ISSN: 1112-9212 / EISSN 2602-5043	2020 (01) 13	مجلة تطوير العلوم الاجتماعية (64،44)
تاريخ النشر: 2020/11/09	تاريخ القبول: 2020/11/01	تاريخ الاستلام: 2020/02/25

الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس

(دراسة ميدانية على الأستاذات في الأطوار التعليمية الثلاثة)

Burnout among workers in the teaching profession

د. يمينة مدوري *

جامعة 20 أوت 1955 سكيكدة (الجزائر).

ملخص: يهدف البحث الحالي الى الكشف عن مدى معاناة الاستاذات في الاطوار التعليمية الثلاثة (ابتدائي، متوسط، ثانوي) من الاحتراق النفسي. وقد اعتمدنا على في هذه الدراسة على المنهج الوصفي ، حيث تكونت عينة الدراسة النهائية من (122) معلمة من الاطوار التعليمية الثلاثة (الابتدائي، المتوسط، الثانوي)، وقد تم سحبهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من المؤسسات التعليمية بدائرة تمالوس بولاية سكيكدة، وبعد تطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، توصلنا الى النتائج التالية: ان مستوى الاحتراق النفسي المعتدل كان الغالب على أفراد عينة الدراسة و ذلك بنسبة 47.54%، كما اسفرت الدراسة عن وجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الطور التعليمي، ووجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الحالة الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي؛ الأستاذات؛ الأطوار التعليمية؛ الحالة الاجتماعية؛ مقياس ماسلاش.

Abstract:

This research aims to study burnout among female teachers at different levels of education (primary, middle, secondary). In our study, we used the descriptive method; the sample included 122 teachers selected in a stratified random way, existing across the wilaya of SKIKDA. According to the results of the study, we found that which follows: the level of moderate burnout was predominant (47.54%) on the study sample, there are significant statistical differences in the level of burnout among female teachers attributed to the different levels of education (primary, middle, secondary), there are significant statistical differences in the level of burnout among female teachers attributed to the social situation of female teachers.

Keywords: burnout; Female teachers; educational stages; Social status; Maslash scale.

* Corresponding author, e-mail: aminapsy.ensg@yahoo.fr

إشكالية الدراسة:

لم تعد مهنة التدريس مقتصرة على تلقين المعارف للتلاميذ بل تتعداه إلى مدى قدرتها على خلق وضعيات للتعلم لدى المتعلم، مما يسفر عنه خلق دوافع بداخل المتعلم اتجاه عملية التعلم، وهنا أصبح المعلم بمثابة المرشد والدليل الموجه للمتعلم ،وفي هذا الشأن يشير T RYMAND إلى أن دور المعلم ليس إعطاء معارف جاهزة لكن تشكيل أذهان مبدعة وإعدادها لمسؤوليات الغد (آسيا بن عيسى، 1990 ،ص34) وهذه مسؤولية على عاتق المعلم، فواجبات العمل ذاتها والمتطلبات النفسية والجسدية الضرورية لأداء العمل، قد تؤدي في كثير من الأحيان الى الشعور بالإجهاد .(رونالدي ريجيو،1999،ص292)

فمهنة التدريس تعد واحدة من المهن التي تتطلب من المشتغلين بها مهام كثيرة، لذلك فهي من المهن التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط، يترتب عليها أثار سلبية كثيرة تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي والمهني. فالتعليم من ضمن مجالات المهن الإنسانية والاجتماعية التي يتعرض أصحابها الى الضغوط النفسية بنسب كبيرة، اذ يذكر جودت Godt ان مهنة التدريس هي واحدة من المهن الخمسة الأعلى ضغطا، كما جاء في تقرير ضغوط العمل في إنجلترا ان مهنة التدريس تأتي في الترتيب الأول كأعلى المهن الضاغطة، خاصة إذا لم تتوفر الشروط والظروف اللازمة لأداء هذه المهنة (مهدي، 2010، ص 320).

ويشير كرياكو (1991, 1987) Kyriacou إلى أن معظم العاملين في التعليم يمرون أو يشعرون ببعض الضغوط من وقت لآخر بينما هناك معلم واحد من أربعة معلمين (4/1) يمر غالباً بضغوط عالية، فحسب "WOODRIN ما من مهنة متطلبة كمهنة المعلم إذ يستدعي منه لعب أدوار مختلفة لا تقتضيها باقي المهن (علي راشد، 1995، ص 65)، ويؤكد ذلك الوابلي (1994) الذي يشير الى ان مهنة التعليم مهنة شاقة كثيرة المتطلبات والأعباء ولذلك قد يتعرض الملتحقون بها إلى كثير من الضغوط التي ينشأ عنها الشعور بالقلق وعدم التوافق بصورة عامة.

وفي هذا الإطار يتحدث فاربر (Farber,1991) على احتمال معاناة معظم المدرسين من درجات مختلفة من الاحتراق النفسي بسبب ما يواجهونه من تحديات في المهنة (المشعان، 2000، ص 66). ولقد أوضح فريدمان Friedman أن مفهوم الاحتراق النفسي Burnout يرتبط بمهنة

التعليم أكثر من غيرها (أحمد بطاح، 2006، ص 149)، ويعد الاحتراق النفسي محصلة نهائية لحالة الضغط المهني المزمن .هذا الأخير قد أصبح واقع وحدث يومي يعاش في الوسط المهني التربوي، وبنسب انتشار جد مهمة.

