مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون

The Level of Psychological Burnout among the Teachers of the Kinder Gardens in Ajloun Governorate

عمار الفريحات، ووائل الربضي

Ammar Al-Frehat & Wail Al-Rabadi

قسم التربية، كلية عجلون الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية، الأردن

بريد الكتروني: ammar_alfrehat@yahoo.com

تاريخ التسليم: (٢٠٠٩/٨/١٨)، تاريخ القبول: (٢٠١٠/٤/٢٦)

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون، وأثر كل من متغيرات: نوع الروضة (حكومية/خاصة)، وراتب المعلمة، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، في مستويات الاحتراق النفسي للمعلمة. تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمات رياض الأطفال الحكومية والخاصة في محافظة عجلون، والبالغ عددهن (١٢٠) معلمة. وقد تم استخدم مقياس ماسلاش (Maslach) للاحتراق النفسي كأداة للدراسة. أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون يعانيين من الاحتراق النفسي بدرجة كبيرة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأي من المتغيرات التالية: نوع الروضة (حكومية-خاصة)، وسنوات الخبرة، المؤهل العلمي للمعلمة، وعدد الطلاب في الصف، في حين أظهرت الدراسة أن هناك فروق تعزى إلى متغير الراتب ولصالح المعلمات اللواتي يقل رواتبهن عن (١٠٠) دينار أردني.

Abstract

This study aims at revealing the level of Psychological Burnout among the teachers of the kinder gardens in Ajloun Governorate. It also reveals the influence of the type of the kinder garden (private, governmental), teachers salary, the years of experience, the educational qualifications and the number of students on the teachers Psychological Burnout. The sample of this study consists of all teachers at the kinder

gardens in both private and governmental schools in Ajloun Governorate. The number of the teachers is (120). The researcher uses Burnout Maslach scale of Psychological Burnout. The results of this study show that the teachers of kinder gardens in Ajloun Governorate suffer from Psychological Burnout in a high degree. It also shows that there are no significant statistical differences between any of the study variables, the kind of the kinder garden (private, governmental), the educational qualifications, the years of experience and the number of the students. On the other hand, this study shows that there is some significant statistical differences according to the salary variable among the teachers whose salary is under (JD, 100).

المقدمة

يعد مفهوم الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبيا ويعد فرويدينددجر (١٩٧٤) أول من استخدم هذا المفهوم للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية الناتجة عن التعرض طويل الأمد لضغوط العمل لدى العاملين في المهن التي يكون توقعات العاملين فيها عاليه وغير واقعيه، وبالذات المهن التي تقدم الخدمات الإنسانية: كالصحة، والإعلام، والشرطة، والتربية ... الخ (Richard, atal, 2006).وترى ماسلاش (Maslach) أن الاحتراق النفسي يصيب المهنيين الذين يواجهون معوقات تحول دون قيامهم بمهامهم المهنية كاملة، فيسبب لهم الإحساس بالقصور والعجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب منهم، وغالبا ما يترتب على هذا الوضع حدوث ضغط نفسي يلزم المهني بان يتكيف معه، لكي يقلل من إحساسه بالعجز، ويتميز هذا النوع من التكيف بتدني مستوى الدافعية، والشعور بعدم الرضا، وبالعلاقة الجافة التي تربطه بعملائه (ديواني وآخرون، ١٩٨٩).

ويشير كل من: جاسون (Jason, 2007)؛ ويلجن (Yalcın, 2007)؛ وتناماكلون (Tinamcalon, 2004). إلى أن المعلمين يتعرضون لخبرات ومواقف سلبيه متنوعة ترتبط بعملية التدريس، وتنعكس على اتجاهاتهم، وعواطفهم نحو الطلاب والعمل، وتؤثر في قدراتهم على الانجاز، وتسبب لهم الاحتراق النفسي، ومنها: نقص الدعم والمساندة من المحيطين، وازدحام قاعات الصفية بالطلبة، والإدارة المعوقة وعدم وضوح دور المعلم، ونقص الإمكانات المادية المتاحة للمعلم في المدرسة لإنجاز بعض المهام التدريسية، وحجم الأعمال المتوقع منه إنجازها إذ يتوقع منه إنجاز أعمال إدارية روتينية، وأعمال ورقيه وتحفيز الطلاب للتعلم، وجعل البيئة المدرسة محببة للطالب، ومراعاة الفروق الفردية بين الطلاب وتطوير معرفه وخبرات المعلم في مجال تخصصه وأساليب التدريس، والمناخ الصفي وعدم المشاركة في اتخاذ القرارات التربوية التي تخصه أو تخص العملية التربوية، واقتصار دوره على التنفيذ فقط وقله الحوافز المادية، وعدم الإحساس بالسيطرة على متطلبات بيئة العمل. كما ويؤكد فرويدمان

(friedman, 1991) على أن سلوكات الطلاب المتكررة تلعب دورا في حدوث الاحتراق النفسي لدى المعلمين مثل عدم احترام المعلم، وعدم الانتباه للمعلم في أثناء التدريس، وقلة الدافعية وبذل الجهد، وتدني التحصيل الأكاديمي، وعدم الإحساس بالمسؤولية (اللامبالاة) والانتهاكات اللفظية. هذا ويترك الاحتراق النفسي أثارا سلبية على المعلمين وعلى صحتهم الجسمية والنفسية والاجتماعية: فمن الناحية الجسمية: يزيد الاحتراق النفسي من شعور المعلم بالمرض والتوتر وارتفاع ضغط الدم والآم في الظهر والصداع المستمر، والشعور بالغثيان، واضطرابات النوم والأنفلونزا المتكررة والتهاب المفاصل.

ومن الناحية النفسية: فيؤدى إلى تدني مفهوم الذات، والشعور بالبؤس والتعاسة، وانخفاض الثقة بالنفس وفقدان الذاكرة والشعور بالحزن والعجز والاكتئاب والاستياء والإحباط وحدة الطبع والغضب وفقدان روح الدعابة، وإهمال الأولويات الشخصية (Schonfeld, 2001).

ومن الناحية الاجتماعية: يؤدي إلى تدهور العلاقات الاجتماعية مع زملاءه والطلاب، ويفضل المعلم أن يبقى منعزلا لوحده، كما يؤثر في علاقاته العائلية (Cana-Garcia, et al, 2005).

كما يتأثر أداء المعلم في المدرسة إذ يعاني من انعدام الإبداع والخيال، وعدم القدرة على تقييم المشاكل وحلولها، وعدم الرضا الوظيفي، وشعوره بأنه غير ملائم وغير كفوء، وانعدام الرغبة لديه للحضور إلى المدرسة وشعوره بعدم الرغبة في الالتزام، وتركه لمهنته مبكرا؛ مما يضعف قدرة الفرد على التعامل بشكل ملائم مع التغيرات السريعة، ونقص الاهتمام بالموضوع الذي يدرسه وعجزه في مناقشة الطلاب، وجعل المدرسة بيئة محفزه لهم، ويضعف لديه الحماس للتدريس؛ فالمعلمون الذين يعانون من الاحتراق عادة ما يشعرون بأنهم عاجزون عن مساعدة طلابهم، ولديهم مواقف سلبيه تجاه طلابهم وزملائهم، ويعجزوا عن تحقيق أهدافهم، ويشعروا بأنهم اقل التزاما بإيجاد جو تدريس ملائم (Tina-mcaiongelo, 2004).

ويرتبط الاحتراق النفسي بشكل سلبي مع الأداء والرضا الوظيفي ونوعية الحياة، والصحة النفسية، وكما يرتبط بشكل ايجابي مع الشعور بالإرهاق، حيث تؤثر الحالة النفسية للمعلم في حالة الطلاب النفسية، فالمعلم عندما يكون أكثر عصبيه، ويتصف باللامبالاة يكون الطلاب أقل تفاعلا، وأقل دافعيه للتعلم (Simpson, et al, 2004).

وتنعكس أثار الاحتراق النفسي سلبا على العملية التربوية كاملة: فتكرار غياب المعلم عن المدرسة، وقلة التزامه بالعمل، تركه للمهنة والتقاعد المبكر، عدم الإحساس بالقيمة الاجتماعية لمهنة التعليم، وغالبا ما يؤدي إلى تدهور في الأداء، وهذا ينعكس على أداء المدرسة ونتائج الطلاب، وبالتالي فان هذا التغيير والتقلب، يقود إلى الحاجة لمعلمين بدلاء، والذي يكون على حساب النوعية الذي يؤثر في أداء الطلاب، الأمر الذي ينعكس تأثيره على المجتمع ككل (Zhou yan, & Wen- Jian-xin 2007؛ Davis, 2003). وينظر إلى الاحتراق النفسي كداء معدي في بيئة العمل وله تأثيره السيئ؛ إذ يؤدي إلى انخفاض في طاقة الفرد وكفاءته في العمل

(Maslach, 2003). ونظرا لأهمية الدور الذي تقوم فيه معلمة الروضة في رعاية الأطفال في هذه المرحلة العمرية، وأهمية الاستقرار النفسي لها، والذي ينعكس إيجابا على أدائها داخل البيئة الصفية في الروضة.تأتي هذه الدراسة لمعرفة مستوي الاحتراق النفسي لمعلمة الروضة، حيث تشكل نتائجها عونا لهن في تجنب الأسباب المؤدية إلى للاحتراق النفسي قدر الإمكان والتصدي لها عند وقوعها والتعامل معها بفاعلية.ولفت نظر القائمين على العملية التربوية لهذه الفئة من المعلمات لمساعدتهن في التخلص من أسباب الاحتراق النفسي لديهن.

