Journal of Educational and Psychological Sciences (JEPS) • Vol 9, Sup Issue 2 (2025) • P: 119 - 106
https://journals.ajsrp.com/index.php/jeps
ISSN: 2522-3399 (Online) • ISSN: 2522-3399 (Print)

Psychological Burnout among Kindergarten and First Three Grades Teachers at Rania Governorate in Saudi Arabia

Co-Prof. Hadwa Mohmmad Salam Al-Sharari
University College at Rania | Taif University | KSA

Received: 15/11/2024
Revised: 03/12/2024
Accepted: 14/12/2024
Published: 28/02/2025

* Corresponding author: nnntig@yahoo.com

Citation: Al-Sharari, H. M. (2025). Psychological Burnout among Kindergarten and First Three Grades Teachers at Rania Governorate in Saudi Arabia. *Journal of Educational and Psychological Sciences, 9*(2S), 106 – 119. https://doi.org/10.26389/AJSRP.A171124

2025 © AISRP • Arab Institute of Sciences & Research Publishing (AISRP), Palestine, all rights reserved.

• **Open Access**

This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) license

Abstract: The purpose of the study is to investigate the degree of burnout among kindergarten teachers first three grades teachers in Rania Governorate in Saudi Arabia. The study adopted descriptive analytical approach, within a burnout scale consisting of (30) items, responded by a sample of (167) teachers. The findings showed that the level of burnout among teachers was average. There were significant statistical differences attributed to the effect of the academic stage, in favor of the first three grades. There were significant statistical differences attributed to the effect of years of experience, and the differences were in favor of less than 5 years. In light of the results, a set of recommendations were presented.

Keywords: Burnout. Female Teachers. Kindergarten, First Three Grade. Rania Governorate.

الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية: دراسة مقارنة

أ.م.د/ هدوى محمد سلام الشراري
الكلية الجامعية برنية | جامعة الطائف | المملكة العربية السعودية

المستخلص: هدفت الدراسة إلى الكشف عن درجة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى بمحافظة رنية بالمملكة العربية السعودية. اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، من خلال مقياس الاحتراق النفسي المكون من (30) عبارة، أجابت عنه عينة مكونة من (167) معلمة. وقد أظهرت النتائج أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء متوسطًا. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المرحلة الدراسية، لصالح الصفوف الثلاثة الأولى. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر سنوات الخبرة، لصالح أقل من 5 سنوات. وفي ضوء النتائج تم تقديم مجموعة من التوصيات.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي. المعلمات. رياض الأطفال. الصفوف الثلاثة الأولى. محافظة رنية.

1- المقدمة والإطار النظري.

يُعد الاحتراق النفسي (Burnout) وما يمثله من أعراض ونتائج على العاملين في المجال التربوي ظاهرة تستحق الدراسة، وقد تنبه العاملون في مجالات الإرشاد، وعلم النفس التربوي إلى أهمية هذا الموضوع كونه ينعكس على تربية النشء، وعلى قدرة المعلمين على أداء مهمتهم التي تعول عليها الدول كثيرًا.

ويواجه المعلم الذي يعمل مع الأطفال وبخاصة من مرحلة الروضة وحتى نهاية الصفوف الثلاثة الأولى العديد من التحديات التي تتمثل في سلوكيات الطلاب، والإدارة الصفية؛ بما يدفعه لبذل جهد أكبر من غيره من المعلمين داخل وخارج الغرفة الصفية، وهذا يزيد من مستويات القلق، والتوتر لديه، وهذا قد يتسبب للمعلم والمعلمة بالإحباط والقلق والاستنزاف النفسي والجسدي، الذي ينتهي بالاحتراق النفسي (Granger et al, 2023)

ويتعرض المعلم الذي يعمل مع الأطفال في مراحل الطفولة المبكرة للاحتراق النفسي أكثر من غيره من المعلمين، وبالمعدل فإن ثلث المعلمين يميلون إلى ترك المهنة خلال أربعة سنوات من عملهم، وهناك العديد من الدلائل التي تشير إلى أن الاحتراق النفسي لدى المعلم يحدث حتمًا إذا ما كان يدرس أطفالًا من سن 5-8 سنوات(Ng, Rogers & Namara, 2023).

وتشير عباد ورحماوي (2022) أن المعلمات هن الأكثر تماسًا مع طلاب رياض الأطفال والصفوف الثلاثة الأولى، ورغم أن هذه المهنة من المهن التي تعول عليها الدول، ويحترمها أفراد المجتمع، إلا أن فيها الكثير من العوامل المؤثرة سلبًا على الصحة النفسية للمعلمة مثل الالتزام بوقت العمل الطويل، والإنهاك المهني، وصعوبة التعامل مع الطفل في هذه المرحلة العمرية.

وقد تواجه المعلمة الكثير من الأوضاع الضاغطة التي تتطلب الكثير من القوة الذهنية والاجتماعية، حيث إنها تحتاج للعمل داخل المدرسة مع الطلاب، وقد يستمر العمل لفترات المساء ما بعد المدرسة، وقد تواجه ضغوط الإدارة المدرسية، وضغوط الأسرة، وسلوكيات الطلاب، وهذا يؤدي إلى ارتفاع مستويات الاحتراق النفسي لديها (Masitha et al, 2023).

إن الاحتراق النفسي من أبرز المشاكل التي يعاني منها المعلمون خلال فترة عملهم، وقيامهم بواجباتهم المهنية، ويمكن أن يكون للوفاء بالالتزامات المهنية تأثير سلبي على الحياة النفسية والاجتماعية والأكاديمية للمعلمين ويكون سببًا للاحتراق النفسي لهم (القرني والغامدي، 2023).

وتشير السنوسي (2024: 352) أن الاحتراق النفسي لدى المعلمات يعني " استنزاف الطاقة النفسية المخزونة لديهن، مما يؤدي إلى حالة من عدم التوازن النفسي الناتجة عن الضغوط النفسية الشديدة الناتجة عن أعباء العمل أو المتطلبات، ويكون له تأثير سلبي مباشر على الطالب، أو المؤسسة التي تعمل بها".

كما إن الاحتراق النفسي يمثل الاستنزاف الذهني والانفعالي والجسدي، الذي يترافق مع انخفاض الدافعية، وتدني مستوى الأداء، فضلًا عن الاتجاهات السلبية نحو الذات والآخرين، ونحو المهنة التي يعمل بها الفرد (Santos, 2023).

وقد عبّر طوبان وبحري (2023: 528) عن الاحتراق النفسي بأنه "عبارة عن مؤشرات سلوكية ناتجة عن الضغط النفسي الذي يتعرض له الفرد أثناء العمل لفترة طويلة، مما يؤدي لاستنزاف تدريجي للرضا الوظيفي والحماس وتزايد الشعور بالقلق وانخفاض رغبة تحقيق الهدف، بالإضافة لشعور الفرد بأنه لا يلقى التقدير والاهتمام المادي والمعنوي الذي يناسب الجهد المبذول من طرفه".

ويرتبط الاحتراق النفسي لدى المعلمات بعدة أسباب ذكرها العدوان (2021) بأنها: الشعور بالقهر والضغط والإحباط في العمل لفترات طويلة، وانخفاض مقدار المكافآت بالنسبة للجهد المبذول، ووجود أعباء زائدة في عمل المعلمة، وضعف العلاقات المهنية، والضغوط الاجتماعية والمهنية، والشعور بالعزلة والملل.

