوب كاليفورنيا، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة بين المتغيرات الديموغرافية التالية (العمر -المقررات المتعلقة بالتدريس -الاعداد لضبط سلوك التلاميذ) وبين واحد أو أكثر من أبعاد الاحتراق النفسي .
- دراسة ماتهيوز (Matthews، 1999) اجري دراسة مقارنة للاحتراق النفسي لدى العاملين في المهن التالية (الخدمات الصحية والتدريس - الخدمات الاجتماعية - الخدمات البنكية -الخدمات البريدية والصناعية)وقد ابرزت نتائج هذه الدراسة أن العاملين في الخدمات الاجتماعية والتدريس أكثر احتراقا من الناحية النفسية من زملائهم العاملين في المهن الأخرى. وقد جاء هذه النتائج بعد استخدام مقياس ماسلاش .

#### التعليق على الدراسات السابقة:

- 1- اتضح أن المعلم في مراحل التعليم المختلفة يتعرض لظاهرة الاحتراق النفسي بدرجة عالية أو متوسطة.
- 2- معظم الدراسات الأجنبية والعربية التي أجريت في مجال الاحتراق النفسي لدى المعلم استخدمت مقياس ماسلاش بهدف الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي.
- 3- أما الأسباب الكامنة وراء نشوء ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلم فهناك علاقة بين الرضا الوظيفي ومستوى الاحتراق النفسي فعندما تكون درجة الرضا عالية يكون مستوى الاحتراق النفسي منخفضاً.
- 4- تبين أن هنالك فروقاً جوهرية بين المتغيرات الديموغرافية وبين مستوى درجة الاحتراق النفسي لدى المعلم في أبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي تبلد المشاعر والشعور بنقص الإنجاز) حيث تمايزت هذه المتغيرات فيما بينها.
- 5- من الملاحظ عدم كفاية النشاط الاجرائي والاعتماد على البحوث المستعرضة ولم توجد دراسة طولية واحدة على الرغم من أهمية هذا النوع من الدراسات لتتبع العوامل والمتغيرات التي تسهم في نشوء الاحتراق والضغط النفسي في مجال التدريس.
- 6- هنالك علاقة ايجابية عالية بين ضغوط العمل والإجهاد النفسي وعدم الرضا الوظيفي وأبعاد الاحتراق النفسي للمعلمين.



### موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:

- 1- اجريت هذه الدراسة في جنوب المملكة العربية السعودية بمقارنة مستويات الاحتراق النفسي بين جنسيات مختلفة وهي (سعودية - سودانية - مصرية - سورية - أردنية) وتعتبر من اوائل الدراسات التي اجريت في هذا الموضوع حسب علم الباحثة.
- 2- تمت اضافة متغير جنسية عضوية التدريس في هذه الدراسة وهو ما يميزها عن الدراسات السابقة.
- 3- اقتصرت هذه الدراسة عينتها على المعلمات فقط دون المعلمين.

### 3- منهج البحث واجراءاته:

منهج البحث: تم استخدام المنهج الوصفي المقارن

مجتمع البحث: يتحدد مجتمع البحث بالمعلمات العاملات في كليات التربية وإعداد المعلمات بجنوب المملكة العربية السعودية، والتي يبلغ عددها (7) كليات.

الجدول رقم (1) يوضح اسماء الكليات التي تم التطبيق فيها بجنوب المملكة العربية السعودية

الرقم	اسم الكلية والمنطقة التي تقع فيها	عدد المجتمع	عدد العينة ونسبتها
1	كلية التربية بجازان (الادبية بصبيا - العلمية)	98	32 بمعدل 13%
2	كلية التربية للبنات بصامطه	108	32 بمعدل 13%
3	كلية التربية للبنات بالقنفذة	88	30 بمعدل 12%
4	كلية التربية للبنات بالليث	120	32 بمعدل 13%
5	كلية التربية للبنات بمحايل عسير	120	33 بمعدل 13%
6	كلية التربية للبنات بالمخوة	97	32 بمعدل 12%
7	كلية التربية للبنات بالتماص	95	32 بمعدل 12%

### عينة البحث:

ذكر (أبو علام، 1998) أن اختبار العينة من المجتمع يعتبر أهم مراحل البحث، إذ لا بد أن تكون هذه العينة ممثلة للمجتمع حتى يتمكن الباحث من تحقيق أهدافه، ويتوقف على سلامة اختيار العينة إمكانية تعميم النتائج على المجتمع.

اختارت الباحثة من مجتمع البحث عينة قوامها (238) معلمة من معلمات كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية تم اختيارهن بالطريقة العشوائية الطبقية حيث تم اختيار عدد 20 عضوية تدريس في كل كلية بالطريقة العشوائية البسيطة حتى تكون العينة ممثلة للمجتمع الكلي للبحث.

