جامعة النجاح الوطنية

كلية الدراسات العليا

صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948

إعداد

سكينة جمال علان

إشراف

د. شادي خليل أبو الكباش

د. فلسطين إسماعيل نزال

قدمت هذه الرسالة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية في نابلس –فلسطين.

2023م

صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948

إعداد

سكينة جمال علان

نوقشت هذه الرسالة بتاريخ 2023/2/22م، وأجيزت.

د. شادي أبو الكباش	التوقيع
المشرف الرئيسي	
د. فلسطين نزال	التوقيع
المشرف الثاني	
د. فاخر الخليلي	التوقيع
الممتحن الخارجي	
د. حاتم عابدين	التوقيع
الممتحن الداخلي	

الإهداء

الحمد لله كما ينبغي لجلال وجهه وعظيم سلطانه، وله الشكر على ما وفقني لإنجاز هذا العمل وإتمامه، وأسأله المزيد من فضله وإحسانه.

إلى المرأة التي تعبت وربت وعانت في تربيتي، إلى من تبعث الأمل في قلبي في الأفق المظلم، يا من يتلعثم اللسان لوصفك وتضيق العبارات لشكرك، التي لم يعرف الوجود أعظم من قلبها، ولا أوسع وأحن من صدرها... إلى سندي وقوتي أمي الغالية.

إلى زوجي العزيز الذي كان العون والسند في مشواري، والذي وفر لي الجو المناسب للدراسة والبحث لأنه يقدس العلم، والذي ساعدني في تذليل الصعاب لأتقدم في طريق النجاح...

إلى إخوتي الذين وهبني إياهم الله دون اختيار، إلى من يملؤوا حياتي سعادة وبهجة عند مجالستهم، إلى رفقاء الحياة منذ أول لحظة تفتح عيني على الحياة وحتى آخر لحظة أغلقها، هم إخوتي ورفاقي وشركائي وعضدي...

إلى من يرتاح القلب عند محادثتهم رغم بعد المسافات إلا أنني حبكم في قلبي كبير وراسخ كالجبال الشامخة...

إلى أطفالي الرائعين، إلى فلذة كبدي، إلى الفراشات الجميلة التي تملأ حياتي سعادة وإيجابية وحياة، إلى البذور التي أراها تنمو وتكبر معي وتنجح وتتفوق في مدارسها وتعطيني الطاقة لاستمر في كفاحي إلى الثلاثي المرح مصطفى، وسارة، وأيهم.

إلى صديقاتي الغاليات، إلى الأخوات التي لم تلدهن أمي، إلى من هن لحياتي أجمل نعمة، ولروحي أروع بلسم، هن أُنسي في غربتي ويضفين على وجودي معنى، كن السند والدعم في أكثر المواقف الصعبة، وكان لطفهن يذلل الصعاب ويكسر جبال الخوف، كلما أوشكت على أن أقع وجدتهن سندي ومسندي.

إلى كل شخص يعرفني وكان في مجال عملي، إلى كل الشخصيات الكبيرة والصغيرة التي تعبر لي دائماً عن حبها واحترامها وتشجيعها لي، شكراً لوجودكم في حياتي.. فمحبتكم أجمل ما منحني به الله في الدنيا، والذي يذكرني دائماً بقوله تعالى: (إني أحب فلان فأحبوه واكتبوا له المحبة في الأرض).

الشكر والتقدير

قال تعالى: ﴿فَتَبَسَّمَ ضَاحِكًا مِّن قَوْلِهَا وَقَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِيٓ أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ ٱلَّتِيٓ أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَٰلِحًا تَرْضَىٰهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ ٱلصَّٰلِحِينَ ﴿١٩﴾﴾ [سورة النمل:19].

يسعدني أن أتقدم بخالص شكري وامتناني وفائق احترامي إلى كل من أمدني بيد العون والمساعدة لإتمام هذا العمل المتواضع وأخص بالذكر المشرف الدكتور "شادي خليل أبو كباش" حفظه الله وأطال في عمره، لإشرافه على هذا البحث، وعلى ملاحظاته القيمة وتوجيهاته السديدة وتوصياته الدقيقة ونصائحه الطيبة.

وللمشرف الدكتورة "فلسطين إسماعيل نزال" على مساعدتها لي وبعث الأمل والإرادة في لحظات اليأس والتعب لتزويدي بالطاقة الإيجابية لإكمال الطريق.

ولجميع مدرسيّ قسم علم النفس الذين رافقوني خلال مسيرتي في طريق الماجستير، وأخص بالذكر الدكتور "فاخر خليلي"، والدكتور "فايز محاميد" والدكتورة "فلسطين نزال" والدكتور "عمر غنام"

كما وأتقدم بأسمى معاني الشكر والعرفان إلى كل أعضاء اللجنة؛ لجنة المناقشة الموقرة وقبولها مناقشة الرسالة وحضورهم للمشاركة وإثراء جوانبها.

الإقرار

أنا الموقع أدناه مقدم الرسالة التي تحمل عنوان:

صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أية درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

اسم الطالب: سكينة جمال علان

التوقيع:

التاريخ: 2023/2/22

قائمة المحتويات

الإهداء ..... ج

الشكر والتقدير ..... د

الإقرار ..... هـ

قائمة المحتويات ..... و

قائمة الجداول ..... ح

قائمة الملاحق ..... ط

الملخص ..... ي

الفصل الاول: المقدمة والإطار النظري 1

1.1 المقدمة 1

1.2 الإطار النظري: 6

1.2.1 صراع الأدوار 6

1.2.2 الاحتراق النفسي: 14

1.2.3 التوافق الزواجي: 22

مشكلة الدراسة 34

أسئلة الدراسة: 35

اهداف الدراسة 36

أهمية الدراسة: 36

محددات الدراسة: 37

مصطلحات الدراسة: 37

الفصل الثاني: منهجية الدراسة 40

2.1 منهجية الدراسة 40

2.2 مجتمع الدراسة 40

2.3 عينة الدراسة 41

2.4 أدوات الدراسة ومؤشرات صدقها وثباتها 42

2.5 صدق الأدوات 43
2.5.1 صدق البناء 43
2.6 ثبات أدوات الدراسة 44
2.7 إجراءات الدراسة 45
2.8 متغيرات الدراسة 45
2.9 أساليب المعالجة الإحصائية 46
الفصل الثالث: نتائج الدراسة 48
3.1 النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الاول: 48
3.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: 53
الفصل الرابع: مناقشة النتائج 55
التوصيات: 60
المقترحات: 61
قائمة المصادر والمراجع العلمية 62
الملاحق 72
Abstract ..... B

قائمة الجداول

الجدول 1: توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا للمتغيرات الديمغرافية 41

الجدول 2: صدق البناء للمقاييس (مقياس صراع الأدوار، مقياس الاحتراق النفسي، مقياس التوافق الزواجي) 44

الجدول 3: معاملات الثبات لأدوات الدراسة 45

الجدول 4: فترات مقياس صراع الادوار (ليكرت الثلاثي) 48

الجدول 5: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجات التقدير لفقرات مقياس صراع الأدوار 49

الجدول 6: فترا ت مقياس ليكرت السباعي 50

الجدول 7: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجات التقدير لفقرات مقياس الاحتراق النفسي 51

الجدول 8: فترات مقياس ليكرت الخماسي 52

الجدول 10: قيمة T لمقياس صراع الأدوار والاحتراق النفسي والتوافق الزواجي 52

قائمة الملاحق

الملحق أ: مقياس صراع الأدوار في صورته النهائية 72
الملحق ب: مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية 73
الملحق ج: مقياس التوافق الزواجي في صورته النهائية 74
الملحق د: الجداول 76
الجدول 9: استجابات أفراد عينة الدراسة حول فقرات مقياس التوافق الزواجي 76
الجدول 11: نتائج تحليل تباين الانحدار الخطي المتعدد للتحصيل الأكاديمي في ضوء المتغيرات 77
الجدول 12: نتائج معاملات الانحدار النسبي للمتغيرات على التوافق الزواجي 78

صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948

اعداد

سكينة جمال علان

إشراف

د. شادي خليل أبو الكباش

د. فلسطين إسماعيل نزال

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948، وتضمنت العينة 141 معلمة من معلمات الأراضي المحتلة عام 1948، وتم اختيارهن بطريقة العينة المتاحة (متيسرة) من خلال إعداد استبانة إلكترونية وتوزيعها على مدراء المدارس الذين بدورهم قاموا بتمريرها على معلميهم. إذ اعتمدت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وتم استخدام ثلاثة مقاييس في الدراسة؛ مقياس صراع الأدوار (تركي، 2014)، والاحتراق النفسي (طه وراغب، 2014)، والتوافق الزواجي (السلامين، 2019)، وأظهرت نتائج الدراسة أن المتوسط الحسابي لجميع فقرات مقياس صراع الأدوار يساوي 1.85، والوزن النسبي يساوي 61.67%، وهذا يدل على أن مستوى صراع الأدوار لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 كان متوسطاً، كما وجاء المتوسط الحسابي لجميع فقرات مقياس الاحتراق النفسي يساوي 4.21، والوزن النسبي يساوي 60.14%، وهذا يدل على أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 كان بدرجة مرتفعة، وأيضاً يتبين أن المتوسط الحسابي لجميع فقرات مقياس التوافق الزواجي يساوي 3.60، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 كان بدرجة مرتفعة ، أما بالنسبة للمتغيرات الديمغرافية؛ فقد كان العمر أكثر تأثيراً من حيث قدرته على التنبؤ بالتوافق الزواجي

وذلك بدلالة القيمة الدالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.010)، وجاء مقياس صراع الأدوار في الترتيب الثاني من حيث قدرته على التنبؤ بالتوافق الزواجي وذلك بدلالة القيمة الدالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.000)، أما بقية المتغيرات فقد جاءت غير متنبئة بالتوافق الزواجي وهي قيمة دالة إحصائياً إذ بلغت قيمة "ت" (10.651)، وكانت هذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وبناء على ما سبق؛ توصي الدراسة بتطوير تشريعات وظروف العمل المتعلقة بإجازات الأمومة وأوقاتها، بحيث تصبح بيئة العمل ملائمة لأوضاع المعلمات الأمهات، كما توصي بضروري اتخاذ وسائل توعية للأزواج المعلمات بضرورة مشاركة الأم العاملة في مسؤولياتها، والإشراف والمشاركة في أمور حياتهما اليومية، والتعرف على معيقات التوافق الزواجي والتعاون في حلها بهدف تحقيق التوافق الزواجي، كما توصي الدراسة بضرورة توعية المعلمات العاملات في قطاع التعليم بالضغوط المهنية التي تسبب الاحتراق النفسي، والآثار السلبية التي تنعكس على الأداء في العمل، وعلى حالتهن الصحية والنفسية والمساعدة في إكسابهن أساليب فعالة تمكنهن من مواجهة الاحتراق النفسي.

الكلمات المفتاحية: صراع الأدوار، الاحتراق النفسي، التوافق الزواجي، معلمات الأراضي الفلسطينية عام 1948

الفصل الاول

المقدمة والإطار النظري

1.1 المقدمة

شهد القرن العشرين تطور سريع وملحوظ في كافة نواحي الحياة، منذ الحرب العالمية الأولى والثانية، حيث نتج عنها تغير كبير وجذري في النواحي الاقتصادية والاجتماعية والسياسية، كل تلك التطورات القت بظلالها على دور المرأة التي خرجت للعمل في المصانع منذ انطلاق الثورة الصناعية التي أحدثت تغيرات اجتماعية أدت لنهضة المرأة، وصولا الى العمل المكتبي في نهاية الحرب العالمية الثانية، ثم في القرن العشرين دخلت المرأة مختلف مجالات الحياة الاجتماعية والسياسية، ترتب عليها تغيرات ايديولوجية وتكنولوجية واكتشافات علمية أدت الى الانفجار المعرفي، استمرت هذه الفترة للقرن الواحد والعشرين والتي حدث فيها تطور هائل في وسائل الاتصال والمواصلات واصبح العالم قرية تكنولوجية صغيرة (ناصيف،2009).

ومن جانب اخر، ان المرأة تمثل نصف المجتمع فمنذ بداية البشرية لعبت أدوار مختلفة ومتداخلة فقد كانت تعمل في الحقل منذ زمن طويل، تقوم بمساعدة زوجها وعائلتها بدون مقابل، الا ان العمل مقابل اجر ظهر خلال القرن الحالي، لكن ما لبث ان تغير الامر وأصبحت المرأة تستطيع الوصول الى المجتمع الكبير مباشرة، فقد ازداد تعليم الاناث وهو الأساس في اندفاع النساء نحو ممارسة الاعمال، فقد أصبح خروج المرأة للعمل في الوقت الحالي ظاهرة ضخمة تستدعي الانتباه، فخروج المرأة للعمل له دوافع مختلفة وله اثار ونتائج عليها وعلى زوجها واسرتها (عبد الفتاح،2015).

ومن جانب اخر ان خروج المرأة لسوق العمل أصبح ظاهرة عالمية اثرت على البنية الاجتماعية للأسرة، فأصبحت لها عدة أدوار داخل الاسرة وخارجها، اذ اصبحت مشتركة بالعملية الإنتاجية من جهة، ومسؤولة تجاه اسرتها وعائلتها من جهة أخرى، فوجدت نفسها تقوم بوظيفيتين واحد على مستوى الاسرة وأخرى على مستوى المجتمع، فهي تقوم برعاية شؤون زوجها وتربي أبنائها وترعاهم من ناحية جسمية ونفسية، وتقوم

بإدارة بيتها من ناحية الطهي والتنظيف والترتيب، إضافة لذلك فهي تقوم بواجب عملها وسط تنظيم معين مقيد بمجموعة من القوانين والقواعد التي تلزمها باحترامها وتقيدها بوقت محدد عليها الالتزام به (العارفي،2012).

وفي مجتمعنا الفلسطيني المحتل تعمل العديد من النساء في الوسط العربي في قطاع التعليم وتعاني من العديد من الصعوبات التي تؤثر بشكل مباشر على أدوارهن وتفاعلهن مع بيئتهن، كما تعاني النساء العربيات من تمييز مركب ومتنوع، من جهة يواجهن تمييز على اساس الجنس والجندر وتدني مستوى الأجور، بالإضافة الى معاناة المرأة العربية العاملة من تمييز على أساس قومي والذي يظهر في التنوع المحدود جدا في أماكن العمل داخل البلدات العربية في الوسط العربي المحتل عام 1948 والدخول المحدود جدا الى سوق العمل.

ان اهم ما يدفع المرأة للعمل الرغبة في توكيد الذات والرغبة في المشاركة في الحياة العامة، وأيضا ملئ فراغها من ناحية ورفع مستوى العائلة الاقتصادي من ناحية أخرى، وان وجود جماعة عمل يحقق للمرأة الإحساس بكيانها الاجتماعي والاحساس بالتكافؤ مع الرجل في تحمل المسؤولية، وازداد عدد المتعلمات والعاملات وأصبح للمرأة دور واضح في ازدهار المجتمع، وقد جنت النساء اثار إيجابية نتيجة خروجهن للعمل، الا انه هناك اثار سلبية لا يمكن اغفالها، والتي عادت على علاقتها بأسرتها (زوجها واطفالها) وعلاقتها بالعمل والمجتمع (بلبيوض وحرقاس، 2020).

لذلك اقتحمت حياتنا مشكلات اسرية جديدة لم تكن موجودة قبل ذلك، بعد ان حققت الزوجة العاملة إنجازات لها ولأسرتها ومجتمعها، ورافق ذلك تغيرات اجتماعية زادت من أعباء المرأة، مما زاد مسؤوليتها داخل وخارج المنزل، لذلك لم يعد يتوفر لديها وقت كافي لإدارة اسرتها، مما يؤثر على التوافق الزواجي والذي يعتبر عنصر أساسي في بقاء الاسرة ونموها، لأنه يؤدي الى توافق افراد الاسرة خصوصا الأطفال(الغافريوالخواجة،2018).

ويمكن أن تتطور نتائج النزاعات بين العمل والأسرة، إلى مشاكل كبيرة للموظفين والمنظمات، حيث تشير الدلائل إلى أن النساء لديهن مطالب عائلية أكبر، بينما يعاني الرجال أكثر من متطلبات العمل مما أدى إلى زيادة الاهتمام بمعالجة دراسة الصراع بين العمل والأسرة وعواقبه من منظور جنساني (Quinn & Smith, 2018).

فخروج المرأة للعمل يفرض عليها ان تسخر كل إمكاناتها وقدراتها لتنفيذ عملها بشكل كامل، لكن معظم المهن التي تعمل فيها مثل الإدارة والتعليم والطب والصناعة وعاملات منفذات لكل تلك المهن تأخذ منهن وقت طويل في العمل، مما يزيد من فترة غيابهن عن المنزل والعائلة، وقد ينتج عن ذلك الشعور بالحرمان العاطفي لدى الاولاد، كما وان ضغط العمل وابتعاد المرأة عن المنزل يخلق لها حالة من القلق والإرهاق، مما يجعلها شعر بالتوتر بشكل دائم، وينعكس ذلك على عملها بطريقة سلبية وهنا تصل الى مرحلة ما يعرف بصراع الأدوار، ويكون هذا الصراع بين دورها كأم وزوجة ومتطلبات بيتها ودورها كموظفة (العارفي، 2012).

فكل هذه الأدوار لا يمكن اداؤها على أكمل وجه بسبب خروجها للعمل وضيق وقتها ونقص جهدها، كل تلك الظروف تخلق لديها وضعيات متناقضة بين أدوارها الحديثة والتقليدية خصوصا مع اطفالها وزوجها مما يقلل من فرص التجمع الاسري الذي يقود الى انعدام الاستقرار العائلي، ولا يمكن اغفال الاثار السلبية تجاه زوجها، والذي يؤدي بنهاية المطاف الى الصراع الظاهر والمستمر بين الزوجين، كالأمور التي تخص الأطفال او شؤون المنزل، او الادخار او التحصيل لدراسي للأبناء وغيرها من المشاكل الاسرية (بلبيوض وحرقاس، 2020).

ونظرا لتعدد الأدوار التي تقوم بها المرأة والتي هي ام عاملة في إطار اسرة ومجتمع، فهي الام والزوجة والابنة والاخت، لذلك يجب ان ننظر لأهمية أدوارها في المجتمع فهي مربية اطفالها ورائدة اجيالها في بناء البيت، فتجد كثير من النساء الأدوار تحديا لقدراتهن وامكاناتهن، فتتمكن من التوفيق بين الأدوار والنجاح في تحقيق التوافق النفسي وتحقيق الذات، لكن هناك نساء لم ينجحن وفشلن في تحقيق هذا التوافق مما يترتب عليه

حالة من صراع الأدوار والضغوط النفسية التي تسبب توتر وقلق واكتئاب تعاني منه المرأة العاملة (ناصيف، 2009).

وقد ازدادت في السنوات الاخيرة الدراسات التي تركز على أهمية صراع الأدوار بين العمل والاسرة، لما لها من عواقب واضحة ومستمرة، ونتيجة لظروف الحالية اليومية ومتطلباتها فإن المشكلة ستتفاقم وتزداد في المستقبل، اذ يعتبر العمل والاسرة اهم الأمور في حياة كل من الرجل والمرأة، وكلا الجانبين لهما متطلبات التي بدورها تخلق نوع من التضارب بين المطالب الناشئة عنهما، مما يخلق مخاطر نفسية واجتماعية تكون ذات صلة وبشكل مباشر في عالم الاعمال، اذ ان الصراع بين العمل والأسرة له عواقب وخيمة على الموظفين كما ويرتبط بالإجهاد والصحة النفسية(Medrano & Trógolo, 2020).

وهناك العديد من الضغوط التي الناتج عن التحاق المراة بالمهن والتي قد يؤدي تراكمها الى الاحتراق النفسي، وكما أنه يوجد عدة مهن تعتبر أكثر من غيرها مسببة لضغوط ومع استمرارها وتراكمها تؤدي الى الاحتراق النفسي، كاستجابة سلبية لضغط العمل، ومن هذه المهن التدريس في المدارس والجامعات، والمحاماة، وهم أكثر عرضة للاحتراق النفسي وذلك بسبب التعامل المباشر مع الناس (محمد، 2014).

وقد يتجاوز الاحتراق النفسي الذي تتعرض له المعلمة إطار العمل المدرسي او خارجه كونه يشكل عقبة تعيق المعلمة في القيام بعملها وتقديمها مهامها على أكمل وجه، مما ينعكس سلبا على المحيطين فتجعلهم يشعرون بالضيق والانهاك الانفعالي وشعورهم بالسلبية، كل تلك الظروف قد تدفع المعلمة لترك مهنة التدريس مالم تجد المساندة الفعالة من الاخرين، وعليه فان الاعراض التي تنتج عن مهنة التدريس تتعدى نتائجها المعلمة ذاتها بل تصل لأسرتها والمجتمع ككل (حداء،2018).

ومن وجهة نظر المساعيد (2011) فإن الاحتراق النفسي ناتج عن العجز لدى الأزواج في حل الصراع الناتج عن المشكلات الاسرية والضغوط النفسية والتي تسبب عدد من الامراض كضغط الدم والنوبات القلبية والجهاز الهضمي والتنفسي، تترك هذه الضغوط اثار سلبية واضطرابات نفسية التي بدورها تؤثر على الزوج

والزوجة، بل قد يصيب الزوجة بشكل خاص نظرا لما عليها من مسؤوليات اسرية واجتماعية مما يؤثر على التوافق بين الزوجين وعلاقتهما الزوجية.

