مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي
دراسة ميدانية بمدينة معسكر

The level of psychological combustion among teachers of secondary education

Field study at Mascara

د.بوفرة مختار
جامعة معسكر
د.منصوري مصطفى
جامعة مستغانم

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي، وكذا التعرف على الفروق في مستوى الشعور بالاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس وسنوات الخبرة والحالة الاجتماعية لدى الأساتذة، جرت الدراسة بمدينة معسكر حيث تكونت عينة الدراسة من 160 أستاذ وأستاذة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، طبق عليهم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، وتمت المعالجة الإحصائية للبيانات ببرنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، وكشفت النتائج عن وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي،كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس، وسنوات الخبرة، والحالة الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، الأستاذ، التعليم الثانوي.

Abstract:

The study aimed to know the level of psychological burnout among teachers of secondary education.As well as to identify the differences in the level of feeling of psychological burnout depending on the gender variable and years of experience and social status of teachers.The sample consisted of (160) teachers.The researcher uses Burnout Maslach scale.The results of this study show that the teachers of secondary School suffer from Psychological Burnout in a high degree.It also shows that there are no statistically significant differences in the degree of psychological burnout depending on the sex variable, the years of experience and the social situation.

Keywords: Psychological Burnout, Teachers, Secondary School.

الإطار العام لمشكلة الدراسة:

تعد الضغوط النفسية من بين إفرازات النقلة الحضارية التي يشهدها عالمنا،نتيجة الأزمات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والطبيعية،إذ أصبحت تلاحقنا في البيت وخارجه ومكان العمل مسببة عدة أزمات على الفرد والمجتمع والمنظمة وفي شتى القطاعات سواءا كانت قطاعات إنتاجية ذات طابع اقتصادي أو قطاعات خدماتية،وإن قطاع التربية والتعليم كغيره من القطاعات الخدماتية، الذي أصبح موظفوه أكثر عرضة للضغوط النفسية وبالدرجة الأولى المدرس باعتباره الركيزة الأساسية في العملية التربوية، ونتيجة الظروف ومواقف الصعبة التي يعيشها ويمر بها ،وهذا يؤدي به إلى حالة عدم الرضا، والإصابة ببعض الاضطرابات النفسية والمهنية التي تشعره بالتعب النفسي والجسدي، واستنفاذ الجهد وحالة من الإنهاك والاستنزاف النفسي.

وكشفت بعض البحوث والدراسات التي أجريت في الميدان التربوي بإقرار67% من عينة المعلمين الأمريكيين على أن المصدر الأساسي للضغوط التي يواجهونها ناتجة ممارستهم لمهنة التدريس،كما سجل معهد الضغط الأمريكي أن حوالي 40-50% من المدرسين الجدد يتركون مهنة التدريس في سنواتهم الأولى نتيجة الضغط(دبابي،1:2013)، وتشير تقارير الصحة والسلامة بانكلترا أن مهنة التدريس أولى المهن الأكثر ضغطا حيث بلغت نسبة المعانات من الضغوط 41% لدى المعلمين وهذا مستوى مرتفع إذا ما قرن بالمهن الأخرى إذ بلغت لدى مهنة التمريض 13%،وبلغت نسبة 29% في المهن الإدارية(Jepson,2006:184) ،كما أشارت جمعية التعليم الأمريكي أن47%من مجموع مصادر الضغوط عند المعلمين ترتبط بالعمل(منصوري،100:2010)،وفي ظل هذه الإحصائيات السابقة يتضح مدى كبر حجم ظاهرة الضغوط ومدى المعاناة التي يعيشها المدرس،لذا يتوجب إعطاء أهمية بالغة للحد من الضغوط النفسية أو على الأقل إبقائها في مستواها الطبيعي بإيجاد الحلول والاستراتيجيات المناسبة للتعامل معها،وفي حالة استمرارها وعدم القدرة على السيطرة عليها ستأخذ منحنى خطير بظهور ظاهرة أخرى التي تعتبر كنتيجة حتمية للضغوط ومن المراحل الأخيرة النهائية لها والتي باتت ما يعرف بظاهرة الاحتراق النفسي.