الجدول رقم (2) يوضح توصيف لعينة البحث تبعا لبعض المتغيرات الديموغرافية

المتغيرات	تدرج المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية
العمر	20 - 30	56	23.52%
	31 - 40	72	30.25%
	41 - 50	63	26.47%
	51 - فما فوق	47	19.74%

المتغيرات	تدرج المتغيرات	التكرار	النسبة المئوية
الخبرة	4 - 1	92	38.65%
	9 - 5	62	26.05%
	14 - 10	43	26.05%
	15- فما فوق	41	19.74%
الدرجة العلمية	بكالوريوس	40	16.80%
	ماجستير	129	54.20%
	دكتوراه	69	28.99%
	أخرى	0	0%
الحالة الاجتماعية	متزوجة	181	76.05%
	غير متزوجة	57	23.94%
	أرملة	0	0%
	مطلقة	0	0%
الجنسية	سعودية	51	21.42%
	سودانية	63	26.47%
	مصرية	101	42.43%
	سورية	8	3.36%
	أردنية	15	6.30%

#### أدوات البحث:

قامت الباحثتان باستخدام استمارة المعلومات الأساسية التي أعدتها لمعرفة البيانات الأولية للمفحوصات التي تدخل ضمن متغيرات البحث الحالي وهي: العمر، المؤهل الأكاديمي، سنوات الخبرة، الحالة الاجتماعية، وجنسية المعلمة.

#### مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (Maslash Burn out inventory):

تم تصميم هذا المقياس من قبل كريستينا ماسلاش وسوزان جاكسون (Kristina Maslash and Susan Jackso 1972) لتقييم تكرار وشدة الاحتراق النفسي المحسوس من قبل مجموعات من الناس الذين يعملون بالخدمات الإنسانية. طبق هذا المقياس من قبل عدد كبير جداً من الباحثين وهذا ما يؤكد صدقه وثباته.

وقد أشار كل من ماسلاش و جاكسون (Maslash and Jackson 1997) إلى أن هذا المقياس قد برهن على أنه عالي الصدق والثبات وقد طبق في عدد من الدراسات للعاملين في مجال الخدمات الاجتماعية والصحة النفسية

#### وصف المقياس والوزن النسبي للعبارات

يتكون هذا المقياس من (22) بنداً متصلاً بشعور الفرد نحو مهنته على ثلاثة أبعاد رئيسية:

1- الإجهاد الانفعالي (Emotional Exhaustion): ويتمثل في فقدان إحساس المعلمة للثقة بالذات والروح المعنوية، كذلك فقدانها للاهتمام والعناية بالطالبات واستنفادها لكل طاقاتها وإحساسها بأن مصادرها

- العاطفية مستنفذة، والشعور بالإجهاد الانفعالي قد يواكب إحساس بالإحباط الشديد والشد النفسي واشتمل هذا البعد على تسع فقرات جاءت على النحو الآتي (1- 2- 3- 6- 8- 13- 14- 16- 20).
- 2- تبدل الشعور (Depersonalization): يقيس البعد الثاني الشعور السلبي الذي يتسم بالميل نحو تقويم الذات تقويماً سلبياً وشعور الأفراد من خلاله بالفشل وتدنى إحساسهم بالكفاءة في العمل والإنجاز الناجح لأعمالهم أو تفاعلهم مع الآخرين، اشتمل هذا البعد على خمس فقرات جاءت على النحو الآتي (5- 10- 11- 15- 22).
- 3- نقص الشعور بالإنجاز (Lack of Personal Accomplishment): يقيس البعد الثالث من أبعاد الاحتراق النفسي نقص الشعور بالإنجاز لدى المعلمة نتيجة لميلها إلى تقويم ذاتها بطريقة سلبية وشعورها بعدم الرضا عما قامت به من إنجازات في عملها، واشتمل هذا البعد على ثمان فقرات جاءت على النحو الآتي (4- 7- 9- 12- 17- 18- 19- 21) وقد صنفت مستويات الاحتراق النفسي إلى درجات تراوحت ما بين (العالية - المعتدلة - المتدنية).

