ISSN: 2507-7201 EISSN: 2602-6899 NDL: 787-2016
ASJP: https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/208

دراسة مقارنة لظاهرة الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين المتوسط والثانوي (بولاية البيض)

Title In English Burning out teacher's of physical and sports education in middle and high school (at EL Bayadh city)

العربي محمد*[1]
[1] المركز الجامعي نور البشير البيض (الجزائر) / m.larbi@cu-elbayadh.dz

تاريخ الإرسال: 2021/06/29	تاريخ القبول:2021/10/08	تاريخ النشر: 2021/12/15

الملخص: يعد التعليم من المهن الإنسانية، والتي لا تخلو من الضغوطات التي تعيق أداء العمل على أحسن وجه، ومن بينها الاحتراق النفسي. لهذا جاءت دراستنا للتعرف على انتشار الظاهرة بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين الثانوي والمتوسط، بحيث اعتمد الباحث على المنهج الوصفي لملاءمته لموضوع الدراسة. وضمت عينة الدراسة (60) أستاذ منهم (40) في الطور المتوسط اختيرو بطريقة عشوائية. واستعمل الباحث مقياس الاحتراق النفسي، الذي أعده **سيدمن وزاجر** وترجمه إلى العربية **عادل عبد الله (1994)**. وبعد المعالجة أظهرت النتائج أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يتميزون بدرجات متوسطة من الاحتراق النفسي. مع وجود فروق دالة إحصائيا لصالح أساتذة التعليم المتوسط.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي؛ أساتذة التربية البدنية والرياضية؛ الطور المتوسط؛ الطور الثانوي.

Abstract: The teaching profession is by psychological pressures, including psychological burnout. For this the study aimed to identify the prevalence of psychological burningout among teachers of physical and sports education between middle and high school . The descriptive approach was applied, and the sample included (60) teachers randomly selected in EL Bayadh city;and the burnout scale for teachers prepared by **Seidman and Zager**1994. After the statistical treatment, the results showed that the teachers characterized by moderate degrees of burning out, with statistically significant differences in favor of middle school teachers.

Keywords: Burn out**;** Teachers of physical and sports education **;** Middle school **;** High school

*المؤلف المرسل.

1- مقدمة ومشكلة البحث:

تعتبر شريحة الأستاذة جزء لا يتجزأ من أفراد المجتمع، فالإضافة إلى المشكلات الاجتماعية والنفسية التي يعاني منها أفراد المجتمع، يتميز الأستاذ بمشكلاته الخاصة التي لها علاقة بطبيعة عمله، حيث تعتبر مهنة التعليم من المهن الشاقة التي يعاني المنتسبون إليها كثيرا وفي عدة مجالات نظرا للمهام النبيلة المنوطة بهم. فالمعلم أو الأستاذ مربي بالدرجة الأولى، كما يعتبر شخص له دراية كبيرة بما يحتاجه المتعلم في مختلف نواحي الحياة. وفي هذا الصدد يرى (فريد، 2019، صفحة 37) أن مهنة التعليم مهنة إنسانية واجتماعية، وهي مهنة اتصال وتفاعل بين المعلم والمتعلم تظهر فيها ذاتية المعلم وشخصيته بشكل واضح، فسمات المعلم ومزاجه الشخصي وطريقة تفكيره تنعكس ولا شك سلبا أو إيجابا على أدائه المهني.

وباعتبار مادة التربية البدنية والرياضية مادة مهمة ومحورية في العملية التعليمية التعلمية، من هنا يكون على أستاذ هذه المادة مسؤوليات كبيرة فبالإضافة إلى الدور التعليمي الذي يلعبه، لا بد عليه أن يهتم بالجانب الصحي للتلاميذ وتوعيتهم بالغذاء المتوازن إضافة إلى توجيههم إلى الرياضة التخصصية إذا استدعى الأمر ذلك. كما لا تخلو مهنة التدريس من المعوقات التي من شأنها أن تقوض دور أستاذ التربية البدنية والرياضية وقد تؤثر عليه من جوانب عدة، فهو الأستاذ الوحيد في المنظومة التعليمية الذي يعمل في الهواء الطلق، وبالتالي تعرضه إلى مختلف التغيرات المناخية. ففي فصل الشتاء يعاني من الجو البارد الذي يصل في بعض المناطق إلى درجات الصفر. أما في نهاية السنة الدراسية أي في شهري أفريل وماي فهو يتعرض إلى درجات حرارة مرتفعة.

كما أن للضغوط النفسية في العمل جانب هام من ضغوط الحياة، فهي ظاهرة نفسية مثلها مثل القلق والعدوان، بحيث لا يمكن إنكارها بل يجب

التصدي لها من قبل المختصين لمساعدة العامل على التكيف مع عمله وصولا إلى زيادة الإنتاج وجودته وبالتالي تنمية المجتمع. (محمد ج.، 2011، صفحة 92) كل هذا من شأنه أن يعرض الأستاذ إلى ضغوطات مهنية كبيرة تشعره بالتعب البدني والذهني، ولا يستطيع في كثير من الأحيان التوفيق بين ما هو موجود في أرض الواقع وبين ما يجب أن يكون كحقيقة نظرية وهذا ما يطلق عليه بالاحتراق النفسي. حيث يحتل الحديث عن الموضوع مساحة كبيرة في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجالات المهن الإنسانية. (Schanfelid W et Greenglass.، 2000)

يعتبر مصطلح الاحتراق النفسي من المصطلحات الحديثة نسبيا والتي ظهرت سنوات السبعينات. إذ يعتبر **فرندبرجر** أول من استخدمه خلال دراسته لمظاهر الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها المعلمون وغيرهم بقطاعات الخدمات. فهو يرى أن الاحتراق بمثابة حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو ذاته إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية في العمل والحياة والناس الآخرين، فضلا على افتقاد المثالية والشعور بالغضب. (Frendenberger, H,j، 1994) ويرى (محمد ع.، 1997، صفحة 120)أن ظهور مصطلح الاحتراق النفسي يرتبط بضغط العمل، وكان يعرفه على أنه حالة من الإنهاك العقلي والانفعالي والبدني الناجم عن الحب الشديد والإخلاص والتفاني المستمرين في أداء العمل، لكن دون تحقيق الفائدة المرجوة أو دون تحقيق عائد يذكر.