ويشير شميدت وآخرون (Smidt, et al, 2024) إلى أن نقص الثقة بالنفس، وفقدان الدعم الاجتماعي والأسري والتربوي للمعلمة يزيد من مستويات الاحتراق النفسي لديها، وهذا يشتمل على عدة مراحل، يكون أولها اختبار حالة من نقص الاهتمام بالحياة والعمل، ثم الوقوع في نطاق الجهد الانفعالي والجسمي، ثم اللوم والشك، وتمثل المرحلة الثالثة أقصى درجات الاحتراق النفسي، حيث تظهر مجموعة من المظاهر مثل ضعف القدرة على أداء العمل، والانهاك النفسي والبدني، واستنفاذ الجهد، وفقدان الدافعية، والآلام العضوية، والقلق والتوتر والملل والغضب والشعور بالتعب.

وإذا نظرنا إلى أي نظام تربوي نجد أن معلمة رياض الأطفال ومعلمة الصفوف الأولى تحتاج للكثير من العناية والرعاية، والإعداد؛ كونها الخطوة الأولى التي ينطلق منها المجتمع لتربية أبنائه وإعدادهم ليكونوا مواطنين صالحين (السنوسي، 2024)، وتشكل دافعية المعلمة، وقدرتها على التجاوب مع الضغوط، واستمرار الرغبة في العمل، ضرورة للنجاح في هذا المسعى (Kume, 2024) وهذا الأمر يستدعي دراسة مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمات؛ من أجل وضع التوصيات والاستراتيجيات التي تعمل على الحد منها إلى مستوياتها الدنيا.

1-2-مشكلة الدراسة وأسئلتها:

بينت العديد من الدراسات أن الاحتراق النفسي من أكثر المشاكل التي يواجهها المعلم، وتؤثر سلبًا على أدائه (الشاماني والحديدي، 2022؛ أبو سطاش، 2024)، وتظهر هذه المشكلة بشكل جلي لدى المعلمات اللواتي يعملن في رياض الأطفال ومراحل الدراسة الأولى (Condiman, 2024) ؛ كون هذه الفترة تتسم ببدايات تطور قدرات الطفل، حيث يحتاج كل طفل لتعامل فردي خاص معه، فضلًا عن الضغوط الاجتماعية والمهنية الأخرى التي تواجهها المعلمة.

إن المعلمات في مرحلتي رياض الأطفال والصفوف الثلاثة الأولى يواجهن تحديات كبيرة يمكن أن تسهم في زيادة مستويات التوتر والاحتراق النفسي لديهن، فعلى سبيل المثال هناك عبء العمل الكبير، وصعوبة التعامل مع الأطفال وسلوكياتهم المختلفة، فضلًا عن المهام الإدارية والكتابية التي تقع على كاهل المعلمة، والتعامل مع ولي الأمر ومع متطلبات الإدارة المدرسية، ناهيك عن المسؤوليات الكثيرة الأخرى خارج الغرفة الصفية (Madigan, Kim, Hanna & Kavanagh, 2023). ولاحظت الباحثة بحكم عملها التربوي الجامعي ومناقشاتها المستمرة مع المعلمات شكوى المعلمات وزيادة قلقهن، وتدني دافعيتهن للعمل ورغبتهن بترك عملهن في أقرب فرصة بسبب الضغوط، مما حدا بها لإجراء هذه الدراسة من أجل الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لديهن؛ لتقديم التوصيات والمقترحات المناسبة لهن، ولأصحاب القرار. وعليه تتمثل مشكلة الدراسة الحالية في الأسئلة التالية.

1- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية؟
2- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية؟
3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في استجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الاحتراق النفسي تُعزى لمتغيرات (المرحلة الدراسية، سنوات الخبرة)؟

1-3-أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق الآتي:

1. الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية.
2. تحليل الفروق في مستويات الاحتراق النفسي بناءً على متغيرات (المرحلة الدراسية وسنوات الخبرة) لدى المعلمات في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية.

1-4-أهمية الدراسة

- **الأهمية العملية:**

- تسليط الضوء على قضية مهمة، حيث يُعَدُّ الاحتراق النفسي من القضايا الشائعة لدى المعلمين ويؤثر على الأداء والصحة النفسية والدافعية للعمل، ومن خلال دراسة هذه الظاهرة، يمكن فهم التحديات التي تواجه المعلمات وأساليب التغلب عليها.
- تحسين الأداء والدافعية لدى المعلمة وذلك من خلال تحديد مستويات الاحتراق النفسي، حيث يمكن تطوير استراتيجيات دعم موجهة تساعد المعلمات على مواجهة عواقب الاحتراق النفسي.

- **الأهمية العلمية:**

- تساعد نتائج الدراسة في تقديم توصيات للجهات المعنية (مثل وزارة التعليم ومراكز الإرشاد) حول كيفية تحسين البيئة المدرسية بما يوفر للمعلمة الجو المريح للعمل والإنتاج.
- تسهم الدراسة في إثراء الأدبيات الأكاديمية حول الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى.

1-5-حدود الدراسة:

- الحد الموضوعي: الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الأولى.
- الحد البشري: معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الأولى
- الحد المكاني: مدارس التعليم العام والأهلي بمحافظة رنية بالمملكة العربية السعودية
- الحد الزمني: أجريت الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي 2025/2024

1-6-مصطلحات الدراسة:

- **الاحتراق النفسي**: "نفاذ مخزون الطاقة الذهنية والجسمية؛ مما يؤدي بالفرد إلى الشعور بالإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وتدني مستويات الإنجاز الشخصي" (Adrian, 2024: 13).
  - وتعرفه الباحثة إجرائيًا بأنه: "الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلمة (معلمة رياض الأطفال ومعلمة الصفوف الثلاثة الأولى) على مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في الدراسة".
- **معلمة رياض الأطفال**: " مربية مؤهلة نفسيًا ومهنيًا تقوم بتربية الطفل في مرحلة الروضة، وتسعى إلى تحقيق الأهداف التربوية التي يتطلبها المنهاج، وتضعها سياسات التعليم في الدولة" (الشرنوبي وأبوقورة وأبوشقة، 2020: 215).
  - وتعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها:" المعلمة التي تعينها وزارة التعليم السعودية؛ للقيام بمهمة تعليم الأطفال في مرحلة ما قبل المدرسة، وتحمل مؤهلًا علميًا جامعيًا يؤهلها لهذا العمل".
- **معلمة الصفوف الثلاثة الأولى**: "التربويات المؤهلات مهنيًا ونفسيًا لتدريس الطلاب في مدارس المرحلة الابتدائية" (الشاماني والحديدي، 2022: 133).
  - وتعرفها الباحثة إجرائيًا بأنها: المعلمة التي تعينها وزارة التعليم السعودية؛ للقيام بمهمة تدريس الطلاب والطالبات في مرحلة التعليم الأساسي، وتحمل مؤهلًا علميًا جامعيًا يؤهلها لهذا العمل.

2-الدراسات السابقة.

