**دراسة الاحتراق النفسي لدى عينة من مدرسي التعليم الثانوي حسب متغير الجنس والأقدمية**

أ. **شبعاني فاطمة**–المدرسة العليا للأساتذة القبة

**ملخص الدراسة:** هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى مدرسي التعليم الثانوي لولاية الجزائر، ومدى اختلاف هذه المستويات بناء على متغير الجنس والأقدمية. وقد تكونت عينة الدراسة من 104 أستاذ وأستاذة للتعليم الثانوي. استخدمت الباحثة مقياس ماسلاش وجاكسون للاحتراق النفسي بأبعاده الثلاث (الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، والشعور بنقص الانجاز الشخصي.) وقد أشارت النتائج إلى وجود مستوى احتراق نفسي متوسط لدى عينة الدراسة، وأن مستويات الاحتراق النفسي اختلفت بشكل دال احصائيا باختلاف متغير الجنس لصالح الإناث بينما لم توجد فروق دالة لمتغير الأقدمية.

**مقدمة:** تميزت السنوات العشرين الأخيرة من هذا القرن بتغير سريع لإيقاع الحياة، مع ارتفاع واضح لمتطلبات الوظائف. وهذا استجابة للمتطلبات الاقتصادية، والاجتماعية بشكل عام. والأفراد داخل هذه الأنظمة يرون أنه من الضروري ارضاء هذه المطالب والتكيف مع الظروف الجديدة. ظروف العمل الغير ملائمة تهدد الموظف، بما أنها لا توفر شروط الأمن والحماية اللازمة، وتسبب الأمراض المهنية. وأيضا عدم القدرة على اتخاذ القرارات على مستوى الوظيفة، يسبب ارتفاع في مستوى الضغط النفسي للموظف. وإذا اشتدت هذه الضغوط واستمرت فإنها تصل به إلى ما يعرف بالاحتراق النفسي، وهو حالة نفسية يصل فيها الموظف إلى الشعور بالاستنزاف البدني والإرهاق العاطفي وتكوين اتجاهات سلبية نحو الآخرين مع التقدير السلبي للذات (بوفرة مختار، منصوري مصطفى، 2014) وبشكل عام الأكثر عرضة لهذه المتلازمة هم الموظفين الأكثر التزام ولديهم تطلعات عالية لتحقيق الأهداف المهنية. عادة هذا النوع من الأشخاص تكون مساهماتهم معترف بها داخل المنظمة أو المؤسسة. لكن عندما تكون نتائج جهودهم لا تتطابق مع توقعاتهم الذاتية وتوقعات الفئة المستفيدة من خدماتهم والمؤسسة ليست قادرة على تقديم الدعم اللازم يصبحون عرضة لمستوى مرتفع من الإجهاد والإحباط. وهذا الوضع لو استمر لمدة طويلة في الأخير ينتهي

إلى إضعاف قدرتهم على الالتزام بمهامهم بشكل ملائم وفي هذه الحالة تكون الظروف مناسبة لتطوير متلازمة الاحتراق النفسي (ماسلاش وآخرون 2001).

يعرف الاحتراق النفسي بأنه حالة من الإنهاك الجسدي والانفعالي والإدراكي تظهر على شكل إعياء شديد، وشعور بعدم الجدوى، وفقدان الأمل، وتطور مفهوم ذات سلبي واتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس (2001)Leiter & Schaufeli, Maslach,.

والاهتمام بهذه الظاهرة كان في فترة السبعينات من القرن الماضي حيث أول من تكلم عنه Frudenberger ليعبر عن بعض الاستجابات الجسمية والانفعالية التي تنتج عن التعرض لمدة طويلة لضغوط العمل وبالخصوص عند بعض العاملين الذين تكون توقعاتهم عالية وغير واقعيه وبالذات المهن التي تقدم خدمات إنسانية مثل عمال الصحة والشرطة والمختصين النفسانيين، والتربية (رامي طشطوش وآخرون 2013).

وتعتبر مهنة التدريس في عصرنا الذي يمتاز بسرعة التغير احدى المهن المتطلبة، وفي الوقت الحالي الأشخاص الذين يتوجهون إلى مهنة التدريس يكونون أكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي وهي متلازمة تنتج عن الإجهاد لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع ناس في حاجة الى خدمات، وحسب دراسة أجريت في الشيلي بين كلية المعلمين والجامعة الشيلية الكاثوليكية سنة 2000. توصلت الى ان الاحتراق النفسي راجع أساسا إلى أعباء العمل، وكون المدرس يتعرض للتعنيف من الإدارة والزملاء وأولياء الأمور والتلاميذ. وهذا من شأنه أن يؤدي بالمدرس ليكون سريع الانفعال وغير متسامح، وبالإضافة إلى تضرر العلاقة مع التلاميذ، وهذا من شأنه أن يؤدي إلى التغيب المتكرر عن العمل، وتمديد العطل المرضية Suárez, E. (1998)، نتيجة لعدم قدرتهم على التكيف مع ضغوط العمل. وعليه تعتبر دراسة الاحتراق النفسي من الدراسات التي تعود بنتائج ايجابية على المدرس وعلى العملية التربوية، إذ يمكن تفادي الآثار السلبية ومساعدة المدرس على إشباع حاجاته ورغباته وكذا تحقيق قدر من التوافق النفسي والاجتماعي والتمتع بالصحة النفسية.