ويعرف **ماسلاش** (Maslach,C، 1982) الاحتراق بأنه مجموعة أعراض تتمثل في الإجهاد العصبي واستنفاذ الطاقة الانفعالية والتجرد من النواحي الشخصية، والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز في المجال المهني، والتي يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل مع الناس.

ونظرا لأهمية دراسة الاحتراق النفسي، من أسباب ومظاهر وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى، والأساليب اللازمة للحد أو التقليل منه، عنت العديد من الدراسات به سواء العربية على غرار دراسة (عساف عبد المجيد، 1996)(رمضان جهاد، 1999) أو الأجنبية كدراسة (Cain, Gill E، 2000)(Porter, Susan، 2000) كما وقد يعاني ممتهنو العملية التعليمية من عدة مشاكل سواء ما تعلق بالحجم الساعي وعدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، إضافة إلى انخفاض العائد المادي للمهنة. والنظرة الاجتماعية المتدنية لمهنة التعليم وغيرها من الأسباب. (يوسف عبد الفتاح، 1999) حيث يمتلك بعض المعلمين الأساليب السليمة لمواجهة الضغوط المحيطة بهم، ويستطيعون تخطي الاضطرابات النفسية والتغلب عليها. إلا أن البعض الآخر لا يمتلكها وبالتالي لا يستطيع الصمود أمام الضغوط المهنية والحياتية، فتتراكم المشكلات وتزداد المعاناة النفسية مسببة حالة من الاحتراق النفسي.

وتشير بعض الدراسات إلى أن أساتذة التربية البدنية يتميزون بدرجات عالية من الدافعية في العمل (الأمين، 2019، صفحة 298) وهو ما من شأنه أن يخفف من درجات الاحتراق النفسي لديهم، ولا يعني هذا عدم وجوده إطلاقا. كما لا يجب أن يتبادر إلى أذهاننا أن الوصول إلى حالة من الاحتراق النفسي تأتي جملة واحدة، بل تمر عبر مراحل تفصلها (حرتاوي هند عبد الله، 1991) وقد أشار (لخضر، 2019، الصفحات 480 – 498) في دراسته المعنونة بمستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة وانعكاسه على سير حصة التربية البدنية والرياضية، والتي أجريت بولاية المسيلة على عينة قدرها (50) أستاذ، أن مستوى الاحتراق النفسي والإجهاد الانفعالي وبرودة المشاعر تؤثر بدرجة كبيرة على سير حصة التربية البدنية والرياضية. أما في دراسة أجريت بمدينة معسكر على (160) أستاذ قام بها (مصطفى و مختار، 2017، الصفحات 160 – 172) تحت عنوان مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم

الثانوي، لم تظهر فروق تبعا لمتغيرات الجنس وسنوات الخبرة والحالة الاجتماعية. وهي نفس النتائج تقريبا التي توصلت إليها دراسة (دبابي و عقيل، 2010، الصفحات 30 – 44) تحت عنوان مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل من معلمي المرحلة الابتدائية وأساتذة التعليم المتوسط والثانوي، حيث شملت العينة (425) فرد من ولاية ورقلة وباستخدام مقياس **ماسلاش** للاحتراق النفسي أكدت النتائج على وجود الاحتراق النفسي بدرجة منخفضة لدى غالبية أفراد عينة الدراسة، مع عدم وجود فروق تعزى لمتغير المستوى العلمي والجنس والخبرة. أما في دراسة أجريت ببعض ثانويات العاصمة على (51) أستاذ من مختلف المواد، أكدت كل من (نصيرة و شبعاني، 2013، الصفحات 541 – 549) أن ظاهرة الاحتراق النفسي لا تتعلق بالضرورة بنوعية التكوين أو الجنس أو حتى سنوات العمل..

إن ظاهرة الاحتراق النفسي من الظواهر النفسية التي تتداخل من خلالها عدة أسباب منها ما هو متعلق بالفرد حيث أنه كلما كان ملتزما بعمله مخلصا فيه كان أكثر عرضة للاحتراق النفسي. (يوسف، 1998) ومنها ما هو متعلق بالجانب الاجتماعي، بحيث أنه توجد بعض المهن خاصة الخدمية منها كالتعليم والصحة محاطة بهالة كبيرة من الاهتمام، مما يجعل الأفراد العاملين بها يقعون فريسة سهلة للاحتراق النفسي. (عبد الرحمان، 1992) ومنها ما هو متعلق بالجانب الوظيفي من خلال ما توفره الوظيفة من تقدير واحترام واستقلالية .. ويشير (Robert, Horien، 1985) **Erreur ! Signet non défini.**أن هذا ما يزيد في احتراق الموظف نفسيا من خلال العبء الزائد عليه أو من خلال معاناة المدرسين من قلة المعلومات فيما تعلق بحقوقهم وواجباتهم.

