



الاحترق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال في مدينة بغداد

م.د. جعفر جابر جواد

جامعة واسط /التربية الأساسية

ملخص البحث

استهدف البحث الحالي التعرف على الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال، وتكونت العينة من (١٠٠) معلمة، بواقع (٥٠) معلمة في رياض حكومية و(٥٠) معلمة من الرياض الاهلية.

وقد استخدم الباحث اداة معدة مسبقا من قبل احد المتخصصين بهذا المجال، ووضعت عدد من الفرضيات لتحقيق اهداف البحث.

اظهرت النتائج ان هناك احتراق نفسي لدى معلمات رياض الاطفال ، الا انه لم يكن هناك فرقا بدلالة احصائية وفقا لمتغير سنوات الخبرة ونوع الرياض والحالة الاجتماعية.

الفصل الأول

مشكلة البحث:

لا شك أن مربية رياض الأطفال تقوم بأدوار عديدة و تؤدي مهاماً كثيرة و متنوعة تتطلب مهارات فنية مختلفة يصعب تحديدها و تفصيلها ، فهي مسؤولة عن كل ما يتعلمه الطفل إلى جانب مهمة التوجيه حول نمو كل طفل من أطفالها في مرحلة حساسة من حياتهم ، و تبدأ هذه المرحلة بالتهيئة و تستمر بالتنفيذ و تنتهي بالتقويم و المراجعة كما أن للمعلمة دوراً رئيساً في تطوير العملية التربوية لأنها على تماس دائم مع الأطفال ، اذ إن دور معلمة الروضة لا يقتصر على التدريس و تلقين المعلومات للأطفال بل إن لها أدواراً ذات وجوه و خصائص متعددة ،فهي بديلة للأُم في التعامل مع أطفال تركوا أمهاتهم و منازلهم لأول مرة ووجدوا أنفسهم في بيئة جديدة و محيط غير مألوف لذا فإن مهمتها مساعدتهم على التكيف و الانسجام، كما أنها تتعامل مع أفراد يحتاجون إلى الكثير من



الصبر و الإمام بطرق التدريس الحديث ،فضلا عن ذلك فهي ممثلة لقيم المجتمع و عليها مهمة تنشئة الأطفال تنشئة اجتماعية مرتبطة بقيم و تقاليد المجتمع الذي يعيشون فيه و تستعمل الأساليب المناسبة ،وتمثل حلقة اتصال بين الروضة و المنزل فهي القادرة على اكتشاف خصائص الأطفال و الاقدر في حل المشكلات التي تعترض طريق أبنائهم في مسيرتهم التعليمية،ويقع على عاتقها حفظ النظام وتعويد الطفل على التزام الهدوء والاصغاء وان عملية الجمع ما بين انضباط الطفل و حريته و تشجع الطفل على التعبير الحر الخلاق في روح من حب الطاعة يشكل معضلة كبيرة للمعلمة، ومن خلال ما تقدم يتضح ان معلمة الرياض تتعرض الى ضغوط نفسية عدة تنقل كاهلها وتشعرها بالتعب ،فهي تقع تحت ضغوط كثيرة منها على سبيل المثال لا الحصر : كثرة الاعمال الادارية، المسؤولية الاضافية، وتدني الراتب، وتدني النظرة الاجتماعية بالإضافة إلى الاعباء الشخصية او العائلية مما يزيد من ضغوطها ومن ثم الوصول الى مرحلة الاحتراق النفسي. (عبد الله، ٢٠٠٣: ١٧١) فالإحتراق النفسي يرتبط بالمهن التي تجمع بين الإرهاق والمثالية، فيُصيب بالدرجة الأولى، الأطباء والمدرسين ورجال الأمن والمدراء والمعلمين عموما.(باوية، ٢٠١٢، ٣١٨)

وبما ان الاحتراق النفسي له مجموعة من الآثار السلبية على شخصية الفرد، فان معلمة الرياض تتعرض الى العديد من المشكلات النفسية ،مما يترتب عليها قلة انتاج المعلمة وربما انسحابها من عملها بل من الحياة كلها ، فقد تترك العمل او تتقاعد بصورة مبكرة ، وفي حالة استمرارها بالعمل فانه يتضح النمطية بالعمل وضعف الدافعية ونقص القدرة على التكيف مع ما يحيط بها من احداث فيقل اهتمامها بالبعد الانساني في التعامل وقد يؤدي هذا الى امتداد أثره الى الطفل والروضة والى العملية التعليمية ككل.

لذا يمكن ان تتضح مشكلة البحث من تلك الآثار الخطيرة للاحتراق النفسي لدى بعض الملمات وما يعانون من ضغوط بشكل واضح من خلال بعض سلوكياتهن وهذا ماقد يؤدي الى زيادة احتمال معاناتهن من الاحتراق النفسي هذا من ناحية ومن ناحية أخرى يمثل الاحتراق النفسي أعلى مستويات الضغوط النفسية ومن ثم فإنه قد يؤثر في علاقات المعلمة الاجتماعية وتفاعلاتها مع زميلاتها في العمل ومع الاصدقاء والجيران بل قد يمتد الى الاسرة مما يؤدي الى فقدان المعلمة التواصل الوجداني مع الآخرين ومن ثم يكون سبباً في اضطراب الصحة النفسية للمعلمة، وان الاحتراق النفسي يؤدي



الى مجموعة من الاضطرابات البدنية والاعراض النفسية كالقلق وعدم الاتزان النفسي بل في أقصى حالاته قد يؤدي الى الانتحار. (الشرنوبي، ٢٠٠١: ٢٧٢)

و بذلك تتضح مشكلة البحث الحالي بخطر الاثار المترتبة عن الاحتراق النفسي ،

ومن هنا فان مشكلة البحث الحالي يمكن ان تتحدد بالإجابة عن السؤال الآتي:

هل تعاني معلمات رياض الاطفال من الاحتراق النفسي ؟

أهمية البحث:

لقد اهتم الفلاسفة والمفكرون على اختلاف انتماءاتهم القومية والفكرية بتربية الاطفال، واعتبروها دعامة للتربية اللاحقة، وقد ازداد ذلك الاهتمام في العصر الحديث، اذ كثرت الدراسات حول الطفل، وحول افضل الطرق في تعليمه، وقد تنوعت اتجاهات المربين والمفكرين واختلفت التطبيقات في المجتمعات حتى اصبح لهذا الموضوع علماء والمتخصصون فيه.

(المثاني، ١٩٨٥، ٥٤)

لذلك سعت غالبية المجتمعات الإنسانية إلى العناية والاهتمام بتربية الأبناء، من أجل تطوير قابليتهم وإمكانياتهم العقلية والانفعالية والحركية والاجتماعية ، لتحقيق النهضة الإنسانية المتكاملة المتمتعة بالصحة النفسية والسلامة الذهنية.

