العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

"الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس"

إسم الباحث:

د. نبال عباس الحاج محمد

أستاذ مساعد في قسم علم النفس/ كلية الآداب و العلوم الإنسانية في الجامعة اللبنانية / بيروت

الإختصاص الدقيق:علم نفس عيادي

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن الإحتراق النفسي، لدى عينة من معلمي المدارس في لبنان،وعلاقته بمجموعة من المتغيرات مثل جنس المعلمين، وأعمارهم، وحالتهم الإجتماعية، ومستواهم العلمي ورضاهم عن راتبهم الشهري،وعدد سنوات الخبرة، والمراحل الدراسية التي يدرسونها،وأخيرا نوع المدرسة التي يدرسون فيها،رسمية أم خاصة. واشتملت عينة الدراسة على(260) معلما ومعلمة،تراوحت أعمارهم ما بين 21 سنة وما فوق،توزعوا ما بين 70.4% من المعلمين في قطاع التعليم الرسمي،و 29.6% من المعلمين في قطاع التعليم الخاص.توصلت النتائج إلى ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي القطاع الرسمي،مقارنة بمعلمي القطاع الخاص.كما أشارت النتائج إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمات،مقارنة بالمعلمين الذكور .أيضا كشفت النتائج أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم، عرضة للإحتراق النفسي أكثر من المعلمين الراضين عن مستوى دخلهم.وأظهرت النتائج أن المعلمين المتزوجين أكثر عرضة للإحتراق النفسي من المعلمين العازبين.وأخيرا،أظهرت النتائج أن المعلمين الذين يدرسون في المرحلة الثانوية،هم أقل عرضة للإحتراق النفسي،من غيرهم من المعلمين الذين يدرسون في باقي المراحل الدراسية،ما تبين أنه كلما زادت سنوات الخبرة لدى المعلمين أصبحوا أكثر عرضة للإحتراق النفسي.

مصطلحات البحث: الإحتراق النفس.

المقدمة:

تكثر الضغوط التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية، فهناك الضغوط الإقتصادية المادية، والضغوط النفسية المتمثلة فيما يتعرض له الفرد من مخاوف ومسببات للقلق ،إلى جانب الأخطار المحدقة بنا من كوارث طبيعية، و حروب ونزاعات منتشرة في أماكن ومناطق كثيرة في العالم.

ولعل الضغوط المهنية التي يتعرض لها الأفراد العاملون،أو ما تسمى أحيانا ضغوط العمل،تعتبر من أخطر وأشد ما يواجهه الأفراد من ضغوط.وذلك لأهمية العمل في حياة الناس،لتحديد قيمتهم وإثبات ذواتهم أمام الآخرين.يضاف إلى ذلك حقيقة أن دخل الأفراد من عملهم، يعتبر محددا أساسيا لمستوى معيشتهم ورفاهيتهم.

في الواقع، يقضي الأفراد حوالي نصف وقتهم في عملهم،وربما أكثر أحيانا،مما يشير إلى مدى أثر ضغوط العمل وتأثيرها على حالتهم النفسية.بل إن شدة الضغوط المهنية التي قد يعاني منها بعض الأفراد، قد تسبب لهم ما يعرف بحالة الإحتراق النفسي.والأغلب أن يرتبط الإحتراق النفسي بالعمل أكثر من أي موضوع آخر،حيث تكون الإستجابات الجسدية والنفسية والإنفعالية، لدى الأفراد العاملين في حالة إستنفار قصوى من أجل تحقيق أهداف صعبة.

ويعتبر المحلل النفسي الأميركي "هربرت فردنبرجر" Herbert Freudenberger ، أول من أدخل مصطلح الإحتراق النفسي إلى حيز الإستخدام الأكاديمي، وذلك عام 1974،عندما كتب دراسة أعدها لدورية متخصصة Journal of Social Issues، وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته و علاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك. ولكن أعمال "كرستين ماسلاش"، أستاذة علم النفس في جامعة بيركلي الأميركية ،مثلت الريادة في دراسة و تطوير مفهوم الإحتراق النفسي .وقد عرفت

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

"ماسلاش" الإحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الإجهاد الذهني والإستنفاد الإنفعالي و التبلد الشخصي، والإحساس بعدم الرضا عن ما ينجزه الشخص من أعمال في مهنته(Maslach,1982,p.29).

في الواقع، يحتل الحديث عن موضوع الإحتراق النفسي حيزا كبيرا في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجالات المهن الإنسانية،ويحدث الإحتراق النفسي لدى المعلمين نتيجة لعدد من المشاكل التي ترتبط بشكل مباشر بعملية التدريس،والتي يواجهها المعلم أثناء تعامله مع التلاميذ،كما تؤثر ظروف العمل التي يعيشها المعلم على إحتراقه النفسي والتي تشمل،قلة الراتب الشهري، وعدم توافر المحفزات المادية والمعنوية أثناء مدة عمله،وأجواء المنافسة أحيانا بين المعلمين واكتظاظ عدد التلاميذ في الصفوف(Dick&Wagner,2001,p.1) .