**الدراسات السابقة:** من أجل التعرف على بعض مصادر الاحتراق النفسي والمتغيرات اللتي قد تكون لها علاقة بهذه المتلازمة رأت الباحثة أنه من الضروري عرض بعض الدراسات التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي عند المدرسين:

في دراسة أجراها ADAMSON 1975 في بحثه عن مصادر الضغوط النفسية، وتوصلت نتائجها إلى مجموعة من الأسباب التي يمكن أن تؤدي إلى الضغوط النفسية في مكان العمل في مهنة التدريس ومن ثمة إلى ظاهرة الاحتراق النفسي وتمثلت الأسباب في: –المحاسبة أو المساءلة من جانب المؤسسات التعليمية–المسؤوليات المتزايدة للمعلمين. –العبء الوظيفي. وبهذا أعزى الباحث سبب التقاعد المبكر من قبل بعض المعلمين القدامى وعدم وجود دافع قوي لبذل الجهد من جانب المعلمين الجدد إلى الأسباب السالفة الذكر.

ودراسة قام بها Friedman (1991) ,للتعرف على العوامل المدرسية التي تُسهم في احتراق المعلمين نفسياً، قام الباحث بقياس الاحتراق النفسي لدى عينة مكونة من (1597) من معلمي المدارس ثم قام بتقسيم المدارس إلى مجموعتان (المدارس التي يعاني معلّموها من مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي والمدارس التي يعاني معلّموها من مستوى منخفض من الاحتراق النفسي)، وقارن بينها. وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك أربعة عوامل رئيسية تُسهم في الاحتراق النفسي لدى المعلّمين كان من أبرزها تدني مستوى الثقة البين منظمية في المدرسة. وفي دراسة (1993) .Karen E Danylchuk أجريت على عينة مكونة من 253 فردا بهدف الكشف عن مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي بين أعضاء الهيئات التدريسية والموظفين والعاملين في كليات التربية الرياضية في جامعات أونتريو في كندا، كما هدفت إلى معرفة أثر كل من متغيرات الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، وسنوات الخبرة في التعليم العالي ونوع التعيين على مستويات الاحتراق النفسي. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 39 سنة أو أُقل، والإناث، وغير المتزوجين، والمدربين، والأفراد غير المثبتين في الخدمة، عانوا من الإجهاد الانفعالي بدرجة أعلى من نظائرهم. كما أشارت النتائج إلى أن ضغوط العمل والمتمثلة في الحمل الوظيفي الزائد، وفرص العمل المتاحة وضغط الوقت مرتبطة بشكل كبير بالإجهاد

الانفعالي، في حين أن الهيكل التنظيمي للمؤسسة، وتطور المصادر الإنسانية مرتبطان بوضوح بتبلد المشاعر، وقد تبين كذلك عدم وجود علاقة بين نقص الشعور بالإنجاز وأي من متغيرات ضغوط العمل. ودراسة الدبابسة 1993 أجريت على 308 أستاذ بهدف الكشف عن مستويات الاستنفاذ النفسي، وأظهرت النتائج مستوى متوسط الدرجة من الاستنفاذ النفسي بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاستنفاذ النفسي لمتغير المؤهل العلمي على شدة تكرار الإجهاد الانفعالي لصالح الأساتذة من حملة الشهادة الجامعية.وتوجد فروق دالة في درجة الاستنفاذ النفسي لمتغير الجنس على شدة الضغط الانفعالي وتكراره وشدة نقص الشعور بالإنجاز وذلك لصالح الذكور. كما ظهرت فروق ذات دلالة في درجة الاستنفاذ النفسي لمتغير سنوات الخبرة علي تكرار الضغط الانفعالي لصالح الأساتذة من ذوى الخبرة القصيرة، بالإضافة إلي ظهور فروق دالة لمتغير الدخل الشهري علي شدة الضغط الانفعالي وشدة تبدد المشاعر لصالح الأساتذة من ذوى الدخل المرتفع. وقام القريوتي وعبد الفتاح (1998) بإجراء دراسة للتعرف على الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات العربية المتحدة، على عينة مكونة من (244) معلماً ومعلمة منهم (149) من معلمي الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة، (95) من معلمي الطلبة العاديين، باستخدام مقياس شرنك. وقد أشارت النتائج إلى وجود زيادة في درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب العاديين مقارنة بمعلمي الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة. وأظهرت فروقاً في درجات الاحتراق عند معلمي الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة تعزى لاختلاف مستويات الخبرة. وأظهرت النتائج أيضاً أن درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة ذوي الإعاقة البصرية والحركية كانت أعلى من درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب من ذوي الإعاقة العقلية والسمعية. وقامت حامد (1999) بدراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي المعاقين عقلياً في اليمن وتكونت العينة من (42) معلماً ومعلمة. أظهرت الدراسة أن مصادر الاحتراق النفسي الأكثر شيوعاً لدى المعلمين كانت ظروف العمل، وخصائص الطلبة، والخصائص الشخصية للمعلم والإدارة والزملاء. أما بالنسبة لجنس المعلم فلم تظهر الدراسة أي فروق إحصائية بين المعلمين