خصائص المقياس: تم اختيار مقياس ماسلاش لعدة أسباب:

- 1- من أكثر المقاييس المستخدمة في الاحتراق النفسي .
  - 2- مصمم لقياس الاحتراق النفسي في مكان العمل .
  - 3- أثبتت النتائج التحليلية لهذا المقياس أدلة تدعم صدقه وثباته .
- لمعرفة الاتساق الداخلي للمقياس تم تطبيقه على عينة استطلاعية حجمها (30) مفحوصة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث الحالي ومن ثم تم التصحيح بإدخال البيانات في الحاسب الآلي، ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل بند مع مجموعة البنود التي يشملها المقياس، فأظهرت نتيجة هذا الجراء الجدول التالي:

جدول رقم (3) يوضح معامل ارتباط بيرسون لمعرفة علاقة كل بند مع مجموعة بنود مقياس الاحتراق النفسي

الأبعاد	رقم البند	معامل ارتباط بيرسون	رقم البند	معامل ارتباط بيرسون	معامل ارتباط بيرسون
الإجهاد الانفعالي	1	0.73	6	0.33	0.52
	2	0.67	7	0.79	0.56
	3	0.55	8	0.45	0.54
تبدل المشاعر	5	0.34	11	0.71	0.57
	10	0.61	15	0.60	
نقص الشعور بالإنجاز	4	0.63	12	0.58	0.55
	7	0.66	17	0.58	0.07
	9	0.62	18	0.61	

يتضح من الجدول اعلاه أن جميع معاملات بنود كل بعد موجبة وغير صفرية وعلية يصبح المجموع الكلي لبنود المقياس (22) بند

جدول رقم (4) يوضح معاملات الثبات عن طريق حساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معامل ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (01،1) والصدق لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي باستخدام الجذر التربيعي لمعامل الاتساق الداخلي بعد تطبيقه على كليات التربية للبنات

الأبعاد	عدد العبارات	معامل الثبات	معامل الصدق
الإجهاد الانفعالي	9	0.85	0.92
تبلد المشاعر	5	0.78	0.88
نقص الشعور بالإنجاز	8	0.70	0.83
الدرجة الكلية	22	0.78	0.88

تدل النتائج على تمتع المقياس في صورته النهائية بدرجات عالية من الصدق والثبات في مجتمع البحث الحالي. وبالتالي يمكن القول أن هذا المقياس صالح للاستخدام لقياس الاحتراق النفسي وسط عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية.

#### الأساليب الإحصائية:

استخدمت الباحثة الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية وتم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- 1- ألفا كرو نباخ.
- 2- التوزيعات التكرارية والنسب المئوية.
- 3- معامل الارتباط ل (بيرسون).
- 4- معامل ارتباط الرتب (سييرمان) لمعرفة العلاقة بين حجم متغيرين.
- 5- اختبار كروسكال والزل للرتب لإيجاد الفروق في متوسط الرتب.
- 6- اختبار (ت) للفرق بين متوسطي مجموعتين مستقلتين.

#### 4- عرض نتائج البحث ومناقشتها

##### عرض نتيجة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: يتسم الاحتراق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية بالارتفاع.

ولدراسة الفرض تم اعداد جدول يضم تصنيف ماسلاش لأبعاد الاحتراق النفسي الثلاثة، كما أبرز الجدول رقم (5) مقارنة بين الدرجات التي حددها مقياس ماسلاش وبين هذه الأبعاد كما توصل إليها البحث الحالي.

الجدول رقم (5) يوضح تصنيف درجات ماسلاش لأبعاد الاحتراق النفسي والوزن النسبي للإجابات في الأبعاد

ومقارنة هذه الأبعاد كما توصل إليها البحث الحالي.

أبعاد الاحتراق النفسي	من بيانات عينة الدراسة		حدود الثقة بالنسبة لمجتمع الدراسة 95%	
	المستويات ومدى درجاتها	التكرار	النسبة	النسبة المئوية
الإجهاد الانفعالي	متدن (0- 7) درجات	8	3.4	1.85
	معتدل (18- 29) درجات	113	47.5	42.63
	عال (30 -فأكثر) درجة	117	49.2	45.65
تبلد المشاعر	متدن (0- 5) درجات	0	0	0

حدود الثقة بالنسبة لمجتمع الدراسة 95%		من بيانات عينة الدراسة		المستويات ومدى درجاتها	أبعاد الاحتراق النفسي
الحد الأعلى للنسبة المئوية	الحد الأدنى للنسبة المئوية	النسبة	التكرار		
0.8	0.1	0.4	1	معتدل (6-11) درجة	نقص الشعور بالإنجاز
100.0	96.5	99.6	0	عال (12) درجة	
0	0	0	0	متدن (40) درجة فأكثر	
8.0	0.3	5.0	12	معتدل (39-43) درجة	
98.2	89.2	95.0	226	عال (0-33) فأكثر	

يمكن تلخيص النتائج كما وردت في الجدول اعلاه على النحو الآتي:

1- يتضح أن (49.1%) من مجتمع البحث بحد أدنى (45.65%) وحد أعلى (53.62%) من النسبة في مجتمع البحث لديهم إجهاد انفعالي بدرجة عالية (30- فأكثر) كما أن (47.5%) بحد أدنى (42.63%) وحد أعلى (50.26%) من مجتمع البحث لديهم درجة معتدلة من الإجهاد الانفعالي (18-29) درجة . بينما (3.4%) بحد أدنى (1.85%) وحد أعلى (5.28%) من مجتمع البحث لديهم إجهاد انفعالي متدني (0-17) درجة.