بالجزائر يقدر عدد النساء العاملات في قطاع التربية ب أكثر من 275 ألف امرأة يشتغلن أغلبهن في التدريس، بحيث تتفوق نسبة الاستاذات والمعلمات على نسبة الرجال الذين تعود اغلب وظائفهم في قطاع التربية الى سلك المقتصدين والمفتشين والمديرين والمراقبين، في حين تسيطر النساء على اغلبية وظائف التدريس من الطور الابتدائي الى الطور الثانوي. وعليه تعتبر المرأة العاملة في مهنة التدريس مهددة للمعاناة من الاحتراق النفسي بسبب درجة الضغوط العالية التي تفرضها هذه المهنة على ممارسيها، هذا بالإضافة الى ما يثقل كاهلها من ضغوط حياتية نتيجة تعدد وظائفها الاجتماعية فهي تقوم بدور ربة البيت ودور الأم والزوجة إضافة إلى دورها كمعلمة، هذا ما يضطرها الى مضاعفة مجهوداتها لتحقيق أكبر قدر من التوافق بين ما تنتظره منها أسرتها وعملها، وبالمقابل فان كثرة الأعباء عليها وتعدد مسؤولياتها من شأنه أن ينهكها صحيا ونفسيا.

كما يمكن أن تؤثر مجموعة من العوامل المهنية والديموغرافية على درجة الاحتراق النفسي لدى العاملات في التدريس، فمثلا الطور التعليمي الذي تدرس به واختلاف المتعلمين بين المرحلة الابتدائية والمتوسط والثانوي، وتعدد أدوارها فالمعلمة الزوجة والأم وربة البيت تتحمل أعباء إضافية مقارنة بالمعلمة غير المتزوجة، كذلك تراجع منافذ التنفيس عندها بسبب كثرة مسؤولياتها المهنية والاجتماعية.

انطلاقا مما سبق التطرق إليه أعلاه فان البحث الحالي يندرج في سياق الكشف عن مدى معاناة المعلمات في الأطوار التعليمية الثلاث من الاحتراق النفسي وذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- **هل تعاني العاملات في مهنة التدريس من الاحتراق النفسي؟**
- **هل توجد فروق دالة احصائيا في درجة الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس تبعا لمتغيرات: الطور التعليمي (ابتدائي–متوسط – ثانوي)، والحالة الاجتماعية (متزوجة–عزباء)؟**

2- فرضيات الدراسة: تهدف الدراسة الحالية للتحقق من الفرضيات التالية:

- تعاني العاملات في مهنة التدريس من الاحتراق النفسي.
- توجد فروق دالة في مستوى الاحتراق النفسي تبعا للمتغيرات التالية: الطور التعليمي (ابتدائي- متوسط – ثانوي)، والحالة الاجتماعية (متزوجة-عزباء).

3- أهداف الدراسة: تهدف الدراسة الى تحقيق الأهداف التالية:

- معرفة نسبة انتشار الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس.
- تحديد درجة معاناة العاملات في مهنة التدريس من الاحتراق النفسي.
- تحديد الفروق في الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس حسب الطور التعليمي التي تدرس فيه (ابتدائي، متوسط، ثانوي).
- تحديد الفروق في الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية.

4- التحديد الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

1.4- الاحتراق النفسي:

أشار **ماسلاش** (Maslach ,1982) إلى أن الاحتراق النفسي يعرف بأنه: متلازمة أو مجموعة أعراض الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية، والتجرد عن الخواص الشخصية، والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز الشخصي في المجال المهني، وهي مجموعة أعراض يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعاً من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس. (المذكور في البتال، ص 2000)

أما اجرائيا تبنت الباحثتان نفس التعريف الذي قدمه ماسلاش وجاكسون للاحتراق النفسي بأنه «احساس الفرد بالإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وانخفاض الانجاز الشخصي"

ويقصد **بمستوى الاحتراق النفسي** الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي المترجم من قبل العتيبي (2003).

وتبرز أبعاده كالاتي :الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز.

2.4- المرأة العاملة في مهنة التدريس: وهي المعلمة في الطور الابتدائي، والأستاذة في المستوى المتوسط والثانوي، وهي موظفة تابعة لقطا ع التربية والتعليم، وتتلقى راتبا مقابل عملها.

5- الإطار النظري:

1.5- تعريف الاحتراق النفسي:

حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام الباحثين خلال السنوات الأخيرة، وتناولها الكثير منهم بالبحث والدراسة وذلك لأثارها السلبية على العنصر البشري في مجال العمل. فأصبحت تشكل أهم مشاكل الصحة النفسية التي تفرض نفسها داخل الوسط المهني حتى تصدرت ظاهرة الاحتراق النفسي قائمة الأمراض والاضطرابات المرتبطة بالعمل.

وقد استخدم Freudenberger مصطلح Burnout في اللغة الانجليزية ليشير به إلى حالة التعب والإنهاك بسبب استنفاذ طاقة الفرد وقواه خلال العمل، ويحمل المصطلح الفرنسي الاستنزاف المهني أو الوظيفي L'Epuisement professionnel نفس معنى Burnout.

وقد وردت تعريفات عدة للاحتراق النفسي نذكر منها ما يلي:

عرفه فرويد بيرجر Freudenberger (1977) بأنه "ظاهرة نفسية تصيب المهنيين وتجعلهم أقل اهتماما ورغبة في العمل"(البدوي،2000).

وعرفته كريستينا ماسلاش C. Maslach(1977) بأنه ""حالة نفسية تتميز بمجموعة من الصفات السلبية مثل التوتر عدم الاستقرار، والميل للعزلة وأيضا بالاتجاهات السالبة نحو العمل والزملاء".

كما يتفق كل من كرياكو Kyriacou(1983) ودالي Daley(1979) في تعريف الاحتراق النفسي بأنه "رد فعل للضغوط المتراكمة ذات التأثير السلبي على الفرد، وتتنوع الاستجابة لهذه الضغوط في طبيعتها، من حيث تكرارها، ودرجة تعرض الفرد لها".

وقد عرفته ماسلاش وجاكسون Jackson& Maslach على أنه "إحساس الفرد بالإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وانخفاض الانجاز الشخصي". (Jackson& Maslach,1981 :1).