وأولت هذا الدور إلى المعلم الذي يبذل قصارى جهده من أجل نجاح عملية التعلم، ومما لاشك فيه ان المعلم يعد ركنا من أركان العملية التعليمية ، ولاسيما في الروضة المتمثل في المعلمة التي تعدّ حجر الزاوية في هذه العملية والبديل الحقيقي عن الوالدين في المنزل التي يقع على عاتقها مسؤولية رعاية الاطفال لإيصالهم الى تحقيق المعرفة وتكوين اتجاهات طيبة نحو الروضة ونحو انفسهم ونحو بقية المراحل التعليمية فيما بعد، إذ ان اتجاه المعلمة نحو عملها ورضاها عن هذا العمل يؤدي الى تكوين الدافعية لديها والرغبة في العمل وانجاز مهماتها.



كما ان تحقيق الاهداف المنشودة لرياض الاطفال يتوقف في المقام الاول على المعلمة التي يلقي عليها مسؤولية تربية اطفال الفئة العمرية من ٣-٦ سنوات ومن ثم يبرز الدور الذي تقوم به متمثلاً بالظروف المناسبة لتحقيق جوانب النمو المختلفة للطفل ،كما تسعى لإثارة دافعيته للتعلم وتشجعه لاكتساب الخبرات ذاتياً وتساعد على اكتساب المهارات الاساسية المساعدة له على التعلم،اذ ان مهمة التعليم في رياض الاطفال هامة ذات مسؤولية كبيرة .

(خليفة ، ٢٠٠٣ ، ٢٣)

ان معلمة الروضة تؤدي دوراً فعالاً في تنمية شخصية الطفل ولا يقل هذا الدور أهمية عما يؤديه المنزل والبيئة الثقافية للطفل في تنمية شخصيته وتكاملها، فالأطفال يقضون الوقت الأكبر مع معلماتهم في الروضة أكثر من الوقت الذي يقضونه مع آبائهم في المنزل وأن نجاح المعلمة يتوقف على عوامل عديدة منها كفاءتها وثقتها بنفسها وإيمانها بالدور المناط بها وكذلك مدى قدرتها على التفاعل مع الاطفال والتأقلم مع بيئة العمل لتحقيق النجاح الذي تشده، ولا يتحقق هذا كله الا من خلال معلمة مؤمنة بواجباتها وحاملة لاتجاهات ايجابية نحو عملها، فالعمل في رياض الاطفال مهنة في غاية الحساسية وتحتاج الى خصائص شخصية وتدريب معين ودقيق، وأن معلمة رياض الاطفال تشارك مع الأسرة بشكل كبير في بناء القاعدة النفسية والمعرفية الاساسية للطفل ولا يستطيع أحد إنكار أهمية الخبرات التي يمر بها الانسان في مرحلة الطفولة المبكرة وأثرها في حياته المستقبلية فهو في هذه المرحلة يكون سريع التأثر فيما يحيط به لذلك فرعايته في هذه المرحلة لها أهمية كبيرة ،كما ان لمعلمة الروضة في العملية التعليمية دور حاسم في مدى فعالية عملية التعلم وهي ركن رئيس يتوقف عليه نجاح العملية التعليمية في تحقيق أهدافها الموضوعة، ولما كانت معلمة الروضة تبذل جهداً متميزاً وشاقاً في التعامل مع الاطفال، نجدها تعاني كثيراً من ضغوط الحياة فضلاً عن ضغوط العمل اذ ان مهنة التعليم من المهن التي تتطلب ممن يعمل بها ان تكون لديه القدرة الكبيرة على التوافق مع مسؤوليتها ومواجهة ضغوطها ومن الصعب عليه ان ينجز عمله اذا كان متوتراً وغير راضٍ عن اسلوب حياته في العمل كما ان المعلمة لا يمكن ان تقوم بدورها في بناء شخصية متميزة للطفل الا اذا توافرت لديها الرغبة الاكيدة في القيام بها ولاشك ان هذه الرغبة تختلف من معلمة الى اخرى. (علي، ٢٠٠٨ : ١٨)



وأشار كوالسكي (Kawalski, 2000) الى ان المدرسين والمعلمين هم اعلى الافراد من حيث درجة الضغوط التي يتعرضون لها ،بل تزداد مستويات هذه الضغوط لدى بعض المراحل منهم أكثر من مراحل اخرى(قاسم، ٢٠٠٠: ١٣)

لقد اشارت بريغتا كنيل الى ان ضحايا الاحتراق هم من الاشخاص الذين يبذلون قصارى جهدهم ولديهم شعور متميز بالمسؤولية ويطالبون انفسهم والمحيطين بهم بالكثير ، لكن لا يلبث هذا المخزون العاطفي ان يتضاءل تدريجيا ، وتأخذ الحالة النفسية والجسدية بالتدهور ،حتى ينضب معينها ويصاب صاحبها بالاحباط والعجز الكامل ويفقد الشعور بمتعة الحياة، فيعزفون عن النوم وينحدر من سلبية الى اخرى، ويشير عدد من الباحثين الى ان الاحتراق النفسي المرحلة النهائية المتقدمة في عملية الاجهاد والاستنزاف البدني النفسي ، وتصاحبه اعراض كثيرة منها الاحباط والانكسار والكأبة والقلق والتوتر الشديد والارق الدائم والتي من شأنها تهيئة النفس والجسم للدخول في مرحلة الاحتراق النفسي، ويصبح التفكير والفهم والادراك في ادنى مستوياته فتكون هناك صعوبة في حل المشكلات واتخاذ القرارات، اما الحالة البدنية فتصاب بحالة انهك رهيبه لاتمكن صاحبها من اداء اي عمل، واذا استمر الحال دون علاج يدخل المريض في حالة اضطرابات نفسية عدة منها منها اضطراب مابعد الصدمة والاكتئاب، وان الفئات الاكثر عرضة لهذا المرض هم الشخصيات من النمط (أ) والتي تتسم بانها منظمة ودقيقة جدا في عملها، وتفعل كل شيء بنفسها لانها لاتثق بالآخرين، ويأتي في مقدمة هؤلاء اساتذة الجامعة والمعلمون والذين هم اكثر عرضة للضغوط النفسية. (عرفات ، ٢٠٠٧: ١٢)

ان علاقة المعلم بالاطفال وعلاقته بزملائه والصراعات المدرسية وعلاقة المعلم بالادارة والاعباء الادارية وضيق الوقت وغياب التفاهم بين المعلم والادارة وأولياء الامور تعد مصادر اساسية للضغوط المسببة للاحتراق النفسي، فقد اشارت عدد من الدراسات الى ان عدم احترام المعلم وعدم الانتباه له أثناء التعليم وقلة الدافعية وبذل الجهد وتدني في التحصيل يدخل من ضمن العوامل المسببة للاحتراق النفسي ،هذا ويترك الاحتراق النفسي آثاراً سلبية في المعلمين وفي صحتهم الجسمية والنفسية والاجتماعية فمن الناحية الجسمية يزيد الاحتراق النفسي من شعور المعلم بالمرض والتوتر وارتفاع ضغط الدم والصراع المستمر واضطرابات النوم والتهاب المفاصل، ومن الناحية النفسية يؤدي الى تدني مفهوم الذات والشعور باليأس والتعاسة وانخفاض الثقة بالنفس والشعور بالحزن والعجز