2- اما فيما يتعلق بتبلد الشعور فقد وجد أن (99.6%) من مجتمع البحث لديهم تبلد شعور مرتفع (12- فأكثر) درجة، بحد أدنى للنسبة المئوية (96، 5%) وحد أعلى بنسبة مئوية (100%) وان (0.4%) من عينة البحث لديهم تبلد مشاعر معتدل (6-11) درجة بحد أدنى (0.1%) وحد أعلى (0.8%) .

3- اما فيما يتعلق بنقص الشعور بالإنجاز فقد اتضح أن (95%) م مجتمع البحث لديهم نقص الشعور بالإنجاز عالي (0-33) درجة بحد أدنى للنسبة المئوية (89.2%) وحد أعلى للنسبة المئوية (98.2%)، بينما (5%) من عينة البحث لديهم شعور بالإنجاز معتدل (34-39) درجة بحد أدنى (0، 3%) وحد أعلى للنسبة المئوية .

#### عرض نتيجة الفرض الثاني:

ينص هذا الفرض على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني لعضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. ولدراسة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط سيبرمان لمعرفة العلاقة بين المتغيرين. وقد أظهرت نتيجة التحليل الجدول التالي:

الجدول رقم (6) يوضح معامل ارتباط سيبرمان لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والعمر الزمني لعضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

أبعاد الاحتراق	معامل الارتباط بالعمر	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الإجهاد الانفعالي	0.121	0.031	توجد علاقة طردية دالة إحصائية بين المتغيرين.
تبلد المشاعر	0.204	0.001	توجد علاقة طردية دالة إحصائية بين المتغيرين.
نقص الشعور بالإنجاز	0.133	0.041	توجد علاقة عكسية دالة إحصائية بين المتغيرين.
الكلبي	0.123	0.029	توجد علاقة طردية دالة إحصائية بين المتغيرين.

من خلال عرض الجدول السابق نلاحظ تحقق الفرض بأنه توجد علاقة طردية دالة بين متغيري العمر والاحترق النفسي لدى عضوات هيئة التدريس بكليات التربية للبنات جنوب المملكة العربية السعودية وذلك على النحو التالي:

- 1- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الإجهاد الانفعالي والعمر الزمني لدى عضوات هيئة التدريس حيث معامل الارتباط (0.121) والقيمة الاحتمالية بين (0.031).
- 2- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين تبلد المشاعر والعمر الزمني لعضوات هيئة التدريس حيث معامل الارتباط (0.204) والقيمة الاحتمالية (0.001).
- 3- توجد علاقة عكسية دالة إحصائياً بين نقص الإنجاز (0، -133) والعمر الزمني لعضو هيئة التدريس والقيمة الاحتمالية (0.041).
- 4- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحترق النفسي والعمر الزمني لعضو هيئة التدريس حيث معامل الارتباط (0.123) والقيمة الاحتمالية (0.029).

#### عرض نتيجة الفرض الثالث:

ينص هذا الفرض على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحترق النفسي وسنوات الخبرة لعضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. ولدراسة هذا الفرض استخدمت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين المتغيرين. فأظهرت نتيجة هذا الإجراء الجدول التالي:

الجدول رقم (7) يوضح معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين الاحترق النفسي وسنوات الخبرة لعضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

أبعاد الاحترق	معامل الارتباط بالخبرة	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الإجهاد الانفعالي	0.166	0.005	توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين المتغيرين.
تبلد المشاعر	0.185	0.002	توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين المتغيرين.
نقص الشعور بالإنجاز	0.124	0.028	توجد علاقة عكسية دالة إحصائياً بين المتغيرين.
الكلي	0.147	0.012	توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين المتغيرين.

يتضح من الجدول رقم (8) أنه توجد علاقة طردية دالة إحصائية بين الاحترق النفسي ومتغير سنوات الخبرة، بمعنى أنه كلما زادت الخبرة زاد الاحترق النفسي والعكس أيضاً صحيح، وذلك على النحو التالي:

- 1- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الإجهاد الانفعالي وسنوات الخبرة لعضو هيئة التدريس بمعامل ارتباط (0، 116) وقيمة احتمالية (0، 005).
- 2- توجد علاقة طردية بين تبلد الشعور وسنوات الخبرة لعضو هيئة التدريس بمعامل ارتباط (0، 185) وقيمة احتمالية (0، 002).
- 3- توجد علاقة عكسية دالة إحصائياً بين نقص الشعور بالإنجاز وسنوات الخبرة لعضو هيئة التدريس بمعامل ارتباط (0، -124) وقيمة احتمالية (0، 012).
- 4- توجد علاقة طردية دالة إحصائياً بين الاحترق النفسي وسنوات الخبرة لعضو هيئة التدريس بمعامل ارتباط (0.147) وقيمة احتمالية (0.012).