تناولت العديد من البحوث والدراسات موضوع الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات، وتقتصر الباحثة على أحدثها وكالآتي:

- **هدفت دراسة البصير وآخرون (2020)** في مصر التعرف على مستوى (مدى انتشار) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وذلك بتطبيق مقياس الاحتراق النفسي من إعداد ماسلاش على عينة البحث التي تكونت من (50) معلمة من معلمات رياض الأطفال. وقد أسفرت نتائج البحث عن توسط مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين المعلمات المتزوجات وغير المتزوجات في الاحتراق النفسي، وكذلك عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المعلمات في الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وبعدي (الإنهاك العاطفي-نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، في حين أشارت النتائج أيضًا إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المعلمات في بعد تبلد المشاعر تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع)، وأخيراً عدم وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده الفرعية (الإنهاك العاطفي-تبلد المشاعر-نقص الشعور بالإنجاز الشخصي) تُعزى للعمر الزمني (24 سنة فأقل، 25 إلى 34 سنة، 35 سنة فأكثر).
- **كما هدفت دراسة نورهشام وآخرون (Norhisham et al, 2021)** في ماليزيا إلى الكشف عن العوامل المسببة للاحتراق النفسي لدى المعلمات، اتبعت الدراسة منهجية وصفية من خلال عينة مكونة من (242) معلمة من معلمات المرحلة الأساسية الدينية في مقاطعة جوهور، وقد أشارت النتائج أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء متوسطًا، وأن عوامل البيئة المدرسية وسلوكيات الطلبة السلبية، من أكثر العوامل تسببًا بالاحتراق النفسي لديهن.
- **أما وريوش (2021)** فدرست الثقة التنظيمية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة بغداد. تكونت عينة البحث من (150) معلمة اختيرت بالأسلوب الطبقي العشوائي، ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس الساعدي (2020) في متغير الثقة التنظيمية ويتكون من (37) عبارة، وبناء مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي والذي تكون من (22) عبارة، وبينت النتائج أن معلمات رياض الأطفال لديهن مستوى عال من الثقة التنظيمية وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح متغير التخصص، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة التنظيمية تبعا لمتغير سنوات الخدمة، وبين متغيري (التخصص وسنوات الخدمة)، وليس لديهن مستوى من الاحتراق النفسي وان وجد يكون بمستوى قليل، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لمتغير التخصص وسنوات الخدمة والتفاعل بينهما.
- **وهدفت دراسة الحاج (2022)** في لبنان إلى الكشف عن الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس في لبنان، وعلاقته بمجموعة من المتغيرات مثل جنس المعلمين، وأعمارهم، وحالتهم الاجتماعية، ومستواهم العلمي ورضاهم عن راتبهم الشهري، وعدد سنوات الخبرة، والمراحل الدراسية التي يدرسونها، وأخيرا نوع المدرسة التي يدرسون فيها، رسمية أو خاصة. واشتملت عينة الدراسة على (260) معلمًا ومعلمة، توصلت النتائج إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي القطاع الرسمي، مقارنة بمعلمي القطاع الخاص وبخاصة في مجال الإجهاد الانفعالي. كما أشارت النتائج إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمات، مقارنة بالمعلمين الذكور. أيضًا كشفت النتائج أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم عرضة للاحتراق النفسي أكثر من المعلمين الراضين عن مستوى دخلهم. وأظهرت

النتائج أن المعلمين المتزوجين أكثر عرضة للاحتراق النفسي من المعلمين العازبين. وأخيرا، أظهرت النتائج أن المعلمين الذين يدرسون في المرحلة الثانوية، هم أقل عرضة للاحتراق النفسي، من غيرهم من المعلمين الذين يدرسون في باقي المراحل الدراسية، ما تبين أنه كلما زادت سنوات الخبرة لدى المعلمين أصبحوا أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

- **وأجرت شنوح (2023)** دراسة في الجزائر هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى مربيات الأطفال من خلال عينة دراسة ممثلة بمربيات رياض الأطفال بروضة الشهيد عطوي صالح بن عبد الله ببلدية مرسط ولاية تبسة، وعددهن (20) مربية، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتم اعتماد مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي كأداة وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مربيات رياض الأطفال يعانين من الاحتراق النفسي بمستويات متفاوتة تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة، وعدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستويات الاحتراق النفسي تعزى لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي.
- **أما دراسة جلجل وآخرون (2024)** فتناولت طبيعة العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات والاحتراق الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال، وبتطبيق مقياس الشفقة بالذات، إعداد،(Neff, 2003) ومقياس الاحتراق النفسي المهني، إعداد/ فرج عبد القادر طه، السيد مصطفي راغب (2010)، على عينة قوامها (30) معلمة من معلمات رياض الأطفال ببعض مدارس إدارة كفر الشيخ التعليمية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الدرجات التي حصلت عليها المشاركات في البحث على مقياس الشفقة بالذات (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية) ودرجاتهن على مقياس الاحتراق الوظيفي (الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية)، ولكنها لم تصل إلى مستوى الدلالة الإحصائية، باستثناء العلاقة الارتباطية بين الدرجات التي حصلت عليها المشاركات على البعد الفرعي الأول (الحنو على الذات) من مقياس الشفقة بالذات، ودرجاتهن الكلية على مقياس الاحتراق الوظيفي.
- **وأجرت أجيابونج وآخرون (Agyapong, et al, 2024)** دراسة في كندا هدفت إلى تقييم مدى انتشار ومؤشرات أبعاد الاحتراق النفسي: الإجهاد الانفعالي وتدني الدافعية للإنجاز وفقدان الشخصية لدى معلمات المرحلة الابتدائية، اتبعت الدراسة منهجية مسحية من خلال تطبيق ماسلاش للاحتراق النفسي على عينة من (780) معلمة، حيث أشارت النتائج أن انتشار الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء واسعًا وبمستوى مرتفع ضمن الأبعاد كلها، وأن المعلمات الأقل خبرة هن الأكثر عرضة للاحتراق النفسي وبخاصة في مجال الإجهاد الانفعالي.

2-2-تعليق على الدراسات السابقة:

- تتميز هذه الدراسة بتناولها الاحتراق النفسي لدى فئتين من المعلمات في المملكة العربية السعودية: معلمات رياض الأطفال، ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى ضمن عدة جوانب مقارنة بالدراسات السابقة. حيث تناولت معلمات الروضة والمرحلة الأساسية مما يتيح فهمًا أعمق لتجارب هذه الفئة، بينما تناولت بعض الدراسات الأخرى، بالإضافة إلى ذلك، تقدم هذه الدراسة توصيات عملية تعكس احتياجات المعلمات، مثل تعزيز الدعم النفسي والاجتماعي والتربوي، وهو ما يتوافق مع توصيات العديد من الدراسات (شنوح، 2023؛ جلجل وصقر وسلامة، 2024) التي تناولت هذا الموضوع مما يعكس السياق المعاصر الذي تتناول فيه القضايا النفسية، أخيرًا، تسلط الدراسة الحالية الضوء على الفجوة المعرفية في فهم كيفية تأثير الاحتراق النفسي على المعلمات في هذه المراحل الدراسية، مما يعزز أهمية البحث المستمر في هذا المجال، كما دعت إليه الدراسات السابقة.

3- منهجية الدراسة وإجراءاتها.

3-1-منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، والذي يهدف إلى وصف مستوى الاحتراق النفسي لدى فئتين من المعلمات (معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى). تم اختيار هذا المنهج نظرًا لقدرته على تحقيق أهداف الدراسة الحالية

3-2-مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى بمدارس التعليم العام والأهلي بمحافظة رنية، والبالغ عددهن (167) معلمة، موزعات على النحو الآتي: رياض الأطفال (24) معلمة، معلمات الصفوف الثلاثة الأولى (143) معلمة، وذلك بحسب إحصائيات وزارة التعليم السعودية. نظرًا لصغر حجم مجتمع الدراسة الحالي، فقد تم تطبيق أداة الدراسة على جميع أفراد المجتمع، باعتباره يمثل عينة الدراسة، ويبين الجدول (1) توزع العينة حسب المتغيرات الديموغرافية.