مشكلة الدراسة

تتعرض معلمة الروضة كغيرها من العاملين في ميدان التعليم إلى كثير من الضغوط المهنية المتمثلة في: ازدياد عدد الطلبة في الصف، وقلة الدعم من الأهل والإدارة، وعدم توفر الحوافز وتدني الراتب، ومدى قدرتها على تلبية حاجات الأطفال المعرفية والانفعالية والنمائية، وخصوصا أنها تتعامل مع أطفال في مستوى عمري محدد، بما يمثله ذلك من خصائص مختلفة عن غيرهم من فئات الطلاب الأخرى، والتي تستوجب منها طرق تعامل خاصة وملائمة للمرحلة العمرية هذه.مثل هذه الظروف تولد عند معلمة الروضة احتراقا نفسيا ينعكس أثره في أدائها وفي الطفل الذي تتعامل معه، والذي يستوجب الاستقصاء إذا أردنا للعملية التربوية في رياض الأطفال أن تحقق أهدافها.وبالتحديد تتمثل مشكلة الدراسة الحالية بنقص الدراسات–في حدود علم الباحثين - التي تبحث في الظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.ويمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون تعزى إلى متغيرات: نوع الروضة (حكومية/ خاصة)، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، وسنوات الخبرة، وراتب المعلمة ؟

أهمية الدراسة

تكتسب هذه الدراسة أهميتها من أهميه معلمه الروضة ودورها الهام في العملية التعليمية؛ إذ يمكن أن تسهم هذه الدراسة في :

- تنبيه معلمات رياض الأطفال للعوامل التي تسهم في ظهور ظاهرة الاحتراق من أجل تلافيها وتجنبها.
- لفت نظر الإدارات التربوية للعوامل التي تؤدي إلى ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال للتقليل منها.

- تعزيز ميدان الدراسات والبحوث العربية والأردنية بدراسة حديثه في تحديد درجات الاحتراق النفسي لدى فئة من المعلمين وخصوصا أن هناك ندره-وبحسب علم الباحثين- للدراسات التي تتناول دراسة ظاهرة الاحتراق لدى معلمات رياض الأطفال في الأردن.

محددات الدراسة

تتحدد هذه الدراسة بالمحددات الآتية:

محدد بشري: اقتصرت هذه الدراسة على عينة من معلمات رياض الأطفال الحكومية والخاصة التابعة لمديرية التربية والتعليم في محافظة عجلون.

محدد مكاني: اقتصرت هذه الدراسة على رياض الأطفال الحكومية والخاصة التابعة لمديرية التربية والتعلم في محافظة عجلون.

محدد زماني: تم تطبيق هذه الدراسة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ٢٠٠٩/٢٠٠٨م

أداة الدراسة: وتحدد بمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

التعريفات الإجرائية

الاحتراق النفسي: حالة من التوتر النفسي الذي تشعر به معلمة الروضة نتيجة لضغوط العمل وتتضمن عادة الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالانجاز. ويعرف إجرائيا في هذا البحث بالدرجة الكلية التي تحصل عليها معلمة الروضة على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

الإجهاد الانفعالي: شعور بالتعب واستنزاف الطاقات البدنية والنفسية ينتاب معلمة الروضة إلى الحد الذي تعجز به عن العطاء، الناتج عن ضغوط العمل.ويعرف إجرائيا في هذا البحث بالدرجة التي تحصل عليها المعلمة على الفقرات التي تقيس هذا البعد في مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

تبلد الشعور: شعور معلمة الروضة بالاتجاه السلبي واللامبالاة والتهكم على الطلاب والزملاء في العمل. ويعرف إجرائيا في هذا البحث بالدرجة التي تحصل عليها المعلمة على الفقرات التي تقيس هذا البعد والتي يحتوي عليها مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

تدني الشعور بالانجاز: ميل معلمة الروضة إلى تقييم نفسها بطريقة سلبية وخاصة في مجال علاقتها بالطلبة والزملاء ومن تتعامل معهم وشعورها بالعجز عن القيام بواجبها في التدريس بالصورة المطلوبة منها. ويعرف إجرائيا في هذا البحث بالدرجة التي تحصل عليها المعلمة على الفقرات التي تقيس هذا البعد والتي يحتوي عليها مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

معلمه الروضة: هي المعلمة التي تعمل في رياض الأطفال مع الأطفال من عمر ثلاث سنوات وثمانية شهور إلى خمس سنوات وثمانية شهور وتقوم على تربيتهم وتعليمهم

الإطار النظري

الاحتراق ظاهرة لا تحدث فجأة ولكنه يحدث بالتتابع وعلى مراحل وتمر هذه الظاهرة بالمراحل الآتية:

١. **حدوث عدم التوازن بين قدره الفرد على التحمل ومتطلبات العمل** وضغوطه، وترتبط بذلك ظهور بعض الأعراض: كسرعة الانفعال، والقلق الدائم، والأرق، وصعوبة التركيز.

٢. **تطور اتجاهات سلبيه نحو العمل** كالتأخر عن مواعيد العمل، وتأجيل الأمور المتعلقة بالعمل، وزيادة في استهلاك المنبهات، والانسحاب الاجتماعي، والشعور بالتعب المستمر، وكذلك تعامل المعلم الجاف مع الطلاب. وتشكل هذه السلوكيات السلبية ما يسمى بتبلد المشاعر، وتكون كاستراتيجيه دفاعيه للتقليل من الإعياء العاطفي، ويستخدمونها كأسلوب لحماية الذات من البيئة الاجتماعية الضاغطة. إلا أن ذلك يزيد من الضغط النفسي أكثر من تقليله، ويكون المعلم أقل فاعلية في إنجاز أهدافه.

٣. **يختفي الإنجاز الشخصي ويتطور الشعور بعدم القدرة على الأداء**، والشك بالقدرة الذاتية ويرتبط بذلك مشكلات بدنيه ونفسيه، وشعور بالتعب المزمن، والرغبة في الانعزال وهجرة الأصدقاء. وليس من الضروري وجود جميع الأعراض بكل مرحلة للحكم بوجود حالة من الاحتراق النفسي ولكن ظهور عرض أو أكثر في كل مرحلة يمكن أن يشير إلى أن المعلم يمر بإحدى مراحل الاحتراق النفسي (دردير، ٢٠٠٧).

وقد أشار عدد من الباحثين مثل: جاسون (Jason, 2007)؛ وجيو وتساي (Chiu&Tsai,2006)؛ وماسلاش (Maslach, 2003) إلى أن للاحتراق النفسي ثلاثة أبعاد هي:

- **التبلد العاطفي**: شعور المعلم بالتعب، والعجز والقلق والعصبية، وانخفاض الروح المعنوية، ونقص الاهتمام بالموضوع الذي يدرسه، وأنه ليس لديه شئ يقدمه للطلاب. وذلك استجابة لضغوط العمل الزائدة عن طاقة المعلم للتحمل، وهذا الشعور يكون انفعالي صرف، ناتج عن استنزاف في الطاقة الانفعالية نتيجة لضغوط العمل.
- **تبلد المشاعر:** يطور المعلم مواقف سلبية ومتهكمة، وساخرة تجاه العمل، وتجاه الطلاب ويرفض التعامل مع الطلاب كبشر، بل يتعامل معهم كأشياء، ويمتاز المعلم بالقسوة، ويتحول إلى كتلة من المشاعر السلبية؛ ويكون تبلد المشاعر كمحاولة منه لخفض الشعور بالتبلد العاطفي، ولا يكون هذا الشعور تجاه الأفراد فقط، بل يكون تجاه العمل؛ إذ يشعر بأنه ليس له قيمة. وأحيانا يكون متهكما حول موقع العمل، كان يكون موقع المدرسة التي يعمل بها غير ملائم وأنها لا تتناسب وإمكاناته.

- **نقص الشعور بالانجاز:** يقيم المعلم نفسه بطريقة سلبية، ويشعر بعدم الكفاءة والقدرة على الانجاز، وأنه غير مؤهل للتعامل مع الطلاب، وتقديم العون لهم والمساعدة، وأن لديه نقص في القدرة على مواجهة المشاكل التي تواجهه في عمله، وبالتالي يبدأ يشكو من اختياراته المهنية.

