

## علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي

أ. بوفرة مختار

د. منصوري مصطفى

جامعة وهران (الجزائر)

### الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي ، وكذلك معرفة ما إذا كانت هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي تبعا لاختلاف الجنس ، واختلاف سنوات الخبرة لدى عينة من أساتذة التعليم الثانوي بولاية معسكر قوامها 337 أستاذا و أستاذة ، طبق عليهم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس الرضا الوظيفي، و اعتمد الباحثان في المعالجة الإحصائية للبيانات على النسبة المئوية ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط ، و قد كشفت الدراسة عن النتائج التالية:

- توجد علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي تعزى لمتغير سنوات الخبرة.
- لا توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي تعزى لمتغير الجنس.

**الكلمات المفتاحية :** الاحتراق النفسي - الرضا الوظيفي - التعليم - أساتذة التعليم الثانوي.

### Abstract:

This study aims at investigatory the relationship between psychological burnout and job satisfaction. It also aims at finding out statistically whether this relationship affected by certain characteristics such as: sex, number of years of job experience.

Hence, Maslash psychological burnout test and a standardized questionnaire of job satisfaction were administered to a sample containing 337 teachers chosen from the city of Mascara.

The study made use of tree questions tested after collecting and analyzing the data using the statistical packages for the social sciences (SPSS, version 20).

- The result obtained in this study revealed a statistically significant negative correlation between burnout and job satisfaction among secondary school teachers.
- There are no statistically significant differences between male and female teachers in the relationship between Psychological burnout and job satisfaction.

There are no statistically significant differences between Psychological burnout and job satisfaction among secondary school teachers according to the numbers of years of experience.

There are no statistically significant differences in the relationship between psychological burnout and job satisfaction between married and unmarried primary school teachers.

## مقدمة:

أصبحت مهنة التعليم كغيرها من المهن الخدماتية تتطلب القدرة على مقاومة الصعاب والتحلي بالصبر والإرادة، والسعي وراء اكتساب خبرات نظرية وميدانية، فالأستاذ الكفاء عليه أن يملك شخصية قوية قادرة على فهم المشاكل وتقبل العثرات والمعوقات التي تحول دون قيامه بدوره على الوجه الأكمل، لأنه من أكثر الأفراد تأثراً بما يجري حوله من أحداث داخل المجتمع وفي مختلف المجالات وخصوصاً المجال المهني والأسري نظراً لما يمر به من ظروف ومواقف وعلاقات قد لا تكون دائماً في صالحه وهذا يؤدي حتماً إلى تأثيرات وانعكاسات تجعله يعيش حالة من عدم الرضا وحالة من الاضطرابات النفسية التي تشعره بالتعب النفسي والجسدي واستنفاد الجهد، وحالة من الإنهاك والاستنزاف النفسي الأمر الذي يؤدي به إلى الشعور بالضغط النفسية والمهنية، وإذا اشتدت هذه الضغوط واستمرت فإنها تصل به إلى ما يعرف بالاحتراق النفسي، وهو حالة نفسية يصل فيها الأستاذ إلى الشعور بالاستنزاف البدني والإرهاق العاطفي وتكوين اتجاهات سلبية نحو الآخرين مع التقدير السبي لذاته.

و يحدث الاحتراق النفسي لدى المعلمين و الأساتذة نتيجة لعدد من المشاكل التي ترتبط بشكل مباشر بمهنة التعليم، سواء تعلق منها بالجانب المهني كظروف العمل السيئة والغير مريحة، أو بالجانب العلائقي كسوء العلاقة مع التلاميذ ومع الإدارة التربوية، أو بالجانب البيداغوجي ككثافة البرامج وسرعة تغييرها،... إلخ، ويشير ميلر وآخرون (Miller et al 1999) إلى أن الاحتراق النفسي يعتبر من عوامل بقاء الأستاذ أو انسحابه من العمل أو تحويله إلى عمل تربوي آخر، إذ أن 21% من عينة الدراسة التي قاموا بها تركوا عملهم بعد سنتين من التعليم (الظفيري، و القريوتي، 2010 : 177)، كما بينت دراسة دانهام ستيف (Dunham 2001) أن الاستقالة التي يقدمها المعلمون بمقاطعة نيويورك بأستراليا هي استجابة واضحة لتعرضهم لضغوط قوية جداً (شارف خوجة مليكة، 2010 : 6).