وأصبحت ظاهرة الاحتراق النفسي شبحا يهدد الصحة النفسية للمدرسين إذ كشفت جمعية التربية الوطنية الأمريكية NEA من خلال دراستها إلى أن ثلث المدرسين ظهرت عليهم أعراض الاحتراق النفسي،وأن حوالي20% إلى 60% منهم كانوا مصابين بالاحتراق النفسي(قصي،338:2007)، وأشارت أيضا البحوث والدراسات الأوروبية على أن 60% إلى 70% من المعلمين هم تحت الاحتراق المتكرر وما يقرب 30% ظهرت عليهم علامات الاحتراق النفسي(Meena ,2008:252).

وتتفاوت درجة الشعور بالاحتراق النفسي لدى المدرسين بين مختلف المراحلة التعليمية وأساس هذا الاختلاف مميزات وطبيعة وخصائص كل مرحلة، وأساتذة مرحلة التعليم الثانوي ليس في منأى عن الإصابة بالاحتراق النفسي نتيجة طبيعة عملهم وكثرة المسؤوليات المهنية وقلة الوسائل التعليمية واضطراب العلاقات الإنسانية.

ومن هنا جاءت الحاجة للبحث والتعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي،وكذا معرفة الفروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس، والخبرة المهنية والحالة الاجتماعية للأساتذة، ومن هنا تم طرح التساؤلات التالية:

- ما درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي؟
- هل توجد فروق دالة في درجة الاحتراق النفسي لدى الأساتذة تغزى لمتغير جنس؟
- هل توجد فروق دالة في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة للأساتذة؟
- هل توجد فروق في درجة الاحتراق النفسي تعزى للحالة الاجتماعية للأساتذة؟

- فروض الدراسة:

- مستوى الاحتراق النفسي مرتفع لدى أساتذة التعليم الثانوي .
- توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي يغزى لمتغير جنس الأساتذة.
- توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تبعا لسنوات الخبرة للأساتذة.
- توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تعزى للحالة الاجتماعية للأساتذة.

أهداف الدراسة:

- هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي.
- الكشف عن الفروق بين الأساتذة في مستوى الاحتراق النفسي تغزى لمتغير الجنس الخبرة المهنية، الحالة الاجتماعية.
- محاولة الخروج بنتائج علمية من خلال الدراسة التطبيقية وطرح توصيات كمساهمة في إثراء الحلول العملية لظاهرة الاحتراق النفسي.

أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة في تحديد مستوى الاحتراق النفسي يفيد في تحديد أسبابه المؤثرة على أداء الاساتذة مما ينعكس على العملية التربوية بشكل عام.
- تعزيز ميدان الدراسات والبحوث بدراسة حديثة في تحديد مستوى الاحتراق النفسي وخصوصا على المستوى المحلي.

- تعزيز ميدان الدراسات والبحوث المحلية بدراسة حديثة في تحديد مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي.

تحديد المفاهيم الإجرائية:

- **الاحتراق النفسي**:حالة من التوتر والتعب النفسي الذي يشعر به الأستاذ نتيجة تعرضه للضغوط الشديدة والمستمرة في العمل.

- **مستوى الاحتراق النفسي** :الدرجة التي يحصل عليها الأستاذ على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ،ويصنف إلى مستوى عال ويكون أكبر من 66 من الدرجة الكلية للمقياس أي أكبر من 50%، ومستوى منخفض أقل أو يساوي66 من الدرجة الكلية أي أقل أو يساوي50%.

أستاذ التعليم الثانوي:هو الشخص الذي يحمل مؤهلا جامعيا يؤهله للعمل مع تلاميذ التعليم الثانوي بعد تلقيه إعدادا مهنيا وتكوينا متخصصا بإحدى الجامعات أوالمدارس العليا للأساتذة.

الإطار النظري للدراسة:

مفهوم الاحتراق النفسي:

يعرف فرويدنبيرغFrudenberger(1974) الاحتراق النفسي بأنه حالة من الإنهاك تحصل نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على الأفراد على حساب طاقتهم وقوتهم(Boudoukha,2009:12).