والاكتئاب وفقدان روح الدعابة وحدة الطبع وإهمال الأولويات الشخصية، علاوة على انعكاس آثار الاحتراق النفسي سلباً في العملية التربوية بشكل كلي، إذ إن تكرار غياب المعلمة وقلة التزامها بالعمل وتركها للمهنة والتقاعد المبكر وعدم الاحساس بالقيمة الاجتماعية لمهنة التعليم الذي غالباً مايؤدي الى تدهور في الأداء وهذا ينعكس على العملية التربوية ومن ثم فإن هذا التغير يقود الى الحاجة لمعلمين بدلاء والذي يكون على حساب النوعية، الأمر الذي ينعكس على المجتمع ككل. (الفريجات، ٢٠٠٩: ٦)

ومن هنا تبرز اهمية البحث الحالي من طبيعة وخطورة الاحتراق النفسي بما يتركه من اثار وابعاد نفسية تنعكس سلباً على معلمة الرياض عموماً، إذ تشكل نتائجه عنواً لمعلمات رياض الاطفال في تجنب الاسباب المؤدية الى الاحتراق النفسي قدر الامكان، والتصدي لها عند وقوعها والتعامل معها بفاعلية ولفت نظر القائمين على العملية التربوية لهذه الفئة من المعلمات لمساعدتهن في تلافي وقوعهن فريسة للاحتراق النفسي.

يمكن ايجاز اهمية البحث الحالي بالنقاط الاتية:-

١- ان معلمة الروضة تؤدي دوراً فعالاً في تنمية شخصية الطفل، وان اضطراب حالتها النفسية (الاحتراق النفسي) يؤثر على اداء عملها

٢- علاقة المعلم بالادارة والاعباء الادارية وضيق الوقت وغياب التفاهم بين المعلم والادارة واولياء الامور تعد مصادر اساسية للضغوط المسببة للاحتراق النفسي

٣- طبيعة وخطورة الاحتراق النفسي بما يتركه من اثار وابعاد نفسية تنعكس سلباً على معلمة الرياض عموماً.



أهداف البحث وفرضياته:

يهدف البحث الحالي معرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال وفقا لنوع الرياض وسنوات الخبرة.

وتتحقق الأهداف أعلاه عن طريق الفرضيات الآتية:

١- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي للعينة على مقياس الاحتراق النفسي والمتوسط الفرضي.

٢- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة، غيرمتزوجة).

٣- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً للحالة لسنوات الخبرة

٤- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال الحكومية والاهلية.



أهداف البحث وفرضياته:

يهدف البحث الحالي معرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال وفقا لنوع الرياض وسنوات الخبرة.

وتتحقق الأهداف أعلاه عن طريق الفرضيات الآتية:

٤- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي للعينة على مقياس الاحتراق النفسي والمتوسط الفرضي.

٥- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً للحالة الاجتماعية (متزوجة، غيرمتزوجة).

٦- لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً للحالة لسنوات الخبرة

٤ - لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال الحكومية والاهلية.

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بعينة من معلمات رياض الاطفال في الرياض الحكومية والاهلية في مدينة بغداد /الكرخ للعام الدراسي ٢٠١٣/٢٠١٤ .



تحديد المصطلحات :

أولاً: الاحتراق النفسي عرفه كلٌّ من:

عرف ماسلاك الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الاجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبليد الشخصي، والاحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني

(مجيد، ٢٠١٢) <http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=306929>

- الرشدان (١٩٩٥):

"هو استنزاف للطاقة النفسية المخزونة لدى الفرد يؤدي به الى حالة من عدم التوازن النفسي (الاضطراب) التي تظهر نتيجة للضغوط النفسية الشديدة التي تسببها اعباء العمل ومتطلباته مما تنعكس آثارها سلباً بشكل مباشر على العملاء وعلى المؤسسة التي يعمل فيها الفرد. (الرشدان، ١٩٩٥: ٢٤)

- أبو الخير وجمال (٢٠٠١):

"هو حالة شعورية ذات تأثير سلبي في الجانب الانفعالي والذهني والبدني كرد فعل للضغوط الزائدة في العمل والتي تفوق قدرات الفرد نتيجة لاسباب مهنية وشخصية واجتماعية واقتصادية يترتب عليها خفض مستوى الاداء واللامبالاة وعدم الرضا الوظيفي. (ابو الخير وجمال، ٢٠٠١: ٤٩١)

ويعرفه الباحث على انه:- حالة من الضغط النفسي ناتجة عن الاجهاد والرغبة بتقديم الافضل تسببها اعباء العمل ومتطلباته.

أما التعريف الاجرائي للاحتراق النفسي: ((الدرجة الكلية التي تحصل عليها المعلومات من خلال الاجابة عن فقرات مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في هذا البحث)).



ثانياً: معلمة الروضة "عرفها كل من:

- بدر (٢٠٠٩): "عصب العملية التربوية التعليمية في الروضة فعلى عاتقها يقع العبء الأكبر في تحقيق رسالة الروضة ونجاح المعلمة في مهنتها في هذه المرحلة المهمة والصعبة والحرجة من حياة الطفل يعد نجاحاً للروضة في تحقيق أهدافها". (بدر، ٢٠٠٩: ٢٨٥)

ثالثاً: رياض الاطفال:

- رياض الاطفال الاهلية (١٩٨٦):

"هي التي يقوم بتأسيسها الاشخاص المعينون كالتقابات والاتحادات والجمعيات والمؤسسات الخيرية والثقافية والمهنية المعترف بها رسمياً كذلك الاشخاص الطبيعيون". (وزارة التربية، ١٩٨٦: ٣٩)

- رياض الاطفال الحكومية (١٩٩٤):

"مرحلة تكون ما قبل المدرسة الابتدائية يُقبل فيها الطفل الذي يكمل الرابعة من عمره أو من سيكملها في نهاية السنة الميلادية ولا يتجاوز السنة السادسة من العمر وتنقسم على قسمين مرحلة الروضة ومرحلة التمهيدي وترمي الى تمكين الاطفال على النمو السليم وتطوير شخصياتهم من جوانبها الجسمية والعقلية بما فيها النواحي الوجدانية والخلقية وفقاً لحاجاتهم وخصائصهم ليكون في ذلك اساس صالح لنشأتهم نشأة صحيحة وسليمة والتحاقهم بمرحلة التعليم الابتدائي". (وزارة التربية، ١٩٩٤: ٢٧)



الفصل الثاني

((خلفية نظرية ودراسات سابقة))

أولا//الادبيات السابقة

الاحتراق النفسي (Burnout):

يعد هيريت فريدنبرجر Herbert Freudenberger المحلل النفسي الأمريكي أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي burnout الى حيز الاستعمال الأكاديمي وذلك عام ١٩٧٤م عندما كتب دراسة أعدها لدورية متخصصة Journal of Social Issues وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته وعلاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك <http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=306929> (مجيد، ٢٠١٢)

تعدّ ظاهرة الاحتراق النفسي من المشكلات الرئيسة التي يعاني منها المعلمون في أثناء أدائهم لواجبهم المهني مما قد يكون الاثر السلبي في حياتهم النفسية والاجتماعية والاكاديمية. (الخطيب، ٢٠٠٧: ٩).