ولذا أصبح الاحتراق النفسي الذي يواجهه المعلم و الأستاذ في مهنته من المواضيع التي تثير اهتمام الباحثين منذ أواخر السبعينات، حيث يعتبر المحلل النفسي الأمريكي هربت فريدنبرجر (Freudenberger 1974) أول من أشار إلى ظاهرة الاحتراق النفسي على أنها حالة من الإنهاك تحصل نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على الأفراد على حساب طاقتهم وقوتهم (Boudoukha, 2009 : 12)، ثم تلاه كرنس (Chernesse 1980) الذي خص جل كتاباته وأعماله حول الاحتراق النفسي، و بعدها بسنة (1981) قدمت ماسلاش و جاكسون (Maslach & Jackson عملهما المشترك حول الاحتراق النفسي، وهو العمل الذي طورته ماسلاش إلى أن صممت مقياساً يُعرف باسمها MBI، و الذي أصبح مشهوراً و يطبقه الكثير من الباحثين في دراساتهم النفسية و التربوية؛ و هذا من منطلق أن الاحتراق النفسي يؤدي إلى استنزاف بدني وإرهاق عاطفي، و اضطرابات نفسية، و أمراض سيكوسوماتية، بالإضافة إلى أنه يؤثر سلباً على اتجاهات الأستاذ نحو مهنته، و على مردوه في التعليم؛ و تعزو ماسلاش وليتر (Maslach & Leiter 1997) أسباب الاحتراق إلى العمل الزائد والمكثف والذي يتطلب وقتاً أكثر يفوق طاقة من يقوم به، ويتسم بالتعقيد، فضلاً عن أن المكافآت والأجور لا تعادل مقدار الجهد المبذول، ويطلب من الموظفين تقديم الكثير مقابل حصولهم على القليل مما يفقدون المتعة في العمل وتغيب العلاقات العاطفية في العمل (الرافعي، 2010 : 308).

وعليه تعتبر دراسة الاحتراق النفسي من الدراسات التي تعود بنتائج إيجابية على الأستاذ وعلى العملية التربوية، إذ يمكن تفادي الآثار السلبية ومساعدة الأستاذ على إشباع حاجاته و رغباته وتحقيق الرضا الوظيفي وكذا تحقيق قدر من التوافق النفسي والاجتماعي والتمتع بالصحة النفسية؛ و من ثم فمحور اهتمام هذه الدراسة يدور حول الكشف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي ومظاهر الرضا الوظيفي و نمط القيادة التربوية لدى أساتذة الثانوي.

## مشكلة الدراسة و تساؤلاتها:

تعتبر رسالة التعليم رسالة سامية لأهمية الدور الذي تمثله في التنمية الاجتماعية والاقتصادية وفي التطور الحضاري، ولا يمكن إيراد مكانتها في المجتمع ما لم نهتم بشخصية القائم بها ومدى استعداده وتأهيله لهذه المهنة النبيلة، إذ أن المعلم هو الركيزة الأساسية داخل المؤسسة التربوية نظرا لما يقوم به من تحقيق الغايات التربوية والتعليمية.

وقد بيّنت دراسات مقارنة أجراها دوهوس و ديكسترا (Deheus & Dieckstra, 1999) أن درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين ذات دلالة قوية و أنها مرتفعة مقارنة بالمهنيين الأخرى ذات الطابع الاجتماعي كمهنة التمريض و الطب (Lougaa & Bruchon, 2005: 3) ، وتشير تقارير الصحة والسلامة بانكلترا أن مهنة التدريس أولى المهنيين الأكثر ضغطا حيث بلغت نسبة المعانات من الضغوط 41% لدى المعلمين وهذا مستوى مرتفع إذا ما قورن بالمهنيين الأخرى إذ بلغت لدى مهنة التمريض 13%، وبلغت نسبة 29% في المهنيين الإدارية. و في دراسة قامت بها المنظمة الدولية للتربية و العلوم و الثقافة (اليونسكو) عن أوضاع المعلمين في العالم ، بيّنت أن مهنة التعليم تواجه الكثير من الصعوبات التي تدفع الكثير من الشباب إلى تفضيل مهنة أخرى و ذلك لضعف الحوافز المادية والمعنوية ، و تواضع المكانة الاجتماعية التي لا تتناسب مع ما يبذله المعلم من مجهود (شارف، 2011) ، إضافة إلى أن مهنة التعليم تزخر بالعديد من الأعباء والمطالب والمسؤوليات وبشكل مستمر.

و إذا لم تتحسن وضعية المعلم و لم يستطيع مواجهة الضغوط و إدارتها، فإن نظريته السلبية نحو مهنة التعليم تتحول من اتجاه إلى فعل ، فقد تبين من دراسة أالر (Allard, 2010) أن 20% إلى 25% من المعلمين في محافظة الكبيك بكندا يتركون مهنة التعليم خلال ثلاث سنوات الأولى بسبب ما يتعرضون له من ضغوط و من احتراق نفسي (Montgomery et al, 2010: 763) ؛ كما سجل معهد الضغط الأمريكي أن حوالي 40-50% من المدرسين الجدد يتركون مهنة التدريس في سنواتهم الأولى نتيجة الضغط ؛ و حسب ريدو (Rudow, 2010) إن 30% من المعلمين الأوروبيين يبدون أعراضا للاحتراق النفسي (Lougaa et Bruchon, 2005: 3).