بينما تعرف ماسلاش(1981) الاحتراق النفسي بأنه إحساس الفرد بالإرهاق وعدم قدرته على العمل بفعالية وفقدان الاهتمام بالأشخاص في محيط العمل، ويشمل ثلاث عناصر متميزة:الإرهاق النفسي وتبلد المشاعر وفقدان الإنجاز(Tsigilis,2006:257).

أما أوداجيري وآخرون(2008) فقد أكدوا على أن الاحتراق النفسي هو الشعور بالإجهاد العاطفي والسخرية الناشئة من استمرار التعرض للمطالب المفرطة المفروضة على مستويات الطاقة العقلية خلال الاتصال المستمرمع الغير،وينتج عليه النفور من العمل، وفقدان الاهتمام، والتعاطف(Odagiri,2008:226).

أما محمود (2013) فيرى الاحتراق النفسي أنه عبارة عن مجموعة تراكمية من الضغوط النفسية والأعباء التي يتعرض لها الفرد خلال مسيرته المهنية، نتيجة عوامل عدة، ينتج عنها شعوره بالإجهاد الانفعالي، وتدني الانجاز، وتبلد مشاعره تجاه الآخرين مما يترتب عليه تكوين اتجاهات سلبية نحو مهنته(السلخي،1209:2013).

أعراض الاحتراق النفسي:

إن الفحص الدقيق يمكننا من الكشف عن الأعراض المرتبطة بالاحتراق النفسي بسرعة، ومن أهم هذه الأعراض:

- **أعراض فسيولوجية:**وتتمثل في الإنهاك الجسدي وألام الظهر وفقدان الحماس وقلة النشاط والتوتر العضلي والتغير في عادات الأكل،واضطرابات الجهاز الهضمي، وتسارع ضربات القلب والنوبات القلبية وارتفاع نسبة الكلسترول، وجل هذه التغيرات البيوكيميائية تعرض الفرد للأخطار(Grebot ,2008:115).

- **أعراض عقلية:**يتمثل في إنهاك انفعالي وهوالشعور بالإحباط واليأس والاكتئاب، واللامبالاة بالعمل،والغضب دون سبب وتتضح الحالة بشدة عندما لا يبالي الشخص بأي جانب من جوانب عمله بعد أن كان بالنسبة له كل شيء (جمعة،49:2004).

- **أعراض روحية:**عندما يصل الاحتراق النفسي لمرحلته النهائية فان الأنا تصبح مهددة،وتصبح أعراض الضغط الجسدية منتظمة وتكون الثقة بالنفس متدنية ،كما تضيع العلاقات الاجتماعية وتصبح الحاجة إلى الهروب من الواقع،وعندها لا يدرك الموظف سوى خيارات التقاعد وتغيير الوظيفة أو الانتحار في بعض الحالات(عوض،18:2007).

مراحل الاحتراق النفسي:

إن الفرد لا يصل إلى الاحتراق النفسي بشكل مفاجئ بل يمر عبر مراحل ثلاث:

- **المرحلة الأولى:** تعرف بمرحلة الاستثارة أوالشد العصبي الذي يعيشه الفرد في عمله وترتبط بالأعراض التالية:سرعة الانفعال، فترات من ضغط الدم العالي، والنسيان وصعوبة التركيز،وضربات القلب غير العادية(عسكر،126:2003).

- **المرحلة الثانية:** يعاني فيها الفرد من التوتر والإجهاد اللذين هما رد فعل طبيعي لضغط العمل،وتتميز حسب فيكي R.Vecchio(1991) بالإنهاك أو الاستنزاف والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية (منصوري،42:2010).

- **المرحلة الثالثة:** يختفي الانجاز الشخصي ويتطور الشعور بعدم القدرة على الأداء، والشك بالقدرة الذاتية ويرتبط بذلك مشكلات بدنية ونفسية، وشعور بالتعب، والرغبة في الانعزال وهجرة الأصدقاء (فريحات،1564:2010).

مستويات الاحتراق النفسي

وجد سبانيول Spaniol (1979) بأن الاحتراق النفسي يمكن أن يوصف بمشاعرعدم الرضا الناتجة عن روتين العمل،وحدد له ثلاثة مستويات:

- **البسيط :** ويتضمن مشاعر التعب، القلق والإحباط، والتوتر الذي يدوم لفترة قصيرة.

