

مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في مراكز ذوي

الاحتياجات الخاصة - دراسة مقارنة

أ/ عبد الرحمان خطارة. جامعة غرداية - الجزائر

الملخص:

تناولت الدراسة الحالية موضوع الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، بأصنافها الثلاثة (إعاقة سمعية، إعاقة بصرية، إعاقة عقلية)، وهذا بالجزائر العاصمة، ضمن مراكز تعليم و رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة. وقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي هذه الفئة، وعلاقته ببعض المتغيرات الوصفية لعينة البحث و المتمثلة في: (السن، و الجنس، و الأقدمية، و الحالة العائلية، و المؤهل العلمي)، و لغرض الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي، تم استخدام مقياس ماسلاش بأبعاده الثلاثة، و المتمثلة في: (الإجهاد الانفعالي، و تبلد المشاعر، و نقص الشعور بالإنجاز) الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، التربية الخاصة، ذوي الاحتياجات الخاصة، المعلمين.

Abstract:

The current study dealt with the subject of burnout among teachers of special education, with its three categories (deafness, visual impairment, mental retardation) in the capital Algiers, within the centers of education and care for people with special needs.

The purpose of the study was to reveal the levels of the burnout among teachers in this group and its relation to some of the descriptive variables of the research sample represented in: age, sex, seniority, family status, and scientific qualification. For the purpose of detecting the level of the burnout, the Maslach burnout inventory (MBI) was used with three dimensions, Emotional stress, numbness of feelings, lack of sense of achievement.

Key words: special education, burnout among, special needs, teachers .

مقدمة:

بالرغم مما يشهده العالم اليوم من تطورات علمية و تكنولوجية انعكست على كثير من جوانب الحياة المختلفة، إلا أن كثيرا من الباحثين قد وصفوا القرن الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية (Psychological Stress) و الاحتراق النفسي (Burnout) لذلك عدت من الظواهر التي تتطلب من الإنسان التعايش معها و تطوير كفاءة معينة للتعامل معها. و تعد المهن التعليمية من أكثر المهن التي تكثر فيها الضغوط النفسية لما تنطوي عليها من أعباء و مسؤوليات و مطالب بشكل مستمر. الأمر الذي يتطلب مستوى عالي من الكفاءة و المهارات الشخصية من قبل المعلم بقصد تلبيتها (Maslach & Jackson 1981) (عن الزيودي 2007). وتعد مهنة التدريس والعمل مع ذوي الحاجات الخاصة من أكثر المهن التعليمية إقحالا بضغط العمل، إذ يعاني المعلمون من مشاعر الإحباط و القلق و الاكتئاب، و منهم من يواجه مشكلات صحية معينة، لما تقتضيه هذه المهنة من متطلبات و أعباء إضافية مع فئات متنوعة من الأفراد غير

العاديين الذين يعانون من الإعاقات الحركية والعقلية والسمعية والبصرية، إذ يعد كل طالب حالة خاصة تتطلب إعداد الخطط التربوية الفردية واختيار أساليب التدريس المناسبة، كذلك يحتاج هؤلاء الطلبة إلى التدريب و الخدمات المساندة مثل الخدمات الطبية و الإرشادية و النفسية. كما أن تدني انخفاض القدرات العقلية و انخفاض مستوى التحصيل لدى هؤلاء الطلبة من شأنه أيضا أن يولد لدى بعض المعلمين الشعور بالإحباط و ضعف الشعور بالإنجاز، الأمر الذي من شأنه أن يولد لدى المعلمين الشعور بالضغط النفسية، ومنهم من قد يصل إلى درجة الاحتراق النفسي. (الزيودي، 2007م)

ذلك أن طبيعة العمل مع التلاميذ المعاقين، و مشاكل ضبط السلوك في الفصل و الإحساس بنقص الدافعية لدى التلاميذ، و عدم القدرة على الانجاز تساهم في خلق مشاعر الغضب و الارتباك و اليأس و الذي قد يتطور إلى استنفاد انفعالي يؤدي بدوره إلى الاحتراق النفسي.

و لعل طبيعة عمل معلمي التربية الخاصة تسهم في زيادة عدد المعلمين الذين يتركون مهنة التدريس و في عدم قدرتهم على المواصلة. ففي دراسة لـ (بو، و بوبيت، و كوك 1997م Bobbit, Boe & Cook) شملت (4812) مدرسة وهدفت إلى التعرف على معدلات الاحتراق النفسي و تأثيره في تفسير طبيعة العمل لدى المعلمين، أظهرت النتائج أن معدلات التسرب لدى معلمي التربية الخاصة وصلت إلى 20% من إجمالي العينة مقارنة بـ 13% لدى معلمي التعليم العام، حيث انتقل 12% من معلمي التربية الخاصة مقارنة بـ 7% من معلمي الفصول العادية إلى مدارس أخرى، في حين ترك 8% من معلمي التربية الخاصة مقابل 6% من معلمي الفصول العادية مهنة التدريس.

وقد تعود نسبة ارتفاع ترك معلمي التربية الخاصة للتدريس مقارنة بمعلمي الفصول العادية إلى ارتفاع نسبة الضغوط النفسية، فقد وجد كل من (فيميان و سانتورو 1983م، Fimian & Santoro) أن حوالي 87% من عينة البحث من معلمي التربية الخاصة يعتقدون أن مهنتهم سبب للاحتراق النفسي و التوتر، و إن تفاوتت بين المتوسط و العالي، كما أظهرت دراسة (بلات و أولسون 1990م، Plaat & Olsen) أن 43% من عينة شملت 76 معلما من معلمي التربية الخاصة تركوا مهنة التدريس بسبب مشاكل الاحتراق النفسي. (العنبي، 2003م)

كما ميزت أدبيات التربية الخاصة بين فئات الإعاقة من حيث مستوى الاحتراق النفسي. ذلك أن معدلات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة تختلف باختلاف فئات الإعاقة التي يقومون بتدريسها. فمعلمي غرف المصادر يعانون من معدلات أقل من الاحتراق النفسي مقارنة بمعلمي التلاميذ المضطربين سلوكيا. كما أن معلمي التلاميذ المعاقين حركيا لديهم احتراق نفسي أقل مقارنة بمعلمي متعددي العوق (Cecil، William، Christopher، (2002))، (العنبي، 2003م))

بالإضافة إلى ذلك فهناك العديد من المتغيرات التي قد تسهم في زيادة مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة. فقد ذكر (البتال، 2000م) أن هناك متغيرات عدة لها تأثير واضح في ارتفاع أو انخفاض مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين منها الخبرة و الدعم الذي يجدونه من إدارة المدرسة و المعلمين، إضافة إلى توفر المواد التعليمية و الوسائل البيداغوجية.

من هذه المنطلقات وعلى أساس ما تقدم، و نظرا لأهمية إبراز مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الحاجات الخاصة، يمكننا أن نطرح التساؤلات التالية:

* ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة؟

* ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الأطفال المعاقين عقليا، و معلمي الأطفال المعاقين بصريا، و معلمي الأطفال المعاقين سمعيا؟

* هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي الأطفال المعاقين عقليا، و معلمي الأطفال المعاقين بصريا، و معلمي الأطفال المعاقين سمعيا ؟

* هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي تعزى إلى المتغيرات التالية: (السن، الجنس، الحالة العائلية، الخبرة المهنية، المستوى العلمي)؟

فرضيات البحث:

* يعاني معلمو ذوي الحاجات الخاصة من مستويات مرتفعة للاحتراق النفسي.

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي الأطفال المعاقين عقليا و معلمي الأطفال المعاقين بصريا، و معلمي الأطفال المعاقين سمعيا.

* توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي تعزى إلى المتغيرات التالية: (السن، الجنس، سنوات الخبرة المهنية، الحالة العائلية، المستوى العلمي).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الحاجات الخاصة، و الكشف عن الضغوط النفسية و المهنية المؤدية إلى الاحتراق النفسي، و التوصل إلى بعض الأساليب الإرشادية و الحلول التي من شأنها أن تساعد المسؤولين و العاملين مع الأشخاص ذوي الحاجات الخاصة في التغلب على مشكلة الاحتراق النفسي، وذلك بالاختيار المهني القائم على مدى مناسبة خصائص الفرد الشخصية الطبيعية للعمل مع ذوي الحاجات الخاصة، لتحقيق تكيف مهني أفضل.

كما تهدف هذه الدراسة إلى مقارنة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ثلاث فئات من فئات الإعاقة وهي: الإعاقة السمعية، الإعاقة البصرية، والإعاقة العقلية و الحركية بشكل عام على الأبعاد الثلاثة لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، و مستوى الاحتراق النفسي لكل فئة على حدة، كما تهدف الدراسة إلى معرفة ما إذا كان للخبرة التدريسية، و الجنس، و الحالة العائلية، و المستوى التعليمي.. دور في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي الفئات الثلاث.