يتناول البحث الحالي دراسة الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات،لدى عينة من المعلمين في المدارس الخاصة والرسمية، الذين يتعاملون مع فئات عادية من التلاميذ.

مشكلة البحث:

يعد الإحتراق النفسي ظاهرة خطيرة تؤثر بشكل سلبي على الأداء المهني للمعلم فتؤدي إلى إنخفاض دافعيته وتدني مستوى إنتاجه،ومن المعلوم أن للمعلم دورا هاما في عملية التعلم لدى تلاميذه،وبالتالي فإن الإحتراق النفسي لدى المعلمين سيؤثر مباشرة على التلاميذ نتيجة الأداء الضعيف للمعلم بسبب الإحتراق النفسي،كما تبين وجود متغيرات ديموغرافية تشكل عوامل مهمة تؤثر في الإحتراق النفسي(Mahler&Grobschedl,2017).لذلك فإن دراسة موضوع الإحتراق النفسي يفيد العاملين في المجال التربوي،لما يسببه من آثار سلبية تؤدي إلى سوء التوافق النفسي و المهني والإجتماعي لدى العاملين في هذا المجال.ومما يؤيد ذلك ما أشار إليه مخيمر(2002،ص 249–281) إلى أن الإحتراق النفسي يضعف الروح المعنوية للفرد،ويؤدي إلى ظهور بعض الإضطرابات البدنية،وبالتالي لا يمكن إغفال الأثر السلبي للإحتراق النفسي على الأفراد.ومن هنا تتضح مشكلة البحث حول موضوع الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي المدارس الخاصة و الرسمية،ونظرا لقلة الدراسات في حدود علم الباحثة في مجال الكشف عن درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان،تقرر البحث في هذه الظاهرة.وفي هذا الإطار تتجلى التساؤلات التي تطرح نفسها على الشكل الآتي:ما هي درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان؟وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف جنسهم ؟ و هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب رضاهم عن مستوى الدخل؟ وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف أعمارهم ؟ وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف حالتهم الإجتماعية (متزوجين / غير متزوجين)؟ وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمن باختلاف المراحل الدراسية ؟وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟وهل تختلف درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف سنوات الخبرة؟ في الواقع يوجد إجماع شبه تام بين العديد من الدراسات التي أشارت إلى معاناة غالبية العاملين في مجال التعليم من الإحتراق النفسي (Ahola et al.,2000,pp.19–22)،في حين تتعارض نتائج الدراسات حول علاقة الإحتراق النفسي بتلك المتغيرات. فعلى سبيل المثال، أشارت بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق في درجات الإحتراق النفسي يعزى لمتغير الجنس (دبابي،2012،ص ص85–99)،في حين أشارت دراسات أخرى إلى وجود مثل تلك الفروق لصالح الإناث(Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39–47)، على أن دراسات أخرى أشارت إلى وجود فروق لصالح الذكور (عياصرة وعبد الرحمن،2013،ص ص3–55).أما بالنسبة لمتغير الرضى عن مستوى الدخل فقد أشارت أغلب الدراسات إلى إرتفاع درجات

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

الإحتراق النفسي لدى المعلمين غير الراضين عن مستوى الدخل لديهم مقارنة بمن يشعرون بالرضى عن مستوى الدخل منهم (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).في المقابل،تضاربت نتائج الدراسات حول علاقة الإحتراق النفسي بمتغير العمر،ففي حين أشارت بعض الدراسات إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين الأكبر سنا مقارنة باليافعين منهم(Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47)،أشارت دراسات أخرى إلى العكس تماما(Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).وكذلك الأمر فيما يتعلق بمتغير الحالة الإجتماعية،إذ تضاربت نتائج الأبحاث حول علاقته بالإحتراق النفسي،وفي حين أشارت بعض الأبحاث إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المتزوجين مقارنة بالعازبين (مهدي ،2012،ص ص3-149)،كشفت ابحاث أخرى عن إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين العازبين(Lau,Yuen,&Chan,2005,pp.491-516).أما بالنسبة لعلاقة الإحتراق النفسي بمتغير المراحل الدراسية التي يدرسها المعلمون،فعلى الرغم من قلة الدراسات التي تناولت علاقة هذا المتغير بدرجات الإحتراق النفسي،إلا أنها أشارت عموما إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين الذين يدرسون المرحلة الإبتدائية و الثانوية الأولى (Alexender,Aikaterini,and Marina,2013,pp.349-355;Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).كما أشارت أغلبية الدراسات إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة. (Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-15;Heiran&Navidinia,2015,pp.1.6-)وأخيرا،أشارت نتائج الدراسات حول علاقة الإحتراق النفسي بمتغير عدد سنوات الخبرة،إلى عدم وجود فروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية (دبابي،2012،ص ص85-99)(Jamaludin &You,2019,pp.1.-5).وبناء على ما سبق فإن مشكلة البحث تثير التساؤلات التالية:

1-ما هي درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس في لبنان؟

2- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الجنس (ذكر، أنثى)؟

3- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الرضى عن مستوى الدخل؟

4 - هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب العمر ؟

5- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الحالة الإجتماعية (متزوج / غير متزوج)؟

6- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف المراحل الدراسية ؟

7- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟

8- هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف سنوات الخبرة؟

أهمية البحث

تكمن أهمية البحث الحالي بكونه يتناول الإحتراق النفسي لدى المعلمين،وهو الإضطراب الذي يجمع علماء النفس على آثاره السلبية على صحة الإنسان النفسيةوالجسدية(Ahola et al.,2000,pp.19–22) فمن المعلوم أن الإحتراق النفسي يؤدي إلى الكثير من المشكلات النفسية مثل الإنطواء،واليأس و القلق،والخوف،وإنخفاض الدافعية والإنجاز،واللامبالاة.وكل تلك الأمور من شأنها أن تنعكس بطريقة سلبية على أداء وسلوك المعلم مع تلامذته وأقرانه، وحتى أفراد عائلته (Lee,Lim,and Lee,2011,pp.252–256).لذلك،فإن دراسة الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس يعد أمرا ضروريا،لاسيما وأنهم بناة الأجيال ولا بد من القيام بأبحاث تتمحور حول سلامتهم و صحتهم الجسدية و النفسية،ولا يوجد على حد علمنا،بحث مشابه في البيئة المحلية (أي لبنان)،على الرغم من وفرة الأبحاث العربية والأجنبية حول الموضوع.

فروض البحث:

1– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

2– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضى عن مستوى الدخل.

3– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر .

4– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية.

5– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية .

6– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير نوع المدرسة.

7– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى تحقيق ما يلي:

- التعرف إلى درجات الإحتراق النفسي لدى أفراد عينة البحث.
- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.
- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر.

- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية.

- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضى عن مستوى الدخل.

- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم.

- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

- التعرف إلى الفروق في درجات الإحتراق النفسي تبعا لنوع المدرسة.

مصطلحات البحث

الإحتراق النفسي:

عرف زيدان (2004،ص125) الإحتراق النفسي بأنه حالة من الشعور بالإجهاد والإستنزاف النفسي و الإرهاق البدني ناجم عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد،وله أربعة أبعاد: الشقاء والإستهلاك السلوكي العقلي و الحركي،والإجهاد و الإستنزاف النفسي الإنفعالي و العاطفي،والإرهاق والإستنفاذ البدني العضوي و العضلي،والعناء الإجتماعي.

أشار جبل (2003،ص 148) إلى أن الإحتراق النفسي هو مجموعة من الأعراض تتمثل في حالات التشاؤم،وقلة الدافعية،والإفتقار إلى الإندماج الوجداني و الجانب الإجتماعي.

وبدوره عرف السيف (2000،ص 677) الإحتراق النفسي بأنه حالة عقلية وخبرة نفسية داخلية،تعبر عن إنهاك عاطفي و تبلد في الشعور وعدم القدرة على تحقيق الذات لدى الإنسان، مما يفقده حماسته نتيجة الضغوط النفسية، وطبيعة الوظيفة والعلاقات الإجتماعية في العمل.

وعرف الزيود (2002،ص203) الإحتراق النفسي على أنه إستجابة يظهر فيها الإنهاك و التعب و عدم الرغبة في العمل، نتيجة الأعباء الثقيلة الملقاة على عاتق الإنسان،مما يشعره بعدم الإكتراث بالآخرين المحيطين به. ويضاف إلى ذلك إحساس الإنسان بالتعب و الإرهاق وعدم الرغبة بالإنجاز.

ويعرف الإحتراق النفسي إجرائيا في البحث الحالي، بأنه الدرجة التي يحصل عليها المعلم،من خلال إجابته على فقرات مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،المعتمد في الدراسة الراهنة.

الدراسات السابقة:

.دراسة لو و يون وشان(2005) ((2005,**Lau,Yuen,andChan**)

أجرى كل من لو و يون و شان (Lau,Yuen,andChan,2005,pp.491-516) دراسة حول الإحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين و المعلمات في هونغ كونغ.وتم إعتماد البحث المنهج الوصفي الإرتباطي، واستخدم مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.شملت العينة 190 معلما ومعلمة، وأظهرت النتائج وجود درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي لدى المعلمين اليافعين، مقارنة بالمعلمين الأكبر سنا.كما كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية، وتحديدا لدى المعلمين العازبين.