- **المتوسط :** ويشمل نفس الأعراض السابقة ولكنه يدوم لفترة لا تقل عن أسبوعين.

- **الشديد:** يشمل أعراض جسمية مثل القرحة، وألام الظهر،واضطرابات الأكل والنوم، ونوبات الصداع الشديدة (السرطاوي،62:1997)

كيفية تفادي الاحتراق النفسي:

حالة الاحتراق النفسي ليست بالدائمة وبالإمكان تفاديها والوقاية منها، وبصورة عامة يوصي الباحثون بإتباع الخطوات التالية:

- إدراك أو تعرف الفرد على الأعراض التي تشير إلى قرب حدوث الاحتراق النفسي.

- تحديد الأسباب من خلال الحكم الذاتي أو الاختيارات التي توضح الأسباب.

- تحدد الأولويات في التعامل مع الأسباب التي حددت في الخطوة السابقة، فمن الناحية العلمية يصعب التعامل معها دفعة واحدة.

- تطبيق الأساليب أو اتخاذ خطوات علمية لمواجهة الضغوط.

- تقييم الخطوات العلمية التي اتبعها الفرد لمواجهة المشكلة للحكم على مدى فعاليتها واتخاذ بدائل إذا لزم الأمر(عسكر،127:2003).

كما أشار سورنسون Sorenson(1999) إلى التكتيكات البسيطة التي يمكن أن تساعد في السيطرة على الإجهاد لدى المعلم وذلك بإتباع نظام غذائي متوازن وممارسة الرياضة وكافية النوم ومحاولة التعرف على العمل الزائد وأماكن العمل المقاوم للإجهاد وتخفيف التوتر باستخدام أساليب الغضب ووضع اللوم على الآخرين (Fisher,2011: 9).

- إجراءات الدراسة:

منهج الدراسة:إن الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة، فإن المنهج الوصفي هو الملائم لطبيعة هذه الدراسة من حيث الاهداف والتأكد من الفرضيات.

مجتمع وعينة الدراسة:

بلغ المجتمع الأصلي للدراسة 2006أستاذا من أساتذة التعليم الثانوي بولاية معسكر للسنة الدراسية 2017/2016، أما حجم عينة الدراسة بلغ 160 أستاذ وأستاذة بنسبة 7,97%،تم اختيارهم من سبعة ثانويات ومن مقاطعات مختلفة بطريقة عشوائية، والجدول التالي يوضح توزيع أفراد العينة:

الجدول رقم(01) يوضح توزيع العينة حسب المتغيرات الديمغرافية

المتغير	الخاصية	التكرار	النسبة	المجموع	
الجنس	ذكور	74	%46,25	%100	160
	إناث	86	%53,75		
عدد سنوات الخبرة	أقل من16 سنة	114	%71,25	%100	160
	أكثرمن16 سنة	46	%28,75		
الحالة الاجتماعية	غيرمتزوجين	56	%35	%100	160
	متزوجين	104	%65		

أداة البحث:

استخدم الباحثان مقياس ماسلاش لقياس الاحتراق النفسي (MBI)، والمكون من (22) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد: بعد الإجهاد الانفعالي يضم (9) فقرات، بعد تبلد المشاعر يضم (5) فقرات،بعد نقص الشعور بالانجاز ويضم (8) فقرات،وللتأكد من الخصائص السيكومترية تطبق المقياس على عينة إستطلاعية متكونة من60 أستاذ، حيث تم الاعتماد في حساب الصدق على طريقة الاتساق الداخلي،وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط (0,752،0,461،0,541) على التوالي وهي دالة عند مستوى0,01، أما الثبات تم حسابه بمعادلة ألفا كرونباخ إذ بلغت قيمته (0,722)،وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بقدر من الصدق والثبات.

- الأساليب الإحصائية المستعملة:

للتعامل مع المعطيات الكمية والنوعية لنتائج الدراسة الاستطلاعية والأساسية إستخدم الباحثان ببرنامج الرزم الإحصائية في العلوم الإجتماعية (SPSS20)،حيث استخدم مجموعة من الأساليب الإحصائية التالية:

- **النسبة المئوية والتكرارات**:استخدمت لوصف العينة من خلال المتغيرات الكمية والنوعية كالجنس،العمر،سنوات الخبرة، الحالة الاجتماعية،وكذا تحليل الفرضية الاولى المتعلقة بمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدي عينة الدراسة.