حاول الباحث في هذه الدراسة – الوحيدة في حدود علمه – التي عنت بالمقارنة في الاحتراق النفسي بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في طورين

مختلفين (المتوسط والثانوي) باعتباره مر على هذه المهنة في سنوات خلت. وكما يعلم العام والخاص أن مادة التربية البدنية والرياضية إجبارية في كل الأطوار التعليمية، ففي المرحلة الابتدائية يضمن المعلم تنفيذ البرنامج، غير أنه في الطورين المتوسط والثانوي يتكفل أستاذ متخصص بهذه المادة. حيث يختلف الحجم الساعي الذي يجب أن يغطيه الأستاذ بكل طور. ففي التعليم المتوسط يقدر الحجم الساعي القانوني باثنين وعشرون ساعة أسبوعيا، أما في المرحلة الثانوية تقدر بثمانية عشر ساعة. وهذا رغم أن العديد من أساتذة المرحلة المتوسطة يحوزون نفس الشهادة الجامعية التي يمتلكها نظراؤهم في الثانوي. وهذا ما يعتبر إجحاف في حقهم، وبغية التعرف على ظاهرة الاحتراق النفسي من حيث الأسباب والأعراض ومحاولة تقليص الوقوع في فخه والوقاية منه جاءت دراستنا هذه التي يمكن أن نلخص إشكاليتها في التساؤلات التالية:

– ما مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية في الطور الثانوي؟

– ما مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية في الطور المتوسط؟

– هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الاحتراق النفسي بين أساتذة التربية البدنية للطورين الثانوي والمتوسط ؟

وكإجابات مؤقتة نفترض مايلي:

– يتميز أساتذة التربية البدنية في الطور الثانوي بمستويات متوسطة من الاحتراق النفسي.

– يتميز أساتذة التربية البدنية في الطور المتوسط بمستويات متوسطة من الاحتراق النفسي.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الاحتراق النفسي بين أساتذة التربية البدنية للطورين الثانوي والمتوسط.

2– الهدف العام من الدراسة:

معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى أستاذة التربية البدنية في الطور الثانوي.

معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى أستاذة التربية البدنية في الطور المتوسط.
الوقوف على طبيعة الفروق في مستويات الاحتراق النفسي (إن وجدت) بين أساتذة التربية البدنية للطورين الثانوي والمتوسط.

وتتجلى أهمية الدراسة في تسليط الضوء على مشكلة نفسية يعاني منها العديد من الأساتذة والمعلمين في صمت ومحاولة وجود حلول عملية لها. كون الاحتراق النفسي يعتبر أحد نواتج الضغوط المهنية وبالتالي السعي إلى التخفيف من انتشاره أو التمكين من التعامل معه ومواجهته بأحسن الطرق. والتوصل إلى بعض التوجيهات التي تفيد الأساتذة في عملهم اليومي. كما أن دراسة الفروق في مستويات الاحتراق النفسي تسهم في معرفة أهم الأسباب والأعراض التي تؤدي إلى تفاقم الوضع. ومنه اقتراح الحلول الكفيلة للحد منه. كما أن الدراسة سعت إلى إلقاء الضوء على إحدى أهم المشكلات النفسية.

3- التحديد الإجرائي للمفاهيم الواردة في البحث:

- **الاحتراق النفسي: وهو** "مظاهر سلبية من الاستجابات للضغط المصاحب للتدريس وعملياته والطلاب ونقص الإرادة. (رافع، 2003، صفحة 243)

ويقترح الباحث التعريف التالي: وهو الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص (الأستاذ) على مقياس الاحتراق النفسي.

- **أساتذة التربية البدنية والرياضية:** الأستاذ هو الشخص الذي يقوم بالتعليم. (Atlas Student Dictionary, 2003, p. 1081)

يعرفهم الباحث بأنهم مجموع الأساتذة الذين تلقوا تكوينا متخصصا (ليسانس، ماستر) بالجامعة يمكنهم ويخول لهم تدريس مادة التربية البدنية والرياضية.

- **الطور المتوسط:** يعرفه الباحث بأنه المرحلة الثانية بعد التعليم الابتدائي والتي تدوم أربع سنوات يتوج التلميذ من خلالها بشهادة التعليم المتوسط تمكنه من الانتقال إلى:

- **الطور الثانوي:** يعرفه الباحث بأنه آخر مرحلة من التعليم الإلزامي والتي تمتد (03) سنوات تتوج بشهادة الباكالوريا تسمح بمتابعة دراسته الجامعية.

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1 الطريقة والأدوات:

- **المنهج المتبع:** استخدم المنهج الوصفي لتوافقه مع خصوصيات الدراسة.

- **العينة وطرق اختيارها.** تمثل مجتمع الدراسة في أساتذة التربية البدنية والرياضية للطورين المتوسط والثانوي بولاية البيض، للسنة الدراسية 2018-2019، أما العينة تمثلت في (60) أستاذ، أختيرو بطريقة عشوائية. منهم (20أستاذ) بالثانوي، و(40 أستاذ) بالمتوسط.

- **مجالات الدراسة:**

- **المجال البشري:** شمل (60 أستاذ) اختيروا بطريقة عشوائية، منهم (20) بالتعليم الثانوي و (40 أستاذ) بالتعليم المتوسط.

- **المجال الزماني:** تمت الدراسة خلال السنة الدراسية 2019/2018

- **المجال المكاني:** تم طرح المقياس بشكل إلكتروني من خلال شبكات التواصل الاجتماعي، وذلك بالاستعانة ببعض أفراد العينة الذين عملوا على نشره بين زملائهم.

- **إجراءات الدراسة:**

- الأداة: مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين: أعده كل من سيدمن وزاجر Seidman and Zager 1994 وترجمه إلى العربية عادل عبد الله (1994)، يهدف المقياس إلى تحديد مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين، يتكون من (21) عبارة موزعة على أربعة أبعاد. وقد تم توزيعه إلكترونيا

الجدول 1: يوضح أبعاد مقياس الاحتراق النفسي.