ويشير (مقابلة،111،1996_112) الى أن هناك اتفاقا بين عدد من الباحثين حول تعريفهم للاحتراق النفسي، حيث يعرفه كاننجهام Cunningham (1983) على أنه "عبارة عن أعراض ناتجة عن الضغوط الجسدية والانفعالية المتواصلة التي يواجهها العامل" ويتفق معه كل من بيك وجارجيلو Beck & Gargrulo (1983) في تعريف الاحتراق النفسي على أنه حالة من "الإنهاك الانفعالي والعاطفي والجسدي والذهني الناتج عن الضغط الزائد عن ضغط العمل".

كما ذهب سارنان فيليب Philippe Sarnin (2008) الى تعريف الاحتراق النفسي (Burnout) على انه الإنهاك في العمل (الاحتراق الداخلي) حيث يستعمل هذا الاصطلاح عادة في حالة الأعمال الشاقة التي تترك أثرا في الجانب المعنوي أو العاطفي للفرد مثل اعمال التمريض، التدريس، الشرطة، أي تلك الأعمال ذات الطابع الاجتماعي...و الإنهاك الجسدي و النفسي يظهر بفعل الإجهاد أو الآلام أو اضطرابات النوم و كذا إحساس الفرد بتجريده من قيمته الإنسانية... (SARNIN Philippe, 2008, p152)

وتتفق جل التعريفات السابقة على أن الاحتراق النفسي:

- ناجم عن ضغوط العمل التي يواجهها الأفراد في المؤسسات التي يعملون فيها.
- يظهر في جملة أعراض نفسية وجسمية مرضية.
- يؤدي الى انخفاض حيوية الفرد المصاب به، وانخفاض مستوى الإنتاجية الفردية.
- يؤدي كذلك الى تغيير اتجاهات الفرد نحو العمل وتغير حتى سلوكا ته داخل العمل.
- يؤدي الى تكوين اتجاهات سلبية نحو الذات، ومفهومها لدى الفرد العامل وذلك لشعوره بالعجز وعدم القدرة على الانجاز، وعدم القدرة على تحقيق أهدافه.

2.5-أعراض الاحتراق النفسي:

قد تبرز مظاهر وأعراض الاحتراق النفسي في عدة أشكال، وقد ورد في الأدبيات البحثية عدة تصنيفات حسب كل باحث نذكر بعضها في:

دونهام Daunham (1983) يؤكد على وجود خمسة أعراض يمكن أن تبرز وجود الاحتراق النفسي إذا تكرر حدوثها وهي: الشعور بالإجهاد والاستنفاذ، الشعور بالإحباط، الانعزال عن

الموظفين الآخرين، الصداع الناجم عن التوتر، النوم المتقطع. (زيد محمد البتال،2000، ص 65_68).

وبينت سوزان كارتر Susanne Carter (1994) أن أعراض الاحتراق النفسي تظهر لدى الأفراد في خمسة مظاهر وهي:

- **جسمانية:** في صورة تعب أو إرهاق مزمن وألم جسدي وحوادث متكررة، والتخوف من النظر بالعين أو الاتصال الجسماني أو إدمان الكحول والمخدرات.

- **فكرية:** تتمثل في صعوبة تحليل المعلومات وضعف التركيز، وعدم الانتباه، وعدم المقدرة على الوفاء بالمواعيد، وعدم المقدرة على الخلق والإبداع.

- **عاطفية:** تتمثل في الشد النفسي والعصبي، والحساسية المفرطة وعدم المقدرة على الصبر، والخضوع والانسحاب، وعدم القدرة على ضبط النفس.

- **اجتماعية:** تتمثل في الابتعاد عن التجمعات الاجتماعية، والتفاعل معها، وليس لديه وقت للآخرين.

- **روحية:** يشعر بالتهديد من رغبات الآخرين، ويصاب بالانهيارات في القيم الشخصية ويرغب في التغيير والهروب ويشعر باليأس. (سلوى الحاج، 2002، ص13).

3.5-أسباب ومصادر الاحتراق النفسي في مهنة التعليم:

هناك بعض المعيقات التي قد تصادف المدرسين فتكون سببا في خلق حالة توتر واضطراب وبالتالي وقوع المعلم فريسة الاحتراق النفسي، نذكر منها:

* **الوضع المادي:** حيث يأتي المعلم إلى المدرسة وهو مثقل بمتطلبات الحياة المادية التي لا يستطيع ان يلبيها، وهذا من شانه أن يشكل عبئا ثقيلا عليه وبالتالي يتحول إلى ضغوط نفسية.

***ساعات العمل:** حيث أن أغلبية المعلمين يقضون من خمس إلى ست ساعات في اليوم أو أكثر مع أربعين تلميذا، ويصل مجموع ساعات العمل الرسمية إلى ثلاثين ساعة أسبوعيا بالإضافة إلى

الوقت غير الرسمي الذي يقضيه في المراقبة، ملء جداول التقييمات المستمرة وبطاقات متابعة التلاميذ، زيادة على الوقت الذي يخصصه لتحضير الدروس.

* **اكتظاظ الأقسام:** هذا الجو يسبب إرهاقا للمعلم والمتعلم ويؤثر على تحصيل التلاميذ ويفقد المعلم نشاطه، ويؤدي إلى شعوره بالملل والفشل والإحباط ومن ثم يزيد إحساسه بالضغط النفسي.

***علاقة المعلم بإدارة المدرسة:** فاختلاف الدور بين المعلم ومدير المدرسة يؤدي الى وجود فجوة بين توقعات كل منهما نحو الأخر، إذ أن مهام مدير المدرسة إدارية الطابع، بينما مهام المعلم تعليمية الطابع؛ وغالبا ما تكون العلاقة بين المعلم والمدير يشوبها الكثير من الارتباك فينسب المدير ذلك إلى المعلم وهذا الأخير يلصقها إلى نمط القيادة الدكتاتورية المعتمدة من طرف المدير(فاخر عاقل في: شحام عبد الحميد،2007،ص53).ومنه فان العلاقات بين المدير والمعلمين اذا لم تتسم بالتعاون والمودة فإنها تمثل مصدرا للضغط والتوتر والقلق، ومن ثم الاحتراق النفسي.