ويعتبر التوافق الزواجي من الركائز الأساسية والمهمة في العلاقة الزوجية، وذلك لوجود اثر واضح على كل مكونات الاسرة، والتوافق هنا هدفا مهم لبناء حياة مستقرة وساكنة، لذلك يسعى العديد من المختصين الارشاد تحقيقها، فالتوافق الذاتي يحدث عندما يستطيع الفرد ان يتحكم بشخصيته وبالتالي يظهر مدى التوافق الشخصي وخلوه من الفصام والتفكك والصراعات الداخلية، مما تجعله سلسا مرنا في تعامله مع الاخرين، ويصبح شخص لديه القدرة على اشباع حاجته وقادر على التوافق مع مراحل نمو حياته المختلفة، مما ينعكس على محيطه الذي يحيى فيه، وتم توضيح ذلك في نظرية التحليل النفسي في التوافق الذاتي، وهي حالة التوازن التي تتكون لدى الفرد بين الهو وبين الانا الأعلى، وهنا يستطيع ممارسة انشطته الفكرية والاجتماعية والنفسية بطريقة جيدة (الغافري والخواجة، 2018).

ويختلف التوافق الزواجي بين الأزواج بشكل عام ويعود لطبيعة نظرتهم ومدى فهم العلاقة التي تجمع بينهما، ويوجد مجموعة من المؤشرات التي تتمثل في أساليب التواصل، وقيام الزوجين بأدوارها بسعادة، والتعاطف والمودة والحب والتقدير المتبادل، ومساندة كل منهما الاخر، كل هذه العوامل لها دور في تعزيز التوافق الزواجي لتحقيق السعادة الزوجية والرضا عن الحياة المشتركة بين الزوجين (عمران، 2015).

وتأتي هذه الدراسة لتعرف على مستوى صراع الأدوار ومستوى التوافق الزواجي ومستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948، كما تهدف الى فحص أثر صراع الادوار والاحتراق النفسي والمتغيرات الديمغرافية (العمر، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، نوع المدرسة، عدد سنوات التعليم، عدد أولاد المعلمة) على التوافق الزواجي.

1.2 الإطار النظري:

ان المرأة العاملة لديها أعباء اسرية كبيرة تجاه زوجها واطفالها الى جانب عملها خارج المنزل الذي يتطلب منها وقت وطاقات كبيرة ، ويزداد الامر صعوبة مع مهنة التدريس التي تعتبر من اكثر المهن الضاغطة، والتي تتفاعل مع الظروف الحياتية الأخرى والتي قد تؤدي بنهاية المطاف الى الاحتراق النفسي ،و الذي يعتبر استجابة سالبة للضغوط المهنية والظروف الصعبة المحيطة بها، وان عدم القدرة على التوافق والتكيف مع أعباء الوظيفة ومتطلبات الحياة هو السبب الرئيسي وراء حدوث الاحتراق الوظيفي والذي من الممكن ان يلقي بضلاله على العلاقة الزوجية ويحدث خلل في التوافق الزواجي، وفي هذه الدراسة التي ستتطرق لطبيعة صراع الأدوار الذي يمكنان تعاني منه المرأة العاملة ومدى تأثيره على اعراض الاحتراق النفسي ومدى تأثير هذين العاملين في التوافق الزواجي.

1.2.1 صراع الأدوار

يعرف الصراع كما يراه "جود Good" هو حالة انفعالية مؤلمة تنتج عن النزاع بين الرغبات والمتضادة وعدم اشباع الحاجات او عدم السماح لرغبة المكبوتة بالتعبير عن ذاتها (العجلة، 2012)، بينما يعرف الدور كما جاء في دراسة عواد(2011) انه مفهوم أساس من مفاهيم علم النفس والاجتماع، ويستخدم للدلالة الوظيفية للفرد داخل الجماعة، ويتميز بمجموعة من الخدمات والحوافز التي تحرك الفرد لإرضائه، كما ان دوره يعتمد على أدوار جميع الافراد في الجماعة، فيتغير تبعا لتغيرها، وتتوقع الجماعة منه ان ينتهج نمطا معينا من السلوك، وهنا عرف الطويرقي (2014) صراع الأدوار انه حالة من التوتر والتعارض التي يشعر بها الفرد نتيجة للتعارض بين الرغبات التي يتوقعها منه افراد مجتمعه، وبين الرغبات التي تتوقعه منه المنظمة.

يعتبر صراع الأدوار سمة أساسية من سمات حياتنا اليومية، فهو حالة ملازمة لتفاعل الاجتماعي والإنساني، فقد وجود منذ وجود الانسان ولابد ان نذكر ان للصراع دور فعال وواضح ومؤكد في عملية تغيير المجتمعات وانتقالها من حالة الى أخرى، ولم يغفل الإسلام عن ذلك فقد وضع ميزانا صحيحا يتفق مع طبائع البشرية

والفطرية وهو (الاجادة والاتقان) في العمل، وبما ان المرأة جزء لا يتجزأ من هذه الحياة اليومية والتي لها دور فعال في إحداث تغيرها أو ديمومتها برغم من تعدد واختلاف أدوارها، الا ان المعلمة لها معانة خاصة ناتجة عن صراع الأدوار وما ينتج عنه من حالات نفسيه مختلفة، اذ يقع على عاتقها مسؤوليات كبيرة دون ان تفرط بالأدوار الأخرى، فهي في حرص مستمر على التوفيق بين أدوارها جميعا، مع العلم انها تدرك انها تتعرض لتأثير ضغوط نفسية، مما يجعلها على قدر كبير من الاستعداد الشخصي لتفعيل أدوارها (الزهيري، 2012).

فدور المرأة كمعلمة خصوصا من المحتمل ان يقودها لحالة من لصراعات التي تؤدي إلى شعورها بالتوتر والضغط والإنهاك النفسي، والذي يظهر بشكل أعراض نفسية وجسدية والذي بدوره يقلل من كفاءتها المهنية كعاملة، ويؤثر على مكانتها الأسرية كأم وزوجة، ومن المحتمل ان تصل الى درجة كبيرة من الإنهاك النفسي فكلما زاد الصراع بين المنزل والعمل تأثرت الحياة الزوجية والأسرية والوظيفية، فتحاول المرأة العاملة من تقليل مصادر الضغوط التي تتعرض لها وما ينتج عنها من صراعات يحسن من نوعية حياتها (الصفتي ومعروف، 2015).

الأدوار: هي كل ما يقوم به كل فرد من وظائف ومهام مناطة به، باعتباره عنصرا في تنظيم او مؤسسة ما، اذ ان كل فرد في أي تنظيم لديه أدوار محددة يجب ان يقوم بها كالأدوار المهنية او الأسرية، وفي هذه الدراسة هي الأدوار التي تكلف بها المعلمة، كأدوارها كموظفة، كزوجة، كأم، وكربة منزل(تواتي، 2019).

ويعرف الصراع: على انه "حالة تنشأ بسبب وجود مثيرين او هدفين متعارضين، يحدث التعارض لان السلوك الضروري لتحقيق أحدهما يتعارض مع الرغبة في تحقيق الهدف الاخر، ولا يمكن حل الصراع طالما كانت رغبة الإنسان التوفيق في الجمع بين الموقفين او محاولة تحقيق الهدفين في ان واحد" (بلبيوض وحرقاس، 2020، ص 122).

صراع الأدوار: "هو عدم قدرة الفرد للموائمة بين دورين او أكثر، إذا يؤثر أحدهما على القيام بالدور الاخر" (بن عمارة، 2010، ص354).

تعريف الصراع: "حالة تنشأ بسبب وجود مثيرين او هدفين متعارضين، يحدث التعارض لان السلوك الضروري لتحقيق أحدهما يتعارض مع الرغبة في تحقيق الهدف الاخر، ولا يمكن حل الصراع طالما كانت رغبة الانسان التوفيق في الجمع بين الموقفين او محاولة تحقيق الهدفين في ان واحد" (بلبيوض وحرقاس، 2020).

الصراع:" يعرف على انه ظاهرة اجتماعية تتضمن حالة من الضغط النفسي، او عدم الارتياح الناتج عن عدم الاتفاق بين رغبتين، او أكثر من رغبة، او قد يكون تعارضا بين ارادتين او أكثر، او تدمير الاتفاق بين دورين او أكثر" (تواتي، 2019).

صراع الدور عند المرأة العاملة: "يستخدم مصطلح الصراع في علم النفس العام للإشارة الى الموقف الذي تكون فيه قيمتين مختلفتين، والمرأة العاملة تعيش في صراع دائم حول كيفية توافقها بين العمل والمنزلي والمهني، فهي تعاني من صراع الأدوار بسبب تعدد أدوارها فنجدها عاجزة عن اختيار دور واحد مما يؤدي الى سوء تكيفها، فهي تعيش وسط ثقافتين متناقضتين يمثل مصدرا لضغط دائم نجدها موظفة وام وربة بيت في نفس الوقت (جعيجع وبشيري، 2021).

وفي بحث العنزي واخرين (2013) التي تناولت مفهوم الدور عند عدد من العلماء مثل:

- تعريف هيلين برلمان: التي اعتبرت ان الدور عبارة عن أنماط سلوكية منظمة لشخص ويعتمد على مدى تأثرها بالمكانة الاجتماعية التي يشغلها او وظائفه التي يقوم بها وطبيعة علاقته سواء كان شخص واحد او عدد من الأشخاص، وعادة ما يتم اختبار الأنماط السلوكية وتشكيلها بواسطة عدد من العوامل الديناميكية مثل:

1. احتياجات الفرد ودوافعه الشعورية واللاشعورية.

2. الأفكار والتصورات التي لدى الفرد عن توقعاته والتزاماته التي عادة ما تظهر خلال العادات والتقاليد والأعراف في الوظائف التي يقوم بها اوفي مكانة اجتماعية المعنية.
3. حالة الاتفاق او التعارض بين ما يتصوره الفرد عن الالتزامات والتوقعات وتصورته الأخرى، وأيضا ما يتصوره الآخرين عنه خلال تعامله مع المجتمع المحيط به.

- تعريف ثيودور ساربن: عرف الدور انه مجموعة من الانماط والأفعال أو السلوكيات التي يتم يكتسبها او يذوتها الفرد اما بشكل مقصود أو غير مقصود بشكل تلقائي خلال المواقف الاجتماعية في موقف يتضمن تفاعلا".
- تعريف هربرت سترين: يشير مفهوم الدور الى أنواع السلوك المقررة والمحددة لشخص يشغل مكانه معينة.

وأكدت دراسة عبد الله (2021) على وجود علاقة بين صراع الأدوار والعمل والأسرة والالتزام التنظيمي وكذلك تحديد تقلبات العمر ومدة الزواج كمؤشر هام على الرفاهية في مكان العمل، وذلك من خلال تزايد مشاركة المرأة في قطاع الحياة المهنية اليومي. بالإضافة إلى دراسة أمينة احمد ونجاح ونرياتي (Ahmad & Noryati, 2011) التي اشارت الى تحديد تأثير صراع الأدوار على الرضا الوظيفي، مع الصراع بين العمل والاسرة كوسيط محتمل، وجاءت النتائج إلى أن الصراع بين العمل والأسرة هي إحدى الأسباب التي تؤثر في صراع الأدوار على الرضا الوظيفي، من الممكن ان يؤدي صراع الأدوار في مكان العمل الى زيادة الصراع الداخلي بين مجالات العمل والأسرة والذي بدوره يمكن أن يقلل من مستوى الرضا الوظيفي، كما تشير الدراسة إلى انه لتحسين الرضا الوظيفي للموظفين، يجب على الإدارة تجنب رؤية مشكلة العمل بمعزل عن مساحة الحياة الإجمالية للموظفين. اما هلالو (Halilu ,2017) في دراسته على عينة من النساء العاملات المتزوجات في نيجيريا والتي هدفت لتحقيق في صراع الأدوار بين النساء العاملات المتزوجات، فقد أظهرت نتائج الدراسة أن النساء العاملات يحدث لديهن صراع الأدوار بمرور الوقت من خلال ضيق الوقت، وان النساء يعانين من صراع الأدوار، وتم الكشف عن اهم جانب من جوانب تضارب

الدور في الصراع بين العمل. وأظهرت نتائج دراسة غيات (2013) وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط التي تعاني منها المرأة القيادية وبين صراع الادوار لديها، ويرجع هذا الامر الى تأثير ظروف العمل على حياتها الشخصية مما تؤثر هذه الضغوط على صعوبة التوفيق بين العمل والبيت، وتسهم في تشكيل مختلف أشكال الصراع عند المرأة القيادية. وأوضحت نتائج دراسة الخضيري (2010) الى الافتقار إلى التنظيم والتنسيق بين الأدوار والمهام خاصة في حالة تزامنها وتتابعها من حدة الصراع بين تلك الأدوار. كما وأظهرت نتائج دراسة الصفتي ومعروف (2015) ان كثرة الأدوار المسببة للضغوط والصراعات لدى المرأة العاملة هو دورها كزوجة أولا ثم دورها كربة منزل، يليه دورها كأم وأخيرا دورها كامرأة عاملة، وأكثر الأسباب المؤدية لصراع الأدوار لديها هي غموض المهام المطلوبة منها وعدم وضوحها، يليه الصراعات في علاقتها مع الاخرين خلال قيامها بتلك الأدوار ثم تعارض الأدوار والمسؤوليات وأخيرا تعددها. اما دراسة الخضيري (2010) في كتابه إدارة الصراعات أظهرت النتائج ازدياد صراع بين الأدوار التي تقوم بها المرأة العاملة إذا افتقرت الأدوار والمهام خاصة في حالة تزامنها وتتابعها الى التنظيم والتنسيق. وفي دراسة جوان إسماعيل خوشناو (2021) أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين صراع الأدوار ونوعية الحياة لدى المرأة العاملة في قطاع التعليم في إقليم كردستان–العراق، وفي دراسة اوجبوجي (Ogbogu, 2013) واظهرت نتائج الدراسة إلى أن العوامل المؤدية الى الصراع الناتج عن مجال العمل والأسرة تتمثل في طول ساعات العمل، جداول العمل المكثفة، مرافق العمل غير الكافية، الزيادة في عدد الطلاب، الزيادة في أعضاء هيئة التدريس، عبء مهنة التدريس، المسؤوليات المنزلية، وظائف الاستشارة، عدم وجود سياسات تستجيب لطلبات النساء كمقدمي الرعاية، حضور الاجتماعات والتعيينات الإدارية، والحمل الثقيل للأشراف على الأطروحات، من النتائج كذلك التأثير السلبي للصراع على الأداء الوظيفي.

وفسرت العديد من النظريات صراع الأدوار ومن أهمها نظرية بارسونز (Parsons) المشار اليها في (تواتي، 2019) حيث يعتبر بارسونز من ابرز دعاة الاتجاه الوظيفي في علم الاجتماع، الذي افترض ان أي تقسيم في العمل يؤدي الى تعدد الأدوار وتباينها واختلافها في أي نظام اجتماعي، وبالتالي يصبح لكل الأدوار

المتخصصة والمتباينة نظام معين وخاص في البناء الاجتماعي، ومثال ذلك مجموعة الأدوار التي يقوم بها الاب، ومجموعة الأدوار التي تقوم بها الام، ومجموعة الأدوار التي يقوم بها وغايات معينة تحددها الاسرة، فقيام الفرد بمجموعة الأدوار المتباينة ليس سوى نتاج لارتباطه بعلاقات اجتماعية واقتصادية داخل النظام الاجتماعي، وكلما تقدمت شخصية الفرد في التطور والنضج بسب التقدم في السن كلما ازدادت الأدوار وبالتالي ازدادت علاقته الشخصية والاجتماعية، وكلما وصلت الشخصية مرحلة متقدمة من النضج النفسي والتمييز والتوحد مع مجموعة القيم والمعايير السائدة يصل الفرد الى درجة من التوافق في أداء الادوار. اما نظرية التحليل النفسي التي وردت في دراسة محدب (2011) واشهر روادها "فرويد" الذي اكد ان الانسان يسعى دائما الى اشباع حاجته وغرائزه التي من الممكن ان تتعارض مع القيم الاجتماعية وتقاليد المجتمع الذي يعيش فيه مما يؤدي الى خلق صراع بين ما يريد تحقيقه نتيجة لضغط الهو بغية التعبير عن نفسه وبين مقاومة الانا له، بهدف الدفاع عن الشخصية وسعيا للوصول الى حالة من التكيف مع ظروفها الاجتماعية، وتعتبر حالة الصراع التي يمر بها الأشخاص حالة طبيعية تظهر بشكل مستمر في حياته اليومية، وهي مستمرة بين أجزاء الشخصية الثلاثة، فالهو هي القوة الدافعة التي تدفع الفرد الى اتباع نشاط محدد، اما الانا تقف لتواجه النشاط فينشأ الصراع بينهما، والانا الأعلى يحاول إيقافه مما يولد صراع اخر بين الانا والانا الأعلى. في دراسة رضوان (2009) التي تناولت نظرية التنافر المعرفي التي اعتبرت ان الافراد يطمحون باستمرار لتحقيق التوازن بين أفكارهم ومعارفهم وقناعتهم بالنسبة لموضوع معين، وفي حالة عدم التوافق بين معارف محددة فان ذلك يؤدي الى التنافر المعرفي المؤدي بدوره الى توليد دافع غايته خفض ذلك التناقر لأدنى درجة ممكنة، فالتنافر المعرفي يكون نتيجة لارتباط تلك المعارف بدوافع معينة تمتلك عند الفرد أهمية شخصية. اما نظرية الامتداد التي تقوم على مبدأ ان العامل الذي يعيش تجربة في مجال واحد تؤثر على تجاربه في مجالات أخرى سواء كانت إيجابية او سلبية، وفق هذه النظرية فإن العامل ينقل مشاعره ومواقفة وسلوكياته من عمله لحياته الاسرية او بطريقة عكسية من حياته الاسرية الى عمله، وتعتبر نظرية الامداد الأكثر انتشارا في دراسة الاسرة والعمل (مدفوني، 2019).

وفي نظرية البورت (Alport) التي جاءت في دراسة تواتي (2019) الذي افترض ان صراع الأدوار ينتج عند وجود تعارض بين نشاط الفرد وواجباته، فعندما يتوجب على الفرد القيام بدورين متعارضين في الجهد والوقت والتوقعات، فيتكون لديه ما يعرف بصراع الأدوار، فتزداد المتطلبات أكثر لكل دور وفي اتجاهات مختلفة، لكنهنا يجب عليه ان يقوم بالدورين الأساسيين لكي يتجنب الوقوع في ضرر الدور الاخر وعدم القيام به، وحدد البورت ثلاثة مفاهيم مرتبطة بالأدوار الاجتماعية والنفسية التي يقوم بها الفرد:

- توقعات الدور: وهي التصورات والتوقعات لدى الفرد عن الادوار والواجبات التي يجب القيام بها حسب ثقافة مجتمعه ومعاييره مثل دوره كأب او زوج.
- مفهوم الدور: هو الشكل الذي يكونها الفرد عن ادواره ويتداخل هذا مع مفهوم الفرد عن نفسه بالإضافة الى ما هو متوقع ان يقوم به، على سبيل المثال ان يتصور الفرد إمكاناته وقدراته وايضا سماته الشخصية في قيامه بمختلف اعماله ووجباته.
- قبول الدور او رفضه: احيانا يتقبل الافراد ادوارهم عندما تكون هذه الادوار محددة في ضوء توقعات الاخرين، فبعض الأفراد لا يقبلون ادوارهم ولا يهتمون بها، لكن بعض الافراد يحبون تصوراتهم الخاصة لأدوارهم لكن يرفضون قبول توقعات الاخرين.
- كفاءة الدور: هو الأسلوب الذي يسلكه الافراد دورهم، ويعتمدون فيدورهم على الشروط السابقة.

ويرى العنزي واخرون (2013) ان نظرية الدور قامت على خمسة افتراضات أساسية، ومتفق عليهم بين العلوم الاجتماعية المختلفة هي:

- بعض أنماط السلوك تعتبر صفة مميزة لأداء الفرد الذي يعمل داخل إطار معين.
- ان الافراد الذين يشتركون في عدد من الهويات غالبا ما يتكون لديهم تضارب بالأدوار.
- غالبا ما يكون الافراد مدركين للدور الذين يقومون به، والى حد معين فأن إدراك الفرد حقيقة الأدوار تجعله يتحكم بها.

- عادة ما تستمر الأدوار بسبب النتائج المترتبة عليها من جهة وبسبب ارتباطها بسياق نظم اجتماعية أكثر اتساعا من جهة أخرى، بمعنى انه اذا كانت نتائج الأدوار إيجابية يستمر الفرد بالقيام بها وإذا كانت سلبية يتوقف عن القيام بها.
- يجب ان يكون الافراد مؤهلين للأدوار التي يقومون بها.

ويمكن تقسيم صراع الأدوار الى صنفين:

1- الصراع داخل الدور: عادة ما ينشأ هذا النوع من الصراع من تعدد وتباين التوجيهات التي تصدر في أنواحد لفرد يشغل عمل او دور واحد وهنا يتعذر الاستجابة لكل تلك التوجهات في نفس الوقت.

2- الصراع بين الأدوار: وعادة ما ينشأ عن عدد من الأدوار المتزامنة التي تنتج عنها توقعات متضاربة (بوحسي ودود،2020).

3-الصراع بين الفرد والدور: ويحدث عادة عندما تتعارض متطلبات الدور مع القيم ومعتقدات الفرد واتجاهاته وحاجاته (جعيجع وبشيري، 2021).