النظريات العلمية المفسرة للاحتراق

لم يدرس مفهوم الاحتراق النفسي بشكل محدد واضح في النظريات النفسية، وإنما بدأ بصورة استكشافية، وتم ربطه بضغوط العمل، وعلى أي حال فقد نظرت إليه بعض النظريات من خلال الإطار العام لها، وفقا للاتي:

فسرت نظرية التحليل النفسي الاحتراق النفسي على أنه ناتج عن عملية ضغط الفرد على الأنا لمدة طويلة، وذلك مقابل الاهتمام بالعمل، مما قد يمثل جهدا مستمرا لقدرات الفرد، مع عدم قدرة الفرد على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية، أو أنه ناتج عن عملية الكبت أو الكف للرغبات غير المقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية، مما ينشأ عنه صراع بين تلك المكونات ينتهي في أقصى مراحله إلى الاحتراق النفسي، أو أنه ناتج عن فقدان الأنا المثل الأعلى لها وحدوث فجوة بين الأنا والآخر الذي تعلقت به، وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها، كما أنه يمكن استخدام بعض فنيات مدرسة التحليل النفسي لعلاج الاحتراق النفسي كالتنفيس الانفعالي.

في حين فسرت **النظرية السلوكية** الاحتراق النفسي في ضوء عملية التعلم على أنه سلوك غير سوي تعلمه الفرد نتيجة ظروف البيئة غير المناسبة، فالمعلم مثلا الذي يعمل في مدرسة لا تتوافر فيها الوسائل التعليمية اللازمة، ويوجد بها مدير ومعلمين غير متعاونين، وكذلك تلاميذ لا تتوافر لديهم دافعية صادقة للتعلم، فضلا عن ضغوط الزوجة والأولاد، إضافة إلى الارتفاع الكبير في تكاليف الحياة، كل ذلك يدخل تحت البيئة المحيطة بالمعلم وتلك البيئة بهذا الشكل غير مناسبة، وإذا لم يتعلم الفرد سلوكيات تكيفيه مقبولة فإنه قد يتعلم سلوكا غير سوي، يسمى الاحتراق النفسي (Burnout) ومع ذلك فيمكن استخدام فنيات تعديل السلوك لمقابلة تلك المشكلة، ومن الفنيات السلوكية المفيدة في التصدي لمشكلة الاحتراق النفسي: فنية التعزيز وزيادة الدعم للفرد، والضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية على الضغط، والاسترخاء وأخذ الحمامات الدافئة.

أما **النظرية الوجودية** فتركز في تفسيرها للاحتراق النفسي على عدم وجود المعنى في حياة الفرد، فحينما يفقد الفرد المعنى والمغزى من حياته، فإنه يعاني نوعا من الفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم أهمية حياته، ويحرمه من التقدير الذي يشجعه على مواصلة حياته، فلا يحقق أهدافه مما يعرضه للاحتراق النفسي؛ لذلك فالعلاقة بين الاحتراق النفسي وعدم الإحساس بالمعنى علاقة تبادلية فهما وجهان لعملة واحدة إن جاز لنا القول؛إذ إن الاحتراق النفسي يؤدي لفقدان المعنى من حياة الفرد، كما أن فقدان المعنى يمكن أن يؤدي للاحتراق النفسي.

مع هذا فلا يمكن الاقتصار على وجهة نظر واحدة، ولكن يمكن الدمج بين تلك الآراء، فنقول: إن الاحتراق النفسي مرحلة متقدمة من الضغوط النفسية تنتج عن تفاعل سمات الفرد وصفاته مع البيئة المحيطة به؛إذ تكون بيئة غير مناسبة يشعر فيها الفرد بعدم الراحة مع مراعاة استعداد الفرد للإصابة بالاحتراق النفسي فإذا تعرض الفرد لضغوط لا يتحملها سواء أكانت ضغوط زيادة العبء عليه، أو ضغوط قلة العبء، ولم يستطع التعامل معها بطريقة سوية، فستقل كفاءته ويترتب عليه قلة الدعم المقدم له، وكذلك قلة إنتاجه مما يعرض الفرد للاحتراق النفسي بل قد يترك عمله، أو على أقل تقدير توجد النية لترك العمل إن وجد عملا مناسبا غير عمله الحالي، مما يبين الأثر الخطير للاحتراق النفسي على المجتمع كله (علي، ٢٠٠٨).

ويحدث أحيانا التباس بين مصطلحي الضغط والاحتراق النفسي، لكن في الحقيقة توجد فروق بينهما.ويذكر (Gold & Roth, 1994) بأن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة، ونتيجة للتعرض لهذه لمشكلات لفترات طويلة من الزمن يشعر بالضغط (Stress)؛ إذ انه لا يتلقى خلال هذه الفترة الدعم الخارجي الكافي من المقربين والمهتمين، فيشعر بأنه متورط ولا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع، عندها يحدث الاحتراق النفسي، كخطوة أخيرة ونهائية في تطور المساعي غير الناجحة من قبل الفرد في التكيف مع ظروف متعددة مختلفة يدرك بأنها مهددة، أي أن الاحتراق يحدث نتيجة عدم القدرة على التكيف مع الضغط. وفي الوقت نفسه فإن الضغط ليس السبب المباشر الوحيد لحدوث الاحتراق النفسي.وعندما يجتمع الضغط الشديد مع عوامل أخرى مثل: الاضطرابات في النوم، وسوء التغذية، وعدم القيام بالتمارين، والافتقار إلى روح الدعابة، الإفراط في تناول المنبهات، قلة الوقت المخصص للأمور الشخصية، الانسحاب من الأسرة والأصدقاء، يحدث الاحتراق النفسي (Loeher, 1997).

وقد ظهرت العديد من التعريفات للاحتراق النفسي إذ عرفه (Freudenterger,1974) المشار إليه في (دردير، ٢٠٠٧) بأنه حاله من الاستنزاف الانفعالي والاستنفاذ البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، إضافة إلى عدم قدرته على الوفاء لمتطلبات المهنة.

ويعرفه الرشدان (١٩٩٥) بأنه استنزاف للطاقة النفسية المخزنة لدى الفرد، ويؤدي به إلى حالة من عدم التوازن النفسي، التي تظهر نتيجة للضغوط النفسية الشديدة، التي تسببها أعباء العمل ومتطلباته، مما تنعكس أثاره سلبا وبشكل مباشر على العملاء وعلى المؤسسة التي يعمل بها.

ويرى البدوي (٢٠٠٠) الاحتراق النفسي بأنه عبارة عن ظاهرة نفسيه، يتعرض لها المهنيون نتيجة عدم قدرتهم على التكيف مع ضغوط العمل، مما يؤدي إلى شعورهم بعدم القدرة على حل المشكلات، وبالتالي فقدان الاهتمام بالعمل والشعور بالتوتر النفسي أثناء أدائه.

ويعرفه الباحثان: بأنه الحالة النفسية التي تسبب الإنهاك والاستنزاف لدى العاملين في مجال العلوم الإنسانية، نتيجة لأعباء العمل التي يتعرض لها الفرد، مما ينعكس سلبا على العمل والمتلقين، ويشعر بتدني الدافعية للعمل، وتدني قيمه العمل، والنظرة السلبية للذات كونه يعمل في هذه المهنة.

الدراسات السابقة

تعددت الدراسات التي تناولت مفهوم الاحتراق النفسي لدى المعلمين. قد هدفت الدراسة التي قام بها **عودة (١٩٩٨)** التعرف إلى مدى انتشار ظاهره الاحتراق النفسي، وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين الاحتراق وعدد من المتغيرات. تكونت عينة الدراسة من (١٣٠) معلما ومعلمة.وأستخدم الباحث مقياس ماسلاش (Maslach) للاحتراق النفسي، واستبانه ضغوط العمل التي أعدها. توصلت الدراسة إلى أن مستوى انتشار ظاهره الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية كان متوسطا، وكذلك بالنسبة لضغوط العمل، ولا يوجد تأثير لمتغيرات: العمر والجنس، والمؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، والخبرة على كل من الاحتراق النفسي وضغوط العمل، بالإضافة إلى وجود علاقة إيجابيه وداله إحصائيا بين ضغوط العمل والاحتراق النفسي.

وهدفت دراسة **الطوالبة (١٩٩٩)** إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب في الأردن، وأثر كل من متغيرات: الجنس، وصفة التعيين، وعدد الحصص الأسبوعية، وعدد المدارس التي يدرس فيها المعلم، في مستويات الاحتراق النفسي للمعلم. تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) معلم ومعلمة.وقد تم استخدام مقياس ماسلاش (Maslach) للاحتراق النفسي. أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمي الحاسوب في الأردن يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية، كما أظهرت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى أي من المتغيرات المستقلة، أو إلى أي من التفاعلات الثنائية بين هذه المتغيرات.