#### عرض نتيجة الفرض الرابع:

ينص هذا الفرض على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والمؤهل العلمي للعضوات العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. ولدراسة الفرض استخدمت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين المتغيرين. فأظهرت نتيجة هذا الإجراء الجدول التالي:

الجدول رقم (8) يوضح معامل ارتباط بيرسون لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والمؤهل العلمي للعضوات العاملات في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

أبعاد الاحتراق النفسي	معامل الارتباط مع المستوى التعليمي	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الإجهاد الانفعالي	0.082	0.133	لا توجد علاقة دالة إحصائية.
تبلد المشاعر	0.59	0.212	لا توجد علاقة دالة إحصائية.
نقص الشعور بالإنجاز	0.037	0.30	لا توجد علاقة دالة إحصائية.
الكلبي	0.078	0.145	لا توجد علاقة دالة إحصائية.

يوضح الجدول أعلاه أن الفرض لم يتحقق وأنه لا توجد علاقة بين جميع أبعاد الاحتراق النفسي ومتغير المؤهل العلمي لعضو هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.037- 0.082) عند قيم احتمالية تتراوح بين (0.133- 0.30) كما لا توجد علاقة دالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والمؤهل العلمي للعضو بمعامل ارتباط (0.078) وقيمة احتمالية (0.145)

عرض نتيجة الفرض الخامس:

ينص هذا الفرض على أنه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً للحالة الاجتماعية لعضو هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

ولدراسة هذا الفرض استخدمت الباحثتان اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين لمعرفة الفروق في الاحتراق النفسي لعضو هيئة التدريس في كليات التربية للبنات تبعاً للحالة الاجتماعية. والنتيجة كما في الجدول التالي:

الجدول رقم (9) نتيجة اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين لمعرفة الفروق في الاحتراق النفسي لعضو هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية تبعاً للحالة الاجتماعية.

الأبعاد	المجموعات	عدد الحالات	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الإجهاد الانفعالي	غير متزوجة	57	29.26	6.73	0.149	0.881	لا توجد فروق دالة بين المجموعتين
	متزوجة	181	29.42	6.69			
تبلد المشاعر	غير متزوجة	57	20.47	2.99	0.0482	0.630	لا توجد فروق دالة بين المجموعتين
	متزوجة	181	20.70	3.14			
نقص الشعور بالإنجاز	غير متزوجة	57	16.18	3.58	0.053	0.958	لا توجد فروق دالة بين المجموعتين
	متزوجة	181	16.14	3.96			
الكلبي	غير متزوجة	57	65.91	7.78	0.270	0.782	لا توجد فروق دالة بين المجموعتين
	متزوجة	181	66.27	8.54			

يتضح من الجدول رقم (10) عدم تحقق الفرض وأنه لا توجد فروق دالة إحصائية لدى عضو هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية في الاحتراق النفسي تبعاً للحالة الاجتماعية وذلك على النحو التالي:

- 1- لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد الإجهاد الانفعالي تبعاً للحالة الاجتماعية للعضو حيث قيمة ت (0.149) والقيمة الاحتمالية (0.881)
- 2- لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد تبلد المشاعر تبعاً للحالة الاجتماعية للعضو حيث قيمة ت (0.482) والقيمة الاحتمالية (0.630)
- 3- لا توجد فروق دالة إحصائية في بعد نقص الشعور تبعاً للحالة الاجتماعية للعضو حيث قيمة ت (0.053) والقيمة الاحتمالية (0.958)
- 4- لا توجد فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي. تبعاً للحالة الاجتماعية للعضو حيث قيمة ت (0.270) والقيمة الاحتمالية (0.782)

#### عرض نتيجة الفرض السادس:

ينص هذا الفرض على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعاً لجنسية عضوات هيئة التدريس في كليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية. ولدراسة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار كروسكال والزمعرفة الفروق في متوسط الرتب بين المعلومات تبعاً لمُتغير الجنس فنجم عن هذا الإجراء الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح نتيجة اختبار كروسكال والزمعرفة الفروق في متوسط أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لجنسية عضوات هيئة التدريس بكليات التربية للبنات بجنوب المملكة العربية السعودية.

