وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة القادسية
كلية الآداب / قسم علم النفس

الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية

بحث مقدم الى مجلس قسم علم النفس كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في علم النفس

من

الطالبات

زينب كاظم حنون

غفران حسين عبد العباس

غفران علي كريم

أشـــراف

أ. م . د . طــارق محــمــد بــدر

١٤٣٨هـ ٢٠١٧م

بسم الله الرحمن الرحيم

قالوا سبحانك لا علم لنا إلا ما علمتنا

انك انت العليم الحكيم

صدق الله العلي العظيم

سورة البقرة

آية (٣٢)

إقرار المشرف

اشهد أن أعداد هذا البحث الموسوم **(الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية)** والمقدم من الطالبات كل من **(زينب كاظم حنون) (غفران حسين عبد العباس) (غفران علي كريم)** قد جرى تحت إشراف في كلية الآداب / جامعة القادسية . وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس آداب في علم النفس .

المشرف

أ.م. د. طارق محمد بدر

توصية رئيس قسم علم النفس

بناء على التوصيات المتوفرة ارشح هذا البحث للمناقشة

م. الدكتور

أحمد عبد الكاظم جوني

رئيس قسم علم النفس

تاريخ / / ٢٠١٧

إقرار اللجنة المناقشة

أشهد أننا أعضاء اللجنة المناقشة أطلعنا على البحث الموسوم (**الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية**) وقد ناقشنا الطالبات (**زينب كاظم حنون**) و (**غفران حسين عبد العباس**)و (**غفران علي كريم**) في محتوياته وفيما له علاقة به . ووجدنا جدير بالقبول لنيل شهادة البكالوريوس آداب في علم النفس .بتقدير ( )

عضواً

التاريخ : / / ٢٠١٧

عضواً

التاريخ: / / ٢٠١٧

المشرف

أ.م. الدكتور

طارق محمد بدر

التاريخ : / / ٢٠١

الإهداء

الى أمهاتنا اللواتي علمتنا أبجديات الحياة
منذ نعومة أظافرنا
الى آبائنا الذين يفخرون بنا ونفتخر بهم
الى أساتذتنا الذين نورو طريقنا بعلمهم
وبالأخص أ.م. د. طارق محمد بدر
والـــى شـــــهداء الـــعـــراق

الباحثات

شكر وامتنان

الحمد لله الذي عم برحمته جميع العباد ،وخص أهل طاعته بالهداية الى سبيل الرشاد ،ووفقهم بلطفه لصالح الأعمال ، ففازوا ببلوغ المراد.

أحمده حمداً معترف بجزيل الأرفاد ، وأعوذ به من وبيل الطرد والعباد ، وأشهد أن لا اله ألا الله وحدة لا شريك له ، أن محمد عبده ورسوله ،وأشهد أن علياً أمير المؤمنين ، شهادة أذخرها ليوم الميعاد ، وبعد

عندما نرسم بريشة الوفاء لوحة ثناء ممتزجة فيها شذى الأزهار بألوانها لتترجم عبارات شكر وتقدير عرفاناً لأستاذنا الفاضل الدكتور (**طارق محمد بدر**) فقد تشرفت بأشرافه واهتمامه،

كما نتوجه بخالص الشكر والتقدير الى من كان لهم الأثر الطيب في مسيرتنا العلمية فالشكر أقل ما أقدمه لجميع أساتذتي بقسم علم النفس الذين نهلت من فيض علمهم وشكر وتقدير الى كل من تفضل بمد يد العون لإنجاز هذا البحث .

الباحثات

مستخلص البحث:

يستهدف البحث الحالي قياس الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية ، أذ بلغ عدد افراد العينة (١٠٠) من المعلمين والمدرسين اختيروا بالأسلوب العشوائي ولقياس هذا الهدف تم تبني مقياس (Maslash , 1982) للاحتراق النفسي والذي تكون بصيغته النهائية من (١٨) فقرة وقد عرفته ماسلاش على انه (أعراض من الإنهاك العاطفي وفقدان الشعور الانساني وتدني الانجاز الشخصي ويحدث عادتاً للأفراد الذين يعملون في خدمة الاخرين) وقد استخرج شروط الصدق والثبات من هذا المقياس بتطبيق الوسائل الاحصائية المناسبة . كما ان البحث الحالي يهدف الى :

١- قياس الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينه الديوانية

٢- تعرف دلالة الفرق على وفق المتغير النوع (ذكور ، اناث)

٣- تعرف دلاله الفرق على وفق متغير المهنة (مدرسين ، علمين) .

وتشير نتائج البحث الى ان المدرسين والمعلمين يتصفون بالاحتراق النفسي على اختلاف مستوياتهم ، واتضح هناك فروق ذو دلاله احصائية على وفق متغير الجنس وفروق ذو دلاله احصائية على وفق متغير المهنة و أختتم البحث بعدد من التوصيات والمقترحات .

التوصيات :

١- العمل على تطوير المعلمين مهنياً واجتماعياً لغاية تحسين العملية التربوية

٢- ضرورة مشاركة المعلم والمدرس في تطوير المناهج وان يكلف المعلم والمدرس بمادة ذات الاختصاص

المقترحات :

١- دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات منها المساندة الاجتماعية ، تدني الانجاز الشخصي ، ضعف الاداء الوظيفي .

٢- ضرورة اجراء المزيد من الدراسات المشابهة او المرتبطة بهذه الدراسة على قطاع اوسع من مجتمع المعلمين يشمل معلمي المرحلة الابتدائية والاعدادية .

ثبت المحتويات

الموضـــــــــــــوع	رقم الصفحة
الآية القرآنية	ب
إقرار المشرف	ج
إقرار لجنة المناقشة	د
الاهداء	هـ
شكر وامتنان	و
مستخلص البحث	ز
ثبت المحتويات	ح
ثبت الجداول	ط
ثبت الملاحق	ي
الفصل الأول: الإطار العام للبحث	
مشكلة البحث	2
أهمية البحث	4
أهداف البحث	5
حدود البحث	5
تحديد المصطلحات	5
الفصل الثاني: الاطار النظري	
مفهوم الاحتراق النفسي	9
اعراض الاحتراق النفسي	9
اسباب الاحتراق النفسي	11

مراحل الاحتراق النفسي	12
النظريات المفسرة للاحتراق النفسي	13
الفصل الثالث : منهجية البحث واجراءاته	
مجتمع البحث	19
عينة البحث	21
اداة البحث	21
التطبيق النهائي	22
الوسائل الاحصائية	24
الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها	
عرض نتائج البحث	33
التوصيات	36
المقترحات	36
قائمة المصادر	
المصادر العربية	38
المصادر الإنكليزية	40
الملاحق	42

ثبت الشكل

الشكل	العنوان	الصفحة
١	تفسير تشيرنيس للاحتراق النفسي	15

٢	**نموذج ليتر وماسلاش لتفسير الاحتراق النفسي**	17

ثبت الجدول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
١	الآثار الفسلوجية التي يسببها الاحتراق النفسي	10
٢	اسماء الثانويات واعداد التدريسين موزعة على وفق متغير النوع	19
٣	عينة البحث التطبيقية	21
٤	النسبة المؤية لموفقة المحكمين على فقرات المقياس	23
٥	القوة التمييزية لمقياس الاحتراق النفسي	25
٦	معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية	27
٧	المؤشرات الاحصائية	31
٨	تعرف دلالة الفرق في مقياس الاحتراق النفسي	33
٩	تعرف دلالة الفرق على وفق متغير النوع	34
١٠	تعرف دلالة الفرق على وفق متغير المهنة	35

ثبت الملاحق

الملحق	رقم الصفحة
مقياس الاحتراق النفسي بصيغته الاولية	43
lمقياس الاحتراق النفسي المعد للتحليل الإحصائي	46
مقياس الاحتراق النفسي بصيغته النهائية	49

الـــفـــصـــل الأول

الإطار العام للبحث

مشكلة البحث

أهمية البحث

أهداف البحث

حدود البحث

تحديد مصطلحات

مشكلة البحث:

يواجه الأفراد في الحياة العاصرة المليئة بالتغيرات زيادة وتنوعاً في مصادر التوتر والضغط النفسي التي يتعرض لها الأفراد في مختلف الأعمار ، مما جعل العلماء والدارسون يولون اهتماما متزايداً لهكذا حالات لما لها تأثيراً خطير على الصحة النفسية والجسدية (جبريل ١٩٩٥،)

وبقدر الأهمية التي تحضي بها مهنة التعليم ، فأنها تعتبر من المهن الصعبة التي لابد لأفرادها من التحمل والعناء حيث أنها مهنة إنسانية في حين أن الفكر الإداري والتربوي المتعلق بإدارة الأفراد وعلم النفس الإداري يشير الى أن الأفراد العاملين في المهن الإنسانية أكثر تعرضاً لظاهرة الاحتراق النفسي في العمل بسبب ظروف العمل المختلفة والواجبات التي تحتم عليه بذل اقصى الجهود من اجل تحقيق الاهداف المرسومة لها (Maslach,1982) ، وقد اصبحت هذه الظاهرة اكثر شيوعاً واستخداماً لدى الدارسين والباحثين في مجال ادارة الافراد الذين عنو بها في كتاباتهم وبحوثهم نظراً للآثار السلبية على العاملين وعلى ادائهم ونتاجاتهم (توق ، ١٩٨٩) .

ويقول ريتشارد (Richard,1991) بأن مهنة التعليم ليست مهنة سهلة ، ومن الصحيح ان ساعات العمل اليومي من معلمين اقل من ساعات العمل في أي مهنة او وظيفة اخرى ، وصحيح ان اجازاتها السنوية اطول بكثير من الاجازات التي يمنحها النظام للوظائف والمهن الاخرى الا ان ما حصل من تغير في سلوك الطلاب وعصرنا المتطور ، وما حصل من تغير في نظرة المجتمع لمهنة التدريس وتوقعاتهم منها في ظل مانحن فيه من تطور سريع وتكنلوجيا هائلة ، جعلت من مهنة التعليم مهنة صعبة ، وهذا ما يفسر عزوف الكثيرين عن مهنة التدريس وتحولهم الى مهن اخرى ، ويوجد الكثير من الاسباب المؤدية الى حدوث التوتر والاحتراق النفسي ، وتختلف هذه الاسباب من فرد الى اخر من حيث واقعها النفسي عليه ، بسبب اختلاف قدرة التحمل النفسي من فرد للآخر وطريقة تعامل الافراد مع مسببات ومصادر الاحتراق ، وكذلك بسبب الفروق الفردية بين الافراد وخبرات الفرد السابقة وطبيعة شخصيته ومفهومه لذاته ، والقدرات والدعم الاجتماعي من البيئة المحيطة بالفرد ، لكن معظم علماء النفس يرون ان من اهم اسباب هذه الظاهرة هي صعوبات العمل الفيزيقية والادارية والانسانية (ابو عيشة، ١٩٩٧) .

واذا كان الاحتراق النفسي يمثل حالة من الاجهاد والتوتر تنجم من المهام والمسؤوليات واعباء العمل التي تزيد من طاقة الفرد وتتواصل على حساب قدراته الجسمية والنفسية وتتأثر بضغوطات العمل المختلفة فأن ذلك يبدو بوضوح من خلال الاصرار على تحقيق الاهداف الموكلة اليه ورغبته المطلقة في مثالية العمل الذي يؤديه سواء كان بمحض ارادته او بتأثير البيئة التي يعمل فيها او قيم المجتمع السائدة (Capel,1987)

ان عملية الاحتراق النفسي كما يراها جيرنس (Cherniss,1986) في الطيحانة ،(١٩٩٥) تمر من ثلاث مراحل ، المرحلة الاولى تنجم عن ظاهرة عدم التوازن الحاصل نتيجة لضغوطات العمل المستمرة. المرحلة الثانية تأتي لضرورة بتأثير ما ينبغي على الفرد القيام به كرد فعل مباشر لضغوطات التي يتعرض لها، ومع تأثيرات المرحلة الاولى والثانية تبدو بوضوح المرحلة الثالثة من خلال الاثار السلبية والتغيرات التي تبدأ بالظهور عند الفرد وتنعكس بجلاء على سلوكه المهني.

وإذ اتفقا على الاحتراق النفسي يمثل ظاهرة نفسية تصيب الفرد خلال ممارسته للمهام الوظيفية التي يتطلبها عمله والمهنة التي يعمل فيها فأن اسباب وعوامل كثيرة ومتنوعة تلعب دوراً بارزا وهاماً في وجود هذه الظاهرة وملاحظتها للعيان وعلى هذا فأن علماء النفس يميلون الى التأكيد بأن الضغوط النفسية التي يتعرض لها العاملون في مختلف الاعمال والمهن تقف في مقدمة الاسباب التي تؤدي الى الاحتراق النفسي (Maslach,1982).