دراسة موكاندن و خاندهرو (2010) ((2010,**Mukundan&Khandehroo**

وقام كل من موكاندن و خاندهرو(Mukundan&Khandehroo,2010,pp.71-76) بدراسة لمعرفة درجات الإحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين في المدارس الرسمية في ماليزيا.واستخدم في البحث المنهج الوصفي الإرتباطي،واعتمد مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.من جهة أخرى،تألفت العينة من 184 معلما ومعلمة يدرسون اللغة الإنكليزية للمرحلتين الإبتدائية والمتوسطة. أظهرت النتائج وجود درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية، الذكور و الإناث منهم على حد سواء.

دراسة دبابي (2012)

أيضا أجرى دبابي(2012،ص ص85-99) دراسة حول درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في الجزائر.واعتمد الباحث المنهج الوصفي بنوعيه الإستكشافي و المقارن،كما عمد إلى إعداد مقياس للإحتراق النفسي.وتألفت العينة من 314 معلما و معلمة،وأظهرت النتائج وجود درجات إحتراق نفسي عالية لدى أغلبية أفراد العينة.وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإحتراق النفسي بين المعلمين تعزى إلى الجنس ،الخبرة المهنية،و تصنيف المعلمين.

دراسة مهدي (2012)

وبدوره قام مهدي (2012،ص ص3-149) بدراسة حول الإحتراق النفسي و علاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية في الجزائر.واعتمد الباحث على المنهج الوصفي،واستخدم مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي ومقياس التوافق الزواجي.شملت العينة 192 معلما و معلمة. وأظهرت الدراسة وجود درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي لدى المعلمين المتزوجين مقارنة بالمعلمين العازبين منهم.وكشفت الدراسة أيضا عن إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية، مقارنة بدرجات الإحتراق النفسي لدى معلمي باقي المراحل الدراسية الأخرى.

دراسة آلكسندر و إيكاتيريني ومارينا (2013) (2013,**Alexender,Aikaterini,andMarina**)

وأجرى آلكسندر ،إيكاتيريني، ومارينا (Alexender,Aikaterini,andMarina,2013,pp.349-355) دراسة هدفت إلى التعرف على درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلتين الإبتدائية و الثانوية، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي.من جهة أخرى،استخدمت

بطارية من الإختبارات تكونت من مقياس الإجهاد المهني ومقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،على عينة بلغ عددها 388 من المعلمين الذين يقومون بالتدريس في المدارس العامة في أتكيا.توصل الباحثون إلى وجود درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية،مقارنة بمعلمي المرحلة الثانوية.

دراسة عياصرة وعبد الرحمن (2013)

من جهة أخرى،هدفت دراسة عياصرة وعبد الرحمن(2013،ص ص3–55) إلى معرفة درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات في مديرية التربية و التعليم في الأردن في ضوء بعض المتغيرات.واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الإرتباطي،واعتمدا مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.وتكونت عينة الدراسة من 500 معلما و معلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة،وأشارت نتائج الدراسة إلى أن درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات كان عاليا على مستوى التكرار و الشدة.كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس الإحتراق النفسي،تكرار نقص الشعور بالإنجاز،وشدة تبلد المشاعر لدى المعلمين،تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور،وعلى أبعاد تكرار تبلد المشاعر وتكرار نقص الشعور بالإنجاز،تعزى لمتغير الدخل لصالح المعلمين ذو الدخل (300 دينار) وأقل،على أبعاد تكرار الإجهاد الإنفعالي وشدته،وتكرار تبلد المشاعر و شدته، تعزى لمتغير عدد الحصص لصالح المعلمين الذين تبلغ عدد حصصهم الأسبوعية أكثر من 18 حصة،وأيضا على أبعاد تكرار الإجهاد الإنفعالي وشدته وتكرار تبلد المشاعر،تعزى لمكان السكن لصالح المعلمين الذين يعملون بعيدا عن سكنهم.وتوجد علاقة إرتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين تكرار بعد الإجهاد الإنفعالي وشدته ،وبين تكرار بعد تبلد المشاعر وشدته،وأيضا بين تكرار بعد نقص الشعور بالإنجاز وشدته.

. دراسة باروتسو وسيرينكان (2013) (**Barutcu&Serinkan**,2013)

وهدفت دراسة كل من باروتسو و سيرينكان (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18–322) إلى دراسة درجات الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس في تركيا.وفي المقابل،اعتمد الباحثان على المنهج المسحي،وقد تم استخدام مقياس ماسلاك للإحتراق النفسي. تكونت العينة من 167 معلما و معلمة.أظهرت النتائج إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي الثانوي الأول مقارنة مع باقي المراحل الأخرى،كما أظهرت الدراسة إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى الذكور مقارنة بالإناث.من جهة أخرى،كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضا عن المعاش.وأخيرا،تبين وجود درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي لدى المعلمين الصغار في السن.