والمعلمات كذلك بالنسبة إلى المؤهل العلمي وسنوات خبرة المعلم. كما وأظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى درجة إعاقة الطلبة لصالح معلمي ذوي الإعاقة العقلية الشديدة. ودرس ميلر وآخرون (1999) Miller., et al عوامل بقاء المعلم في مجال العمل بالتربية الخاصة، أو انسحابه من العمل، أو تحويله إلى أعمال أخرى في المجال التربوي. تكونت عينة الدراسة من (1576) معلما ومعلمة، من ولاية فلوريدا. أشارت النتائج بعد متابعة الدراسة لمدة سنتين إلى أن 21 %من المعلمين تركوا المهنة، و20 %منهم تحولوا للعمل في مجال التربية العادية، و% 41 من المعلمين لم يستمروا في العمل في مجال التربية الخاصة، كما أظهرت النتائج أن المعلمين ذوي سنوات الخبرة الطويلة والأكبر عمرا أقل احتراقا من المعلمين ذوي سنوات الخبرة القصيرة والأقل عمرا. وأجرى ساري (2004) Sari ,دراسة ضمت (295) من معلمي ومشرفي التربية الخاصة في عينة من مدارس التربية الخاصة بتركيا، باستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، وقد أشارت النتائج إلى وجود مستويات متوسطة من الاحتراق في بعدي تبلد الشعور ونقص الشعور بالإنجاز، كما توصل الباحث إلى فروق دالة إحصائيا في بعدي الإجهاد الانفعالي ونقص الشعور بالإنجاز ولصالح الذكور، بينما كانت الفروق في بعد تبلد الشعور لصالح الإناث، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد الشعور ولصالح المعلمين الأكثر خبرة تدريسية، بينما كانت الفروق في بعد نقص الشعور بالإنجاز لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية. وقام النجار (2004) بدراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي غرف المصادر بالأردن. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين كان متوسطا على بعدي الإجهاد الانفعالي، ونقص الشعور بالإنجاز، في حين كان متدنيا على بعد تبلد الشعور. ودرس الخطيب والقريوتي (2005) الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي التلاميذ العاديين والموهوبين وذوي صعوبات التعلم والإعاقات الشديدة، تكونت عينة الدراسة من (200) معلم ومعلمة، من مختلف المدارس والمراكز الأردنية، وأشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي تعزى لمتغير جنس المعلم، ومؤهله التعليمي وسنوات خبرته، وحالته الاجتماعية، في حين أظهرت النتائج وجود

فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير فئة التلميذ ولصالح معلمي التلاميذ ذوي الإعاقات الشديدة والموهوبين مقارنة بمعلمي التلاميذ العاديين وذوي صعوبات التعلم. وقام الخرابشة وعربيات (2005) بدراسة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع التلاميذ ذوي صعوبات التعلم، حيث تكونت عينة الدراسة من (166) معلما ومعلمة بالأردن، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود الاحتراق النفسي لدى المعلمين بدرجة متوسطة على بعدي الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالإنجاز ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث على بعد نقص الشعور بالإنجاز، كما أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا على جميع أبعاد المقياس تعزى لمتغير سنوات الخبرة، ولصالح ذوي سنوات الخبرة من خمس سنوات وأكثر.

للتعرف على مصادر الاحتراق النفسي والضغوط النفسية للمعلّمين العاملين في المدارس الثانوية والابتدائية في اليونان، قام أنتونيو، وبوليكروني، وفلاتشاكيز (2006) Antoniou, A., Polychroni, F. & Vlachakis, A. بدراسة تكونت عينتها من (493) معلّم ومعلّمة، وقد استخدم الباحثون مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي للمعلّمين ومقياس آخر لقياس الضغوط النفسية. وتوصلت الدراسة إلى أن المعلّمين يعانون من مستوى متوسط من الإجهاد الانفعالي، وتدني الشعور بالإنجاز، ومستوى مرتفع من تبلد الشعور، ومستوى متوسط من الاحتراق النفسي عموماً. وأشارت النتائج أيضاً إلى أن أكثر ما يسبب الاحتراق النفسي للمعلّمين المشكلات التي تواجههم أثناء تعاملهم مع الطلبة، وتدني اهتمام الطلبة بإنجاز مهماتهم التعليمية، ونقص تأهيل المعلّمين، وتدني مقدرتهم على التعامل مع الطلبة ذوي المشكلات السلوكية، وارتفاع أعباء العمل، ومشكلات المعلّمين مع زملائهم، وما يواجهه المعلّمون من مشكلات متعلقة بالانضباط المدرسي. وتعليقا على الدراسات السابقة يمكن أن نقول: أن الدراسات التي استعنا بها في دراستنا هذه ركزت في بحثها عن المصادر المسببة للاحتراق النفسي، وأن أغلبها استعمل كأداة قياس مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش وجاكسون، ولأن الدراسات التي توصلت اليها الباحثة فيما يتعلق بدراسة الاحتراق

النفسي لمدرسي التلاميذ العاديين كانت قليلة، أعتمد على بعض الدراسات التي اهتمت بالظاهرة فيما يخص مدرسي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة.