يعد المعلم احد المحاور العلمية والتعليمية ، فهو الوسيط بين الطلاب وما يجب ان يقدم لهم من معلومات ، ومعارف ومهارات ، لذلك ان صحته النفسية والبدنية ينبغي النظر اليها بعين الاعتبار ، من اجل تحقيق نظام تربوي فعال وقد يعاني المعلم من بعض المشكلات المرتبطة بمهن التدريس كازدياد حجم العمل ، والعبء التدريسي ، وعدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، وفقدان التحكم والسيطرة على مجريات امور المهنة ، اضافة الى انخفاض العائد المادي لمهنة التدريس ، وغيرها من الاسباب حيث دعت بعض الباحثين الربط بين مهنة التدريس والضغوط النفسية (يوسف عبد الفتاح ،١٩٩٩).

والتي غالباً ما يصاحبها – في حالة استمرارها- ظهور بعض التأثيرات على المعلم ، كالتأثيرات السلبية في اتجاهاته وعلاقاته داخل وخارج المدرسة ، ونقص قدرته على العمل والاداء ، حيث يشعر باستنفاذ الجهد ، والتعب والاجهاد النفسي والبدني ، والذي يؤدي بدوره الى الاحتراق النفسي ، مما قد يؤدي الى ان يقع المعلم في صراع بين خيارين- لا ارادة له في أي منها – اما ان يصبح منهكاً في عمله لا يقوى على مواجهة العطاء ، او ان يترك المهنة ، اما جسدياً بالانصراف الى مهنة اخرى ، او نفسياً بأن يبدي نوعاً من الا مبالاة ، وعدم الاهتمام ، واهمال متطلبات مهنة التدريس . وهو ملاحظته الباحثات لدى بعض المعلمين مما يظهر عليهم اثر المعاناة من الضغوط المهنية المستمرة وبعض اعراض الاحتراق النفسي مثل: التعب ، كثرة الغياب ، الملل والسلبية والرغبة في ترك المهنة وبالضافة الى مضاعفات الاحتراق النفسي السلبية على المعلمين تنعكس تأثيراته الخطيرة على الطلاب والزملاء من المعلمين والإداريين والعاملين في المدرسة وكذلك انعكاساتها على العملية التعليمية بأكملها : ولهذا فإن الانحراف النفسي يمثل مشكلة باهظة التكلفة على المعلم والمدرسة ، والتي تتمثل في تدني معدلات الانتاجية ، والغياب لفترة طويلة اوترك المهنة (زيد محمد ، ٢٠٠٠، ص٨١).

ويمكن ملاحظة ان الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي تسير في اتجاهين الاول ، اهتم بدراسة العلاقة بين الاحتراق النفسي وشخصية المعلم ، والثاني اهتم بعلاقة الاحتراق النفسي

بأساليب مواجهة المشكلات وفي النصف الاخير من العقد تناول بعض الباحثين العلاقة بين هذه المتغيرات الثلاث . الاحتراق النفسي ، شخصية المعلم ، اساليب مواجهة المشكلات (Barlava1998).

أهمية البحث :

مما لاشك فيه ، ان للمعلم دور فعال في العملية التعليمية ، وبالتالي ، فأن أي تأثيرات سلبية على المعلم تنعكس سلباً على العملية التعليمية بأكملها ، والاحتراق النفسي من الظواهر ذات التأثيرات السلبية على المعلم ، ويظهر هذا التأثير في : انخفاض الاداء ، والاجهاد ، وكثرة الغياب ، والسلبية في التعامل مع الاخرين ، هذا الى جانب ان شخصية المعلم بمقوماتها وسماتها وخصائصها تقف حائلاً في اصابته بالاحتراق النفسي ، إضافة الى ان لكل مرحلة تعليمية طبيعتها ومشكلاتها ، التي تميزها عن غيرها من المراحل ، ويمكن الاشارة الى اهمية الدراسة فيما يلي :-

١- ان دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي ضرورة من ضروريات الاهتمام بالصحة النفسية – للإفراد بصفة عامة – وللمعلمين بصفة خاصة ، وذلك لأهمية دور المعلم في المجتمع المدرسي ، وكذلك خطورة ظاهرة الاحتراق النفسي ، حيث تأثيراتها السلبية على افراد المجتمع المدرسي .
٢- الكشف عن مثل هذه الظاهرة ، وتجنب تأثيراتها السلبية ، يقي المعلم ، ويساعده على التمتع بحالة نقية مستقرة ، وكذلك تحسين اداءه ، والمتمثل في تقدم الخدمات للطالب وجه دون ان يكون المعلم منهكاً ، او غير راضي على المهنة ، او تثقله ضغوطها ولا يقوي على مواجهة العطاء .
٣- القاء الضوء على بعض المشكلات النفسية التي يعاني منها المعلمين في المجتمع الدراسي ، وكذلك طبيعة المشكلات المهنية المتعلقة بكل مرحلة تعليمية .
٤- الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية في الحد من ظاهرة الاحتراق النفسي .
٥- تقديم اطار نظري عن مفهوم الاحتراق النفسي واعراضه واسبابه ومراحله والنماذج المفسرة له وكيفية للتعامل معه
٦- وهي محاولة تقديم مساعدة للمعلمين في فهم مشاكلهم التي تعترضهم اثناء عملهم ، وذلك بأخذ نتائج هذه الدراسة وغيرها من الدراسات السابقة والعمل بتوصياتها (حرب ،١٩٩٨).

وتكمن أهمية هذه الدراسة على تلقي المزيد من الضوء والاهتمام على موضوع الاحتراق النفسي الا أنها تجري على فئة هامة وحساسة من المجتمع وهي فئة الملمين والمدرسين والتي لها دور كبير في إعداد الطلاب وتحصليهم ، وهذه الدراسة استكمال لما جاء به الباحثون السابقون بخصوص موضوع الاحتراق النفسي وتقديم مساعدة للمعلمين في فهم مشاكلهم

أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي بالتعرف على:

١- الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية.
٢- دلالة الفرق في الاحتراق النفسي على وفق متغير النوع (ذكور، أناث).
٣- دلالة الفرق في الاحتراق النفسي على وفق متغير المهنة (معلمين، مدرسيين).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بالهيئات التعليمية في مدينة الديوانية للعام الدراسي (٢٠١٦- ٢٠١٧).

تحديد مصطلحات:

الاحتراق النفسي :

عرف الاحتراق النفسي مجموعة من العلماء والمختصين في علم النفس ومنهم:

Maslach(1982):

أعراض من الإنهاك العاطفي وفقدان الشعور الإنساني وتدني الإنجاز الشخصي ويحدث عادة للأفراد الذين يعملون في خدمة الآخرين(Maslach,1982.p,29-40).

بيمستربور(١٩٨٤):

حالة من النضوب المستمر للقيم المثالية والطاقة في نفس الأفراد أو أثناء تأديته المهام التي يقومون بها نتيجة ظروف العمل المحيطة بهم(بيمستربور،١٩٨٤،ص٢١).

علي عسكر واخرون (١٩٨٦):

ظاهرة تتمثل بالتغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات والسلوك الخاصة بالفرد كرد فعل لضغوط العمل ومن أهم مظاهرها فقدان الاهتمام بالعميل ، وأداء العمل بطريقة روتينية والنقص في الدافعية ومقاومة التغيير والابتكارية (علي عسكر وآخرون،١٩٨٦،ص١٠٤).

سيدمان وزاجر (١٩٨٦):

نمط سلبي من الاستجابات للأحداث التدريسية الضاغطة ، وللتلاميذ، وللتدريب كمهنة ، بالإضافة إلى إدراك أن هناك نقصاً في المساندة والتأييد من قبل المدرسة (سيدمان وزاجر،١٩٨٦،ص٣٢).

روجرز(١٩٨٧):

يعتبر عرض أو مجموعة من العلامات والأعراض التي تظهر معاً والتي تعبر عن المشاعر ويتم تحديدها من خلال تأثيرها الوجداني والنفسي والفسيولوجي على الأفراد، وهذه التأثيرات تشتمل على نضوب الطاقة واستنزاف القدرات الجسدية والنفسية والاستنزاف الوجداني(روجرز،١٩٨٧،ص٩١-١٠٦).

تايلر (١٩٨٩):

حالة من استنزاف بدني وذهني وتبدأ بالإجهاد وتنتهي بالارتخاء عصبي كامل، وهي عملية تراكمية تبدأ بأشارات تحذيرية ، ثم تنتقل الى فقدان الفاعلية والملل (تايلر ،١٩٨٩،ص٨٤-٩٧).

السمادوني (١٩٩٠):

حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني ، بسبب ما يتعرض لة الفرد من ضغوط ، أي انه يشير الى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الاخرين ، بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة (السامندوني ،١٩٩٠،ص٤٤).

Farber (1991) :

جملة من الأعراض المرتبطة بالعمل وتنشأ من إدراك الفرد للتباين بين الجهد (المدخلات) والعائد (المخرجات)، ويحدث غالباً للأفراد الذين يتعاملون مباشراً مع العملاء ذوي الحاجات الخاصة ، وتؤدي بالفرد الى الانسحاب واللامبالاة والإرهاق العاطفي والبدني (Farber,1991,pp235-243).

جمعة السيد يوسف (٢٠٠٦):

حالة من الإنهاك البدني والانفعالي والعقلي تنتج عن الانهماك طويل المدى فمواقف مشحونة انفعاليا وضاغطة ومصحوبة بتوقعات شخصية مرتفعة متعلقة بأداء الفرد (جمعة السيد يوسف ،٢٠٠٦،ص٤٤).

بيتر ساكو (٢٠٠٧):

يحدث عندما يبدأ الأفراد ذوي الالتزامات المرتفعة بفقدان المتعة والدافعية متمثلة في الإنهاك الجسدي والعاطفي والنفسي وهذا غالباً ما يحدث تحت ظروف بأن يكون الشخص تحت ضغط عالي ومركز لفترة طويلة ويشعر بأنه مدين للآخرين وأنه يتوجب عليه خدتهم (بيتر ساكو،٢٠٠٧،ص١٧٧).

التعريف النظري:

تتبنى الباحثات تعريف ماسلاش **(Maslach, 1982)** للاحتراق النفسي وهي صاحبة المقياس الشهير لذي أطلق علية أسمها **Maslach Burnout Inventory(MBI)** هو أكثر التعاريف قبولاً وأوسعها انتشارا حيث عرفته بأنه: أعراض من الإنهاك العاطفي وفقدان الشعور الإنساني وتدني الإنجاز الشخصي ويحدث عادة للأفراد الذين يعملون في خدمة الأخرين

التعريف الإجرائي:

هو مجموع الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته على عبارات مقياس الاحتراق النفسي .

الـفصل الثـاني

الإطار الـنـظـري

أولاً: مفهوم الاحتراق النفسي:

أن مصطلح الاحتراق Burnout مصطلح مألوف في مجتمعنا المعاصر فقد أصبح يستخدم بشكل كبير بالإشارة إلى ردود الفعل السلبية لاستمرارية العمل التي يصاحبها ضغوطات ومطالب عاطفية، ويعد الأعياء العاطفي صفة أساسية في هذا الاحتراق النفسي وتؤثر المحن الشخصية لخبرات الاحتراق النفسي الاحترافية والتغيرات الاتجاهية بشكل غير محدد على أداء الفرد في العمل وكفاءة الخدمات المقدمة للعملاء .

وهناكً العديد من التعريفات التي وضعت للدلالة على مفهوم الاحتراق النفسي حتى وقتنا هذا . وعلى الرغم من أن كل من هذه التعريفات قد أسهم في

استيعاب ظاهرة الاحتراق النفسي ، الا أن عدم الوضوح وعدم الاجتماع على رأي واحد يعتبر من أكبر العواقب التي تعوق تقدم الاختبارات التجريبية على كافة المستويات النظرية والعلمية [Nirasha Dhaniram , 2003:60].

تاريخياً كان شكسبير أول من نوه على مصطلح الاحتراق النفسي في كتابه "الرحالة الغاضب" الذي نشرة في عام ١٥٩٩ [Ronald Rush ,2003:17].

كما ذكر كل من شوفلي وانزمان التعبير الياباني الذي وصفة " هاراثني وكوشي " والذي يحمل نفس المعنى تقريباً "الموت من فرط العمل ".