تحليل صراع الأدوار:

قد يستجيب الفرد لصراع الأدوار ويحله بأحد الحلول الأربعة:

- الاستجابة للضغط والاستسلام له.
- التمسك بالمعايير المهنية ومتطلباتها.
- محاولة التوفيق بين الآراء المتعارضة.
- تجنب اتخاذ قرار حاسم وهام (مهاني ونملي، 2021).

وهناك سببان رئيسيان لصراع الأدوار هما:

السبب الاجتماعي: ويظهر الصراع نتيجة تغير اجتماعي في حياة الافراد، كان ينتقل من طبقة اجتماعية الى أخرى اما صعودا او هبوطا، او المراهق عندما ينتقل من مرحلة الطفولة الى الرشد ويبدأ بتخطيط ليكون اسرة، ويمكن تلخيص السبب انه عندما يتعارض المطلب الاجتماعي في اثناء أداء الأدوار، والسبب الفردي: وهنا يستطيع الفرد إدراك نفسه يقوم بأكثر من دور وهذه الأدوار يمكن ان تناسب مواقف معينة وتتعارض مع مواقف الأخرى (بوحسي ودود، 2020).

أثر صراع الأدوار على المعلمات:

- يؤثر بشكل سلبي على شخصية المعلمة ويخلق الكثير من المشكلات التي قد تصل الى حد المشاكل النفسية.
- يخلق ضعف في الانسجام بين الشخصية والبناء الذاتي.
- قد تلجئ المعلمة الى التخلي عن القيام بدور معين لأجل أدوار اخرى.
- ان صراع الأدوار ينتج عنه ارتفاع متزايد في معدلات تغيب المعلمات عن
- ينتج عن صراع الادوار الى انخفاض رضا المعلمات عن الأداء (جعيجع وبشيري، 2021).

1.2.2 الاحتراق النفسي:

عادة ما يقضي الافراد نصف وقتهم في عملهم وربما اكثر، وقد يتعرضون لتأثير على صحتهم النفسية، وقد يعاني بعض الافراد من شدة الضغوط المهنية ويصلون لمرحلة تعرف بالاحتراق النفسي، ومصطلح الاحتراق النفسي يرتبط غالبا بالعمل اكثر من أي موضوع اخر، مما ينتج عن هذه الاعمال استجابات جسدية ونفسية وانفعالية لدى العاملين الذين تكون لديهم حالة من الاستنفار القصوى لتحقيق أهدافه الصعبة، ويحتل موضوع الاحتراق النفسي حيزا كبيرا في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجالات المهن الإنسانية،

ويحدث الاحتراق النفسي مع المعلمات بسبب المشاكل المرتبطة بعملية التدريس التي تواجها المعلمة مع الطلاب (محمد، 2021).

وظهر مفهوم الاحتراق النفسي Burn out اول مرة على يد لفرويدنبرجر Freudenberger الذي رأى ان العاملين في قطاع الخدمات الاجتماعية والإنسانية اكثر عرضة من غيرهم للإصابة بالاحتراق النفسي، كما واهتم العديد من الباحثين بظاهرة الاحتراق النفسي والتي تعد من الظواهر النفسية المهمة، فتناولوا أسبابها واعراضها، واثارها السلبية، والأسباب المؤدية لها، كالضغوط المهنية المستمرة، وعدم مساندة المرؤوسين والزملاء، وزيادة ضغط العمل عن الحد المعقول، وقلة الدعم المادي والمعنوي، كل تلك العوامل تؤدي الى الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة، مما يؤدي الى الغياب المتكرر، والتصرف بطريقة سلبية مع المحيطين بها، والشعور بالملل والارهاق والتعب عند قيامها بأقل جهد ممكن، وقد يؤدي بها في نهاية المطاف الى ترك العمل (مراد، 2012).

وهنا جاءت ماسلاش بتعريف الاحتراق النفسي على انه حالة من الاستنزاف الانفعالي او الاستنزاف البدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، وعلى ذلك فان الاحتراق النفسي من وجهة نظرها هو جملة من التغيرات السلبية في اتجاهات الفرد نحو الاخرين ونحو مطالب العمل، بسبب المتطلبات الزائدة من الناحية الانفعالية والنفسية، نتيجة لما يتعرض له الفرد من ضغوط وظيفية واسرية (لملوم، 2018).

وهذا تصيب ظاهرة الاحتراق النفسي المهنيين الذين يواجهون معوقات تحول دون قيامهم بمهامهم المهنية بشكل كامل، فيتسبب لهم بالشعور بالعجز والقصور عن تأدية عملهم بالمستوى المطلوب منهم، مما يترتب على ذلك خلق ضغوط نفسية، يلزم المهني بالتكيف معها، ليخفف من احساسه بالعجز، ومن اهم ما يميز هذا النوع من التكيف تدني مستوى الدافعية، وشعوره بعدم الرضا والعلاقات الجافة التي يرتبط بها مع زملائه خلال العمل (مهدي، 2012).

في بعض الأحيان بتجاوز الاحتراق النفسي لدى العامل تدني مفهوم الذات والشعور بالنقص وحتى انخفاض ثقته بنفسه، واحساسه بالحزن والإحباط والاستياء، ويصل لدرجة اهمال الأولويات الشخصية (حداء، 2012)

واستخدم فرويدنبرجر الاحتراق النفسي كمفهوم ليعبر عن الاستجابات البدنية والانفعالية لضغوط العمال التي يتعرض لها المهنيون العاملون في مجال الخدمات الإنسانية، كما قام فرويدنبرجر مع بعض زملائه وماسلاش بنشر بعض المقالات التي تطرح موضوع الاحتراق النفسي، معتمدا بذلك على تجربته الشخصية في مجال الطب النفسي في الولاية المتحدة الامريكية، وذلك من خلال عمله لساعات طويلة في معالجة مدمني المخدرات في ظروف صعبة، مما انعكس سلبا على علاقته بعائلته وزملائه في العمل، مما جعله يشعر بأعراض ظاهرة الاحتراق النفسي (محمد، 2014).

وجاءت العديد من الدراسات التي تطرقت لمفهوم الاحتراق النفسي كدراسة البوسعيدي ودهان (2018) التي هدفت للكشف عن مدى الاحتراق النفسي لدى المعلمات في سلطنة عمان واظهرت نتائج الدراسة الى وجود احتراق نفسي لدى المعلمات، وجاءت نسبة استجابة المعلمات ذوي خبرات (11سنة فما فوق) اعلى من المعلمين ذوي خبرة (اقل من 5 سنوات)، مما يدل على تعرض المعلمات الاكثر خبرة للاحتراق النفسي، وان اهم مسببات الاحتراق النفسي يعود الى ضعف الاعداد الجامعي في مجال الارشاد. ومن جانب اخر أشار بن عامر (2017) في دراسته الى المستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الأقسام في الجامعات الى تعرض العديد من العاملين في المهن الاجتماعية والإنسانية الى الاحتراق النفسي، واستخدمت مقياس ماسلاش Maslach للاحتراق النفسي. اما دراسة ساري (Sari, 2004) التي أجريت على عينة من معلمي المدارس الخاصة في تركيا، حيث تم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي والوظيفي، وقد اشارت النتائج الى وجود مستويات متوسطة من الاحتراق النفسي في بعدي تبلد الشعور ونقص الشعور بالإنجاز، واظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والاناث على بعدي الاجهاد الانفعالي والشعور بنقص الإنجاز لصالح الذكور، كما كانت هناك درجات اعلى في بعدي الاجهاد الانفعالي وتبلد الشعور لصالح المعلمين الأكثر خبرة، بينما

كانت الدرجات اقل في بعد الشعور بالإنجاز لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية، بينما كانت درجة الرضا الوظيفي اعلى لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية. اما دراسة سراي (2012) والتي ظهر من خلال نتائجها ان المعلمين المتزوجين في ولاية البليدة في مستوى فوق المتوسط على الابعاد الثلاثة للاحتراق النفسي وهي: البعد الأول (الاجهاد الانفعالي) والبعد الثاني (تبلد المشاعر) والبعد الثالث (تدني الإنجاز)، واثبت وجود علاقة ارتباطية سلبية ودالة بين الاحتراق النفسي والرضا بين الطرفين لدى الأساتذة المتزوجين.

ودراسة شعبان وهرقة (2019) التي جاءت تحت عنوان الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، حيث اعتمد مقياس ماسلاش الذي طبق على 38 معلمة من معلمات التربية الخاصة بطريقة المسحية في مدينة قالمة في الجزائر، واظهرت نتائج الدراسة انه يوجد احتراق نفسي معتدل لدى معلمي التربية الخاصة، وانه لا يوجد علاقة بين الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ونوع إعاقة التلاميذ الذين يتعاملون معهم، وانه لا توجد علاقة بين مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة والاقدمية في العمل لديهم. وفي دراسة الحسن (2015) والتي هدفت للكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في المرحلة الابتدائية، واظهرت نتائجها ان هناك مستوى منخفض من الاحتراق النفسي لعينة الدراسة في ابعاده الثلاث لمقياس ماسلاش، وعدم وجود علاقة دالة احصائيا بين مستوى الاحتراق النفسي ومستويات الرضا الوظيفي لدى معلمي التربية الخاصة، وعدم وجود فروق في درجة الاحتراق يعزى للخبرة التدريسية، وعدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس.

وذكر مهدي (2012) ان هناك خمس عناصر أساسية لتعريف الاحتراق النفسي وهي كما يلي:

- المسبب الرئيسي لها هو ضغوط العمل التي يتعرض لها الفرد.
- وان المحترقين نفسيا لا يوجد لهم ماضي مرضي.
- يمر الاحتراق النفسي في مراحل.
- وأنها ظاهرة نفسية تصيب العاملين وتخلق لديهم اتجاهات سلبية نحو عملهم، وينتج عنه اعراض مثل التعب الجسدي والذهني والاحساس بالاكتئاب، مما يقلل من قيمة الإنجاز الشخصي.

وفي العادة ترتبط الأسباب الرئيسية للاحتراق النفسي ببيئة العمل، لكن أكد العديد من الباحثين انه لا يمكن اغفال دور البيئة الاسرية عند دراسة نمو وتطور الاحتراق النفسي، ويشير الباحثون الى ان هناك ارتباط مباشر بين متطلبات الاسرة والاحتراق النفسي، وان وجود العمل مع متطلبات اسرية يؤدي بالنهاية الى صراع بينهما، فالالتزام بالمسؤوليات في مجال العمل والمسؤوليات في مجال اخر كالأسرة يكون صعبا ويخلق صراع أدوار بين دور العمل والعائلة (Korunka et al., 2013).

ابعاد الاحتراق النفسي كما يراها سراي (2012):

- الانهاك الانفعالي:Emotional Exhaustion وتعتبر ماسلاش ان بعد الاجهاد الانفعالي اهم بعد في الاحتراق النفسي، ولكنه ليس البعد الوحيد الذي يصف اعراض ظاهرة الاحتراق النفسي، فلو ركزنا على الاحتراق النفسي بشكل خاص بحيث يركز فقط على الاجهاد الانفعالي، سيبتعد عن المعنى الحقيقي عن ماهية الانهاك المهني، فأذا كان الانهاك يصف بعض الضغط في الاحتراق النفسي لكنه لا يصف بشكل كامل بالمظاهر الصعبة لعلاقة الفرد في عمله.
- تبلد المشاعر: هي استجابة الافراد التي تتصف بالقسوة تجاه الأشخاص الذين يتلقون منهم الخدمة والرعاية.

- نقص الشعور بالإنجاز:Accomplishment Lower Personal ويعني انخفاض شعور الفرد بالانجاز الشخصي وانخفاض شعوره بكفاءته وانجازه المثمر في عمله مع الناس.

- **أسباب الاحتراق النفسي:**

يوجد العديد من الأسباب التي تقود الفرد الى الاحتراق النفسي يذكر منها (تركي، 2014):

الأسباب الخاصة بالفرد:

- مدى واقعية الافراد وامالهم وتوقعاتهم، زيادة عدم الواقعية التي يمكن ان تحمل في داخلها مخاطر الوهم والاحتراق.
- مدى الاشباع الفردي خارج منطقة العمل، زيادة حصر الاهتمام في العمل يزيد من امكانية الاحتراق.
- الأهداف المهنية، اذ يعتبر العاملون الاجتماعيون أكثر عرضة للاحتراق النفسي
- مهارات التكيف العامة.
- تقييم الفرد لذاته ونفسه.
- قدرته على الوعي والتبصر بالاحتراق النفسي لديه وادراكه انها مشكلة.

وأسباب الاحتراق النفسي كما ذكرتها ماسلاش بشكل مختصر:

- ازدياد حجم العمل وتضارب الأدوار في الحياة.
- الصعوبة في أداء المهام بسبب كثرتها بالإضافة للمهنة الأساسية.
- عدم وجود تعزيز إيجابي مثل مكافأة مادية او معنوية.
- عدم القدرة على المشاركة الاجتماعية بدرجة كافية.
- وجود صراع بين القيم بحيث يقوم الفرد بعمل ما بشكل لا يتوافق مع القيم والمبادئ.
- تحميل الموظف مسؤوليات فوق طاقته التي تجعله غير قادر على القيام بها بشكل المطلوب.
- العمل في مكان رديء من حيث بيئة العمل والأجهزة المستخدمة اثناء العمل، وتواضع امكانياته لأداء الواجبات المطلوبة (علي، 2014)

مراحل الاحتراق النفسي:

الاحتراق النفسي لدى المعلمين يحدد في عدت مراحل حسب وجهة نظر برودسكي:

- مرحلة الحماس: وتتمثل في زيادة جهد المعلم وتوقعاته لاعتقاده ان العمل يعده بالحصول على كل ما يريد.
- مرحلة الركود والجمود: وهنا يقوم المعلم بجهد وحماس اقل.
- مرحلة الإحباط: في هذه المرحلة يصبح العمل تهديدا للمعلم وذلك في غيابات الطلاب واهتمام الاهل وكفاية الراتب.
- مرحلة اللامبالاة: في هذه المرحلة يصبح المعلم يعاني من اضطرابات جسمية ونفسية وعدم المبالاة بالإدارة وبنفسه (جرار، 2011)

اعراض الاحتراق النفسي كما يراها هرقة وشعبان (2019).

أ- الاعراض الجسمية:

- تشنج العضلات.
- ارتفاع ضغط الدم.
- الإحساس بالألم على مستوى الجسم.
- الشعور بالإجهاد والاستنزاف للطاقة والقدرة على انجاز العمل.

ب- الاعراض النفسية:

وتظهر هذه الاعراض في التغيرات السلبية في المشاعر على شكل اكتئاب وغضب ويأس وحزن واحباط بسبب عدم القدرة على الوصول الى الأهداف المراد تحقيقها بالإضافة الى عدم القدرة على التركيز والبلادة والغضب بدون سبب محدد (هرقة وشعبان، 2019).

ج- الاعراض الاجتماعية والسلوكية:

تظهر اعراض الانسحاب الاجتماعي والميل نحو العزلة، ويتكون لدى الموظف اتجاه سلبي نحو زملائه وحتى عدم الرضا والتغيب المستمر عن العمل وانخفاض الأداء، وقد يصل في بعض الأحيان الى تناول المهدئات والمنومات او تناول الدخان وشرب كمية كبيرة من المنبهات كالقهوة والشاي، او حتى تعاطي المخدرات مما يخلق مشاكل صحية لدى الشخص الذي يعاني من الاحتراق النفسي (هرقة شعبان، 2019).

وفسرت العديدة من النظريات مفهوم الاحتراق النفسي ذات الاتجاه المعرفي ان الأشخاص الذين يظهر لديه الاحتراق النفسي هم أساسا لديهم طريقة تفكير خاطئة وتشوهات معرفية، ولذلك ان لديهم معتقدات او اتجاهات خاطئة نحو ذاتهم ونحو الاحداث الضاغطة فهم يرون الاخطار الصغيرة انها كوارث كبيرة، بالرغم من ان الاحداث الضاغطة اقل خطرا من الطريقة التي يدرك بها الأشخاص هذه الاحداث، ويمكن التقليل من العوامل المؤدية الى حدوث الاحتراق النفسي من خلال التفكير الإيجابي فيما يتعلق بالأحداث المحيطة لديهم، ولتجنب حدوث الاحتراق اثناء العمل يجب التركيز على النقاط الإيجابية بدل التركيز على الأفكار السلبية المحيطة (مشاقبة، 2016). اما نظرية الاحتراق النفسي التي تعتمد على الأساس السلوكي تعتبر ان سلوك الفرد ناتج عن ظروف الفيزيقية والبيئية مختلفة، كما انهم لم يتغافلوا عن الأحاسيس والمشاعر الإنسانية التي تتحكم في السلوك، وبالتالي فسروا الاحتراق النفسي على انه حالة داخلية كالقلق والغضب وإذا تم ضبط العوامل البيئية المحيطة بالفرد في العمل يصبح من السهل عليه التحكم في الضغوط المهنية المؤدية الى حدوث الاحتراق النفسي (هرقة وشعبان، 2019). ومن جانب اخر أشار نموذج "تشيرنس" للاحتراق النفسي الى ان هناك عدد من العوامل التي تسهم في ظهور الاحتراق النفسي، بحيث تناولت خصائص بيئة العمل واعتبرها من العوامل المؤدية للإحساس بالضغوط المهنية والتي بدورها تؤدي لحدوث الاحتراق النفسي، وأشار الى المصادر الضاغطة وتشمل عدم الثقة بالنفس، وأيضا مشاكل الزملاء في العمل بالإضافة الى نقص الكفاءة وخصائص بيئة العمل كالاستقلالية والاتصال بالعملاء والمتغيرات الشخصية ومتغيرات الاتجاهات السلبية (أبو مسعود، 2010).

وفي نموذج "شواب" للاحتراق النفسي الذي يعد من النماذج المبسطة في الاحتراق النفسي، وذكر فيها مجموعتان من العوامل التي تؤدي الاحتراق النفسي، المجموعة الأولى ترتبط بالعوامل الشخصية وهي التوقعات المهنية والنوع والجنس والعمر والمستوى التعليمي وعدد سنوات الخبرة، اما المجموعة الثانية وهي عدم المشاركة في صنع القرار وضعف الدعم الاجتماع وصراع الأدوار وايضا غموض الادوار، وفي هذا النموذج هناك تطابق لأعراض الاحتراق النفسي مع نموذج ماسلاش في تصوراته للاحتراق النفسي مثل نقص الإنجاز والاستنزاف الانفعالي، واللاشخصية (درويش، 2014). وجاء في نظرية التحليل النفسي ان الاحتراق النفسي هو نوع من الهروب وطريقة للتكيف واعتبروه انه سلوك دفاعي يقوم به الفرد لكي يحافظ على الاستمرارية، وعلى ان الاحتراق النفسي ناتج عن عملية ضغط على "الانا" لفترات مستمرة ومتكررة ينتج، وذلك من اجل تحقيق متطلبات العمل التي تشكل عبء وضغطا مستمرا على قدرته الا ان الفرد لم يتمكن من مواجهة هذه الضغوط بطريقة سوية، ويمكن ان يكون الاحتراق النفسي ناتج عن التصدي الدائم لرغبات المتعارضة مع قدراته وكفاءاته ومكونات شخصيته او الكبت الذي يمارسه الفرد، وبالتالي ينشأ صراع حاد بين تلك المكونات يؤدي للاحتراق النفسي الذي نتج بسبب حدوث فجوة بين الانا وبقية المكونات (حداء، 2018).

1.2.3 التوافق الزواجي:

هو عملية مستمرة بين افراد الاسرة حيث يتفاعل بها الافراد بالتغير والتعديل في سلوكياتهم للتعامل مع بيئتهم الاجتماعية لاحداث التوازن بين افراد الاسرة وبيئتهم (الشواشرة وابو جلبان، 2019).

وأشار ختاتنة (2012) ان التوافق يعتبر الأسلوب الذي بواسطته يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع البيئة. وبالتالي فتوافق يعتبر عملية ديناميكية مستمرة يقوم بها الافراد بتعديل سلوكهم للوصول للإشباع حاجاتهم المختلفة والى تحقيق أهدافهم، وتتعدد اشكال التوافق بين الفرد وبيئته الا ان اهم اشكال التوافق في هذه الدراسة التوافق الزواجي على وجه الخصوص لضمان استمرار الاسرة التي هي النواة الأولى في المجتمع.

وهناك ثلاثة ابعاد لتوافق: أولا التوافق الشخصية ويتضمن السعادة والرضا النفسي، اشباع العديد من الحاجات الفطرية او الدوافع الداخلية وحتى المكتسبة، ويتضمن التوافق لمطالب النمو في مراحله المتتابعة، وثانيا التوافق الاجتماعي ويشتمل على الالتزام بأخلاق وقيم المجتمع، والشعور بالسعادة مع الاخرين، وتقبل التغير والتفاعل الإيجابي السليم، والعمل من اجل السعادة الزوجية، مما يجعل الفرد يصل الى تحقيق الصحة النفسية ثالثا التوافق المهني، ويتضمن الاختيار والاستعداد للمهنة المناسبة والدخول فيها وان يتمتع بالكفاءة والانجاز في الإنتاج والشعور بالنجاح والرضا(عمران، 2015).

فالتوافق الزواجي له عدة جوانب رئيسية أولا: الرضا الزواجي متمثل في شعور كلا الزوجين بالسعادة والسرور الناتجة عن سلوكيات متوافق عليها، وايضا النجاح الزواجي المتمثل في تحقيق اهداف الزوجين بإشباع حاجاتهما والاستمرار معا، ثم اثراء الحياة الزوجية من خلال قيام كل منهما بدوره على أكمل وجه وبكفاءة من اجل تأمين فرص التقدم والمستمر في حياتهما الزوجية، وتحقيق السعادة الزوجية والتي تتحقق بتحقق الرضا والنجاح لكلا الزوجين واثراء حياتهم الزوجية (الراشد،2016).