أما دراسة **محمود (AL-Mahmoud, 2000)** فهدفت إلى قياس مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الانجليزية كلغة أجنبية في محافظات شمال فلسطين، وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية.تكونت عينة الدراسة من (٤٠٠) معلما ومعلمة. توصلت الدراسة إلى أن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الانجليزية كان مرتفعا بالنسبة لبعد الإجهاد الانفعالي، ومعتدلا بالنسبة لكل من بعد تبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز.ووجود فروق دالة إحصائيا تعزى إلى متغير الجنس في جميع أبعاد الاحتراق النفسي لصالح المعلمين الذكور الأكبر سنا، إذ أظهروا درجات احتراق أقل من المعلمين الأصغر سنا، ووجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير المستوى التعليمي؛إذ إنه كلما انخفض مستوى التحصيل العلمي للمعلم قل الاحتراق النفسي لديه.

وأشارت دراسة **الحايك (٢٠٠٠)** إلى أن معلمي الحاسوب في الأردن يعانون بدرجة عاليه من الاحتراق النفسي. وأن هناك فروق ذات دلاله إحصائية تعزى إلى متغير جهة التعيين، حيث سجل أفراد عينة الدراسة من المدارس الخاصة درجات أعلى على مقياس الاحتراق النفسي. أما بالنسبة لمتغير عدد المدارس التي يعمل بها المدرس فقد كانت درجة الاحتراق النفسي أعلى لدى المعلمين الذين يعملون في أكثر من مدرسة، في حين لم تظهر فروق ذات دلاله إحصائية تعزى إلى باقي المتغيرات المستقلة في الدراسة أو إلى التفاعلات الثنائية فيما بينها.

وأجرى **فرح (٢٠٠١)** دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر. تكونت عينة الدراسة من (١٢٢) من المعلمين والإداريين والأخصائيين والمدربين في المؤسسات ذات العلاقة في دولة قطر. تم استخدام مقياس ماسلاش (Maslach) للاحتراق النفسي. توصلت الدراسة إلى أن درجة الاحتراق النفسي كانت متوسطة لدى أفراد العينة، وان الذكور كانوا أكثر إحساسا من الإناث بنقص الانجاز، ولم تظهر أي فروق دالة إحصائيا تعزى إلى متغير المستوى التعليمي، أو لمتغير سنوات الخبرة بين درجات العينة، سواء أكان على العلامة الكلية لمقياس الاحتراق أو على أبعاده الفرعية الثلاث.

وتوصلت دراسة **الخالدي** (٢٠٠٢) إلى أن المعلمين قد سجلوا درجة مرتفعة من الاحتراق النفسي على بعد الإجهاد الانفعالي، ودرجة متوسطة في بعد نقص الشعور بالانجاز، ودرجة احتراق متدنية في بعد تبلد المشاعر، ووجود فروق دالة إحصائيا في درجات الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير الجنس، ولصالح الذكور وفي الأبعاد الثلاثة.

وأظهرت دراسة **الخرابشة وعربيات** (٢٠٠٥) أن درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم، كانت متوسطة على بعدي الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالإنجاز، فضلا عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الجنس ولصالح الإناث بالنسبة لبعد نقص الشعور بالإنجاز، في حين لم تظهر الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الجنس بالنسبة لبعدي الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية على الأبعاد الثلاثة بالنسبة لمتغير الخبرة ولصالح ذوي الخبرة ممن لديهم خمس سنوات .

أظهرت نتائج الدراسة **جونسون (Johnson, 2006)** أن الإناث لديهن مستويات عاليه من الإجهاد الانفعالي مقارنه مع الذكور، رغم أنه كان هناك فروقا قليله الدلالة بين من الجنسين على المقاييس الفرعية، إلا أن نتائج الدراسة أشارت إلى عدم وجود خصائص ذات دلاله خاصة بالمعلمين تساعد على إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة المتوسطة. كما تضمنت نتائج الدراسة الإشارة إلى وجود ضغوطات محدده شملت العمل الكتابي المكثف، ونقص الدعم من أهالي الطلبة والإدارة، وسلوكيات الطلبة غير الملائمة.

كما أشارت دراسة **مابري (Mabry, 2006)** أن (٦٠.٤%) من عينة الدراسة لم يظهر دليل على معاناتهم من الاحتراق، في حين أظهر (٣٩,٦%) من العينة المدروسة وجود الاحتراق النفسي، وأظهرت الدراسة أن المعلمين الذين كانت رواتبهم متدنية كان لديهم مستوى عال من الاحتراق النفسي. وكذلك بالنسبة للمعلمين الذين كانوا يشعرون بعدم وجود دعم من المدير فقد كان لديهم مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي. كما كان المعلمون الذين امتلكوا أعلى مستوى من الاحتراق النفسي هم الذين يعلمون الصفوف (العاشر، الثالث، الثاني) على التوالي.أما المعلمين الذين امتلكوا أعلى مستوى من الاحتراق المتعلق بالمشاركة باتخاذ القرار كانوا أولئك الذين لم يفسح المدير المجال لهم بالمشاركة ولم يكن هناك فروقا ذات دلاله إحصائية

تعزي إلى متغيرات: الجنس، ونوع المدرسة، والعرق، وعمر المعلم، ومستوى المدرسة، وسنوات الخبرة، وحجم الغرفة الصفية.

كما أظهرت نتائج دراسة **الحراملة (٢٠٠٧)** أن مستوى شدة الشعور بالاحتراق النفسي وتكراره لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة الرياض كان متوسطا، وأن مفهوم الذات بأبعاده المختلفة لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة الرياض كان متوسطا، كذلك أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في شدة الشعور بالاحتراق النفسي كدرجه كلية وتكرار الشعور بالاحتراق النفسي كدرجة كلية تعزى إلى متغير المؤهل العلمي، حيث كانت الدرجات اقل لدى حملة مؤهل الدراسات العليا مقارنة بالمؤهلات الأدنى، وكانت هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في شدة الشعور بالاحتراق النفسي كدرجة كلية تعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية، حيث كانت الدرجات أعلى لغير المتزوجين مقارنة بالمتزوجين، كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في شدة الشعور بالاحتراق كدرجة كلية وتكرار الشعور بالاحتراق النفسي كدرجة كلية وجميع أبعاده الثلاثة تعزى لمتغير نوع المدرسة، وبدرجة أعلى لدى معلمي المدارس الحكومية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في شدة الشعور بالاحتراق النفسي كدرجة كلية تعزى إلى متغير عدد سنوات الخدمة، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تكرار الشعور بالاحتراق كدرجة كلية، حيث كانت الدرجات أعلى للمعلمين الذين لديهم خدمة تتراوح بين (٥-١٠) سنوات كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين مستوى الشعور بالاحتراق النفسي وتكراره في جميع أبعاده وبين مفهوم الذات في جميع أبعاده.

من خلال استعراض الدراسات السابقة نلاحظ

أن هناك تباينا في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين، فبينما أظهرت دراسة كل من عوده (١٩٩٨)؛ خرابشة وعليمات، (٢٠٠٥)؛ فرح (٢٠٠١)؛ الحراملة (٢٠٠٧) درجات متوسطة من الاحتراق النفسي لدى العينات التي درستها، أظهرت دراسة الحايك (٢٠٠٠)، والطوالبة (١٩٩٩)؛ وجونسون (Johnson, 2006) دراجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى العينات التي درستها.

أظهرت نتائج بعض الدراسات كدراسة الطوالبة (١٩٩٩)؛ وفرح (٢٠٠١)؛ والحايك (٢٠٠٠)؛ وعوده (١٩٩٨)؛ ومابري (Mabry, 2006) عدم وجود فروق دلالة إحصائيا تعزى إلى متغير المؤهل الأكاديمي على مستوى الاحتراق النفسي لدى العينات التي درستها، كما أسفرت نتائج بعض الدراسات كدراسة المحمود (AL- Mahmoud, 2000) أنه كلما انخفض المؤهل الأكاديمي للمعلم كان أقل احتراقا، وأظهرت دراسة الحراملة (٢٠٠٧) أن حملة المؤهلات العليا هم اقل احتراقا مقارنة بالمؤهلات الأدنى.

- أظهرت نتائج بعض الدراسات السابقة عدم وجود أثر لمتغير الخبرة التدريسية للمعلم في مستويات الاحتراق النفسي لديه كدراسة (الطوالبة (١٩٩٩)؛ وفرح (٢٠٠١)؛ والحايك (٢٠٠٠)؛ وعوده، ١٩٩٨؛ ومابري (Mabry, 2006). وأظهرت دراسة الخرابشة

وعليمات (٢٠٠٥) والحراملة (٢٠٠٧) أن الاحتراق النفسي كان أعلى للمعلمين الذين تزيد سنوات خبرتهم عن (٥) سنوات.

- لم تتفق نتائج الدراسات التي تناولت تأثير نوع المدرسة (حكومية أو خاصة) ففي حين أظهرت دراسة الحراملة (٢٠٠٧) أن معلمي المدارس الحكومية أكثر احتراقا من معلمي المدارس الخاصة أظهرت نتائج دراسة الحايك (٢٠٠٠) أن معلمي المدارس الخاصة أكثر احتراقا من معلمي المدارس الحكومية.