أهمية الدراسة:

تتبع أهمية الدراسة في كونها من بين الدراسات العربية التي اهتمت بموضوع الاحتراق النفسي والذي يستهدف الفئة المتعاملة مع ذوي الحاجات الخاصة، كما أنها ركزت على المقارنة بين معلمي الفئات الثلاثة – الإعاقة السمعية، الإعاقة البصرية، الإعاقة العقلية – وذلك من أجل تبيان أي من هذه الشرائح أكثر استهدافاً للاحتراق من الأخرى. كما تستمد هذه الدراسة أهميتها من خلال العرض الشامل للجانب النظري و للدراسات السابقة في المجال، إضافة إلى إبراز أهم الأدبيات والمفاهيم الواردة عن الاحتراق، قصد توضيح الرؤى وتبيان مسالك البحث، مع إبراز العتبة الفارقة بين الاحتراق وبعض المصطلحات المتداخلة معها مثل الضغوط على وجه التحديد، وذلك بإبراز الفارق و الوصل الذي يكون بين المصطلحين.

أما من الناحية العملية، فيهدف للتوصل إلى نتائج ذات مصداقية علمية و ذات دلالة، مع إبراز مستوى الاحتراق الذي يعاني منه العاملون مع ذوي الحاجات الخاصة و بالتالي التوصل إلى وضع حلول و اقتراح بدائل قصد القضاء على هذه الظاهرة، أو على الأقل التخفيف منها، و التخطيط للحلول التي تكون بمثابة العلاج الوقائي للظاهرة .

مصطلحات الدراسة:

الاحتراق النفسي :

ويعني " استجابة للتوتر النفسي الناتجة عن أوضاع العمل الذي يتصل بالأفراد، و مكونة من ثلاثة أبعاد وهي: الإجهاد الانفعالي، تبدل المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز". (نشوة كرم 2007م)

ويمكن تعريف الاحتراق النفسي إجرائياً بأنه: " حالة من الإنهاك النفسي و الانفعالي و الجسمي المصاحبة لجملة من الأعراض كالإجهاد الانفعالي وتبدل المشاعر، إضافة إلى نقص الشعور بالإنجاز، الناتجة من وطأة الضغوط المهنية المستمرة و المتراكمة".

ذوي الحاجات الخاصة:

ويقصد بهم " أولئك الأطفال الذين ينحرفون في إحدى قدراتهم العقلية، أو الجسدية، أو الحسية، أو الانفعالية، أو التواصلية، أو الأكاديمية، عما يعتبر عادياً، و بالتالي فهم يحتاجون لخدمات تربوية متخصصة". (إبراهيم أمين و مصطفى الخطيب 2006م)

ويعرف ذوي الحاجات الخاصة إجرائياً بأنهم: " أولئك الذين ينحرفون عن أقرانهم العاديين في إحدى القدرات بدرجة ملحوظة سواء من الناحية العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية أو الجسمية، أو الأدائية، أو فقدانهم لحاسة من الحواس، مما يتطلب ضرورة توفير رعاية خاصة تساعدهم

على تنمية قدراتهم، و تطوير مهاراتهم لتحقيق أقصى قدر ممكن من التوافق و الاندماج الاجتماعي".
التربية الخاصة:

وهي: "البرامج و الطرق و الوسائل و الاستراتيجيات التي تم إعدادها و تصميمها بحيث تتناسب مع ذوي الحاجات الخاصة مثل ذوي الإعاقة السمعية، والإعاقة البصرية، والإعاقة العقلية". (عبد العزيز الجبار 2003م)
و تعرف التربية الخاصة إجرائيا بأنها: "مجموعة من البرامج و المعدّات المساعدة في تعليم وتطوير مهارات ذوي الحاجات الخاصة."
معلمو ذوي الحاجات الخاصة:

وهم: "الأشخاص العاملين مع ذوي الحاجات الخاصة و يقدمون لهم الخدمات التعليمية والتدريبية اللازمة". (المرجع السابق)
و يعرفون إجرائيا: على أنهم "المعلمون العاملون في مجال التربية الخاصة بمختلف تخصصاتهم، و الذين تلقوا تكوينا خاصا لرعاية ذوي الحاجات الخاصة قصد الرفع من أدائهم ومهاراتهم".
1) النشأة و المفهوم:

يعد الاحترق النفسي من بين المواضيع التي لقيت رواجاً و اهتماماً من قبل الباحثين و الدارسين المهتمين بالحقل الإنساني و محيطه، و العلاقة التي تربطها ببعضها البعض، إذ تناولت أبحاثهم الاحترق النفسي بوصفه ناتجا عن الضغوط المهنية.
والمتمأل لواقع البيئة المهنية و انعكاساتها على الأفراد يجدها تزخر بكم هائل من الضغوط و هذا راجع إلى عاملين رئيسيين:

فأولهما: يُعزى إلى تطور أهمية العمل و مكانته في حياة الأفراد إضافة إلى تعقد أساليب الحياة ومتطلبات العيش و المتمخض عن تطور الواقع المعيشي بشتى أنواعه و أشكاله.
أما ثانيهما: فيرجع إلى تطور طبيعة استجابة الإنسان للمواقف الضاغطة، إضافة إلى دور العمليات الذهنية في فهم و تقييم أهمية المثير الضاغط و قدرة الفرد على التكيف معه أو مواجهته أو الاستسلام – وهذا بعد انهيار آلياته الدفاعية – و بالتالي وقوعه في ما يسمى بالاحترق النفسي. (بوسنة 2007م).

فالضغوط كما يشير إليها رونالدي. ترجمة فارس حلمي (1999م) على أنها "عملية إدراكية في الدرجة الأولى، فقد يدرك فرد معين حادثة أو ظاهرة على أنها مُهدِّدة، وخطرة، بينما يراها فرد آخر غير ذلك، كما أن الضغوط تؤدي أحيانا إلى ردود أفعال و انفعالات متباينة على الرغم من

أن معظم الناس ينظرون إلى حالات أو خبرات غير سارة، إلا أنها يمكن أن تكون ايجابية. (copley1990)

وتشير نظرية "لازاروس" (1994 "Lazarus") إلى العلاقة التبادلية المستمرة بين الفرد و المحيط، فهي تركز على التقدير المعرفي و المقاومة، و يؤكد لازاروس على أنّ "الضغط لا يتوقف على الموقف الخارجي بقدر ما يتوقف على طبيعة التفسير و المعاني التي يعطيها الفرد لهذا الموقف وعلى الاستجابة التي يتبناها بناء على ذلك التفسير".

و بالتالي فإن الاستجابة للضغط لا تتوقف فقط على جهاز العضوية، وإنما على ردود الأفعال الذهنية و المعرفية تجاه الموقف، بمعنى أنّ العملية ترتبط بالفكرة التي يكوّنها الفرد عن المكان الذي يشغله، وعن توقعاته الخاصة بمتطلبات المحيط، وكذا إمكانياته تجاه ما هو منظر منه. (بن طاهر، 1998م)

وحسب لازاروس و فولكمان (1984م)، فإن شعور الفرد بالضغط يكون عندما يقيّم موقفا ما على أنه يستنفذ قدراته الشخصية، وتعتبر هذه الاستجابة نتيجة لاختلال التوازن بين متطلبات الموقف المثير وقدرات الفرد الموظفة بهدف المقاومة .

ويتأثر إدراك الفرد للموقف الضاغط بتجاربه مع الضغوط المتشابهة و كذا بمدى المساندة الاجتماعية التي يحصل عليها و كذلك معتقداته الدينية. (عن جرّادي، 2006م).

ويشير (بوسنة 2007م) إلى أن دلالة استخدام مفهوم الضغط المهني ينقسم إلى قسمين: فالحالة الأولى تشير إلى متطلبات العمل و ظروفه المادية و الاجتماعية التي قد تسبب للعامل نوعا من الضيق و الاستياء و التوتر.

أما الحالة الثانية و التي تشير بدورها إلى الشعور المتوتر و الغير السار الذي يصيب العامل نتيجة متطلبات العمل و ظروفه المادية و الاجتماعية.

فنتيجة لظروف الحياة الصعبة التي يمر بها الأفراد، وما يرتبط بها من عقبات قد تعوق مجرى حياتهم و المشكلات و المواقف الضاغطة التي تعترضهم، أصبح الأفراد في حالة من عدم الاستقرار النفسي نتيجة لتراكم مثل هذه المشكلات و تعقدها، و يزداد الأمر سوءا إذا لم يكن الفرد مهياً لمثل هذه الظروف، بحيث لا يملك الطرق والأساليب المجدية التي تمكنه من التعامل الفعال مع هذه المواقف، أو أنه يجهل طبيعة هذه المشكلات التي تؤرقه، وعندها قد يعجز عن مواجهة المشكلات التي تعوق تحقيق بعض أهدافه فيصبح عرضة للتأثيرات السلبية للمواقف الضاغطة، هذا بالإضافة إلى أن بعض الأفراد لديهم سمات شخصية تجعلهم أكثر عرضة للضغوط و أكثر تأثراً بها، على العكس من غيرهم الذين لا يبالون بما قد يعترضهم من مواقف ضاغطة. (إبراهيم أمين وفريد مصطفى، 2006م)

تعود البدايات المبكرة لمصطلح الاحتراق النفسي Burnout إلى العالم النفسي "هربرت فرويدنبرغر" (1974م "H;Ffrudenberg") وذلك من خلال دراساته عن الاستجابة للضغوط

التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات، حيث عرفه بأنه "حالة من الاستنزاف الانفعالي، والاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، إضافة إلى عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة (Bilge;F;2006) ."