الجدول (1) التكرارات والنسب المئوية لأفراد عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة

المتغيرات	الفئات	التكرار	النسبة%
المرحلة الدراسية	رياض الأطفال	24	14.4
	الصفوف الثلاثة الأولى	143	85.6
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	33	19.8
	5 فأكثر	134	80.2
	المجموع	167	100.0

3-3-أداة الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة، أعدت الباحثة مقياسًا بعد العودة إلى الأدب النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الاحتراق النفسي لدى المعلمين مثل دراسات (أبو دلال، 2023؛ طوبان وبحري، 2023؛ Mandigan, Kim, Olandrof & Kavangh, 2023؛ السنوسي، 2024)، تكون المقياس من جزأين، شمل الجزء الأول المعلومات الديمغرافية المتعلقة بالمستجيبات، أما الجزء الثاني لقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمات، فتكون من (33) عبارة، موزعة على المجالات التالية: الإجهاد الانفعالي (12) عبارة، وتبلد المشاعر (10) عبارات، والشعور بنقص الإنجاز (10) عبارات.

استخدم التدريج الخماسي(كبيرة جداً وأعطيت 5 درجات، وكبيرة وأعطيت 4 درجات، ومتوسطة وأعطيت 3 درجات، وقليلة وأعطيت درجتان، وقليلة جداً وأعطيت درجة واحدة).

3-3-1-صدق مقياس الدراسة

أ. الصدق الظاهري:

تم التأكد من صدق الأداة وذلك بعرض المسودة الأولية للأداة على (11) محكماً من المتخصصين في أصول التربية والقياس والتقويم وعلم النفس التربوي من عدة جامعات، وقد طلب من المحكمين إبداء رأيهم عن مدى وضوح عبارات الأداة بنائياً، ومدى صلاحية كل عبارة من عبارات الأداة في قياس ما وضعت لقياسه، ومدى انتماء كل عبارة للمجال الخاص بها، ودرجة دقة وسلامة الصياغة اللغوية ووضوح العبارات. كما طلب أيضًا من المحكمين إدخال أي تعديلات على صياغة عبارات الأداة أو حذف بعضها أو الإضافة إليها. وقد حظيت الأداة بموافقة المحكمين مع حذف فقرتين من المجال الأول بسبب التكرار، وتعديل الأخطاء النحوية والمطبعية، واستقر المقياس ضمن (30) عبارة موزعة على نفس المجالات.

ب. صدق البناء:

لاستخراج دلالات صدق البناء للمقياس، استخرجت معاملات ارتباط كل عبارة وبين الدرجة الكلية، وبين كل عبارة وارتباطها بالمجال التي تنتمي إليه، وبين المجالات ببعضها والدرجة الكلية، في عينة استطلاعية من عينة الدراسة تكونت من (30) معلمة، وقد تراوحت معاملات ارتباط العبارات مع الأداة ككل ما بين (0.36-0.83)، ومع المجال (0.39-0.93) والجدول (2) يبين ذلك.

الجدول(2) معاملات الارتباط بين العبارة والدرجة الكلية والمجال التي تنتمي إليه

رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة	رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة	رقم العبارة	معامل الارتباط مع المجال	معامل الارتباط مع الأداة
1	**0.76	**0.56	11	**0.65	**0.58	21	**0.92	**0.78
2	**0.61	**0.52	12	**0.70	**0.63	22	**0.81	**0.62
3	**0.73	**0.67	13	**0.60	**0.58	23	**0.83	**0.67
4	**0.93	**0.83	14	**0.71	**0.80	24	**0.68	**0.51
5	**0.66	**0.64	15	**0.75	**0.66	25	**0.71	**0.52
6	**0.93	**0.81	16	**0.71	**0.50	26	**0.84	**0.77
7	*0.39	**0.56	17	**0.65	**0.54	27	**0.61	*0.36
8	**0.70	**0.57	18	**0.81	**0.72	28	**0.58	**0.57
9	**0.60	**0.50	19	**0.80	**0.81	29	**0.68	**0.71
10	**0.80	**0.72	20	**0.72	**0.54	30	**0.87	**0.80

*دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05). **دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

وتجدر الإشارة أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيا، ولذلك لم يتم حذف أي من هذه العبارات. كما تم استخراج معامل ارتباط المجال بالدرجة الكلية، ومعاملات الارتباط بين المجالات ببعضها والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3) معاملات الارتباط بين المجالات ببعضها وبالدرجة الكلية

	الإجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	الشعور بنقص الإنجاز	مقياس الاحتراق النفسي
الإجهاد الانفعالي	1			
تبلد المشاعر	**0.876	1		
الشعور بنقص الإنجاز	**0.488	**0.508	1	
مقياس الاحتراق النفسي	**0.881	**0.897	**0.812	1

*دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05). **دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01).

يبين الجدول (3) أن جميع معاملات الارتباط كانت ذات درجات مقبولة ودالة إحصائيا، مما يشير إلى درجة مناسبة من صدق البناء.

3-3-2-ثبات مقياس الاحتراق النفسي

للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من عينة الدراسة مكوّنة من (30) معلمة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين تقديراتهم في المرتين. وتم أيضاً حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة كرونباخ ألفا، والجدول رقم (4) يبين معامل الاتساق الداخلي وفق معادلة كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات والدرجة الكلية واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

الجدول (4) معامل الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا وثبات الإعادة للمجالات والدرجة الكلية

المجال	ثبات الإعادة	الاتساق الداخلي
الإجهاد الانفعالي	0.84	0.81
تبلد المشاعر	0.86	0.79
الشعور بنقص الإنجاز	0.82	0.80
مقياس الاحتراق النفسي	0.88	0.85

3-4-تصحيح أداة الدراسة:

تم استخدام مقياس خماسي للإجابة عن جميع العبارات في الاستبانتين. وتمت معالجة مقياس ليكرت وفقًا لمعادلة حساب طول الفئة= (أكبر قيمة – أدنى قيمة) / عدد الفئات = (5-1) / 3 = 1.33 وجرى استخدام المعيار الإحصائي الآتي:

الجدول (5) المعيار الإحصائي لتفسير المتوسطات الحسابية لتقديرات أفراد عينة الدراسة

المتوسط الحسابي	المستوى
من 1.00- 2.33	منخفض
من 2.34 – 3.66	متوسط
من 3.67 – 5.00	مرتفع

3-4-إجراءات الدراسة

تضمنت هذه الدراسة الإجراءات الآتية:

- الاطلاع على الأدب النظري المتعلق بالدراسة؛ لتحديد المشكلة والأسئلة ومتغيرات الدراسة.
- الاستعانة بالدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيراتها؛ لبناء مقياس الاحتراق النفسي.
- التأكد من صدق المقياس وثبات بالطرق المناسبة.
- تحديد مجتمع البحث والذي تمثل بمعلمات رياض الأطفال ومعلمات الصفوف الثلاثة الأولى بمحافظة رنية.
- اختيار عينة الدراسة التي تم تطبيق الأداة عليها حيث بلغ حجمها (167) معلمة، وهي تمثل مجتمع الدراسة كاملًا.
- تطبيق أداة الدراسة وهي (مقياس الاحتراق النفسي) على عينة الدراسة.
- تفريغ الاستبانة وتحليلها حسب نظام (SPSS)، وتنفيذ الإجراءات الإحصائية اللازمة واستخلاص توصيات الدراسة

3-5-الأساليب الإحصائية

تم استخدم برنامج الحُزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة وتم اعتماد الأساليب الآتية:

- التكرارات والنسب المئوية
- معاملات الارتباط بيرسون، ومعاملات الثبات الفا كرونباخ
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- تحليل التباين الثنائي لفحص أثر المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة.