- **معامل ارتباط بيرسون**: تم استخدامه في التأكد من الخصائص السيكومترية للمقياس كحساب صدق الاتساق الداخلي بين بنود والمقياس الكلي.

- **معادلة اختبار"ت" لدلالة الفروق:**تم استخدام هذه معادلة لاختبار الفرضية الثانية من خلال دراسة الفرق بين الجنسين من الاساتذة،والفرضية الثالثة لمعرفة الفرق في متغير الخبرة بين الاساتذة،وكذا الفرضية الاخيرة في معرفة الفرق تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية للأساتذة.

- عرض وتحليل النتائج:

الفرضية الأولى:

نصت على وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي، وللتحقق من صحتها تم استخدام التكرارات والنسب المئوية والجدول يوضح ذلك:

جدول رقم (02) يوضح مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة

المؤشرات الإحصائية / المستوى	التكرار	النسبة المئوية
مرتفع	114	%71,25
منخفض	46	%28,75

يتضح من خلال الجدول رقم (02) أن 114 أستاذا من مجموع العينة أي ما يقدر نسبته 71,25% قد تحصلوا على مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي،بينما تحصل 46 أستاذا على درجة منخفضة من الاحتراق النفسي أي بنسبة 28,75%،وبالتالي نقبل الفرضية التي نصت على وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي.

إن ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي يرجع إلى الظروف الصعبة التي يعيشها الأساتذة سواء المادية كانخفاض الراتب والمكافآت أو المهنية كقلة فرص الترقية واتجاهات الإدارة ومواقفها السلبية،والعدد الكبير للتلاميذ في الفصل،وعدم كفاية الوقت للعمل وكثافة البرامج،وعدم توفر قدرات ومهارات ذاتية على التكيف من قبل بعض الاساتذة مع المشكلات والضغوط التي تعتبر من أهم اسباب الاحتراق النفسي، كما كشفت بعض الدراسات أن الاحتراق النفسي يتأثر ببعض العوامل التابعة كالرضا الوظيفي والدعم الاجتماعي وبيئة العمل وظروفه خلفا للمهن الأخرى،كما اتفق كلا من Cherniss (1995) و Cooley & Yovanof(1996) على ظهور عامل اخر يؤثر بشكل واضح في الاحتراق النفسي لدى الاساتذة وهو مستوى التأهيل الأكاديمي العلمي المناسب للتعامل الفئات المختلفة للتلاميذ.

وتتفق هذه الدراسة مع ما توصلت إليه كل من دراسة فريدمان(1991)، دراسة القريوتي وعبد الفتاح(1997)، ودراسة دبابي(2012) والتي توصلت نتائجها إلى وجود مستوى عال من الاحتراق النفسي لدى

المعلمين،بينما اختلفت مع دراسة اجاليوتيس(2008)، وبن ساسي(2010) التي توصلت إلى وجود مستوى منخفض للاحتراق النفسي لدى المعلمين.

الفرضية الثانية:

نصت على وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير جنس الأساتذة، وللتحقق من صحتها تم حساب اختبار"ت" الجدول يوضح ذلك:

جدول(03) مستوى دلالة الفروق في درجة الاحتراق النفسي بين الذكور والاناث

المؤشرات / المتغير	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	مستوى الدلالة
الإناث	86	70,22	12,40	158	0,621		غير دالة
الذكور	74	68,85	15,46				

يتضح من خلال الجدول رقم(03) أن قيمة "ت" المحسوبة بلغت 0,621 وهي غير دالة مما يعني أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الاحتراق النفسي بين الذكور والاناث.