دراسة موسافي ونيمهيشيسالم (2014)(**Mousavy&Nimehchisalem**,2014)

وبدورهما قام كل من موسافي و نيمهيشيسالم (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39–47) بدراسة لمعرفة درجات الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي اللغة الإنكليزية في ماليزيا،وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية مثل السن و الجنس و الحالة الإجتماعية.واستخدم الباحثان المنهج الكمي لجمع المعلومات حيث طبقت إستمارتان من إعدادهما للحصول على المعلومات الديموغرافية لأفراد العينة،كما تم إستخدام مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.وتكونت العينة من 310 معلما ومعلمة تم اختيارهم بطريقة عشوائية. أظهرت النتائج ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى أفراد العينة ككل ، وتبين وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث.أيضا تبين أن المعلمين الأكبر سنا يعانون من درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي مقارنة بالمعلمين الأصغر سنا.وأظهرت النتائج أن المعلمين المتزوجين يعانون من درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي مقارنة بالعازبين منهم.

دراسة حيران ونافيدينيا (2015) **Heiran&Navidinia**,2015))

وهدفت دراسة كل من حيران ونافيدينيا (Heiran&Navidinia,2015,pp.1-10) إلى التعرف إلى درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الأجنبية في المدارس الرسمية و الخاصة في إيران،وكذلك علاقته بالذكاء الإنفعالي.واستخدم المنهج الوصفي في جمع المعطيات.واستخدم الباحثان مقياسي الإحتراق النفسي للمعلمين و الذكاء العاطفي.تألفت العينة من 100 معلما و معلمة.وأظهرت نتائج الدراسة إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة،إضافة إلى وجود إرتباط ذو دلالة إحصائية مرتفعة ما بين الإحتراق النفسي و الذكاء العاطفي.

دراسة بينفين وفيوريللي (2015) **Benevene&Fiorilli**,2015))

من جهة أخرى، أجرى بينفين و فيوريللي (Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-6)دراسة لمعرفة مستويات الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس الرسمية، و أخرى من المدارس الخاصة. ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي،كما استخدم مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي، وتألفت العينة من 469 معلما ومعلمة.وأظهرت النتائج إرتفاع مستويات الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية، مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة.

دراسة الأسدي و خلف و الوائلي و عابد و الشامي **AlAsadi,Khalaf,Al Waaly,Abed,and Shami**,2018)

وبالمقابل قام الأسدي، خلف،الوائلي،عابد،والشامي (AlAsadi,Khalaf,Al Waaly,Abed,and Shami,2018,pp.262-268) بدراسة هدفت إلى تحديد مستوى انتشار الإحتراق النفسي حسب الإفادات الذاتية والعوامل المؤدية إليه، بين معلمي المدارس الابتدائية في البصرة. وأجريت دراسة مقطعية في 32 مدرسة حكومية لجمع بيانات اجتماعية-سكانية وبيانات متعلقة بالعمل باستخدام قائمة أولدنبرج للإحتراق النفسي،وتألفت العينة من 706 معلما ومعلمة.أظهرت النتائج إرتفاع مستويات الإحتراق النفسي لدى المعلمين العازبين، مقارنة بالمعلمين المتزوجين.وتبين أيضا أن المعلمين اليافعين يعانون من مستويات مرتفعة من الإحتراق النفسي مقارنة بالأكبر سنا منهم.

دراسة آرفيدسون،،ليو،لارسون،هاكانسون،بيرسون،و بجورك(2019)(**Arvidsson et al**.,2019)

قام كل من آرفيدسون،ليو،لارسون،هاكانسون،بيرسون،و بجورك (Arvidsson et al.,2019,pp.1-13)) بدراسة حول الإحتراق النفسي و فعالية الذات لدى عينة من المعلمين و المعلمات في السويد.واعتمد المنهج الوصفي في البحث،كما استخدم مقياس ماسلاك للإحتراق النفسي،وإستمارة أعدها الباحثون لقياس فعالية الذات.وتألفت العينة من 310 سويديا (من الذكور و الإناث)،.وأظهرت النتائج معاناة المعلمين و المعلمات من مستويات عالية من الإحتراق النفسي من جهة،ومعدلات منخفضة من فعالية الذات من جهة أخرى.

دراسة جمال الدين ويو(2019) (**Jamaludine&You**,2019)

وفي المقابل قام جمال الدين ويو(Jamaludine&You,2019,pp.1-5)بدراسة حول علاقة الإحتراق النفسي بمتغير الجنس وعدد سنوات الخبرة و المستوى التعليمي.وقد تم إستخدام المنهج المسحي في الدراسة واعتمد مقياس ماسلاش لقياس الإحتراق النفسي إضافة إلى إستمارة بيانات شخصية من إعداد الباحثين. وتكونت عينة البحث من 31 معلما ومعلمة.أظهرت النتائج إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بغض النظر عن عدد سنوات الخبرة.