أظهرت نتائج بعض الدراسات السابقة أن هناك أثر للمرتب على مستوى الاحتراق العلمي لدى المعلمين إذ أشارت دراسة مابري (Mabry, 2006) إلى أن المعلمين منخفضي الراتب هم أكثر احتراقا من غيرهم

- لم تتناول أيا من الدراسات السابقة أثر عدد الطلاب في الصف على الاحتراق النفسي عند المعلمين وعلى الرغم من أهمية هذا المتغير في حدوث الاحتراق النفسي لدى المعلمين.
- لم تتضمن أيا من الدراسات السابقة (المشار إليها أعلاه) معلمات رياض الأطفال كفئة مستهدفة لها ما يميزها من خصائص ومشكلات.
- تتشابه الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في تناولها لمتغيرات سنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، ونوع المدرسة (خاصة أو حكومية)، والراتب، والأداة التي تم استخدامها والمتمثلة بمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.
- تختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في دراستها لظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال إذ لا يوجد - وذلك في حدود علم الباحثين - دراسات تناولت هذه الفئة من المعلمين في المملكة الأردنية الهاشمية. وكذلك في تناولها لدراسة متغير هام يمكن أن يلعب دروا في الاحتراق النفسي لدى المعلمين وهو متغير عدد طلاب الصف.
- إن التباين في نتائج الدراسات السابقة وخاصة في تناولها للمتغيرات التي تتشابه فيها مع الدراسة الحالية يدعم الحاجة إلى إجرائها لتوضيح ذلك الجدل العلمي من هذا جانب.

وعلى أي حال فيمكن الاستفادة من تلك الدراسات في تحديد نقاط الإطار النظري، وكذلك في تفسير النتائج التي تسفر عنها الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بإتباع الأسلوب المسحي لملاءمتة طبيعة الدراسة

مجتمع الدراسة

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمات العاملات في رياض الأطفال الحكومية والخاصة في مديرية تربية محافظة عجلون خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٠٨/٢٠٠٩. وقد بلغ عددهن (١٢٠) معلمة. وقد أجاب منهن (١١٢) على المقياس المستخدم في هذه الدراسة أي ما نسبته (٩٣%) من مجتمع الدراسة والجدول رقم (١) يوضح توزيع مجتمع الدراسة حسب متغيرات الدراسة.

جدول (١): توزيع أفراد مجتمع الدراسة تبعا للمتغيرات الدراسة.

المتغير		التكرار	النسبة المئوية
نوع الروضة	حكومية	٣٩	%٣٤.٦
	خاصة	٧٣	%٦٥.٤
	المجموع	١١٢	%١٠٠
المؤهل العلمي	ماجستير	٤	%٣.٦
	بكالوريوس	٥٢	%٤٦.٤
	دبلوم	٥٦	%٥٠
	المجموع	١١٢	%١٠٠
عدد الطلاب	أكثر من ٣٠ طالب	٦	%٥.٤
	من ٢٠-٣٠ طالب	٦٨	%٦٠.٧
	أقل من ٢٠ طالب	٣٨	%٣٣.٩
	المجموع	١١٢	%١٠٠
سنوات الخبرة	من ١-٣ سنوات	٤٦	%٤١.١
	من ٣-٥ سنوات	٢٠	%١٧.٩
	أكثر من ٥ سنوات	٤٦	%٤١.١
	المجموع	١١٢	%١٠٠
الراتب الشهري	أقل من ١٠٠ دينار	٣٩	%٣٤.٨
	من ١٠٠-١٥٠ دينار	٣١	%٢٧.٧
	١٥٠-١٨٠ دينار	٥	%٤.٥
	أكثر من ١٨٠ دينار	٣٧	%٣٣
	المجموع	١١٢	%١٠٠

المعالجة الإحصائية

تم تحليل نتائج الدراسة الحالية باستخدام البرنامج الإحصائي المعروف بالرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS). وللإجابة عن السؤال الأول تم استخراج المتوسطات الحسابية لاستجابات مجتمع الدراسة، على كل بعد من الأبعاد الثلاثة للمقياس.ومقارنتها مع معايير مقياس ماسلاش لأبعاد الاحتراق النفسي، كما تم تطبيق التحليل التباين المتعدد (5 – Way-ANOVA) للإجابة على السؤال الثاني من أسئلة الدراسة.

أداة القياس

تكونت أداة القياس الصورة المعربة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (Inventory Maslach Burnout) والذي يتكون من (٢٢) فقره موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

١. الإجهاد الانفعالي: ويقيس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة العمل مع فئة معينة، أو في مجال معين ويتضمن الفقرات (١، ٢، ٣، ٦، ٨، ١٣، ١٤، ١٦، ٢٢)

٢. تبلد المشاعر: ويقيس قله الاهتمام واللامبالاة نتيجة العمل مع فئة معينة أو في مجال معين ويتضمن الفقرات (٥، ١٠، ١١، ١٥، ٢٢)

٣. نقص الشعور بالانجاز ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة والرضا عن عمله ويتضمن الفقرات (٤، ٧، ٩، ١٢، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١). انظر المقياس كاملا في ملحق رقم (١)

وقد بنيت فقرات المقياس على شكل عبارات تسأل عن شعور الفرد نحو مهنته، ويطلب من المفحوص عادة الاستجابة مرتين لكل فقره من الفقرات، مره تدل على تكرار الشعور بالاحتراق بتدريج يتراوح من(صفر إلى ست درجات)، وأخرى تدل على شدة الشعور بالاحتراق بتدريج يتراوح من (صفر إلى سبع درجات). ونظرا لوجود ارتباط عالي بين بعدي التكرار والشدة للمقياس. وبهدف اختصار وقت التطبيق فقد اكتفى الباحثان في الدراسة الحالية، باستخدام إجابة المفحوص على البعد الخاص بتكرار شعوره نحو فقرات المقياس، وهذا ما كشف عنه وأوصت به دراسات مختلفة منها: دراسة ايوانيكي وسكوب (Iwanicki and Scweb,1980)؛ ودراسة ماسلاش وجاكسون (Maslach and Jaccson, 1986)؛ ودراسة فرح (٢٠٠١)؛ ودراسة الخرابشه وعربيات (٢٠٠٥). وبما أن الخيارات المتاحة للإجابة عن السؤال تتراوح ما بين (٠-٦) فإن الدرجة الكاملة للاختبار تتراوح بين (٠-١٣٢) وتتراوح درجة المفحوص على بعد الإجهاد العاطفي بين (٠-٥٤) وعلى بعد تبلد المشاعر بني بين (٠-٣٠) وعلى بعد نقص الشعور بالانجاز بين (٠-٤٨) كما هو في الجدول (٢).

جدول (٢): الدرجات الدنيا والدرجات العليا لمقياس ماسلاش الكلي ولأبعاده الثلاثة.

البعد	عدد الفقرات	الدرجات الدنيا	الدرجة العليا
الإجهاد والانفعالي	٩	٠×٩=٠	٦×٩=٥٤
تبلد المشاعر	٥	٠×٥=٠	٦×٥=٣٠
نقص الشعور بالانجاز	٨	٠×٨=٠	٦×٨=٤٨
الدرجة الكلية	**٢٢**	**٠×٢٢=٠**	**٦×٢٢=١٢٢**

وبما أن فقرات البعدين الأول والثاني سلبيه، وفقرات البعد الثالث إيجابيه، فقد تم عكس درجات المفحوص على البعد الثالث، لتصبح بنفس اتجاه البعدين الأول والثاني.وبناء على ذلك فإن الدرجات المرتفعة على المقياس بأبعاده الثلاثة تعنى مستوى عاليا من الاحتراق النفسي، في حين أن الدرجات المنخفضة تعني مستوى منخفضا من لاحتراق النفسي، ويمكن تصنيف معلمات رياض الأطفال في مجتمع الدراسة، على أساس درجة الاحتراق النفسي لديهم إلى: عاليه، أو متوسط، أو منخفضة.كما يوضحها الجدول رقم (٣).