وفي حال عدم وجود توافق الزواجي فأنه يعرض افراد الاسرة للاضطرابات ومشاكل نفسية عديدة وبالتالي تفكك العلاقات الاسرية وانهيارها، فهناك العديد من العوامل التي تؤثر في التوافق الزواجي كالمشكلات الناتجة عن خروج المرأة للعمل، ووجود اختلافات بين المرأة وزوجها من حيث الميول والاهتمامات، او صعوبة قيامها بواجباتها الزوجية، والاختلاف في مستواهما التعليمي والثقافي، والفرق بينهما في العمر، والاختلافات الشخصية (الغافري والخواجة، 2018).

فقد أظهرت بعض الدراسات ان المرأة قد تكون مقصرة في دورها بالعمل والسبب في ذلك رغبتها في توفير جهدها للعمل المنزلي وتحقيق التوافق الزواجي ورعاية الأطفال، فهناك العديد من الدراسات التي تناولت دور المرأة كزوجة وام واتهمها في التقصير في أدوارها، وان الأمهات لديهن الإحساس بالذنب والتقصير في أداء

واجبهن نحو ازواجهن والأطفال، ودراسات أخرى اتهمت المرأة بالانشغال بالعمل عن الاهتمام ورعاية اولادهن مما أدى الى انحراف كثير منهم، وان عملهن أدى لارتفاع نسب الطلاق (ناصيف، 2009).

وقد عرفت السلامين (2019) التوافق الزواجي: هي حالة الانسجام والتفاهم المشترك بين الزوجين والاحساس ان كل من هما مكمل للآخر، مما يتطلب التضحية ببعض رغباته والحرية في إعطاء الوقت الكافي لكي يعزز الانسجام، لكي يصل الزوجين لمرحلة التوافق والانسجام.

ان درجة التوافق الزواجي تقوم على النضج الانفعالي لدى الزوجين والذي يعتبر من اهم وأكثر العوامل أهمية للاستمرار ونجاح الحياة الزوجية، إذا تمثل درجة التطور في قدرة الفرد على تطور ذاته وإدراك الاخرين بموضوعية، وان يميز بين الحقيقة والخداع، وإذا انخفض النضج الانفعالي بين الأزواج تزداد حدة المشكلات (احمد، 2016).

وعرفت (ونوغي، 2014) التوافق عن سيغموند فرويد" بانه قدرة (الانا) على خلق حالة الاتزان بين (الانا العليا) و(الانا السفلى)، ويرى بأن بعض الحيل الدفاعية إذا استخدمها الانسان دون افراط– تؤدي الى حدوث نوع من التوافق.

عرف روجرز التوافق الزواجي عام (1972): شعور الزوجين بالرضا والسعادة والتعاطف والثقة المتبادلة بينهما، وقدرة كل منهما على حل المشكلات التي تواجههم (عرار عبد الله، 2020).

اما بلوزي وسعيدي (2020) فقد عرف التوافق الزواجي انه حالة وجدانية تشير الى مدى تقبل العلاقات الزواجية، ويعتبر محصلة للتفاعلات المتبادلة بين الزوجين في جوانب عدة منها: التعبير عن المشاعر الوجدانية للطرف الاخر.

وعرفه لازوس: "انه مجموعة العمليات النفسية التي تساعد الفرد في التغلب على المتطلبات والضغوط المتعددة" (ختاتنة، 2012، ص20).

كما عرفه النوابي، علي: "العملية الدينامية لمستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفا تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقنا بينه وبين نفسه من جهة وبينه وبين الاخر من جهة أخرى" (علي، 2010، ص86).

وجاء في بعض الدراسات الموضحة لمفهوم التوافق الزواجي نذكر منها دراسة رضوان، وعمار (2014)، وبينت نتائج الدراسة انه يوجد فرق بين متوسط درجات النساء العاملات ومتوسط درجات النساء غير العاملات في توافق الزواج الكلي لكلا المجموعتين، كما واظهرت نتائج الدراسة وجود فروق بين متوسط النساء العاملات في القطاع الحكومي وبين متوسط النساء العاملات في القطاع الخاص في توافقهن الزواجي، ولصالح النساء العاملات في القطاع الحكومي. اما دراسة البريكي (2015) التي هدفت لتوضيح أهمية التوافق بين الزوجين وأثرها في تماسك الاسرة واستقرارها والتي تساعد الاسرة في الوصول الى قواعد ومبادئ التي تنطلق من قواعد الإسلام والتي اكدتها العلوم والدراسات الحديثة، والمتعلق بموضوع الدراسة، واوضحت نتائج هذه الدراسة الى ان الشرع ابدى اهتمام كبير بالتوافق الزواجي، ويعود ذلك للأهمية البالغة في توطيد العلاقة الزوجية بين الأزواج، كما اكدت النتائج ان ارتفاع مستوى التوافق الزواجي يزيد من قدرة الزوجين على تحمل الضغوط الحياتية واجتياز الازمات، وان ارتفاع او انخفاض مستوى التوافق الزواجي يعود الى الدور الذي يلعبه الزوجان معا. اما دراسة بلوزي وسعيدي (2020) هدفت الدراسة لبحث العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى مدرسات في المدارس الابتدائية بدائرتي جامعة والمغير، واظهرت نتائج الدراسة الى وجود ارتباط قوي جدا بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى معلمات المدارس الابتدائية، ووجود علاقة ارتباطية بين الضغوط المهنية الناتجة عن طبيعة العمل والتوافق الزواجي لدى المعلمات، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النتائج عن بيئة العمل والتوافق الزواجي لدى المعلمات، وعدم وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط المهنية الناتجة عن تعدد الأدوار والتوافق الزواجي لدى المعلمات.

أهمية التوافق الزواجي على الاسرة:

ان التوافق يعتبر من اهم الحاجات التي يحتاجها البشر وتعتبر تحدي هائل وكبير يواجه الانسان، فهي تساعد الافراد على تحقيق الاستقرار والسعادة، وعامل مهم في البناء الاسرة والمجتمع وتحقيق التنمية والتغلب على الصعوبات، فمفهوم التوافق يعتبر من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية، فسلوك الانسان سواء كان ناجح او فاشل ما هو الا محاولة للوصول الى التوافق بهدف تخفيف معاناة الانسان من التوتر، والقهر والخوف والصراعات.

فارتفاع مستوى التوافق الزواجي يزيد قدرة الزوجين على تحمل ضغوط الحياة وتخطي الازمات، وتزيد قدراتهما على توظيف طاقتهما وقدراتهما للقيام بأدوارهما الاجتماعية، وإنجاز المهام الموكلة لهما بأكبر قدر ممكن، وبالرغم ان التوافق الزواجي يعتبر من مؤشرات السعادة الزوجية وضروري لاستمرار الحياة الزوجية بشكل هادئ، الا انه لا يعني بالضرورة سعادة الزوجين، لان التوافق يختلف عن مفهوم السعادة، ففي بعض الاسر يكون الزوجين متوافقين، ويقومون بكامل مسؤولياتهم تجاه الاسرة، الا انه قد يكون أحد الزوجين غير سعيد او كليهما، لكن إذا وجدت السعادة داخل اسرة فهذا حتما دليل على وجود توافق بين افرادها (البريكي، 2016).

وترى عبد اللاوي (2016) ان التوافق الزواجي هو القدرة على:

- مشاركة الخبرات والاهتمامات والقيم.
- ان يحترم أحد الزوجين فردية الطرف الاخر، ومزاجه وحاجاته وأهدافه.
- انه يجب المحافظة على خطوط اتصال مفتوحة لكلا الطرفين ليعبروا عن مشاعرهم.
- تحديد الأدوار والمسؤوليات.
- ان يكون هناك تعاون واشتراك في اتخاذ القرار وحل المشاكل والتعاون في تربية الأطفال.
- تحقيق الاشباع الجنسي لكلا الطرفين.

وذكر رضوان، وعمار (2014) العوامل التي تؤثر في مستوى التوافق الزواجي وهي:

- المراكز المهنية والدخل والمستوى التعليمي لكلا الزوجين.
- مستوى التشابه بين كلا الزوجين في السن والدين والعاطفة والمكانة الاجتماعية والاقتصادية والعاطفة والاستمتاع الجنسي والرفقة، فهذه المتغيرات ترتبط إيجابيا مع السعادة الزوجية.

مظاهر التوافق الزواجي:

1. ان يتواصل الزوجين بشكل مباشر ومستمر لمناقشة الاختلافات التي تحدث بينهما وهذا يزيد من فرص تقبل الطرفين لبعضهما.
2. معرفة الزوجين لمهمات الدور الزواجي والقدرة على ممارستها ضمن توقعات الشريك والمجتمع.
3. الوصول لدرجة التكيف النفسي والمعرفي الذي يعني مدى ما يحقق الزوجان من اشباعات لحاجاتهم العاطفية ضمن إطار العلاقة الزوجية.
4. إيجاد علاقة حب وحميمية في ظل التفاعلات خلال الحياة اليومية والحفاظ عليها.
5. العمل على تطوير وتجديد اهداف وخبرات مشتركة لدى الزوجين.
6. ان يتفق الزوجين على بناء حياة اجتماعية مشتركة يشمل الأصدقاء المشتركين والأنشطة التي يرغبان في مشاركتها.
7. التكيف الجنسي بين كلا الزوجين والذي يعتمد على الانجذاب والحب الجسدي بين الزوجين، المعرفة والثقافة الجنسية، التواصل الجنسي (عمران، 2015).

التوافق الزواجي في الازمات:

لا يخلو زواج من أزمات يمر بها خلال سنوات الزواج، فتضطرب العلاقة الزوجية وتتوتر حياتهما، و يصبح توافقهما الزواجي صعبا، وهنا تحتاج العلاقة بينهما الى صبر وجهد كبير ورغبة في حل الازمة التي يمران بها، ففي بعض الأحيان يتم الاستعانة بالأهل او الأصدقاء للمساعدة في حل تلك المشكلة، ونقصد بالأزمة

بين الزوجين، ان يكون هناك عائق يمنع احد او كلا الزوجين من تحقيق اهداف ضرورية، واشباع حاجات تعد أساسية، وحتى تحصيل حقوق شرعية، فيشعر بالحرمان وعدم الأمان او الإحباط في علاقتهما الزوجية، فيشعر احدهما بالغضب ويسوء توافقه مع الطرف الاخر، فهذا الحدث الضاغط في العلاقة الزوجية يسمى العائق، وما يتبعه من احساس ومشاعر سلبية متوترة وقلق وتهديد وحرمان وضغط والم، فيسمى الازمة، وتختلف الازمات ويختلف تأثيرها على العلاقة الزوجية، فالأزمات الشديدة والمزمنة اشد خطرا على الزواج، لأنه يدل على استمرار التأزم وعدم القدرة على التغلب عليه او التأقلم معه، لكن الازمات الخفيفة والمتوسطة التي تكون شائعة عادة بين الازواج تكون مفيدة لتقوية وتنمية العلاقة الزوجية ويزيد من الخبرات التي تجعل التفاعل الايجابي، وهنا لابد من ذكر ان العلماء اختلفوا في تحديد المدة الكافية والضرورية ليصل الزوجان الى التوافق الزواجي، فبعض العلماء يعتبر ان التوافق يحصل في مدة معينة، واعتبر البعض الاخر انه كلما زادت مدة الزواج نقص التوافق الزواجي، وفي اوقات كثيرة لا يصل الزوجان ابدا الى توافق زواجي وهذا يهدد استمرار الاسرة وينذر بزوالها (عمران، 2015).

وهناك عدد من العوامل التي تساعد في تدني التوافق الزواجي بين الازواج، يمكن اجمال العوامل بالخلافات المستمرة بين الزوجين، بالإضافة لتدخل عائلات كلا الزوجين في شؤونهما، وطبيعة التفاعل بين الزوجين مثل التفاعل السلبي (اللوم، التجاهل، الحرمان، العقاب، الالحاح، التهديد، محاولة سيطرة أحد الطرفين على الاخر، وعدم تقبل الاختلاف، والاختلاف في توزيع الأدوار) (رضوان وعمار، 2014).

العوامل المؤثرة في التوافق الزواجي:

تؤثر بعض العوامل في التوافق الزواجي بطريقة او بأخرى وليست مقتصرة على العوامل في الوقت الحالي يمكن ان تعود جذورها الى طفولة الزوجين أيضا، فالعلاقة الجنسية مثلا تعتبر من اسباب التقوية والربط بين الزوجين فهي اما وسيلة للحب او سيلة لنفور فالطبيعة التفاعل اللطيف بين الزوجين يؤدي الى علاقة اسرية طيبة، وطفولة الزوجين له تأثير على توفقهما سلبا او ايجابا فخبرة الطفولة اذ كانت تمتاز بالاستقرار والسعادة

ولم يكونوا مكبوتين خلال طفولتهم كانت العلاقة الزوجية مستقبلا جيدة ومستقرة، اما اذا كانت العكس فتكون علاقتهما الزوجية غير مستقرة، حيث ان الأزواج غير المتوافقين عادة ما تكون طفولتهم غير مستقرة وهذا يوضح دور التنشئة الاجتماعية في التوافق الزواجي، كما ان الجانب الاقتصادي والمادة يعتبر من الأسباب المهمة التي تؤثر على التوافق الزواجي ، فقد يتهم الزوج زوجته بسوء إدارة ميزانية البيت والاسراف او قد تتهم زوجها بالبخل وقد يكون في بعض الاحيان العمل وتوفير المال سبب في انشغال وغياب الزوج عن زوجته ويهمل اطفالها وهذا سبب مهم في حدوث مشاكل داخل الاسرة، وعامل اخر يؤثر بشكل كبير وهو الجانب الثقافي والاجتماعي فطبيعة الاسرة التي ينتمي لها احد الزوجين ثقافيا واجتماعيا وماديا اذا كانت مختلفة ومتفاوتة فأنها احد اهم أسباب حدوث عدم توافق بين الزوجين وتمثل الاختلافات الثقافية بين الزوجين أهمها، فكلما زادت الثقافة وتعلم احد الزوجين عن الاخر كلما زادت الفجوة بين ما يريدان من بعضمها، وعامل اخر لها تأثير مباشر على توافق الزوجين وهو الانجاب فهو عامل مهم يحقق التقارب بينهما وينشأ رابط بالغ العمق بينهما ويخلق نوع من تحقيق التوافق الزواجي والنفسي (عمران، 2015).

المؤشرات التي تشير الى التوافق الزواجي:

1- **الاختلافات:** ولها نوعان الاول الاختلاف في الدرجة والتي تسمح بالأخذ والرد والمساومة والتفاوض، والنوع الاخر وهو الاختلاف المطلق والتي لا تسمح لأي درجة من الاتفاق ويعود ذلك لوجود اختلافات أساسية في الرأي.

2- **تبادل الرآي والأفكار:** ينطوي على "التفاعل" لذا يعتبر عامل معقدا جدا في العلاقة بين الزوجين، ويظهر في صور عديدة، ممكن ان يكون هذا التفاعل غير واضح أو غامض، مؤديا لعلاقة اما ان تكون وثيقة او علاقة فرقة دائمة.

3- **نوع العلاقة:** وتعتمد العلاقة على الزوج إذا كان محب وصديق لك يجعل الزوجين متوافقان وبالتالي يصبح الاتصال بينهما سهلا، لكن إذا كانت العلاقة بين الزوجين صعبة ويحمل كل من طرفين للأخر بغضاء او كراهية وعداء فهذا يسبب سوء التوافق بينهما (عبد اللاوي، 2015)

وأكدت بعض الدراسات وجود علاقة بين الاحتراق النفسي والتوافق الزواجي وذلك لان التغلب على مواجهة المشاكل والقدرة على تحمل المواقف الضاغطة تجعل المرأة محمية من اثار الاعياء والاحتراق النفسي مما يخلق لديها شعور بالرضا، والعكس صحيح تماما، وهنا ان المرأة العاملة وخصوصا العاملة في قطاع التعليم تتعرض لضغوط صعب التكيف معها بطريقة مقبولة نتيجة تعدد أدوارها واعبائها المهنية والاسرية، فأنها تصل الى مرحلة الاحتراق النفسي وهي من أخطر المراحل التي قد يصل اليها الفرد مما ينعكس سلبا على بيئتها الوظيفية والاسرية، كما ان الاحتراق النفسي يعاني منها عدد كبير من المهنين الذين يتعاملون مع الجمهور، لكن التدريس يعتبر من اكثر المهن الضاغطة وله انعكاسات على صاحب المهنة سلبية (حداء، 2018).

وتناولت بعض الدراسات التوافق الزواجي كما جاء في دراسة حداء (2018) التي اخذت النظرية السلوكية التي يرى روادها ان التوافق او سوء التوافق هما سلوك مكتسب، يظهر خلال الخبرات التي يمر بها فالسلوك التوافقي ينتج عادة عن التعزيز والدعم، بينما يظهر السلوك اللاتوافقي عندما يقابل سلوك الفرد بالعقاب، وبالتالي فأن التوافق الشخصي يتشكل بطريقة الية عن طريق تلميحات او حتى الظروف البيئية حول الفرد، واكد السلوكيون ان التفاعل الزواجي متطلب ضروري لحدوث التوافق الزواجي من خلال الثواب والعقاب، اذا ان اثابة الفرد على سلوكه يشجعه للقيام به مرة أخرى.

وفي نظريات الحاجات التكميلية لروبرت وينش الذي اعتبر ان كل شخص يبحث في مجال اختياراته عن شخص يعطيه اعلى قدر ممكن من الاشباع والذي يكمل شخصيته، ورغبة الانسان في شخص يكمله هي الدافع القوي لزواج، وهنا تختلف احتياجات المتزوجين، لان الافراد يختلفون في نوع الحاجات التي يرغبون في اشباعها من الطرف الاخر الذي يريد الزواج منه، ويكون هذ الشخص يشبع حاجاته بأكبر قدر ممكن من الاشباع ولكن هنا لا يشترط تطابق شخصية الزوجين تماما وحاجاتهما، لكن يكون أحدهما يكمل الاخر أكثر من ان يكون متشابه معه (Thomas et al., 1997).

ويرى ابراهيمي (2015) بحسب نظرية اريكسون في النمو النفسي الاجتماعي ان الزواج يمر بمراحل ثمانية ويحدث فيها تحولات في أفكار الزوجين وسلوكياتهم ومشاعرهم، وينتج التوافق الزواجي من خلال التفاعل بين الزوجين ويمر التوافق الزواجي بعدة مراحل أولها مرحلة الإحساس بالثقة، مرحلة الإحساس بالإرادة المشتركة ومرحلة الإحساس بالاندماج الاجتماعي بين الزوجين، ومرحلة الإحساس بالكفاءة في الزواج، مرحلة الإحساس بهوية الزوج، ومرحلة الإحساس بالألفة، مرحلة الإحساس بالرعاية والوالدية، مرحلة الإحساس بالتكامل بين الزوجين. اما دراسة عبد اللاوي (2016) التي تناولت نظرية التحليل النفسي وهي من أبرز النظريات في علم النفس وتناولت مشكلات التوافق الزواجي، وأوضحت أن السلوك خلال الصراعات الزوجية اللاشعورية، جاءت نتيجة ما يتعرض له الطفل خلال سنواته الخمس الأولى من الإحباط البيئي، حيث ذكر Horry ان العلاقة مع بعض الاشخاص قد تكون متعبة وغير متوافقة عندما ينفصل أحد الأزواج عن ذاته، وان الانا لا يوجه السلوك سلوكه تبعا لحاجات الشخص ورغباته ووفقا لذاته الحقيقة، وتقوم النظرية التحليلية بتحليل العلاقات بين الأشخاص في محيط القيم الاجتماعية. وفي دراسة عرار وعبد الله (2021) التي تناولت التوافق الزواجي من وجهة نظر ادلر(Adler) الذي اعتبر ان سلوك الأفراد سلوك هادف بني على خبراتهم التي تعرضوا لها في الماضي، ويسعى باستمرار الى التخلص من عقدة النقص التي تؤدي الى التعويض في التعامل مع مشاعر النقص، والتوجه نحو تحقيق التفوق الاجتماعي والفردي، وبناء على ذلك فأن أسلوب حياة الفرد تختلف باختلاف خبراته التي تعرض لها خلال تفاعله مع احداث حياته، وكل انسان يفسر الاحداث من حوله بناء على وجهة نظره الخاصة، وبناء على ذلك تظهر الادراكات الخاطئة في التعامل مع احداث الحياة اليومية، واعتبر ادلر ان العوامل المؤثرة في توافق الزوجين، طفولة الزوجين والاختيار الزواجي والكفاءة في الأدوار الاجتماعية والمقومات المادية للحياة الزوجية. وفي دراسة ونواغي (2014) التي تناولت نظرية التبادل التي تقوم على مدى تبادل المكافأة بين الزوجين، ففي حال كان الزواج غير مستقر وفيه الكثير من عوامل الخسارة فان العلاقة الزواجية تصبح مضطرب ويظهر سوء التوافق، ولإنهاء الزواج وفك العلاقة الزواجية هناك عدة اعتبارات تؤثر على الزوجين في اتخاذ مثل هذا القرار

كالاعتبارات الدينية والاقتصادية والخوف من المجهول والقوانين المنظمة المرتبطة بهذا الموقف، وبتقدم السن تبدأ الجاذبية الجسمية تقل مما يقلل فرصة وجود بديل لهذه العلاقة الزواجية، وكذلك وجود أطفال له الأثر الكبير في استمرار الزواج، وكذلك اذا لم تنهي المرأة تعليمها وتكون غير عاملة تجد نفسها خاضعة ماديا لزوجها الذي يدير المنزل اقتصاديا.