تعقيب:

يتضح من الدراسات السابقة أهمية دراسة الإحتراق النفسي لدى معلمي المدارس، لما تتضمنه مهنة التدريس من ضغوط نفسية و جسدية، لها إنعكاسات سلبية على المعلمين. في الواقع ،هدفت بعض الدراسات إلى معرفة علاقة الإحتراق النفسي ببعض المتغيرات الديموغرافية (العمر ،الجنس،والحالة الإجتماعية) للمعلمين،بينما هدفت دراسات أخرى إلى معرفة علاقة الإحتراق النفسي بالرضا عن مستوى الدخل و نوع المدرسة (خاصة أم رسمية). أما البحث الحالي فقد اهتم بدراسة درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين في المدارس وعلاقته بجميع تلك المتغيرات، إضافة إلى دراسة متغيرات أخرى مجتمعة (الجنس،الرضى عن مستوى الدخل،العمر ،الحالة الإجتماعية،المراحل الدراسية،نوع المدرسة رسمية كانت أم خاصة،وسنوات الخبرة).

من جهة أخرى،شملت عينات أغلبية تلك الدراسات الجنسين (الذكور والإناث)،وهو ما ينطبق على البحث الحالي أيضا.وبالمقابل،استخدمت غالبية الدراسات السابقة مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،بينما قلة من الدراسات اعتمدت على إعداد الباحثين أنفسهم مقياسا للإحتراق النفسي.وقد استخدم البحث الحالي أيضا مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.

منهج البحث:

اعتمد المنهج الوصفي التحليلي في البحث الحالي،وهو منهج يعتمد على دراسة الظاهرة في الواقع،ووصفها بدقة والتعبير عنها كما وكيفاً في تصنيف المعلومات،وتنظيمها والسعي لفهم علاقات الظاهرة المدروسة مع غيرها من المتغيرات،والوصول لإستنتاجات تسهم في تطوير الواقع المدروس.

حدود البحث المكانية والزمنية:

جرى البحث في الفترة الممتدة من شهر أيار إلى شهر أيلول ،في العام 2020.والنتائج التي تم الحصول عليها تطبق على المجتمع المحلي الذي جرى فيه البحث.أما بالنسبة لحدود البحث المكانية فتتجلى بالمدارس الخاصة و الرسمية الواقعة في نطاق العاصمة بيروت.

مجتمع البحث:

تألف مجتمع البحث من معلمي المدارس الرسمية و الخاصة في بيروت،وعددهم 2218 معلما ومعلمة حسب إحصاءات المركز التربوي للبحوث والإنماء(2018،ص37) .

العينة:

تألفت عينة البحث من 260 معلما ومعلمة (99 معلما) و(161 معلمة)، تراوحت أعمارهم ما بين 21 سنة وما فوق، و تم اختيارهم بطريقة العينة الطبقية العشوائية، بواقع 26 معلما ومعلمة من 10 مدارس خاصة و رسمية في بيروت.وقد شكلت العينة حوالي 12% من المجموع الكلي للمعلمين و المعلمات في محافظة بيروت،و الذي يساوي 2218 معلما ومعلمة(المركز التربوي للبحوث والإنماء،2018،ص37).ويوضح جدول رقم (1) خصائص عينة الدراسة:

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

جدول(1) خصائص عينة البحث

الجنس	التكرار	النسبة
ذكر	99	38.1%
أنثى	161	61.9%
المجموع	**260**	**100%**
الحالة الإجتماعية	التكرار	النسبة
أعزب	181	69.6%
متزوج	79	30.4%
المجموع	**260**	**100%**
العمر	التكرار	النسبة
من 21 إلى 25 سنة	49	18.8%
من 26 إلى 30 سنة	104	40.0%
من 31 إلى 35 سنة	69	26.5%
35سنة وما فوق	38	14.6%
المجموع	**260**	**100%**

يشير جدول (1) إلى أن نسبة المستطلعين الذكور هي 38.1%، و 61.9% من المستطلعات الإناث.كما يشير إلى أن 69.6 % من المستطلعين هم من المعلمين العازبين، مقابل 30.4% من المتزوجين.أيضا يشير الجدول إلى تنوع المراحل العمرية بين المستطلعين.

أدوات البحث:

تم إعداد قائمة من الأسئلة حول المعلومات الشخصية والمهنية للمعلمين (الجنس،الحالة الإجتماعية العمر، الرضى عن مستوى الدخل، سنوات الخبرة ،المراحل الدراسية التي يدرس فيها المعلم).من جهة أخرى،ولقياس معدلات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات استخدم مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي(Maslach& Jackson,1981,p.101) ،وهو سلَّم إقترحه كل من Maslach و Jackson عام 1981 لمهن القطاع الصحي ومهن المُساعَدة (الأساتذة، المدرسين، الشرطة)،يقيس أعراض الإحتراق النفسي،ويتكوَّن هذا المقياس من 22 بنداً يسمح بعرض الدرجات الثلاثة للإحتراق النفسي.وقد تم بناء بنود المقياس على شكل عبارات تستوضح شعور الفرد نحو