و يعتبر "فرويدنبرغر" Frudenberger أول من أطلق مصطلح الاحتراق النفسي، وأدخله إلى حيز الاستخدام، فأورد المعنى الوارد في القاموس للفعل "Burnout" و معناه : "أن الفرد يصاب بالضعف و الوهن، أو يجهد، و يرهق، و يصبح منهكا، بسبب الإفراط في استخدام الطاقات والقوى".

و توالى مجهوداته بعد ذلك وصفا للمصطلح وإضافة إليه.

و يعد المؤتمر الدولي الأول للاحتراق النفسي – الذي عقد بمدينة فيلاديلفيا في نوفمبر 1981م – البداية الحقيقية لتطور مصطلح الاحتراق النفسي حيث شارك فيه الرواد الأوائل للاحتراق النفسي أمثال: Freudenberger و Maslach و Pines و Pines و Cherniss و عبدالله جاد محمود، (2005)

ويعني الفعل "Burnout" بالإنجليزية أن نتلف من الداخل و نختزل تدريجيا إلى حالة الرماد (Christina Guillevie 1991) عن جرادي، (2006).

وقد شهد هذا المصطلح منذ ظهوره اهتماما كبيرا من طرف الباحثين و المختصين في هذا الميدان و قد ظهرت بذلك تعاريف كثيرة له إلا أن التعريف الأكثر قبولا هو تعريف ماسلاش و جاكسون (1986م) اللتان أكدتا على أن التناذر يتضمن الإنهاك الانفعالي (استنزاف الموارد الانفعالية) وتبدل المشاعر (المواقف و الأحاسيس تجاه العميل) وانخفاض الإنجاز الشخصي.

حاولت الدراسات العربية ترجمة هذا المفهوم إلا أنها توصلت إلى استخلاص عدة مصطلحات للتعبير عن هذه الظاهرة منها: الإنهاك، الإرهاق، الإجهاد، الاستنزاف .. الخ، وكل هذه المصطلحات تصب في قالب واحد و التي تعني الاحتراق النفسي.

وتعرف كل من "ماسلاش و جاكسون (1981م" Maslach & Jackson) الاحتراق النفسي بأنه: "إحساس الفرد بالإجهاد الانفعالي، وتبدل المشاعر، وانخفاض الإنجاز الشخصي". ويُعرّف " الإجهاد الانفعالي Emotional Exhouston " بأنه "فقدان طاقة الفرد في العمل و على الأداء، والإحساس بزيادة متطلبات العمل".

بينما يعرف " تبدل المشاعر " Depesonalization بأنه: "شعور الفرد بأنه سلبي و صارم، وكذلك إحساسه باختلال حالته المزاجية".

و يشير هذا البعد عند (ماسلاش و جاكسون، 1984م) إلى "استجابة الأفراد العديمة الشعور و القاسية تجاه الأشخاص الذين يتلقون منهم الخدمة و الرعاية". كما أنه يعني: "معاملة الأفراد الآخرين كأشياء" (جاكسون و آخرون، 1986م).

ويضيف (شيوت وآخرون، 2000م) أن تبدل الشعور يشير إلى "اتجاهات و مشاعر الفرد السلبية و الساخرة و المستقلة و المبنية للمجهول تجاه الأفراد الآخرين". و يتضمن أيضا الشعور السلبي و الشعور بالقسوة و الإهمال و تطور مشاعر السخرية و عدم الاحترام. و عليه يطور هؤلاء الأفراد اعتقادات وضيعة وحقيرة عن الأشخاص الآخرين و يتوقعون الأسوأ لهم و تتناوبهم مشاعر الكراهية ضدهم، ففي هذه المرحلة يفقد هؤلاء الأفراد الاهتمام بالغير و التناوب معهم كفرد منهم (ستانون _ ريش و إيزو_ أهولا، 1998م) (عن مزياني، 2007م)

ويؤكد (بوسنة 2007م) بأن الاحتراق ما هو إلا تعبير عن حالة من الاستنزاف البدني و الانفعالي الناتج للتعرض لكم هائل من الضغوط في ميدان العمل.

أما "انخفاض الإنجاز الشخصي Lower personal accomplishment فيعرف بأنه: "إحساس الفرد بتدني نجاحه و اعتقاده بأن مجهوداته تذهب سدى".

وفي عام (1997م) عرفته "ماسلاش و ليتر Maslach & leiter" بأنه: "تغيرات في اتجاهات و سلوك الفرد نحو العمل، وكذلك تغيرات في حالته البدنية و تتمثل في الإجهاد الانفعالي، بل و يصل الأمر به إلى انخفاض إنجاز الشخص". (Bilge;f;2006)

وعليه فإن الاحتراق النفسي عبارة عن تناذر يتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية متمثلة في: الإنهاك الانفعالي و تبدل المشاعر و انخفاض الإنجاز الشخصي، و من الملاحظ أن جُل التعاريف جاءت بحذو ما توصلت إليه كل من ماسلاش و جاكسون، كون هذا التعريف في حد ذاته يعتبر نموذجا قابلا للقياس و ذلك من خلال أداة (Maslach Burnout Inventory (MBI)، المصممة من قبل الباحثين، و التي تقيس الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي.

(2) مصادر الاحتراق النفسي :

تشير البحوث و الدراسات النفسية لمصادر الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية و من بينها مهنة التدريس على أنه يمكن تصنيفها إلى مجموعتين وهما: المجموعة الأولى: وهي المصادر المهنية أو الخارجية التي تتعلق بطبيعة العمل و بيئته و دور العاملين فيها.

المجموعة الثانية: وهي المصادر الشخصية أو الداخلية و التي تتعلق بالخصائص الشخصية و النفسية للقائمين بالدور. (السمادوني، 1995م).

إن ظاهرة الاحتراق النفسي في مهنة التعليم محتومة بعوامل استعداده و بخبرات سابقة لدى المعلم، و لا تعزى في المقام الأول إلى مهنة التعليم ذاتها (منصور، و البيلوي، 1989م).

و يرى كل من (ساروس و، ساروس، 1987م) أن هناك عوامل عديدة تؤدي إلى شعور المعلم بالاحتراق النفسي و منها الحمل التدريسي الزائد و الافتقار إلى الحوافز و المكافآت.

و أشارت نتائج دراسة (هيبس، وهالين، 1991م) إلى وجود خمسة عوامل من المتوقع أن تسهم في تعرض المعلمين لظاهرة الاحتراق النفسي وهي : عبء العمل و كثرة المسؤوليات المهنية، والعلاقة بين المعلمين و رؤسائهم(الإدارة)، والعلاقة بين المعلمين والتلاميذ، و العلاقات فيما بين المعلمين، والرواتب و التعويضات. (عن إبراهيم أمين وفريد مصطفى، 2006م).

(3) مراحل الاحتراق النفسي :

الاحتراق النفسي ظاهرة لا تحدث فجأة، ولكنها تحدث بالتتابع وعلى مراحل، وهذا ما يؤكد (ماتسون، و ايفانسفيك، 1987م)، حيث يريان أن ظاهرة الاحتراق تتضمن المراحل الأربعة التالية:

أ) مرحلة الاستغراق (الشمول: Envolment) وفيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفع وتشمل حالة من الاستثارة و السرور و عندما يحدث عدم اتساق بين ما هو متوقع عن العمل وبين ما يحدث فعليا فإن هذا ما يؤدي إلى الاحتراق النفسي، وتُعرف هذه المرحلة بمرحلة الاستثارة الناتجة عن الضغوط Stress Arousal، أو الشد العصبي الذي يعيشه الفرد في عمله، و يرتبط بالأعراض التالية: سرعة الانفعال، و القلق الدائم، و فترات من ضغط الدم العالي، والأرق والنسيان، وصعوبة التركيز، والصداع.

ب) مرحلة الكساد : Stagnation وفيها ينخفض مستوى الرضا عن العمل تدريجا و تقل الكفاءة و ينخفض مستوى الأداء في العمل و تنخفض الاستثارة التي كانت في المرحلة الأولى و يشعر الفرد فيها باعتلال الصحة النفسية و ينتقل اهتمام الفرد من العمل إلى مظاهر الحياة الأخرى مثل الاتصالات الاجتماعية و الهوايات و ممارسة أنشطة معينة لشغل أوقات الفراغ، وتعرف كذلك بمرحلة الحفاظ على الطاقة Énergie Conservation، وتشمل هذه المرحلة بعض الاستجابات السلوكية مثل: التأخر عن مواعيد العمل، وتأجيل الأمور المتعلقة بالعمل، وزيادة في استهلاك المنبهات، و الانسحاب الاجتماعي، والشعور بالتعب المستمر.

ج) مرحلة الانفصال : Détachement وفيها يدرك الفرد ما يحدث، ويبدأ بالانسحاب النفسي و يرتفع لديه بذلك مستوى الإجهاد النفسي و يصل الفرد إلى الإنهاك المزمن و اعتلال الصحة البدنية و النفسية، ومن أعراضه الاكتئاب المتواصل، واضطرابات مستمرة في المعدة، وتعب جسدي مزمن، وإجهاد ذهني مستمر، وصداع دائم، والرغبة في الانسحاب النهائي من المجتمع، و هجر الأصدقاء.