ومن وجهة نظر إبراهيمي (2015) الذي أوضح التوافق الزواجي من خلال نظرية التوازن المعرفي والتي تعتبر ان الاتجاهات هي من اهم العناصر التي تساعد على خلق انسجام بين الزوجين، فتعتبر ان الزوجين السعيدين أولئك الذين تتفق اتجاهاتهم، وان وجود اتجاهات متعارضة يخلق التوتر في العلاقة الزوجية، وانا العواطف الإيجابية تتبدل تدريجيا الى سلبية بسبب تباين الاتجاهات، والرغبة اللاشعورية في التخلص من التوتر. كما وتطرق ايضا لنظرية التبادل القائمة على التبادل الذي يعيشه الفرد بين المكافئة والتكلفة، اذ ان التفاعل ينتج عنه مكاسب تؤثر بدورها على شكل وطبيعة العواطف بين الزوجين، فاذا كان التفاعل بين الزوجين على شكل مكافأة فينتج عنها عاطفة ايجابية، لكن اذا كان المكسب من هذا التفاعل على شكل تكلفة فينتج عنها عاطفة سلبية، ولذلك اذا كان تفاعل الأزواج إيجابيا قائم على الحب والاحترام والعطف ينتج عنه ازواج متوافقين متناغمين، لكن اذا كان هذا التفاعل سلبي قائم على التوتر الخوف وغياب الثقة ينتج عنه الكثير من الخلافات والنفور بين الزوجين.

اما النظرية السلوكية التي جاءت في دراسة وتد وحميدة (2015) والتي تنظر الى سوء التوافق الزواجي او التوافق كليهما سلوك متعلم مكتسب، من خلال الخبرات التي يمر بها كلا الزوجين، اذ ان السلوك التوافقي مقابلا ومصاحب لتعزيز والدعم، لكن السلوك اللاتوافقي يقابله العقاب، لذلك ان التوافق الشخصي عملية تتشكل في المقام الأول بطريقة الية عن طريق تلميحات وظروف البيئة حول الفرد. لكن نظرية الدور التي اعتبرت ان التوافق الزواجي هو اتساق في نسيج العلاقات داخل البناء الاسري، وان الاضطرابات تحدث في مكان لا يوجد فيه اتساق ويرجع التوتر في العلاقات الاسرية عند منافسة المرأة لرجل في ادواره، فادور

التقليدي لرجل خارج المنزل، ودور الزوجة داخل المنزل من حيث القيام بأمور بيتها وإنجاب الأطفال والعناية بهم وتوفير جو عائلي مستقر، فوجود خلل توزيع الأدوار بين الزوجين يهدد العلاقة الزوجية وكذلك افراد الاسرة ويصل أيضا للمجتمع ككل، وتنظر هذه النظرية الى التوافق الزواجي بأنه يظهر من خلال ما تتوقعه الزوجة من زوجها وما يدركه الزوج في زوجته، لكن اذا تعارضت توقعات الدور لاحد الزوجين الذي يسمى تناقض الأدوار ينشأ عدم توافق زواجي، وعادة يظهر التناقض حين لا يتطابق السلوك مع المعايير التي يراها الافراد عادة مناسبة، وهنا ينتج الخلاف بين الزوجين بسبب عدم تقابل الرغبات المختلفة والمتطورة للزوجين (ابراهيمي، 2015).

اما النظرية التفاعلية الرمزية التي جاءت في دراسة عبد اللاوي (2016) والتي نظرت الى التوافق الزواجي ينعكس في درجة ما تتوقعه الزوجة من زوجها وبين ما يدركه الزوج من زوجته، مما يؤدي الى ظهور ما يعرف بتناقض الأدوار، وهذا التناقض يؤدي أيضا الى ما يعرف باللاتطابق في السلوك مع المعايير التي يعتبرها الافراد مناسبة، ويحصل الخلاف عادة بين الزوجين الى عدم تقابل الرغبات المختلفة والمتطورة لاحد الطريفين.

كما تناولت بعض الدراسات صراع الأدوار وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى الزوجة العاملة ففي دراسة تركي (2014) والتي تكون مجتمع الدراسة من جميع العاملات في جامعة بسكرة في قسم العلوم الاجتماعية، وبينت نتائج الدراسة ان المرأة المتزوجة والعامل في قسم علم النفس والاجتماع تواجهها عدة أسباب وعوامل في شعورها بالاحتراق النفسي، وان صراع الأدوار لا يسبب بشكل مباشر احتراق نفسي لدى الزوجة، وذلك بسبب تعدد ادوارها، كزوجة وام وربة بيت، وأيضا عاملة.

وهنا لابد ان تناول بعض الدراسات التي تحدد العلاقة بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي كدراسة الطوباسي، وعدنان (2017) وأوضحت نتائج الدراسة وجود أثر لصراع الأدوار على التوافق الزواجي والرضا المهني والضغوط النفسية. وفي دراسة أجرتها ابراهيمي (2015) بعنوان الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي

لدى المرأة العاملة، وقد اجريت الدراسة لمجموعة نساء عاملات في مدارس ابتدائية وعدد من الممرضات والمتزوجات في دائرة طولقة في ولاية بسكرة، واظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة بين الضغوط المهنية والتوافق الزواجي لدى الممرضات والمعلمات، ووجود علاقة بين الضغط الناتج عن تعدد الادوار والتوافق الزواجي لدى الممرضات والمعلمات، وكذلك دراسة بن عمارة (2006) واستخدام مقياس صراع الأدوار والتوافق الزواجي واظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة عكسية بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي لدى الأمهات العاملات وعدم وجود فروق بين الأمهات العاملات في صراع الدور باختلاف المتغيرات الوسطية تعود الى الخصائص النفسية والاجتماعية والبيئية للعينة المختارة.

وتناولت بعض الدراسات التي تحدد طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي والتوافق الزواجي كدراسة حداء (2018) التي أجريت على معلمات متزوجات وعاملات بمرحلة التعليم الوسطة في ولاية الوادي اكدت نتائج الدراسة على وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى المعلمات في ابعاده الانفعالية، وتبلد المشاعر، وتدني الإنجاز الشخصي، وانه لا توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي والتوافق الزواجي لدى المعلمات المتزوجات، وانه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمات اللواتي يعانين من احتراق نفسي باختلاف مدة الزواج.

مشكلة الدراسة

جاءت هذه الدراسة بحكم العمل الباحثة في قطاع التعليم حيث لاحظت وجود كثير من التحديات والصعوبات التي تواجهها المعلمة، من حيث تعدد أدوارها كأم وزوجة وعاملة وطالبة، بل ان عدد لا بأس به من المعلمات في نفس المدرسة تقوم بكل تلك الأدوار ويجدن صعوبات مشتركة بينهن، ان خروج المرأة في العصر الحديث للعمل وتعدد أدوارها تجاه اطفالها وزجها ومجتمعها ومهنتها، وتتعدد أدوار المرأة وذلك للاهميتها وكونها نصف المجتمع مما أدى الى ظهر ما يعرف بصراع الادوار، فالبعض كن قادرات على التوفيق بين الأدوار ونجح نفي تحقيق ذاتهن وتحقيق التوافق النفسي، لكن البعض الاخر لم يستطعن من تحقيق ذلك، وأدى ذلك

لظهور بعض المشاكل التي القت بظلالها على الاسرة، فالزواج يعتبر من اهم الاحداث في حياة الفرد التي يجب ان يبنى على المساوة في الحقوق والواجبات والاهتمام والتفاهم ، ويجب ان يحقق الزواج الصحة الجسمية والنفسية والتوافق الزواجي، وبدلا ان تكون العلاقة الاسرية قائمة على المودة، فأن ضغوط العمل والدراسة وتربية الأبناء والأمور الاجتماعية والمالية وتعدد أدوار الزوجين وعدم القدرة على التعامل مع هذه الضغوط قد يؤثر على التوافق الزواجي ويعكر صفو العائلة، وعلى قدرتها على المواءمة بين أدوارها وتحقيق التوافق الزواجي مع شريكها، بحيث تصبح غير قادرة على أداء عملها بكفاءة، وتشعر بالضيق والتبلد والانهاك الانفعالي، ثم تصبح مشاعرها سلبية تجاه العمل ومستلزماته، فتضطرب علاقتها في العمل، فينخفض إنجازها، وقد تتخلى عن عملها، وعلى أساس كل ما سبق جاءت هذه الدراسة لفحص العلاقة بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي وعلاقتهما بالاحتراق النفسي لدى الأمهات العاملات في قطاع التعليم في المناطق العربية في فلسطين المحتلة عام 1948.

وجاءت مشكلة هذه الدراسة للإجابة عن السؤال الرئيسي الاتي: **صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948؟**، وتفرع عن هذا السؤال عدد من الأسئلة الفرعية الاتية:

أسئلة الدراسة:

1. ما مستوى صراع الأدوار والاحتراق النفسي والتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948؟
2. هل هناك أثر لصراع الادوار والاحتراق النفسي والمتغيرات الديمغرافية (العمر، والمستوى التعليمي، نوع المدرسة، عدد سنوات التعليم، عدد أولاد المعلمة) على التوافق الزواجي؟

اهداف الدراسة

1. التعرف على مستوى صراع الأدوار لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948.
2. التعرف على مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948.
3. التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948.
4. فحص أثر صراع الادوار والاحتراق النفسي والمتغيرات الديمغرافية (العمر، والحالة الاجتماعية، والمستوى التعليمي، نوع المدرسة، عدد سنوات التعليم، عدد أولاد المعلمة) على التوافق الزواجي.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في انها تستهدف دراسة صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948، كما توضح العلاقة بين صراع الأدوار والتوافق الزواجي من جهة، والعلاقة بين الاحتراق النفسي والتوافق الزواجي من جهة أخرى، وتكمن أهمية البحث في تناولها شريحة هامة بالمجتمع، وهي الأمهات العاملات في قطاع التعليم، بهدف الكشف عن معاناتهن ودرجة الاحتراق النفسي لديهن.

في حدود علم الباحث، تعتبر الدراسة الأولى التي تجرى على العاملات في قطاع التعليم في الوسط العربي في الأراضي الفلسطينية المحتلة لعام 1948، والهدف من هذا البحث اثراء البحث العلمي بهذا الموضوع، وهذا البحث تناول جانبين:

أولا: الجانب النظري: جاءت أهمية الدراسة في انها تسلط الضوء على ظاهرة مهمة لدى الكثير من الأمهات العاملات والاثار النفسية التي تتعرض لها نتيجة تعدد أدوارها وضغط العمل.

وثانيا: الجانب التطبيقي: جاءت هذه الدراسة لفتح المجال امام المهتمين بمجال العلوم الاجتماعية والنفسية والتربوية خصوصا في الوسط العربي، بهدف اجراء المزيد من البحوث المستقبلية في هذا المجال، والتشجيع على القيام ببرامج ارشادية وتدريبية للمعلمات للعمل على تحقيق التوافق بين الأدوار، او برامج لتحسين التوافق الزواجي.

كما ينبثق عن أهمية الدراسة الحالية النتائج والتوصيات التي تقدمها للقائمين على شؤون الاسرة والازواج لتساعد في وضع برامج ارشادية تساعد في توعية الأزواج، وتدريبهم على التعامل مع كافة الأدوار والتكيف مع ظروف حياتهم من اجل تحقيق التوافق الزواجي.

محددات الدراسة:

1- الحدود البشرية: تمثل عينة من معلمات المدارس الامهات في المدارس العربية في المناطق العربية على اختلاف اعمارهن.

2- الحدود المكانية: المدارس العربية في مناطق التواجد العربي في فلسطين المحتلة عام 1948.

3- الحدود الزمانية: سوف يتم اجراء الدراسة في العام الدراسي 2022.

4- الحد الموضوعي: صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية.

5- الحد الاجرائي: توزيع الاستبانات للوصول لنتائج الدراسة.

مصطلحات الدراسة:

صراع الأدوار اصطلاحا: هو التعارض بين الدور الوظيفي الذي تقوم به المرأة مع مسؤوليتها الاسرية حيث تقوم بتربية أبنائها، وتلبية حاجات زوجها، وقيامها بأعمال المنزل كلها مع مراعاة البيئة والمجتمع الذي تنتمي اليه (بلبيوض وحرقاس، 2020، ص119).

ويعرف اجرائيا انه الدرجة التي حصلت عليها المبحوثات على استبانة محور صراع الادوار المعدة لذلك.

التوافق الزواجي: عرفه سبينر (Spanier, 1976) بأنه محصلة التفاعل بين اربعة عوامل وهي درجة مرتفعة من الاتفاق بين الزوجين، ودرجة منخفضة من التفاعل السلبي والخصام والشجار، ودرجة مرتفعة من الاعمال المشتركة، وعدد اقل من المشكلات ذات العلاقة بالجانب العاطفي والجنسي (المقبالي والفواعير، 2021).

التوافق الزواجي اجرائيا: "هي الدرجة التي حصلت عليها المفحوصات على مقياس التوافق الزواجي والذي تم اعداده للأغراض الدراسة الحالية".

الاحتراق النفسي: هي مجموعة من الاعراض الجسمية والنفسية تمتاز بالإنهاك البدني والنفسي، التي تؤدي الى اضطراب في العلاقات الإنسانية في العمل، وانخفاض في كفاءة الفرد، ويصبح لديه مشاعر سلبية تجاه عمله وكل ما يتعلق به، والتي تنتقل عادة الى خارج إطار العمل، كنتيجة للاستجابة لضغوط الشديدة المستمرة بالعمل، وهي أيضا عدم قدرة الفرد على التقارب بين توقعات الفرد وبين واقع العمل (طه والسيد، 2010، ص15).

ويعرف اجرائيا: وهي الدرجة التي حصلت عليها المعلمات في مقياس الاحتراق النفسي كريستينا ماسلاش المستخدم في البحث الحالي.

الأمهات المعلمات: "تتمثل في الأمهات العاملات بقطاع التعليم بمراحله الثلاثة (ابتدائية، متوسطة، ثانوي)، (الزقاي، 2015).

قطاع التعليم: "يعرف قطاع التعليم اجرائيا بانه قطاع خدمي اجتماعي يعنى بشؤون التعليم بأنواعه المختلفة، ويتكون من ثلاث وزارات وهي (التربية والتعليم، والتعليم العالي والبحث العلمي، والتعليم الفني والتدريب المهني)، والمؤسسات التابعة لها من مدارس ومعاهد وجامعات وغيرها (شرف الدين، 2021).

المدارس العربية: ويمكن تعريفها انها المدارس الموجودة بالمدن والقرى العربية في الأراضي المحتلة عام 1948 وتشرف عليها المجالس المحلية والبلديات وتكون تابعة لوزارة التربية والتعليم.

الوسط العربي في فلسطين المحتلة عام 1948م: "هؤلاء هم الفلسطينيون الذين بقوا في قراهم وبلداتهم بعد حرب 1948 والتي تمكنت على أثرها الجماعات الصهيونية بمساعدة دولة الانتداب البريطاني من احتلال أجزاء من فلسطين، وتلا ذلك اعتراف الأمم المتحدة بقيام دولة إسرائيل على هذه الأراضي المحتلة، التي شرد معظم سكانها الفلسطينيين الأصليين، ويزيد عدد العرب عن 1.4 مليون نسمة، ويشكل المسلمون 83%، والمسيحيون 12 %، والدروز 5%" (الجزيرة، 2011).

الفصل الثاني

منهجية الدراسة

يتضمن هذا الفصل وصفا لمنهج الدراسة والطريقة والإجراءات التي اتبعت في الدراسة، وتعريف منهج الدراسة ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، ويتضمن الفصل وصف للأدوات التي تم استخدامها والتأكد من صدقها وثباتها، وتوضيح إجراءات الدراسة، والأساليب الإحصائية التي تم استخدامها لمعالجة النتائج، وتحليل البيانات.

2.1 منهجية الدراسة

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي، لفحص العلاقة بين متغيرين، والاستنتاج إذا ما كان هناك علاقة وقوتها واتجاهها، وفي هذا البحث يقوم المنهج على مجموعة من الإجراءات البحثية التي تعتمد على جمع البيانات والحقائق، وتصنيفها ومعالجتها وتحليلها، لاستخلاص دلالاتها للوصول للنتائج والتعميمات حول ظاهرة الدراسة، وإيجاد العلاقة بين كل من متغير صراع الأدوار والتوافق الزواجي والاحتراق النفسي، ويعتبر هذا المنهاج هو الأنسب لإجراء الدراسة.

2.2 مجتمع الدراسة

اشتمل مجتمع الدراسة على جميع معلمات المدارس العربية في المناطق العربية في فلسطين المحتلة عام 1948، ويتكون مجتمع الدراسة من أكثر من (41) ألف معلماً في الأراضي المحتلة، بنسبة 24% من مجمل المعلمين في الأرضي المحتلة بحسب إحصاءات موقع وزارة التعليم، ويقدر عدد المعلمات الإناث بنسبة 70٪ من مجمل المعلمين في الوسط العربي، أي تقريباً 30 ألف معلمة، (كنوز، 2017).

2.3 عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (141) معلمة من المدارس في الوسط العربي في الداخل المحتل أراضي ال 48، وتم اختيارهن بالطريقة المتيسرة من خلال اعداد استبانة الكترونية وتوزيعها على مدراء المدارس الذين بدورهم قاموا بتمريرها على معلميهم.

حيث يبين الجدول رقم (1) خصائص المتغيرات الديموغرافية للعينة والتكرارات لتوزيع أفراد عينة الدراسة.

الجدول 1

توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا للمتغيرات الديمغرافية

	المتغيرات	العدد	النسبة المئوية %
المستوى التعليمي	دبلوم	39	27.7
	بكالوريوس	44	31.2
	دراسات عليا	58	41.1
	المجموع	141	100.0
العمر	أقل من 25 سنة	4	2.8
	من 25–< 35 سنة	39	27.7
	من 35–< 45 سنة	65	46.1
	45سنة فأكثر	33	23.4
	المجموع	141	100.0
نوع المدرسة التي تعمل بها	رياض أطفال	17	12.1
	ابتدائية	85	60.3
	إعدادية	23	16.3
	ثانوية	16	11.3
	المجموع	141	100.0
عدد سنوات التعليم	أقل من 5 سنوات	17	12.1
	من 5–10 سنوات	22	15.6
	من 11–15 سنة	34	24.1
	أكثر من 15 سنة	68	48.2
	المجموع	141	100.0
عدد أولاد المعلمة	أقل من 3 أولاد	75	53.2
	من 4–7 أولاد	60	42.6
	أكثر من 7 أولاد	6	4.3
	أقل من 3 أولاد	75	53.2
	المجموع	141	100.0

2.4 أدوات الدراسة ومؤشرات صدقها وثباتها

بعد الاطلاع على أدبيات الدراسة والدراسات السابقة ذات الصلة بموضوع الدراسة، تم الاستعانة بالأدوات الاتية:

أدوات الدراسة:

1. **مقياس صراع الأدوار**: تم الاستعانة بمقياس صراع الأدوار من دراسة تركي (2014) وتعد هذه الاستبانة لصراع الأدوار صورة معدلة لمقياس صراع الأدوار لدى المرأة المصرية العاملة، والذي قام بأعداده الدكتور محمد سلامة ادم سنة 1982،وتضمن المقياس الأصلي 22فقرة، وتصحح الأداة على النحو الاتي حيث تم توزيع الدرجات على (1، 2، 3) على بدائل دائما، أحيانا، وابدا، في الاتجاه الموجب.
2. **الاحتراق النفسي**: تم الاستعانة بمقياس كريستينا ماسلاش (1976) المترجم للغة العربية في كتاب مقياس الاحتراق النفسي المهني، طه وراغب (2010)، ويعتبر هذا المقياس من أشهر والأوسع في قياس الاحتراق النفسي والتي تقيس ثلاثة ابعاد رئيسية للاحتراق النفسي (الانهاك الانفعالي، وفقدان الشعور الشخصي، وتدني الإنجاز)، يحتوي المقياس 22 فقرة ووزعت الدرجات من 1−6 وعلى الترتيب الاتي (ابدا لا اعاني، بعض المرات في السنة، مرة في الشهر، عدة مرات في الشهر، مرة في الأسبوع، عدة مرات في الأسبوع، كل يوم).
3. **التوافق الزواجي**: تم الاستعانة بمقياس التوافق الزواجي من اعداد السلامين (2019) واحتوى المقياس على (35) فقرة ووزعت درجاته وفق تدريج ليكرت الخماسي للإجابة على فقرات المقياس، وذلك على النحو الآتي (موافق بشدة =5، موافق +4، محايد+3، معارض+2، معارض بشدة+1)، وجاءت صباغة بعض الأفكار سلبية ومع عكس السمة الراد قياسها وهي الفقرات (7، و8، و9، و10، و11، و25،و 33) وقد تم قلب الفقرات السلبية السبعة لتصبح (موافق بشدة =1، موافق +2، محايد+3،

معارض+4، معارض بشدة+5)، مع العلم ذكره أن المقياس خلا من أبعاد أو مجالات وبالتالي تم الاهتمام فقط بحساب الدرجة الكلية.