مهنته، بحيث يجيب الفرد حسب سلَّم متدرج من 7 إحتمالات تتراوح بين "أبداً" إلى "كل يوم".وعلى المُعلِم المُستطلع أن يجيب على كل بند بالتعبير عن شدَّة ردود أفعاله.وللتنقيط إستخدمت أرقام تتراوح ما بين 0 و 6،لتدل على درجة ممارسة السلوكات (البنود) التي تمّ السؤال عنها، وذلك على الشكل الآتي:

أبدا:0 مرات قليلة بالسنة:1 مرة بالشهر:2 مرات قليلة بالشهر:3 مرة في الأسبوع:4 مرات قليلة في الأسبوع:5 كل يوم:6

ويصنف الأفراد وفقا لمقياس ماسلاك،على أساس درجات الإحتراق لديهم، والتي قد تتراوح ما بين مرتفعة أو معتدلة أو منخفضة بحسب درجة الإحتراق، وتقسَّم الدرجات مثلما هو موضح أدناه:

- الإحتراق النفسي منخفض الشدة من 0 إلى 43 درجة.
- الإحتراق النفسي المعتدل من 44 إلى 87 درجة.
- الإحتراق النفسي مرتفع الشدة من 88 إلى 128 درجة.

وبالنسبة للخواص السيكومترية للمقياس، فهو يتمتع بمعدل إتساق داخلي مرتفع (على أبعاده الثلاثة)،كما هو مبين على الشكل الآتي: الإجهاد الإنفعالي: 0.90 تبلد الشعور: 0.79 نقص الشعور بالإنجاز:0.71 وبلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (على أبعاده الثلاثة)،ما يلي: الإجهاد الإنفعالي:0.82 و تبلد الشعور:0.60 و نقص الشعور بالإنجاز:0.80pp,1986, Maslach & Jackson.14-32).وقد تم تقنين المقياس في البيئة المحلية على عينة عشوائية من المعلمين قوامها 100معلما (50 ذكور و 50 إناث)،من المدارس الرسمية و الخاصة.تم حساب ثبات الإختبار ثم إعادة الإختبار،وبلغ معامل الإرتباط 0.88،وهو معامل إرتباط جيد.ولحساب الصدق،تم اعتماد طريقة حساب معاملات الإرتباط بين درجات المقاييس الفرعية والعلامة الكلية للإختبار،وأتت النتائج على الشكل الآتي: 0.75 معاملات الإرتباط بين المقياس الكلي والإجهاد الإنفعالي، و0.77 معاملات الإرتباط بين المقياس الكلي و تبلد الشعور،و0.82 معاملات الإرتباط بين المقياس الكلي و نقص الشعور بالإنجاز،مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات و صدق عاليتين.

إجراءات تطبيق المقياس:

تم جمع بيانات البحث الميدانية في شكل مقابلات فردية ،وأحيانا جماعية مع أفراد عينة البحث (المعلمين)، في المكاتب المخصصة للمعلمين في المدارس التي شملها البحث الحالي.وبعد شرح أهداف البحث،تم توزيع إستمارة مخصصة للإجابة عن أسئلة تتعلق بمعلومات شخصية عن المعلم (الجنس (أنثى/ذكر) ،السن ،الحالة الإجتماعية (متزوج/ أعزب) ،الرضى عن مستوى الدخل ،سنوات الخبرة المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم ،ونوع المدرسة (رسمية/ خاصة).بعد ذلك أعطي كل معلم نسخة عن مقياس الإحتراق النفسي بعد أن تم تفسير و شرح كيفية الإجابة عن فقراته.

الأساليب الإحصائية:

لإستخراج النتائج الإحصائية،تمّ استخدام نظام SPSS الإحصائي في البحث الحالي،وهو النظام المعتمد في الأبحاث والدراسات النفسية والإجتماعية.وبالتالي تمّ حساب المتوسطات والإنحرافات المعيارية، واختبار "ت" للمجموعات المستقلة،لتحديد دلالة الفروق بين

المتوسطات.ولدى حساب أوجه الإرتباط لمتغيرين اثنين ،اعتمد معامل ارتباط بيرسون.وتجدر الإشارة إلى أنّ نظام SPSS يتيح للباحث إمكانية انجاز مثل هذه الإختبارات والمقاييس.

النتائج:

سعيا لإستخراج النتائج، تم إستخدام الطرق الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية،وإختبار(ت) لتحديد دلالة الفروق بين المتوسطات.

وفيما يلي،عرض لأسئلة البحث وفروضه، ونتائج المعالجات الإحصائية:

ما هي درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان؟ وللإجابة على هذا السؤال، تم حساب النسب المئوية لإجابات المعلمين على مقياس الإحتراق النفسي. ويشير جدول رقم (2) إلى إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين.