الأبعاد	المجموعات	عدد الحالات	متوسط الرتب	ك2	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
الإجهاد الانفعالي	سعودية	51	122.20	3.05	4	0.549	لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في بعد الإجهاد الانفعالي
	سودانية	63	114.10				
	مصرية	101	123.10				
	سورية	8	150.88				
	أردنية	15	126.17				
تبلد المشاعر	سعودية	51	93.62	18.79	4	0.001	توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في بعد تبلد المشاعر
	سودانية	63	109.59				
	مصرية	101	138.47				
	سورية	8	151.19				
	أردنية	15	104.50				
نقص الشعور بالإنجاز	سعودية	51	122.13	8.48	4	0.057	لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلف في بعد نقص الإنجاز
	سودانية	63	137.45				
	مصرية	101	106.08				
	سورية	8	130.81				



الأبعاد	المجموعات	عدد الحالات	متوسط الرتب	2كا	درجات الحرية	القيمة الاحتمالية	الاستنتاج
	أردنية	15	119.47				
الكلي	سعودية	51	106.88	4.515	4	0.341	لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في البعد الكلي
	سودانية	63	120.17				
	مصرية	101	122.56				
	سورية	8	158.63				
	أردنية	15	118.10				

يتضح من الجدول رقم (11) أن الفرض قد تحقق جزئياً وأن المعلمات المصريات والسوريات يعانين من درجات مرتفعة في بعد تبليد المشاعر مقارنة بالمعلمات من جنسيات أخرى.

وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الاحتراق النفسي تبعاً لجنسية المعلمات العاملات في كليات التربية بجنوب المملكة العربية السعودية وذلك على النحو التالي:

1- لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في بعد الإجهاد الانفعالي (كا = 3.05 درجة الحرية = 4 والقيمة الاحتمالية = 0.001).

2- توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في بعد تبليد المشاعر (كا = 18.79 درجة الحرية = 4 والقيمة الاحتمالية = 0.001)

3- لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلف في بعد نقص الشعور بالإنجاز (كا = 8.48 درجة الحرية = 4 والقيمة الاحتمالية = 0.75)

4- لا توجد فروق دالة في متوسط رتب المجموعات المختلفة في الاحتراق النفسي (كا = 4.515 ودرجة الحرية = 4 والقيمة الاحتمالية = 0.341)

#### مناقشة النتائج:

يؤدي العمل دوراً مهماً في حياة الفرد فمن خلاله يحقق حاجاته المتنوعة التي تتراوح بين حاجات أساسية تشمل الحاجات البيولوجية والحاجة إلى الأمن حسب (هرم ما سلو) كالسكن والصحة وحاجات نسبية تؤدي دوراً في تكوين شخصيته وكذلك حصوله على التقدير والاحترام والاستقلالية. لذا فإن عدم تحقيق تلك الحاجات التي يتوقعها الموظف في عمله، وعدم القدرة على التحكم في بيئة العمل قد يؤدي إلى ظهور مجموعة من المشكلات النفسية كالقلق والاكتئاب والضغط النفسي والاحتراق النفسي التي تمثل الصدارة بين المشكلات النفسية والسلوكية التي يتعرض لها الأفراد في عصرنا الحالي لذا ينبغي على الفرد أن يكون متنبهاً لها مخططاً لنتائجها القريبة والبعيدة. وإن عدم الرضا وشعور الفرد بالضغط النفسية التي أصبحت تمثل إحدى الظواهر الإنسانية التي تصاحب التعقيدات المتسارعة التي واكبت عملية التطور في العالم اليوم وتنعكس على كثير من جوانب الحياة المختلفة إلى درجة أن كثيراً من الباحثين قد وصفوا القرن الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي وعلى الرغم من أن التقدم في إحراز المعرفة المتعلقة بالضغط وديناميته يعد مهم جداً؛ إلا أنه لم يتم بعد الاعتراف به كمرض مهني حقيقي، في حين يمكن اعتبار كثير من الأمراض النفسية السيكوسوماتية، أمراضاً ترتبط بالمعاناة في العمل وذا ما

ايدته نتائج هذا البحث حيث وجدت الباحثة أن مستوى الاحتراق مرتفع لدى افراد العينة المذكورة وهذا ما اتفقت فيه نتيجة البحث الحالي مع جميع نتائج الدراسات السابقة، كما يعتبر العمر وسنوات الخبرة من المتغيرات المهمة التي يمكن أن تؤثر على مدى تحمل الفرد لمشكلة لذلك نلاحظ انه كل ما زاد العمر وسنوات الخبرة زادت مستويات الاحتراق النفسي وذلك لان مسؤوليات الفرد ومشكلاته تزداد مع ازياذ عمره، كما أن العمل في مهنة واحدة لفترة طويلة قد يؤدي إلى الملل والرتابة في الحياة. وهذا ما ايدته نتيجة دراسة (الحربي، 2015) و(المجدلاوي، 2014)