د) مرحلة الاتصال : loncture وتعتبر هذه المرحلة أقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي، وفيها تزداد الأعراض البدنية و السلوكية سوءا و خطرا، حيث يختل تفكير الفرد نتيجة

ارتياب وشكوك الذات و يصل الفرد بذلك إلى مرحلة التدمير، و يصبح الفرد في تفكير مستمر لترك العمل أو حتى التفكير في الانتحار. (عن عبد الجواد، 1994م) .
وليس من الضروري وجود جميع الأعراض بكل مرحلة للحكم على وجود حالة الاحتراق، ولكن ظهور عرضين أو أكثر في كل مرحلة يمكن أن يشير إلى أن الفرد يمر بأحد مراحل الاحتراق النفسي. (نشوة كرم، 2007م)

3-1) مراحل الاحتراق النفسي عند ماسلاش و جاكسون:

يتكون الاحتراق النفسي حسب ماسلاش و جاكسون من ثلاثة أبعاد تمر وفق سيرورة متطورة بثلاثة مراحل تتبّع ترتيباً زمنياً معيناً و هي:

- الإنهاك الانفعالي.
- تبدّل المشاعر.
- انخفاض الإنجاز الشخصي.

فعندما تصبح طلبات الفرد غير محتملة، يشعر هذا الأخير بإنهاك انفعالي في الوهلة الأولى، ثم تتبدّل مشاعره، وهذا من أجل حماية نفسه من هذه الطلبات التي تصبح غير محتملة في المرحلة الثانية، ثم ينجر عن ذلك فقدان الإنجاز الشخصي في المرحلة الثالثة و الأخيرة (برونوست و تاب (1997م) Pronost & Tap)

4) مؤشرات الاحتراق النفسي :

تشير "باربرا" Barbara إلى أن هناك أربعة مؤشرات أولية ينبغي أن تؤخذ بعين الاعتبار، كنوع من التحذير بأن الفرد في طريقه إلى الاحتراق النفسي وهي:

4 – 1) الانشغال الدائم أو الاستعجال في إنهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد لنفسه كل يوم، فعندما يقع الفرد في شرك الانشغال الدائم فإنه يضحي بالحاضر، وهذا يعني أن وجوده في اجتماع أو مقابلة يكون جسدياً وليس ذهنياً، وفي مثل هذه الحالة ينجز الفرد مهامه بصورة ميكانيكية، دونما أي اتصال عاطفي مع الآخرين، حيث أن الهمّ الوحيد الذي يشغل باله هو السرعة والعدد وليس الإتقان و الاهتمام لما بين يديه.

4 – 2) العيش حسب قاعدة "يجب و ينبغي" يصبح هو السائد في حياة الفرد، الأمر الذي يترتب عليه زيادة حساسية الفرد لما يظنّه الآخرون و يصبح غير قادر على إرضاء نفسه و حتى في حالة الرغبة في إرضاء الآخرين التي تصاحب هذه القاعدة، فإنه يجد ذلك ليس بالأمر السهل عليه.

4 – 3) تأجيل الأمور السارة و الأنشطة الاجتماعية من خلال الإقناع الذاتي بأن هناك وقتاً لمثل هذه الأنشطة و لكن "فيما بعد" ولن يأتي أبداً، و يصبح التأجيل هو القاعدة أو المعيار في حياة الفرد.

4 – 4) فقدان الرؤية أو المنظور الذي يؤدي إلى أن يصبح كل شيء عنده مهما و عاجلاً، وتكون النتيجة بأن ينهمك الفرد في عمله لدرجة يفقد معها روح المرح، و يجد نفسه كثير التردد عند اتخاذ القرارات، ويرتبط ذلك بما يعرف في الغرب بالشخص المدمن على العمل، وتشير التسمية إلى الفرد الذي أصبح العمل هو الجزء الأساسي في حياته و في مركز اهتماماته الشخصية، بصورة تخل بالتوازن المطلوب لتفادي المشكلات البدنية و الانفعالية التي تصاحب مثل هذا الخلل. (عن جرادى، 2006م).

5) الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

1) دراسة الفاعوري للضغوط المهنية لمعلمات التربية الخاصة بالأردن:

درست الفاعوري (1990م) الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في المملكة الأردنية الهاشمية، على عينة مكونة من (300) معلمة، بواسطة أداة مكونة من (40) فقرة، وكشفت الدراسة عن عدم وجود اختلاف في مصادر الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة باختلاف نوع الإعاقة التي يعمن معها، كما أشارت النتائج إلى أن مصادر الضغط التي تواجه معلمات الإعاقة العقلية تمثلت بالعلاقات مع الأهل، وخصائص الطلبة المتعلمين و ظروف العمل و العلاقة مع الإدارة و الزملاء، و المنهاج و الأدوات و الوسائل التعليمية، و لم تظهر الدراسة أي مستوى يشكل عنصراً ضاغظاً يتعلق بخصائص المعلمة، كما أشارت الدراسة إلى زيادة مستوى ضغوط معلمات الإعاقة العقلية عن مستوى مصدر الضغط المتعلق بخصائص المتعلم مقارنة بمعلمات الإعاقة السمعية و البصرية و الحركية.

2) دراسة القريوتي و عبد الفتاح (1997م) للاحتراق النفسي لمعلمي التلاميذ العاديين و التلاميذ ذوي الحاجات الخاصة بالإمارات العربية المتحدة إذ قام الباحثان بإجراء دراسة للتعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين و ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات العربية المتحدة، على عينة مكونة من (244) معلّم و معلّمة، منهم (149) من معلمي الطلبة ذوي الحاجات الخاصة، و (95) من معلمي الطلبة العاديين، وذلك باستخدام مقياس شرنك، وأشارت النتائج إلى و جود زيادة في درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب العاديين مقارنة بمعلمي الطلبة ذوي الحاجات الخاصة. و أظهرت النتائج فروقا في درجات الاحتراق عند معلمي الطلبة ذوي الحاجات الخاصة تعزى لاختلاف مستويات الخبرة. و أظهرت النتائج أيضاً أن درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة ذوي الإعاقة

البصرية و الحركية كانت أعلى على من درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب من ذوي الإعاقة العقلية و السمعية.

(3) دراسة البتال للاحتراق النفسي لمعلمي الاعاقات الثلاث (إعاقة بصرية، إعاقة ذهنية، إعاقة سمعية :وفي دراسة للبتال (1998م) تم قياس معدل الاحتراق النفسي لمعلمي ثلاث فئات من الإعاقة وهي الإعاقة العقلية و الإعاقة البصرية، و الإعاقة السمعية، وقد اشتملت العينة على (1288) معلم و معلمة، يعملون في معاهد التربية الخاصة بالمملكة العربية السعودية، وقد طبق على العينة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، حيث أظهرت النتيجة أن (62 %)، من المعلمين يعانون من مستويات منخفضة للاحتراق في بعد الإجهاد الانفعالي، و (89%) في بعد تبدل المشاعر بمستويات منخفضة، بينما (68%) ممن يعاني من مستويات مرتفعة في بعد نقص الشعور بالإنجاز، كما أظهرت النتيجة فروقا دالة إحصائيا في بعد تبدل المشاعر، و كانت لصالح الإعاقة البصرية مقارنة بغيرهم.

(4) دراسة فرح للاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الحاجات الخاصة بقطر: أجرى فرح (2001م) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين مع ذوي الحاجات الخاصة في المؤسسات القطرية، على عينة مكونة من (122) مشاركا، وأظهرت النتائج أن درجة الاحتراق النفسي الكلية لدى أفراد العينة كانت متوسطة، و أن المعلمين أكثر إحساسا بنقص الشعور بالإنجاز من المعلمات، و أن المختصين في علاج و تدريب ذوي الحاجات الخاصة هم أكثر احتراقا من فئتي المعلمين و المختصين في التربية الخاصة، كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي، أو لمتغير سنوات الخبرة، وأظهرت الدراسة أن العاملين مع الطلبة ذوي الإعاقات المتعددة يعانون من تبدل الشعور أكثر من العاملين مع الإعاقة العقلية و الحسية و الحركية.

الدراسات الأجنبية:

(5) دراسة ميدو للاحتراق النفسي لدى العاملين مع ذوي الإعاقات السمعية: أجرت ميدو (Meadow)، (1981) دراسة للتعرف على الاحتراق النفسي عند المختصين العاملين مع الأطفال المعاقين سمعيا، على عينة مكونة من (240) معلم و معلمة، واستخدم في الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، أشارت نتائجها إلى أن الأفراد العاملين مع المعاقين سمعيا أظهروا درجة عالية من الاحتراق على بعد الإجهاد العاطفي مقارنة بالمعلمين العاملين مع الأطفال العاديين، و أظهر معلمو الطلبة المعاقين سمعيا ميلا للتحيز ضد الطلبة، كما أظهرت الدراسة أن المعلمين الذين تتراوح خبرتهم من (1 — 2) سنة أظهروا مستوى بسيط من الاحتراق النفسي مقارنة بالمعلمين الذين تتراوح خبرتهم من (7 — 10) سنوات.

(6) دراسة بيك و جارجلو للاحتراق النفسي لمعلمي الأطفال العاديين و معلمي الأطفال المعاقين ذهنياً: أما بيك و جارجلو (Beck & Gargiulo 1983) فقد قاما بدراسة على معلمي الأطفال المعاقين ذهنياً و معلمي الأطفال العاديين للتعرف على درجة الاحتراق النفسي لديهم، و قد أظهرت نتائج الدراسة أن معلمي الأطفال المعاقين ذهنياً إعاقة بسيطة و متوسطة كانت مشاعرهم سلبية و ضعيفة و غير ملائمة مقارنة بما أظهره معلمي الأطفال العاديين نحو طلبتهم.