كما يشير الاحتراق النفسي الى مجموعة من الأعراض البدنية العاطفية والعقلية المرتبطة بالطاقة الحيوية للفرد وأدائه في الأعمال التي يقوم بها وهذه المجموعة لها علاقة سلبية بمفهوم الذات والاتجاهات نحو العمل وفقدان الثقة بالنفس وفقدان الشعور بالمسؤولية تجاه الآخرين. (عثمان، ٢٠٠١: ١٨). وينظر الى الاحتراق النفسي بشكل عام على أنه استنفاد تدريجي للرضا الوظيفي وللحماس ولتحقيق الهدف وتزايد الشعور من جانب المعلم نتيجة شعوره بعدم الأهمية للنتائج وشعوره بأنه لايلقى من التقدير المادي والمعنوي مايتناسب مع الجهد المبذول(علي، ٢٠٠٨: ٣١).

مصطلح الاحتراق النفسي كما يسميه بعض الدارسين فهو يرتبط بالنار كما جاء في معجم الوسيط حَرَقَ، يَحْرِقُ، حَرَقاً، ورُيدَ بالآلف والتاء فأصبح إحترق ويقال أحرقت النار الشيء أي أحرقتة وأهلكته، ويؤيد ذلك المعنى أبو الفضل بن منظور في لسان العرب فذكر أن الحرق بالتحريك أي النار والتحرق أي تأثيرها في الشيء وكذلك قول المجامع في نهار رمضان ((احترقت)) أي هلكت. (ابن منظور مادة



حرق)، (١٩٥٦: ٤٢). وعادة ما يكون هناك لبس وغموض عن مفهوم الاحتراق النفسي وارتباطه بالضغوط النفسية نتيجة التداخل في التعريف بين المصطلحين. وقد فرق نيوهاوس Niehouse بينهما ففني ثـ لاث خصـ نائص:

١. يحدث الاحتراق النفسي من ضغوط العمل النفسية نتيجة تضارب الأدوار وازدياد حجم العمل
٢. يحدث الاحتراق لهؤلاء الذين عادة ما يتبنون رؤية مثالية لأداء الأعمال والاضطلاع بالمسؤوليات المهنية.

٣. يرتبط الاحتراق عادة بالمهام التي يتعذر على الشخص تحقيقها.
ويرى باحثون آخرون أن الاحتراق النفسي هو المحصلة النهائية أو المرحلة المأساوية المتطرفة للضغوط ، أي ان الاحتراق هو عرض من أعراض الضغوط النفسية.
ويحدث الاحتراق النفسي عندما لا يكون هناك توافق بين طبيعة العمل وطبيعة الانسان الذي ينخرط في أداء ذلك العمل. وكلما زاد التباين بين هاتين البيئتين زاد الاحتراق النفسي الذي يواجهه الموظف في مكان عمله. وأشارت ماسلاك الى أن جذور وأساس الاحتراق النفسي يكمن في مجموعة عوامل تتركز في الظروف الاقتصادية والتطورات التكنولوجية والفلسفة الادارية لتنظيم العمل. وقد حدد (ماسلاك وليتر) مجموعة عوامل تنظيمية مؤسسية تؤدي الى الاحتراق النفسي لدى الموظفين والعاملين في بعض الشركات والمؤسسات والهيئات على النحو الاتي:

١. ضغط العمل.. يشعر الموظف بأن لديه أعباء كثيرة مناهة به ، وعليه تحقيقها في مدة قصيرة جدا ومن خلال مصادر محدودة وشحيحة، وكثير من المؤسسات والشركات سعت في العقود الماضية الى الترشيح من خلال الاستغناء عن أعداد كبيرة من الموظفين والعمالة، مع زيادة الأعباء الوظيفية على الأشخاص الباقين في العمل، ومطالبتهم بتحسين أدائهم وزيادة انتاجيتهم.
٢. محدودية صلاحيات العمل.. إن احد المؤشرات التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي هو عدم وجود صلاحيات لاتخاذ قرارات لحل مشكلات العمل.. وتتأتى هذه الوضعية من خلال وجود سياسات وأنظمة صارمة لا تعطي مساحة من حرية التصرف واتخاذ الاجراء المناسب من قبل الموظف.
٣. قلة التعزيز الإيجابي.. عندما يبذل الموظف جهدا كبيرا في العمل وما يستلزم ذلك من ساعات اضافية وأعمال ابداعية دون مقابل مادي او معنوي يكون ذلك مؤشرا آخر عن المعاناة والاحتراق الذي يعيشه الموظف.

٤. انعدام الاجتماعية.. يحتاج الموظف احيانا الى مشاركة الآخرين في بعض المهوم والأفراح والتفيس، لكن بعض الأعمال تتطلب فصلا فيزيقيا في المكان وعزلة اجتماعية عن الآخرين، حيث يكون التعامل



أكثر مع الأجهزة والحاسبات وداخل المختبرات والمكاتب المغلقة.
٥. عدم الانصاف والعدل .. يتم احيانا تحميل الموظف مسؤوليات لا يكون في مقدوره تحملها. وعند إخلاله بها يتم محاسبته. وقد يكون القصور في أداء العمل ليس تقاعسا من الموظف، ولكن بسبب رداءة الأجهزة وتواضع امكانياتها ومحدودية برامجها ، اضافة الى امكانية عدم وجود كفاءات فنية مقتدرة لأداء الواجب المطلوب.

٦. صراع القيم.. يكون الموظف احيانا امام خيارات صعبة ، فقد يتطلب منه العمل القيام بشيء ما والاضطلاع بدور ما ولا يكون ذلك متوافقا مع قيمه ومبادئه. فمثلا قد يضطر عامل المبيعات أن يكذب من أجل أن يمرر منتجا على عميل، او غير ذلك من الظروف والملابسات. وتكثر أعراض الاحتراق النفسي في اوساط المهن التي يكون فيها التعامل مع الجمهور، والتي عادة تتطلب مواجهة مباشرة او استيعابا دقيقا لآراء واتجاهات الناس، والتي تعد محكا أساسيا في تقييم أعمال المشتغلين بتلك المهن.