البعد	العبارات	المجموع
عدم الرضا الوظيفي	1- 5 – 10 – 12 - 19	05 عبارات
الضغوط المهنية	2 – 4 – 7 – 9 – 13 -14	06 عبارات
انخفاض مستوى المساندة الإدارية	3 – 8 – 11 -15- 18- 20	06 عبارات

الاتجاه السلبي نحو التلاميذ	6 – 16 – 17 -21	04 عبارات
المجموع		21 عبارة

تتضمن كل عبارة إحساس أو شعور يمر بها المفحوص أثناء العلمية التعليمية ويطلب منه تحديد مدى تطابق كل عبارة وفق مقياس ليكرت الخماسي:

الجدول 2: يوضح درجات الاستجابة على مقياس الاحتراق النفسي.

لا تنطبق إطلاقا	لا تنطبق بدرجة كبيرة	إلى حد ما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق تماما
درجة واحدة	درجتين	03 درجات	04 درجات	05 درجات

الجدول 3: يوضح مستويات الاحتراق النفسي.

80 درجة فما فوق	70 إلى 79 درجة	من 60 إلى 69 درجة	من 50 إلى 59 درجة	أقل من 50 درجة
درجة احتراق كبيرة جدا	درجة احتراق كبيرة	درجة احتراق متوسطة	درجة احتراق قليلة	درجة احتراق قليلة جدا

صدق وثبات مقياس الاحتراق النفسي للعلمين:

1- صدق المحكمين: تم عرض عدد من مقاييس الاحتراق النفسي على مجموعة من الخبراء والمحكمين في علم النفس وعلم النفس الرياضي. وقد تم اختيار مقياس سيدمن وزاجر Seidman and Zager بنسبة (87 %).

2- صدق الاتساق الداخلي: عن طريق حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات كل مجال والدرجة الكلية له، وكذلك بين كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، من جهة ومعامل الارتباط بين كل محور أو مجال مع الدرجة الكلية للمقياس أو ما يعرف بالاتساق الخارجي أو الصدق البنائي.

الجدول 4: يوضح معامل ارتباط عبارات المجال الأول مع الدرجة الكلية للمجال

الرقم	العبارة	م الارتباط	م الدلالة
01	أتطلع إلى أن أستمر في التدريس مستقبلا	0.723	0.05
05	أنا سعيد باختيار التدريس مهنة لي	0.791	0.01
10	أرى أن التدريس أكثر إرضاءا لي مما كنت أتوقع	0.788	0.01
12	إذا كنت سأختار من جديد فلن أختار أن أكون مدرسا	0.656	0.05
19	أتطلع بشغف إلى كل يوم أقوم فيه للتدريس	0.812	0.01
	البعد الأول: عدم الرضا الوظيفي	**0.615**	**0.05**
03	أحصل على الثناء من الموجهين عندما أحسن القيام بعملي	0.615	0.05

08	أشعر أن المسؤولين في المؤسسة يرغبون في مساعدتي على حل المشكلات التي قد تواجهني.	0.625	0.05
11	أعتقد أن ما أبذله من جهد لا ينال التقدير من المسؤول	0.745	0.01
15	ينتقدني الموجهون أكثر مما يثنون علي	0.632	0.05
18	أشعر أن المسؤولين في المؤسسة لن يقدموا لي المساعدة للتغلب على الصعوبات التي تواجهني.	0.674	0.05
20	توجه إدارة المؤسسة اللوم لي على ظهور أي مشكلة مع التلاميذ	0.758	0.01
البعد الثاني: انخفاض مستوى المساندة الادارية		**0.752**	**0.01**
02	أشعر بالإحباط مما مررت به من خبرات في مهنة التدريس	0.749	0.01
04	اليوم الذي أقوم فيه بالتدريس وكأنه يمتلىء بالكثير من الضيق	0.623	0.05
07	أعتقد أن الضغوط التي تواجهني في عملي هي سبب ما أعانيه من أمراض جسمية	0.615	0.05
09	أشعر بأنه من الصعب أن أهدأ وأحس بالاسترخاء بعد يوم أقوم فيه بالتدريس	0.687	0.05
13	أشعر أن باستطاعتي أن أقدم ما هو أفضل في عملي كمدرس إذا لم تكن المشكلات التي تواجهني فيه بهذا الكم	0.612	0.05
14	الضغوط التي تواجهني في عملي كمدرس تفوق ما يمكنني تحمله	0.718	0.05
البعد الثالث: ضغوط المهنة		**0.641**	**0.05**
06	يتصرف التلاميذ بأسلوب لا يليق	0.669	0.05
16	معظم تلاميذي مهذبون	0.615	0.05
17	يأتي معظم التلاميذ وهم متأهبون للتعلم	0.641	0.05
21	يأتي العديد من التلاميذ إلى المدرسة باتجاهات خاطئة ومزعجة	0.621	0.05
البعد الرابع: الاتجاه السلبي نحو التلاميذ		**0.697**	**0.05**
قيمة ر الجدولية عند (09، 0.01) = 0.735/ وعند (09، 0.05) = 0.602			

يتضح من الجدول رقم (04) أن جميع العبارات دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05) مما يعني أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي. وللتحقق من الاتساق الخارجي أو ما يعرف بالصدق البنائي، قام الباحث بحساب معامل الارتباط بين كل محور أو مجال مع الدرجة الكلية للمقياس، حيث تراوحت قيمه بين (0.615 و0.752) وتعتبر كلها دالة إما

عند مستوى دلالة (0.01 أو 0.05). مما يدل أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الخارجي أو الصدق البنائي.