و رغم اختلاف البيانات إلا أن معاناة المعلم من الاحتراق النفسي تكاد تكون متقاربة بسبب أهمية و ثقل الرسالة التي يحملها و المهام و الأدوار التي يقوم بها ، فطبيعة عمل المعلم تجعله مهياً للإصابة بالتوتر و بالإحباط بسبب معاناته اليومية من الضغوط الناجمة عن ظروف العمل الغير مناسبة كحجم و عبء العمل المدرسي ، وكثافة المنهج الدراسي، و الاكتظاظ داخل الفصل، و عدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، و غياب التفاهم مع الإدارة و الزملاء ، إضافة إلى انخفاض العائد المادي، و النظرة الاجتماعية المتدنية.

و يترك الاحتراق النفسي آثارا سلبية و أعراضا فسيولوجية و نفسية على شخصية المعلم المحترق، إذ تساهم الضغوط بحوالي 80% من أمراض العصر كالنوبات القلبية و ضغط الدم و أمراض الجهاز الهضمي و آلام الظهر و مشاكل التنفس ، و في الجزائر و أوردت التقارير الخاصة بطب العمل بأن حوالي 5500 من المعلمين و الأساتذة يعانون من علة دائمة مرتبطة أساسا بطبيعة المهنة التي يؤدونها، و التي تتلخص في مجملها في أمراض عصبية و نفسية.

لذا يجب على المعلمين و الأساتذة العمل على إزالة العقبات و المشكلات التي تؤدي بهم إلى الشعور بفقدان الراحة النفسية اللازمة لتخطي ضغوط العمل وبالتالي التخفيف من حتمية الإصابة بالاحتراق النفسي و مواجهة آثاره من خلال إتباع استراتيجيات وقائية، و تحقيق التوازن النفسي و الواقعية في العمل.

- ومن هنا جاءت الحاجة للبحث والتعرف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي، إذ يحاول الباحث من خلالها الإجابة على الأسئلة التالية:
- هل توجد علاقة إرتباطية بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي؟
  - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي تبعا لمتغير الجنس؟
  - هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي تبعا لمتغير سنوات الخبرة التدريسية؟

#### أهداف الدراسة:

- تحديد مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي، و معرفة درجة شعورهم بالرضا الوظيفي.
- بيان مدى تأثير الاحتراق النفسي على مظاهر الرضا الوظيفي العام لدى أساتذة التعليم الثانوي، و معرفة مدى أهمية عاملي الخبرة في التدريس و الجنس على إحداث الفوارق في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي.

#### أهمية الدراسة:

- تستمد هذه الدراسة أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناولته بالإضافة إلى التساؤلات المطروحة فيه، ويتلخص ذلك فيما يلي:
- إن الاحتراق النفسي موضوع عملي، فكل دراسة تلقي الضوء عليه ستضفي عليه المزيد من التحليل الواقعي خاصة عند الذين يقدمون خدمات للآخرين.
  - تُلقي الدراسة المزيد من الاهتمام على مظاهر الاحتراق النفسي في علاقتها بالرضا الوظيفي الجزئي و الكلي.
  - تعزيز ميدان الدراسات والبحوث النفسية و التربوية بدراسة حديثة تتناول متغيرين أساسيين و هي: الاحتراق النفسي ومظاهر الرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي، و هذا قصد وضع برنامج وقائي لتشخيص ظاهرة الاحتراق النفسي و إيجاد الآليات المناسبة للتخفيف منها.

#### - تحديد المفاهيم الإجرائية:

- **الاحتراق النفسي:** هي حالة من الاستنزاف البدني و الإرهاق العاطفي و تكوين اتجاهات سلبية نحو الآخرين يشعر بها المعلم نتيجة تعرضه لضغوط شديدة و مستمرة في العمل، وهي الدرجة التي يحصل عليها المعلم وفقا لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي و التي تكون من 36 درجة فما فوق.
- **الإجهاد العاطفي:** هو إحساس المعلم بالتعب و الإنهاك وفقدان الحيوية و النشاط تجاه قيامه بعمله، وهي الدرجة التي يحصل عليها المعلم وفقا لبعيد الإجهاد الانفعالي و التي تكون من 18 درجة فما فوق.
- **تبلد الشعور:** و هو انصاف المعلم بالقسوة و اللامبالاة والشعور السلبي نحو الآخرين، وهي الدرجة التي يحصل عليها المعلم وفقا لبعيد الإجهاد الانفعالي و التي تكون من 6 درجة فما فوق.
- **شعور النقص بالإنجاز:** هو التقييم السلبي لإنجازات المعلم و الشعور بعدم فاعلية ما يقوم به ، وهي الدرجة التي يحصل عليها المعلم وفقا لبعيد الإجهاد الانفعالي و التي تكون من 12 درجة فما فوق.

- **الرضا الوظيفي:** هو شعور الإيجابي الذي يحس به الأستاذ أثناء أدائه لعمله ويتحقق ذلك بالتوافق بين ما يتوقعه من عمله ومقدار ما يحصل عليه ، و يتمثل في المكونات التي تدفعه إلى العمل بارتياح، وهي الدرجة التي يحصل عليها المعلم نتيجة تقديره لرضاه من خلال الاستبيان المعد لذلك ؛ و التي تكون من 40 درجة فما فوق.