**الإشكالية:** تعطى للمدرس اهم المهام من اجل المحافظة على المجتمع وتطويره، بمعنى نقل المعارف إلى أجيال المستقبل من اجل المحافظة عليها واستعمالها في تطوير المجتمع والتطور الشخصي لكل فرد. تشهد العملية التعليمية حركة انتقالية واسعة في ظل العولمة، وارتفاع وتيرة المساءلة، والطرق المبتكرة لإنجاز الأعمال (هدى الخلايلة وعبدالحافظ الشايب هديل صالح 2012)، واظافة إلى ذلك التطور التكنولوجي والعلمي في المجال التربوي (Leveson(2004, كل هذا لم يعد يعني للمدرسين تحسين وتطوير لوظيفتهم ولكن يعني لهم القلق إزاء عدم وجود أساليب فعالة، والزيادة السريعة للمطالب وعدم كفاية الموارد من أجل مواجهتها، إلى جانب وجود انخفاض في التقدير الاجتماعي والدعم وجعل مهنة المدرس مهمة معقدة ومتباينة وذات قيمة متدنية، ما يزيد في تعقيد المشكلة اللتي أثارت لوقت طويل قلق المجتمع العلمي والمجتمع بشكل عام، وهذه المشكلة هي التدهور الصحي، والنفسي والانفعالي الذي يعانيه ممارسو هذه المهنة. وهذا ما تشير إليه الدراسات العالمية، (Somech & Miassy-Maljak, 2003) في مجال الضغوط المهنية أن المدرسين يعملون في ظروف سيئة كذلك الأمر بالنسبة للمدرس الجزائري حيث يشير الباحث ناصر الزبدي (2002) في دراسته التي تحمل عنوان "سيكولوجية المدرس الجزائري" وفي نفس الاتجاه أوضح الباحث الجزائري باهي سلامي(2007) أن المدرس الجزائري يعاني من مستوى ضغط مرتفع في دراسته "مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسماتية" وهذا في مختلف الأطوار التعليمية وهذه الضغوط المستمرة والتي لم يوجد لها حلول لحد الآن والمتمثلة في اضطراب المناخ التنظيمي في العمل وكثرة الأعباء، مسؤولية اعداد أجيال، التعرض للتعنيف من الإدارة الزملاء وأولياء الأمور والتلاميذ...، ومن المسلم به أن تنتج عن هذا سلسلة من ردود الأفعال التي تضر بشكل كبير قدرة المدرس على أداء المهام الموكلة إليه بحيث تتحول مشاعر هذا الأخير الى أحاسيس سلبية، يفقد بسببها الاهتمام في تعامله مع تلاميذه، الصراع مع مرءوسيه مع الزملاء، اولياء الأمور، وبشكل عام

يفقد الاهتمام بالعمل، كثرة الأمراض الجسدية والعقلية، بالاظافة الى كثرة الغيابات وفي بعض الحالات استهلاك العقاقير والكحول(1997) .Gil, M. y Peiró, J. M

مع الوقت واستمرار وكثرة المنغصات على المدرس يفسح المجال لظهور ما يسمى بمتلازمة الاحتراق النفسي، والتي من الممكن ان تكون معدية (من منظور اجتماعي)، ما يعني عندما يكون في المؤسسة التربوية مدرسين يشعرون بالاحباط وعدم الرضا، بذلك يحتمل أن يصبح الآخرون أكثر عرضة. ولأن المدرسون لهم دورا فعال ورئيسي في عملية التعليم والتعلم لذلك لا بد من التعرف على العوامل التي تؤثر بشكل مباشر وغير مباشر على أدائهم المهني. وكما نعلم أن المدرس الجزائري يعيش مثل نظرائه العرب في مناخ تنظيمي معقد (أقسام مكتظة بتلاميذ ينتمون إلى مستويات وأسر مختلفة، يفقد أغلبهم الإهتمام بالتعليم، ويظهر ذلك في محاولاتهم الخروج عن النظام " خاصة في مرحلة المراهقة وهي المرحلة التي يواجهها مدرس التعليم الثانوي، وتكبله وصاية بيروقراطية متربصة به وبعمله ما يجعل المدرس يشعر بالعزلة وغياب الدعم، وتجريده من القدرة على اتخاذ القرار والاستهتار بآرائه وخبراته عند احداث تغييرات في المنظومة التربوية، ويفقد مساندة النقابات والتنظيمات المهنية، ووضعه في صورة مهزوزة والتي تكرسها وسائل الاعلام عنه، وكذلك من بين العوامل المحبطة للمدرس والمسببة لاحتراقه النفسي تدخل الآباء في عملهم، فكثير من الآباء يجادلون المعلمين في عملهم، ويخطئونهم في أساليب تعاملهم مع أبنائهم، ويتشككون في قدراتهم وكفاءتهم، مما يهز ثقة المدرس في نفسه، وتؤدي هذه الضغوط إلى سلب المعلم هويته المهنية المتخصصة دون غيره من المهن الأخرى في المجتمع، كما يتصل بالظاهرة الدخل المنخفض مقابلة بالجهود المطلوبة منه. من ثم جاء موضوع دراستنا الذي يهدف الى الكشف عن حالات الاحتراق النفسي في المدرسة الجزائرية بأبعاده الثلاث (الإجهاد الانفعالي تبلد المشاعر ونقص الإنجاز الشخصي) حسب متغير الجنس والأقدمية عند مدرسي التعليم الثانوي. وتساؤلات دراستنا هي:

- هل يعاني مدرسي التعليم الثانوي من الإحتراق النفسي، بأبعادها الثلاث (الإجهاد الانفعالي تبلد المشاعر ونقص الإنجاز الشخصي)؟

- هل توجد فروق دالة في درجات الاحتراق النفسي بين المدرسين تعزى لمتغير الجنس (ذكور، إناث)؟
- هل توجد فروق دالة في درجات الاحتراق النفسي بين المدرسين تعزى لمتغير الأقدمية