* **علاقة المعلم بزملائه في العمل:** يعمل المعلم ضمن جماعة، فهو في تفاعل مستمر مع أفرادها حيث تشير الدراسات الاجتماعية أن للجماعة تأثيرها على الفرد. فحينما تكون العلاقات الشخصية في العمل غير مرضية فإنها تعتبر مصدرا من مصادر ضغوط العمل. (الشرقاوي في شحام عبد الحميد،2007، ص55).

***علاقة المعلم بالتلاميذ:** إن العمل مع التلاميذ ليس بالأمر السهل؛ فبعض المعلمين يتمنون انتهاء الحصة الدراسية بسبب سلوكات التلاميذ التي تسبب لهم الضيق والضجر، وخاصة الجوانب التي يصعب على المعلم التحكم فيها كنقص الانتباه وقلة الانضباط وإثارة الشغب لدى بعض التلاميذ، وعدم انجاز الواجبات المدرسية من طرف البعض الآخر وهذا خاصة مع المعلمين الجدد الذين لا تتوفر لديهم الخبرة اللازمة للتعامل مع هذه الوضعيات، مما يجعل العوامل السابقة مصدرا من مصادر إحباط المعلم وفتوره المهني. وهناك من يرى أن مشكلات المعلمين داخل حجرة الدراسة ترجع إلى ضغوط عمل المعلمين والاحتراق الناتج عن هذه الضغوط؛ مما يؤثر سلبا على علاقة المعلمين بتلاميذهم.

* **عبء العمل:** أشارت الدراسات إلى أن الضغط النفسي الناجم عن عبء العمل لا ينجم بالدرجة الأولى عن الحجم الساعي للعمل، وإنما لتراكمات لا تلبث أن تتفاقم تدريجيا ضمن مهام المعلم، وذلك لتعدد واجباته ومسؤولياته المنجزة داخل غرفة الصف في مدة زمنية محددة (يجيب، يسمع، يتحرك ويتنقل من مكان لأخر، يكتب، يلتزم بالأنظمة والقوانين الداخلية، يسير ديناميكية جماعة التلاميذ...) وكذا بذل جهد فيزيقي كبير يستوجب حضور جسدي حيوي فعال في ظل مناخ يمتاز بالضوضاء، وأثاث القسم الذي يكون أحيانا غير مكيف ولا مريح لعمل المعلم.

* **غموض الدور:** في هذه الحالة، لا يدري الفرد ما الذي ننتظره منه من خلال أدائه لهذا العمل وما هي أهدافه المحددة التي يتوجب عليه الوصول إليها، وكذا ما مدى مسؤولياته في العمل. فالمعلمون لا يدرون كيف يتعاملون خاصة في حال صدور قوانين ونصوص رسمية من قبل الوزارة المعنية بشؤون التربية والتعليم.

* **اللامساواة وعدم الاعتراف في العمل:** ويمكننا أن نلخصها فيما جاءت به نظرية ادم Adams (1963) حول عدم المساواة، فالفرد العامل يريد أن يحقق توازنا بين ما يقدمه في وضعية معينة، وبين ما يحصل عليه مقابل ذلك، وهذا لا ينطبق فقط على وضعيات العمل بل على كل الوضعيات الاجتماعية، وبالنسبة للمعلم الإحساس بفقدان التوازن قد يشمل أيضا العلاقة بينه وبين تلاميذه، زملائه أو الإدارة، أو مع المجتمع ككل....

* **تدريب وتكوين المعلم:** حسب تحقيق قام به كل من Rayou & Van Zanten (2004) يطرح مشكلة عدم ملاءمة التكوين الأساسي للمعلمين مع الواقع التعليمي، فالمعارف المتحصل عليها هي معارف نظرية في معظمها ولا تتماشى مع ما يقومون به فعليا في الصف المدرسي.

* **المرحلة التعليمية:** والسؤال الذي يطرح نفسه هنا هو: هل يتفاوت مستوى الضغط النفسي لدى المعلم باختلاف المرحلة التعليمية العامل بها؟ حاولت أبحاث عديدة الإجابة عن هذا التساؤل لكن تباينت واختلفت النتائج المتوصل إليها؛ وذلك أخذا بعين الاعتبار متغيرات أخرى مثل فيما إذا اختار المعلم هذه المرحلة التعليمية ليكون معلما بها عن حب واقتناع، وكذلك سنوات الخبرة في التعليم؛ حيث تساعد هذه العوامل في التخفيف إلى حد ما من إحساس المعلم بفقد سيطرته في أدائه لعمله

وبذلك وقوعه فريسة الضغط النفسي. (Laurence JANOT-BERGUGNAT & all, 2008, pp 60-66)

* **تطبيق مقاربة التدريس الحديثة (المقاربة بالكفاءات)** وهذه المقاربة جعلت من المتعلم محور العملية التعليمية، وتعمل على اشتراكه في مسؤولية وتنفيذ عملية التعلم، وهي تحث على اختيار وضعيات تعليمية مستقاة من الحياة في صيغة مشكلات، وبذلك يصبح المعلم مبسطا ومنظما وليس ملقنا، وبعض المدرسين لا يولون إلا أهمية نسبية لهذه المقاربة التي كثيرا ما افترضت على الجانب الشكلي والإداري في بداية تعاملهم معها على الأقل، وبذلك فعدم إتقان المقاربة يؤدي حتما إلى الشعور بتدني الأداء لدى المدرسين (شارف خوجة مليكة،2011،ص ص 163،165)

5.5-الدراسات السابقة:

دراسة الوابلي(1995) «:الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم العام»

هدفت هذه الدراسة الى تحديد مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم العام على مستويى التكرار والشدة في الابعاد التالية: الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر نحو التلاميذ، والشعور بنقص الإنجاز.