#### إجراءات الدراسة الميدانية:

**1 - منهج الدراسة:** استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة الدراسة من حيث تحقيق أهدافها والتأكد من فرضياتها والوصول إلى نتائج دقيقة.

#### 2- مكان الدراسة:

أجريت الدراسة بتسع عشرة (19) ثانوية تابعة لولاية معسكر.

#### 3 - مدة الدراسة:

أجريت هذه الدراسة خلال نهاية الثلاثي الأخير من العام الدراسي 2013/2014، في الفترة الممتدة من الأسبوع الأول من شهر أبريل إلى أواخر شهر مايو 2014، ودامت حوالي شهرين.

#### 4 - عينة الدراسة:

شملت الدراسة الحالية 337 أستاذا و أستاذة التعليم الثانوي للموسم الدراسي 2013/2014 تم اختيارهم بطريقة عشوائية، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة:

#### الجدول رقم(1) يوضح توزيع العينة حسب المتغيرات الديمغرافية

المتغير	الخاصية	التكرارات	النسبة المئوية
الجنس	ذكور	155	45,99 %
	إناث	182	54 %
عدد سنوات الخبرة	أقل من 16 سنة	246	72,99 %
	أكثر من 16 سنة	91	27 %
الحالة الاجتماعية	غير متزوجين	118	35,01 %
	متزوجين	219	64,98 %

#### - أدوات الدراسة:

#### - مقياس الاحتراق النفسي:

استخدم الباحثان مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي الذي أعدته ماسلاش وجاكسون (1981) لقياس الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية. يتكون المقياس من إثنتان وعشرين (22) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، بتدرج يتراوح من 0 إلى 6، وعليه فإن أعلى درجة يحصل عليها الأستاذ في المقياس الكلي هي 132 درجة، أما أدنى درجة فهي صفر، كما يمكن تصنيف درجة الاحتراق النفسي إلى عالية أو متوسطة أو منخفضة، كما هو مبين في الجدول التالي:

## الجدول رقم (2) يبين توزيع وتصنيف فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي

الأبعاد	رقم الفقرات	عال	معتدل	متدن
الإجهاد الانفعالي	1,2,3,6,8,13,14,16,20	30 فما فوق	18 - 29	0 - 17
تبدل المشاعر	5,10,11,15,22	12 فما فوق	6 - 11	0 - 5
نقص الشعور	4,7,9,12,17,18,19,21	40 فما فوق	34 - 39	0 - 33

أ-1- صدق المقياس: قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس و بُعدها على عينة مكونة من 60 أستاذًا و أستاذة.

## الجدول رقم (3) يبين قيم معاملات الارتباط بين فقرات المقياس وأبعاده.

الفقرات	الارتباط مع بعد الإجهاد الانفعالي	الفقرات	الارتباط مع بعد تبدل الشعور	الفقرات	الارتباط مع بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي
1	**0.647	5	**0.400	4	**0.510
2	**0.520	10	**0.606	7	*0.319
3	**0.581	11	**0.575	9	**0.665
6	**0.561	15	**0.467	12	**0.450
8	**0.711	22	*0.380	17	**0.460
13	**0.785			18	**0.538
14	*0.387			19	**0.503
16	**0.528			21	**0.416
20	**0.564			22	**0.482

\*\* دال عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.01$

\* دال عند مستوى دلالة  $\alpha = 0.05$

أ-2- ثبات المقياس: تم حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات الفردية و الفقرات الزوجية ، فكان مقداره  $r = 0.509$ ، وبعدها تم تصحيحه بمعادلة سيبرمان براون ، حيث أصبح معامل الثبات  $r = 0.674$  مما يدل على أن المقياس ذو درجة عالية من الثبات. و بناء على إجراءات الصدق و الثبات ، يرى الباحثان أن مقياس الاحتراق النفسي يتمتع بدلالات صدق و ثبات مرتفعة مما يبرر استخدامه في الدراسة الحالية.

## - مقياس الرضا الوظيفي:

طبق الباحثان مقياس منيسوتا للرضا الوظيفي (MSQ) في صورته المختصرة و الذي أعده و طوره مجموعة من الباحثين بجامعة مينيسوتا الأمريكية سنة 1967، يتكون من (20) فقرة، أما الإجابات فكانت تتدرج من 4 إلى 1 بالنسبة للفقرات ذات الاتجاه الموجب ، ومن 1 إلى 4 بالنسبة للفقرات ذات الاتجاه السالب ، بحيث أن أعلى درجة يحصل عليها المعلم في المقياس هي 80 وأدناها 20 درجة ؛ وكلما انخفضت الدرجة الكلية للاستبيان دل ذلك على انخفاض رضا الأستاذ عن وظيفته.

صدق المقياس: طبق الباحثان الصدق التمييزي الذي يقوم على أساس مقارنة استجابة مجموعة من الأساتذة الراضيين (  $n=20$  ) بمجموعة أخرى غير راضيين عن وظيفتهم (  $n=20$  )، وعند تطبيق اختبار "ت" بلغت قيمة "ت" 9.48 وهي قيمة دلالة عند 0,01 أمام درجة حرية 38.