**فرضيات الدراسة:**

- يعاني مدرسي التعليم الثانوي من الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، ونقص الانجاز الشخصي)
- لا يوجد فرق دال في درجة الاحتراق النفسي بين المدرسي التعليم الثانوي يعزى لمتغير الجنس (ذكور واناث)
- لا توجد فروق في درجة الاحتراق النفسي بين المدرسيين يعزى لمتغير الأقدمية في مهنة التدريس

**الطريقة والإجراءات:**

1. **المنهج المستخدم:** قامت الباحثة باستخدام المنهج الوصفي التحليلي من خلال تطبيق أداة الدراسة على عينة من مدرسي ومدرسات التعليم الثانوي التابعين لمديرية التربية لولاية الجزائر، وهو المنهج المناسب لهذا النوع من الدراسة من أجل وصف ظاهرة الاحتراق النفسي.

2. **حدود الدراسة:** أجريت الدراسة في نهاية الفصل الأول من السنة الدراسية 2016/2015، واقتصرت هذه الدراسة على قياس الاحتراق النفسي للمدرسين وفقا لقائمة ماسلاش للاحتراق النفسي، والتي قامت بتطويره كريستينا ماسلاش وسوزان جاكسون وشواب Maslach, Jackson & Schwab, 1986

3. **العينة:** تم اختيار العينة بالطريقة القصدية إذ قدر عددها ب 104 مدرسا ومدرسة لسبع (7) ثانويات موجودة في ولاية الجزائر العاصمة، حيث قدر عدد المدرسين الذكور ب 27.88٪، بينما المدرسات 72.12٪.1نسبة الاناث تمثل أكبر نسبة، وهذا ما يمثله واقع التعليم في المجتمع الجزائري، حيث أصبحت وضيفة التعليم مهنة المرأة. والجدول رقم .1 يوضح توزيع العينة حسب الجنس والاقدمية.

| الجنس | التكرار | النسبة المئوية |
|---|---|---|
| ذكور | 29 | ٪27.9 |
| اناث | 75 | ٪72.1 |

| الأقدمية | التكرار | النسبة المئوية |
|---|---|---|
| أقل من 15 سنة | 53 | ٪50.96 |
| أكثرأويساوي 15سنة | 51 | ٪49.04 |

**الجدول .1. توزيع أفراد العينة حسب الجنس والأقدمية**

4. **أداة الدراسة:** استخدمنا في هذه الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي MBI والتي قامت بتطويره ماسلاش وجاكسون وشواب Maslach, Jackson & 1986 Schwab، ترجم إلى العديد من اللغات: منها الأسبانية، والعربية، فقد ترجمه للعربية كل من نصر يوسف 1991، وزيد البتال2000، وفاروق عثمان 2001 والصورة العربية المعتمدة في هذه الدراسة هي للبتال 2000 وفيما يلي وصف تفصيلي لأداة الدراسة والاجراءات المتبعة في التحقق من خصائصها السيكومترية:

يتكون مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي للتعرف على مستوى الاحتراق النفسي للمدرسين من 22 عبارة توزعت على ثلاث أبعاد فرعية هي: الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، والشعور بنقص الانجاز الشخصي والجدول التالي يظهر أبعاد المقياس وعدد العبارات المنتمية لكل بعد منها

| البعد | أرقام العبارات | عدد العبارات |
|---|---|---|
| الاجهاد الانفعالي | 20-16-14-13-6-3-2-1 | 9 |
| تبلد المشاعر | 22-15-11-10-5 | 5 |
| الشعور بنقص الانجاز الشخصي | 21-19-18-17-12-9-7-4 | 8 |

**الجدول-2-أبعاد مقياس الاحتراق النفسي والعبارات التي تقيس كل بعد من الأبعاد الثلاثة وعددها**

وتكون سلم الاستجابة على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي من سبع درجات تتراوح بين صفر عندما يخلو الشعور من الشدة إلى 6 عندما تكون شدة الشعور قوية جداً. ولتفسير الدرجات الفرعية التي تمثل الأداء على الأبعاد المختلفة صنفت إلى درجات احتراق تراوحت ما بين الاحتراق المرتفع والمعتدل، والمنخفض والجدول -3- يوضح هذا التصنيف وقيمه

| البعد | عال | متوسط | منخفض |
|---|---|---|---|
| الاجهاد الانفعالي | 54 - 30 | 29-18 | 17 . 0 |
| تبلد المشاعر | 30 - 12 | 11-6 | 5 . 0 |
| الشعور بنقص الانجاز الشخصي | 33- 0 | 39-34 | 48 - 40 |

**الجدول-3- :تصنيف شدة الأبعاد النفسية وتكرارها**

يلاحظ من الجدول -3-أن ارتفاع الدرجات في البعدين الأول والثاني يدل على ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي بينما في البعد الثالث يدل ارتفاع الدرجات على تدني مستوى الاحتراق النفسي. تحقّق لمقياس الاحتراق النفسي بصورته الأصلية دلالات صدق وثبات جيدة مكّنت الباحثين في موضوع الاحتراق النفسي من الثقة بهذا المقياس واستخدامه في أكثر من 93 %من الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي(2009) ,Maslach, & Leiter, Schaufeli

وحسب دراسة قام بها الباحثان بوفرة مختار، منصوري مصطفى، 2014 (جامعة وهران) بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق إيجاد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس وبعدها على عينة مكونة من 60 أستاذا وأستادة في التعليم الثانوي وتم حساب الثبات عن طريق التجزئة النصفية باستعمال معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات الفردية والفقرات الزوجية، فكان مقداره ر=0.509، وبعدها تم تصحيحه بمعادلة سيبرمان براون، حيث أصبح معامل الثبات رث ص= 0.674 مما يدل على أن المقياس ذو درجة عالية من الثبات. بناءا على إجراءات الصدق والثبات، يرى الباحثان أن مقياس الاحتراق النفسي يتمتع بدلالات صدق وثبات مرتفعة.