جدول (٣): تصنيف تكرار إبعاد مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

الأبعاد	عال	متوسط	متدني
الإجهاد الانفعالي	٣٠فما فوق	١٨-٢٩	٠-١٧
تبلد المشاعر	١٢فما فوق	٦-١١	٠-٥
نقص الشعور بالانجاز	٢٤فما فوق	١٢-٢٣	٠-١١

صدق المقياس

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى الصدق، فقد ظهرت دلالاته من خلال قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين الذين يعانون من احتراق نفسي، من خلال دراسات قام بها كل من: دواني وآخرون (١٩٨٩)؛ والطحاينه (١٩٩٥)؛ والطوالبه (١٩٩٩)؛ وفرح (٢٠٠١). وقد ارتأى الباحثان التأكد من صدق المقياس، وإمكانية استخدامه في مجال رياض الأطفال، وذلك بعرضه على عشره محكمين من المختصين في مجال علم النفس التربوي، والقياس والتقويم، والمناهج. وذلك بهدف تحكيم المقياس من حيث: الصياغة اللغوية، ومدى انتماء الفقرات لمجالاتها، ومدى وضوح الفقرات، والتعديل المقترح المناسب، وأي ملاحظات يراها المحكم مناسبة، وقد كانت اغلبيه الملاحظات ايجابيه واجمع المحكمون على صلاحية المقياس للاستخدام مع معلمات الأطفال. وبالإضافة إلى صدق المحكمين قام الباحثان بحساب معاملات الارتباط بين درجات المقياس الفرعية والعلامة الكلية للاختبار. ويشير الجدول رقم (٤) إلى ذلك.

جدول (٤): معاملات ارتباط المقياس الفرعية بالدرجة الكلية للاختبار.

البعد	معامل الارتباط الصحيح
الإجهاد الانفعالي	٠.٩٤
تبلد المشاعر	٠.٩١
نقص الشعور بالانجاز	٠.٩٢

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين المقياس الكلي، وأبعاده كانت مرتفعه وداله.

ثبات المقياس

بهدف التأكد من ثبات المقياس للدراسة الحالية، فقد قام الباحثان باستخراج معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ – ألفا (Cronbach – Alfa).لكل بعد من أبعاد المقياس على حده، فضلا عن الثبات الكلي، ويشير الجدول رقم(٥)إلى ذلك.

جدول (٥): قيم الاتساق الداخلي للمقياس محسوبة لمعامل كرونباخ – ألفا.

البعد	قيمة كرونباخ – ألفا
الإجهاد الانفعالي	٠.٨١
تبلد المشاعر	٠.٧٧
نقص الشعور بالانجاز	٠.٨٢
الثبات الكلي	**٠.٨٩**

نتائج الدراسة

أولا: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد مجتمع الدراسة على أبعاد مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي: الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وتدني الشعور بالانجاز ثم صنفت هذه المتوسطات حسب المستويات الثلاثة (متدن، معتدل، عال) ويشيرإلى ذلك جدول رقم (٦)

جدول (٦): مستويات الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.

البعد	مستوى الاحتراق	معيار ماسلاش	متوسط درجات أفراد العينة
الإجهاد الانفعالي	متدني	٠ - ١٧	
	متوسط	١٨-٢٩	
	عال	٣٠ - فما فوق	٣٠.٩٢
تبلد المشاعر	متدني	٠-٥	
	متوسط	٦-١١	
	عال	١٢-فما فوق	١٧.٣٣
نقص الشعور بالانجاز	متدني	٠ - ١١	
	متوسط	١٢ - ٢٢	
	عال	٢٤-فما فوق	٣١.٥٨

يتضح من الجدول رقم (٦) أن متوسط درجات أفراد مجتمع الدراسة على الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، وتدني الشعور بالانجاز، كانت على التوالي (٣٠.٩٢)، (١٧.٣٣)، (٣١.٥٨) وهذا يعني أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية حسب معايير ماسلاش للاحتراق النفسي على الأبعاد الثلاثة.

ثانيا: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون تعزى لمتغيرات: نوع الروضة (حكومية/ خاصة)، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، وسنوات الخبرة، وراتب المعلمة ؟

للإجابة عن هذا السؤال تم حساب المتوسطات الحسابية لمستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون، تبعا لمتغيرات: نوع الروضة (حكومية/خاصة)، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، وسنوات الخبرة، وراتب المعلمة، الجدول رقم (٧) توضح ذلك.

جدول (٧): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة.

المتغير		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نوع الروضة	حكومية	٧٨.٢٥	٢٠.٥١
	خاصة	٨٠.٧١	٢٥.٢٠
المؤهل العلمي	ماجستير	٨٤.٠٠	٢٦.٦٠
	بكالوريوس	٧٩.٤٠	٢٢.٢٨
	دبلوم	٧٩.٩٨	٢٤.٩٩
عدد الطلاب	أكثر من ٣٠ طالب	٨٩.٥٠	٣١.٠٧
	من ٢٠-٣٠ طالب	٧٨.٣٢	٢٤.٠٩
	أقل من ٢٠ طالب	٨١.٠٧	٢١.٦٦
سنوات الخبرة	من ١-٣ سنوات	٨٣.٠٢	٢٦.٣١
	من ٣-٥ سنوات	٨٠.٥٠	٢٧.٦٦
	أكثر من ٥ سنوات	٧٦.٤١	١٨.٣٤
الراتب الشهري	أقل من ١٠٠ دينار	٩٣.١٥	٢٥.٥٩
	من ١٠٠-١٥٠ دينار	٦٦.٤٥	١٧.٦٣
	١٥٠-١٨٠ دينار	٧١.٢٠	٨.٤٣
	أكثر من ١٨٠ دينار	٧٨.٢٤	٢٠.٠٢

يتضح من الجدول رقم (٧) تقارب في المتوسطات الحسابية لمستويات متغيرات الدراسة جميعها باستثناء المتوسطات الحسابية لمتغير الراتب، التي تراوحت بين تراوحت بين (٩٣.١٥ إلى ٦٦.٤٥) وكان أعلاها لراتب المعلمة (أقل من ١٠٠ دينار) وأدناها لراتب المعلمة (من ١٠٠-١٥٠ دينار). وبغرض الكشف عن الفروق بين المتوسطات الحسابية السابقة في مستوى الاحتراق النفسي تبعا للمتغيرات: نوع الروضة (حكومية / خاصة)، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، وسنوات الخبرة، وراتب المعلمة، تم استخدام تحليل التباين المتعدد الخماسي (5- Way - ANOVA). وجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨): نتائج تحليل التباين الخماسي (5 – Way - ANOVA) للكشف الفروق بين المتوسطات الحسابية في مستوى شعور الاحتراق النفسي تبعا لمتغيرات: نوع الروضة، والمؤهل العلمي، وعدد الطلاب في الصف، وسنوات الخبرة، وراتب المعلمة

مصدر التباين	مجموع مربعات المتوسطات الحسابية	درجات الحرية	مربع المتوسطات الحسابية	قيمة(F)	Sig.
نوع الروضة	٢٩.٩٤	١	٢٩.٩٤	٠.٠٦	٠.٨٠
المؤهل العلمي	١٢٩.٥٩	٢	٦٤.٧٩	٠.٣	٠.٨٧
عدد الطلاب	١٦٥.٣٤	٢	٨٢.٦٧	٠.١٧	٠.٨٤
سنوات الخبرة	٨٧.٠٨	٢	٤٣.٥٤	٠.٠٩	٠.٩١
راتب المعلمة	١١١٧٩٢.٤٨	٣	٣٩٣٠.٨٢	٨.١٩	٠.٠٠
نسبة الخطأ	٤٨٤٤٥.٢٣	١٠١	٤٧٩.٦٥		
المجموع الكلي	**٦١٨٧٩.٧١**	**١١٢**			

يظهر من الجدول رقم (٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لمستوى الشعور بالاحتراق النفسي تبعا لمتغيرات (نوع الروضة، المؤهل العلمي، عدد الطلاب في الصف، سنوات الخبرة)، ووجود فروق بين المتوسطات الحسابية لمستوى الشعور بالاحتراق النفسي تبعا لمتغير (راتب المعلمة)، حيث بلغت قيمة (F) لمتغير راتب المعلمة (٨.١٩) بدلالة إحصائية (٠.٠٠)، وبغرض الكشف عن مصدر الفروق تم تطبيق اختبار شيفيه (Scheffe) لمتغير راتب المعلمة والجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩): نتائج اختبار شيفيه (Scheffe) لمعرفة مصدر الفروق في مستوى الشعور بالاحتراق النفسي تبعا لمتغير راتب المعلمة.

راتب المعلمة	المتوسط الحسابي	أقل من ١٠٠ دينار	من ١٠٠- ١٥٠ دينار	١٥٠-١٨٠ دينار	أكثرمن ١٨٠ دينار
أقل من ١٠٠ دينار	٩٣.١٥		*٢٦.٧٠	*٢١.٩٥	١٤.٩١
من ١٠٠-١٥٠ دينار	٦٦.٤٥	*٢٦.٧٠			
١٥٠-١٨٠ دينار	٧١.٢٠	*٢١.٩٥			
أكثر من ١٨٠ دينار	٧٨.٢٤	*١٤.٩١			

يظهر من الجدول رقم (٩) أن مصدر الفروق على متغير راتب المعلمة كانت بين (أقل من ١٠٠ دينار وكل من ١٠٠-١٥٠ دينار و١٥٠-١٨٠ دينار وأكثر من ١٨٠ دينار) لصالح أقل من ١٠٠ دينار، حيث بلغ المتوسط الحسابي للراتب أقل من ١٠٠ دينار (٩٣.١٥) بينما بلغ المتوسط الحسابي للراتب أكثر من ١٨٠ دينار (٧٨.٢٤) وقد بلغ المتوسط الحسابي للراتب ١٥٠-١٨٠ دينار (٧١.٢٠) وبلغ المتوسط الحسابي للراتب من١٠٠-١٥٠ دينار (٦٦.٤٥). بينما لم يظهر فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لجميع الرواتب الأخرى.