إن نمط الحياة الاجتماعية العصرية أصبح متشابهة بين الأساتذة والأستاذات إذ كلا الفئتين تطمح إلى تحقيق متطلباتها وتطلعاتها سواء المهنية والاجتماعية مما جعلهم تحت نفس الاعباء والمسؤوليات خاصة المادية منها،بالإضافة إلى أن طبيعة مهنة التعليم تتطلب نفس الأدوار والواجبات مع نفس المسؤوليات المهنية كتحضير الدروس وإعداد الامتحانات وتصحيحها،وكل هذا يفرض المزيد من الضغوط وتراكم المشكلات يؤدي إلى انخفاض الرضا الوظيفي مما يزيد احتمالية الاصابة بالاحتراق النفسي.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة الطحاينة وزياد(1993)،دراسة عودة(1998)،دراسة الحايك(2000)،دراسة ميسون ومحمدي (2010)،ودراسة دبابي(2012)والتي توصلت في مجملها إلى عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي بين الذكور والاناث،بينما تختلف نتائج الدراسة مع دراسة عسكر(1986)، دراسة مقابلة وسلامة(1993)، دراسة نصر يوسف (1995)، دراسة الخرابشة وعربيات(2005) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والاناث في درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين.

الفرضية الثالث:

نصت على وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة للأساتذة، وللتحقق من صحتها تم حساب اختبار"ت" الجدول يوضح ذلك:

جدول رقم (04) مستوى الفروق في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة

المؤشرات / المتغير	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	مستوى الدلالة
أقل من 16 سنة	114	69,70	12,44	158	0,164		غير دالة
أكثر من 16 سنة	46	69,30	17,06				

نلاحظ من الجدول السابق أن قيمة "ت" البالغة 0,164 غير دالة إحصائيا مما يؤكد عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الخبرة لدى الأساتذة.

ويمكن تفسير ذلك من خلال رؤية أن كلتا المجموعتين لها نفس الضغوط ما يعادل المجموعة الأخرى، وكذا الشعور بعدم الرضا الوظيفي،وتدني المكانة الاجتماعية للأستاذ داخل مجتمعه،كما أن الاساتذة ذوي الخبرة القليلة لا يملكون الاستراتيجيات الكافية للتعامل والتخفيف من الضغوط والاحتراق النفسي،بينما نرى أن الاساتذة ذوي الخبرة الطويلة أيضا قد نال منهم التعب والإجهاد نتيجة قضاهم سنوات عديدة في مهنة التعليم وتقدمهم في العمر مما يجعلهم عرضة للتعرض للضغوط وصولا إلى الاصابة بالاحتراق النفسي،وكل هذا يبدد الفروق بين المجموعتين ويجعلهما عرضة للضغوط التي يكون مآلها التعرض للاحتراق النفسي.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة كل من عودة(1998)،وفرح(2001)،ودراسة مابري(2006)،ودراسة الفريحات والربضي (2010)،ودراسة دبابي(2012) والتي توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق بين الأساتذة في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية،بينما اختلفت مع دراسات أخرى كدراسة عادل عبد الله (1995)،دراسة الخرابشة وعربيات(2005) ودراسة الحراملة(2007) والتي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية للأساتذة.

الفرضية الرابعة:

نصت على توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تعزى للحالة الاجتماعية للأساتذة، وللتحقق من صحتها تم حساب اختبار"ت" الجدول يوضح ذلك:

جدول(04) مستوى دلالة الفروق في درجة الاحتراق النفسي تبعا للحالة الاجتماعية

المؤشرات / المتغير	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة "ت" الجدولية	مستوى الدلالة
غير متزوجين	56	70,16	11,62	158	0,383		غير دالة
متزوجين	104	69,28	14,98				

من خلال النتائج الموضحة بالجدول رقم (04) الذي يبين قيمة دلالة الفروق بين الأساتذة العزاب والمتزوجين في مستوى الاحتراق النفسي التي بلغت 0,383 نلاحظ أنها غير دالة،مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي بين المتزوجين وغير المتزوجين.