(7) دراسة بانكز و نيكو لمستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة:

أجرى بانكز و نيكو (Banks & Necco 1990) دراسة لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من (181) معلماً يعملون في مجال التربية الخاصة، و قد تبين أن مستوى الاحتراق النفسي عندهم يعزى إلى متغير فئة الإعاقة التي يتعاملون معها، و خلفية المعلم التدريبي و عمره.

(8) أجرى والتر (Walter) ، (1992) دراسة مسحية أجريت على (716) معلماً من العاملين مع الأطفال ذوي التخلف العقلي، لمعرفة مستوى القلق و الاحتراق النفسي لديهم، و قد بينت النتائج أن (12%) من أفراد عينة الدراسة يعانون من مستوى عال من القلق مع معدلات مرتفعة من الاحتراق النفسي .

(9) دراسة سنجر للاحتراق النفسي لدى معلمي الإعاقات الثلاثة (سمعية، بصرية، ذهنية): أظهرت دراسة سنجر (Singer 1993) أن معدل الاحتراق النفسي يزداد عند معلمي الإعاقة السمعية ثم يليها معلمو الإعاقة البصرية، فالإعاقة الذهنية، ثم الإنمائية، ثم الاضطرابات السلوكية، ثم اضطرابات النطق و الكلام، في حين كان معدل الاحتراق منخفضاً لدى معلمي صعوبات التعلم، و تعدد العوق.

(10) دراسة سنغ و بلينجزلي للاحتراق النفسي ومدى استمرارية معلمي ذوي الحاجات الخاصة في مهنة التعليم: أجرى سنغ و بلينجزلي (Singh & Billingsley, 1996) دراسة للتعرف على رغبة معلمي التربية الخاصة في الاستمرار بمهنة التعليم، و اشتملت العينة على (649) معلماً من ولاية فرجينيا، منهم (150) من المعلمين العاملين مع ذوي الاضطرابات الانفعالية و السلوكية، و (499) من العاملين في مجالات التربية الخاصة المختلفة و قد أشارت النتائج إلى أن نسبة الاحتراق النفسي لدى معلمي الأطفال ذوي الاضطرابات الانفعالية و السلوكية كانت أعلى مما هي عليه لدى معلمي الفئات الأخرى، كما أن الرغبة في البقاء بالعمل لدى العاملين مع الفئات الأخرى كان أفضل من رغبة العاملين مع ذوي الاضطرابات السلوكية. كما أظهرت الدراسة أن المعلمين ذوي الخبرات التعليمية الطويلة في مجال التربية الخاصة، أقل تعرضاً للضغوط، و كانوا أكثر رغبة في البقاء في مجال التعليم.

من خلال ما سبق نلاحظ ان معدلات الاحتراق النفسي تختلف حسب متغيرات الدراسة (الزمان، المكان، الفئة المستهدفة، الوسائل و الامكانيات، الخبرة المهنية...الخ)، إلا أن العنصر المشترك هو وجود مستوى معين من الاحتراق في كل الدراسات السابق عرضها، وذلك راجع إلى صعوبة التعامل مع فئة ذوي الحاجات الخاصة باختلاف انواعها من جهة، و كذا تفاوت درجات الاحتراق النفسي للأفراد العاملين مع هذه الفئة الخاصة من جهة أخرى، إذ يعزى هذا الاختلاف في مستويات الاحتراق بين الافراد - سواء بين الدراسات أو في الدراسة الواحدة- إلى طبيعة التقييم المعرفي الذاتي للمحيط الضاغط المولد للاحتراق والمنتج لطريقة المواجهة و طبيعة الاليات الدفاعية المساعدة على التأقلم و مدته.

(6) الدراسة الميدانية:

(1) منهج البحث: لإجراء هذه الدراسة، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، و الذي نحاول من خلاله وصف الظاهرة موضوع البحث، وتحليل بياناتها، وتبيين العلاقة بين مكوناتها و الآراء المطروحة حولها ، و العمليات التي تتضمنها، و الآثار التي تحدثها. (الأغاء، 1997م).

(2) مجتمع الدراسة: يتألف مجتمع الدراسة من جميع معلمي و معلمات مراكز التربية الخاصة الثلاثة و المتواجدة بالجزائر العاصمة، والمتمثلة في: (مدرسة صغار الصم البكم (كريم بلقاسم)، مدرسة صغار المكفوفين (العاشور)، المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا (برج الكيفان).

(3) عينة البحث: اشتملت عينة البحث على (72) معلما و معلمة لذوي الحاجات الخاصة، و المتواجدون في المراكز الوطنية المتخصصة (إعاقة سمعية، إعاقة بصرية، إعاقة عقلية)، والتي تم اختيارها بطريقة قصدية تطوعية.

(4) مكان و زمان الدراسة: تم إجراء الدراسة في المراكز الوطنية لذوي الحاجات الخاصة، و المتواجدة بالجزائر العاصمة و ذلك من شهر مارس إلى أواخر شهر جوان (2015م)، وتتمثل هذه المراكز في:

— مدرسة صغار الصم البكم (كريم بلقاسم).

— مدرسة صغار المكفوفين (العاشور).

— المركز الطبي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا (برج الكيفان).

(5) أدوات البحث: تنقسم أداة الدراسة إلى جزأين:

أ) استبيان الخصائص الشخصية و المهنية لمعلمي ذوي الحاجات الخاصة : استمارة وتتضمن معلومات عامة، وقد شملت عددا من المتغيرات الديموغرافية والخصائص الوصفية لعينة البحث، المتمثلة في: السن، الجنس، الحالة العائلية، الأقدمية، المستوى العلمي..الخ.

ب) مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي: تم الاعتماد على النسخة المعربة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ((Maslach Burnout Inventory (MBI) و الذي طور من قبل "ماسلاش و جاكسون" ليقاس الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية و الاجتماعية، و يتكون المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسية تتمثل في: الإجهاد الانفعالي، تلبّد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز.

ويحتوي المقياس في صورته الأصلية على (22) فقرة، تتعلق بمشاعر الفرد نحو مهنته، و يطلب من الفحوص الإجابة مرتين لكل فقرة، مرة تدل على تكرار الشعور- و قد درجت الإجابات

من (1 إلى 6) 1 (يحدث قليلا في السنة) و 6 (يحدث يوميا).

أما الأبعاد الفرعية التي يتكون منها المقياس فهي:

1) الإجهاد الانفعالي: (Emotional Exhaustion) و يقاس الإنهاك الذي يشعر به الفرد نتيجة الجهد المبذول لمساعدة الآخرين، و يتكون من (9) فقرات.

2) تلبّد المشاعر (Depersonalization) و يقاس الشعور السلبي لدى المعلمين نحو طلابهم، و يتكون من (5) فقرات.

3) نقص الشعور بالإنجاز: (Low Personal accomplishment) و يقاس نقص الشعور بالإنجاز، و تطور الميل السلبي في أدائهم و يتكون من (9) فقرات.

و يوضح الجدول (1) توزيع فقرات المقياس على الأبعاد الثلاثة:

جدول يوضح توزيع فقرات مقياس الاحتراق النفسي على أبعاده الثلاثة

البعاد	توزيع الفقرات	مجموع الفقرات
الاجهاد الانفعالي	20.16.14.13.8.6.3.2.1	9
تلبّد المشاعر	22.15.11.10.5	5
نقص الشعور بالإنجاز	21.19.18.17.12.9.7.4	8
المجموع العام		22

ويتم تحديد مستوى الاحتراق النفسي على المقياس في صورته الأصلية من خلال ثلاث مستويات (منخفض، معتدل، مرتفع) و هذا حسب الدرجات المتحصل عليها في الأبعاد الثلاثة، كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول يوضح تحديد مستويات الاحتراق النفسي على المقياس في صورته الاصلية

مستوى الاحتراق النفسي	الاجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	نقص الانجاز الشخصي
مرتفع	أقل من 17	أقل من 5	أكثر من 40
متوسط	من 18 إلى 29	من 6 – 11	من 34 إلى 39
منخفض	أكثر من 30	أكثر من 12	أقل من 33

(Maslach (1986) عن (العتيبي(2004م)).

و لتفسير الدرجات الفرعية التي تمثل الأداء على الأبعاد الثلاثة، يمكن اعتبار مستوى الاحتراق النفسي عاليا، عندما يحصل المعلم على درجات عالية في البعد الأول و الثاني، و درجات منخفضة في البعد الثالث، في حين يعتبر مستوى الاحتراق النفسي متوسطا إذا كانت الدرجات في الأبعاد الثلاثة متوسطة، أما عن المستوى المنخفض، فيكون عند حصول المعلم على درجات منخفضة في البعدين الأول و الثاني، و درجات مرتفعة في البعد الثالث.(المرجع السابق).

(6) صدق و ثبات المقياس: قامت كل من ((Maslach et Jackson 1981)) باستخراج دلالات صدق المقياس و ثباته بصورته الأصلية، و قد ظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات المعلمين الذين يعانون من احتراق نفسي عالٍ وبين المعلمين الذين يعانون من احتراق نفسي متدنٍ، و ذلك من خلال دراسات مختلفة مثل دراسة كل من "Maslach et Jackson 1981" و "Gold 1985" و "Kyriacou 1987" (الزيودي 2007م).