ثبات المقياس:

لقد تم الاستعانة لحساب الثبات بطريقتين، أولاهما طريقة إجراء الاختبار وإعادته، حيث تم تطبيق الاختبار على العينة الاستطلاعية المقدرة بعشر أساتذة، ثم إعادته بفارق زمني قدره عشرة أيام، وكانت النتائج كالتالي:

الجدول (05) يوضح معامل الصدق عن طريق تطبيق وإعادة تطبيق الاختبار

أولا عن إجراء الاختبار وإعادته	
البعد (المحور)	معامل الارتباط
عدم الرضا الوظيفي	0.741
الضغوط المهنية	0.801
انخفاض مستوى المساندة الادارية	0.737
الاتجاه السلبي نحو التلاميذ	0.754
الدرجة الكلية = 0.758	قيمة ر الجدولية عند (09، 0.01) = 0.735
ثانيا: عن طريق حساب معامل ألفا كرونباخ	
محاور (مجالات) مقياس الاحتراق النفسي	معاملات الارتباط بالدرجة الكلية للاستبيان
عدم الرضا الوظيفي	** 0.662
الضغوط المهنية	** 0.566
انخفاض مستوى المساندة الادارية	** 0.529
الاتجاه السلبي نحو التلاميذ	** 0.491
الدرجة الكلية قيمة ألفا كرونباخ	0.785

يتضح من الجدول رقم (05) أن معاملات الارتباط بين الاختبار وإعادته تراوحت بين (0.737 و0.801) وهي قيم دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01). أما القيمة الكلية لمعامل الارتباط بلغت (0.758). وبالتالي المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق.

أما الطريقة الثانية كانت عن طريق حساب معامل الثبات باستعمال معادلة ألفا كرونباخ، أي معامل الارتباط لكل محور (مجال) من محاور المقياس والدرجة الكلية. حيث جاءت القيم كلها دالة عند مستوى (0.01) وكانت

محصورة بين (0.491 و0.662). أما قيمة ألفا كرونباخ للمقياس فكانت (0.785) مما يبين أن المقياس يتسم بدرجة عالية من الثبات، مما يمكننا من استعماله في دراستنا الحالية. وهو ما يعرف بسيكومترية الأداة، والتي تتوقف عليها مدى مصداقية النتائج المحصل عليها ومنه يمكن الوصول إلى نتائج يمكن الاعتماد عليها والوثوق بها.

الموضوعية: يقصد بها عدم التأثر بالأحكام الذاتية للمصححين، وأن تعتمد نتائجه على الحقائق المتعلقة بموضوع الاختبار وحده. (عطا الله أحمد وبوداود عبد اليمين، 2009) ومن خلال دراستنا نرجع الموضوعية إلى:

* ترك الحرية الكاملة للمفحوص للإجابة.
* عدم التدخل أو التلميح إلى الإجابة
* تفريغ المقياس وحساب الدرجات كما هي من غير تغيير.

- **الأدوات الإحصائية (ذكر للمعادلات المستخدمة والبرامج)**. تم الإعتماد على الأساليب الاحصائية التالية:
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية.
- معامل الارتباط البسيط بيرسون
- معادلة ألفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس
- اختبار ت ستيودنت للمقارنة بين المتوسطات (عينتين مستقلتين).

4-2 عرض وتحليل النتائج:

- عرض نتائج الفرضية الأولى والتي تنص على:

يتميز أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية بمستوى متوسط من الاحتراق النفسي.

الجدول (06) يوضح نسب الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية

التصنيف	عدد الأساتذة	%	المستويات
من 70 إلى 79 درجة	01	5	درجة كبيرة من الاحتراق النفسي

من 60 إلى 69 درجة	15	75	درجة متوسطة من الاحتراق النفسي
من 50 إلى 59 درجة	04	20	درجة قليلة من الاحتراق النفسي

يتضح من الجدول أن مستويات الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية في الطور الثانوي، تراوحت بين ثلاث مستويات. وهي درجة كبيرة من الاحتراق النفسي والتي ضمت أستاذ واحد بنسبة مئوية قدرت بـ (5%)، والمستوى الذي تميز بدرجة قليلة من الاحتراق شمل (04) أساتذة بنسبة تمثيل قدرت بـ (20%). أما النسبة الغالبة والتي ضمت (15) أستاذ من أصل (20) فقد وقعت ضمن الدرجة المتوسطة للاحتراق النفسي بنسبة تمثيلية قدرت بـ (75%) وهي أكبر نسبة. مما يدل على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي يتميزون بدرجة متوسطة من الاحتراق النفسي وبالتالي تحقق الفرضية الأولى. ويفسر هذا على أن الأساتذة في المرحلة الثانوية يعملون ضمن الظروف العادية لمهنة التدريس. وبالتالي التغلب أو التكيف مع الوضع رغم المشاكل البيداغوجية والاجتماعية التي يتخبطون فيها، سواء ما تعلق بانخفاض القدرة الشرائية، أو مشاكل الاكتظاظ... هذا ما يدفعهم قي كل مرة للاحتجاج في الأطر القانونية عن طريق الإضرابات. وكذا لا يمكن أن نغفل أن العمل في الهواء الطلق (وهو ما يتميز به أغلب أساتذة المادة) يشكل عائقا كبيرا، سواء في فصل الشتاء، وما تعانيه المناطق الباردة من تدني درجات الحرارة التي تلامس حدود الصفر درجة في بعض الأحيان، أو المعاناة خلال الفصل الثالث من الحرارة المرتفعة.

- **عرض نتائج الفرضية الثانية والتي تنص على:** يتميز أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة بمستوى متوسط من الاحتراق النفسي.