مناقشة النتائج

أظهرت نتائج الدراسة أن معلمات رياض الأطفال يعانين من الاحتراق النفسي بدرجة عالية، وفق معايير مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على جميع أبعاد المقياس: الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر، تدني الشعور بالانجاز. وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من: الحايك (٢٠٠٠)؛ والطوالبة (١٩٩٩)؛ وجنسون (Johnson , 2006) واختلفت مع دراسة كل من: عوده (١٩٩٨)؛ وخرابشة وعليمات (٢٠٠٥)؛ وفرح (٢٠٠١)؛ الحراملة (٢٠٠٧). إذ تعد هذه النتيجة مؤشرا واضحا على المعاناة التي تعيشها معلمة الروضة نتيجة للمشكلات وأعباء العمل اليومية التي تواجهها وتحول دون قيامها بالمهام المطلوبة منها بشكل مناسب. وهذا ما أشارت إليه ماسلاش (Maslach, 1978) في دراستها المشار إليها في (دواني وآخرون، ١٩٨٧) من أن المهني يصاب بالاحتراق النفسي عندما يواجهه بمعوقات تحول دون قيامه بمهمته بالشكل المطلوب، مما يؤدي إلى إحساسه بالعجز عن تأدية ما يقوم به وما يترتب علية من ضغط نفسي وتوتر عصبي، وبالتالي تدني اهتمامه ودافعتيه. ويبدو أن استجابة معلمة الروضة لضغوط العمل اليومية والمواجهة الفعلية للمعوقات التي تشكل كثيرا من الإحباطات هي التي ساهمت في ظهور هذه الدرجة العالية من الاحتراق النفسي لديها، ولعل هذه الضغوط ترجع إلى طبيعة مهنة التعليم، إذ إنها مهنة اجتماعية كثيرة المتغيرات والمطالب، فضلا عن أنه ينظر إليها في بعض المجتمعات رغم أهميتها على أنها مهنة ليست رفيعة المستوى، في الوقت الذي يطلب من المعلم القيام بمسؤوليات كبيرة.وجاء هذا ليؤكد أن العمل مع الأطفال صغار السن يعد من أهم مصادر الضغوط النفسية للمعلمة، كما أنه يؤدي إلى وصول المعلمة إلى درجة من الاحتراق النفسي، بسبب عدم القدرة على مواجهة المتطلبات الإضافية التي تتطلبها التعامل مع هذه الفئة من الطلاب، والتي تتطلب مراعاة للمرحلة العمرية، من استخدام لغة تخاطب خاصة، وطرائق تدريس خاصة، وتصميم بيئة تعلم خاصة، وتعامل مع الحالة الانفعالية المتغيرة للطفل في هذا العمر، بالإضافة إلى ارتفاع التوقعات من البيئة المحيطة، وقلة الدعم والمساندة من الأهل والإدارة.

وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير نوع الروضة (حكومية /خاصة) في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة الحراملة (٢٠٠٧) التي أظهرت أن معلمي المدارس الحكومية أكثر احتراقا من معلمي المدارس الخاصة، واختلفت أيضا مع نتيجة دراسة الحايك (٢٠٠٠) التي أظهرت أن معلمي المدارس الخاصة أكثر احتراقا من معلمي المدارس الحكومية.

وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير المستوى التعليمي في مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وقد اختلفت عن نتائج دراسة المحمود (AL-Mahmoud,2000) التي أشارت إلى أنه كلما انخفض المؤهل الأكاديمي للمعلم كان أقل احتراقا، ودراسة الحراملة (٢٠٠٧) التي توصلت إلى أن حملة المؤهلات العليا هم أقل احتراقا مقارنة بالمؤهلات الأدنى، واتفقت مع نتائج دراسة كل من: الطوالبة (١٩٩٩)؛ وفرح (٢٠٠١)؛ الحايك (٢٠٠٠)؛ وعوده (١٩٩٨)؛ ومابري

(Mabry,2006) التي أشارت إلى عدم وجود فرق دال إحصائيا تعزى إلى متغير المؤهل الأكاديمي على الاحتراق النفسي.

وكما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير مدة الخبرة في مستوى الاحتراق النفسي؛ إذ اتفقت مع دراسة الطوالبة (١٩٩٩)؛ وفرح (٢٠٠١)؛ والحايك (٢٠٠٠)؛ وعوده (١٩٩٨) ومابري (Mabry,2006) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الخبرة.واختلفت مع دراسة الخرابشة وعليمات (٢٠٠٥)؛ والحراملة (٢٠٠٧) التي أظهرت أن الاحتراق النفسي كان أعلى للمعلمين الذين تزيد سنوات خبرتهم عن (٥) سنوات.

وكما وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير عدد الطلاب في الصف. وهذه النتيجة لا يؤيدها أو تعارضها أي من الدراسات المشابهة في حدود علم الباحثين، وذلك لأنها لم تتضمن هذا المتغير.وقد يعود هذا السبب في النتائج السابقة إلى طبيعة الأعباء التدريسية، والمتطلبات الإضافية التي تطلب من المعلمة الروضة، بغض النظر عن نوع الروضة (حكومية / خاصة) والمؤهل العلمي للمعلمة أو سنوات خبرتها.

وقد أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير الراتب حيث أظهرت الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي كان أعلى لدى المعلمات اللواتي تقل رواتبهن عن (١٠٠) دينار أردني، والسبب في ذلك يمكن أن يعود إلى طبيعة الفجوة بين الجهد المبذول، من خلال التعامل مع الأطفال في الروضة، والدخل الذي تحصل عليه المعلمة، وهذا الدخل منخفضا مقارنة مع الوظائف والمهن الأخرى، فضلا عن ارتفاع تكاليف المعيشة. وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع ما توصلت إليه دراسة فرح (٢٠٠٠) ودراسة مابري (Mabry, 2006)

التوصيات

- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تتناول علاقة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ببعض المتغيرات الأخرى الشخصية (الانبساط – الانطواء)، والوحدة النفسية، ودافعية الانجاز، والرضا لوظيفي.
- توفير الحوافز المادية والمعنوية لمعلمات رياض الأطفال، وضرورة توحيد سلم الرواتب بين المعلمات العاملات في رياض الأطفال الحكومية، ورياض الأطفال الخاصة.
- وضع برامج تدريبية لمعلمات رياض الأطفال لمقاومة ضغوط العمل والاحتراق النفسي

المراجع العربية والأجنبية

- البدوي، طلال حيدر. (٢٠٠٠). "درجة الاحتراق النفسي ومصادره لدى الممرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان واثر بعض المتغيرات في ذلك". رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الكرك. الأردن.

- الحايك، هيام إبراهيم عوض. (٢٠٠٠). "مستويات الاحتراق لدى معلمي الحاسوب في المدارس الحكومية والأردنية". رسالة ماجستير غير منشوره. جامعه اليرموك. اربد– الأردن.
- الحراملة، احمد عبد الرحمن. (٢٠٠٧). "مستويات الاحتراق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى معلمي المدارس الثانوية في مدينه الرياض". رسالة ماجستير غير منشوره الجامعة الأردنية. الأردن
- الخالدي، مائسه عوده. (٢٠٠٢). "النمط الإداري المدرك وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمي مدارس الكرك الثانوية الحكومية". رسالة ماجستير غير منشوره جامعه مؤتة. الكرك. الأردن
- الخرابشه، عمر. وعربيات، احمد. (٢٠٠٥). "الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر". مجله جامعه أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية. ١٧(٢). ٢٩٢-٣٣١.
- دردير، نشوه كرم عمار أبو بكر. (٢٠٠٧). "الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ. ب) وعلاقتها بأساليب مواجهه المشكلات". رسالة ماجستير غير منشوره جامعه الفيوم. مصر العربية
- دواني، كمال. والكيلاني. أنمار. وعليان، خليل. (١٩٨٩). "مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن". المجلة التربوية. ٥(١٩). الكويت. ٢٥٣-٢٧٣.
- الراشدان، مالك احمد علي. (١٩٩٥). "الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئه التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية الأردنية". رسالة ماجستير غير منشوره جامعه اليرموك. اربد. الأردن
- الطحاينه، زياد. وعيسى، سهى. (١٩٩٦). "مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات". دراسات العلوم التربوية. ٢٣(١). ١٣١-١٤٨.
- الطوالبه، محمد عبد الرحمن. (١٩٩٩). "مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب في المدارس التابعة لمحافظات اربد والمفرق وعجلون وجرش". مؤتة للبحوث والدراسات. ١٤(٢). ١٦٩-١٩٥.
- علي، حسام محمود زكي. (٢٠٠٨). "الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق ألزواجي وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا". رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية. جامعة المنيا. جمهورية مصر العربية.