وقد قامت كل من ماسلاش و جاكسون "Maslach et Jackson 1981" بحساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) وذلك لحساب تكرار الأبعاد الثلاثة للمقياس، حيث كانت النتائج على النحو التالي :

جدول يوضح دلالات صدق المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ

البعد	التكرار
الاجهاد الانفعالي	0.90
تبلد المشاعر	0.79
نقص الشعور بالإنجاز	0.71

كما قام داووني و آخرون (1989م) باستخراج معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha) لكل بعد من أبعاد المقياس، و للمقياس ككل، حيث بلغت قيمة

الإجهاد الانفعالي (80,0)، و تبدل المشاعر (60,0)، و نقص الشعور بالإنجاز (76,0)، كما بلغت قيمة المعامل للمقياس ككل (75,0). (الزهراني، 2008م)

وقد تم التأكد من صدق المقياس في الدراسات العربية حيث قام عدد من الباحثين أمثال "الدبابسة (1993م)، و الوابلي (1995م)، و دراسة السرطاوي (1997م)، و دراسة البنتال (1998م)، و الزيودي (2007م)" بقياس دلالات صدق المقياس من خلال عرضه على المحكمين للتأكد من صحة تعريبه و مناسبته لأهداف الدراسة.

كذلك استخرجت معاملات ثبات جيدة للمقياس في صورته المعربة، إذ قام الوابلي (1995م) باستخراج معاملات ثبات للمقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، وقد بلغت (83,0) لبعده الإجهاد الانفعالي، و (72,0) لبعده تبدل المشاعر، و (86,0) لبعده نقص الشعور بالإنجاز.

و قام العتيبي بالتأكد من صدق و ثبات المقياس باستخراج معامل الثبات عن طريق الاتساق الداخلي، بحساب معامل ألفا كرونباخ للأبعاد الثلاثة و التي بلغت عند البعد الأول (77,0)، و (76,0) للبعد الثاني، و (60,0) للبعد الثالث، و تراوح معامل الصدق بين (80,0) للبعد الأول، و (64,0) للبعد الثاني، و (72,0) للبعد الثالث. (العتيبي، 2004م).

كما قام الزيودي (2007م) – للتأكد من ثبات المقياس – باستخراج معامل الاتساق الداخلي عن طريق معامل ألفا كرونباخ لكل بعد على حده، و التي بلغت (84,0) للبعد الأول، و (63,0) للبعد الثاني، و (78,0) للبعد الثالث، وقد بلغت درجات الثبات الكلي (66,0).

وتشير النتائج السابقة لمعاملات ألفا كرونباخ لمختلف الدراسات، الأجنبية منها و العربية، على أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات عالية في كامل أبعاده، وبالتالي ملائمة و صلاحيته لقياس الاحتراق النفسي .

وبهدف التأكد من صدق المقياس في الدراسة الحالية تم عرض النسخة الأصلية و النسخة المعربة على (3) أساتذة مختصون في الترجمة، و (10) أساتذة مختصون في علم النفس بكلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية بجامعة الجزائر وذلك بهدف التأكد من صدق المقياس و مدى مطابقة عباراته المترجمة بالعبارات الأصلية، وقد تم الإجماع على ملائمة العبارات و تتطابق الصياغة اللغوية مع معنى العبارات الأصلية في المقياس الأصلي، و بالتالي صلاحية استعمال المقياس بصورته المعربة، و استعماله كأداة لقياس الاحتراق النفسي في الدراسة الحالية .

و للتأكد من ثبات المقياس للدراسة الحالية، قام الباحث باستخدام طريقة التطبيق و إعادة التطبيق (Test & Retest) وذلك خلال فترة أسبوعين ما بين التطبيق الأول و الثاني، على عينة استطلاعية مكونة من (15) معلما و معلمة في مجال الإعاقات المختلفة (إعاقة سمعية، إعاقة بصرية، إعاقة ذهنية)، و الذين تم استبعادهم فيما بعد من عينة الدراسة.

و الجدول رقم (3) يوضح معاملات الارتباط و قيم الاتساق الداخلي المحسوبة بمعادلة ألفا كرونباخ.

البعده	معامل الارتباط	معامل ألفا كرونباخ
--------	----------------	--------------------

0.67	0.50	الاجهاد الانفعالي
0.75	0.64	تبلد المشاعر
0.71	0.58	نقص الشعور بالانجاز
0.65	0.72	المعامل الكلي

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط كانت عالية، إذ تراوحت ما بين (0.50) و (0.64)، كما بلغ المعامل الكلي (0.72). أما عن معاملات الثبات للمقاييس الفرعية فقد تراوحت ما بين (0.67) و (0.75)، و بلغت قيمة الثبات الكلية (0.65)، مما يدل على أن المقياس يحمل معاملات ثبات عالية، مما يؤكد صلاحيته للاستعمال في الدراسة الحالية.

(7) تصحيح المقياس :

تمت الإشارة سابقا إلى أن المقياس الحالي يتكون من (22) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، وذلك ضمن الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي و المتمثلة في (الإجهاد الانفعالي، و تبلد المشاعر، و نقص الشعور بالإنجاز)، ويطلب من المفحوص عادة الإجابة على لكل فقرة من فقرات المقياس، و التي تدل على تكرار الشعور.

(8) الأدوات الإحصائية:

تمت معالجة البيانات و تحليلها باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences ، SPSS) ، وقد تم تحليل البيانات باستخدام العمليات الإحصائية التالية:

– استخراج التوزيعات التكرارية و النسب المئوية، و المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية، لوصف خصائص العينة.

– حساب معامل الارتباط لقياس العلاقة بين بنود المقياس.

– اختبار (T test) للاختبار دلالة الفروق بين الجنسين في تعرضها للاحتراق النفسي.

– تحليل التباين الأحادي (One _ way ANOVA) لاختبار دلالة الفروق في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، باختلاف: العمر، الخبرة، الحالة العائلية، المستوى الدراسي.

(7) مناقشة و تحليل النتائج:

تناولت الدراسة الحالية موضوع الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، بأصنافها الثلاثة (إعاقة سمعية، إعاقة بصرية، إعاقة عقلية)، وهذا بالجزائر العاصمة، ضمن مراكز تعليم و رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة.

وقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي هذه الفئة، وعلاقته ببعض المتغيرات الوصفية لعينة البحث و المتمثلة في: (السن، و الجنس، و الأقدمية، و الحالة

العائلية، والمؤهل العلمي)، و لغرض الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي، تم استخدام مقياس ماسلاش بأبعاده الثلاثة و المتمثلة في: (الإجهاد الانفعالي، و تبدل المشاعر، و نقص الشعور بالإنجاز).

وانطلقت هذه الدراسة من خلفية نظرية مفادها تعرض العديد من العاملين في قطاع الخدمات الإنسانية للاحتراق النفسي، و من بين أهداف الدراسة تسليط الضوء على هذه الشريحة والمتمثلة لجزء هام جدا من أجزاء قطاع الخدمات الإنسانية، و كشف الغطاء عن مستوى معاناة هذه الشريحة، و مدى تعرضهم للاحتراق النفسي باختلاف أبعاده.

ويتمثل السؤال الأول للدراسة في الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الحاجات الخاصة باختلاف أنواع الفئات المتعاملة معهم (إعاقة سمعية، إعاقاة بصرية، إعاقاة عقلية)، و قد أظهرت النتائج أن هذه الفئة تعاني من احتراق نفسي عالي المستوى، حيث بلغت متوسطات درجات المعلمين (36.18) في بعد الإجهاد الانفعالي، و (12.08) في بعد تبدل المشاعر، و (20.76) في بعد نقص الشعور بالإنجاز، وبالمقارنة مع المقياس الأصلي، نجد أن الاحتراق النفسي يبلغ مراتبه العليا عند بلوغ الفرد لمستويات مرتفعة على البعدين الأول و الثاني، و مستوى منخفض على البعد الثالث، و بالمقارنة مع النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية، نستنتج أن معلمي ذوي الحاجات الخاصة يعانون من احتراق نفسي شديد.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بكون أن هذا القطاع يعاني من بعض التهميش إضافة إلى نقص الوسائل التعليمية الضرورية و اللازمة لتعليم و لخدمة هذه الشريحة، ضف إلى ذلك نقص التكوين المتخصص للمعلمين، ومن الملاحظ انعدام وجود مدارس عليا متخصصة في تخريج أساتذة هذا القطاع بشرائحه المختلفة و إعاقاته المتعددة.

ويوضح (بوسنة 2006م) بأن التكوين المتخصص و القاعدي و المستمر أثناء الخدمة لمعلمي ذوي الحاجات الخاصة أمر لا بد منه كما هو معمول به في البلدان المتقدمة، كما أن مختلف الدراسات تؤكد على وجوب تقديم تعليم جامعي متخصص لهؤلاء المعلمين لا تقل مدته عن 12 شهرا.