- ثبات الأداة: قمنا بقياس ثبات الأداة على عينة من الأساتذة قوامها 60 أستاذ وأستاذة من التعليم الثانوي واعتمدنا على معادلة ألفا كرونباخ إذ قدرت القيمة ب 0.697

- **صدق الأداة:** في صدق الأداة اعتمدنا على النتائج التي توصلت اليها دراسة بوفرة مختار، منصوري مصطفى التي أجريت سنة 2014. حيث قام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق ايجاد معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس وبعدها على عينة قوامها 60 أستاذ وأستاذة للتعليم الثانوي.

5. **الأساليب الإحصائية:** عند معالجتنا للمعطيات احصائيا اعتمدنا برنامج SPSS والأساليب الاحصائية المستعملة في هذه الدراسة: النسب المئوية، التكرارات، الانحراف المعياري، المتوسط الحسابي، وإختبار "ت" لعينتين مستقلتين

**عرض النتائج**

- **بالنسبة للفرضية الأولى:** يعاني مدرسي التعليم الثانوي من الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، ونقص الانجاز الشخصي)

| ابعاد المقياس | المستوى | التكرار | | النسبة |
|---|---|---|---|---|
| | | مقياس ماسلاش | متوسط درجات المدرسين | |
| الاجهاد الانفعالي | منخفض | 0 – 17 | 21,51 | % 38,46 |
| | متوسط | 18 – 29 | | % 34,61 |
| | عالي | 30 فأكثر | | % 26,92 |
| تبلد المشاعر | منخفض | 0 – 5 | 6,37 | % 46,15 |
| | متوسط | 6 – 12 | | % 39,42 |
| | عالي | 12 فأكثر | | % 14,42 |
| نقص الانجاز الشخصي | منخفض | 40 فأكثر | 33,59 | % 29,80 |
| | متوسط | 34 – 39 | | % 27,58 |
| | عالي | 0 – 33 | | % 42,31 |
| الاحتراق الكلي | منخفض | 0 – 44 | 61,48 | % 11,55 |
| | متوسط | 45 – 89 | | % 78,84 |
| | عالي | 90 فأكثر | | % 9,61 |

**الجدول .4. تصنيف درجات ماسلاش لتكرارات أبعاد المقياس الثلاثة مقارنة بمتوسطات هذه لأبعاد**

للتحقق من فرضيتنا تم اعداد جدول يضم تصنيف ماسلاش لتكرار أبعاد المقياس الثلاثة، وبين متوسطات درجات المدرسين على هذه الأبعاد والتي توصلت لها هذه الدراسة. ويتضح من الجدول(4) أن هناك تباين في مستوى الاحتراق النفسي لعينتنا حيث وهذا اذا نظرنا إلى المتوسط الحسابي لبعد الاجهاد الانفعالي والذي يساوي (21.51) نجده يقع قي فئة متوسطي درجات الاحتراق النفسي لهذا البعد، أما النسبة المئوية لهذا البعد فتقع في فئة منخفضي الاحتراق النفسي لبعد الاجهاد الانفعالي، ونفس الشيء ينطبق على نتائج بعد تبلد المشاعر حيث بلغ المتوسط الحسابي لعينة الدراسة (6.37) وهو في مجال فئة متوسطي الاحتراق النفسي لهذا البعد حسب مقياس ماسلاش. بينما إذا نظرنا إلى النسب المئوية فنرى أنها بلغت (41.15%) وهي نسبة أفراد العينة التي تقع في فئة منخفضي درجات الاحتراق النفسي. في حين هذا التباين لم نجده في مستوى الاحتراق النفسي على بعد الشعور بنقص الانجاز الشخصي فكان المتوسط الحسابي (33.59) والنسبة (42.31%) وكلاهما يقعان في فئة مستوى الحتراق النفسي العالي لبعد الشعور بنقص الانجاز الشخصي.

- **الفرضية الثانية:** لا يوجد فرق دال في درجة الاحتراق النفسي بين المدرسي التعليم الثانوي يعزى لمتغير الجنس (ذكور واناث)

| | العينة ن | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | قيمة t المحسوبة |
|---|---|---|---|---|
| ذكور | 29 | 16.80 | 55.89 | t . 2.15 |
| اناث | 75 | 15.52 | 63.64 | Sig 0.03 |

**الجدول .5. الفروق في الجنس ودرجات الاحتراق النفسي**

يبين الجدول رقم .5. أن هناك فرق في درجات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس حيث حسبت قيم المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة "ت"، حيث قدرت قيمة "ت" المحسوبة تساوي (2.15) وهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0.03 Sig.