ثانياً: أعراض الاحتراق النفسي :

هناكً أعراض الاحتراق النفسي بعضها ظاهر والاخر غير ظاهر وتتمثل الأعراض الظاهرة بالإجهاد الحاد ، نوبات القلق ،فقدان الشهية أو العكس فرط الشهية [تبعاً لسمات شخصية الفرد] والأعراض الاقل ظهوراً تتمثل في سحق اللسان ، الأفراط في التدخين ،الأرق ، الكوابيس ، النسيان ، قلة الانتاجية وعدم القدرة على التركيز ، وجميع هذه الاعراض ممكن ان تتركً اثار جادة وخطيرة على الصحة.

وطبقاً لجمعية النفسية الامريكية [APA] فأن السماح للاحتراق النفسي بالتطور ينتج عنه اكتئاب ، قلق ، وأمراضاً عضوية عدة إضافة الى مشاكل التعاطي والادمان ، كما ان امتداد الاحتراق النفسي لفترات طويلة دون تدخل يؤدي الى اضطرابات عضوية ونفسية عنيفة مثل الانتحار ، السكتة الدماغية والذبحة الصدرية .

وحذر فاربر[Farbe, 1983] من أنه من الاهمية أن ندركً اننا لانعرف الكثير عن اعراض الاحتراق النفسي وتتابع هذه الاعراض عما اذا كان هذا الاحتراق يزول من تلقاء

نفسه والمدة التي يستنفذها لكل عرض من الاعراض وقد كشف عن ثلاث اعراض للاحتراق النفسي [جمعة سيد شريف، ٢٠٠٦، ص٣٨]

١- **الإنهاك الجسدي** Physical Exhaustion:

يتميز هذا الجانب بالوهن وتوتر العضلات وتغير في عادات الاكل والنوم وانخفاض مستوى الطاقة بشكل عام أي الشعور بوعكة صحية عامة والسقم بدون سبب ظاهر

٢- **الإنهاك الانفعالي** Emotional Exhaustion:

هو شعور بالإحباط واليأس والعجز والاكتئاب والحزن والتبلد أتجاه العمل ، ويعبر عنه الأفراد بأن صبرهم قد نفذ ، ويظهرون شعور متكرر بالاستثارة والغضب دون سبب محدد ، وكذلك عدم المبالاة بأي جانب من الحياة المهنية والتي كانت فيها سبق مهمة بالنسبة لهم.

٣- **الإنهاك العقلي** Mental Exhaustion :

حيث يشكو الأفراد من عدم الرضا عن أنفسهم وعن مهنتهم وحياتهم بشكل عام ويشعرون بعدم الكفاءة وعدم الفاعلية والدونية .

أضافة الى تلك الأعراض هناك أعراض أخرى منها نفسية وجسمية فسيولوجية حيث أكد [Schaufeli & Enzmann شوفلي وانزمان] عن الاثار الفسيولوجية للاحتراق النفسي على كل من أجهزة الجسم المختلفة وجدول [١] يوضح ذلك:

أجهزة الجسم	الاثار التي يسببها الاحتراق النفسي
جهاز الأوعية الدموية والقلب	أمراض الشريان التاجي ، اضطرابات القلب ، زيادة ضغط الدم .
الجهاز الحركي	الروماتيزم – أمراض التهاب الأنسجة .

الجهاز التنفسي	الربو.
الجهاز العضلي	توتر العضلات ، ضيق التجويف الصدري ، نقلصات في البلعوم .
جهاز المناعة	نقص المقاومة، أمراض التسمم.
الجلد.	الإكزيمات، حب الشباب، التهاب الأعصاب .
الجهاز الهضمي.	الأمراض المزمنة الحادة، الإسهال، الإمساك، التهاب القالون.
الجهاز التناسلي	البرود الجنسي، العجز الجنسي .
الجهاز البولي .	غزارة البول .

[Beech , et. al , 1982:12]

حيث قدمت ماسلاش [Maslach, 1982] تصنيفاً اخر لأعراض الاحتراق النفسي وجود دلالات وأعراض محددة للاحتراق النفسي تتماشى مع المفهوم الذي وضعته للاحتراق النفسي ومنه:

- الطور الأول : تتصف هذه المرحلة بالاستنزاف البدني والوجداني .
- الطور الثاني : تزداد التوجهات السلبية نحو الزملاء والعملاء ونحو النفس وتتصف هذه المرحلة بالعزلة والانسحاب من المواقف وانخفاض في المهارات الوظيفية.
- الطور الثالث : يتسم هذ الطور بالاحتراق النفسي ، والتعافي من هذا الأمر بدون تدخل أمر غير محتمل .

ثالثاً: أسباب الاحتراق النفسي:

فكما أن هناكً عدم أتفاق على تعرف الاحتراق النفسي فهناكً أيضا عدم اتفاق على مسبباته ،في البداية كانت البؤرة المركزية للاحتراق النفسي تدور حول ظروف العمل والظروف الشخصية وقد تم دراسة هذه الظروف أو هذه العوامل كل منها على حدا ، فقد أدركً الباحثين ينبغي أن ننظر الى الاحتراق النفسي باعتباره مزيج من متطلبات العمل والتفاعل الشخصي للموارد [فارجا واخرون Varga, et al .,1996:210]

في ما يلي بعض العناصر التي تسبب الاحتراق :

١- أسباب شخصية : يختلف الأفراد في قدراتهم وحاجاتهم حيث أن الفروق الفردية عامل مهم في التأثير استجابة الفرد للمواق الضاغطة وتسهم بعض خصائص الشخصية في الإصابة بالاحتراق النفسي وأيضا بعض المتغيرات الديموغرافية وتأثيرها على عملية الاحتراق ومنها:

أ- النوع : على الرغم من أن البعض يعتقدون بعدم وجود علاقة خاصة بين النوع والإصابة بالاحتراق النفسي الا أن بعض الدراسات أكدت أن النساء والرجال غالباً ما يعانون من مستويات مختلفة من الاحتراق وتكون النساء أكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي لانهم معرضين للاستنزاف الوجداني بشكل كبير .

ب- السن : يعتبر متغير السن من أكثر المتغيرات الشخصية ثباتاً في علاقته بالاحتراق النفسي [ادم العتيبي ، ٢٠٠٣،ص٣٥٦]،حيث أكدت الدراسات أنتشار الاحتراق بين الشباب الأصغر سناً قياساً بالموظفين الذين تزيد أعمارهم عن الثلاثين أو الأربعين سنة ويعزى ذلكً إلى خبرة الموظفين الأكبر سناً وتطبيقهم استراتيجية فعالة ساعدتهم على مواجهة الإنهاكً العاطفي .

ج-الحالة الاجتماعية : أكدت الدراسات الأفراد المتزوجين أقل عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي من الأفراد الغير متزوجين [ماسلاش،١٩٨٢] ، حيث أن الأطفال والأسر يكونوا مصدر للمشاعر الحية ويمثلوا حاجز يحول دون فقدان المشاعر [Farber , 1983 ,Maslach& Jackson, 1982]

٢- أسباب وظيفية :

أن بيئة العمل المختلفة تسمح بتنظيم مستويات من الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن مما يؤدي في النهاية الى الاحتراق النفسي وخاصة في المهن الإنسانية لأن هناك أتصال مباشر وتكرار في التفاعل المركز مع العملاء حيث أن جوهر هذه المهن الاحتكاك الدائم مع العملاء ومشاكلهم وهذا هو المصدر الرئيسي للاحتراق ، ويشمل عوامل وظيفية منها :

أ- عبء العمل: هناك نوعان من عبء العمل [كمي ،نوعي] والعب الكمي يعني حجم العمل اليومي سواء بالزيادة أو النقصان ويذكر [عويد المشعان ، ٢٠٠،ص٦٩] أن الفرد الذي يمثل زيادة كبيرة في عبء العمل يقع تحت وطأه مستويات عالية من الضغوط ويترتب عليها زيادة في ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم ، أما عبء العمل النوعي فيعني صعوبة العمل ومستوى تعقيده .

ب- بيئة العمل : هناك عوامل اخرى تسبب الاحتراق ومنها العزلة ومصادر التدريب على الوظيفة ، وقصور المساندة الاجتماعية سواء من المشرفين أو الزملاء ، نقص الحوافز ، نقص الاستقلالية ، الطموح الوظيفي والإحساس الأكثر شيوعاً هو الشعور بالتناقض [Cordes& Dougherty , 1993].

رابعاً: مراحل الاحتراق النفسي :

١- المرحلة الأولى الحماسة Idealistic enthusiasm**: طاقة عالية وحماسية مرتفعة لتحقيق الأهداف ويبدأ هذا الكم الهائل من الطاقة في الذوبان في نهاية السنة الأولى للعمل .**

٢- المرحلة الثانية الركود Stagnation**: في هذه المرحلة يبدأ التباطؤ بالظهور على الموظف وتبدأ مستويات النشاط بالانخفاض ويبدأ الشعور بالإحباط وأن الاحتياجات الشخصية لم تستوفي بالكامل .**

٣-الإحباط Frusration**: باستمرار المرحلتين السابقتين يبدأ الفرد بالاكتشاف أنه غير قادر على تحقيق الأهداف التي يطمح إليها ، وينظر الى العملاء بأنهم أعداء أو شيء مزعج.**

٤- اللامبالاة Apathy**: علامة على عدم القدرة على التفاعل يبدأ الشخص ببناء درع دفاعي وتتسم هذه المرحلة بالسخرية والتهكم .**

خامساً: نظريات فسرت وتناولت ظاهرت الاحتراق النفسي:

سعى الكثير من الباحثين لتنظير الاحتراق النفسي من خلال النماذج التي تفسرة ومن هذه النظريات :

١ – نظرية الضغط والاحتراق النفسي ذات الأساس الاجتماعي النفسي (جوزيف بلاس)
Asocial- Psychological Theory of Teacher Stress Burnout(Jose Ph J Blasé):

تقدم هذه النظرية نموذجاً نفسياً واجتماعياً للضغط والاحتراق النفسي للمعلم ، ويؤكد على اهمية المتغيرات اداء العمل ودورات تفاعل المعلم – الطالب ،وهي مستمدة من نظرية الدافعية الاداء للمعلم Performance Motiration Theory The Teacher والتي اشارت الى ان هناك علاقة دينامية موجودة بين المعلمين والطلاب ، وان هذه العلاقة هامه لفهم الابعاد الرئيسية

لأداء المعلم من منظور نظرية الدافعية لأداء المعلم ، وأشارت هذه النظرية الى ان الضغط يؤدي الى الاحتراق النفسي سواء كانت استجابات المعلمين للضغط طويلة او قصيرة المدى ففي كلتا الحالتين تؤدي الى حدوث احتراق نفسي ، ولكن الاحتراق النفسي يرتبط بالتأثير السالب للضغوط على المدى الطويل على مصادر تكيف المعلم ، واتضح ان المعلمين ذوي الخبرة تعايشوا مع المشاكل الاولية المرتبطة بضغوط العمل واكتسبوا مصادر التكيف الاجتماعي والنفسي والفني الازمه للعمل الفعال مع الطلاب .

٢- نظرية شواب واخرون للاحتراق النفسي عند المعلمين

Schwab,Jackson & Schuer,Teacher Burnout 1986:

حيث حدد مصادر الاحتراق النفسي ،ومظاهره ومصاحباته السلوكية ؛ حيث صنف مصادر او اسباب الاحتراق النفسي الى : أسباب تتعلق بالمدرسة ، وأخرى تتعلق بشخصية المعلم ؛ وتتمثل الأولى في : عدم مشاركة المعلم في اتخاذ القرارات والتأييد الاجتماعي ؛ إضافة الى صراع الدور وغموضه ، اما المصادر التي ترتبط بالمعلم ذاته فتتمثل في : توقعات المعلم نحو دوره المهني والمتغيرات الشخصية الخاصة بالمعلم مثل العمر ، النوع ، عدد سنوات الخبرة ومستواه التعليمي كما اشار (شواب) الى مظاهر وأبعاد الاحتراق النفسي والتي تتمثل بالإجهاد الشخصي للمعلم ، وتناول أيضاً التأثيرات السلبية الناتجة عن حدوث الاحتراق النفسي ، والتي يمكن ات نطلق عليها المصاحبات السلوكية الناتجة عن الإصابة بالاحتراق النفسي والمتمثلة في : التعب لأقل مجهود ، زيادة معدل الغياب بل وقد يصل بالمعلم الى ترك المهنة (Schwab , et. al:1986 p19-33) .