وتكونت العينة من 457 معلما ومعلمة طبق عليهم مقياس ماسلاش المعرب وكانت أهم النتائج كما يلي:

-تعرض معلمي التعليم العام لظاهرة الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة على مستوى التكرار والشدة في البعدين التالين: الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر نحو التلاميذ، وبدرجة عالية في نقص الشعور بالإنجاز على مستوى التكرار والشدة.

-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مستوى التكرار والشدة في بعد الإجهاد الانفعالي، وعلى مستوى الشدة في بعد نقص الشعور بالإنجاز.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث على مستوى التكرار والشدة في تبلد المشاعر نحو التلاميذ على مستوى التكرار في بعد نقص الشعور.

دراسة زيدان السرطاوي (1997): «مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي مراكز التربية الخاصة»

هدفت دراسة الى الكشف عن مستويات ومصادر الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. فتكونت عينة الدراسة من المعلمين في معاهد ومراكز التربية الخاصة التابعة لوزارة المعارف السعودية في مدينة الرياض وباستخدام مقياس ما سلاك للاحتراق النفسي تبينت النتائج التالية:

– آن مستوى الاحتراق النفسي كان معتدلا على بعدي الشعور بالإنجاز والإجهاد الانفعالي في حين كان المستوى متدينا في مستوى تبلد المشاعر.

– وجود فروق دالة إحصائيا بين استجابات المعلمين المتخصصين وغير المتخصصين في التربية الخاصة على بعد الإجهاد الانفعالي وذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة.

– عدم وجود فروق داله إحصائيا وفق متغيري التخصص ونمط الخدمة وذلك على بعد تبلد المشاعر.

– وجود فروق داله إحصائيا وفق نفس المتغيرين على بعد نقص الشعور بالإنجاز وذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة الذين يعانون من مشاعر نقص الشعور بالإنجاز أكثر من غير المتخصصين.

– وجود فروق دالة إحصائيا على بعد الإجهاد النفسي لصالح المعلمين الجدد الذين كانوا أكثر الفئات احتراقا مقارنة بذوي الخبرات المختلفة. كما بينت الدراسة أن فئة المعلمين العاملين مع الإعاقات العقلية يتعرضون للإجهاد الانفعالي بدرجة داله مقارنه ببقية زملائهم العاملين مع فئات الإعاقات الأخرى.

دراسة خولة يحي ورنا حامد 2001: مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين عقليا

هدفت دراسة الى التعرف على مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن وفيما إذ كانت هناك فروق في هذه المصادر تعزى الى متغيرات (الجنس، المعلم، مؤهله التعليمي، سنوات خبرته، درجة إعاقة الطلبة).

تألفت عينة الدراسة من 42 معلما وهم من استجابوا لأداة الدراسة التي أعدت من قبل الباحثين وقد شملت أربعة أبعاد هي: ظروف العمل، خصائص الطلبة، الخصائص التخصصية للمعلم، الإدارة والزملاء.

وأشارت النتائج الى أن:

- مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن كانت: خصائص الطلبة وظروف العمل بينما لم يظهر مستوى يمكن اعتباره مصدراً للاحتراق النفسي على بعدي الخصائص الشخصية للمعلم والإدارة والزملاء.
- انه لا توجد فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزى الى متغيرات الجنس، المؤهل العلمي وسنوات خبرة المعلم.
- وجدت فروق في الاحتراق النفسي تعزى الى متغير درجة إعاقة الطلبة حيث ازدادت مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة ذوي الإعاقة العقلية الشديدة وذلك على كل من بعد ظروف العمل، خصائص الطلبة والإدارة والزملاء، ولم تظهر فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزى الى متغير درجة إعاقة الطلبة بالنسبة لبعد الخصائص الشخصية للمعلم.

دراسة سلوى عبد الله الحاج 2002: «الاحتراق النفسي وعلاقته بالضغط المهني»

وتخص الاحتراق المهني وعلاقته بالضغط المهني وبعض المتغيرات الديمغرافية لمعلمي ومعلمات مرحلة الأساس بمحافظة الخرطوم.

أجريت هذه الدراسة على عينة مكونة من (530) معلمًا من معلمي مرحلة الأساس بولاية الخرطوم (حكومي، غير حكومي). حيث استخدم مقياس ماسلاش للاحتراق المهني ومقياس بيك للضغط المهني.

وقد توصلت الدراسة للنتائج التالية:

- توجد علاقة دالة بين أبعاد الاحتراق المهني والضغط المهني لدى معلمي مرحلة الأساس بولاية الخرطوم.
- توجد علاقة عكسية بين أبعاد الاحتراق المهني ومتغير الخبرة، بمعنى أنه كلما زادت الخبرة قل الاحتراق المهني.

لا توجد فروق دالة في أبعاد الاحتراق المهني لدى معلمي مرحلة الأساس بولاية الخرطوم مردها للنوع.

دراسة غادة طه عبد الحفيظ(2007) :« الاحتراق النفسي وعلاقته بمركز الضبط والثقة بالنفس وبالآخرين لدى معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي»

تهدف الدراسة لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي ومركز الضبط والثقة بالنفس وبالآخرين لدى معلمي ومعلمات مرحلة الأساس بولاية الخرطوم. ودراسة مدى انتشار الاحتراق النفسي وسط معلمي ومعلمات مرحلة الأساس بولاية الخرطوم.

تكونت عينة الدراسة من (490) معلمًا منهم (245) معلم و (245)معلمة. وقد استخدم مقياس ماسلاش، مقياس مركز الضبط من إعداد عثمان فضل السيد احمد، مقياس الثقة بالنفس وبالآخرين في مقياس الخرطوم لسمات الشخصية – إعداد مهيد محمد المتوكل.