- **الفرضية الثالثة:** لا توجد فروق في درجة الاحتراق النفسي بين المدرسيين يعزى لمتغير الأقدمية في مهنة التدريس

| | العينة ن | الانحراف المعياري | المتوسط الحسابي | قيمة t المحسوبة |
|---|---|---|---|---|
| أقل من 15 سنة | 53 | 14.51 | 61.71 | t 0.150 |
| أكثر أو يساوي 15 سنة | 51 | 17.90 | 61.23 | Sig 0,881 |

**الجدول .6. الفروق بين أقدمية المدرسين ودرجات الاحتراق النفسي**

استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة ت لدرجات الاحتراق النفسي حسب الاقدمية، ويلاحظ من الجدول عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي بين المدرسين ذوي اقدمية اقل من 15 سنة، والمدرسين ذوي أقدمية أكثر أو تساوي 15 سنة، حيث أن ت المحسوبة تساوي 0.15 وكانت تساوي Sig 0,881. وهذا دليل على أن ليس هناك فروق ذات دلالة احصائية لدرجات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الأقدمية بين المدرسين.

**مناقشة النتائج:** عند مناقشة دراستنا في ضوء الدراسات السابقة في موضوع الاحتراق النفسي عند المدرسين بكل فئاتهم والضغوطات المهنية المختلف التي تقع عليهم والتي قد تعرضهم للإصابة بمتلازمة الاحتراق النفسي، يمكننا أن نقول ان نتائج دراستنا توصلت إلى أنه هناك انتشار لظاهرة الاحتراق النفسي عند مدرسي التعليم الثانوي ولكن بدرجة متوسطة على بعدي الاجهاد الانفعالي وبعد تبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي وهذا يتوافق مع دراسة

الخرابشة وعربيات (2005) وكذلك يتوافق ودراسة Antoniou, A., Polychroni, F. & Vlachakis, A. (2006) في بعد الاجهاد الانفعالي وبعد تبلد المشاعر فقط، وحسب الدراسة الأخيرة يرجع أسباب الاحتراق النفسي للمدرسين إلى المشكلات التي تواجههم مع التلاميذ، وتدني إهتمام التلاميذ بإنجاز مهماتهم التعليمية، وتدني مقدرتهم على التعامل مع التلاميذ ذوي المشكلات السلوكية، وكذلك نقص التأهيل، وحسب Friedman, I. (1991)، إضافة إلى تلك الأعباء هناك عامل مهم هو تدني مستوى الثقة بين المدرسين وبنية المنظمة المدرسية. وعند بحثنا في الفروق بين الذكور والاناث من المدرسين في درجة الاحتراق النفسي كانت النتائج تبين أن الاناث يسجلنا درجات احتراق نفسي أكبر من الذكور أي أنهن الأكثر تعرضا للاحتراق النفسي وهذا الفرق ذو دلالة احصائية حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة 2.15. وهذا يتوافق مع دراسة الخرابشة وعربيات (2005)، وكذلك دراسة الخطيب والقريوتي (2005)، وهذه النتائج كانت معاكسة لدراسة ساري Sari (2004) التي بينت نتائجها وجود فروق في بعدي الاجهاد الانفعالي ونقص الشعور بالإنجاز ولصالح الذكور، بينما كانت الفروق في بعد تبلد المشاعر لصالح الاناث. وكذلك بينت دراسة حامد (1999) والتي كانت نتائجها لا تتوافق مع نتائج دراستنا، أنه لا يوجد فرق بين المعلمين في الاصابة بالاحتراق النفسي راجع لجنس المعلم. فيما يخص المقارنة بين الاحتراق النفسي بسنوات بالأقدمية في مهنة التدريس، فكانت نتائج دراستنا تقر بعدم وجود فروق دالة احصائيا بين المدرسين الأقل من 15 سنة والمدرسين ذوي خبرة تفوق 15 سنة، وهذه النتيجة لا تتوافق مع نتائج دراسة دانيلشك (1993) التي توصلت أن لسنوات الخبرة تأثير على الاحتراق النفسي على مستوى بعد الاجهاد الانفعالي، إضافة إليها دراسة الدبابسة (1993) التي أظهرت فروق ذات دلالة في درجات الاستنزاف النفسي لمتغير سنوات الخبرة على تكرار الضغط الانفعالي لصالح الأساتذة من ذوي الخبرة القصيرة، كما أثبتت دراسة(1999) Miller, M., Brownell, M, & Smith, S. أن المعلمين ذوي سنوات الخبرة والأكبر عمرا، أُقل احتراقا من المعلمين ذوي سنوات الخبرة القصيرة والأقل عمرا.

**الخاتمة والتوصيات:** يمكننا أن نختم دراستنا هذه بالقول أن من أهم النتائج التي توصلنا اليها هي أنه بالرغم من محدودية الانتشار لظاهرة الاحتراق أي أنها تمثل في