ويمكن تفسير ذلك بأن أساتذة المتزوجين وغير المتزوجين يعانون من الاحتراق النفسي بنفس المستوى، وهذا ما يدل على عدم وجود تأثير للحالة الاجتماعية حيث أن الظروف المهنية السائدة التي قد تسبب الضغوط النفسية وظروف الحياة التي يعيشونها متشابهة لكلا الفئتين،حيث أن الاساتذة غير المتزوجين تقع عليهم مسؤوليات أسرهم،ومسؤولياتهم الشخصية متمثلة بالتفكير في المستقبل ومحاولة تكوين أسرة والاستقرار من خلال الزواج، كما أن هذه الفئة لا تتقن أبجديات التعامل مع التلاميذ في هذه المرحلة الصعبة مما يزيد احتمالهم تعرضها للضغوط،أما الفئة المتزوجة من الاساتذة فتقع عليها مسؤولية الاسرة من توفير حاجات ومتطلبات الحياة وتربية الابناء،بالاضافة إلى المسؤوليات المهنية مما يجعلها غير قادرة على الفصل بين المسؤوليات الاسرية والمهنية،كما أن الظروف الاجتماعية للفئة غير المتزوجة هي نفسها للفئة المتزوجة باعتبارهما يعيشان في نفس المجتمع،وهذا كله يقف وراء تلاشي الفروق بين الأساتذة المتزوجين وغير المتزوجين في مستوى الاحتراق النفسي.

واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة عودة (1998)، دراسة القريوتي والخطيب(2006)، ودراسة الرافعي والقضاة (2010) التي أظهر عدم وجود فروق دالة في مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة تبعا للحالة الاجتماعية، واختلفت مع دراسة الحراملة(2007) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الاحتراق النفسي تبعا للحالة الاجتماعية للأساتذة.

خلص الباحثان من خلال دراستهما الميدانية وتحليل ومناقشة نتائجها إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي مرتفع،كما خلصت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير جنس الأستاذ ،وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى

الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة التدريسية،وكذا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية لدى أساتذة التعليم الثانوي.

الاقتراحات:

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج يقترح الباحث ما يلي:

- إعداد برامج إرشادية وعلاجية للتخفيف من الشعور بالاحتراق النفسي لدى الأستاذ.
- ضرورة الاهتمام بالتدخل الوقائي من أجل تحقيق التوافق المهني والنفسي لدى الأساتذة.
- ضرورة تدريب اطارت متخصصة في تقديم الإرشادات اللازمة قصد تدريب الأساتذة على أساليب التعامل والتكيف مع المواقف الضاغطة ومواجهتها.

المراجع:

- السرطاوي زيدان أحمد (1997) الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس،ع 21 ج1،ص ص57-96.
- السلخي محمود جمال(2013) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان، مجلة دراسات العلوم التربوية،م40ع4، ص ص1207-1229.
- جمعة سيد يوسف(2004) إدارة ضغوط العمل ،رؤية نفسية:القاهرة:ايتراك للنشر والتوزيع.
- دبابي بوبكر(2012) مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية،دراسة ميدانية استكشافية بمدينة ورقلة،مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية،جامعة ورقلة،ع9،ص ص 85-99.
- دبابي بوبكر (2013).برنامج إرشادي في تخفيض مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية.رسالة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، جامعة قاصدي مرباح،ورقلة.
- عسكر علي (2003) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها:الكويت:دار الكتاب الحديث.
- عوض أحمد محمد (2007) الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس،دار الحامد للنشر والتوزيع،عمان.
- فريحات عمار ووائل الربضي(2010) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال محافظة عجلون، مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الإنسانية م24ع5،ص ص1559-1586.
- منصوري مصطفى(2010) الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها:الجزائر:دار قرطبة.

المراجع الأجنبية:

- Boudoukha Abdel Halim (2009)Burnout et traumatismes psychologiques, Paris, Dunod.
- Fisher Molly (2011) Factors Influencing Stress, Burnout, and Retention of Secondary Teachers, Current Issues in Education, Vol 14 N1,PP1-37.
- Grebot Elisabeth (2008)Stress et Burnout au travail, paris, Eyrolles.

- Odagiri Yuko & Al (2008)Relationship of Nurse Burnout with Personality Characteristics and Coping Behaviors ,Industrial Health, 46,PP 326–335.

- Tsigilis Nikolaos, Evridiki Zachopoulou and Vasilios Grammatikopoulos (2006)Job satisfaction and burnout among Greek early educators: A comparison between public and private sector employees, Educational Research and Review Vol 1 N8,PP256-261.

- Meena Kumari(2008).Personality and Occupational Stress Differentials of Female School Teachers in Haryana .Journal of the Indian Academy of Applied Psychology 34(2), 251-257.