4- نتائج الدراسة ومناقشتها

4-1-النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: "ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية؟"

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية، والجدول (6) يوضح ذلك.

الجدول (6) المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
1	الإجهاد الانفعالي	3.19	0.66	1	متوسط
2	تبلد المشاعر	2.96	0.70	2	متوسط
3	الشعور بنقص الإنجاز	2.52	0.63	3	متوسط
	مقياس الاحتراق النفسي	2.89	0.61	متوسط	

يبين الجدول (6) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.52-3.19) بدرجة متوسطة، حيث جاء مجال الإجهاد الانفعالي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.19) بدرجة متوسطة، بينما جاء مجال الشعور بنقص الإنجاز في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.52) بدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية ككل (2.89) بدرجة متوسطة.

قد تعزى هذه النتيجة إلى الضغوط التي تفرضها طبيعة العمل مع الصغار على المعلمة، حيث إن الأطفال في هذه المرحلة أقل قدرة على الالتزام بالتعليمات، ويحتاجون لرعاية دائمة ومتابعة، كما أنهم يحتاجون لانتباه مستمر، وتنويع في أساليب التدريس والتعامل، وتطبيق عمليات تعديل السلوك، مما يزيد من مستوى الإجهاد عند المعلمة، وهذا يبرر أن مجال الشعور بنقص الإنجاز جاء أخيرًا، حيث تظهر نتائج عمل المعلمة مع الأطفال مع مرور الوقت وبالتالي تحتاج للكثير من الجهد والوقت؛ لكي تستطيع تحقيق الأهداف المطلوبة وهذا يزيد من الضغوط والاحتراق النفسي لدى المعلمة من جانب تدني الشعور بالإنجاز، كما أن المعلمة قد تصاب بالإجهاد الانفعالي نتيجة تعدد مصادر الضغوط الأخرى مثل الالتزامات العائلية، وعبء العمل الإداري، وربما كانت الملاحظة المهمة التي لاحظتها الباحثة عند إعداد الدراسة الشكوى المستمرة لمعلمات رياض الأطفال من عبء العمل وتحمل الضغوط الاجتماعية والمهنية؛ مما يزيد من احتراقهن النفسي. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة البصير وبديوي وعبد الحميد (2020) التي بينت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء بدرجة متوسطة. كما اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نورهشام وحسين وعباس وهازا (Norhisham, Husain, Abas & Haza, 2021) في التي بينت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء متوسطًا. في حين اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الحاج (2022) التي بينت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين جاء مرتفعًا. وربما يكون سبب الاختلاف في هذه النتيجة اختلاف عينتي الدراستين، إذ تجمع دراسة الحاج (2022) بين عينات من الذكور والإناث في مراحل دراسية مختلفة. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على عبارات كل مجال على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

4-1-1-الإجهاد الانفعالي

الجدول (7) المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية المتعلقة بالإجهاد الانفعالي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
7	أشعر أن طاقتي مستنزفة في نهاية اليوم	3.71	1.04	1	مرتفع
6	يشعرني الاستيقاظ للعمل بإرهاق شديد	3.46	1.22	2	متوسط

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
2	أشعر بالتوتر لأن راتبي أقل من الجهد الذي أبذله	3.38	1.31	3	متوسط
5	أشعر بالاختناق والانهيار الانفعالي	3.38	1.14	4	متوسط
8	أتفهم مشاعر طلابي بسهولة	3.25	0.90	5	متوسط
3	يشعرني انعدام التقدير لعملي بالإحباط	3.13	0.99	6	متوسط
9	عملي مع الآخرين يوقعني تحت ضغوط حادة	3.08	0.93	7	متوسط
10	تعاملي مع الآخرين يجهدني بشدة	3.00	1.14	8	متوسط
1	يشعرني الأطفال بالتوتر الدائم	2.88	1.12	9	متوسط
4	أشعر بالتهديد المستمر بسبب الضغوط المهنية	2.63	1.17	10	متوسط
	الإجهاد الانفعالي	3.19	0.66		متوسط

يبين الجدول (7) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.63-3.71) مرتفعة ومتوسطة، حيث جاءت العبارة رقم (7) والتي تنص على "أشعر أن طاقتي مستنزفة في نهاية اليوم" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.71) بدرجة مرتفعة، بينما جاءت العبارة رقم (4) ونصها "أشعر بالتهديد المستمر بسبب الضغوط المهنية" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.63) بدرجة متوسطة.. وبلغ المتوسط الحسابي لمجال الإجهاد الانفعالي ككل (3.19) بدرجة متوسطة. تبدو هذه النتيجة مبررة فضغط العمل الكبير، واحتياجات الأطفال الصغار المتعددة، والالتزامات الاجتماعية والشخصية يمكن أن تستنزف طاقة المعلمة التي تقوم بدورها بالعديد من المهام في الغرفة الصفية مثل التدريس، والرعاية، وتعديل السلوك، وتدريب الأطفال على السلوك الاجتماعي المقبول؛ وهذه كلها تزيد مت تور المعلمة وإجهادها، في حين أن تعاون الإدارة المدرسية، وتفويض الصلاحيات للمعلمة قد يقلل من التهديدات والضغوط المهنية والشخصية والنفسية التي تشعر بها المعلمة، وتمكنها من مواجهة الاحتراق النفسي، وتجنب الوقوع فريسة للضغط والتوتر والقلق؛ الذي قد يؤثر سلبًا على الأداء المهني داخل الغرفة الصفية، وحتى على الأداء الشخصي، والتي بدورها أيضًا لها دور في زيادة الإجهاد الانفعالي. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الحاج (2022) التي بينت ارتفاع مستويات الإجهاد الانفعالي لدى المعلمين؛ بسبب كثرة المتطلبات المهنية والنفسية والشخصية التي يتعرضون لها في سياق عملهم.