عينتنا ما نسبته 9.71 في المئة من فئة المحترقين نفسيا بمستوى عال،إلا أن الأغلبية والتي تمثل78.84 بالمئة من المدرسين يعانون احتراق نفسي من النوع المتوسط، فهذا ينذر بخطورة الوضع، لأن الظاهرة يمكن أن تكون في تنامي بسبب الظغوطات المتزايدة التي يواجهها المدرس في العصر الحالي بتغيراته المتصاعدة والجذرية وفي جميع مجالات حياة المدرس، وهذا ما يرشح أن تنهار هذه الفئة التي تكون تعاني من احتراق نفسي من النوع المتوسط، تحت هذه الضغوط المتزايدة لذا نعرض بعض التوصيات التي من الممكن ان تساهم في السيطرة على هذه الظاهرة والحد من انتشارها: الاهتمام بدراسة هذه الظاهرة وحصر مسبباتها بمعرفة الظروف الضاغطة في الحياة المهنية للمدرس. كذلك محاولة توفير الارشاد والتوجيه لهذه الفئة الفعالة في العملية التعليمية التعلمية، من أجل الكشف ومعالجة ظاهرة الاحتراق في بداياتها لأن بعض المدرسين قد يعانون وتظهر عليهم أعراض هذه المتلازمة ولا يعرفون لمن يتوجهون، حتى لا تستفحل فيهم هذه الظاهرة. تدريب المدرسين على بعض الاستراتيجيات وذلك بعقد دورات تدريبية مدروسة من أجل مساعدتهم على وضع أهداف واقعية تمتاز بالمرونة ويمكن الوصول اليها وهذا للتخفيف من درجات الاحتراق النفسي لديهم.

**المراجع بالغة العربية:**


1. **الخرابشة، عمر وعربيات، احمد (2005)**، الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم وغرف المصادر .مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية17(2)، 293-301.

2. **الدبابسة، محمود (1993)**، مستويات الاستنفاذ النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

3. **القريوتي، إبراهيم؛ وعبدالفتاح، فيصل (1998)**، الاحتراق النفسي لدى عينة معلمي الطلاب العاديين ومعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات العربية المتحدة. مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، 13(15)، 95-131.

4. **القريوتي، إبراهيم؛ والخطيب، فريد (2006)**، الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بالأردن. مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، 21(23) 131-145.

5. **النجار، حسين (2004)**،الكفاية الذاتية المدركة لدى معلمي غرف المصادر وعلاقتها بأداء المعلمين واستنفاذهم النفسي وتحصيل طلبتهم. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا. عمان، الأردن.

6. **باهي سلامي (2007)**، مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات السيكوسماتية لدى مدرسي الابتدائي، المتوسط والثانوي، أطروحة لنيل شهادة دكتوراه غير منشورة في علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر

7. **حامد، رنا (1999)**، الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقلياً في اليمن. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية. عمان، الأردن.

8. **حامد، رنا (1999)**، الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين عقليا في اليمن. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.

9. **ناصر الدين زبدي (2002)**، سيكولوجية المدرس دراسة وصفية تحليلية، ديوان المطبوعات الجامعية للنشر والتوزيع، الجزائر

10. **هدى الخلايلة، عبدالحافظ الشايب، صالح وهدي (2012)** الاحتراق النفسي للمعلمين وعلاقته بالثقة البينمنظمية السائدة في مدارس محافظة الزرقاء من وجهة نظر المعلمين والمعلمات، المجلة الأردنية في العلوم،8 (3)،243.254.

**المراجع بالغة الاجنبية**

1. **Antonio, A., Polychroni, F. & Vlachakis, A. (2006)**. Gender And Age Differences in Occupational Stress and Professional Burnout Between Primary and High-School Teachers in Greece, Journal of Managerial Psychology, 21(7), 682-690. Arslan, M. (2009). Percept

2. **Friedman, I. (1991).** High and low-burnout schools: School culture aspects of teacher burnout. Journal of Educational Research, 85(5), 325–333.

3. **Gil, M. y Peiró, J. M. (1997)**. Desgaste psíquico en el trabajo: el síndrome de quemarse. Madrid: Ediciones Pirámide.

4. **Gold, Y. (1985)**. Does teacher burnout begin with student teaching? Education, 105 254-257

5. **Karen E. Danylchuk** . (1993). The Presence of Occupational Burnout and Its Correlates in University Physical Education Personnel

6. **Leveson, L. (2004)**. The things that count: negative perceptions of the teaching environment among university academics. The International Journal of Educational Management, Vol. 18 No. 6, pp. 368-373.

7. **Maslach, C., Jackson, S. & Schwab, R. (1986)**. Maslach Burnout Inventory – Educators Survey. Palo Alto, CA: College of California, Consulting Psychologists Press

8. **Maslach, C., Schaufeli, W. & Leiter, M. (2001)**, "Job burnout", in Fiske, S.T., Schacter, D.L. and ZahnWaxler, C. (Eds), Annual Review of Psychology, Annual Reviews, Palo Alto, 52, 397-422.
9. **Miller, M., Brownell, M, & Smith, S. (1999)**. Factors that predict teachers staying in Leaving, or referring from the special education classroom. Council for Exceptional Children, 65(2), 201-218.
10.**Sari, H. (2004)**. An analysis of burnout and job satisfaction among Turkish special school headteachers and teachers, and the factors effecting their burnout and job satisfaction. Educational Studies, 30(3), 291-306.
11.**Schaufeli, W., Leiter, M. & Maslach, (2009)** "Burnout: 35 years of research and practice", Career Development International,14, 204 – 220.
12.**Somech, A. & Miassy-Maljak, N. (2003)**. 8TThe relationship between religiosity and burnout of principals: the meaning of educational work and role variables as mediators. 8TSocial Psychology of Education, 6, 61-90.
**Suárez, E. (1998)**. Problemas ambientales y soluciones conductuales. En: Aragonés, J. I. y Amérigo, M. Psicología Ambiental. Madrid: Ediciones Pirámide