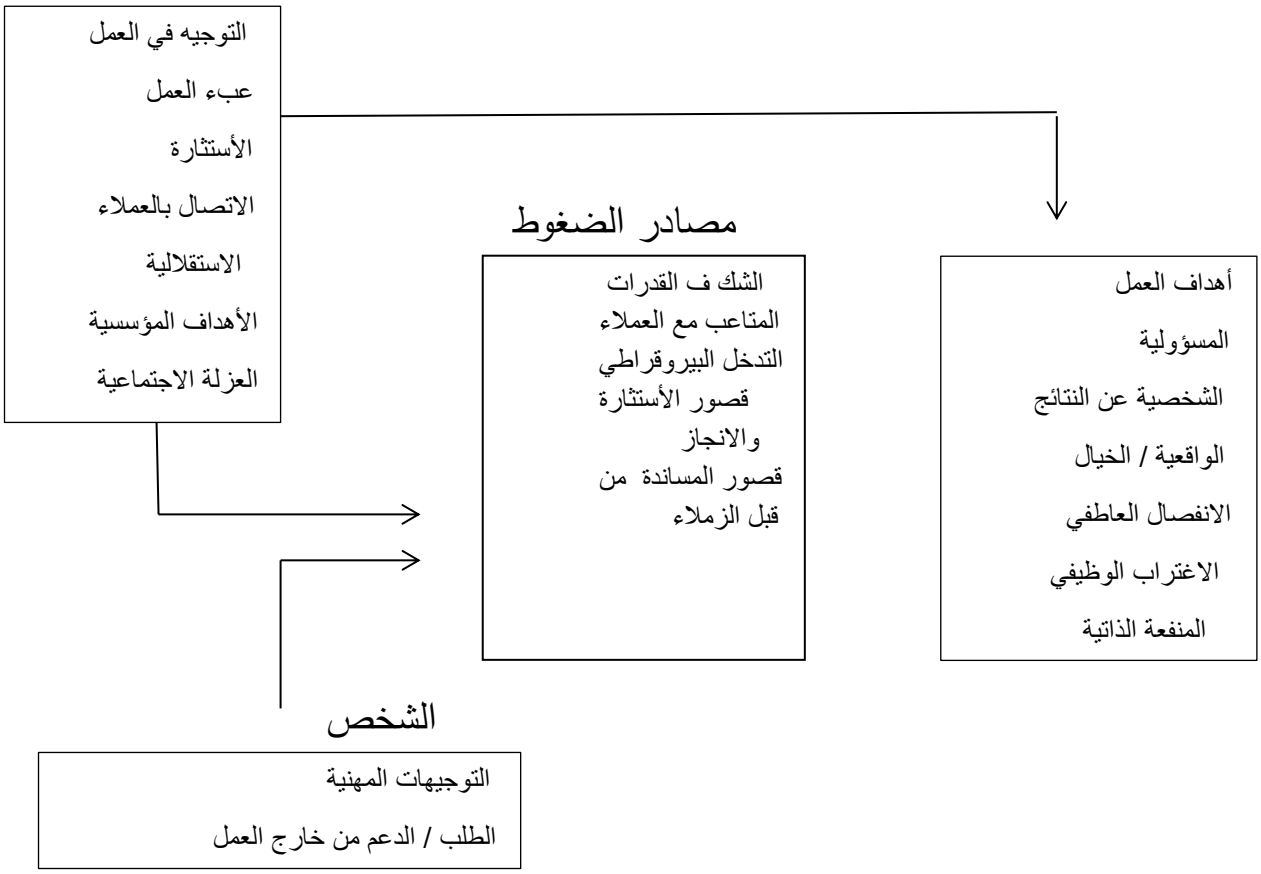
٣- نظرية شيرنيس (Chirniss , s Model of Burnout 1980):

عرف شيرنيس الاحتراق النفسي بأنه عملية تبدأ بمستويات متزايدة ومفرطة ممتدة من التوتر المهني حيث أن الضغط الموجود في العمل يؤدي الى خلق نوع من التوتر في نفس العامل (مشاعر ، توتر ، حدة، إجهاد) وتكتمل العملية عندما يقوم العامل باتخاذ وضع دفاعي من

خلال المواكبة مع ضغوط العمل وذلك بعزل نفسه نفسياً عن بيئة العمل ليصبح فاتر المشاعر ومتشائم .

ومن هذا المنظور فقد طور شيرنيس واحدة من النظريات الأولى التي تتعلق بكيفية تنمية الاحتراق ، ويقترح أن بيئة العمل وصفات الأفراد تعمل كمصدر للتوتر . فعلى سبيل المثال يؤدي التدخل البيروقراطي في إتمام المهام أو أنجاز الأهداف والقصور في العلاقات مع الزملاء إلى وجود شكوك لدى الأشخاص حول كفاءته .

ويحاول الأفراد التكيف وتعايش مع مسببات الضغط وفق العديد من الطرق مثل تقليل أهداف العمل ، تولي مسؤولية أقل لنتائج العمل ، يصبح أقل مثالية في أتجاه نحو الوظيفة كما يصبح مستقلاً عن العملاء أو حتى عن الوظيفة نفسها ويدعي شيرنيس أن المواقف السلبية لاستراتيجيات الإدارة تساهم في ظهور الاحتراق النفسي وشكل (١) يوضح تفسير شيرنيس للاحتراق النفسي :



شكل(١) تفـسير تـشيرنيس للاحتراق النفــسي
(Greenglass & Burke 1989, Cherniss, 1980)

٤- **نظرية ماسلاش (Maslach, 1982):**

قامت ماسلاش بتقديم نموذج لتفسير ظاهرة الاحتراق النفسي ولعله التفسير الأكثر وضوحاً ودقة وأكثر توسعاً حيث قامت ماسلاش بتصنيف أبعاد الاحتراق النفسي الى ثلاث أبعاد أطلقت عليها متلازمة الاحتراق النفسي وهي:

١- الاستنزاف الوجداني Emotional Exhaustion:

يعتبر الاستنزاف الوجداني هو المكون الأول للاحتراق النفسي والذي يمكن وصفة كفقدان للطاقة وحالة من الضعف والإجهاد التام واستنزاف موارد الفعل العاطفية والجسدية والإحساس بالتعب والإنهاك الجسدي عند بذل أقل جهد وكذلك الإحساس بالقلق والإحباط وسرعة الانفعال ، وعدم القدرة على أتخاذ القرار .

٢-فرط سلب الشخصية Depersonalization:

وهو البعد الأكثر توسعاً ويمثل السياق الشخصي للاحتراق النفسي وعندما يتم تعريفة فانه يشير الى التحول السلبي في رد الفعل تجاه الاخرين كما ينطوي على التوجيهات السلبية غير الملائمة وحدة الطبع والميل الى القسوة وفقدان الشعور الانساني عند التعامل مع العملاء والتهكم والسخرية ويتميز الافراد الذين يجربون تبدد الشخصية بأنهم لم يعودوا قادرين على اداء مستويات امانيهم المرتفعة بالشكل الطبيعي .

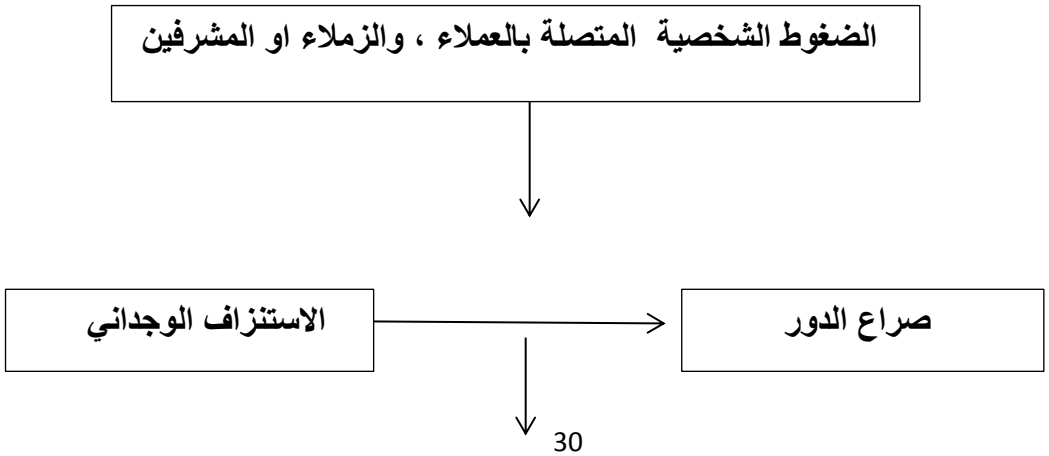
٣-تدني الانجاز الشخصي Reducall Faaling of Pesonal Accomplishment

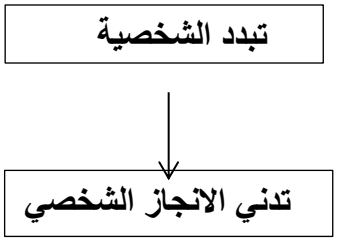
وهو يعبر عن التقييم الذاتي للاحتراق ويمثل شعور الفرد بعدم الكفاءة والفاعلية وفقدان دافعية الانجاز وانخفاض الانتاجية في العمل وانحدار المشاعر ويميل الفرد الى تقييم انجازاته الشخصية بطريقة سلبية والميل للاكتئاب والانسحاب وعدم القدرة لمواجهة الضغوط او التكيف معها والشعور بالفشل وضعف التقدير الذاتي .

والاحتراق أرهاق انفعالي وجسماني وسخط على الذات وعلى الآخرين وحتى على العمل وينخفض مستوى الرضا عن العمل ومن حيث المهن فيكون هناك صدام المهن الضاغطة بسبب مشاعر التوتر .

لقد قدمت ماسلاش دراسة تجريبية لهذا النموذج وخاصة صياغة تفسير الاحتراق النفسي والذي قدمته (ليتر ، ١٩٨٨) حيث دعمت فكرة ان الاستنزاف الوجداني لابد ان يكون محل اعتبار كمصدر رئيسي في المتطلبات الحادة والزائدة والضغوط الخاصة بالوظيفة ، ومن الممكن ان يظهر تبدد الشخصية على انه استجابة تأقلم بواسطة الافراد حيث انهم دائماً يرغبون في التعايش مع هذا الاستنزاف استخدام استراتيجيات التكيف والشكل (٢) يوضح التفسير

شكل (٢) نموذج ليتر وماسلاش لتفسير الاحتراق





الفـصـل الثـالث

اجـــراءات الـــبحث

أولا: مجـتمـع البـحـث

ثانياً: عيـنـة البـحـث

ثالثاً: أداة الـبـــحـــث

رابعاً: التـــطـبيق النـهائي

خامساً: الوسائـل الإحصائية

مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي بالهيئات التعليمية في تربية الديوانية ولكلا الجنسين للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧)، اذ بلغ مجموع الهيئات التدريسية (٢٧٨١) للمدارس الثانوية بواقع (١١٢٠) من الذكور و (١٦٦١) من الإناث وجدول (١) يوضح ذلك :

جدول(٢)

أسماء الثانويات وأعداد التدريسين موزعة على وفق متغير النوع للعام الدراسي (٢٠١٦- ٢٠١٧)

المديرية العامة لتربية القادسية التعليم الثانوي		اعداد أعضاء الهيئة التدريسية : حسب النوع		
ت	أسم المدرسة	ذكور	أناث	المجموع
١	ع. قتيبة	٧١	٠	٧١
٢	ع. الصدرين	٢٩	٠	٢٩
٣	ع. العروبة	٠	٥٤	٥٤
٤	ع. دمشق	٠	٥٩	٥٩
٥	م. الغصون	٠	٤٢	٤٢

٦	ع. أبن النفيس	٤٧	٠	٤٧
٧	ع. المركزية	٥٦	٠	٥٦
٨	ع. ميسلون	٠	٤٩	٤٩
٩	ع. الفردوس	٠	٦١	٦١
١٠	ع. الزيتون	٢٣	١٣	٣٦
١١	ع. الجواهري	٣٦	٠	٣٦
١٢	ع. البشير المسائية	٧	٠	٧
١٣	ع. الكوثر	٠	٤٣	٤٣
١٤	ع. الحوراء	٠	٤٤	٤٤
١٥	ع. أمير المؤمنين	٠	٤٨	٤٨
١٦	م. زمزم	٣١	١٣	٤٤
١٧	ث. النهضة	٤٨	٠	٤٨
١٨	ع. الرباب	٠	٦٢	٦٢
١٩	ث. بلقيس	٠	٥١	٥١
٢٠	ث. ابي تراب المطورة	٤٨	٣	٥١
٢١	ث. النور	٠	٤٤	٤٤
٢٢	ث. المتميزين للبنين	٣٦	٠	٣٦
٢٣	ث. المتميزات للبنات	٢	٣٥	٣٧
٢٤	ث. السرور	٠	٤٢	٤٢
٢٥	م. الجزائر	٣٧	٢٠	٥٧

٢٦	م .الشعب المسائية	٥	٠	٥
٢٧	م. الجمهورية	٠	٤١	٤١
٢٨	م. الحرية	٠	٥١	٥١
٢٩	م. القدس	٠	٥٣	٥٣
٣٠	م .الخورنق	٣٤	٨	٤٢
٣١	م. المثنى	٢٠	١٣	٣٣
٣٢	م. الرصافي	٢٠	١٣	٣٣
٣٣	م. الامام محمد الباقر	٢٩	٤	٣٣
٣٤	م. الفجر	٠	٥٠	٥٠
٣٥	م. القوارير	٠	٤١	٤١
٣٦	م. التحرير	١٠	٣	١٣
٣٧	م. فاطمة بنت أسد	٠	١٣	١٣
٣٨	م. الشعاع	٠	٤٢	٤٢
٣٩	م. الرازي	١٨	٨	٢٦
٤٠	م. السجدة	٠	٤١	٤١
المجموع ٢٧٨١				

ثانياً :عينة البحث التطبيقية :

اعتمدت الباحثات على اختيار عينة البحث التطبيقية على الطريقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي من الهيئات التعليمية للذكور والاناث بأعداد متساوية اذ تم اختيار (١٠٠) مدرس ومعلم من الهيئات التعليمية موزعين بالتساوي على وفق متغير النوع بواقع (٥٠) ذكور و(٥٠) من الإناث وجدول (٣) يوضح ذلك:

الذكور		الاناث		المجموع
مدرس	معلم	مدرسة	معلمة	١٠٠
٢٥	٢٥	٢٥	٢٥	

ثالثاً: أداة البحث :أعداد مقياس الاحتراق النفسي :

١- تحديد متغير الاحتراق النفسي

قامت الباحثات في هذا الصدد بتبني التعريف النظري ل (Maslach, 1982) لانهم اعتمدوا عليه في قياس هذا المتغير بوصفة أطاراً نظرياً في البحث .