الجدول (07) يوضح نسب الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمرحلة الثانوية

	عدد الأساتذة	%	المستويات
من 70 إلى 79 درجة	08	20	درجة كبيرة من الاحتراق النفسي

من 60 إلى 69 درجة	25	62.5	درجة متوسطة من الاحتراق النفسي
من 50 إلى 59 درجة	07	17.5	درجة قليلة من الاحتراق النفسي

يتضح من الجدول أعلاه أن مستويات الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية في الطور المتوسط، تراوحت بين ثلاث مستويات وهي درجة كبيرة من الاحتراق النفسي والتي ضمت (08) أساتذة بنسبة مئوية قدرت بـ (20%)، والمستوى الذي تميز بدرجة قليلة من الاحتراق والذي شمل (07) أساتذة بنسبة تمثيل قدرت بـ (17.5%). أما النسبة الغالبة والتي ضمت (25) أستاذ من أصل (40) فقد وقعت ضمن الدرجة المتوسطة للاحتراق النفسي بنسبة تمثيلية قدرت بـ (62.5%) وهي أكبر نسبة. مما يدل على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور المتوسط يتميزون بدرجة متوسطة من الاحتراق النفسي. وبالتالي تحقق الفرضية الثانية وهذه النتيجة تبدو منطقية باعتبار أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور المتوسط تعترضهم بعض المشاكل، خاصة توفر فضاءات الممارسة الرياضية فأغلب المتوسطات لا تتوفر إلا على ساحة واحدة تكون ميدان وساحة لبقية التلاميذ في نفس الوقت. خاصة أن أغلب الساحات تكون وسط الأقسام، مما يشكل عبئا على أساتذة باقي المواد والتلاميذ أثناء مراحل الدرس. وهذا لما تتميز به حصة التربية البدنية والرياضية من الحماس والحيوية. وهنا يجد أستاذ التربية البدنية والرياضية نفسه بين نقيضين، الأول هو تلبية حاجات التلميذ النفسية والاجتماعية من خلال النشاط البدني الرياضي والثاني هو الحفاظ على النظام والهدوء في الساحة (الميدان) من أجل تجنب المشاكل مع الإدارة ومع زملائه العاملين داخل القاعات القريبة من الساحة، وكل هذا من شأنه زيادة مستويات الاحتراق التفسي لدى الأساتذة.

– عرض نتائج الفرضية الثالثة والتي تنص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية العاملين في الطورين الثانوي والمتوسط.

الجدول (08) يوضح المقارنة في الاحتراق النفسي بين أساتذة التربية البدنية في الطورين الثانوي والمتوسط

	الطور	العدد	المتوسط ح	الانحراف م	قيمة ت	الدلالة
مقياس الاحتراق النفسي	الثانوي	20	60.4	4.97	**2.25**	دال إحصائيا
	المتوسط	40	64.37	7.04		
قيمة ت الجدولية عند (58، 0.05) = 2.00						

يتضح من الجدول أن المتوسط الحسابي لدرجات مقياس الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي قدر بـ (60.4) وإنحراف معياري قدره (4.97)، بينما بلغ المتوسط الحسابي لأساتذة المتوسط (64.37) وإنحراف معياري قدره (7.04) وقد بلغت قيمة **ت ستيودنت** المحسوبة (2.25) وهي أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (58) والتي بلغت (2.00) وبالتالي يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي بين أساتذة المرحلة الثانوية والمتوسطة، ولصالح أساتذة المرحلة المتوسطة. أي أنهم أكثر إحتراقا نفسيا من نظرائهم في الثانوي. وهذا رغم وقوع المتوسطين الحسابين في الدرجة المتوسطة من الاحتراق النفسي. يعتبر هذا الأمر منطقي إلى أبعد حد، كون المرحلة العمرية التي يتعامل معها أستاذ المرحلة الثانوية تعتبر أكثر نضجا، مقارنة مع تلاميذ المرحلة المتوسطة. إضافة إلى كون تلاميذ المرحلة المتوسطة خاصة السنة الأولى منهم لم يسبق لهم ممارسة حصص التربية البدنية بالشكل المألوف بل كانت من مهام أستاذ التعليم الابتدائي، بينما هم يمارسونها الآن مع أستاذ متخصص في المادة.

4-3 مناقشة النتائج وتفسيرها:

– الفرضية الأولى والتي تنص على: "يتميز أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة الثانوية بمستوى متوسط من الاحتراق النفسي"

وبالرجوع إلى الجدول رقم (06) يتضح أن السبة الغالبة من الأساتذة (15 من أصل 20) أي نسبة تمثيل (75%) وقعت ضمن المجال (60–69 درجة) وهو ما يمثل المستوى المتوسط من الاحتراق النفسي. وتتفق هذه النتيجة ما توصل إليه(يوسف، 1998) في دراسته التي هدفت إلى معرفة مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية بالضفة الغربية، وقياس مستوى ضغط العمل والتعرف على مصادره. حيث توصل إلى أن مستوى انتشار الاحتراق النفسي كان معتدلا. وعدم وجود أثر لبعض المتغيرات (العمر، الجنس، المؤهل العلمي ...) على الاحتراق النفسي. كما تتفق نتائج دراستنا مع نتائج دراسة (الخطيب، 2007) حيث توصل إلى أن المعلمين الفلسطنيين ليس لديهم مستويات عالية من الاحتراق النفسي. وذلك لمسايرتهم للوضع الطبيعي في مهنة التدريس خاصة في بلادهم فلسطين. وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين.

كما يعزي الباحث هذه النتيجة إلى عاملين مهمين، أولهما هي ظروف العمل المحيطة بمهنة التدريس حيث لا تستميل هذه المهنة الكثير من الناس كونها مهنة متعبة وتتميز بالإجهاد الكبير سواء البدني أو الانفعالي. بحيث لا تنتهي مهام الأستاذ بمجرد خروجه من مقر عمله على غرار الكثير من المهن، بل يتعدى ذلك إلى الأعمال التحضيرية التي ينبغي على الأستاذ القيام بها في منزله، كتحضير المذكرات مثلا. أما العامل الثاني فهي الظروف الاجتماعية التي يتخبط فيها الأستاذ، كالبعد عن مقر العمل، عدم المساندة الإدارية والاكتظاظ الذي صار يميز مؤسساتنا التعليمية بمختلف أطوارها.