<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=306929>

فيشير الأشول في موسوعته في التربية الخاصة ان مفهوم (الاحتراق) يعني عدم التكيف في العمل ويشير الى ان الفرد يتوهم بأن عمله شيء مؤذٍ وغير مُشبع له فيصبح الفرد في الغالب متعباً متبرماً من ذلك العمل ويكون في الغالب تغيير نوعية العمل هي مقصدهُ اللاشعوري. (الأشول، ١٩٨٧: ١٥١). كما يؤيد ذلك المعنى في معجم علم النفس والطب النفسي جابر عبد الحميد وعلاء الدين الكفافي (١٩٨٩) إذ يريان ان مصطلح (الاحتراق) يشير للاستنفاد والفشل في الحياة المهنية خاصة وحية الفرد عامة كما انه يطلق على مَنْ يعمل تحت مستوى عالي من الضغوط. (جابر، وكفافي، ١٩٨٩: ٤٩٤). كما أضاف جابر والكفافي (١٩٨٩) ان مصطلح الانهالك يقابل في الانكليزية (Exhaustion) ويعني التعب والنقص العام في الاستجابة ونضوب الطاقة نتيجة تكرار فعل معين، أما مصطلح الاحتراق النفسي فيعني استنفاد الطاقة نتيجة التعرض للضغوط الزائدة، إذ ذكر كونسيني وآخرون (1996) ان الاحتراق النفسي عبارة عن وصف لحالة تنتج عن زيادة مطالب العمل وعدم المساندة وعدم القدرة على الوفاء بالمطالب الموكلة للفرد وكذلك انخفاض مستوى العمل عن قدرات العامل وسوء توظيف القدرات مما ينجم عنه اضطرابات نفسية مما يترتب عليه عدم جودة الأداء



والتغيب عن العمل والإعياء العاطفي والاضطرابات السايكوسوماتية وتبلد المشاعر ويمكن ان ينتج عن اسباب بيئية أو شخصية. (جابر، والكفافي، ١٩٩٠، ١٢٠٤).

ان مفهوم الاحتراق النفسي أقرب الى الاحتراق النفسي منه الى الانهك النفسي حسبما ذكر في موضوعات علم النفس والتحليل النفسي فيشير لما يجده الفرد من التعب والاجهاد الكبير الذي ينتج عن زيادة متطلبات العمل عما يمتلك الفرد من قدرات وعدم مساندته للتغلب عليها الامر الذي يؤدي للاضطرابات النفسية المختلفة وتركه العمل بل قد لا يقتصر الامر على ذلك فيمتد الى من حوله سواء كان في العمل او في المنزل وبذلك فهو ينتج من مصادر مهنية واجتماعية أسرية وكذلك من مصادر شخصية، كما ينظر الى الاحتراق النفسي عند المعلمين على انه أعراض ناتجة عن الضغوط الجسدية والانفعالية المتصلة التي يواجهها المعلم وأكثر هذه الاعراض شيوعاً هو ما اقترحه ماسلاش وجاكسون وهذه الاعراض هي الانهك النفسي والانفعالي وتبلد المشاعر ونقص في انجازات الشخصية. (مقابلة، ١٩٩٦: ٦٣).

والاحتراق النفسي عبارة عن ظاهرة نفسية يتعرض لها المهنيون نتيجة عدم قدرتهم على التكيف مع ضغوط العمل مما يؤدي الى شعورهم بعدم القدرة على حل المشكلات ومن ثم فقدان الاهتمام بالعمل والشعور بالتوتر في أثناء أدائه. (البدوي، ٢٠٠٣: ٣).

الضغوط النفسية والاحتراق النفسي

هنالك شيء من اللبس والغموض يكتنف الكتابات التي تطرقت إلى موضوع الاحتراق النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية ويمكن أن يعزى ذلك إلى التداخل في تعريف المصطلحين.

لقد تناول نيهاموس هذا الموضوع وميز بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي ملاحظاً أن الاحتراق النفسي هو انعكاس للضغوط النفسية الذي لا يقتصر عليها دون سواها، ومن ابرز الخصائص المميزة للاحتراق النفسي التي توصل لها نيهاموس هي :

أولاً: أن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لضغوط العمل النفسية المتمثلة في تضارب الأدوار وغموضها وازدياد حجم العمل وظروف العمل وأحواله التي تنطوي على بعض المخاطر.

ثانياً: أن الاحتراق النفسي يحدث في معظم الأحيان لدى الاشخاص الذين يلتحقون بالمهنة بروية مثالية مؤداها أنهم لابد أن ينجحوا في مهنتهم

ثالثاً: هنالك صلة وثيقة وعلاقة تناسبية متبادلة بين الاحتراق النفسي والسعي إلى تحقيق المهام التي



يتعذر تحقيقها.

وقد رأى الكثير من الباحثين ان هناك علاقة متبادلة وثيقة بين المصطلحين على الرغم من عدم تطابقهما فقد ذكر فاربر ان الضغوط النفسية يمكن ان تكون ايجابية او سلبية وبالمقابل فان الاحتراق النفسي يكون دائما وابدأ سلبياً كذلك يرى فاربر أن الاحتراق النفسي في أحوال كثيرة لا يكون نتيجة للضغوط النفسية المحضة أي لمجرد حدوث الضغوط النفسية وإنما يكون نتيجة للضغوط النفسية التي لا تحظى بالاهتمام ولا تجد المساندة الضرورية على الوجه الذي يؤدي الى تلطيف آثارها والحد من مضاعفاتها .

<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=306929>

ثانياً// دراسات سابقة

١-دراسة كودارد (Godard, 2006):

"بيئة العمل تسهم في بداية الاحتراق النفسي للمعلم".

قامت هذه الدراسة بالبحث في محيط بيئة العمل التعليمية التي توضح التباين الحادث في درجات الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين خريجي جامعة بريسين باستراليا وذلك بعد عامين من العمل في حقل التعليم استخدم في هذه الدراسة منهجية الدراسة الطولية (٧٩) معلماً وكانوا قد اجابوا على فقرات مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي لمدة (٤ مرات) خلال عامين وذلك في بداية عملهم وبعد ستة اسابيع من العمل كمعلمين وفي بداية السنة الثانية واخيراً في نهاية السنة الثانية من اشتغالهم بالمهنة.

وقد استخدم في هذه الدراسة ايضاً مقياس بيئة العمل ومقياس سمات الشخصية وقد أجاب عنهم المفحوصين ايضاً في كل مرة من مرات التطبيق.

اهم النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة الى ان بيئة العمل تساهم بشكل كبير واساسي في حدوث الاحتراق النفسي للمعلمين وذلك بمستوياته الثلاثة الموجودة في مقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسي. (Godard, 1992: 48-76)



"أثر الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي والمهني على الصحة النفسية".