٢- أعداد فقرات المقياس :

لغرض اعداد مقياس الاحتراق النفسي أطلعت الباحثات على عدد من المقاييس التي أعدت لهذا الغرض وكما يلي :

أ- مقياس الاحتراق النفسي لـ (الحرتاوي ،١٩٩١)

يستهدف المقياس الى قياس الاحتراق النفسي ، ويتكون من (٢٢) عبارة يتم الاجابة عليها من خلال مقياس يتراوح بين الانطباق وعدم الانطباق التام، وذلك على متصل يتراوح من صفر الى (٥) وتشير الدرجة التي يحصل عليها الفرد الى مستوى الاحتراق النفسي .

ب-قياس الاحتراق النفسي لـ (العتيبي ،٢٠٠٣)

يستهدف المقياس الى قياس الاحتراق النفسي ، يتكون من (٢٢) فقرة يتم الاجابة عليها من خلال خمس بدائل ، وتشير الدرجة التي يحصل عليها الفرد الى مستوى الاحتراق النفسي .

أن الباحثات وأن قد أطلعوا على تلك المقاييس ، بل قاموا بتبني مقياس (العتيبي، ٢٠٠٣) لقياس الاحتراق النفسي للأسباب الاتية :

١- أنه يتحدد أساساً بالاعتبارات والأسس والمفاهيم التي تقوم عليها نظرية ماسلاش ويعبر عن التحليل المنظم للمحتوى الحقيقي لمفهوم النظرية . هذا من مستوى التنظير ، اما على مستوى القياس فأنه الاداة الرئيسية والاكثر شيوعاً في قياس الاحتراق النفسي .

٢- سهولة فقراته ووضوحها وإمكانية ملائمتها للبيئة العراقية .

٣- يعد من المقاييس المستعملة في دراسة مفهوم الاحتراق النفسي عبر الثقافات المختلفة .

٣- أعداد تعليمات المقياس :

سعت الباحثات الى أن تكون تعليمات المقياس واضحة ، اذ طلب من المستجيبين الاجابة عنها بكل حرية وصراحة وصدق وموضوعية ، وذكر بأنه لا توجد هناك أجابه صحيحة وأخرى خاطئة ، بقدر ما تعبر عن رأيهم ، مذكراً انه لا داعي لذكر الاسم ،وأن الاجابة لن يطلع عليها الباحث ، وذلك ليطمئن المستجيب على سرية أجابته .

٤- عرض الأداة على الحكام:

بعد أن تمت صياغة تعليمات المقياس وأعداد فقراته البالغة (٢٨) فقرة (ملحق١)، قامت الباحثات بعرضها على مجموعة من المحكمين * المختصين في علم النفس ،اذ بين المحكمين الهدف من الدراسة والتعريف النظري المعتمد في دراسة المتغير مبيناً لهم أن لكل فقرة (خمس بدائل)، اذ يعطى للبديل دائماً الدرجة (٥) ، في حين يعطى للبديل أبداً الدرجة (١) ، وقد حصلت الباحثات على موافقة السادة المحكمين على تعليمات المقياس وطريقة اعداد الفقرات على وفق طريقة الاختبار المتعدد(خمس بدائل)، وقد حصلت الموافقة علة (٢٤) فقرة ، أذ حصلت على نسبة ٨٠% فأعلى ماعدا الفقرات (٢٠،١٧،٧،٤) أذ كانت نسبة موافقتهم ٧٠% فأدنى وذلك تم أستبعاد تلك الفرات من المقياس وجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول (٤)

النسبة المئوية لموافقة المحكمين على فقرات مقياس الاحتراق النفسي

تسلسل الفقرات	الموافقون		المعارضون	
	التكرار	النسبة المئوية	التكرار	النسبة المئوية
١٣،١٤،١٥،١٦،١٨،١٩،٢١،٢٢،٢٣،٢٤،٢٥،٢٧،٢٨، ٢،٣،٥،٨،٩،١٠،١١،	١٠	١٠٠%	صفر	صفر%
١،٦،٢٦	٩	٩٠%	١	١٠%
١٢	٨	٨٠%	٢	٢٠ %
٤،٧،٢٠	٧	٧٠%	٣	٣٠%
١٧	٦	٦٠%	٤	٤٠%

، وبهذا اصبح المقياس بعد عرضه على الخبراء مكون من **(٢٤)** فقرة.

(*) السادة أعضاء لجنة المحكمين :

١) أ. م. د سلام هاشم حافظ _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٢) أ. م. د علي شاكر الفتلاوي _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٣) أ. م. نغم هادي _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٤) م. د علي حسين عايد _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٥) م. د رواء ناطق _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٦) م. د. أحمد عبد الكاظم _ كلية الآداب _جامعة القادسية.

٧) م. د عماد عبد الامير _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

٨) م. زينة علي صالح _ كلية الآداب _ جامعة القادسية.

٩) م. علي عبد الرحيم صالح _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

١٠) م. م حسام محمد منشد _ كلية الآداب _ جامعة القادسية .

*** التطبيق الاستطلاعي الأول للمقياس:**

قامت الباحثات بالتطبيق الاستطلاعي الأول لمقياس الاحتراق النفسي على مجموعة من مدرسين ومعلمين تربية الديوانية، وذلك لمعرفة مدى وضوح فقرات المقياس وتعليماته وبدائله ووضوح لغته ،فضلاً عن حساب الوقت المستغرق للإجابة ، وذلك على عينة عشوائية مكونة من (١٠٠)من معلم ومدرس. وتبين للباحثات أن التعليمات كانت واضحة والفقرات مفهومة ، وان الوقت المستغرق في الإجابة يتراوح بين (٣-٩) دقيقة ، بمتوسط مقداره (٦) دقائق .

*** التطبيق الاستطلاعي الثاني:** قامت الباحثة باستخراج القوة التمييزية للمقياس بعد تطبيقه مقياس الاحتراق النفسي ولإيجاد القوة التميزية لفقرات المقياس قامت الباحثات بتطبيق هذا المقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (١٠٠) مدرس ومعلم من الهيئات التعليمية بتربية الديوانية اختبارهم بطريقة العشوائية من المدرسين والمعلمين موزعين بالتساوي على وفق متغير النوع وجدول (٤) يوضح ذلك ، ولقد تم استخراج القوة التميزية لفقرات المقياس الاحتراق النفسي بطريقتين هما :

أ . **طريقة المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method :**

بعد تصحيح استمارات المفحوصين واعطاء درجة كلية لكل استمارة ، قامت الباحثات بترتيبها تنازلياً من أعلى درجة كلية الى أدناها ثم أخذت نسبة الـ (٢٧%) العليا من الاستمارات بوصفها حاصلة على أعلى الدرجات وسميت بالمجموعة العليا والتي بلغت (٢٧) استمارة ، ونسبة الـ (٢٧%) الدنيا والحاصلة على أدنى الدرجات وسميت بالمجموعة الدنيا والتي بلغت (٢٧) استمارة أيضا ، وفي هذا الصدد أكد إيبل Ebel و ميهرنز Mehrens إن اعتماد نسبة الـ (٢٧ %) العليا و الدنيا تحقق للباحثة مجموعتين حاصلتين على أفضل ما يمكن من حجم و تمايز (رضوان ، ٢٠٠٦، ص ٣٣١) .و من أجل استخراج القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس التشويهات المعرفية ، قامت الباحثة باستعمال الاختبار التائي (T–test) لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا لدرجات كل فقرة من فقرات المقياس وجدول (٥) يوضح ذلك.

جدول (٥) القوة التمييزية لمقياس الاحتراق النفسي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

رقم	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
الفقرة	الوسط الحسابي	التباين	الوسط الحسابي	التباين	
١	٤،٣٣٣	١٣،٧٧٧	١،٧٤٠	٠،٧١٠	٣،٦٤١
٢	٤،٣٣٣	٠،٦٦٦	١،٣٧٠	٠،٣٥٧	١٥،٦٧٧
٣	٤،٩٢٥	٠،٠٦٨	٢،٨٥١	٠،٨٦٦	١١،٥٢٢
٤	٤،٨١٤	٠،١٥٠	٢،٢٩٦	١،٠٢٣٣	١٢،٤٦٥
٥	٤،٦٦٦	٠،٤٤٤	٢،٠٧٤	١،٢١٦	١٠،٧٥٥
٦	٤،١١١	٠،٧٦٥	٢،٠٧٤	١،١٠٥	٧،٩٨٨
٧	٥	صفر	٣،٤٤٤	٠،٤٦٩	١٢،١٥٦
٨	٤،٣٣٣	٠,٢٢٢	١،٩٢٥	٠،٥١٣	١٥،٠٥

٩	٤،٩٦٢	٠،٠٣٥	٣،٣٧٠	١،٧١٤	٦،٤٤٥
١٠	٤،٤٤٤	٠،٦١٧	٤،٠٧٤	١،٠٣١	١،٥٤١
١١	٣،٨٥١	٠،١٦٣	١،٧٠٣	٠،٢٨٢	١٧،٣٢٢
١٢	٤،٤٤٤	٠،٠٢٤	٢،٤٠٧	١،٠٩٣	١٠،٣٤٠
١٣	٣،٩٦٢	٣،١٨٣	١،٩٢٥	٠،٩٥٧	٥،٣٦٠
١٤	٤،٨٨٨	١،٠٩٨	٤،٤٠٧	٠،٨٣٤	١،٨٥
١٥	٤،٨٥١	٠،٢٠٠	٣،٤٤٤	١،٣٥٨	٦،٠٣٨
١٦	٤،٩٢	٠،٠٣٥	٣،٨٨٨	١،٠٦١	٥،٥٤٨
١٧	٣،٨٨٨	١،٦٩١	٣،٣٧٠	١،٦٤٠	١،٥١٩
١٨	٤،٣٧٠	٣،٠٨٥	٤،١١١	٠،٦٩١	٠،٧١٣
١٩	٤،٥٩٢	٠،٣١٥	٣،٤٨١	١،٣٦٠	٤،٥٩٠
٢٠	٤،٥٥٥	١،١٣٥	٣،٠٧٤	١،٢٥٣	٥،٠٠٣
٢١	٤،٧٧٧	٠،٤١٩	٣،٧٤٠	٠،٩٣٢	٤،٧٧٨
٢٢	٤،٨٥١	٠،١٢٦	٣،٣٧٠	١،٠٤٨	٧،٥٩٤
٢٣	٤،٤٨١	٠،٦٢٠	٣،٥١٨	١،٤٣٤	٨،٠١٨
٢٤	٤،٨٥١	٠،١٢٦	٣،٧٧٧	٠،٩٨٧	٥،٤٥١

جميع الفقرات مميزة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٥٢)

يساوي ١،٩٨ ماعدا الفقرات (١٠،١٤،١٧،١٨)

ب . علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس Internal Consistency Method

أن هذه الطريقة وأن عدت من أدق الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي للمقياس ، فأنها تهتم أيضاً بمعرفة فيما أذا كانت كل فقرات المقياس تسير في نفس الاتجاه الذي يسير فيه المقياس ككل (عيسوي ، ١٩٨٥،ص٥١)، كما تفترض هذه الطريقة ان الفقرة تقيس المفهوم ذاته الذي تقيسه الدرجة الكلية (Stanelly Shapkins , 1972, p.111) ، وعلى هذا الأساس ينبغي الابقاء على الفقرات التي تكون معاملات الارتباط درجات الفقرة مع الدرجة الكلية للمقياس عالية في حين تحذف الفقرات عندما يكون معامل الارتباط فقراتها مع الدرجة الكلية الواطئة(الزوبعي واخرون ، ١٩٨١،ص٤٣).