– الفرضية الثانية والتي تنص على: "يتميز أساتذة التربية البدنية والرياضية في المرحلة المتوسطة بمستوى متوسط من الاحتراق النفسي"

وبالرجوع إلى الجدول رقم (07) يتضح أن السبة الغالبة من الأساتذة (25 من أصل 40) أي نسبة تمثيل (62.5%) وقعت ضمن المجال (60–69 درجة) وهو ما يمثل المستوى المتوسط من الاحتراق النفسي. وتتفق هذه النتيجة ما ذهب إليه (الطحاينة زياد لطفي وسهى أديب عيسى، 1996) أن معلمي التربية الرياضية في الأردن يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة. كما تتوافق مع ما توصل إليه (عادل عبد الله، 1995) في دراسته التي هدفت إلى التعرف على أثر بعض السمات الشخصية (النوع والخبرة) على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين، حيث أشارت النتائج إلى أن أفراد عينة الدراسة يتميزون بمستويات متوسطة من الاحتراق النفسي، إضافة إلى وجود فروق دالة بين المعلمين والمعلمات في الاحتراق النفسي.

ويرجع الباحث هذه النتيجة أي تميز أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمتوسط بدرجات متوسطة من الاحتراق النفسي إلى نفس الأسباب المحيطة بنظرائهم في الثانوي، كما يمكن إضافة نقطة أخرى يراها الباحث مهمة، هي تواجد بعض المتوسطات في مناطق بعيدة نوعا ما أو نائية، على عكس الثانويات التي تكون غالبا بمقر الدوائر (مدن) أو البلديات الكبرى.

– الفرضية الثالثة توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية العاملين في الطورين الثانوي والمتوسط.

يتضح من الجدول رقم (08) أن الفروق في درجات الاحتراق بين أساتذة التربية البدنية والرياضية كانت دالة تبعا للطور (متوسط – ثانوي) ولصالح الطور المتوسط. بمعنى أن أساتذة الطور المتوسط يعانون من الاحتراق النفسي أكثر من نظرائهم بالثانوي. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى عدة أسباب: أولها الحجم الساعي المعمول به، حيث يعمل أساتذة المتوسط أكثر من أساتذة الثانوي بمقدار أربع ساعات أكثر في الأسبوع. بمعدل إثنان وعشرون ساعة بالمتوسط مقابل ثمانية عشر ساعة في الثانوي هذا رغم امتلاك الغالبية

العظمى لنفس الشهادة (شهادة ليسانس كلاسيك). ليس هذا فحسب بل هناك حتى فارق في الأجرتين ولصالح أستاذ الثانوي. وهنا يطرح أساتذة المرحلة المتوسطة بصفة عامة وليس فقط أساتذة التربية البدنية والرياضية، كيف لمن يعمل أقل أن يتقاضى أكثر؟ وهذا ما يطرح بعض الحساسيات بين الطورين ويخلق نوع من عدم الرضا.

أما الأمر الثاني الذي يجعل أستاذ المتوسط يسجل درجات أعلى نسبيا من الاحتراق النفسي مقارنة مع الثانوي، يكمن في المرحلة العمرية التي يتعامل معها كل من الأستاذين، باعتبار المرحلة المتوسطة تعد مرحلة فارقة وحساسة جدا في حياة التلميذ، تقع بين الطفولة وبداية سن التمييز. مما يدفع بالأساتذة إلى تكثيف الجهود من أجل التأطير الجيد للتلاميذ. على عكس المرحلة الثانوية التي يبدأ التلميذ خلالها في تكوين معالم شخصيته، وبالتالي نجده يحسن التواصل أكثر، مما يسهل عمل الأستاذ معه من النصح والإرشاد وهو ما يضمن التواصل والحوار الجيد.

أما الأمر الثالث الذي يظهر لنا الفرق في درجات الاحتراق النفسي بين أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطورين المتوسط والثانوي، هو الممارسة الرياضية في حد ذاتها، وهذا أمر تقني محض كون تلميذ المرحلة الثانوية له من خبرات الممارسة في المتوسط على الأقل أربع سنوات، تمكنه من استغلالها أحسن استغلال في الطور الثانوي. وتجعل الأستاذ يعمل في راحة أكبر، كون أغلب الفعاليات الممارسة في الطور الثانوي من سرعة، وثب طويل، دفع للجلة إضافة إلى الرياضات الجماعية، سبق للتلميذ التطرق إليها وبالتالي كون خبرات سابقة تمكن الأستاذ من استغلالها أحسن استغلال. وعلى النقيض من ذلك نجد تلميذ المرحلة المتوسطة خاصة السنة الأولى لم يسبق له دراسة مادة التربية البدنية والرياضية بهذا الشكل أي من تنفيذ أستاذ مختص ومتمكن من مادته، بل كانت على عاتق أستاذ التعليم الابتدائي الذي يسعى جاهدا لإخراج الحصة

في طابع جيد. لكن ليس في كل الأحيان نجد ذلك حيث أن بعض أساتذة التعليم الإبتدائي يستعينون بوقت حصة التربية البدنية لتعويض بعض التأخر الذي قد يقعون فيه في مواد أخرى. وفي هذه النقطة يرى الباحثون ضرورة توظيف أساتذة مختصين للتربية البدنية والرياضية في الطور الابتدائي من أجل تخفيف الضغط على أساتذة المتوسط من جهة، وتوفير القدر الكافي لتلاميذ المرحلة الابتدائية للتعبير عن ذواتهم من خلال ممارسة أنشطة حسية حركية وهو ما يلبي الحاجات النفسية والاجتماعية للتلميذ.