استهدفت الدراسة الكشف عن تأثير الذكاء الإنفعالي والاحتراق النفسي والمهني على الصحة النفسية والجسدية وتألفت عينة الدراسة من (٢٥٠) معلماً اختيروا من المدارس الابتدائية في طهران واستعمل الباحث ادوات عدة للقياس منها مقياس الذكاء الوجداني (EIS) ومقياس الاحتراق النفسي واستبانة الضغط المهني (TOSQ) وقائمة الصحة العقلية (MHI) ويعد جمع البيانات وتحليلها إحصائياً بإستعمال الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعاملات الارتباط أظهرت النتائج بأن الذكاء الوجداني والاحتراق النفسي والمهني فسر بأن مايقارب ٣٤.٩% من الصحة العقلية و ٣٥.٥% الصحة الجسدية، اي ان العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط المهنية علاقة ذات أهمية لدى عينة الدراسة وقد كشفت الدراسة بأن المعلمين من ذوي المستوى المرتفع من الانفعال الوجداني يتمتعون بصحة عقلية أفضل من زملائهم من ذوي المستوى المنخفض من الذكاء الوجداني. (Mohammad Ali, 2009: 219-226)

مناقشة الدراسات السابقة

مناقشة: لقد اكدت الدراسات السابقة على قضية الاحتراق النفسي، استخدمت دراسة كودارد ومقياس ماسلاش للاحتراق النفسي و مقياس بيئة العمل ومقياس سمات الشخصية في حين استعملت دراسة محمد علي ادوات عدة للقياس منها مقياس الذكاء الوجداني (EIS) ومقياس الاحتراق النفسي واستبانة الضغط المهني (TOSQ) وقائمة الصحة العقلية (MHI) وظهرت نتائج دراسو كودارد التي توصلت اليها هذه الدراسة الى ان بيئة العمل تساهم بشكل كبير واساسي في حدوث الاحتراق النفسي للمعلمين، في حين بينت دراسة محمد علي بأن المعلمين من ذوي المستوى المرتفع من الانفعال الوجداني يتمتعون بصحة عقلية أفضل من زملائهم من ذوي المستوى المنخفض من الذكاء الوجداني



ثانياً: إجراءات البحث:

أولاً: مجتمع البحث:

أقتصر البحث الحالي على معلمات رياض الاطفال في مدينة بغداد/الكرخ وكما في جدول

(١) .

جدول (١)

عدد الرياض واعداد المعلمات في الرياض الحكومية والاهلية

عدد الرياض الاهلية		عدد الرياض الحكومية		
اعداد المعلمات	عدد الرياض	اعداد المعلمات	عدد الرياض	
١٥٥	٢٥	٢٨٥	٣١	الكرخ/١
٧	٧	٣٠٤	٣٠	الكرخ/٢
١٧٨	٢٢	١٩٥	١٧	الكرخ/٣
٣٤٠	٥٤	٧٨٤	٧٨	المجموع



ثانية عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث عشوائياً من مجتمع البحث إذ بلغت (١٠٠) معلمة من (١٠) مدرسة، بواقع (٥٠) معلمة من الرياض الحكومية ، و (٥٠) معلمة من الرياض الأهلية .

- أداة البحث :

لتحقيق أهداف البحث الحالي استندت الباحثة إلى مقياس الاحتراق النفسي المعد من قبل ضحى بدر مفتن اللامي

التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية لغرض التعرف على مدى وضوح فقرات المقياس وتطبيقه على روستين من رياض الكرخ وكان الاختيار عشوائياً، وتطبق المقياس على عينة بلغ قوامها (١٠) معلمات وذلك بعد أن أوضح الباحث لهن بأن اجاباتهم هي لأغراض البحث العلمي فقط. وبعد إجراء التجربة الاستطلاعية ومراجعة الاجابات اتضح ان فقرات المقياس جميعها واضحة وسهلة الاجابة.

صدق الفقرات:

تم استخراج الصدق الظاهري للمقياس وذلك بعرض فقراته ومكوناته وتعريف الاحتراق النفسي على مجموعة من الخبراء والمحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها ويعد الصدق الظاهري المظهر العام للمقياس أو الصورة الخارجية له من حيث نوع الفقرة وصياغتها ومدى وضوحها. (الغريب، ١٩٧٧: ٥٨٤).



الثبت:

يقصد بالثبت درجة الاتساق في قياس السمة موضوع القياس من مرة لأخرى فيما لو أعدنا تطبيق الأداة مرات متعددة. (الشايب، ٢٠٠٩: ١٠٢). وقد استخرج الباحث درجة الثبات على عينة بلغت (٣٠) معلمة، وقد بلغ (٧٨، ٠٠)

تصحيح المقياس:

يقصد بتصحيح المقياس وضع درجة لاستجابة المفحوص عن كل فقرة من فقرات المقياس، وصحت الاستثمارات على أساس (٤٣) فقرة، و تراوحت الاوزان بين (٣-١) وهي تقابل ثلاثة بدائل للاجابة وتكون أعلى درجة (١٢٩) وأقل درجة (٤٣) ويمتوسط فرضي (٨٦).

التطبيق النهائي للمقياس:

بعد تحقيق صدق المقياس وثباته أصبح جاهزاً لتحقيق أهداف البحث الحالي في قياس الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية.

تم تطبيق المقياس على (١٥) رياض حكومية واهلية وذلك بمساعدة معلمات الرياض على تقديم الأجابات المطلوبة في المقياس المستخدم في البحث إذ بلغت عينة البحث (١٠٠) معلمة.

الوسائل الإحصائية :

استعمل الباحث الوسائل الإحصائية المناسبة في البحث الحالي وبالأستعانة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) وكالاتي:

١. الاختبار التائي (T.test) لعينة واحدة للكشف عن الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال الحكومية.

٢. معامل ارتباط (بيرسون) لحساب معامل الثبات للمقياس.

٣-الاختبار التائي (T.test)لعينتين مستقلتين





الفصل الرابع

نتائج البحث ومناقشتها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها في ضوء الأهداف والفرضيات المحددة في البحث، ومن ثم تم تفسيرها ومقارنتها مع نتائج الدراسات السابقة في المجال نفسه ووضع بعض الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات وعلى النحو الآتي:

الفرضية الاولى:

التعرف على درجة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال الحكومية وذلك من خلال اختبار الفرضية الصفرية الآتية:

*الفرضية الصفرية الاولى:- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لعينة البحث على مقياس الاحتراق النفسي والمتوسط الفرضي.

وللتحقق من صحة هذه الفرضية، استخرج الباحث متوسطات درجات أفراد العينة والبالغة (١٠٠) معلمة على مقاييس الاحتراق النفسي لكل من معلمات الرياض الحكومية باستعمال معادلة الاختبار التائي (T.test) لعينة واحدة وكما في جدول (١).