## التوصيات والمقترحات

بناء على ما أظهرته نتائج البحث توصي الباحثان بما يأتي:

- 1- على إدارات الكليات إشراك عضوات هيئة التدريس في دورات تتعلق بالجوانب النفسية وتحت إشراف أخصائي نفسي لغرض تعريفهم عن ظاهرة الاحتراق النفسي ومسبباتها وذلك لضمان تعريفهم لهذه الظاهرة مستقبلاً.
- 2- تقديم الدعم المادي والمعنوي لعضوات هيئة التدريس الذين يعانون من أعراض الاحتراق النفسي.
- 3- تطوير الاداء المهني لعضوات هيئة التدريس وتدريبهم على أحدث الوسائل التقنية التي يمكن أن تسهل ضغوط العمل.
- 4- عمل برامج ترفهية واجتماعية لعضوات هيئة التدريس حتى تقلل من آثار الاحتراق النفسي.
- 5- تعزيز دور الرياضة واللياقة البدنية وذلك لما لها من دور كبير في تعزيز عمليات واستراتيجيات تحمل الضغوط والاحتراق النفسي
- 6- إجراء بحوث ودراسات مشابهة تطبيقية تعالج ظاهرة الاحتراق النفسي للفئات الأخرى أو أي متغير نفسي. ذات صلة بعضوات هيئة التدريس.
- 7- عمل دراسات عن برامج تعزيز عمليات تحمل الضغوط لدى الفئة المذكورة.
- 8- بحث بعض المشكلات الاجتماعية والنفسية لدى عضوات هيئة التدريس والتي يمكن أن تؤدي إلى الاحتراق النفسي ك (الطلاق، العنوسة، الاغتراب النفسي).

## المصادر والمراجع

أولاً- المصادر: القرآن الكريم - السنة المطهرة- المعجم الجامع

ثانياً- المراجع العربية:

- البتال، زيد محمد (2000). الاحتراق النفسي (ضغوط العمل النفسية) لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة. الرياض. اكااديمية التربية الخاصة
- البطاينة والجوارنة، اسامة والمعتصم بالله. (2004). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة وعلاقتها ببعض المتغيرات. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، المجلد2، ال عدد2.
- جابر، رزي. (2007). دراسة تقويمية لظاهرة الاحتراق النفسي، مجلة جامعة الأقصى، المجلد11، العدد1.
- الخرابشة وعربيات، احمد عبد الحليم عمر محمد عبد الله. (2005). الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم، مجلة العلوم التربوية الاجتماعية، جامعة أم القرى، المجلد السابع، العدد 2.
- الخطيب، محمد جواد. (2007)، الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا، المكتبة الالكترونية أطفال الخليج.
- الرشيدى، بشير صالح. (2000). مناهج البحث التربوي، دار الكتاب الحديث، بيروت، ط1

- الرشيدى، هارون توفيق. (1999) الضغوط النفسية طبيعتها ونظرياتها وبرامج لمساعدة الذات في علاجها، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- الزهراني، نوال عثمان. (2008). الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- الزبودي، محمد حمزة. (2007). مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 23، العدد 2، كلية العلوم التربوية، جامعة مودة.
- السرطاوي، زيدان. (1997). الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، المجلد 21، العدد 1، جامعة عين شمس.
- الظفري والقريوتي، سعيد و ابراهيم. (2010). الاحتراق النفسي لدى معلمي التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 6 العدد 3.
- العارضة، معاذ محمد عبد الرزاق. (1998). استراتيجيات تكيف المعلمين مع الضغوط النفسية التي تواجههم في المدارس الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح.
- عبد العلي، مهنا سليم. (2003)، الاحتراق النفسي لدى المعلمين في المرحلة الثانوية، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا.
- عبد الفتاح والقريوتي، فيصل و ابراهيم. (1998)، دراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة بالإمارات، مجلة كلية التربية، العدد 15.
- عسكر، علي. (2000) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، دار الفكر الحديث
- عودة، يوسف محمد حرب. (1998). ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بظغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير، كلية الدراسات العليا، جامعة النجاح الوطنية.
- فرحات، السيد محمد. (2008) الضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة وعلاقتها بالرضا عن العمل، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العدد 21.
- الفريحت والرضي، عمار ووائل. (2010). مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي حدائق كيندر بمحافظة عجلون، مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية، العدد 24، المجلد الخامس
- القريوتي والخطيب، ابراهيم امين وفريد مصطفى. (2006). الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بالأردن، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، العدد 23، كرم وأبو بكر، نشوى وعمار. (2007). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ، ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات، ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الفيوم، مصر.
- المجدلوي، ماهر يوسف (2014). مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من السائقين، مجلة جامعة الأقصى: العلوم الإنسانية، العدد 288. ص 1- 76

#### ثالثاً- المراجع الانجليزية:

- Cedoline, A. J., (1982): Job Burnout in public Education, Symptoms, Causes, and Survival Skill, Teachers Colles, Columbia University, New Yourk.
- Figone, A. J. (1986). Teacher Coach Burnout Avoidance Strategies, Jopero October.