2.5 صدق الأدوات

2.5.1 صدق البناء

تم استخراج صدق البناء لكل مقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية، وتم احتساب معامل ارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، وقد ارتبطت جميع الفقرات إحصائياً بالدرجة الكلية لمقياس صراع الأدوار (a) باستثناء الفقرة (10)، أما بالنسبة لمقياس الاحتراق النفسي (b) ارتبطت جميع الفقرات إحصائياً بالدرجة الكلية للمقياس باستثناء الفقرات (12، 17، 18)، وارتبطت أيضاً جميع الفقرات إحصائياً بالدرجة الكلية لمقياس التوافق الزواجي (c) باستثناء الفقرات (18، 20) وبالتالي تم حذف هذه الفقرات المستثناة من المقياس الخاص بها، وهذا الأمر يشير إلى صلاحية الأداة وتمتعها بصدق البناء المناسب، والجدول أدناه يوضح معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لكل مقياس.

الجدول 2

صدق البناء للمقاييس (مقياس صراع الأدوار، مقياس الاحتراق النفسي، مقياس التوافق الزواجي).

مقياس التوافق الزواجي		مقياس الاحتراق النفسي		مقياس صراع الأدوار	
ارتباط الفقرة بمقياس التوافق الزواجي	الفقرة	ارتباط الفقرة بمقياس الاحتراق النفسي	الفقرة	ارتباط الفقرة بمقياس صراع الأدوار	الفقرة
.628**	c1	.525**	b1	.276**	a1
.771**	c2	.634**	b2	.615**	a2
.802**	c3	.597**	b3	.536**	a3
.788**	c4	.300**	b4	.512**	a4
.787**	c5	.266**	b5	-.275-**	a5
.748**	c6	.672**	b6	.558**	a6
-.594-**	c7	.400**	b7	.649**	a7
-.552-**	c8	.672**	b8	.560**	a8
-.708-**	c9	.373**	b9	.617**	a9
-.318-**	c10	.380**	b10	.114	a10
-.373-**	c11	.495**	b11	.522**	a11
.807**	c12	.031	b12	-.212-*	a12
.830**	c13	.572**	b13	.417**	a13
.865**	c14	.560**	b14	.413**	a14
.841**	c15	.186*	b15	.334**	a15
.839**	c16	.570**	b16	.420**	a16
.870**	c17	.114	b17	.346**	a17
-.050-	c18	.135	b18	.672**	a18
.729**	c19	.264**	b19	.618**	a19
.127	c20	.455**	b20	.766**	a20
.785**	c21	.287**	b21	.637**	a21
.803**	c22	.272**	b22	.706**	a22
.614**	c23				
.825**	c24				
.413**	c25				
.829**	c26				
.802**	c27				
.784**	c28				
.788**	c29				
.828**	c30				
.812**	c31				
.726**	c32				
-.307-**	c33				
.750**	c34				
.702**	C35				

2.6 ثبات أدوات الدراسة

تم احتساب ثبات أدوات الدراسة باستخدام طريقة كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، كما هو موضح في الجدول الاتي:

الجدول 3

معاملات الثبات لأدوات الدراسة

الأداة	درجة الثبات
مقياس صراع الأدوار	0.806
مقياس الاحتراق النفسي	0.763
مقياس التوافق الزواجي	0.900

2.7 إجراءات الدراسة

تم اجراء الدراسة وفق الخطوات التالية:

- اعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية.
- تحديد افراد عينة الدراسة.
- الحصول على موافقات المطلوبة لتوزيع مقاييس الدراسة.
- توزيع الاستبانة على معلمات المرحلة الابتدائية في عدة بلدات في الوسط العربي بعينة قدرها (150) معلمة وتم استعادة (141) استبانة منها.
- تم جمع البيانات من افراد العينة وترميزها وادخالها الى الحاسوب ومعالجتها احصائيا باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).
- استخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها.

2.8 متغيرات الدراسة

- **المتغيرات المستقلة:**

- صراع الأدوار
- الاحتراق النفسي

- **المتغير التابع:**

- التوافق الزواجي

- **المتغيرات الديمغرافية المستقلة:**

- تتمثل فيما يلي(المستوى التعليمي، العمر، ونوع المدرسة، عدد سنوات العمل، وعدد أولاد المعلمة).
- المستوى التعليمي وله ثلاث مستويات (دبلوم، بكالوريوس، دراسات عليا).
- العمر وله أربع مستويات (اقل من 25، 25من–أقل من35، 35–أقل من 45 سنة، من 45 سنة فأكبر).
- نوع المدرسة وله أربع مستويات (رياض أطفال، ابتدائية، اعدادية، ثانوية).
- عدد سنوات التعليم وله أربعة مستويات (اقل من 5 سنوات، من 5–10 سنوات، من10–15 سنة، أكثر من 15 سنة).
- عدد أولاد المعلمة وله ثلاث مستويات (اقل من3 اولاد، من 4–7 أولاد، أكثر من 7 أولاد)

2.9 أساليب المعالجة الإحصائية

بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة وفحص العلاقة بين المتغيرات، تم توزيع استمارات تقيس صراع الأدوار، والتوافق الزواجي، والاحتراق النفسي على عينة البحث، وتم تفريغها ومن ثم تحليلها احصائيا، وتم استخدام المعالجات الإحصائية التالية لفحص فرضيات الدراسة:

- التكرارات والنسبة المئوية لوصف خصائص العينة.
- معادلة (كرونباخ الفا) للكشف عن ثبات أدوات الدراسة.
- اختبار (t) لعينة واحدة (one sample tTest)
- اختبار فحص معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرات. للكشف عن اتجاه وقوة العلاقة بين متغيرات صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي عند عينة الدراسة

- تحليل الانحدار الخطي المتعدد، لفحص إسهام صراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقتهما بالتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948.

الفصل الثالث

نتائج الدراسة

تناول هذا الفصل النتائج المستخلصة من المعطيات الميدانية، والمدخل النظري والدراسات السابقة، ونستخلص في النهاية اهم التوصيات ذات العلاقة، حيث يعرض هذا الفصل النتائج التي توصلت اليها الدراسة، بناء على المعالجات الاحصائية التي استخدمت، وتحليله من البيانات التي تم التوصل اليها من خلال تفريغ ادوات الدراسة.

3.1 النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الاول:

"ما مستوى صراع الأدوار والاحتراق النفسي والتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948؟"

تم تحليل استجابات أفراد عينة الدراسة على كل مقياس، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (4)

- **صراع الأدوار:**

تم استخدام فترات مقياس ليكرت الثلاثي لتفسير النتائج على مقياس صراع الأدوار وذلك حسب الجدول التالي:

الجدول 4

فترات مقياس صراع الادوار (ليكرت الثلاثي)

الفترة	التقدير
1 – 1.66	منخفض
1.67 –2.33	متوسط
2.34 – 3	مرتفع

الجدول 5

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجات التقدير لفقرات مقياس صراع الأدوار

الرقم في الاستبانة	الرتبة	الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
12	1	هل زوجك يشاركك في تربية ومراقبة الأبناء	2.55	0.615	85.0	مرتفع
1	2	اهتمامك بالبيت يستهلك كل وقتك وجهدك	2.42	0.563	80.6	مرتفع
14	3	أشعر بالذنب ذا قضيت أوقات طويلة في عملي بعيد عن عائلتي	2.35	0.634	78.3	مرتفع
17	4	أصبح في غاية الضيق والحيرة إذا لم تتم الأشياء في الحال	2.21	0.615	73.6	متوسط
3	5	يؤكد زوجك أن الأولوية تكون له وللأبناء على العمل	2.09	0.751	69.6	متوسط
6	6	هل في رأيك أن الخلاف والشجار يزداد عند الزوجة العاملة أكثر من غيرها	1.90	0.658	63.3	متوسط
2	7	هل عملك يؤثر على رعايتك لأبنائك	1.86	0.542	62.0	متوسط
5	8	هل يشارك زوجك في القيام ببعض الأعمال المنزلية	1.84	0.730	61.3	متوسط
16	8	أصل متأخرة للبيت	1.81	0.547	60.3	متوسط
11	10	هل تهتمين بأبنائك على حساب مطالب زوجك	1.77	0.672	59.0	متوسط
13	11	يشارك زوجي في تسير النفقات المالية فقط	1.77	0.796	59.0	متوسط
8	12	يعاملني زوجي على أنني ربة بيت قبل كل شيء	1.76	0.792	58.6	متوسط
22	13	هل يعتقد زوجك أن عدم قيامك ببعض الأعمال المنزلية سببه عملك	1.71	0.682	57.0	متوسط
4	14	اهتمامي بتربية أبنائي لا يمنحني الوقت لعمل شيءآخر	1.70	0.618	56.6	متوسط
20	15	هل يعتقد زوجك أن نقص الاهتمام به سببه عملك	1.65	0.676	55.0	منخفض
18	16	هل عملك يؤثر على علاقتك العاطفية مع زوجك	1.61	0.630	53.6	منخفض
9	17	هل يعتقد زوجي أن مشاركته لي في الأعمال المنزلية ينقص من هيبته	1.50	0.703	50.5	منخفض
19	18	عملي لا يترك الوقت الكافي لتربية أبنائي بشكل جيد	1.47	0.542	49.0.	منخفض
21	19	أشعر أن زوجي لا يبادلني نفس الاهتمام	1.45	0.637	48.3	منخفض
7	20	اشعر بعدم الاهتمام من طرف الزوج	1.43	0.60	47.6	منخفض
15	21	حياتي العملية لها أولوية عن حياتي الأسرية والمنزلية	1.32	0.525	44.0	منخفض
الدرجة الكلية			1.85	0.286	61.6	متوسط

أفصى درجة للفقرة 5

يتبين من الجدول ا–لسابق أن المتوسط الحسابي لجميع فقرات مقياس صراع الأدوار يساوي 1.85، والوزن النسبي تساوي 61.6%، وهذا يدل على أن مستوى صراع الأدوار لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 متوسط.

- **مستوى الاحتراق النفسي:**

تم استخدام فترات مقياس ليكرت السباعي لتفسير النتائج على مقياس الاحتراق النفسي وذلك حسب الجدول التالي:

الجدول 6

فترات مقياس ليكرت السباعي

الفترة	التقدير
1–1.85	كل يوم
1.86–2.71	عدة مرات في الأسبوع
2.72–3.57	مرة في الأسبوع
3.58–4.43	عدة مرات في الشهر
4.44–5.29	مرة في الشهر
5.30–6.15	بعض مرات في السنة
6.16–7	ابدا لا اعاني

الجدول 7

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ودرجات التقدير لفقرات مقياس الاحتراق النفسي

الرقم في الاستبانة	الرتبة	الفقرات	المتوسط	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
5	1	أشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر	6.79	0.81	97.0	أبدا لا أعاني
15	2	حقيقة لا أهتم بما يحدث مع طلابي من مشاكل	6.50	1.387	92.8	أبدا لا أعاني
10	3	أصبحت أكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس	6.35	1.21	90.7	أبدا لا أعاني
11	4	اشعر بالإزعاج والقلق لأن مهنتي تزيد من قسوة عواطفي	6.21	1.41	88.7	أبدا لا أعاني
22	5	اشعر أن الطلبة يلومونني عن بعض مشاكلهم	6.14	1.64	87.7	بعض مرات في السنة
13	6	أشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس	5.90	1.44	84.2	بعض مرات في السنة
16	7	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي إلى ضغوط شديدة	5.31	1.69	75.8	بعض مرات في السنة
8	8	أشعر بالاحتراق النفسي من عملي	5.23	1.79	74.7	مرة في الشهر
20	9	اشعر وكأنني أشرف على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة	5.06	2.30	72.2	مرة في الشهر
1	10	أشعر أن عملي يستنفذني انفعالياً نتيجة عملية التدريس	4.88	1.84	69.7	مرة في الشهر
3	11	أشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح وأعرف أن عليّ مواجهة عمل جديد	4.63	1.98	66.1	مرة في الشهر
6	12	إن التعامل مع الناس طوال يوم العمل يسبب لي الإجهاد	4.58	2.02	65.4	مرة في الشهر
14	13	أشعر أنني أعمل هذه المهنة بإجهاد كبير	4.36	2.30	62.2	مرة في الشهر
2	14	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الدراسي	3.48	1.98	49.7	مرة في الشهر
7	15	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طلابي	2.57	2.00	36.7	عدة مرات في الأسبوع
21	16	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في أثناء ممارستي لهذه المهنة	2.55	1.86	36.4	عدة مرات في الأسبوع
9	17	أشعر أن لي تأثيراً إيجابياً في حياة كثير من الناس خلال عملي	2.27	1.75	32.4	عدة مرات في الأسبوع
4	18	من السهل معرفة مشاعر طلابي	2.14	1.84	30.5	عدة مرات في الأسبوع
19	19	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في ممارستي لهذه المهنة	1.85	1.35	26.4	عدة مرات في الأسبوع
الدرجة الكلية			4.21	0.70	60.1	متوسط

أقصى درجة للفقرة 7

يتبين من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي لجميع فقرات *مقياس الاحتراق النفسي* يساوي 4.21، والوزن النسبي تساوي 60.1%، وهذا يدل على أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 هو عدة مرات في الشهر.

- **مستوى التوافق الزواجي:**

تم استخدام فترات مقياس ليكرت الخماسي لتفسير النتائج على مقياس التوافق الزواجي وذلك حسب الجدول التالي:

الجدول 8

فترات مقياس ليكرت الخماسي

الفترة	التقدير
1.80-1	منخفض جداً
2.59 – 1.80	منخفض
3.39 – 2.60	متوسط
4.19 – 3.40	عالي
5 – 4.20	عالي جداً

يتبين من الجدول 9 في الملحق (د) أن المتوسط الحسابي لجميع فقرات *مقياس التوافق الزواجي* يساوي 3.60، والوزن النسبي تساوي 72.0%، وهذا يدل على أن مستوى التوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948 هو عالي.

الجدول 10

قيمة T لمقياس صراع الأدوار والاحتراق النفسي والتوافق الزواجي.

المقياس	قيمة T
مقياس صراع الأدوار	-6.096
مقياس الاحتراق النفسي	3.651
مقياس التوافق الزواجي	13.808

تم استخدام اختبار t للعينة الواحدة والنتائج مبينة في جدول رقم (10) والذي يبين آراء أفراد العينة لمقياس صراع الأدوار،حيث إنه وجد أن قيمة t المحسوبة أقل من قيمة t الجدولية ومستوى الدلالة أقل من 0.05، تم استخدام اختبار t للعينة الواحدة والنتائج مبينة في جدول رقم (10)، والذي يبين آراء أفراد العينة لمقياس الاحتراق النفسي، حيث إنه وجد أن قيمة t المحسوبة أكبر من قيمة t الجدولية ومستوى الدلالة أقل من 0.05، تم استخدام اختبار t للعينة الواحدة والنتائج مبينة في جدول (9) –ملحق د– والذي يبين آراء أفراد العينة لمقياس التوافق الزواجي، حيث إنه وجد أن قيمة t المحسوبة أكبر من قيمة t الجدولية ومستوى الدلالة أقل من 0.05.

3.2 النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

"ما هي القدرة التنبؤية لصراع الأدوار والاحتراق النفسي والمتغيرات الديمغرافية (المستوى التعليمي، والعمر، ونوع المدرسة، وعدد سنوات العمل، وعدد أولاد المعلمة) على التوافق الزواجي؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخدام اختبار تحليل الانحدار الخطي المتعدد، وقد بلغ معامل التحديد المحسوب في هذا الاختبار (0.226)، في حين بلغ معامل التحديد المعدل (0.185)، وهذا يعني أن المتغيرات الدالة في التنبؤ قد فسرت مجتمعة ما نسبته (18.5%) من التباين في التوافق الزواجي، وللتحقق من دلالة القيمة تم استخراج معادل تباين الانحدار، والجدول (11) –ملحق د– يوضح ذلك.

يتضح من الجدول (11) أن قيمة "ف" قد بلغت (5.551)، بدلالة إحصائية (0.000)، مما يعني إمكانية المتغيرات (صراع الأدوار، الاحتراق النفسي، المتغيرات الديمغرافية) على التنبؤ بالتوافق الزواجي، ولتحديد القدرة التنبؤية لكل متغير تم استخراج الإنحدار على التوافق الزواجي، كما هو موضح في الجدول (12) –ملحق د–.

يتضح من الجدول (12):

- أن العمر أكثر تأثيراً من حيث قدرته على التنبؤ بالتوافق الزواجي، إذ بلغ معامل الانحدار (0.159−)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.010).
- جاء مقياس صراع الأدوار في الترتيب الثاني من حيث قدرته على التنبؤ بالتوافق الزواجي، إذ بلغ معامل الانحدار (0.788−)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.000).
- أما بقية المتغيرات فقد جاءت غير منبئة بالتوافق الزواجي، حيث بلغ معامل الانحدار للمستوى التعليمي (0.029)، ولنوع المدرسة (0.04−)، ولعدد سنوات التعليم (0.020−)، ولعدد أولاد المعلمة (0.062)، ولمقياس الاحتراق النفسي (0.040−)، وجميعها غير دالة إحصائياً عند المستوى (0.01).
- بلغ ثابت الانحدار (5.068)، وهي قيمة دالة إحصائياً، إذ بلغت قيمة "ت" (10.651)، وجاءت هذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)، وفي ضوء ذلك يمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

التوافق الزواجي= 5.068−0.159 (العمر)−0.788 (مقياس صراع الأدوار)

وتتفق هذه النتيجة مع ما ورد سابقاً من حيث علاقة العمر ومقياس صراع الأدوار بمقياس التوافق الزواجي.

الفصل الرابع

مناقشة النتائج

في هذا الفصل سيتم التعرض إلى النتائج ومناقشتها وتقديم الأدلة التي تستند إليها هذه النتائج

أولا: مناقشة نتائج السؤال الأول والذي نصه: "**ما مستوى صراع الأدوار والاحتراق النفسي والتوافق الزواجي لدى المعلمات في المدارس العربية في الأراضي الفلسطينية المحتلة عام 1948؟**"

أشارت نتائج السؤال الأول من خلال فقرات صراع الأدوار أن مستوى صراع الأدوار كان بدرجة متوسط عند عينة الدراسة، وبحسب مقياس ليكرت الثلاثي أن الوزن النسبي هو (1.85) وهي درجة متوسطة، وعليه يتبين أن كلا الزوجين يحاول دائماً أن يلعب أدواراً مناسبة له في الأسرة ، والمشاركة في الإنفاق على المنزل بحكم الأوضاع الاقتصادية، والتعاون بين الزوجين في رعاية الأطفال بسبب عمل الزوجين، وقيام المرأة بالأعمال المنزلية إضافة إلى عملها خارج المنزل، وهذا يتفق مع نتائج دراسة هلالو (2017، halilu)، ويتفق أيضاً مع دراسة غيات(2013) ويتفق ودراسة الخضير (2010)، وأيضا يتفق مع دراسة الصفتي ومعروف(2015)، وتتفق مع دراسة وفي دراسة اوجبوجي Ogbogu(2013)، وتتفق أيضاً مع دراسة (Peace Adjoa Abakah 2018).

ويختلف مع دراسة خوشناو(2021)، ودراسة (Meeta Agrawal 2020)، ويختلف أيضاً مع دراسة (Pervez, Noshaba & ather).

أما نتائج الاحتراق النفسي: فأظهرت أن الاستجابة على الدرجة الكلية كانت متوسط عند عينة الدراسة بحسب مقياس ليكرت السباعي بدلالة متوسط الحسابي الذي بلغ (4.21)، وذلك يعني عدت مرات في الشهر يحدث احتراق نفسي، ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن هناك نسبة موجودة فعلاً للاحتراق النفسي لدى المعلمات العاملات في مجال التدريس نتيجة صعوبة التعامل مع الطلاب وكثرة المشاكل المدرسية، مما

يؤثر سلباً على أدائهن في التعامل مع الطلاب أو التعامل مع الطاقم المدرسي، إذ إن متطلبات وظيفة التعليم مهمة وتحتاج إلى مجهود كبير وخصوصاً التعامل مع الطلبة من جهة، ومن جهة أخرى فإن المعلمة عندما تصل إلى مرحلة الاحتراق النفسي فإنه يظهر عند بعض المعلمات مشكلات صحة نفسية كضعف الإنتاج، وعدم الدافعية، وتبلد الشعور، والقلق، والخوف، واليأس، والانطواء، واللامبالاة، ويقلل من فعالية دورها في العملية التربوية، ويتكرر غيابها عن المدرسة، وتفقد قدرتها على الابتكار والأداء، وهذا يتفق مع نتائج دراسة البوسعيدي ودهان (2018)، ويتفق وأيضاً مع دراسة بن عامر (2017)، وكذلك يتفق مع دراسة ساري(2004 ,Sari)، ويتفق مع شعبان وهرقة (2019)، ومن جانب آخر فإنه اختلفت مع نتائج الاحتراق النفسي في دراسة سراي (2012)، ومع نتيجة الحسن وأحمد (2015)، بالإضافة إلى ذلك عدم اتفاقها مع نتيجة دراسة حداء (2018)، وكذلك اختلف مع دراسة (Platisdou & Agaliotis 2008)، ويختلف مع دراسة (Bagceci & Hamamci,2012)، واختلف وأيضاً مع دراسة (Hugh, Compton 2013) وكذلك يختلف مع (Mukundan & Khandehroo 2010) .