4-1-2-تبلد المشاعر

الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بتبلد المشاعر مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
12	فقدت حماسي للتدريس في مراحل الطفولة الأولى	3.29	1.08	1	متوسط
17	لا يهمني ما يحدث مع طلابي من مشكلات	3.25	1.19	2	متوسط
13	أشعر أن تعاملي مع زملائي باهت	3.13	1.08	3	متوسط
15	أشعر بفقدان روابط المحبة مع طلابي	3.00	1.14	4	متوسط
16	من الصعب عليّ فهم مشاعر طلابي	2.96	1.12	5	متوسط
11	لا يهمني ضياع وقت العمل مع الأطفال	2.88	1.19	6	متوسط
14	فقدت الاهتمام بمراعاة مشاعر الطلاب الصغار	2.88	1.36	6	متوسط
19	أصبحت أكثر قسوة كوني معلمة	2.88	1.30	6	متوسط
18	أتعامل مع الطلبة على أنهم أشياء لا بشر	2.67	1.34	9	متوسط
20	يلومني طلابي على كل المشاكل التي تقع لهم	2.67	1.17	9	متوسط
	تبلد المشاعر	2.96	0.70	متوسط	

يبين الجدول (8) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.67-3.29) بدرجة متوسطة، حيث جاءت العبارة رقم (12) والتي تنص على "فقدت حماسي للتدريس في مراحل الطفولة الأولى" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.29) بدرجة متوسطة، بينما جاءت الفقرتان رقم (18، و20) ونصاهما "أتعامل مع الطلبة على أنهم أشياء لا بشر"، و"يلومني طلابي على كل المشاكل التي تقع لهم" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.67) بدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي لمجال تبلد المشاعر ككل (2.96) بدرجة متوسطة، ربما يعود الإمر هنا إلى طبيعة الخصائص النفسية للمرأة التي قد تؤثر سلبًا على حماسها للعمل، إذا ما كنت الضغوط كبيرة، فالأنثى حساسة بطبعها، وتقع تحت عبء التوتر والضغوط، للكثير من الأسباب، وهذا يتسبب لها بمستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي. وبما أن المعلمة تربوية في المقام الأولى

ومربية للأطفال، فإن التزامها وتعاملها الدقيق معهم كبشر يحتاجون لرعاية كبيرة، قد يفرض عليها المزيد من الضغوط المسببة للاحتراق النفسي. وفي هذا السياق أكدت دراسة شنوح (2023) إلى أن المعلمات أو المربيات يعانين من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة بسبب عملهن.

4-1-3-الشعور بنقص الإنجاز

الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بالشعور بنقص الإنجاز مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
22	أشعر بالإحباط لأن كفاءتي أعلى من العمل الذي أقوم به	3.00	1.10	1	متوسط
21	أشعر بعدم تقدير المديرة لعملي	2.92	1.21	2	متوسط
23	أشعر بضعف إنجازي المهام المطلوبة مني	2.92	1.10	2	متوسط
27	أشعر بالحيوية الدائمة	2.75	1.29	4	متوسط
29	أشعر أني لا أحقق شيء في عملي	2.54	1.50	5	متوسط
25	أقوم بحل مشاكل الطلاب بفاعلية	2.42	1.02	6	متوسط
28	لدي القدرة على استفزاز ملكات طلابي	2.38	1.35	7	متوسط
26	حضوري وتأثيري بالآخرين محدود	2.38	1.01	7	متوسط
24	أشعر بالنقص لاستخفاف ولي الأمر بعملي	1.96	0.81	9	منخفض
30	أواجه مشاكل العمل بهدوء و إيجابية	1.92	0.97	10	منخفض
	الشعور بنقص الإنجاز	2.52	0.63	متوسط	

يبين الجدول (9) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (1.92-3.00) بدرجة متوسطة،، حيث جاءت العبارة رقم (22) والتي تنص على "أشعر بالإحباط لأن كفاءتي أعلى من العمل الذي أقوم به" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.00) بدرجة متوسطة، بينما جاءت العبارة رقم (30) ونصها "أواجه مشاكل العمل بهدوء وإيجابية" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (1.92) بدرجة منخفضة، وبلغ المتوسط الحسابي لمجال الشعور بنقص الإنجاز ككل (2.52) بدرجة متوسطة. وتعزى هذه النتيجة إلى طبيعة عمل معلمة رياض الأطفال الذي يقوم على أسس روتينية ثابتة، قد لا تحقق للمعلمة الإبداع والإنجاز الذي ترتضيه بوقت قصير؛ فهي تحتاج وقت طويل لتدريب الأطفال وتعديل سلوكهم، وإكسابهم المهارات الاجتماعية المختلفة، وهذا قد يتسبب لها بالإحباط والاحتراق النفسي، لكن التأهيل التربوي والميداني والخبرة التي تتمتع بها المعلمة بمكن أن يخفف من آثار الإحباط، ويجعلها أكثر قدرة على احتمال تبعاته، وقد بينت دراسة السنوسي (2024) أن الكثير من المعلمات يشعرن بنقص الإنجاز والإحباط بسبب الضغوط المهنية الكبيرة التي يفرضها العمل عليهن.

4-2-النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: "ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالسعودية؟

وللإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية، والجدول (10) يوضح ذلك.

الجدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
1	الإجهاد الانفعالي	3.66	0.54	1	متوسط
2	تبلد المشاعر	3.55	0.69	2	متوسط
3	الشعور بنقص الإنجاز	2.68	0.90	3	متوسط
	مقياس الاحتراق النفسي	3.30	0.52	متوسط	

يبين الجدول (10) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.68-3.66) بدرجة متوسطة، حيث جاء مجال الإجهاد الانفعالي في المرتبة الأولى بأعلى متوسط حسابي بلغ (3.66) بدرجة متوسطة، بينما جاء مجال الشعور بنقص الإنجاز في المرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.68) بدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الصفوف الثلاثة الأولى في محافظة رنية بالمملكة العربية السعودية ككل (3.30) بدرجة متوسطة. وتبدو هذه النتيجة مبررة فعمل معلمات الصفوف الثلاثة الأولى لا يختلف كثيرًا عن عمل معلمات رياض الأطفال، فالعمل التربوي برمته عمل ضاغط على المعلم، وله مسؤوليات وتبعات كثيرة، يمكن أن تسبب الإجهاد الانفعالي، والعديد من المشكلات النفسية المسببة للاحتراق النفسي للمعلمة. اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أجيابونج وديار ووبي وأجيابونج

(Agyapong, Dias, Wei & Agyapong, 2024) التي بينت أن انتشار الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء واسعًا وبمستوى مرتفع ضمن الأبعاد كلها، وربما يكون سبب الاختلاف هنا اختلاف طبيعة عينتي الدراستين. وقد تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة على عبارات كل مجال على حدة، حيث كانت على النحو التالي:

4-2-1-الإجهاد الانفعالي:

الجدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بالإجهاد الانفعالي مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
10	تعاملي مع الآخرين يجهدني بشدة	3.83	1.01	1	مرتفع
9	عملي مع الآخرين يوقعني تحت ضغوط حادة	3.76	0.90	2	مرتفع
8	أتفهم مشاعر طلابي بسهولة	3.71	0.99	3	مرتفع
1	يشعرني الأطفال بالتوتر الدائم	3.66	0.99	4	مرتفع
4	أشعر بالتهديد المستمر بسبب الضغوط المهنية	3.66	1.09	4	مرتفع
6	يشعرني الاستيقاظ للعمل بإرهاق شديد	3.62	1.06	6	مرتفع
2	أشعر بالتوتر لأن راتبي أقل من الجهد الذي أبذله	3.61	1.15	7	متوسط
7	أشعر أن طاقتي مستنزفة في نهاية اليوم	3.61	0.94	7	متوسط
3	يشعرني انعدام التقدير لعملي بالإحباط	3.56	0.98	9	متوسط
5	أشعر بالاختناق والانهيار الانفعالي	3.55	1.03	10	متوسط
	الإجهاد الانفعالي	3.66	0.54	مرتفع	

يبين الجدول (11) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.55-3.83) بدرجة تراوحت بين مرتفعة ومتوسطة، حيث جاءت العبارة رقم (10) والتي تنص على "تعاملي مع الآخرين يجهدني بشدة" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.83) بدرجة مرتفعة، بينما جاءت العبارة رقم (5) ونصها "أشعر بالاختناق والانهيار الانفعالي" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.55) بدرجة متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي لمجال الإجهاد الانفعالي ككل (3.66) بدرجة متوسطة. وقد تعزى هذه النتيجة إلى صعوبة العمل الذي تقوم به المعلمة، فضلًا عن الأعباء المهنية والكتابية والشخصية والاجتماعية التي تتعرض لها في حياتها اليومية، مما يجهدها ويؤثر على أدائها سلبيًا، وبالتالي يزداد مستوى الاحتراق النفسي لديها، وهذا يؤدي بها إلى الاختناق الانفعالي والنفسي لدى المعلمة. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة أجيابونج وديباز ووبي وأجيابونج (Agyapong, Dias, Wei & Agyapong, 2024) التي بينت أن انتشار الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء واسعًا وبمستوى مرتفع ضمن الأبعاد كلها.