خلصت الدارسة إلى عدد كبير من النتائج أبرزها:

- هناك علاقة ارتباطية طردية دالة بين نقص الشعور بالإنجاز ومركز الضبط الخارجي بينما توجد علاقة ارتباطية طردية دالة بين جميع أبعاد الاحتراق النفسي وبعدى الضبط الخارجي والداخلي.
- توجد علاقة ارتباطية سالبة بين جميع أبعاد الاحتراق النفسي وبعدي الثقة بالنفس وبالآخرين وسط معلمي مرحلة الأساس بولاية الخرطوم.
- لا توجد فروق دالة في جميع أبعاد الاحتراق النفسي تبعًا للجنس.

دراسة مدوري يمينة (2015): الاحتراق النفسي وعلاقته بأنماط الشخصية وطبيعة الممارسات المهنية

هدفت الدراسة الى تقصي وجود علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي وكل من أنماط الشخصية، أساليب المواجهة، وكذا أثر بعض المتغيرات الديموغرافية، والمتغيرات المهنية على الاحتراق النفسي، حيث استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، كما تكونت عينة الدراسة من 345 فرد عامل، مختارين من خمسة قطاعات مهنية مختلفة وهي: الصحة، التعليم، البريد، الادارة وقطاع المحروقات، طبق عليهم استمارة طبيعة الممارسات المهنية، ومقياس الاحتراق النفسي، ومقياس أيزنك للشخصية، ومقياس أساليب المواجهة. أين برزت علاقة ارتباطية بين درجات

الاحتراق النفسي وأبعاده ودرجات أساليب المواجهة وأبعادها، مع وجود فروق دالة احصائيا في درجة الاحتراق النفسي ودرجة أساليب المواجهة تبعا لنمط الشخصية، كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الاحتراق النفسي على أساس تصنيف المهنة، وسنوات الخبرة، والقطاعات المهنية التي ينتمي اليها أفراد العينة، لشكل ساعات العمل، والتوظيف الانفعالي والعاطفي، وطبيعة العلاقات السائدة في الوسط المهني، ولتوفر فرص التطور المهني. مع عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لمستويات الاحتراق النفسي تبعا للجنس، للحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي.

تعقيب على الدراسات السابقة:

توحد الهدف الأساسي لأغلبية الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي من حيث قياس مستواه ودرجته أو تحديد مصادره، وكذا دراسة علاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية والعوامل النفسية ....

اشتركت أغلبية الدراسات السابقة الأجنبية منها والعربية في استخدامها للمقياس الشهير للاحتراق النفسي وهو مقياس ماسلاش Maslach لتقدير درجة ومستوى الاحتراق النفسي من خلال ثلاثة أبعاد وهي: الاستنزاف الانفعالي (الإجهاد الانفعالي)، تبلد المشاعر، والشعور بنقص الانجاز الشخصي.

واتفقت نتائج كل الدراسات السابقة المعروضة أنفا على أن تقديرات درجات الاحتراق النفسي وأبعاده لعينات دراستهم كانت في حدود المتوسطة أو المعتدلة، حيث أشار الوابلي (1995) تعرض معلمي التعليم العام للاحتراق النفسي بدرجة متوسطة خاصة على بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي. كذلك دراسة السرطاوي(1997) أظهرت مستوى معتدل من الاحتراق النفسي على بعدي الشعور بالانجاز الشخصي والإجهاد الانفعالي، في حين كان المستوى متدنيا في مستوى تبلد المشاعر. وقد وردت النتائج كذلك متشابهة في كل من دراسة الزيود (2002)، ودراسة العطية وعيسوي(2004)، ودراسة محمد عبد القادر عابدين(2010).

الإطار الميداني:

1- منهج الدراسة: اتبعت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملاءمته للموضوع، وأهداف الدراسة، حيث تحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها، والعمليات التي تتضمنها والاثار التي تحدثه، فهو منهج " يتناول دراسة أحداث، وظواهر وممارسات قائمة وموجودة ومتاحة للدراسة، والقياس كما هي دون تدخل الباحث في مجرياتها، ويستطيع الباحث أن يتفاعل معها ويحللها "(الأغا،2002، ص 43).

2- عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة النهائية من (122) معلمة من الاطوار التعليمية الثلاثة (الابتدائي، المتوسط، الثانوي)، وقد تم سحبهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من المؤسسات التعليمية بدائرة تمالوس بولاية سكيكدة، وفيما يلي وصف لعينة الدراسة حسب المتغيرات الديموغرافية:

الجدول رقم 01: التكرارات والنسب المئوية لتوزيع عينة الدراسة حسب الطور التعليمي

الطور التعليمي	التكرارات	النسب المئوية
الابتدائي	42	%34.42
المتوسط	35	%28.68
الثانوي	45	%36.88
المجموع	122	100

الجدول رقم 02: التكرارات والنسب المئوية لتوزيع عينة الدراسة حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسب المئوية
عازبات	49	%40.16
متزوجات	73	%59.83
المجموع	122	%100

3-أدوات الدراسة: اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على أداتين نصفهما كالاتي:

- **استمارة بيانات الأولية:** وقد وجهت لجمع البيانات الخاصة بالمتغيرات المهنية والديموغرافية المدرجة في الدراسة.

- **مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي:** اعتمدت الباحثة لغرض الاحتراق النفسي على الصورة المعربة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، الذي اعد من طرف ماسلاش وسوزان جاكسون سنة 1981، يعرف باختصار **(MBI)**والذي يتكون من (22) بندا متصلة بشعور الفرد بمهنته، موزعة على ثلاث اقسام رئيسية وهي: الاجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز الشخصي.

ان هذا المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة، كما انه يصلح لأغراض التشخيص البحث العلمي، وقد استخدم في العديد من الدراسات، ترجم للعديد من اللغات، كالفرنسية والاسبانية و**العربية** .فقد ترجمه الى العربية نصر يوسف(1991) ، زيد البتال (2000)، فاروق عثمان (2001)، عبد العلي(2003).