وباستعمال البيانات ذاتها التي اعتمدت في أسلوب العينتين المتطرفتين فأن معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية له قد تتراوح ما بين (٠،٩٩- ٠،٠٩) وفي هذا الصدد أشار (أيبل- EBEL) الى ان قبول الفقرة يتحدد اذا حصلت على معامل ارتباط (٠،١٩) فأكثر من الدرجة الكلية وكذلك تم اختبار دلالة معاملات الارتباط لجميع الفقرات ظهرت دلالتها الاحصائية عدا الفقرات التي سيرد ذكرها لاحقاً.

وانطلاقا مما تقدم فأن جميع فقرات المقياس عدت مميزة في هذا الاسلوب عدا الفقرات (١،١١،١٤) والتي كان معامل ارتباطها أقل من (٠،١٩)، وجدول (٦) يوضح ذلك :

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي

الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠،٠٩٦	١٣	٠،٧٩
٢	٠،٩٧	١٤	٠،٣٤-
٣	٠،٩٢	١٥	٠،٨٧
٤	٠،٩٢	١٦	٠،٧٢
٥	٠،٩٤	١٧	٠،٤٦
٦	٠،٨٧	١٨	٠،٩٤

٧	٠،٨٩	١٩	٠،٧٩
٨	٠،٨٩	٢٠	٠،٨٣
٩	٠،٨٦	٢١	٠،٩٩
١٠	٠،٤٧	٢٢	٠،٨٢
١١	٠،٠٩	٢٣	٠،٥٢
١٢	٠،٨٢	٢٤	٠،٦٠

في ضوء ما تقدم فأن كل فقرة من فقرات المقياس قد استبقيت عندما يكون معامل أرباطها بالدرجة الكلية أعلى من (٠،١٩) وفي الوقت نفسه يكون معامل تميزها أكثر من (١،٩٨٠)، ومعنى ذلك أن جميع الفقرات البالغة (٢٤) فقرة عدت مميزة عدا الفقرات (١،١٠،١١،١٤،١٧،١٨) اذا كانت القيمة التائية المحسوبة أقل من الجدولية (١،٩٨) وعينة سيكون المقياس بصيغته النهائية مكون من (١٨) فقرة .

***مؤشرات صدق المقياس:**

يعد الصدق من الخصائص اللازمة في بناء المقاييس لكونه يشير الى قدرة المقياس على قياس الخاصية التي وضع من اجل قياسها (فرج، ١٩٨٠، ص٣٦٠) واستخرج للمقياس الحالي المؤشرات الآتية :

١-**الصدق الظاهري Face Validity**:يشير ايبل (Ebel) إلى ان افضل طريقة للتحقق من الصدق الظاهري تتمثل في عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين للحُكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها (Ebel, 1972, P.55) . وتحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت فقراته على مجموعة من الخبراء بشأن صلاحية المقياس وملائمته لمجتمع الدراسة .

٢ . **مؤشرات صدق البناء Construct Validity** :

يقصد بصدق البناء مدى قياس المقياس لسمة أو ظاهرة سلوكية معينة (الزوبعي واخرون ،١٩٨١،ص٤٣)، أذ اوضح عدد كبير من المختصين أنه أكثر أنواع الصدق قبولاً والذي يتفق مع جوهر مفهوم (أيبل EBEL)، للصدق من حيث تشبع المقياس بالمعنى (الأمام ،١٩٩٠،ص١٣١)، ولقد توفرت مؤشرات صدق البناء في مقياس الاحتراق النفـــسـي بعد تحديد مفهومه وصياغة فقراته ضمن ذلك المفهوم ، فضلاً عن التحقيق الكمي لمؤشرات صدق البناء وذلك من خلال القوة التمييزية للفقرات أولاً وإيجاد علاقة الفقرة بالمجموع الكلي .

***مؤشرات الثبات :**

أذا كان الثبات يعني دقة المقياس ، فأنه يعني أيضاً الدقة والاتساق في أداء الأفراد ، والاستقرار فـ٥ي النتائج عبر الزمن ، فالمقياس الثبات يعطي نفس النتائج أذا طبق على نفس المجموعة من الافراد مرة ثانية (Baron, 1981, p.418)، فضلاً عن ذلك أن من شروط المقياس الجيد أن يتصف بثبات عال (Anastasl, 1976, p.103) ،ولقد أشارت أدبيات المقياس النفسي الى أمكانية قياس الثبات بطريقة الاتساق الخارجي أو ما يسمى بإعادة الاختبار (TEST– RETEST) ، وذلك عندما يستمر المقياس بإعطاء نتائج ثابتة نسبياً بتكرار تطبيقه عبر الزمن ،وكذلك بطرقة الاتساق الداخلي أو ما يسمى بطريقة التجزئة النصفية (SIPLT – HALF METHOD) أذ يمكن تحقيقه من خلال كون فقرات المقياس جميعها تقيس المفهوم ذاته وفي نفس الفترة (Framell, 1981, p.97)، وهكذا يبدو أن الفرق بين طريقتي التجزئة النصفية وأعاده الاختبار ، وأن معامل الثبات في الطريقة الاولى يشير الى طرقة تجانس الفقرات ،أذ يقصد بالتجانس أن الفقرات تقيس مفهوماً واحداً ، بينما يشير معامل الثبات بطريقة أعادة الاختبار الى درجة استقرار الافراد في أجابتهم على المقياس عبر فترة مناسبة من الزمن (الزوبعي واخرون ،١٩٨١،ص٣٣)، وهكذا قامت الباحثات باستخراج ثبات مقياس الاحتراق النفسي بتلك الطرقتين وكما يلي :

١–طريقة أعادة الاختبار – TEST– RETEST:

تتضمن هذه الطريقة تطبيق المقياس على عينة ممثلة من الافراد ،ثم أعادة تطبيق المقياس مرى أخرى بعد مرور فترة مناسبة من الزمن، ثم يحسب معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة من المرة الأولى والثانية (الزوبعي واخرون، ١٩٨١، ص٣٣) ، وبالتالي فأن معامل الثبات العالي بهذه الطريقة يشير الى وجود استقرار (STABITIY) في أجابه الافراد عبر الزمن (Inurphy, 1988, p.85)، ولقد قامت الباحثات بتطبيق مقياس الاحتراق النفسي لاستخراج الثبات بهذه الطريقة على عينة مكونه من (٢٠) مدرس ومعلم من تربية الديوانية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية موزعين بالتساوي على وفق متغير النوع (١٠) ذكور و (١٠) أناث .

وهكذا قامت الباحثات بعد مرور أسبوعين من التطبيق الأول للمقياس بأعاده المقياس نفسه مرة أخرى وعلى العينة ذاتها وباستعمال معامل ارتباط بيرسون (PERSON CORRELATION OFFICENT)، للتعرف على طبيعة العلاقة بين درجات التطبيق الأول والثاني ، فقد ظهر معامل الثبات (٠،٧٥)، وقد عدت هذه القيمة مؤشراً على استقرار استجابات الافراد على مقياس الاحتراق النفسي عبر الزمن وفي هذا الصدد أشاره (العيسوي)الى أنه اذا

كان معامل الثبات بين التطبيق الأول والثاني (٠،٧٠) فأكثر فأن ذلك يعد مؤشراً جيداً لـثبات مقـياس (عيسوي ،١٩٨٥، ص٥٨).

وباختبار دلالة معامل الثبات ، ظهرت أن القيمة التائية المحسوبة (٨،٣٢٨) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٨)وهي أكبر من القيمة الجدولية (٢،١٠١) مما يشير الى أن معامل الثبات يمكن الركون والاعتماد عليه.

٢- طريقة التجزئة النصفية - HALF- SPLIT METHOD:

قامت الباحثات بتقسيم المقياس إلى قسمين ، أخذين مجموع درجات الأفراد على الفقرات الفردية ، ومجموع الفقرات الزوجية لذات الأفراد. يتألف كل نصفين من (٩) فقرات على أساس الفقرات الفردية والزوجية ، فقد اعتمدت الباحثات على عينة التطبيق الاول في حساب الثبات بطريقة أعادة الاختبار والبالغ عددها (٢٠) مدرس ومعلم من تربية القادسية كما تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين نصفي المقياس ، أذ وجدت أن قيمة معامل الارتباط المستخرج بهذه الطريقة هو (٠،٨٩) ، ولما كان معامل الارتباط المستخرج بتلك الطريقة يمثل نصف المقياس وليس المقياس ككل، لذا فقد جرى تعديله باستعمال معادلة (سيبرمان براون- SPERMAN BROWN PORMULA)، فأصبح معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية بعد التعديل (٠،٩٤) (Allen & Wendy ,1979, p. 79).

- **المؤشرات الإحصائية لمقياس الاحتراق النفسي :**

أوضحت الأدبيات العلمية أن من المؤشرات الاحصائية التي ينبغي أن يتصف بها أي مقياس تتمثل في التعرف على طبيعة التوزيع الاعتدالي الذي يمكن التعرف علية بواسطة مؤشرين أساسيين هما الوسط الحسابي والانحراف المعياري (البياتي وأثناسيوس ،١٩٧٧، ص٢٧)، والوسط الحسابي وأن كان يعرف بأنه مجموع قيم الدرجات مقسوماً على عدد تلك القيم فأن الانحراف المعياري يعبر عنه مقدار درجة انحراف أو ابتعاد قيم المتغير عن الوسط الحسابي وأنه كلما قلت درجة الانحراف المعياري واقتربت من الصفر دل ذلك على وجود نوع من التجانس أو التقارب بين قيم درجات التوزيع (البياتي وأثناسيوس ،١٩٧٧،ص١٦٧)، واذا كان الخطأ المعياري للتقدير (STANDARD ERROR OF ESTMATE)، يعبر عنه بالفرق بين درجة حقيقية واحدة وتقديرها فأنه يعد من المؤشرات الاحصائية المهمة الذي يساعد في معرفة التنبؤ ، فكلما كانت قيمة هذا الخطأ عالية فهذا يعني أن هناك فرقاً كبيراً بين الدرجة الحقيقة والدرجة المتوقعة ، وكلما انخفضت هذه القيمة واقتربت من الصفر فهذا يعني ان الفرق بين تلك الدرجات المنخفضة ، وعندما يكون مقدار الخطأ المعياري للتقدير (صفراً) فهذا يدل على تطابق الدرجات المتوقعة مع الدرجات الحقيقية (البياتي وأثناسيوس ،١٩٧٧،ص ٢١١).

كذلك الالتواء (SKEWNESS) والتفرطح (KURTOSIS) وأن كانا يعدان خاصيتين في التوزيع التكراري ، أذ يشير معامل الالتواء الى درجة تركيز التكرارات عند القيم المختلفة للتوزيع الاعتدالي (عودة وخليلي ،١٩٨٨،ص٧٩-٨١)، فمن الممكن التمييز بين التوزيعات من خلال درجة ونوع الالتواء والتفرطح ، اذ يستعمل عادةً مؤشرات احصائية للتعبير عنها (عودة ، ٢٠٠٢، ص٢٤٧)، وهكذا نجد أن معرفة درجة التفرطح أي توزيع نوعية ينبغي أن يقارن هذا المعامل بمقياس يتخذ أساساً لذلك . ومن المتبع أن يقارن هذا بمعامل التفرطح المقابل له في المنحنى الطبيعي القياسي ، وبحساب هذا المعامل في المنحنى القياسي نجد أن قيمته تعادل (٠،٢٦٣) فاذا زاد هذا المعامل عن هذه القيمة يكون التوزيع مسطحاً واذا قل عنها كان التوزيع مدبباً .