- عوده، يوسف حرب محمد. (١٩٩٨). "ظاهره الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الحكومية في الضفة الغربية". رسالة ماجستير غير منشوره. جامعه النجاح الوطنية. نابلس
- فرح، عدنان. (٢٠٠١). "الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دوله قطر". دراسات العلوم التربوية. ٢٨(٢). الجامعة الأردنية. ٢٤٧-٢٧٠.

- Al-Mahmoud, Firas Ibrahim Mahmoud. (2000). "Levels of burnout among the teachers of English as foreign language in the northern governorates of Palestine and their relation-ship with some demographic variables". Master degree thesis submitted to faculty of graduate studies in An-Najah National University. Palestine.
- Cano-Garcı´a, F. J. Padilla - Mun˜oz. E.M. & Ortiz, M. A. (2005). Personality and contextual variables in teacher burnout. Personality and Individual Differences. 38. 929-940.
- Chiu, S. & Tsai, M. (2006). "Relationships among burnout. job involvement. and organizational citizenship behavior". Journal of Psychology.140. 517-530
- Davis, A.R. (2003)."Teacher burnout using a teacher mentor program as an intervention". Digital Dissertations. A AT 3097866. 1-25
- Friedman, I.A. (1991). "High and Low Burnout Schools: School Culture Aspects of Teacher Burnout". The Journal of Educational Research. 84(6). 325-333.
- Gold, Yvonne. & Roth, Robert A. (1994). Teachers managing Stress and Preventing Burnout: the Professional Health Solution. 2 ed. The Flamer Press. London.
- Iwanicki, E. & Scwab, R. (1980). A Cross Validation Study of the Maslach Burnout Inventory .Educational and Psychological Measurement.41: 1167-1174.

- Jason, J. Teven. (2007). "Teacher Temperament: Correlates with Teacher Caring. Burnout. and Organizational Outcomes**.** Communication Education**.** 56(3). July 2007. 382-400
- Johnson, F.D. (2006). "An inquiry of middle school Teacher stress and burnout with prelitive analysis of the characteristics of teacher most likely to experiences emotional exhaustional depersonalization and low personal accomplishment with in-depth inter views". Ed Dinunon University DIA-A6611. p03878
- Loehr, James. E.(1997). Stress for Success: The Proven Program for Transforming Stress into Positive Energy at Work. Times Books. Random House .Inc. U.S.A.
- Mabry, R.D. (2006). "Teacher Burnout factors: A study of Teachers in the Maury county Tennessee". School. system EdD in Tennessee state university DAI –A 66/08.p2793
- Maslach, C. (2003). "Job burnout: New directions in research and intervention". Current Directions in Psychological Science. 12(5). 189−192
- Richard, G. marion, G. marich, E. (2006). "Beginning Teacher burnout in Queensland schools Associations with serious intentions to leave". The Australian Educational Researcher. 33(2). 61-76
- Simpson, R.L. LaCava, P.G. & Graner, P.S. (2004). "The No Child Left Behind Act: Challenges and implications for educators". Intervention in School and Clinic. 40 (2). 67-75.
- Schonfeld, I. S. (2001). "Stress in 1st-year woman teachers: The context of social support and coping".Genetic. Social. and General Psychology Monographs. (127). 133-168
- Tina, M. Colangelo. (2004). "Teacher Stress and Burnout and the Role of Physical Activity and Parent Involvement". A Thesis .Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of .Masters of Arts in Psychology Department of Psychology. Central Connecticut State University New Britain. Connecticut

- ZHOU Yan. WEN Jian-xin. (2007). "The Burnout Phenomenon of Teachers under Various Conflicts". US-China Education Review. 4(1). (Serial No.26) 37-44
- Yalçın, Ozdemir. (2007). "The Role of Classroom Management Efficacy in Predicting Teacher Burnout". International Journal of Social Sciences 2;4

ملحق رقم(١)

أختي المعلمة

يهدف مقياس ماسلاش إلى قياس ظاهرة الاحتراق النفسي عند معلمين نتيجة لما تواجههم من إحباطات,وضغوط أثناء ممارستهم لمهنة التدريس يرجى منك قراءته تعليماته بتمعن,ثم قراءة كل عبارة بعناية والإجابة عليها بصدق, وإذ نشكر تعاونك سلفا، و نطمئنك بان جميع الإجابات ستحاط بالسرية التامة، ولن تستخدم إلا لأغراض هذه الدراسة.

الباحثان

* المعلومات العامة

يرجى وضع إشارة (X) في المربع المناسب

الروضة ☐ حكومية ☐ خاصة

المؤهل العلمي ☐ ماجستير ☐ بكالوريوس ☐ دبلوم ☐ اقل من الدبلوم

عدد الطلاب ☐ أكثر من ٣٠ طالب ☐ ٢٠-٣٠ طالب ☐ اقل من٢٠ طالب

سنوات الخبرة ☐ من١-٣سنوات ☐ من٣-٥ سنوات ☐ اكثرمن ٥ سنوات

الراتب الشهري ☐ اقل من ١٠٠دينار ☐ من ١٠٠-١٥٠دينار

☐ ١٥٠-١٨٠ دينار ☐ أكثر من ١٨٠ دينار

ثانياً: مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

يشير مفهوم الاحتراق النفسي إلى التغيرات في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين نتيجة لما يواجهه من إحباطات وضغوط العمل المختلفة.

يحتوى مقياس ماسلاش على (٢٢) فقرة، يصف فيها المعلم نفسه وما يتعرض له من احتراق.ولكل فقرة من فقرات هذا المقياس بعدين: الأول تكرار حدوث الموقف, والثاني شدة حدوثه. يرجى منك وضع إشارة (X) تحت الرقم المناسب والدال على إجابتك الحقيقية. وبالنسبة لدلالة الأرقام في المقياس يرجى ملاحظة ما يلي:

في حالة التكرار يعني الرقم (٦) أن الموقف يحدث معك يوميا، والرقم (١) أن الموقف يحدث معك قليلا في السنة، والرقم (٥) أن الموقف يحدث معك اقل من الرقم(٦) وهكذا.

أما بالنسبة للشدة فهي متدرجة من(١-٧) حيث يعني الرقم (٧) أن درجة تعرضك لهذا الموقف قوية جدا ويعني الرقم (١) أن درجة تعرضك لهذا الموقف ضعيفة جدا والرقم (٦) يعني انك تتعرضين لهذا الموقف ولكن درجة شدته اقل وهكذا

الرقم	الفقرة	تكرار الشعور بالاحتراق النفسي						شدة الشعور بالاحتراق النفسي						
		٦	٥	٤	٣	٢	١	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
١	أشعر بأنني مستنزف انفعاليا من ممارستي للمهنة													
٢	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الدراسي													
٣	أشعر بالقلق عندما استيقظ من نومي واعرف أن على مواجهة عمل جديد													
٤	إن التعامل مع الناس طول اليوم يسبب لي الإجهاد والتعب													
٥	أشعر بالاستنزاف النفسي من ممارستي لهذه المهنة													
٦	أشعر بالإرهاق بسبب ممارستي لهذه المهنة													
٧	أشعر بأنني أعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير													
٨	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يسبب لي ضغوطا نفسية شديدة													
٩	أشعر و كأنني على حافة الهاوية من ممارستي لهذه المهنة													
١٠	اشعر أنني أتعامل مع بعض المعلمات وكأنهم أشياء لا بشر													
١١	أصبحت أكثر قسوة مع الناس بعد التحاقي بهذه المهنة													

الرقم	الفقرة	تكرار الشعور بالاحتراق النفسي						شدة الشعور بالاحتراق النفسي						
		٦	٥	٤	٣	٢	١	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١
١٢	أحس بالانزعاج والقلق لان هذه المهنة تزيد من قسوة عواطفي													
١٣	حقيقة لا أهتم أو اكترث بما يحدث مع المعلمين من مشكلات													
١٤	أشعر بان المعلمات يلومنني على بعض المشاكل التي تواجههم													
١٥	أستطيع أن افهم بسهولة مشاعر المعلمين نحو الأشياء													
١٦	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل المعلمين													
١٧	أشعر أنني اثر ايجابيا في حياة كثير من الناس من خلال ممارستي لهذه المهنة													
١٨	أشعر بالحيوية والنشاط													
١٩	أستطيع بكل سهولة أن أخلق جوا نفسيا مريحا مع المعلمات													
٢٠	اشعر بالسعادة والراحة بعد العمل مع المعلمات													
٢١	لقد أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في هذه المهنة													
٢٢	أتعامل مع المشاكل الانفعالية والعاطفية للمعلمين أثناء ممارستي لهذه المهنة													