بعد مراجعة النسخ المعربة لمقياس ماسلاش المذكورة اعلاه، وقع اختيار الباحثة على النسخة المعربة والمعدل من قبل عبد العالي (2003) والتي تهدف الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المربيين والمعلمين. حيث قامت الباحثة بإعادة صياغة هذا المقياس وتعديله حتى يتناسب مع موضوع الدراسة الحالية. كما تم اعادة استخراج مؤشراته السيكو مترية، وقد كانت جد دالة ومقبولة (معامل صدق 0.83)، و (معامل الثبات 0.88).(مدوري يمينة، 2015)

4- الأساليب الاحصائية المستخدمة:

وللتحقق من صحة فرضيات الدراسة تم استخدام برنامج **Logiciel Modalisa version 4** وذلك بالاعتماد على:

- **النسب المئوية:** من تقديم وصف لبعض متغيرات الدراسة.
- **اختبار كا2:** وذلك لحساب دلالة الفروق بين مختلف متغيرات الدراسة.

5- عرض ومناقشة نتائج الدراسة:

1.5- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى:

- **نص الفرضية الأولى:** تعاني العاملات في مهنة التدريس من الاحتراق النفسي.

اعتمدنا لدراسة هذه الفرضية على تقديم التكرارات والنسب المئوية لمستويات الاحتراق النفسي (مستوى منخفض، مستوى متوسط، ومستوى مرتفع)، وتوزعت نتائج الدرجة الكلية للاحتراق النفسي على المستويات الثلاثة كما هو موضح في الجدول الاتي:

جدول رقم03: مستويات الاحتراق النفسي لأفراد العينة

مستويات الاحتراق النفسي	التكرارات	النسب
مستوى ضعيف	28	**%22.95**
مستوى معتدل	58	**%47.54**
مستوى مرتفع	36	**%29.50**
المجموع	**122**	**%100**

انطلاقا من ملاحظة الجدول أعلاه يظهر ان مستوى الاحتراق النفسي المعتدل كان الغالب على أفراد عينة الدراسة و ذلك بنسبة 47.54% ، يليه في المرتبة الثانية مستوى الاحتراق النفسي المرتفع بنسبة 29.50% ، كما تحصل أفراد المستوى المنخفض من الاحتراق النفسي على أدني نسبة بـ22.95 % . وهذه النتيجة تدل أن أغلبية النساء العاملات في مهنة التدريس يعانين من الاحتراق النفسي .

وتدل هذه النتيجة أن أغلبية العاملات في التدريس تقييمهن سلبي لأدائهن المهني، ويشعرن بعدم كفاءتهن وعدم قدرتهن على تلبية مطالب مهنهن، أو بالشعور بالتقصير نحو عملهن، وهذه كلها مشاعر مؤيدة ومؤدية للاحتراق النفسي. وقد سجل المستوى المنخفض أدنى نسبة بـ 22.95%، ما يعنى أن فقط هذه النسبة من الأستاذات لا تظهر عليهن المشاعر السالفة الذكر.

وترى الباحثة أن معاناة المرأة العاملة في التعليم من مستوى معتدل من الاحتراق النفسي قد يعود الى المتطلبات المتزايدة لوظيفتها الحساسة في المجتمع، وما تتطلبه هذه المهنة من تضحية وتحمل ومعايشة مستمرة للضغوط، ومن جانب اخر لا يجب ان نغفل ازدواجية الدور الذي تؤديه هته المعلمات، ما يعرضهن لضغوط إضافية على ضغوطهن المهنية، وهذه التراكمية في الضغوط قد تنتهي بظهور اعراض للاحتراق النفسي. كما وان إحساس المعلمات بالذنب او التقصير في مهامهن الاجتماعية اتجاه اسرهن وأبنائهن قد يشكل لديهن اتجاهات سلبية نحو المهنة ما يكون مدعاة لبروز اعراض الاحتراق النفسي ضف الى ذلك ما جاءت به دراسة هايون(1988) والمشيرة الى إن الافتقار إلى تأييد ومؤازرة المديرين واهتمامهم بالشكليات فقط، كان من بين العوامل المؤدية الى شعور المعلمات بالإحباط وافتقادهن للدافعية في اعمالهن، ومن ثم وقوعهن فريسة للاحتراق النفسي بنسب متفاوتة.

واتفقت النتائج الموضحة أعلاه مع نتائج العديد من الدراسات السابقة على أن تقديرات درجات الاحتراق النفسي وأبعاده لعينات دراستهم كانت في حدود المتوسطة أو المعتدلة، حيث أشارت دراسة

الوابلي (1995) تعرض معلمي التعليم العام للاحتراق النفسي بدرجة متوسطة خاصة على بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي. وقد وردت النتائج كذلك متشابهة في كل من دراسة الزيود (2002)، ودراسة العطية وعيسوي(2004)، ودراسة محمد عبد القادر عابدين(2010).

2.5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية الثانية: توجد فروق دالة في مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس تبعا للطور التعليمي (ابتدائي-متوسط-ثانوي)

وللتحقق من الفرضية الحالية استخدمت الباحثة Khi2 لدراسة الفروق بين التكرارات، والنتائج موضحة في الجدول الاتي:

جدول رقم04: درجة Khi2 ودلالتها لمتغير الطور التعليمي (ابتدائي-متوسط-ثانوي)

Khi2=11,5	**ddl=4**	**p=0,021**	**(significatif)**

أن النتائج المدونة أعلاه تؤكد وجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الطور التعليمي، بمعنى تتباين درجات الاحتراق النفسي حسب المستوى التعليمي التي تعمل فيه المدرسات، وتعتبر هذه النتيجة منطقية ومتناسبة لنتائج العديد من الدراسات التي توصلت الى نفس النتيجة كدراسة سماهر مسلم عياد أبو مسعود (2010)، ففي كل طور تعليمي تختلف الضغوط ومصادره، بدءا بحجم التوقيت، طبيعة المهام، وخصائص المتعلم (التلميذ)، وحجم المناهج واختلافها.