- الخاتمة:

تبعا لما سبق من تحليل للنتائج وفي ضوء ذلك توصلت الدراسة إلى أنه كل من أساتذة التعليم الثانوي والمتوسط يتميزون بدرجات متوسطة من الاحتراق النفسي تبعا للأداة والعينة المدروسة. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لصالح أساتذة التعليم المتوسط، أي أنهم أكثر إحتراقا نسبيا من نظرائهم في الثانوي، رغم وقوع أغلب أفراد عينة الدراسة في المستوى المتوسط والذي يعتبر مقبولا على العموم. ومنه نقترح ضرورة الاهتمام بمهنة التدريس على وجه العموم، لما تكتسيه من أهمية في تكوين الأفراد والأطر المستقبلية. إضافة إلى متابعة الحالة النفسية والصحية للأستاذ والاستعداد لأي طارئ من شأنه أن يعقد حالة نفسية بسيطة إلى مرض أو نوبات نفسية حادة قد تؤدي إلى الانقطاع عن العمل. كما يجب السعي لتأسيس جمعيات رياضية وثقافية تسهر على التكفل بالجانب النفسي والاجتماعي للأساتذة.

المراجع المستخدمة في الدراسة:

<u>الكتب</u>:

- علاوي محمد .(1997) .*علم نفس المدرب والتدريب الرياضي* ط .1القاهرة مصر :دار المعارف.

- عادل عبد الله محمد .(1994) .*مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين* .القاهرة :مكتبة الانجلو مصرية.

المجلّات والدوريات والصحف:

- الطحاينة زياد لطفي وسهى أديب عيسى .*(1996)* .*مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات* .مجلة دراسات العلوم التربوية المجلد 23العدد الأول.

- بوبكر دبابي وعقيل بن ساسي .(2010) .*مقارنة مستوى الاحتراق النفسي عند كل من معلمي المرحلة الابتدائية وأساتذة التعليم المتوسط وأساتذة التعليم الثانوي* .مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية عدد خاص بالملتقى الدولي حول المعاناة في العمل .43- 30 .pp , .

- جبارة محمد. (2011). *مصادر الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية. مجلة الإبداع الرياضي*، العدد الأول جوان 2011.

- دشيشة الأمين. (2019). *الدافعية للتدريس عند أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم المتوسط*. مجلة الإبداع الرياضي. المجلد رقم (10) العدد رقم (01) جوان (2019)، الصفحات 280- 303

- زغلول رافع .(2003) .*الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقته بإدراكهم لنمط الجسم من وجهة نظر المعلمين* .مؤنثة للبحوث والدراسات سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية المجلد 18العدد. 6

- سالم لخضر .*(2019)* .*مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة وانعكاسه على سير حصة التربية البدنية والرياضة* .مجلة الإبداع الرياضي المجلد رقم /(10)العدد رقم (02)مكرر جزء .498 - 480 .pp , (01)

- عساف عبد المجيد .(1996) .*مصادر الإجهاد النفسي لدى معلمي الجامعات في الوطن المحتل والضفة الغربية* .مجلة جامعة النجاح للأبحاث "العلوم الانسانية "جامعة النجاح الوطنية مجلد .37-30 .pp , 19

- عصام هاشم أحمد .*(2001)* .*دراسة مقارنة بين المحترقين نفسي وغير المحترقين في بعض خصائص الشخصية ووجهة الضبط* .مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية جامعة المنيا مج 12ج1.268-219

- يوسف عبد الفتاح ,1999) .يناير .*الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية* . مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر ع 15السنة الثامنة .227-195 .pp , .

- كرميش عبد المالك فريد .(2019) .*بعض الكفايات المهنية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في التعليم الثانوي وعلاقتها بكل من الوعي بالذات والتنظيم الانفعالي لديهم*. مجلة الإبداع الرياضي، المجلد رقم (10)، العدد رقم (01)، جوان 2019، الصفحات 35-63

المؤتمرات والندوات والملتقيات:

- محمد جواد الخطيب .(2007) .*الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفبسطنين بمحافظات غزة* .بحث مقدم في المؤتمر التربوي الثالث لجودة التعليم الفلسطيني"مدخل للتميز ."غزة :الجامعة الاسلامية فلسطين.

رسائل الماجستير والدكتوراه:

- لعبيدي نغم محمود محمد صالح .(1999) .*بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية بمحافظة نينوى* .الموصل :رسالة ماجستير غير منشورة.

- حرب يوسف .(1998) .*ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية* رسالة ماحستير غير منشورة .نابلس :جامعة النجاح الوطنية فلسطين.

- حرتاوي هند عبد الله .(1991) .*مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية بالأردن* .عمان :رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية الأردن.

- رمضان جهاد .(1999) .*ظاهرة الاحتراق النفسي واستراتجيات التكيف لدى العاملين في وزارة السلطة الوطنية .نابلس فلسطين* :رسالة ماجستير غير منشورة جامعة النجاح الوطنية.

- عادل عبد الله .(1995) .بعض السمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين

الأجنبية:

- Atlas StudentDictionary ;2003 ;op.cit

- Cain, Gill E. (2000). Teachers burnout :the relationships between negatve mood expectvcies, stress, coping and destress. California: Pro Quest. Disstertation Abstracts California State University, Degree MS.

- Frendenberger, H,j. (1994). Staff Burnout. journal of social isseves vol 30 .

- Maslach,C. (1982). Understending burnournoututdefinitional issue in analyzing a complex phenomenon on panics.W.S (Ed), job stress and b. rearch theory and intrvention perspectives, Beverly Hills;C.A publication.ING .

- Porter, Susan. (2000). Aquasiexpermental study of phsychological group interventions. Wyoming: Pro Quest Dissertation Abstracts, University of Wyoming Degree :PhD.

- Schanfelid W et Greenglass. (2000). Introduction to special issue in burnout and health. Récupéré sur psychologie inventory from I(ON LINE) avaible: http//: Queendom.com.