4-2-2-تبلد المشاعر:

الجدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بتبلد المشاعر مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرقم	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
11	لا يهمني ضياع وقت العمل مع الأطفال	3.71	1.01	1	مرتفع
12	فقدت حماسي للتدريس في مراحل الطفولة الأولى	3.62	0.95	2	متوسط
13	أشعر أن تعاملي مع زملائي باهت	3.62	1.01	2	متوسط
14	فقدت الاهتمام بمراعاة مشاعر الطلاب الصغار	3.62	1.02	2	متوسط
15	أشعر بفقدان روابط المحبة مع طلابي	3.62	1.14	2	متوسط
16	من الصعب عليّ فهم مشاعر طلابي	3.58	0.92	6	متوسط
18	أتعامل مع الطلبة على أنهم أشياء لا بشر	3.50	1.19	7	متوسط
17	لا يهمني ما يحدث مع طلابي من مشكلات	3.44	0.98	8	متوسط
19	أصبحت أكثر قسوة كوني معلمة	3.44	1.10	8	متوسط
20	يلومني طلابي على كل المشاكل التي تقع لهم	3.40	0.96	10	متوسط
	تبلد المشاعر	3.55	0.69	متوسط	

يبين الجدول (12) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (3.40-3.71) بدرجة تراوحت بين مرتفعة ومتوسطة، حيث جاءت العبارة رقم (11) والتي تنص على "لا يهمني ضياع وقت العمل مع الأطفال" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.71) بدرجة مرتفعة، بينما

جاءت العبارة رقم (20) ونصها "يلومني طلابي على كل المشاكل التي تقع لهم" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (3.40) بدرجة متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي لمجال تبلد المشاعر ككل (3.55) بدرجة متوسطة. وتبدو النتيجة مبررة فوقوع معلمة الصفوف الثلاثة الأولى تحت ضغط عبء العمل، والتوتر المستمر، يؤدي بها إلى إغفال بعض جوانب العمل وإهمال الرعاية المتكاملة للأطفال تربويًا وصحيًا ونفسيًا؛ مما يؤدي لضياع وقت العمل، كما أنها تتوقف عن متابعة مشكلات الطلاب الصغار، وهذا كله ناتج عن الاحتراق النفسي؛ الذي لا بد لها من مواجهته والتغلب عليها؛ لكي تكون قادرة على أداء مهامها بفعالية. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة وريوش (2021) التي بينت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء متوسطًا.

3-2-3-الشعور بنقص الإنجاز:

الجدول (13) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية المتعلقة بالشعور بنقص الإنجاز مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	الرتبة	المستوى
22	أشعر بالإحباط لأن كفاءتي أعلى من العمل الذي أقوم به	3.03	1.36	1	متوسط
21	أشعر بعدم تقدير المديرة لعملي	3.01	1.31	2	متوسط
23	أشعر بضعف إنجازي المهام المطلوبة مني	2.97	1.26	3	متوسط
24	أشعر بالنقص لاستخفاف ولي الأمر بعملي	2.85	1.11	4	متوسط
25	أقوم بحل مشاكل الطلاب بفاعلية	2.78	1.21	5	متوسط
26	حضوري وتأثيري بالآخرين محدود	2.71	1.33	6	متوسط
27	أشعر بالحيوية الدائمة	2.51	1.03	7	متوسط
28	لدي القدرة على استفزاز ملكات طلابي	2.50	1.08	8	متوسط
29	أشعر أني لا أحقق شيء في عملي	2.30	1.16	9	منخفض
30	أواجه مشاكل العمل بهدوء و إيجابية	2.10	1.25	10	منخفض
	الشعور بنقص الإنجاز	2.68	0.90		متوسط

يبين الجدول (13) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (2.10-3.03) بدرجة متوسطة، حيث جاءت العبارة رقم (22) والتي تنص على "أشعر بالإحباط لأن كفاءتي أعلى من العمل الذي أقوم به" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (3.03) بدرجة متوسطة، بينما جاءت العبارة رقم (30) ونصها "أواجه مشاكل العمل بهدوء وإيجابية" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (2.10) بدرجة متوسطة. وبلغ المتوسط الحسابي لمجال الشعور بنقص الإنجاز ككل (2.68) بدرجة متوسطة. إن ما تعانيه معلمة الصفوف الأولى من ضغوط مهنية يتشابه بشكل كبير مع ما تتعرض له معلمة رياض الأطفال، لذلك فإن الحالة النفسية والإحباط من العمل تتشابه؛ فالمهام ذاتها، وطبيعة الطلاب ذاتها. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة نورهشام وحسين وعباس وهازا (Norhisham, Husain, Abas & Haza, 2021) التي بينت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات جاء متوسطًا

3-4-النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في استجابات أفراد عينة الدراسة حول مستوى الاحتراق النفسي تُعزى لمتغيري (المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة)؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي حسب متغيري المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة والجدول أدناه يبين ذلك.

الجدول (14) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي حسب متغيري المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة

		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد
المرحلة الدراسية	رياض الأطفال	2.80	0.594	24
	الصفوف الثلاثة الأولى	3.32	0.564	143
سنوات الخبرة	أقل من 5 سنوات	3.57	0.544	33
	5فأكثر	3.17	0.582	134

يبين الجدول (14) تبايناً ظاهرياً في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي بسبب اختلاف فئات متغيري المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الثنائي جدول (15).

الجدول (15) تحليل التباين الثنائي لأثر المرحلة الدراسية، وسنوات الخبرة على مستوى الاحتراق النفسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	الدلالة الإحصائية
المرحلة الدراسية	6.228	1	6.228	21.122	0.000
سنوات الخبرة	4.899	1	4.899	16.614	.000
الخطأ	48.355	164	0.295		
الكلي	58.917	166			

يتبين من الجدول (15) الآتي:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر المرحلة الدراسية، حيث بلغت قيمة ف 21.122 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح الصفوف الثلاثة الأولى.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha = 0.05$) تعزى لأثر سنوات الخبرة، حيث بلغت قيمة ف 16.614 وبدلالة إحصائية بلغت 0.000، وجاءت الفروق لصالح أقل من 5 سنوات.