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس من خلال حساب معامل الثبات بطريق التجزئة النصفية، وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات الفردية و الفقرات الزوجية، وتحصل الباحثان على النتائج التالية:  $r=0,813$  ؛ و بعد تصحيحه بمعادلة سبيرمان براون أصبحت قيمة معامل الارتباط المصحح  $r=0,896$  و بناء على إجراءات الصدق و الثبات ، يرى الباحثان أن مقياس الرضا الوظيفي يتمتع بدلالات صدق و ثبات مرتفعة مما يبرر استخدامه في الدراسة الحالية.

#### - الأساليب الإحصائية المستعملة:

لمعالجة البيانات المتحصل عليها في الدراسة تم الاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

- النسبة المئوية.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معادلة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط .

#### - عرض وتحليل النتائج:

عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى التي تنص على وجود علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي.

#### الجدول رقم(4) يوضح قيم معامل الارتباط بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	المؤشرات الإحصائية المتغيرات
دال عند 0.05	-0.114	الاحتراق النفسي
		الرضا الوظيفي

يتضح من خلال الجدول رقم(4) وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي حيث بلغت قيمة معامل الارتباط 0.114 -

إن ارتباط الاحتراق النفسي سلبيا بالرضا الوظيفي يرجع إلى كون الأساتذة يعانون من ضغوط عمل ناشئة عن أعباء مهنة التعليم المتميزة بكثرة متطلباتها الكمية والنوعية، وبتعدد مهامها وتنوع أدوارها، وبالأعمال الكتابية المتواصلة والمستمرة المتمثلة في تحضير وإعداد الدروس، وتحضير الامتحانات الفصلية والتمارين التطبيقية وتصحيحها، ومتابعة التلاميذ في مناهجهم الدراسي وفي تحصيلهم الدراسي، ومحاولة تحسين التعليم وتحسين التعامل مع التلاميذ من خلال التكوين الذاتي، هذه المطالب طبعا تفوق إمكانات المعلم الجسمية والذهنية والنفسية، وتتطلب قوة تحمل كبيرة لا يقدر عليها، وإن قدر عليها وهو في بداية التدريس، فسينهار أمامها وأحس باستنزاف بدني وإرهاق عاطفي كلما تقدم في العمل وزادت سنوات خدمته.

وإذا لم يستطع المعلم إنجاز عمله داخل المدرسة - وهذا غالبا ما يحدث! - فسيجد نفسه مضطرا لأخذه إلى البيت، وقتها تتمدد ساعات العمل ويصبح العمل المدرسي مملا ومرهقا ويتسبب في خلق جو غير صحي وغير مريح، وهذا العمل في البيت - يكون على حساب أوقات الراحة التي من المفترض أن يستغلها لنفسه ومع أسرته، تلك التي

يخلص فيها من مسببات الإرهاق البدني و النفسي، ومن المعروف أن هناك وقتا يكون فيه جسم الإنسان وقدراته العقلية في قمة النشاط والعطاء، ووقت آخر تكون فيه حالته تتطلب قدرا من الراحة والاسترخاء؛ وإذا لم يستطع الأستاذ استغلال وقت الراحة -على الأقل من أجل قضاء حاجيات أسرته- فسوف ينتقل من الإحساس بالضغط النفسي والتألم له إلى الإحساس بالاحتراق النفسي والتألم له.

إن إحساس الأستاذ بعدم رضاه الوظيفي يخلق عنده مشاعر سلبية كما يتولد عنده الإحساس بالاعتراب ، إذ يرى أن عمله لا يحقق له الطموحات التي بناها بسبب انخفاض العائد المادي و النظرة المتدنية للمجتمع اتجاه مهنة التعليم ، مما يدفعه إلى تكوين اتجاهات سلوكية سلبية نحو العمل و محيطه ، و تنخفض روحه المعنوية ، كما تنخفض واجباته التعليمية ، و يعتمد الإهمال و التقصير حتى تتفاقم الأمور إلى أن يصل به الأمر إلى الاحتراق النفسي . يمكن تفسير ارتباط الاحتراق النفسي سلبا بالرضا الوظيفي عندما يرى الأستاذ زملاء له في وظائف أخرى ينعمون بمستويات اجتماعية - مهنية أعلى من مستواه الاجتماعي ، و تعود عليهم بأجور عالية نسبيا وهم يحملون نفس مؤهلاته العلمية، بل و قد يحملون مؤهلات أدنى ولهم قدرات أدنى مما عنده، عندها يشعر بإحباط و بالتذمر كنتيجة لإحساسه بالاحتراق النفسي .