أن حساب المؤشرات الاحصائية الأنفة الذكر لمقياس الاحتراق النفسي والركون الى نتائج التطبيق فيما بعد ، تتطلب من الباحثات استعمال الحقيبة الاحصائية في أستخرج تلك المؤشرات الاحصائية وجدول (٧) يوضح ذلك :

جدول (٧)

المؤشرات الاحصائية لمقياس الاحتراق النفسي

ت	المؤشرات الإحصائية	القيم
١	الوسط الفرضي – SUGGEST MEAN	٥٤
٢	الوسط – MEAN	٦٧،١٢
٣	الوسيط – MEDIAN	٦٨،٧٩
٤	المنوال – MODE	٧٠
٥	الخطأ المعياري للوسط – STD.ERR0R OF MEAN	٠،٦٢٥
٦	الانحراف المعياري – STD. DEVIATION	١٨،٨٢٣
٧	التباين – VARIANCE	٣٥٤،٣٢٥
٨	الالتواء – SKEWNESS	٠،٢٣٢

٩	التـفرطـح – KURTOSIS	٠،٢١٥
١٠	المـــدى – RANGE	٣٢
١١	أقــل درجــة – MINIMUM	٨٣
١٢	أعلــى درجــة – MAXIMUM	١١٦

وعند ملاحظة قيم المؤشرات الاحصائية الانفة ذكرها لمقياس الاحتراق الـنـفـسـي نجد أن تلك المؤشرات تتسق مع معظم مؤشرات المقياس العلمية ،اذ تقترب درجات الاحـتراق الـنـفـسـي وتكراراتها في هذا المقياس نسبياً مع التوزيع الاعتدالي ، مما يسمح بتعميم نتائج تطبيق هذا المقياس.

الـفـصـل الـرابـع

عرض الـنتائج وتـفـسـيـرهـا

الـتـوصـيـات

الـمـقـتـرحـات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث الحالي على وفق أهدافة الموسومة ، ومناقشة تلك النتائج وتفسيرها في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري المعتمد والذي تم تحديده في الفصل الثاني، ومن ثم الخروج بتوصيات ومقترحات لتلك النتائج ، وكما يلي :

أولاً : قياس الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية :

كان الوسط الحسابي لدرجات عينة المعلمين والمدرسين (ذكور ، اناث)، في تربية الديوانية البالغ عددهم (١٠٠) من المدرسين والمعلمين من الهيئات التعليمية في مقياس الاحتراق النفسي (٦٧،٦٢) وبانحراف معياري (١٨،٨٢٣)، بينما كان الوسط الفرضي (٥٤)، وبعد استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين أن القيمة التائية المحسوبة (٧،٢٣٥) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠٥) ودرجة حرية (٩٩) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية (١،٩٨٠) عند نفس المستوى ، وهذه النتيجة تشير الى أن عينة البحث لديهم مستوى عال من الاحتراق النفسي وجدول (٨) يوضح ذلك :

جدول (٨)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي والقيمة التائية المحسوبة لعينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي

عدد	الوسط	الانحراف	الوسط	درجة	القيمة التائية	القيمة التائية	مستوى

أفراد العينة	الحسابي	المعياري	الفرضي	الحرية	المحسوبة	الجدولية	الدلالة
١٠٠	٦٧،٦٢	١٨،٨٢٣	٥٤	٩٩	٧،٢٣٥	١،٩٨٠	٠،٠٥

وتتسق هذه النتيجة مع دراسة (آدم العتيبي ،٢٠٠٣) والتي أشارت الى المعلمين والمدرسين يتصفون بدرجة عالية من الأحتراق النفسي (آدم العتيبي،٢٠٠٣،ص٣٤٧-٣٩٠).

وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (ماسلاش وجاكسون،١٩٨٥) والتي أشارت إلى أن عينة البحث هم من المعلمين والمدرسين لا يتصفون بدرجة عالية من الاحتراق النفسي (Maslach & Jackson,PP837-851).

ويمكن تفسير هذا على وفق نظرية (ماسلاش،١٩٨٢)، بأن أجهاد نفسي يسهم في حدوث استجابات واتجاهات سالبة وفقدان الحماس والكسل وتبلد ونقص الإنتاجية.

ثانياً: تعرف دلالة الفرق في الاحتراق النفسي على وفق متغير النوع :

كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور البالغ عددهم (٥٠) مدرس ومعلم من الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية على مقياس الاحتراق النفسي (٧١،٧٨) والتباين (٨٧،٠١١) ، بينما كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث البالغ عددهن (٥٠) مدرسة ومعلمة من الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية أيضاً على المقياس نفسه (٦٧،١٤) والتباين (١٠٦،٣٨).

وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (٢،٣٥٩) وهي ذات دلالة توى ،إحصائية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ، في حين كانت القيمة التائية الجدولية (١،٩٨٠) عند نفس المستوى مما يشير الى أن هناك فرق في احتراقهم النفسي بين الذكور والإناث ولصالح الذكور وجدول (٩) يوضح ذلك :

جدول (٩)

الموازنة في الاحتراق النفسي على وفق متغير النوع (ذكور ، أناث)

الجنس	عدد الأفراد	المتوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الذكور	٥٠	٧١،٨٧	٨٧،٠١١	٩٨	٢،٣٥٩	١،٩٨٠	٠،٠٥
الإناث	٥٠	٦٧،١٤	١٠٦،٣٨				

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة (شاكر المحاميد ،٢٠٠٧) والتي استهدفت إلى الكشف عن مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمدرسين والتي أشارت الى أن هناك فرق بين الذكور والإناث في احتراقهم النفسي ولصالح الذكور(شاكر المحاميد،٢٠٠٧،ص١٥١-١٦٦).

وتختلف نتيجة هذا البحث مع ما توصلت إليه دراسة (العنزي و عويد المشعان، ٢٠٠٦)، والتي استهدفت قياس الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية والتي أشارت أن الإناث أكثر أعلى من الذكور في الاحتراق النفسي (العنزي و عويد المشعان ،٢٠٠٦،ص٩٣-٧٢٨).

ويمكن تفسير هذا على وفق نظرية (ماسلاش،١٩٨٢) ذلك يكون بواسطة مواءمة المصادر المتاحة في العمل ومنها الأفراد ويصيب الأفراد باختلاف مستوياتهم وإمكانياتهم وقدراتهم .

ثالثاً: تعرف دلالة الفرق في الاحتراق النفسي وفق متغير المهنة :

كان الوسط الحسابي لدرجات عينة المدرسين والبالغ عددهم (٥٠) مدرس ومدرسة من قبل الهيئات التعليمية في تربية الديوانية على مقياس الاحتراق النفسي (٧٤،٧٨)، والتباين (١٠٢،٤٣١) ، بينما كان الوسط الحسابي لدرجات عينة المعلمين والبالغ عددهم (٥٠) معلم ومعلمة في استعمال التربية الديوانية أيضاً على المقياس نفسه (٦٤،٧)، والتباين (٢٥،١٩٠).

وبعد استعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (٥،٦٧٢) ، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠،٠٥) في حين كانت القيمة الجدولية (١،٩٨٠)، وعند نفس المستوى ، مما يشير الى ان المدرسين أكثر احتراقا من المعلمين وجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠)

الموازنة في الاحتراق النفسي على وفق متغير المهنة

ت	نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة

١	المدرسين	٥٠	٧٤،٧٨	١٠٢،٤٣١	٩٨	٥،٦٧٢	١،٩٨٠	٠،٠٥
٢	المعلمين	٥٠	٦٤،٧	٢٥،١٩٠				

وتتسق نتيجة البحث الحالي مع ما توصلت اليه دراسة (زيدان السرطاني، ١٩٩٧) ، والتي اشارت نتائج هذه الدراسة الى ان متوسط الدرجات المدرسين اعلى من متوسط درجات المعلمين على مقياس الاحتراق النفسي (زيدان السرطاني،١٩٩٧،ص٥٧-٩٦).

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (الحرتاوي ، ١٩٩١) ، والتي توصلت الى ان المعلمين اكثر احتراقاً من المدرسين .

ويمكن تفسير ذلك على ضوء نظرية (ماسلاش،١٩٨٢) ، حيث تعود هذه النتيجة الى طبيعة الضغوط التي تؤدي بالفرد الى مستويات من الاحتراق النفسي بحيث ينخفض مستوى الرضا عن العمل تدريجياً وينخفض مستوى الأداء.

***التوصيات :**

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثات بما يأتي:

١- أن يكلف المعلم أو المدرس بمادة ذات الاختصاص .

٢- العمل على تطوير المعلمين والمدرسين مهنياً لغالية تحسين مدخلات العملية التربوية .

٣- ضرورة مشاركة المعلم والمدرس في تطوير المناهج وتطوير الوضع التعليمي .

***المقترحات :**

واستكمالا للنتائج البحث تقترح الباحثات ما يأتي:

١- فعالية أنشاء برنامج للعلاج المعرفي والسلوكي في خفض الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمدرسين .

٢- القيام بدراسة الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات ومنها (عبء العمل ، الحالة الاجتماعية ، تدني الإنجاز الشخصي ، الاستنزاف الوجداني ،المساندة الاجتماعية).

المصادر

المصادر العربية:

١ - أبو عيشة، زهدة (١٩٩٧) : مستوى التوتر النفسي ومصادرة لدى المشرفين التربويين ومديري المدارس الحكومية في الضفة الغربية ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاة الوطنية ، نابلس.

٢ - آدم العتيبي (٢٠٠٣): الاحتراق الوظيفي لدى المعلمين في قطاع الخدمة المدنية الكويتية وعلاقته بنمط الشخصية (أ) والرغبة في ترك العمل ، مجلة العلوم الاجتماعية ، جامعة الكويت، العدد (٢) ،ص٣٤٧ - ٣٩٠.

٣ - أيمان عطية (٢٠٠٧) : الاحتراق النفسي وعلاقته بكل من الضغوط المهنية والمساندة الاجتماعية والكفاءة الذاتية لدى المعلمين المرحلة الابتدائية ،رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، بالإسماعلية ، جامعة السويس .

٤ - البياتي وأثناسيوس(١٩٧٧): نظرية بياجية في الارتقاء المعرفي ، ترجمة فاضل محسن ، بغداد ، دار الشؤون الثقافية العامة.

٥ - التوق ، محي الدين (١٩٨٩): الإنتاجية العلمية لأعضاء هيئة التدريس في الجامعات الخليج العربي ، مكتب التربية العربي الأول لدول الخليج العربي ، الرياض.

٦ - حرب ، يوسف (١٩٩٨): ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقته بضغوط لدى معلمين مدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية ،رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ،فلسطين.

٧ - الحرتاوي ،هند عبد الله (١٩٩١): مستويات الاحتراق النفسي مستويات الاحتراق النفسي لدى المشرفين التربويين في المدارس الحكومية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية عمان .

٨ - جبر ، عساف (١٩٩١): الضغوط التي يعاني منها الأستاذ الجامعي في الضفة الغربية ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس فلسطين .

٩ - جمعة ، سيد يوسف ،٢٠٠٦: إدارة الضغوط ،مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ، كلية الهندسة ، جامعة القاهرة.

١٠ - جبريل، موسى (١٩٩٥): تقديرات الأطفال مصادر الضغط النفسي لديهم وعلاقتها بتقديرات ابائهم وأمهاتهم ، مجلة دراسات العلوم الإنسانية ، "الجامعة الأردنية "مجلد١٢٢، عدد٣،ص ١٤٦٧ - ١٤٧٠.

١١ - الزوبعي ، ناصر هراط فارس (١٩٨١): دراسات ميدانية مقارنة على الشخصية الأسلامية ، العربية الإسكندرية ، دار الفكر الجامعي.

١٢ - شاكر ،المحاميد(٢٠٠٧): الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية والمدارس الخاصة ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين الشمس ، عدد(٣١) ، الجزء الأول ، ص١٥١ - ١٦٨٦.

١٣ - الطيحانة، زياد لطفي (١٩٩٥): مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاردنية ، عمان .

١٤ - عساف ، عبد محمد، ١٩٩٦: مصادر الإجهاد النفسي لدى معلمي الجامعات في الوطن المحتل والضفة الغربية، مجلة النجاح للأبحاث " العلوم الإنسانية" جامعة النجاح الوطنية ، مجلد٩ -١١، عدد ١٥،ص ٣٠ -٣٧.

١٥ - العقرباوي ، محمد سلمان (١٩٩٤): مستوى الاحتراق النفسي لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في مديرية تربية عمان، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الأردنية ، عمان .

١٦ - على عسكر ،حسن جامع، محمد الأنصاري،١٩٨٦: مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي ، المجلة التربوية ، جامعة الكويت ، عدد (١٠٤)، الجزء ٣.

١٧ - عودة ، أحمد (١٩٩٩): القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط٣،دار الأمل ، القاهرة ،مصر.

١٨ - عويد المشعان ،عوض العنزي (٢٠٠٦): خصائص العمل وعلاقته بالاحتراق الوظيفي والأداء الوظيفي لدى الموظفين في القطاع الحكومي بدولة الكويت، دراسات نفسية، مجلد(١٦) العدد(٤)، ص٩٣ - ٧٢٨.