ففي الجزائر تم إحداث تكوين متخصص لمعلمي ذوي الحاجات الخاصة و ذلك تزامنا مع صدور القرار الوزاري الخاص بتنظيم التعليم المتخصص لذوي الإعاقات وهذا في شهر 10 أكتوبر 1982م (المنشور رقم 82/194) بالمعهد التكنولوجي للتعليم الأساسي، و استمر هذا التكوين القاعدي المختص مدة خمس سنوات ثم توقف بسبب عدم وجود محفزات مادية. (بوسنة 2006م).

هذا و قد جاءت نتائج دراسة البتال (1993م) – والتي كانت بصدد دراسة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي الإعاقات (العقلية، و البصرية، و السمعية) – معاكسة تماما لنتائج الدراسة الحالية، إذ توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن الاحتراق النفسي للمعلمين أخذ مستوى منخفضا،

ضف إلى ذلك نتائج دراسة كل من الدبابسة(1993م)، و السرطاوي(1997م)، و الكخن (1997م)، و الفرخ(2001م)، و الخرابشة و عربيات(2005م)، و التي توصلت إلى أن معلمي ذوي الحاجات الخاصة يعانون و بمستويات متوسطة من الاحتراق النفسي.

أما عن معرفة مستويات الاحتراق النفسي تبعا لاختلاف أنواع الإعاقة ، فقد توصلت الدراسة الحالية إلى وجود مستويات مرتفعة في بعدي الإجهاد الانفعالي و نقص الشعور بالإنجاز، و متوسطة في بعد تبدل المشاعر، وهذا بالنسبة لمعلمي الإعاقة العقلية، و الإعاقة البصرية، بينما كانت مستويات الأبعاد الثلاثة مرتفعة عند معلمي ذوي الإعاقات السمعية، وقد توافقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من الكخن(1997م)، و Gold (1987 م)، و التي أظهرت بأن معلمي ذوي الإعاقات السمعية أكثر احتراقا من غيرهم.

بينما اختلفت نتائج دراسة كل من الدبابسة(1993م)، و السرطاوي(1997م)، و القريوتي(1997م)، و حامد(1991م)، و فرح(2001م)، حيث يشير كل من فرح(2001م)، و حامد(1999م)، إلى أن معلمي ذوي الإعاقات العقلية أعلى مستوى من غيرهم في درجات الاحتراق النفسي، بينما تؤكد دراسة القريوتي(1997م)، أن الدرجات العليا للاحتراق النفسي كانت لصالح معلمي ذوي الإعاقات البصرية، وتشير دراسة الدبابسة(1993م)، إلى أن معلمي ذوي الإعاقات الحركية أكثر احتراقا من غيرهم.

وقد تعزى هذه النتيجة إلى أن طبيعة العمل مع تلاميذ الفئات الثلاثة أظهرت الاختلاف في مستويات الاحتراق النفسي للمعلمين، فارتفاع درجة الاحتراق النفسي لمعلمي التلاميذ ذوي الإعاقات السمعية قد يعزى إلى عوامل عدة، منها نقص الوسائل الضرورية، كذلك صعوبة التواصل خاصة مع صغار السن، إضافة إلى نقص الخبرة المهنية، و ضعف التكوين.

وعن إبراز الفروق بين مستوى الاحتراق و السن توصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية، و كانت الفروق لصالح ذوي الأعمار الكبيرة، و قد توافقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الزهراني(2008م) حيث أكدت على أن ذوي الأعمار الكبيرة أكثر عرضة للاحتراق النفسي مقارنة بغيرهم، بينما اختلفت نتائج دراسة Gold(1987م) عن نتائج الدراسة الحالية حيث اعتبرت أن ذوي الأعمار الصغيرة نسبيا أكثر تعرضا للاحتراق من غيرهم.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن كون الإنسان يتضاءل جهده تدريجا، و يتناقص مردوده المهني كلما تقدم في العمر، إضافة إلى تضائل قوته وتحمله لمشاق المهنة وتحمل صعوبات المهمة.

كما توصلت نتائج الدراسة الحالية إلى كون الإناث أكثر تعرضا للضغوط من الذكور، وهذا ما جاءت به نتائج دراسة كل من الخرابشة و عربيات(2005م) إلا أن هذه النتائج اختلفت مع نتائج دراسة كل من الدبابسة(1993م)، و الكخن(1997م)، و فرح(2001م)، على أن الذكور أكثر

تعرضا للاحتراق من الإناث، بينما تشير دراسة حامد(1999م) إلى انعدام وجود فروق بين الجنسين.

وقد تعود هذه النتيجة إلى كون الإناث أقل صلابة من الذكور من حيث مقاومة الصعاب و تحمل المشاق المهنية، إضافة إلى كون طبيعة العمل مع ذوي الحاجات الخاصة يتطلب صلابة نفسية والتي تمكن الفرد من تجاوز المحن المهنية، و التأقلم مع ظروف المهمة وبالتالي ضمان التعايش مع الواقع و التعود عليه قصد تجنب الضغوط المهنية.

إضافة إلى أن نتائج هذه الدراسة تشير إلى أن هناك فروق دالة إحصائياً لمتغير الحالة العائلية، و كانت الفروق لصالح المطلقين، وقد جاءت نتائج دراسة الزهراني(2008م) مخالفة لذلك حيث توصلت إلى أن الفروق كانت لصالح المتزوجين.

وقد نفت نتائج الدراسة الحالية لوجود فروق دالة إحصائياً في متغير المستوى العلمي، وهذا ما أكدته دراسة كل من حامد(1999م)، و فرح(2001م)، و الزهراني(2008م)، بينما خالفتها نتائج دراسة كل من الدبابسة(1993م)، و الكخن(1997م)، حيث توصلت إلى أن ذوي المؤهلات الجامعية أكثر احتراقاً من غيرهم.

وهذا يعني أن المؤهل العلمي لا يؤثر في درجة و مستوى التعرض للاحتراق، وإنما الواقع العام المهني هو نفسه لكل الأصناف العاملة مع ذوي الحاجات الخاصة.

أما عن الخبرة، فقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن ذوي الخبرات المهنية القصيرة أكثر تعرضاً للاحتراق من غيرهم، وهذا ما جاءت به نتائج دراسة كل من الدبابسة(1993م)، و السرطاوي(1997م)، و Gold(1987م)، و سنغر و بيلنجزلي(1996م)، و ميلر و براونيل و سميث(1999م)، بينما نفت دراسة فرح(2001م)، بوجود فرق دالة إحصائياً تعزى إلى الخبرة المهنية، كما أن الزهراني(2008م)، توصلت إلى وجود الفروق لصالح ذوي الخبرات المتوسطة.

وقد يعود تعرض ذوي الخبرات القصيرة إلى مستويات عليا من الاحتراق النفسي إلى عدم تأقلم هذه الفئة مع المهنة، ضف إلى ذلك نقص الوسائل و الإمكانيات المتاحة لتعليم ذوي الحاجات الخاصة، كما أن الواقع النظري غير الواقع العملي، و الذي يؤدي بالفرد إلى ما يسمى بـ (صدمة الواقع)، وذلك نتيجة الاختلاف الموجود بين البناء التصوري الذهني، و الوجود الواقعي، إلا أنه و مع مرور الوقت قد يتعايش الفرد و يتأقلم مع الواقع قصد تحسين المستوى، و تحصين الذات من الوقوع فريسة للضغوط، و بالتالي تجنب تعرضه للاحتراق النفسي، وذلك باكتسابه للآليات الدفاعية التي تجنبه للضغوط، وتؤهله للتعايش مع ظروفه المهنية الراهنة.

(8) خاتمة و توصيات:

تظهر في كثير من المهن لاسيما المهن ذات الطابع الإنساني والتعاوني معوقات وضغوط مختلفة تحول دون قيام الموظف بدوره المطلوب كما يتوقعه هو، ويتوقعه الآخرون، وتعتبر ظاهرة الاحتراق النفسي من أبرز المعوقات التي قد تظهر في مجال العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة.

ولما تقتضيه هذه المهنة من متطلبات مع فئات من الأشخاص غير العاديين، حيث يعد كل شخص حالة خاصة تتطلب نمطا خاصا من الخدمة والتعليم والتدريب والمساندة، بالإضافة إلى أن انخفاض قدرات الأشخاص المصابين بالإعاقة وتنوع مشكلاتهم وحدتها أحيانا قد يولد لدى العديد من العاملين معهم الشعور بالإحباط

وضعف الشعور بالإنجاز أو النجاح ، الأمر الذي من شأنه أن يولد لدى هؤلاء العاملين الشعور بالضغط النفسية والمهنية . وبالتالي الوصول إلى درجة الاحتراق النفسي والذي كان محور اهتمام العديد من المهن والباحثين.

وقد هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة و مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الحاجات الخاصة،

و كذلك معرفة إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي نتيجة لاختلاف: (الجنس، سنوات الخبرة المهنية - العمر - المستوى العلمي - الحالة العائلية) لدى عينة من معلمي ذوي الحاجات الخاصة، وقد قام الباحث باختيار (72) معلم و معلمة بطريقة عشوائية، حيث طبق عليهم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة، ثم تم إجراء بعض التحليلات الإحصائية (باستخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) ، والمتمثلة في: معامل الارتباط لمعرفة العلاقة بين بنود المقياس، و اختبار " ت " للكشف عن الفروق بين الجنسين في التعرض للاحتراق النفسي، وقد كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية ترجع لصالح الإناث، كما تم استخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه لمعرفة إن كانت هناك فروق في مستويات الاحتراق النفسي ترجع إلى اختلاف سنوات الخبرة المهنية، العمر ، والمستوى الدراسي، و الحالة العائلية.