ويشعر الأستاذ باحتراق نفسي ناتج عن عدم رضاه عندما يرى نفسه هو السلم الذي يصعد عليه الجميع، أو الشمعة التي تضيء على الآخرين لتحترق هي في الآخر فق عبر 40.42 % من المعلمين بأنهم إذا أردوا أن يبحثوا عن ترقية فيجب أن يبحثوا عن وظيفة أخرى ، وهم يعلمون في قرارات أنفسهم بأن مثل هذا الإجراء قد يكون بعيد المنال لأن الأغلبية منهم يوجدون في منتصف الحياة المهنية ، إذ ما نسبته 56.56 % لهم أكثر من 16 سنة خبرة في التعليم، و أن فرص الانتقال إلى عمل آخر ضئيلة جدا إن لم نفل منعدمة، كما عبر 69,61 % من أفراد العينة بأن مهنة التعليم لا توفر لهم فرص لتأمين مستقبلهم المادي هذه النتيجة تدل على أن الأساتذة يعانون من احتراق نفسي ناتج عن عدم رضاهم عن الترقية المهنية.

ومن بين مظاهر عدم الرضا الوظيفي يأتي الأجر في مقدمة العوامل المؤثرة في الرضا، حيث عبر 79.02 % من الأساتذة بأن الأجر الشهري الذي يحصلون عليه لا يتناسب مع الجهد الذي يبذلونه ، وهذا سبب قوي لشعورهم بالإحباط و بعدم الرضا ، وهنا يقيم الأستاذ عمله من حيث الواجبات التي يقدمها والظروف التي يعمل فيها، والأجر و المكافآت التي يحصل عليها؛ فالنتيجة التي يخرج بها هي عدم التوازن بين ما يقدمه من أعمال وما يتوقع الحصول عليه من مكافآت، وما حصل عليه فعلا وهي التي تضعه في مستوى عدم الرضا (Roustand 1985).

إن التفاوت بين الأجر الشهري و القدرة الشرائية يدفع الأستاذ إلى البحث عن عمل إضافي يتمثل عادة في إعطاء الدروس الخصوصية على حساب راحته، مما ينعكس سلبا على صحته النفسية و الجسمية، بحيث يعرضه إلى المزيد من الضغوط النفسية و بالتالي إلى الاحتراق النفسي.

وتتفق نتائج التساؤل الأول مع ما توصلت إليه دراسة جانيستي ايدليستي (2001)، و كوستيليوس، و إيوانا (2001)، و راسموسين (1996)، و نايف بن محمد الحربي (2010)، و بلاتسيديو (2010) والتي أسفرت كلها عن وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي لدى المعلمين على اختلاف مراحل تعليمهم؛ كما تتفق هذه النتائج مع دراسة علي عسكر (1986) التي توصلت وجود ارتباط سلبي بين الاحتراق النفسي و الرضا في الحاجات التالية: التطوير المهني في مجال العمل بالمدرسة، المساواة في الرواتب لمن هم بنفس المؤهلات و فرص الترقية.



2- عرض وتفسير نتائج السؤال الثاني الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معاملات الارتباط للاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة.

الجدول رقم (5) يوضح قيمة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط للاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تبعاً لمتغير الجنس.

المتغير	الاحتراق النفسي		الرضا الوظيفي		ن	قيمة "ر"	قيمة الفرق بين معاملات الارتباط	الدلالة
	ع	م	ع	م				
الإناث	13,40	34,34	9,68	59,87	182	0,33 -	0,479	غير دالة
الذكور	16,73	35,87	9,16	59,08	155	0,25 -		

- إذا كانت القيمة تقع بين 1.96 و 2.58 كان الفرق دالاً عند مستوى 0.05

- إذا كانت القيمة تقع بين 2,58 فما فوق كان الفرق دالاً عند مستوى 0.01

- إذا كانت القيمة أقل من 1.96 الفرق غير دال.

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن قيمة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط بلغت 0,479 وهي تعتبر قيمة غير دالة إحصائياً، مما يعني أنه لا توجد فروق بين الجنسين في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال أنه في ظل التغيرات الاجتماعية التي طرأت على المجتمع والأسرة الجزائرية وخروج المرأة للعمل بما يزيد ذلك من أعباء إضافية لمسؤولياتها المتعددة تجاه الأسرة وكذا العمل مما قد يعرضها لنفس الضغوط التي يعاني منها الرجل ، كما يقع الأساتذة و الأساتذات تحت نفس مصادر الضغوط التي تؤدي بهم للاحتراق النفسي حيث أنهم عمال و متزوجون إذ يمثلون نسبة 79,32% من عينة الدراسة، لذلك يتقاسمون ضغوط الحياة و أعبائها ، فالأساتذات يقعن تحت ضغوط خاصة بالمنزل والأسرة وكذا ضغوط العمل، وكذا الحال بالنسبة للأساتذ إذ عليه تحمل الضغوط الأسرية خاصة ما تعلق منها بالجانب المادي ، مما يحتم عليه البحث على مصدر آخر لتحسين الدخل خاصة في ظل الزيادة المستمرة للأسعار، إضافة إلى هذا فإن كلا الجنسين يعملان تحت نفس ظروف العمل الصعبة و بنفس أساليب و طرق العمل المدرسي و تحت نفس الأسلوب الإداري ومع نفس التلاميذ من نفس المرحلة العمرية ، وهي عوامل تقرب درجات الشعور بعدم الرضا الوظيفي و الاحتراق النفسي عندهم. ويرى الباحثان أن طبيعة مهنة التعليم تتطلب نفس الأدوار والواجبات مع نفس المسؤوليات المهنية كإعداد الدروس وتصحيح الامتحانات، كما تفرض ضغوط ومطالب زائدة يتلقاها كل من الأستاذ و الأستاذة مما يساهم في زيادة الاحتراق النفسي وانخفاض الرضا الوظيفي لديهم على حد سواء.