١٩ - نجي ، يوسف (١٩٩٩): مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الألعاب الرياضية الجماعية في نابلس ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس ، فلسطين.

٢٠ - يوسف عبد الفتاح (١٩٩٤): الاضطرابات الوجدانية والسايكوسوماتية وعلاقتها بالاتجاه نحو المرض لدى عينة من الجنسين في دولة الأمارات المتحدة ، المجلة العربية للعلوم الإنسانية ، جامعة الكويت.

المصادر الأجنبية

21– Allen & Wendy, M J and .w.w(1979): Introduction .to measurement Theary Montery California. Brookioe.

22- Beemslerboer. J.& Baum (1984): "Burnout definition and health care management" **Social work in Health care, VOL**

10,NO. 1, PP 97-109

23- Capel, S.A.(1987) the lncidence of and influences on. Stress and burnout in Secondary . School teachers. Brittsh Jourhal of Educutional Psychology, 273- 288.

24– Chirniss, (1994): Beyoud buenout. New York. Rotledge.

25– Cordes.C.L& Dougherty. T.W.(1993): "Areview and an Integration of Reseorch. On Job burnout "Academy of management Higher education, VOL 18,PP621-656.

26– Dhaniram.N.(2003): "Stress, Burnout and Salutogenic Functioning ,Amoug ,commumity ,Service , Doctors in Kwazulo-Natao Hospitals,"Master Studg ,University of South Africa Feruavy, 2003.

27 – Farber.B.(1983) "Stress and burnout in the human Serrice Professions, Now York Pergamon Press.

28- **Farber& Miller (1991): "Teacher Burnout ;Apsycho educational perspective",Teacher Colleges Record ,VOL 83, PP 235-243.**

29 – Lemkaw. J.P., Rafferty .J.P.,& Gordon. R.(1994)."Burnout and Career Choice regrets among Family Practice in early Practice Family Practice Research, VOL. 14,NO.3, PP213- 222.

30 – Maslach. C.(1982) Understanding burnout : Definitional issues in analyzing a Complex" Phenomenon" Job Stress and burnout, PP29- 40, Ca: sage.

31 – Ronald Rush (2003): "The in Fluence of Selected Factors on burnout among Faculty in higher education" , Doctor Study, Louisiana State Vniversity, August.

32– Richard Van Scotter (1991): Social Foundation of Liducation , Prentice llall, Englewood Gliffs, New Jersey.

Rogers. E.(1987): "Professional burnout;A review of concept" 33-Clinical Supervisor,VOL.5,NO.3,PP91-106.

34– Schaufeil ,W.& Enzmann, D.(1998): "The Burnout companion for research and interventions".London, Taylor & Francis.

35- Taylor. A., Juri. V., Daniel. L.& BurStress, Psychological Burnout and Paths turnover intentionske. R. (1989): "Perceived among sports Officials " Applied Sport Psychology ,VOL.
32– Varga. E. D, Urdaniz .A.P &Canit. Gf(1996): "Burnout Syndrome in general hospital Doctors", European Journal of Psgchiatry, VOL10 ,NO4 ,PP 207-217.

الـمـلاحـق

ملحق (١)

مقياس الاحتراق النفسي (بصيغته الأولية)

جامعة القادسية

كلية الآداب /قسم علم النفس

أستبانه للسادة الخبراء في مدى صلاحية مقياس الاحتراق النفسي

الاستاذ الفاضل ..... المحترم

تحية طيبة

يروم الباحثون القيام بدراسة (**الاحتراق النفسي لدى الهيئات التعليمية في مدينة الديوانية**) ولتحقيق أهداف البحث تطلب وجود أداة لقياس الاحتراق النفسي ، ومن خلال اطلاع الباحثون على الأدبيات والدراسات السابقة قاموا بتبني نظرية ومقياس (Maslach ,1982) لغرض تطبيقه على الهيئات التعليمية ،والذي عرفته على أنه (**اعراض من الانهاك العاطفي وفقدان الشعور الإنساني وتدني الإنجاز الشخصي ويحدث عادة للأفراد الذين يعملون في خدمة الأُخرين**) (ماسلاش ،١٩٨٢)

ونظراُ لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال نرجو تعاونكم معنا وذلك بأبداء آرائكم وتوجهاتكم حول ما ترونه مناسب بشأن :

١ - صلاحيات فقرات المقياس لقياس ما وضعت لأجله .

٢ - أجراء ما ترونه مناسبا من (تعديل ، حذف ، اضافة).

٣ - مدى مناسبة بدائل المقياس ؟ علماً أن بدائل الإجابة (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً)

مع أوفـــر الشكر والامتنان لحظرتكم

المـشـرف

أ . م . د طارق محمد بدر

الـبـاحـثـون

زيـنـب كـاظـم حـنـون

غـفـران حسين عبد العباس

غـفـران عـلـي كـــريـــم

ت	الـــفـــقـــرات	صالحة	غير صالحة	تحـتـاج الـتـعـديـل

١	أشعر باستنزاف انفعالي بسبب عملي بمهنة التدريس			
٢	أشعر مع نهاية اليوم الدراسي استنزاف طاقتي في العمل			
٣	أتضايق في كل صباح عندما أرى لزماً علي الذهاب الى المدرسة للتدريس			
٤	أشعر بأنني أتعامل مع الطلبة على أنهم أشياء لا طلبة			
٥	أؤمن بأن اليوم الدراسي يشعرني بالإجهاد في تعاملي مع الآخرين			
٦	أشعر أنني احترق نفسياً بسبب ممارستي لمهنة التدريس			
٧	أزداد إحساسي بالقسوة أتجاه الناس بعد أن اصبحت مدرساً			
٨	أشعر أن لعملي في التدريس أثر بارزاً في قسوة عواطفي			
٩	يلازمني شعور بالإحباط بسبب عملي مدرساً			
١٠	أدرك مستوى الاجهاد الذي اعانيه بسبب عملي في مهنة التدريس			
١١	لا أكترث لما يتعرض له طلابي من مشاكل			
١٢	هناك أحساس يراودني بأنني على شفا الهاوية بسبب العمل في مهنة التدريس			
١٣	يوجه الطلبة لي اللوم في ما يختص بمشاكلهم			
١٤	أشعر بالتعب والانهاك في نهاية الدوام			
١٥	أشعر بالإرهاق عندما أستيقظ في الصباح و أمامي يوم عمل أخر			
١٦	أشعر بأنني أجهد نفسي كثيراً في هذه الوظيفة			
١٧	أشعر بأنني على وشك السقوط			

١٨	أشعر بأنني أعامل بعض الأساتذة معاملة غير إنسانية			
١٩	أصبحت أكثر قسوة على الطلاب منذ أن مارست مهنة التعليم			
٢٠	لا أهتم بما يحدث لبعض الطلاب			
٢١	أن العمل مع المدرسين طوال اليوم يسبب لي التوتر			
٢٢	أتفهم مشاعر الطلبة نحو كثير من الأمور بسهولة			
٢٣	أعمل بفعالية في ما يتعلق بمشاكل الطلاب			
٢٤	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية			
٢٥	أملك القدرة على خلق أجواء نفسية مريحة وسهلة مع الطلبة			
٢٦	سعادتي تتجلى في عملي عن قرب مع الطلبة			
٢٧	أواجه بهدوء المشاكل الانفعالية والعاطفية أثناء العمل			
٢٨	أشعر من خلال عملي بأنني أؤثر إيجابيا في حياة الطلبة			

ملحق (٢)

مقياس الاحتراق النفسي (المعد للتحليل الإحصائي)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية / كلية الآداب

قسم علم النفس

عزيزي المدرس .....عزيزتي المدرسة

تحية طيبة .....

بين يديك مجموعة من الفقرات أرجو قراءتها والتأشير على أحد البدائل التي أمامك والتي تعبر عن رأيك ، وأعلم أنه لا توجد هناك أجابه صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ماهي تعبر عن اتجاهاتك الشخصية ولأداعي لذكر الاسم .....

مع جزيل شكري وثنائي لشخصكم الكريم .

أرجو التأشير داخل المربع :

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

الباحثات

زينب كاظم حنون

غفران حسين عبد العباس

غفران علي كريم

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	ابداً
١	أشعر باستنزاف طاقتي بسبب عملي بمهنة التدريس					
٢	أشعر مع نهاية اليوم الدراسي استنزاف طاقتي في العمل					
٣	أتضايق كل صباح عندما أذهب الى المدرسة للتدريس					
٤	أؤمن بأن اليوم الدراسي يشعرني بالإجهاد في تعاملي مع الاخرين					
٥	أشعر أنني أحترق بسبب ممارستي لمهنة التدريس					
٦	أشعر أن لعملي في التدريس أثر بارزاً في شدة انفعالي					
٧	يلازمني شعور بالإحباط بسبب عملي مدرساً					
٨	أدرك مستوى الإجهاد الذي أعانيه بسبب عملي في مهنة التدريس					
٩	هناك أحساس يراودني بأنني على شفا الهاوية بسبب العمل في مهنة التدريس					
١٠	يوجه الطلبة لي اللوم في ما يخص مشكلاتهم					
١١	أشعر بالتعب والإنهاك في نهاية الدوام					
١٢	أشعر بالإرهاق عندما أستيقظ في الصباح وأمامي يوم عمل أخر					
١٣	أشعر بأنني أجهد نفسي في هذه الوظيفة					
١٤	أشعر بأنني أعامل بعض الأساتذة معاملة غير إنسانية					
١٥	أصبحت أكثر قسوة على الطلاب منذ أن مارست مهنة التعليم					
١٦	أن العمل مع المدرسين طوال اليوم يسبب لي التوتر					
١٧	أكترث لما يتعرض له طلابي من مشاكل					
١٨	أتفهم مشاعر الطلبة نحو كثير من الأمور بسهولة					
١٩	أعمل بفاعلية في ما يتعلق بمشاكل الطلاب					

٢٠	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية					
٢١	أملك القدرة على خلق أجواء نفسية مريحة وسهلة مع الطلبة					
٢٢	سعادتي تتجلى في عملي عن قرب مع الطلبة					
٢٣	أواجه بهدوء المشاكل الانفعالية والعاطفية أثناء العمل					
٢٤	أشعر من خلال عملي بأنني اؤثر ايجابياً في حياه الطلبة					

ملحق (٣)

مقياس الاحتراق النفسي (بصورته النهائية)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية / كلية الآداب

قسم علم النفس

عزيزي المدرس .....عزيزتي المدرسة

تحية طيبة .....

بين يديك مجموعة من الفقرات أرجو قراءتها والتأشير على أحد البدائل التي أمامك والتي تعبر عن رأيك ، وأعلم أنه لا توجد هناك أجابه صحيحة وأخرى خاطئة بقدر ماهي تعبر عن اتجاهاتك الشخصية ولأداعي لذكر الاسم .....

مع جزيل شكري وثنائي لشخصكم الكريم .

أرجو التأشير داخل المربع :

الجنس : ذكر ☐ أنثى ☐

الباحثات

زينب كاظم حنون

غفران حسين عبد العباس

غفران علي كريم

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	أشعر من خلال عملي بأنني اؤثر إيجابيا في حياة الطلبة					

٢	أواجه بهدوء المشاكل الانفعالية والعاطفية أثناء العمل					
٣	سعادتي تتجلى في عملي عن قرب مع الطلبة					
٤	أملك القدرة على خلق أجواء نفسية مريحة وسهلة مع الطلبة					
٥	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية					
٦	أعمل بفاعلية في ما يتعلق بمشاكل الطلاب					
٧	أن العمل مع المدرسين طوال اليوم يسبب لي التوتر					
٨	أصبحت أكثر قسوة على الطلاب منذ أن مارست مهنة التعليم					
٩	أشعر بأنني أجهد نفسي في هذه الوظيفة					
١٠	أشعر بالإرهاق عندما استيقظ في الصباح وامامي يوم عمل اخر					
١١	هناك احساس يراودني بأنني على شفا الهاوية بسبب العمل في مهنة التدريس					
١٢	ادرك مستوى الاجهاد الذي اعانيه بسبب عملي بمهنة التدريس					
١٣	يلازمني شعور بالإحباط بسبب عملي مدرساً					
١٤	اشعر ان لعملي في التدريس اثر بارزاً في شدة انفعالي					
١٥	اشعر انني احترق بسبب ممارستي لمهنة التدريس					
١٦	اؤمن بان اليوم الدراسي يشعرني بالإجهاد في تعاملي مع الاخرين					
١٧	اتضايق في كل صباح عندما اذهب الى المدرسة للتدريس					
١٨	اشعر مع نهاية اليوم الدراسي استنزاف طاقتي في العمل					