أما **نتائج التوافق الزواجي** التي أظهرت نتائج الاستجابة على فقراتها أن الدرجة الكلية كانت متوسط عند عينة الدراسة بحسب مقياس ليكرت الخماسي بدلالة المتوسط الحسابي الذي بلغ 3.60. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى أن الأسرة تسعى إلى التفاهم الأسري بين الزوجين العاملين، فكلما كان التقارب والتفاهم بين الزوجين أكبر قلت المشاكل والعقبات التي قد تواجه الأسرة في حياتها على كافة الأصعدة، وهذا يزيد من قوة الأسرة ويساعد الأطفال في اكتساب سلوكيات وأوضا ع نفسيه سليمة، تمكنهم من مواجهة الحياة بكل أبعادها، فعادة الاستقرار في العلاقة بين الأبوين المبنية على الاحترام والمحبة والتفاهم تكسب الطفل ثقة بنفسه ويتمكن من مواجهة صعوبات الحياة المختلفة، فيصبح الزوجان قادرين على حل مشكلات الحياة الأسرية بالتفاهم؛ على الرغم من وجود صعوبات اجتماعية واقتصادية وأسرية تعمل على تشويش الحياة اليومية لأسرة المعلمات، ومن جهة أخرى إذا اختل التوازن داخل الأسرة وكان هناك مشاكل أسرية وعدم تفهم كل من الزوجين الآخر فتصبح الحياة الأسرية مهددة بالانهيار والطلاق، فإن ذلك حتماً سيؤثر على نفسية الزوجة وينعكس على

أداء عملها في التعليم، وعلى علاقتها بالطلاب وقدرتها على العطاء. واتفقت هذه النتائج مع دراسة رضوان وعمارة (2014)، واختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة البريكي (2015)، واختلفت أيضاً مع دراسة بلوزي وسعيد (2020).

النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما هي القدرة التنبؤية لصراع الأدوار والاحتراق النفسي والمتغيرات الديمغرافية (العمر، والمستوى التعليمي، ونوع المدرسة، وعدد سنوات التعليم، وعدد أولاد المعلمة) على التوافق الزواجي؟"

أشارت النتائج أيضاً إلى وجود أثر عكسي بين التوافق الزواجي والعمر؛ بمعنى أن العلاقة عكسية، أي كلما زاد العمر بمقدار وحدة نقص التوافق الزواجي بمقدار (0.139) وهي ذات تأثير قليل، كذلك أظهرت النتائج وجود أثر عكسي بين التوافق الزواجي وصراع الأدوار، بمعنى العلاقة عكسية أي كلما زاد صراع الأدوار بمقدار وحدة نقص التوافق الزواجي بمقدار (0.869) وهي ذات تأثير كبير.

ويمكن تفسير هذه النتائج بأن حالة انسجام الزوجة العاملة في أسرتها تتأثر سلباً بحالتها الاجتماعية بسبب التأثير النفسي لحالات الطلاق أو فقدان الزوج، وينتج عنه ضعف الأداء الوظيفي لها، فهي تصبح مشتتة الذهن نتيجة وضعها الراهن لكن المتوقع منها التركيز في أداء عملها، إضافة إلى ذلك ازدياد الأعباء المادية عليها بسبب تكاليف المعيشة لها ولأولادها، وذلك يعني تردي الوضع المعيشي لها إذا كان مصدر الدخل الوحيد للعائلة هو عملها والأداء المثالي في العمل، كما وتتأثر سلباً بزيادة العمر وما يترتب عليه من ارتفاع المسؤوليات والواجبات تجاه الأسرة والأولاد، وبالتالي ينتج عنه مشاكل نفسية تؤثر على التوافق الزواجي، إذ إن تقدم الزوجة في العمر وكذلك الأبناء يكبرون وتزداد احتياجاتهم ومشاكلهم، فهم بحاجة إلى مصاريف أكثر مما كانوا يحتاجوه في طفولتهم، من حيث التعليم الجامعي والمصاريف الشخصية بما يتناسب واحتياجات أصدقائهم من نفس العمر، فمستوى الدخل من أكثر العوامل التي تؤثر على استقرار الأسرة ، وأيضاً إن ارتفاع العمر يؤدي إلى التدرج في فقدان العمليات الحيوية والنشاط لدى المرأة، مما يزيد من المشاكل الصحية

والقلق لدى المعلمات، ففي سن معين يبدأ ظهور الأمراض كارتفاع ضغط الدم، والسكري، وألم المفاصل، والوصول لسن اليأس، كل هذه الأمراض قد تقلل نشاطها في العملية التعليمية، كما أن صراع الأدوار في الأسرة يعمل على إيجاد مشكلات أسرية، وبالتالي يؤدي إلى انخفاض التوافق الزواجي، ويعود ذلك لتعدد مسؤوليات المعلمة وأدوارها كأم وزوجة وربة بيت مسؤولة عن كل هذه المهام، وهي أيضاً موظفة ومسؤولة عن أداء دورها تجاه المدرسة التي تعمل بها، فهي مطالبة بالقيام بمهنة التعليم على أكمل وجه بدون تقصير أو تهاون، فكلا الدوريين مهمين لضمان استمرار عائلتها واستمرار المجتمع نحو الأفضل، وفي حال فشلت في أحدهما تظهر محصلة الفشل وتمتد الأطراف الأخرى، وهذا ما يجعلها في حالة قلق وتوتر دائم ومستمر، فهنا تعدد مسؤوليات وأدوار المعلمة جعل علاقتها الأسرية وتوافقها الزواجي في ميزان يعتدل بعض الأحيان ويتأرجح بين النجاح والفشل أحياناً أخرى، وكل هذه العوامل له أثر في تعرضها للاحتراق النفسي أو لا.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة عبد الله وآخرون (2021) التي أكدت على وجود علاقة بين صراع الأدوار والعمل والأسرة والالتزام التنظيمي، وكذلك تحديد تقلبات العمر ومدة الزواج كمؤشر هام على الرفاهية في مكان العمل، وأيضاً مع نتيجة أحمد ونجاح (Ahmad& Nagah ،2011) التي أشارت إلى تحديد تأثير صراع الأدوار على الرضا الوظيفي، مع الصراع بين العمل والأسرة كوسيط محتمل، ومع نتيجة دراسة غيات (2013) التي أكدت علاقة ارتباطية بين الضغوط التي تعاني منها المرأة وبين صراع الدور لديها، ومع نتيجة سراي (2012) والتي أظهرت وجود علاقة ارتباطية سلبية بين درجة الاحتراق النفسي والرضا بين الطرفين لدى المعلمات المتزوجات، لكن تختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة خوشنا، وجوان (2021) التي أظهرت عدم وجود علاقة بين صراع الأدوار ونوعية الحياة لدى المرأة العاملة في إقليم كردستان–العراق، ومع نتيجة دراسة اوباح، وداوود (2021) التي كشفت عن وجود ارتباط موجب بين مركز الضبط الخارجي والاحتراق النفسي لدى المعلمين في التعليم الثانوي، وتختلف مع نتيجة دراسة حداء (2018) التي أكدت على أنه لا يوجد علاقة ارتباطية عكسية بين الاحتراق النفسي والتوافق الزواجي لدى المعلمات المتزوجات.

أما بالنسبة للمغيرات (المستوى التعليمي، ونوع المدرسة التي تعمل بها، وعدد سنوات التعليم، وعدد أولاد المعلمة، ومقياس الاحتراق النفسي) فلا يوجد لها تأثير كالعمر، وصراع الأدوار.

جاءت نتائج الدراسة بأن التوافق الزواجي لا يتأثر بالمستوى التعليمي ونوع المدرسة، وعدد سنوات الخبرة، وعدد الأولاد كونها عوامل أقل تأثيراً من سابقاتها، فالمستوى التعليمي لما يكون له تأثير كبير وواضح على التوافق الزواجي، إذ من الممكن أن يكون هناك اتفاق بين الزوجين على إدارة شؤون حياتهما بطريقة سليمة بالرغم من اختلاف المستويات التعليمية، ويمكن أن يعود ذلك لكون الزوج حتى لو كان لديه مستوى تعليمي أقل من زوجته إلا أن الانفتاح التكنولوجي والحضاري والثقافي عبر وسائل التواصل الاجتماعي ووسائل الإعلام، وأن أغلبية النساء في الوسط العرب 48 هن نساء عاملات منذ سنوات طويلة، كل هذه العوامل كان لها أثر في تغيير أفكار بعض الأزواج في مساعدة وتفهم زوجاتهم المعلمات، وهناك يتكون نوع من التكافل والتعاون بين الزوجين وبالتالي تكون نسبة تأثيره أقل على المعلمة ووصولها لدرجة الاحتراق النفسي.

كما وأن نوع المدرسة التي تعمل بها المعلمة لم يكن له أثر قوي وواضح على الاحتراق النفسي، فهي سواء كانت تعمل في مدرسة حكومية أو خاصة، فهي في كلا الحالتين تعمل في مهنة التعليم ومع أطفال وبعدد ساعات مشابهة، فلا يمكن أن يكون لها تأثير واضح على احتراقها النفسي، وكذلك عامل عدد سنوات الخبرة أيضا لم يكن ذا أثر كبير على مستوى الاحتراق النفسي، كون المعلمة التي كانت تعمل في مهنة التعليم منذ 20 عام والمعلمة التي تعمل منذ 5 سنوات ويعملان بنفس المدرسة وبنفس عدد ساعات العمل يتعرضن لنفس ضغط العمل، ومن الممكن أن تكون المعلمة الأقل سنوات من الخبرة لديها قدرة على تحمل ضغط العمل أكثر من زميلاتها اللاتي أمضين سنوات أكثر في سلك التعليم، كما وأن المعلمات في الوسط العربي 48 توفر لهن المدراس العديد من الميزات كالدعم والتحفيز، ورحلات ترفيهية وأنشطة وفعاليات خارجية بشكل مستمر مما يقلل تعرضها لضغوط النفسي مما يجعلها أقل عرضة للاحتراق النفسي.

كما وأن عدد أولاد المعلمة لم يكن له أثر كبير في توافقها الزواجي، وذلك أن أغلب المعلمات التي أجريت عليهن الدراسة كانت تتراوح بين 2–5 أطفال، وهو عدد ليس كبيراً مقارنة مع الأسر الممتدة التي كانت قديماً، وذلك يساعد المرأة على إدارة شؤونهم بوقت أقل فيما لو كان عددهم أكبر من ذلك، كما وأن أبناء النساء العاملات وخصوصاً المعلمة يتحملون جزء من مسؤوليتهم بحكم غياب الأم عن المنزل، فينشأ الأطفال معتمدون على أنفسهم بعيدين عن الاتكالية، كما وأن دعم أهل الزوج أو الزوجة في المساعدة في رعاية الأطفال أثناء غياب الوالدين له أثر في التقليل من نسبة هذا العمل في نتائج الدراسة.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة شعبان، هرقة (2019) التي أظهرت أنه لا يوجد علاقة بين مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة والأقدمية في العمل لديهم، لكن اختلفت نتيجتها مع نتيجة ودهان (2018) التي كشفت عن أن نسبة استجابة المعلمات ذوي الخبرات (11 سنة فما فوق) أعلى من المعلمين ذوي خبرة (أقل من 5 سنوات)، مما يدل على تعرض المعلمات الأكثر خبرة للاحتراق النفسي، ومع نتيجة ساري (2004) التي كشفت أن هناك درجات أعلى في بُعد الإجهاد والانفعالي وتبلد المشاعر لصالح المعلمين الأكثر خبرة.

التوصيات:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، توصي الدراسة بما يلي:

1. توصي الباحثة بإجراء المزيد من الدراسات الخاصة بصراع الأدوار والاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى عدد أكبر من معلمات الداخل.
2. توصي الدراسة بضرورة توعية المعلمات بمفهوم الاحتراق النفسي الذي يتعرضن له، والآثار السلبية المترتبة على صحتهن النفسية، والعمل على إكسابهن أساليب فعالة تساعدهن في مواجهة الضغوط.

3. إعطاء المزيد من الاهتمام لظروف العمل في المؤسسات التعليمية، وذلك بتوفير بيئة مناسبة للعمل للمعلمات مما يزيد من قدراتهن على الإنجاز والعطاء، وينعكس إيجاباً على البيئة التعليمية داخل المدرسة.
4. توفير الدعم والتشجيع من الإدارة المدرسية للمعلمات لتقليل الاحتراق النفسي.

المقترحات:

1. عقد ورشات عمل أو ندوات تدريبية للمعلمات حول موضوع صراع الأدوار والاحتراق النفسي لمساعدتهن في التعامل بفعالية أثناء التعرض لضغوط مهنة التدريس.
2. العمل على تعزيز مؤشرات التوافق الزواجي من أجل الوصول إلى الصحة النفسية لدى المعلمات من خلال تقديم برامج زواجية إرشادية.
3. التوجه للإدارة المدرسية بتوفير مساندة ودعم من المختصين بتزويد المعلمات باستراتيجيات فعالة لتجنبهن الاحتراق النفسي.
4. توفير كادر إرشاد نفسي في الوسط المدرسي للمساعدة النفسية للمعلمين لتخفيف من حدة الضغوط المهنية.

قائمة المصادر والمراجع العلمية

إبراهيمي، أسماء (2015). *الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى المرأة العاملة دراسة ميدانية على عينة من الممرضات والمعلمات بدائرة طوقة ولاية بسكرة*، أطروحة دكتوراه العلوم في علم النفس.

أبو مسعود، عياد (2010). *ظاهر الاحتراق لدى الموظفين الإداريين العاملين بوزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة*، رسالة ماجستير في إدارة الأعمال، الجامعة الإسلامية، غزة –فلسطين.

أحمد، رندا (2016). علاقة بعض المتغيرات بتعزيز التوافق الزواجي: دراسة لبناء برنامج إرشادي زواجي للمتزوجات حديثاً، *مجلة الخدمة الاجتماعية*، مصر، 55:57–94.

اوباح، اسيه؛ داودي، محمد (2021). مركز الضبط وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي بمدينة بوسعادة، *مجلة العلوم الاجتماعية*، جامعة الأغواط–الجزائر، *العدد (01)*.

البريكي، حسن (2015). التوافق الزواجي وأثره على استقرار الأسرة، *مجلة كلية الشريعة والدراسات الإسلامية*، جامعة قطر، عدد*(33)*، (2).

بلبيوض، لامية؛ وحرقاس، وسيلة (2020). صراع الأدوار لدى المرأة العاملة وتأثيره على علاقتها بالأسرة ودراسة ميدانية بالمؤسسات الاستشفائية لولاية قالمة. *مجلة الأكاديمية للبحوث في العلوم الاجتماعية*، قالمة–الجزائر، 02(2)،140–115.

بلوزي، ربيعة؛ سعيدي، وسيلة (2020)، *الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزواجي لدى أستاذات المدارس الابتدائية*، رسالة ماجستير، جامعة الشهيد حمة لخضر–الوادي.

بن عامر، زكية (2017). *مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الأقسام النهائية وعلاقتها ببعض المتغيرات*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة جيلالي لباس–سيدي بلعباس، الجزائر.

بن عمارة، سمية (2006). *صراع الأدوار لدى الأم العاملة وعلاقتها بتوافقها الزواجي*، ماجستير في علم النفس الاجتماعي، نوقشت.

بن عمارة سمية، (2010). صراع الأدوار وتأثيره على التوافق المهني لدى الطلبة العاملين بالمركز الجامعي بغرادية، *مجلة العلوم الإنسانية الاجتماعية*، عدد خاص للملتقى الدولي حول المعاناة في العمل، جامعة ورقلة. 348–379.

البوسعيدي، عادل ودهان، حسن البصري (2018). الاحتراق النفسي لدى معلمي صعوبات التعلم: دراسة تطبيقية في سلطنة عمان، *مجلة الثقافة الإسلامية والإنسانية*، جامعة سيتس، ماليزيا، *14(1)*، 99–114.

بوحسي، عائشة دودو، عتيقة (2020). *صراع الأدوار وعلاقته بالضغط النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة بمنطقة تينركوك*، رسالة ماجستير مقترحة، جامعة أحمد دراية أدرار، الجزائر.

تركي، خديجة (2014). *صراع الأدوار وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى الزوجة العاملة*، دراسة ميدانية، بسكرة –الجزائر.

تواتي، كريمة (2019). *صراع الأدوار لدى معلمات الطور الابتدائي (متزوجات–أمهات)*، رسالة ماجستير، جامعة العربي بن مهيد–أم البواقي، الجزائر.

جرار، سنابل (2011). الجدية في العمل وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مديري المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية –نابلس، فلسطين.

جعيجع، رشيقة؛ بشيري، لدمية (2021). *صراع الأدوار وعلاقته بالإنهاك النفسي لدى المرأة العاملة والمتزوجة*، دراسة ميدانية، جامعة محمد بوضياف بالمهيلة –المسيلة، الجزائر.

الجزيرة، (2011). عرب ال 48، https://2u.pw/aTnsy

حداء، سليمة (2018). *الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة وعلاقته بالتوافق الزواجي* (رسالة ماجستير)، الجزائر، الوادي.

حسان، حسن؛ المهدي، مجدي؛ السعيد، رانيا (2014). بعض مشكلات المعلمات في المدارس الثانوية العامة بمحافظة الدقهلية. *مجلة بحوث التربية النوعية*–جامعة المنصورة، المقالة 3، *العدد 33* (2014).

الحسن، سلوى (2015): *الاحتراق النفسي لدى معلمات تلاميذ ذوي الإعاقة العقلية العاملات بمراكز التربية الخاصة بمدينة أم درمان*، رسالة ماجستير إرشاد نفسي وتربوي، السودان.

خوشناو، جوان (2021). صراع الأدوار وعلاقته بنوعية حياة المرأة العاملة دراسة ميدانية في إقليم كوردستان\ العراق. *مجلة لارك للفلسفة واللسانيات والعلوم الاجتماعية المجلد* (4). *عدد43.*

الخضيري، محسن (2010): *إدارة الصراع*–ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة –ط1.

الختاتنة، سامي (2012). *مقدمة في الصحة النفسية*. (الطبعة الأولى)، عمان، دار الحامد.

درويش، محمد (2014): *الاحتراق النفسي*، عالم الكتب، القاهرة، مصر.

رضوان، سامر؛ عمار، دلال (2014). عمل المرأة وعلاقته بتوافقها الزواج دراسة ميدانية في محافظة اللاذقية، *مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية*–سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، مجلد (36) عدد *(4)*.

رضوان، سامر. (2009). *الصحة النفسية* (ط.03). عمان: دار المسيرة للطباعة والنشر.

الراشد، شذى (2016). التوافق الزواجي. *مجلة الخدمات الاجتماعية*، مصر، *1(56):*111-87.

الزقاي، نادية (2015). *الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران*. مخبر تطوير الممارسات النفسية والتربوية، عدد *155* ديسمبر 2015، الجزائر.

السلامين، إيمان (2019). *التوافق الزواجي وعلاقته بالصحة النفسية لدى النساء العربيات في شمال فلسطين*، رسالة ماجستير، الخليل-فلسطين.

شرف الدين، علي(2021ابريل). تطوير قطاع التعليم بالجهورية اليمنية. *مجلة جامعة البيضاء*، صنعاء- اليمن، المجلد (3)، *العدد (1)* إبريل 2021، صفحة3.

الشواشرة، عمر؛ ومعاوية، أبو جلبان (2019). القدرة التنبؤية لمصادر الضغوط النفسية بالتوافق الزواجي لدى عينة من المعلمين المتزوجين، *المجلة الأردنية في العلوم التربوية*، مجلد (15)، عدد *(4)*، ص419 -434.

صالح، محمد؛ كريمة، سمير (2020). ضغوط العمل وانعكاسها على التوافق الزواجي دراسة ميدانية لعينة من أعضاء هيئة التدريس المتزوجين بكلية التربية جامعة الزاوية، *مجلة كلية الآداب العدد 29*، الجزء الثاني.

صالح جرار (2011): *الجدية في العمل وعلاقتها الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ومقارنة بالمعلمين العاديين في مكلة البحرين*، رسالة بكالوريوس، كلية التربية، جامعة البحرين، البحرين.

الصفتي، وفاء؛ معروف وئام (2015). فاعلية برنامج إرشادي لتمكين المرأة العاملة من إدارة صراع الأدوار وعلاقتها بتحسين نوعية الحياة، *المجلة المصرية للاقتصاد المنزلي*، *العدد31*.

طايبي، نعيمة (2013). *علاقة الاحتراق النفسي ببعض الاضطرابات النفسية والنفس جسدية لدى الممرضين*، (رسالة ماجستير)، جامعة الجزائر، الجزائر.

طه، فرج؛ راغب، السيد (2010). *مقياس الاحتراق النفسي المهني*، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر، القاهرة.

الطوباسي، عودة عدنان (2017). أثر صراع الأدوار في التوافق الزواجي والرضا المهني والضغوط النفسية لدى الممرضات المتزوجات. *مجلة المنظومة*، مجلد34، عدد *134*.

عبد الفتاح، كاميليا (2015). *سيكولوجية المرأة العربية*، نهضة مصر لطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، الفجالة.

عبد اللاوي، منى (2016)، *الضغط النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي* (رسالة ماجستير غير منشورة)، بولاية قسنطينة.

عرار، رشيد؛ عبد الله، تيسير (2021–2020). التوافق الزواجي لدى عينة من الذكور والإناث في فلسطين، *المجلة العربية للنشر العلمي، العدد (20)*، 2663-5798 .

علي، أماني (2014). *الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة في إفريقيا، وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية (دراسة مقارنة بين نيروبي والقاهرة)*. جامعة الخرطوم –السودان.

عمران، ربيعة (2015). *التوافق الزواجي وعلاقاها بالاحتراق النفسي لدى العاملين بقطاع الصحة لولاية غرادية*، رسالة ماجستير، جامعة غرادية.

العارفي، سامية (2012). *الأم العاملة بين الأدوار الأسرية والأدوار المهنية* (رسالة غير منشورة). البويرة، الجزائر.