إن نتائج التساؤل الثالث تتفق مع نتائج دراسة كونيرت (Konert 1998) التي توصلت إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تغزى لمتغير الجنس، كما اتفقت مع دراسة زياد طحاينة وسها أديب عيسى (1996) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة من المعلمين والمعلمات في كل من الشعور بالرضا الوظيفي والاحتراق النفسي ، ومع دراسة الوابلي (1415هـ) التي خلصت إلى عدم وجود فروقا دالة إحصائية بين معلمي و معلمات التعليم العام بمكة المكرمة على جميع أبعاد مقياس ماسلاش الاحتراق النفسي.

و على العكس من ذلك تختلف نتيجة هذه الدراسة مع كل من دراسة دواني و آخرون (1989) التي كشفت أن المعلمات أظهرن درجة أعلى من المعلمين في الاحتراق النفسي، ودراسة فيلينج و جل (2001) التي أظهرت أن المعلمات أكثر إحساسا بضغط العمل و أكثر احتراقا نفسيا من المعلمين (شارف خوجة مليكة:6) ، وكذلك مع دراسة لوازال جين و آخرون Loiselle jean et al التي بيّنت أن المعلمات في مقاطعة الكيبك بكندا لديهن مستوى مرتفع من الضغط مقارنة بالمعلمين (18:Gangloff).

3- عرض وتفسير نتائج السؤال الثالث الذي ينص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين معاملات الارتباط للاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

الجدول رقم (6) يوضح قيمة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط للاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

المتغير	الاحتراق النفسي		الرضا الوظيفي		ن	قيمة "ر"	قيمة الفرق بين معاملات الارتباط	الدلالة الإحصائية
	ع	م	ع	م				
أقل من 16 سنة	15,37	54,97	8,38	54,97	246	0,17	1,16	غير دالة
أكثر من 16 سنة	17,42	51,58	8,93	51,58	91	0,03		

يتضح من الجدول رقم (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى معلمي مرحلة التعليم الابتدائي تبعا لمتغير سنوات الخبرة التدريسية إذ بلغت قيمة دلالة الفرق بين معاملات الارتباط 1.16 وهي قيمة غير دالة.

قد تظهر في البداية أن النتيجة غير منطقية ولكن يمكن تفسير ذلك أن كلتا المجموعتين تشعران بنفس الضغوط ، فالأساتذة الذين تقل خبرتهم العملية عن 16 سنة يقل رضاهم الوظيفي بسبب شعورهم بتدني الانجاز وزيادة إجهادهم الجسدي واصطدامهم بواقع مهني غير الذي كانوا يتوقعوه و الذي يتميز بالروتين و قلة الإثراء المهني خاصة إذا كانوا ممن يملكون طموحات ويسعون لتحقيقها والتقدم في عملهم وهذا ما يزيد من ضغوطهم وينتهي بهم الأمر إلى الاحتراق النفسي، أما الأساتذة الذين تزيد خبرتهم العملية عن 16 سنة يقعون تحت نفس الضغوط ، إضافة إلى أنهم يتحسرون على فرص التوظيف التي كانت عندهم قبل التحاقهم بمهنة التعليم ، مما يزيد من تدمرهم ومن عدم رضاهم عندما يقارنون أنفسهم بغيرهم ممن يحملون نفس مؤهلاتهم و لكنهم أحسن منهم ماديا و اجتماعيا؛ كما يشعرون بالاحتراق النفسي جراء تراكم المشكلات التنظيمية والسلوكية التي لم تجد لها حلا مرضيا، وأصبح الأمر اتجاها لا يختلف عما كان عليه سابقا إلا في بعض الجوانب.

إن نتيجة هذه الدراسة تتفق مع كل من دراسة وولبين و آخرون (1991)، و دراسة راسموسين Rasmussen (1996)، و دراسة محمد (1995) التي توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاحتراق النفسي و في الرضا الوظيفي تعزى لمتغير الخبرة ؛ في حين تختلف مع دراسة لوازال جين و آخرون التي أظهرت أن الأساتذة الذين لديهم خبرة طويلة في التعليم هم الذين سُجل لديهم مستوى عال من الضغط مقارنة مع الذين لهم خبرة قليلة في التعليم.