- Kelley, Betty & Gill, D. (1993). An Examination of Personal Situational Variables, Stress Appraisal, and Burnout in Collegiate Teacher- Coaches, Research quarterly for exercise and sport, Vol. 64. No.1.
- Lachman, V. (1983). Stress Management: Manual for Nurses, Grune & Strator Inc. Orlando.
- Maslach, C., (1983). Understanding Burnout: Definitional Issue in Analyzing A complex Phenomenon, Chaptering Job tress and Burnout, Research Theory, and Intervention Perspectives, edited by Whiton, paine, sage publications, Inc, Berverly Hills, California.
- Rushall, B. S., (1970). An Evaluation of the Relationship Between Personality and physical performance categoies in G. S. Keny, on led country poravy psychology of sport. Chicgo Atheltic in Stitute.
- unningham, W.(1983): Teacher\_ burn- out solutions for the(1980), A review of the literature, the urban Review. Vol 15No: 1, PP: (37, 51)
- Weiskopf, P. E. (1980). Burnout Among Teachers of Exceptional children, Exceptional Children Vol. 47. No

### ملحق رقم (1) الصورة النهائية لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

الأستاذة الفاضلة:

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

ان الهدف من هذا الاستبيان هدف علمي محض لذلك نرجو أن تتفضلني بالتعاون معنا بالإجابة على الاستئلة الواردة فيه علما بأن السرية متوفرة ولن تستخدم معلومات هذا الاستبيان الا لأغراض البحث العلمي فقط .  
وجزاكم الله خيرا

المعلومات الاولية:

1- العمر:

(أ) من 20 - 30 (ب) 31 .... 40 (ج) 41.... 50 (د) 51- فما فوق

2- سنوات الخبرة

(أ) اقل من خمس سنوات (ب) 5- 9 سنوات (ج) 10- 14 سنة (د) 15 فما فوق

3- الدرجة العلمية

(أ) بكالوريوس (ب) ماجستير (ج) دكتوراه (د) أستاذ مشارك

4- الحالة الاجتماعية:

(أ) متزوجة (ب) غير متزوجة (ج) أرملة (د) مطلقة

5- الجنسية:

(أ) سعودية (ب) سودانية (ج) مصرية (د) سورية (هـ) أردنية

فيما يلي مجموعة اخرى من الاسئلة نامل وضع علامة (صح) امام الخيار الذى يناسبك

العبارة	أوافق بشدة	أوافق	لا أدري	أعترض بشدة	أعترض
1- أشعر أن عملي يستنزفي نفسيًا					
2- أشعر باستنفاد طاقتي بنهاية اليوم الدراسي					
3- أشعر بالتعب عندما أستيقظ في الصباح وأعلم أن علي أن أواجه يوما آخر من العمل					
4- أستطيع أن أفهم بسهولة نوعية مشاعر طالباتي تجاه الآخرين					
5- أشعر أني أتعامل مع طالباتي بأسلوب مجرد من العواطف والمجاملات					
6- السبب الحقيقي لتوتري هو العمل مع الآخرين					
7- أتعامل بفاعلية مع مشكلات طالباتي					
8- أشعر بأنني مستنزفة نفسيًا في عملي					
9- أشعر أن لي تأثيرًا جيدًا على الآخرين					
10- أصبحت أكثر قسوة على الآخرين بعد ممارستي لهذه المهنة					
11- أشعر بالقلق للإحساسي بأن هذا العمل يجعلني قاسية القلب					
12- أشعر بالنشاط والحيوية اثناء تأدية عملي					
13- أشعر بالإحباط عندما أقوم بعملي					
14- أشعر بأنني أبذل جهدًا أكثر مما ينبغي في عملي					
15- لا أهتم كثيرًا لما يحدث لبعض من أتعامل معهم					
16- إن عملي مع الآخرين مباشرة يجهدني كثيرًا					
17- أستطيع بسهولة تهيئة الجو المريح لطالباتي					
18- أشعر بسعادة غامرة عندما أعمل مع طالباتي					
19- لقد حققت إنجازات ذات قيمة في عملي الحالي					
20- أشعر بالاختناق وقرب نهايتي					
21- أتعامل بهدوء تام مع المشكلات الناتجة من علاقاتي مع الآخرين في العمل					
22- أشعر بلوم طالباتي لي لإهمال بعض مشكلاتهن					