و أسفرت نتائج التحليل على أنه:

1) توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين الفئات العمرية لعينة البحث في بعد نقص الشعور بالإنجاز، وكانت الفروق لصالح ذوي الأعمار الكبيرة والذين هم أكثر من خمسين سنة.

2) كما بينت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) ، نتيجة لتباين سنوات الخبرة .في بعد نقص الشعور بالإنجاز ، ويكشف اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، أن الفروق تعود لصالح ذوي الخبرات القصيرة و المتمثلة من 1 – 5 سنوات.

(3) كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في متوسطات درجات الاحتراق النفسي، لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، نتيجة لاختلاف الحالة العائلية، و باستخدام اختبار شيفيه للمقارنات البعدية، يتبين أن الفروق كانت لصالح المطلقين .

(4) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي، لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، نتيجة لاختلاف المؤهل التعليمي.

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

- ✓ - ضرورة الاهتمام بإعداد البرامج الإرشادية والتي من شأنها التخفيف من حدة الاحتراق النفسي.
- ✓ - توعية المعلمين بالاهتمام بتبني أساليب مواجهة فعالة تقيهم و تجنبهم التعرض للمواقف الضاغطة، و تساعدهم على التعامل مع المشكلات بطرق فعالة.
- ✓ - تحسين ظروف العمل و الاهتمام بالدورات التدريبية اللازمة لإعداد أطر مهنية كفئة، و متخصصة، و قدرة على التعامل مع مختلف أصناف الإعاقات.
- ✓ - توفير الأجهزة و الوسائل البيداغوجية المساعدة في أداء المعلم لأدواره التعليمية على أحسن وجه.
- ✓ - العمل على تحسين أوضاع المعلمين المادية و المعنوية و تفعيل نظام الحوافز المادية و فرص الترقية.
- ✓ - الاستفادة من نتائج البحوث العلمية قصد القضاء أو تجنب العراقيل و الأزمات المؤدية بالمعلم إلى درجة الاحتراق النفسي.
- ✓ - إقامة دورات و برامج إرشادية تخفف من وطأة الاحتراق، و تساعد العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة على تحقيق تكيف أفضل مع ظروف و صعوبات العمل.
- ✓ - الرفع من كفاءات المعلمين المهنية، و العلمية بما يتناسب مع التطور التكنولوجي المعاصر.
- ✓ - إنشاء مدارس عليا لتكوين أساتذة معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة باختلاف التخصصات، و أنواع الإعاقات.
- ✓ - الاستفادة من ذوي الخبرات في مجال تعليم ذوي الحاجات الخاصة قصد الإبداع في إنشاء برامج تعليمية هادفة و متطورة، في مجال التربية الخاصة .

الهوامش والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

- 1) إبراهيم أمين القريوتي و فريد مصطفى الخطيب (2006م)، الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين و ذوي الحاجات الخاصة بالأردن، مجلة كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، السنة الحادية و العشرون، عدد 23. 23، العدد الأول.
- 2) أمل الأحمدى (2001م) بحوث و دراسات في علم النفس، مؤسسة الرسالة، ط1 بيروت.
- 3) بدران منى محمد علي (1997م)، الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية و علاقته ببعض المتغيرات الشخصية، دراسة ميدانية، رسالة ماجستير غير منشورة بمعهد الدراسات و البحوث التربوية، جامعة القاهرة.
- 4) البتال زيد محمد (2000م)، الاحتراق النفسي و ضغوط العمل النفسية لدى مدرسي الألعاب الرياضية الجماعية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.
- 5) بوشيل و ايدمان و سكولا برنر، ترجمة كريمان يدير (2004م)، الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، عالم الكتب القاهرة.
- 6) بوحفص عبد الكريم (2003م)، الإحصاء المطبق في العلوم الاجتماعية و الإنسانية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
- 7) بوسنة محمود (2006م)، تحديات التكوين المعرفي و التربوي لمعلمي التعليم المختص بالمدارس العادية، ورقة بحث مقدمة في ملتقى تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة، المؤتمر الخامس حول معلمي ذوي الحاجات الخاصة في القرن الواحد و العشرين، ماي 2006 جامعة سطيف.
- 8) بوسنة محمود (2007م) ماذا عن علاقة الضغط المهني بالاحتراق النفسي؟ ورقة بحث مقدمة في ملتقى ضغوط الحياة، مخبر التطبيقات السيكلوجية، أيام 22 – 24 أبريل 2007 جامعة قسنطينة.
- 9) بوسنة محمود (2007م)، علم النفس القياسي، المبادئ الأساسية، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر.
- 10) تركي راجح (1984م)، مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر.
- 11) جابر عبد الحميد و علاء الدين كفاقي (1989م)، معجم علم النفس و الطب النفسي، الجزء الثاني، دار النهضة العربية، القاهرة.
- 12) الجريدة الرسمية الجزائرية (2002م)، عدد 14/34 مايو.
- 13) جمعة سيد يوسف (2004م)، إدارة ضغوط العمل، نموذج للتدريب و الممارسة، رؤية نفسية، ط1، إتيراك، القاهرة.
- 14) جمعة سيد يوسف (2006م)، إدارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا و البحوث، القاهرة.
- 15) جرادي التيجاني (2006م) مركز التحكم و الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة بقسم علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر.
- 16) الخراشة عمر محمد عبد الله و عربيات أحمد عبد الحليم (2005م)، الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية و الاجتماعية و الإنسانية، المجلد 17، العدد 2، يوليو.
- 17) زيدان إيمان محمد مصطفى (1998م)، مدى فاعلية كل من الإرشاد النفسي الموجه و غير الموجه في تخفيف حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمات، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات و البحوث التربوية، جامعة القاهرة.

- 18) الزهراني نوال (2008م)، الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير غير منشورة بكلية التربية، قسم الإرشاد النفسي، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- 19) الزيودي محمد حمزة (2007م)، مصادر الضغوط النفسية و الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، مجلد 23، العدد 2.
- 20) السمد وني السيد إبراهيم (1995م)، الاحتراق النفسي لمعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة و تبعاته، دراسة تنبؤيه في ضوء بعض المتغيرات الشخصية و المهنية، مجلة التربية المعاصرة، القاهرة.
- 21) عسكر علي و أحمد عباس عبد الله (1988م)، مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد 16، عدد 4، الكويت.
- 22) عبد القادر حليمي (1993م)، مدخل إلى الإحصاء، ط1 ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون الجزائر.
- 23) عبد الرحمان سيد سليمان (1995م)، سيكولوجية ذوي الحاجات الخاصة، المفهوم و الفئات، الجزء الأول، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- 24) عبد المطلب القريطين (1996م) سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة و تربيتهم، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 25) عسكر علي (2000م)، ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها، ط2، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- 26) العتيبي بندر (2003م)، الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في معاهد التربية الفكرية، دراسة مقارنة، مجلة كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض.
- 27) الفرحة عدنان (2001م)، الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الحاجات الخاصة في دولة قطر، مجلة دراسات الجامعة الأردنية، العدد 2، المجلد 28.
- 28) لازاروس ريتشارد ترجمة سيد محمد غنيم (1994م)، الشخصـــــــــــــــصية، ط4، دار الشروق، القاهرة.
- 29) منصور طلعت و البيلاوي فيولا (1989م)، قائمة الضغوط النفسية للمعلمين، دليل للتعرف على الصحة النفسية للمعلمين، كراسة التعليمات الأنجلو مصرية، القاهرة.
- 30) مقابلة نصر و سلامة كابد (1993م)، دراسة لظاهرة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين الأردنيين في ضوء عدد من المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، سوريا، مجلد 9، العدد 33.
- 31) مقابلة نصر يوسف (1996م)، العلاقة بين مركز الضبط و الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، مجلة علم النفس، عدد 39، السنة العاشرة، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- 32) الموسوي حسن (1998م)، الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية، المجلة التربوية، جامعة الكويت، العدد 47، المجلد 12.
- 33) مزباني فتيحة (2007م)، أثر مصادر الضغط المهني و استراتيجيات المقاومة و المعبرة الانفعالية و الدفاعية الانفعالية/العقلانية على الاحتراق النفسي عند إطارات الشرطة، أطروحة دكتوراه غير منشورة بقسم علم النفس العمل و التنظيم، جامعة الجزائر.
- 34) محمد جواد الخطيب (2007م)، الاحتراق النفسي و علاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثالث، الجودة في التعليم الفلسطيني، مدخل للتميز، 30 – 31 أكتوبر، الجامعة الإسلامية غزة.
- 35) نشوة كرم (2007م)، الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات، رسالة ماجستير غير منشورة بكلية التربية، تخصص صحة نفسية، جامعة الفيوم، القاهرة.

المراجع باللغة الأجنبية:

- 36) Copley; lose.(1990) work satisfaction and stress in the first and third year of appointment, journal of higher education, Vol 64 N 2.
- 37) Maslach C & Jackson S. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. Journal of Occupational Behavior. 2. 99-113.
- 38) Pines, A; Aronson, E (1983) combating burnout children and youth- services review,5.