## الخاتمة و التوصيات:

من خلال الدراسة الميدانية وتحليل النتائج المتوصل إليها خلص الباحث إلى:  
أن الاحتراق النفسي يرتبط سلبا بالرضا الوظيفي العام ؛ وهي النتيجة التي تتطابق مع نتائج الدراسات السابقة  
هذا رغم اختلاف البيئات التي أجريت فيها تلك الدراسات ، مما يدل على أن مهنة التعليم من المهن التي تواجه الكثير  
من الصعوبات المادية و المعنوية و التي تكون محفزا سلبيا لظهور الاحتراق النفسي عند أصحابها.  
كما خلصت الدراسة إلى عدم وجود فروق في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تعزى لمتغير  
الجنس، ولسنوات الخبرة، لدى أساتذة التعليم الثانوي.

وعليه ، ويوصي الباحثان بما يلي :

- العمل على تحسين الأوضاع المهنية والاجتماعية حتى يتمكن الأستاذ من القيام بدوره.
- إعداد البرامج الوقائية و الإرشادية لخفض الشعور بضغوط العمل، حتى لا يصل الأستاذ إلى مستوى الاحتراق النفسي.
- الاهتمام بتكوين الأساتذة وفقا للتغيرات العلمية والتكنولوجية تماشيا مع تطبيق الأساليب والتقنيات الحديثة في عملية التدريس، و الاهتمام بالمقررات السيكولوجية.
- المراقبة الصحية للمعلم لضمان استمراريته في التعليم و تكيفه معه.

## المراجع:

- الحربي، نايف بن محمد: الرضا المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي في ضوء عدد من المتغيرات لدى عينة من المعلمين والمعلمات بالمدينة المنورة ومحافظة ينبع البحر. اللقاء السنوي الخامس للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية، 2010.
- الرفاعي، يحي عبد الله و القضاة محمد فرحان: مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين في ضوء بعض المتغيرات، مجلة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية، م2، ع2، 2010.
- الزيودي، محمد حمزة: مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك، مجلة جامعة دمشق، م 23، ع2، 2007.
- السلخي، محمود جمال: مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات، مجلة دراسات العلوم التربوية، م40، ع4، 2013.
- الفريحات، عمار و الربضي وائل: مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال محافظة عجلون، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية م24، ع5، 2010.
- الظفري، سعيد و القريوتي، إبراهيم: الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عمان، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، المجلد 6، العدد3، 2010.
- أبو هوش، راضي و الشايب، عبد الحافظ قاسم: مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات التربية مقارنة بالمعلمات العاديات في محافظة الباحة - السعودية، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، م1، ع7، 2012.
- عوض، أحمد محمد بني أحمد: الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس، عمان، دار الحامد للنشر والتوزيع، 2007.
- سلامي، باهي : مصادر الضغوط المهنية و الاضطرابات السيكوسوماتية لدى مدرسي الابتدائي والمتوسط و الثانوي ، رسالة دكتوراه في علم النفس ،جامعة الجزائر، 2007.

- شارف، خوجة مليكة : مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين.دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاثة. رسالة ماجستير: قسم علم النفس و علوم التربية ، جامعة تيزي وزو، 2011.
- شيخاني، سمير: الضغط النفسي، بيروت، دار الفكر العربي للنشر والتوزيع، 2003.
- عسكر، علي: ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الكويت، دار الكتاب الحديث، 2003.
- منصورى ، مصطفى: الضغوط النفسية و المدرسية وكيفية مواجهتها ، الجزائر ، دار قرطبة، 2010.
- Abdel Halim Boudoukha : Burnout et traumatismes psychologiques, Paris, Dunod, 2009.
- Birsen Bagçeci & Zeynep Hamamci: An Investigation into the Relationship between Burnout and Coping Strategies among Teachers in Turkey, International Journal of Humanities and Social Science, Vol 2 ,N 12, 2012.
- Elisabeth Grebot :Stress et burnout au travail, paris, Eyrolles, 2008.
- Laugaa , Didier. Bruchon-Schweitzer, Marilou :l'ajustement au stress professionnel chez les enseignants français du premier degré .Institut national d'étude du travail et d'orientation professionnelle(INETOP) , France, N° 34/4,2005.
- Mohammad Reza Akhavan Anvari, Nader Seyed Kalali, and Aryan Gholipour : How does Personality Affect on Job Burnout? International Journal of Trade, Economics and Finance, Vol 2, N 2, 2011.
- Montgomery, Cameron. Demers ,Serge. Morin, Yvan :Le stress, Les stratégies d'adaptation et L'épuisement Professionnel chez Les stagiaires francophones en enseignement Primaire et secondaire, Revue Canadienne De L'éducation N° 33/4 , 2010.
- Nikolaos Tsigilis, Evridiki Zachopoulou and Vasiliios Grammatikopoulos: Job satisfaction and burnout among Greek early educators: A comparison between public and private sector employees, Educational Research and Review Vol 1 N8, 2006.
- Wendy Ming-Yen Teoh & al: Job satisfaction level among human resource employees: Malaysia's perspective, African Journal of Business Management Vol6(2), 2011.
- Yuko Odagiri & Al:Relationship of Nurse Burnout with Personality Characteristics and Coping Behaviors ,Industrial Health, 46, 2008.