جدول (١)

الاختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الحسابي

لعينة البحث والمتوسط الفرضي *

الدالة	القيمة التائية المحسوبة		المتوسط الفرضي	الأنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	١.٩٦	٢٠.٩٠٩	٨٦	٢٠.٧٥	٩٧, ٥٥	١٠٠



* المتوسط الفرضي: تم احتساب المتوسط الفرضي من خلال جمع درجات أوزان بدائل المقاييس (٣)، ٢، ١) والبالغ (٦) ثم قسمة الناتج على عددها، فيكون (٢) وعند ضرب الناتج في عدد الفقرات البالغ (٤٣) فإن الناتج هو (٨٦) وهو المتوسط الفرضي.

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي على مقاييس الاحتراق النفسي بلغ (٥٥، ٩٧) درجة وبانحراف معياري مقدراه (٢٠.٧٥) درجة وعند مقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي لمقاييس الاحتراق النفسي والبالغ (٨٦) درجة تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٢٠.٩٠٩) درجة وبمقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (١.٩٦) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٩٩) نجد أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية مما يشير إلى أن أفراد عينة البحث (معلمات رياض الأطفال الحكومية والاهلية) لديهن مشكلة الاحتراق النفسي.

الفرضية الثانية: التعرف على الفروق في الاحتراق النفسي لمعلمة رياض الاطفال تبعاً لمتغير (الحالة الاجتماعية) من خلال الفرضية الصفرية الآتية:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة).

استخرج الباحث المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً بمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة) وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين كما موضح في الجدول (٢).



جدول (٢)

المتوسط والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية وفقا للحالة الاجتماعية

الدالة	القيمة التائية المحسوبة		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الحالة الاجتماعية
	الجدولية	المحسوبة				
دالة	٠,٢٢	٣,٤٤	٢٧,٣٦	٥٥,١٠٤	٥٠	متزوجة
			٢٣,٢٢	٧٦,١٩	٥٠	غير متزوجة

أظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي على مقياس الاحتراق النفسي بالنسبة لعينة معلمات رياض الأطفال المتزوجات قد بلغ (٥٥,١٠٤) درجة وبانحراف معياري قدره (٢٧,٣٦) درجة، أما بالنسبة لعينة معلمات رياض الأطفال غير المتزوجات فقد بلغ المتوسط الحسابي لها (٧٦,١٩) درجة وبانحراف معياري قدره (٢٣,٢٢) درجة، وعند مقارنة المتوسطات الحسابية بين درجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية (متزوجة، غير متزوجة) تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٣,٤٤) درجة وبمقارنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (٠,٢٢) درجة وعند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩٨) نجد أن القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية، مما يشير الى ان افراد عينة البحث من معلمات رياض الأطفال المتزوجات يعانين من الاحتراق النفسي أكثر من معلمات رياض الأطفال غير المتزوجات وذلك لكون المتوسط الحسابي لعينة المتزوجات أكبر من المتوسط الحسابي لعينة غير المتزوجات وتفسير هذه النتيجة أن المعلمات المتزوجات يتعرضن لضغوط المهنة غير ان المعلمة المتزوجة قد تتعرض لمصادر ضغوط اضافية من ابرزها صراع الادوار بين العمل والمنزل فالمعلمة شأنها شأن أي امرأة أخرى في المجتمع عليها أن تؤدي واجباتها داخل البيت ايضاً دون تقصير أو إهمال وإلا تعرضت للوم والعقاب، مما يعرضها للضغط المستمر نتيجة تعدد الادوار التي تقوم بها، كالقيام بدور الأم والمعلمة والمربية . (عسكر، ٢٠٠٠: ٩٦).



٣-الفرضية الثالثة:التعرف على الاحتراق النفسي تبعاً لسنوات الخدمة

لايوجد فرق ذو دلالة احصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال تبعاً لسنوات الخبرة

وفيما يتعلق بالفرض الرابع استعمل الاختبار التائي (T - Test) لعينتين مستقلتين واتضح أن الفرق لم يكن بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) ، إذ بلغ متوسط درجات المعلمين (خمس سنوات فما دون) على مقياس الاحتراق النفسي (٦٢٥ ، ٩٣) وبانحراف معياري (٧٢٣،٩) ، أما عند (ست سنوات فما فوق) فقد كان المتوسط الحسابي (٨٢٢ ، ٩٢) وبانحراف معياري (٩٠،٦٩٧) ، وكانت القيمة التائية المحسوبة (٠،٤٣٤) أصغر من القيمة الجدولية (٩٨ ، ١) والجدول (٣) يوضح ذلك.وهذه النتيجة تقضي الى قبول الفرضية الصفرية التي تشير الى انه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات الاحتراق النفسي (وفقاً لسنوات الخدمة) .

جدول (٣)

المتوسط والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية وفقاً لسنوات الخدمة

م	سنوات الخبرة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الدرجة التائية	
						المحسوبة	الجدولية
١	خمس سنوات فما دون	٥٠	٩٣، ٦٢٥	٧٢٣، ٩	٩٨	٠، ٤٣٤	١، ٩٨
٢	ست سنوات فما فوق	٥٠	٩٢، ٨٢٢	٩٠، ٦٩٧			



٤-الفرضية الرابعة: التعرف على الاحتراق النفسي تبعاً لنوع الرياض

لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاحتراق النفسي لمعلمات رياض الاطفال الحكومية والاهلية.

وفيما يتعلق بالفرض الثالث فقد استعمل الاختبار التائي (T - Test) لعينتين مستقلتين واتضح أن الفرق لم يكن بدلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) ، إذ بلغ متوسط درجات المعلمات (الرياض الحكومية) على مقياس الاحتراق النفسي (٤٧٧,٨٧) وبانحراف معياري (٣١١,٨) ، أما عند المعلمات (الرياض الاهلية) فقد كان المتوسط الحسابي (١٤٣,٨٩) وبانحراف معياري (٦٤٥,٩) ، وكانت القيمة التائية المحسوبة (٩٣٤,٠) أصغر من القيمة الجدولية (٩٨,١) والجدول (٤) يوضح ذلك . وهذه النتيجة تقضي الى قبول الفرضية الصفرية التي تشير الى انه لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط درجات المعلمات من ذوي (الرياض الحكومية) ومتوسط درجات المعلمات من ذوي (الرياض الاهلية) .