قد تعزى هذه النتيجة إلى أن معلمات الصفوف الثلاثة الأولى يتعاملن مع مشكلات تربوية وسلوكية أكثر من معلمات رياض الأطفال، وخاصة من جوانب تحصيل الطلبة والتعامل مع المناهج، وتعديل سلوكياتهم، ولذلك فالضغوط المهنية التي يتعرضن لها أكثر؛ مما يزيد من احترافهن النفسي، وربما يكون السبب فهم معلمات رياض الأطفال أكثر لأدوارهن وأساليب التعامل مع الأطفال بسبب التأهيل ما قبل الخدمة في التعامل مع أطفال مرحلة ما قبل المدرسة. أما من جانب ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات الأقل خبرة عن غيرهن، فقد يعود لقلة الخبرة التربوية في التعامل مع الأطفال، وحداثة التعيين، إذ إن تراكم خبرات المعلمة يؤدي بها إلى وضع خطط واستراتيجيات تمكنها من التعامل مع كافة الضغوط والأعباء، ولذلك كلما زادت خبرة المعلمة قلت الضغوط، وأصبحت مستويات الاحتراق النفسي أقل. اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة البصير وبديوي وعبد الحميد (2020) التي بينت وجود فروق دالة إحصائيًا بين متوسطات درجات المعلمات في بعد تبلد المشاعر تُعزى لمستوى الخبرة (منخفض، متوسط، مرتفع). كما اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شنوح (2023) التي بينت عدم وجود فروق دالة إحصائيًا في مستويات الاحتراق النفسي تعزى لسنوات الخبرة والمؤهل العلمي. في حين اختلفت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الحاج (2022) التي بينت أنه كلما ارتفعت خبرة المعلم كان احتراقه أكبر، وربما يعود سبب الاختلاف هنا لاختلاف طبيعة العينة.

التوصيات والمقترحات.

في ضوء نتائج الدراسة توصي الباحثة وتقترح الآتي:

1. دعوة وزارة التعليم لعقد برامج إرشادية ونفسية لمعلمات مراحل الطفولة كافة؛ من أجل تدريبهن على استراتيجيات مواجهة الاحتراق النفسي.
2. زيادة التعاون بين المشرفات والمعلمات والإدارة المدرسية؛ على حل مشاكل الطلبة مما يخفف عبء العمل عن المعلمة.
3. الاهتمام بالدعم المادي للمعلمات في هذه المراحل؛ لما في ذلك من أثر إيجابي على دافعيتهن والتخفيف من تبلد المشاعر والشعور بنقص الإنجاز.
4. إجراء دراسة مقارنة حول مستوى الاحتراق النفسي بين معلمات المرحلة الابتدائية ومعلمات المرحلة الثانوية بمحافظة رنية بالمملكة العربية السعودية.

قائمة المراجع

أولاً-المراجع بالعربية:

- أبو دلال، مريم. (2023). الاحتراق النفسي لدى معلمات الشق الأول لمرحلة التعليم الابتدائية ببلدية جنزور. مجلة الجمعية الليبية للعلوم التربوية والإنسانية، 7(2)، 87-103.
- أبو سطاش، حواء. (2024). مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات الفئات الخاصة في ضوء بعض المتغيرات "الخبرة المهنية والمادة العلمية": دراسة ميدانية. مجلة التربوي، جامعة المرقب، 1(24)، 1139-1152.
- جلجل، نصر والصقر، سيد وسلامة، سامية. (2024). الشفقة بالذات وعلاقتها بالاحتراق الوظيفي لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، 1(114)، 153-178.
- الحاج، محمد. (2022). الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس في لبنان. مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، 19(1)، 89-120.

- السنوسي، خيرية. (2024). مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في مدينة بني وليد. مجلة جامعة بني وليد للعلوم الإنسانية والتطبيقية، 9(1)، 348-357.
- الشاماني، مريم والحديدي، سعود. (2022). الاحتراق النفسي لدى بعض معلمات المرحلة الابتدائية بالمدينة المنورة في ضوء التعليم عن بُعد خلال جائحة كورونا. مجلة العلوم التربوية والنفسية، 6(58)، 129-157.
- الشرنوبي، فاطمة وأبو قورة، كوثر وأبو شقة، سعدة. (2020). الاحتراق النفسي وعلاقته بالمسؤولية الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال. مجلة كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، 20(4)، 211-248.
- شنوح، فاطمة. (2023). الاحتراق النفسي لدى مربيات الأطفال. مجلة الرسالة للدراسات والبحوث الإنسانية، 8(1)، 127-183.
- طوبان، بلال وبحري، صابر (2023). الاحتراق النفسي عند معلمي الطور الابتدائي وعلاقته باستراتيجيات المواجهة. مجلة دراسات سيكولوجية الانحراف، 8(2)، 521-542.
- عباد، بشير ورحماوي، سعاد. (2022). علاقة الاحتراق النفسي بالصلابة النفسية لدى معلمات التعليم الابتدائي: دراسة ميدانية على عينة من ابتدائيات ولاية البليدة. مجلة العلوم الإنسانية، الجزائر، 22(2)، 678-598.
- عبد البصير، إلهام وعبد الحميد، عزة وبديوي، أحمد. (2020). الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ضوء بعض المتغيرات. مجلة دراسات تربوية، جامعة حلوان، 26(4)، 30-27.
- العدوان، غيث. (2021). درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية: دراسة تطبيقية. مجلة الفنون والآداب وعلوم الإنسانيات والاجتماع، 65(1)، 312-327.
- القرني، عبد الإله والغامدي، محمد. (2023). الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الاجتماعي لدى معلمي ومعلمات محافظة ينبع. مجلة شباب الباحثين في العلوم التربوية، جامعة سوهاج، 1(17)، 473-522.
- وريوش، سعدية. (2021). الثقة التنظيمية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، مجلة الدراسات المستدامة، العراق، 3(3)، 21-62.

ثانياً-المراجع بالإنجليزية:

- Adrian, J. (2024). Mitigating Burnout in Primary School Teachers Since the COVID-19 Pandemic. Master Thesis, Walden University. USA.
- Agyapong, B., Dias, R., Wei, Y., & and Agyapong, V. (2024) Burnout among elementary and high school teachers in three Canadian provinces: prevalence and predictors. Front. Public Health, 12(13),1-30.
- Condiman, L. (2024). Understanding the Dimensions of Kindergarten Teachers' Burnout: Scoping the Factors and Its Strategic Preventions. PPSDP International Journal of Education, 3 (2),269-281.
- Granger, K., Sutherland, K., Conory, M., Dear, E., & Morse, A. (2023). Teacher Burnout and Supporting Teachers of Students with Emotional and Behavioral Disorders. Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 1(2), 1-10.
- Kume, E. (2024). Work Stress In Kindergarten Teachers in Albania. RGSA – Revista de Gestão Social e Ambiental, 18(9), 1-13.
- Madigan, D., Kim, L., Glandorf, H., & Kavanagh, O. (2023). Teacher burnout and physical health: A systematic review. International Journal of Educational Research, 2(1), 1-12.
- Masitha, K., Anggraeni, N., & Sarinsong, P. (2023). Pre-school Teachers' Burnout: Examining the Relation to the Quality of Student-Teacher Interaction. ASSEHR Journal, 1(1), 672–679.
- Ng, J., Rogers, M., & McNamara, C. (2023). Early childhood educator's burnout: A systematic review of the determinants and effectiveness of interventions. Issues in Educational Research, 33(1), 173-206.
- Norhisham, N., Husain, N. A., Abas, M., & Haza, F. (2021). Factors of Job Burnout among Female Teachers: A Study on Female Secondary School Teachers in a District of Johor. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 11(8), 456–467.
- Santos, R. (2023). A narrative review of preschool teacher burnout. Modern Psychological Studies, 29(2), 1-25.
- Smidt, W., Karpenko, O., Czepil, M., & Embacher, E. (2024). Predictors of burnout of preschool teachers working in the warzone Ukraine. Early Childhood Research Quarterly, 1(1), 169-179.