3.5-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية الثالثة: توجد فروق دالة في مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس تبعا للحالة الاجتماعية (متزوجة – عزباء)

وللتحقق من الفرضية الحالية استخدمت الباحثة Khi2 لدراسة الفروق بين التكرارات، والنتائج موضحة في الجدول الاتي:

جدول رقم5: درجة Khi2 ودلالتها لمتغير الحالة الاجتماعية

Khi2=17,8	**ddl=2**	**p=0,001**	**(Très significatif)**

ان النتائج المدونة أعلاه تؤكد وجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الحالة الاجتماعية، تتفق النتيجة الحالية مع نتائج دراسة سماهر مسلم عياد أبو مسعود (2010) التي بينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق بأبعاده الثلاثة تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، هذا وقد جاءت دراسة رمضان (1999) في نفس السياق بوجود فروق في الاحتراق النفسي تبعا للحالة الاجتماعية ولصالح العزاب.

كما أن النتيجة تظهر أن فئة المتزوجين هم الأكثر معاناة من الاحتراق النفسي، هذا ما ورد واتفق كذلك مع دراسة (القرني،2000) ودراسة (النفيعي، 2000) اللاتي وجدتا أن المتزوجين أكثر احتراقا.

وعليه يمكن اعتبار أن المتزوجين أكثر معاناة من الاحتراق أكثر من غيرهم، ويمكن أن نفسر هذه النتيجة الى كون المتزوجين يتكبدون حمول ومسؤوليات اضافية أخرى غير تلك المهنية أو الوظيفية، هذا على خلاف فئة العزاب أو المتزوجين، حيث يمكن اعتبار أن وضعيتهم الاجتماعية (أسرة، وأطفال) تضيف عبئا مضاعف على الفرد يزيد من احساسه بالضغوط ومن عدم استقراره، وبالتالي تزيد من احتمال تعرضه للاحتراق أكثر من غيره.

6-توصيات ومقترحات:

على ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، يستوجب علينا أن نولي اهتماما بشريحة النساء العاملات ومنهن المعلمات كونهن عرضة لجملة من المشاكل والاضطرابات التي قد تنجم من محيطهن الأسري أو التنظيمي وذلك من خلال جملة الاقتراحات والتوصيات والتي يتم عرضها فيما يلي:

- تحسيس وتوعية الأفراد المتفاعلين في قطاع الدور لهذه الزوجة العاملة بضرورة تقديم الدعم المادي والمعنوي لها بهدف التخفيف من ثقل أعبائها والمسؤوليات الملقاة على عاتقها.

- مراعاة برامج وتوقيت عمل النساء العاملات وعلى رأسهن المتزوجات اللواتي لديهن أبناء، لإتاحة الفرصة أمامهن في رعاية ابنائهن وازواجهن بشكل كاف.

- على المعلمات أن يخصصن أوقات للراحة والترفيه يقضينها رفقة أبنائهن وأزواجهن كأسلوب من أساليب التخفيف من حدة الضغط والاحتراق النفسي ومنع تراكم المشاكل الأسرية والمهنية.

– الاهتمام بممارسة الأنشطة الرياضية وجعلها ضمن أولويات اهتمامهن لما لها الأثر البالغ في الاسترخاء والتخفيف من وطأة الضغوط النفسية والمهنية.

– قيام المؤسسات التربوية والتعليمية بتنظيم دورات تدريبية لفئة المعلمين وتحت اشراف مختصين تتضمن استراتيجيات المقاومة والتكيف مع المواقف الضاغطة، وكيفية اختيار الاستراتيجية الانسب حسب كل موقف ضاغط.

قائمة المراجع:

- أحمد بطاح،(2006) . قضايا معاصرة في الإدارة التربوية، ط1 .الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- آسيا بن عيسى،(1990) . نحو ملامح لشخصية المعلم. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قسنطينة، الجزائر.
- الاغا احسان، (2002). البحث التربوي، ط4. غزة: الجامعة الإسلامية.
- رونالدي ريجيو(1999) . المدخل إلى علم النفس الصناعي والتنظيمي ، ط1 . عمان، الأردن: دار الشروق للنشر والتوزيع.
- زيد محمد البتال، (2000). الاحتراق النفسي وضغوط العمل لدي معلمي ومعلمات التربية الخاصة، سلسلة اصدارات الأكاديمية للتربية الخاصة الرياض، السعودية.
- سليمان محمد سليمان الوابلي، (1995) .الاحتراق النفسي ومستوياته لدى معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة في ضوء مقياس ماسلاش المعرب. مجلة البحوث التربوية والنفسية – جامعة أم القرى–مكة المكرمة.
- شارف خوجة مليكة، (2011). مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي، متوسط، ثانوي). رسالة ماجيستير غير منشورة، جامعة تيزي وزو، الجزائر.
- شحام عبد الحميد (2007). علاقة الضغوط المهنية بالاضطرابات السيكوسوماتية. رسالة ماجيستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- طلال حيدر البدوي، (2000). درجة الاحتراق ومصادر لدى الممرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان وأثر بعض المتغيرات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة.

- عودة، يوسف، (1998) .ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.
- مدوري يمينة، (2015). الاحتراق النفسي وعلاقته بأنماط الشخصية وطبيعة الممارسات المهنية. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة تلمسان، الجزائر.
- نصر يوسف مقابلة، (1996). العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، مجلة علم النفس، العدد (39)، السنة العاشرة.
- هند حرتاوي (1991). مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

1- Laurence Janot-Bergugnat, Nicole Rascle, (2008) . Le stress des enseignants, Ed : ARMAND COLIN, Paris.

2- Maslach , C. and Jackson, S, (1981) ." the Measurement of Experienced Burnout", Journal of Occupational Behavior, 2, pp 99-113

3- Philippe Sarnin, (2008) . Psychologie du travail et des organisations, Ed :Boeck Université,2e tirage, Bruxelles.

كيفية الاستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA:

مدوري يمينة، (2020)، **الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس**، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية ،المجلد 13 (العدد 01)، الجزائر : جامعة زيان عاشور الجلفة، ص.ص44-64.