جدول (٤)

المتوسط والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة والجدولية تبعاً لنوع الرياض

م	الاختصاص	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الدرجة التائية	
						المحسوبة	الجدولية
1	الحكومية	٥٠	٤٧٧,٨٧	٣١١,٨	٩٨	٩٣٤,٠	٩٨,١
2	الاهلية	٥٠	١٤٣,٨٩	٦٤٥,٩			



الاستنتاجات:

في ضوء دراسة البحث الحالي يمكن للباحثة أن تستنتج الآتي:

- ١- إن معلمات رياض الأطفال الحكومية يعانون من الاحتراق النفسي والعمل مع الطفل ووجود التوازن الذي تقوم به معلمة الروضة في العمل والمنزل وجميع مجالات الحياة.
- ٢- يرتبط الاحتراق النفسي لدى المعلمات بمتغير الحالة الاجتماعية للمعلمة فالمعلمة المتزوجة تعاني من الاحتراق النفسي أكثر من المعلمة غير المتزوجة
- ٣- الاحتراق النفسي عبارة عن ظاهرة نفسية يتعرض لها المهنيون نتيجة عدم قدرتهم على التكيف مع ضغوط العمل

التوصيات:

استناداً الى نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بالآتي:

- ١- ان الرضا الوظيفي للمعلمة هو أول مراحل النجاح المهني ومن ثم تفادي الاحتراق النفسي.
- ٢- تقديم النصح والارشاد وعقد الندوات بالإضافة إلى الدورات العلمية للمعلمات بهدف مساعدتهن على حل المشكلات التي قد تواجههن في أثناء عملهن في الروضة.
- ٣- تقليل عدد الأطفال في القاعات بقدر المستطاع حتى لا يتناقل العمل على كاهل المعلمة ويشكل عبئاً عليها.



استكمالاً لنتائج البحث الحالي تقترح الباحثة ما يأتي:

١- بناء برنامج ارشادي لتخفيف الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

٢- الاحتراق النفسي وعلاقته بدافع الانجاز لدى معلمة الروضة.

٣- الاحتراق النفسي وعلاقته بالذكاء الاجتماعي



المصادر

- ابو الخير، هانم، وجلال، يوسف. (٢٠٠١). البنية العائلية لمصادر الانهك النفسي لمعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة، المؤتمر السنوي لكلية التربية، جامعة المنصورة، ٥ أبريل، ص ٤٨٣.
- أبو الفضل جمال الدين بن منظور. (١٩٥٦). لسان العرب، المجلد (٢)، دار بيروت للطباعة والنشر، بيروت، لبنان.
-
- امين، احمد (٢٠٠٣) الكتاب الشامل عمان الاردن دار المناهج للطباعة ط١
- الأشول، عادل أحمد عز الدين. (١٩٨٧). موسوعة التربية الخاصة، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- با وية، نبيلة (٢٠١٢): مستوى الاحتراف النفسي لدى الطالب الجامعي
- بجامعة قاصدي مرباح ورقلة، جامعة قاصدي مرباح ورقلة (الجزء ١ ثر) مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية - العدد الثامن
- بدر، سهام محمد. (٢٠٠٩). مدخل الى رياض الأطفال، ط١، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
- البدوي، طلال حيدر. (٢٠٠٣). الاحتراق النفسي ومصادره لدى الممرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان وأثر بعض المتغيرات في ذلك، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الاردن.
- جابر، عبد الحميد جابر، والكفافي، علاء الدين. (١٩٨٩). معجم علم النفس والطب النفسي، الجزء الثاني، دار النهضة العربية، مصر.
- جابر، عبد الحميد جابر، وكفافي، علاء الدين. (١٩٩٠). معجم علم النفس والطب النفسي، الجزء الثالث، دار النهضة العربية، مصر.
- الخطيب، محمد جواد. (٢٠٠٧). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة، المؤتمر التربوي الثالث بغزة اكتوبر ٢٠٠٧، ص ٤٧١.
- الرشدان، مالك احمد. (١٩٩٥). الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية الحكومية، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، أربد، الاردن.
- الشرنوبى، نادية السيد. (٢٠٠١). مصادر الضغوط لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وعلاقتها بالاحتراق النفسي وبعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، العدد (١٩٧).
- عبد الله، عيسى. (٢٠٠٣)، الضغوط النفسية لدى المعلمين في مدارس التعليم العام لدولة الكويت وتأثيرها بنمط القيادة التربوية، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، العدد (٥٣)، ج ٢.
- صالح، صالح مهدي. (١٩٩٥). الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين وعلاقته ببعض المتغيرات، اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد/ كلية التربية - ابن رشد.
- عثمان، فاروق السيد. (٢٠٠١). القلق وإدارة الضغوط النفسية، سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس، الكتاب ١٦، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.



- عرفات، نجاح السعدي المرسي ((آليات إدارة الاحتراق النفسي لدى القيادات الجامعية بجامعتي الطائف والزقازيق وأثرها على تأصيل ثقافة الإبداع الإداري))

مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس -

- <http://aae999.blogspot.com/2011/10/2011.html>

- عسكر، علي. (٢٠٠٠). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، ط٢، دار الكتاب الحديث، الكويت.
- علي، حسام محمود. (٢٠٠٨). الانهك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من الفئات الخاصة بمحافظة المنيا، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنيا، مصر.
- فريحات، عدنان. (٢٠٠١). الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر، دراسات العلوم التربوية، الجامعة الاردنية، المجلد (٢٨)، العدد (٢).
- الغريب، رمزية. (١٩٧٧). التقويم والقياس النفسي والتربوي، مكتبة الانجلو المصرية، مصر.
- قاسم، انسي محمد. (٢٠٠٠). الضغوط النفسية المهنية لمعلمة الروضة ومستوياتها وعلاقتها ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية، مجلة الطفولة، العدد (٣)، كلية رياض الاطفال، جامعة القاهرة، مصر.
- القصير، جاسم محمد. (١٩٩٣). المتغيرات المحددة للاحتراق النفسي لمدرسي المرحلة المتوسطة ودور التداخل الارشادي، اطروحة دكتوراه، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد.
- مجيد، سوسن شاكر (٢٠١٢) الحوار المتمدن: العدد ٣٧٣ في ١٠/٥
- المثاني، معتوق عبد القادر (١٩٨٥) منهج رياض الاطفال، الدار الجماهيرية للنشر-مصراته ليبيا
- مقابلة، نصر يوسف. (١٩٩٦). العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد (٣٩)، مصر.
- وزارة التربية. (١٩٨٦). الاهداف التربوية في القطر العراقي، المديرية العامة للمناهج والوسائل التعليمية، بغداد، جمهورية العراق.
- وزارة التربية (١٩٩٤). نظام رياض الاطفال رقم (١١) لسنة (١٩٧٨) بغداد وتعديله، المديرية العامة للتعليم العام، مديرية رياض الاطفال، مطبعة وزارة التربية، بغداد، جمهورية العراق

-مجيد، سوسن شاكر (٢٠١٢) الاحتراق النفسي ، اعراضه، مصادره.

الحوار المتمدن العدد (٣٧٢٣) تاريخ التسجيل أكتوبر ٢٥، ٢٠١٤

<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=306929>