العنزي، طلال والحرتومي، سلمان واللحياني، سالم ومحبوب، رائد والقرني، صالح والحسني، خالد والقحطاني، سلطان (2013). *نظرية الدور*، جامعة الملك عبد العزيز، قسم علم لاجتماع والخدمة الاجتماعية، السعودية.

غيات، حياة (2013). صراع الأدوار عند المرأة العاملة في المواقع القيادية، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، العدد.12\سبتمبر 2013، جامعة وهران (الجزائر).

الغافري، اسياء؛ والخواجة، عبد الفتاح (2018). التوافق الزواجي وعلاقته بالضغوط المهنية لدى المرأة العاملة في الدوائر الحكومية في محافظة جنوب الباطنية بسلطنة عمان. *المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد التاسع*–المجلد الثاني: 3380-2522.

كنوز (2017). الكنيست: عدد المعلمين العرب يقف على 41 ألفا. على الشبكة العنكبوتية (تاريخ الولوج: 2023/6/18): https://www.knooznet.com/?app=article.show.29129

لملوم، زينب (2018)، الاحتراق النفسي للمعلم (ط1)، مركز الكتاب الأكاديمي: الأردن.

محدب، رزيقة. (2011). *الصراع النفسي الاجتماعي وعلاقته بظهور القلق حالة–سمة لدى المراهق المتمدرس (دراسة ميدانية في ولاية تيزي وزو)*. رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري، تيزي وزو، الجزائر.

مدفوني، رولة. (2019). *صراع الأدوار وعلاقته بالضغط المهني لدى معلمات المرحلتين الابتدائية والمتوسطة. (دراسة ميدانية في مدينة أم البواقي)*. رسالة ماجستير. جامعة العربي بن مهيدي.

محمد، نبال. (2021). الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس، *المجلة العربية للنشر العلمي*، *العدد.2*\تموز 2021، لبنان.

محمد، نوري. (2015). صراع الأدوار لدى المرأة العاملة–دراسة وصفية لأثر خروج المرأة للعمل على أدوارها الاجتماعية، *مجلة العلوم الاجتماعية. العدد 10*\جانفي 2015، جامعة الأغواط.

محمد، هبة (2014)، *مرونة التكيف كمتغير معدل للعلاقات بين الاحتراق النفسي والرضا الزواجي*، بحث، قسم علم النفس، جامعة حلوان.

مراد، سماني (2012)، *استراتيجيات التعامل coping عند الذين يعانون من الاحتراق النفسي Burnout لدى الأطباء المقيمين بالمستشفى الجامعي بوهران*، رسالة ماجستير، جامعة وهران –الجزائر.

مشاقبة، خدام (2016). *الاحتراق النفسي لدى المرشد أطلابي في منطقة الحدود الشمالية وعلاقتها ببعض المتغيرات، جامعة الحدود الشمالية*، رسالة ماجستير، المملكة العربية السعودية.

مهدي، سراي (2012). *الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية*، (رسالة ماجستير)، الجزائر.

مهاني، منال، نملي، رندة (2021–2022). *صراع الأدوار لدى المرأة العاملة المتزوجة دراسة ميدانية على عينة من للأستاذات العاملات بثانويات مدينة تقرت*، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، رسالة ماجستير، تونس.

المساعيد، أصلان صبح (2011). مستويات الاحتراق النفسي وعلاقتها بالخبرة والتخصص الدراسي لدى أعضاء هيئة التدريس، *مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، المجلد (3)، *العدد (1)*، ص–166–209، جامعة آل البيت.

النوابي، محمد وعلي، محمد (2010). *مقياس التوافق النفسي (الشخصي–الدراسي–الاجتماعي لذوي الإعاقة السمعية والعاديين)*. (دون طبعة)، عمان: دار الصفاء.

ونوغي، فطيمة (2014)، *أثر سوء التوافق الزواجي في تكوين الميل إلى الأمراض النفسية لدى المرأة من خلال تطبيق اختبار (MMP12)*، رسالة ماجستير، جامعة محمد خيضر، بسكرة–الجزائر.

ناصيف، جميل (2009). *صراع الأدوار لدى المرأة العاملة في محافظات شمال الضفة الغربية وعلاقته بالتوافق النفسي* (رسالة ماجستير)، القدس، فلسطين.

هرقة، كريمة وشعبان، ريمة (2019). *الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة*، (رسالة ماجستير)، جامعة 8 ماي 1945 قالمة، كلية العلوم الإنسانية، الجزائر.

وتد، صلاح وحميدة، ألاء (2015) *العلاقة بين تحقيق التوقعات من الزواج وبين التوافق والرضا في الحياة الزوجية لدى الأزواج الفلسطينيين في جنوب الضفة الغربية*، جامعة. المجلد 19، *العدد* 2، 53–76.

BBC NEWS (2021/5/14). أحداث القدس: *من هم الفلسطينيون حملة الجنسية الإسرائيلية*، https://www.bbc.com/arabic/middleeast-57120499

المراجع الأجنبية:

Abdullah, Nurul-Azza & Adenan, Nursya & Zaiedy, Nur(2021) Relationship between Work-Family Conflict, Organizational Commitment and Welfare in The Workplace among Working Women, International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 11(3), 154-168.

Ahmad, Aminah & Ngah, Noryati (2011) Role Conflict, Work-Family Conflict and Job Satisfaction among Single Mother Employees, The Journal of Global Business Management.

Bagceci, B, & Hamamci, Z. (2012). An Investigation into the relationship between Burnout and Coping Strategies among Teachers in Turkey. International Journal of Humanities and Social Science, 2(12), 67, 68-83. Compton, Robert Hugh (2013) Factors That Influence Burnout Among South Carolinas Special Education Teachers, University location: United States-Arizona Degree: P.H.D. Document URL.

Thomas, G., Fletcher, G. J., & Lange, C. (1997). On-line empathic accuracy in marital interaction. Journal of Personality and Social Psychology, 72(4), 839.

Halilu. Mustapha (2017) Role Conflict Among Married Working Mothers In Dutsin-Ma Local Government Area Of Katsina State, Corporation for National Research Initiatives (CNRI).

Korunka,Ch.,Tement, S.,Zdrehus, C.& Borza, A .(2013).Burnout: definition, recognition and prevention approaches. Burout Interrention Training for Managers and Team Leaders, 1-49, 20/2/2013, 3:59Am, http://user page. fu-berlin/de.

Medrano, L. & Trógolo, M. (2018) Employee well-being and life satisfaction in Argentina: The contribution of psychological detachment from work. Journal of Work and Organizational Psychology, 34(2),69− 81.

Mukundan, J. & Khandehroo, K. (2010).Burnout among English Language teachers in Malaysia . Contemperory Issues in Education Research, 3(1),71-76.

Meet. Agrawal (2020).A Study of Role Conflict among Women Teachers of Nuclear and Joint Families of Government School. INTERNATIONAL JOURNAL OF RESEARCH CULTURE SOCIETY. Scientific Journal Impact Factor: 5.245

Ogbogo .c. (2013). work . familyrole confilict among academic women in Nigerian public universities . international. orlundo. Usa.

Peace .Adjoa Abakah, (2018) WORK-FAMILY CONFLICT AMONG FEMALE TEACHERS IN KOMENDA- EDINA AGUAFO ABREM MUNICIPALITY, University of Cape Coast.

Platisdou, M. & Agaliotis, I. (2008). “Burnout. job satisfaction and instructional assignment-related sources of stress in Greek special education teachers”. International Journal of Disability. Development and Education. 55(1). 61-76

Quinn, M. M., & Smith, P. M. (2018). Gender, work, and health. Annals of Work Exposures and Health, 62(4), 389-392.

Recuero. L and Segovia. (2021) Work-Family Conflict, Coping Strategies and Burnout: A Gender and Couple Analysis, Journal of Work and Organizational Psychology, 37(1). 21-28

Zainab Pervez, Anam Noshaba, Tahseen Arshad (2021). Relationship of Teachers’ Job Performance with Role Conflict, Role Ambiguity and Burnout in Public Schools of Lahore,), Ghazala Noureen Lahore College for Women University, zainab.pervez.50@gmail.com, anam_pk2006@yahoo.com, tahseen.arshad91@yahoo.com, gnoureen@yahoo.co. Vol.13 No. 2 December, 2021 ISSN: 0974-8571

الملاحق

الملحق أ

مقياس صراع الأدوار في صورته النهائية

الرقم	الفقرة	دائما	أحيانا	أبدا
1	اهتمامك بالبيت ونظافته يستهلك كل وقتك وجهدك			
2	هل عملك يؤثر على رعايتك لأبنائك			
3	يؤكد زوجك أن الأولوية تكون له وللأبناء على العمل			
4	اهتمامي بتربية أبنائي لا يمنحني الوقت لعمل شيءآخر			
5	هل يشارك زوجك في قيام ببعض الأعمال المنزلية			
6	هل في رأيك أن الخلاف والشجار يزداد عند الزوجة العاملة أكثر من غيرها			
7	اشعر بعدم الاهتمام من طرف الزوج			
8	يعاملني زوجي على أنني ربة بيت قبل كل شيء			
9	هل يعتقد زوجي أن مشاركته لي في الأعمال المنزلية ينقص من هيبته			
11	هل تهتمين بأبنائك على حساب مطالب زوجك			
12	هل زوجك يشاركك في تربية ومراقبة الأبناء			
13	يشارك زوجي في تسير النفقات المالية فقط			
14	اشعر بالذنب إذا قضيت أوقات طويلة في عملي بعيد عن عائلتي			
15	حياتي العملية لها أولوية عن حياتي الأسرية والمنزلية			
16	أصل متأخرة للبيت			
17	أصبح في غاية الضيق والحيرة إذا لم تتم الأشياء في الحال			
18	هل عملك يؤثر على علاقتك العاطفية مع زوجك			
19	عملي لا يترك الوقت الكافي لتربية أبنائي بشكل جيد			
20	هل يعتقد زوجك أن نقص الاهتمام به سببه عملك			
21	اشعر أن زوجي لا يبادلني نفس الاهتمام			
22	هل يعتقد زوجك أن عدم قيامك ببعض الأعمال المنزلية سببه عملك			

الملحق ب

مقياس الاحتراق النفسي في صورته النهائية

الرقم	الفقرة	أبدا لا أعاني	بعض المرات في السنة	مرة في الشهر	عدة مرات في الشهر	مرة في الأسبوع	كل يوم
1	اشعر أن عملي يستنفذني انفعاليا نتيجة عملية التدريس						
2	اشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الدراسي						
3	اشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف أن علي مواجهة عمل جديد						
4	من السهل معرفة مشاعر طلابي						
5	اشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر						
6	إن التعامل مع الناس طوال يوم العمل يسبب لي الإجهاد						
7	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طلابي						
8	اشعر بالاحتراق النفسي من عملي						
9	اشعر أن لي تأثيرا إيجابيا في حياة كثير من الناس خلال عملي						
10	أصبحت أكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس						
11	اشعر بالإزعاج والقلق لان مهنتي تزيد من قسوة عواطفي						
13	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس						
14	اشعر إنني اعمل هذه المهنة بإجهاد كبير						
15	حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلابي من مشاكل						
16	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي إلى ضغوط شديدة						
19	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في ممارستي لهذه المهنة						
20	اشعر وكأنني أشرف على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة						
21	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في أثناء ممارستي لهذه المهنة						
22	اشعر أن الطلبة يلومونني عن بعض مشاكلهم						

الملحق ج

مقياس التوافق الزواجي في صورته النهائية

الرقم	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة
1	يوجد بيننا انسجام في القضايا الدينية					
2	يوجد بيننا انسجام عاطفي					
3	نتشارك في اتخاذ القرارات					
4	يوجد بيننا انسجام في العلاقات الزوجية					
5	يوجد بيننا تفاهم في المواقف الحياتية					
6	يوجد بيننا انسجام في القرارات المهنية					
7	نفكر بالطلاق في كثير من الحالات					
8	يوجد بيننا خلافات ومشاكل أسرية					
10	عادة ما نغضب من بعضنا البعض					
11	اهتماماتنا مختلفة ومتباينة					
12	يوجد بيننا تبادل إيجابي للأفكار					
13	نتعاون في أمور حياتنا					
14	نناقش أمور حياتنا بهدوء وسلاسة					
15	تحاورنا بمنطق وتفهم موضحة وجهة نظرها					
16	يشعرني باهتمام كبير ويكرس وقتا لمساعدتي في التغلب على المرض					
17	يحاورني شريكي بتفهم ومسامحة					
19	يتصل بي دائما للاطمئنان على، ويحدثني عن أمور الحياة					
21	يبادر شريكي بالحديث معي بأشياء تسرني رغم متاعبه					
22	ملامح شريكي مريحة وتبعث على البهجة والحوار الهادف الجميل					
23	يتحين شريكي الفرصة للحديث الإيجابي حوله					
24	يشاركني ويناقشني حول الأشياء الإيجابية في المواقف					
25	يصغي ببعض الاهتمام ويعزل مشاعره الجميلة حول الموقف عني					
26	زوجي يبادلني الحديث الطيب في موضوعات سارة					

27	يحب شريكي أن يسهر معي لبعض الوقت ويبادلني الكلام الطيب رغم أعماله الباكرة في الغد					
28	يحرص زوجي على تهنئتي بالمناسبات وتقديم لي هدية رمزية جميلة					
29	يمتدح زوجي ذوقي في الزينة والعطور لدرجة المبالغة في المدح					
30	زوجي معجب جدا بما لدي من قدرات عقلية ومهارات مختلفة					
31	يبدي زوجي ارتياحا لطريقتي وموضوعاتي التي أتحدث بها					
32	يبادر زوجي بالطلب مني أن نخرج معا للترفيه وتغير الجو					
33	عندما أكون مرهقة عند إنجاز عملي فأن زوجي يتجاهلني					
34	يشاركني زوجي في إيجاد الحلول للمشاكل التي تواجهني في العمل					
35	نحتفل كل عام بعيد زواجنا دائما					

الملحق د

الجداول

الجدول 9

استجابات أفراد عينة الدراسة حول فقرات مقياس التوافق الزواجي

الرقم في الاستبانة	الرتبة	الفقرة	المتوسط	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	التقدير
5	1	يوجد بيننا انسجام في القضايا الدينية	4.16	0.92	83.2	عالي جداً
1	2	يوجد بيننا انسجام عاطفي	4.34	0.83	86.8	عالي جداً
3	3	نتشارك في اتخاذ القرارات	4.22	0.83	84.4	عالي جداً
2	4	يوجد بيننا انسجام في العلاقات الزوجية	4.26	0.91	85.2	عالي جداً
13	5	نتعاون في أمور حياتنا	4.21	0.94	84.2	عالي
26	6	زوجي يبادلني الحديث الطيب في موضوعات سارة	4.14	0.96	82.8	عالي
9	7	يوجد بيننا تفاهم في المواقف الحياتية	4.10	0.98	82.0	عالي
10	8	يوجد بيننا انسجام في القرارات المهنية	4.09	0.93	81.8	عالي
24	9	يشاركني ويناقشني حول الأشياء الإيجابية في المواقف	4.06	0.99	81.2	عالي
16	10	يشعرني باهتمام كبير ويكرس وقتاً لمساعدتي في التغلب على المرض	4.06	1.04	81.2	عالي
17	11	يحاورني شريكي بتفهم ومسامحة	4.04	1.01	80.8	عالي
13	12	يبدي زوجي ارتياحاً لطريقتي وموضوعاتي التي أتحدث بها	3.98	1.03	79.6	عالي
14	13	ملامح شريكي مريحة وتبعث على البهجة والحوار الهادف الجميل	3.95	1.09	79.0	عالي
15	14	يوجد بيننا تبادل إيجابي للأفكار	3.94	1.04	78.8	عالي
17	15	تحاورنا بمنطق وتفهم موضحة وجهة نظرها	3.94	1.03	78.8	عالي
16	16	يحب شريكي أن يسهر معي لبعض الوقت ويبادلني الكلام الطيب رغم أعماله الباكرة في الغد	3.93	1.08	78.6	عالي
18	17	نناقش أمور حياتنا بهدوء وسلاسة	3.89	1.07	77.8	عالي
19	18	يحرص زوجي على تهنئتي بالمناسبات وتقديم لي هدية رمزية جميلة	3.87	1.21	77.4	عالي
20	19	يتحين شريكي الفرصة للحديث الإيجابي حوله	3.80	1.03	76.0	عالي

21	20	يتصل بي دائماً للاطمئنان عليّ، ويحدثني عن أمور الحياة	3.79	1.07	75.8	عالي
22	21	يبادر شريكي بالحديث معي بأشياء تسرني رغم متاعبه	3.78	1.03	75.6	عالي
23	22	يوجد بيننا انسجام في القضايا الدينية	3.74	1.06	74.8	عالي
24	23	يبادر زوجي بالطلب مني أن نخرج معاً للترفيه وتغير الجو	3.72	1.15	74.4	عالي
25	24	يمتدح زوجي ذوقي في الزينة والعطور لدرجة المبالغة في المدح	3.63	1.12	72.6	عالي
26	25	يوجد بيننا انسجام عاطفي	3.50	1.31	70.0	عالي
27	26	يصغي ببعض الاهتمام ويعزل مشاعره الجميلة حول الموقف عني	3.38	1.18	67.6	متوسط
28	27	عادة ما نغضب من بعضنا البعض	2.99	1.22	59.8	متوسط
28	28	اهتماماتنا مختلفة ومتباينة	2.88	1.30	57.6	متوسط
30	29	عندما أكون مرهقة عند إنجاز عملي فإن زوجي يتجاهلني	2.31	1.17	46.2	منخفض
31	30	يوجد بيننا خلافات ومشاكل أسرية	2.18	1.25	43.6	منخفض
33	31	نفكر بالطلاق في كثير من الحالات	1.79	1.15	35.8	منخفض جداً
32	32	نشعر بالندم على زواجنا	1.74	1.15	34.8	منخفض جداً
		المجال الكلي	3.60	0.51	72.0	عالي

أقصى حد للفقرة 5

الجدول 11

نتائج تحليل تباين الانحدار الخطي المتعدد للتحصيل الأكاديمي في ضوء المتغيرات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة "ف"	الدلالة الإحصائية
الانحدار	8.455	7	1.208	5.551	0.000
البواقي	28.941	133	0.218		
الكلي	37.397	140			

الجدول 12

نتائج معاملات الانحدار النسبي للمتغيرات على التوافق الزواجي

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة	معامل الانحدار	الخطأ المعياري	بيتا B	قيمة t	Sig.* مستوى الدلالة t
التوافق الزواجي	ثابت الانحدار	5.608	0.527		10.651	0.000
	المستوى التعليمي	0.029	0.054	0.046	0.535	0.593
	العمر	−0.159	0.061	−0.243	−2.609	0.010
	نوع المدرسة التي تعمل بها	−0.004	0.051	−0.007	−0.086	0.932
	عدد سنوات التعليم	−0.020	0.044	−0.041	−0.451	0.653
	عدد أولاد المعلمة	0.062	0.073	0.070	−0.849	0.397
	مقياس صراع الأدوار	−0.788	0.151	−0.436	−5.231	0.000
	مقياس الاحتراق النفسي	−0.040	0.064	−0.055	−0.632	0.528

An- Najah National University

Faculty of Graduate Studies

ROLE CONFLICT AND PSYCHOLOGICAL BURNOUT AND THEIR RELATIONSHIP TO MARITAL ADJUSTMENT AMONG FEMALE TEACHERS IN ARAB SCHOOLS IN THE OCCUPIED PALESTINIAN TERRITORIES IN 1948

By

Sukaina Jamal Allan

Supervisors

Dr. Shadi Abualkibash

Dr. Filasteen Nazzal

This Thesis is submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Psychological and Educational Counseling, Faculty of Graduate Studies, An-Najah National University, Nablus, Palestine.

2023

ROLE CONFLICT AND PSYCHOLOGICAL BURNOUT AND THEIR RELATIONSHIP TO MARITAL ADJUSTMENT AMONG FEMALE TEACHERS IN ARAB SCHOOLS IN THE OCCUPIED PALESTINIAN TERRITORIES IN 1948

By
Sukaina Jamal Allan
Supervisors
Dr. Shadi Abualkibash
Dr. Filasteen Nazzal

Abstract

This study aimed to identify the levels of role conflict, psychological burnout and their relationship to marital adjustment among female teachers in Arab schools in the occupied Palestinian territories in 1948. It was distributed to school principals, who in turn passed it on to their teachers. The study adopted the descriptive correlational approach, and three scales were used in the study; Role conflict scale (Turki, 2014), psychological burnout (Taha and Ragheb, 2014), and marital compatibility (Al-Salamin, 2019).

The results of the study showed that the level of role conflict among female teachers was medium, and the level of psychological burnout was high, also It was found that the level of marital adjustment among female teachers in Arab schools in the occupied Palestinian territories in 1948 was high.

In addition to the demographic variables; Age was more influential in terms of its ability to predict marital adjustment, and role conflict came in the second order in terms of its ability to predict marital adjustment. As for the rest of the variables, it was not predictive of marital adjustment, and based on the above; The study recommends the development of legislation and working conditions related to maternity leaves and their times, so that the work environment becomes appropriate for the conditions of mother teachers. With the aim of achieving marital adjustment, the study also recommends the need to educate female teachers working in the education sector about the professional pressures that cause psychological burnout, and the negative effects that are reflected on performance

at work, and on their health and psychological condition, and help in providing them with effective methods that enable them to confront psychological burnout.

Keywords: Role conflict, Psychological burnout, Marital adjustment, female teachers in the Palestinian Territories in1948