جدول رقم (2) النسب المئوية لأعداد المعلمين على مقياس الإحتراق النفسي

مستويات الإحتراق النفسي	التكرار	النسبة
إحتراق نفسي ضعيف	27	10.4%
إحتراق نفسي مرتفع	233	89.6%
المجموع	260	100%

يشير جدول رقم (2) إلى أن غالبية المعلمين المستطلعين توجد لديهم درجات مرتفعة من الإحتراق النفسي،بنسبة 89.6%.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الجنس (ذكر، أنثى)؟

وللإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و الجنس. ويشير جدول رقم (3) إلى تحقق الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

جدول رقم (3) إختبار"ت" للمجموعات المستقلة بين الإحتراق النفسي و الجنس

	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الإحتراق النفسي	أنثى	99	60.8	15.3	0.046	دالة إحصائيا
	ذكر	161	57.2	13.8		

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

يشير جدول رقم(3) إلى أن درجة الإحتراق النفسي لدى المعلمات الإناث هي أعلى منها لدى المعلمين الذكور.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الرضى عن مستوى الدخل؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و الرضى عن مستوى الدخل. ويشير جدول رقم (4) إلى تحقق الفرض الثاني :توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضى عن مستوى الدخل.

جدول رقم (4)إختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الإحتراق النفسي والرضى عن مستوى الدخل

مقياس الإحتراق النفسي	الرضا عن مستوى الدخل	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
	نعم	15	48.2	12.1	0.004	دالة إحصائيا
	كلا	245	59.2	14.4		

يشير جدول رقم (4) إلى أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم، عرضة للإحتراق النفسي أكثر من الراضين عن مستوى دخلهم.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب العمر ؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و العمر. ويشير جدول رقم (5) إلى تحقق الفرض الثالث:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر" .

جدول رقم(5) إختبار"أنوفا" بين الإحتراق النفسي ومتغير العمر

	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الإحتراق النفسي	من21 إلى 25 سنة	49	49.5	9.3		
	من 26 إلى 30 سنة	104	51.7	8.1		
	من 31 إلى 35 سنة	69	64.3	13.2	0.000	دالة إحصائيا

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

	35سنة وما فوق	38	78.5	12.0		

يشير جدول رقم (5) إلى أنه كلما زاد عمر المعلم، كلما أصبح أكثر عرضة للإحتراق النفسي.كما يتبين أيضا أن درجات الإحتراق النفسي للفئات العمرية، هي ضمن درجة الإحتراق النفسي المرتفع (44– 87).

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الحالة الإجتماعية (متزوج / غير متزوج)؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و الحالة الإجتماعية. ويشير جدول رقم (6) إلى تحقق الفرض الرابع:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الإجتماعية.

جدول رقم (6)إختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الإحتراق النفسي و متغير الحالة الإجتماعية

	الحالة الإجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الإحتراق النفسي	أعزب	181	51.2	8.1	0.000	دالة إحصائيا
	متزوج	79	75.4	11.4		

يشير جدول رقم(6) إلى أن المعلم المتزوج، أكثر عرضة للإحتراق النفسي من المعلم العازب.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف المراحل الدراسية؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و المراحل الدراسية. ويشير جدول رقم (7) إلى تحقق الفرض الخامس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية".

جدول رقم (7)إختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الإحتراق النفسي و متغير المرحلة الدراسي

	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
	الإبتدائي	71	58.6	15.4	0.005	دالة إحصائيا

العدد الثالث والثلاثون
تاريخ الإصدار: 2 – تموز – 2021 م
www.ajsp.net
ISSN: 2663-5798

مقياس الإحتراق النفسي	المتوسط	129	60.9	14.7		
	الثانوي	60	53.6	11.5		

يشير جدول رقم (7) إلى أن المعلم الذي يدرس المرحلة الثانوية، أقل عرضة للإحتراق النفسي من غيره من المعلمين الذين يدرسون في المراحل الدراسية الأخرى.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و نوع المدرسة.ويشير جدول رقم (8) إلى تحقق الفرض السادس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير نوع المدرسة".

جدول رقم (8)إختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الإحتراق النفسي و متغير نوع المدرسة

	نوع المدرسة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الإحتراق النفسي	مدرسة رسمية	183	61.4	15.1	0.000	دالة إحصائيا
	مدرسة خاصة	77	51.7	10.1		

يشير جدول رقم (8) إلى أن معلمي المدارس الرسمية أكثر عرضة للإحتراق النفسي من معلمي المدارس الخاصة.

هل توجد فروق في درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف سنوات الخبرة؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الإحتراق النفسي و سنوات الخبرة. ويشير جدول رقم (9) إلى تحقق الفرض السادس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسط درجات الإحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة".

جدول رقم(9)إختبار أنوفا بين مقياس الإحتراق النفسي ومتغير سنوات الخبرة

	سنوات الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
	أقل من 3 سنوات	38	49.1	9.3	0.000	دالة إحصائيا

مقياس الإحتراق النفسي	من 3 إلى 10 سنوات	161	54.2	10.6		
	أكثر من 10 سنوات	61	75.9	11.8		

يشير جدول رقم (9) إلى أنه كلما زادت سنوات الخبرة لدى المعلم، أصبح أكثر عرضة للإحتراق النفسي.

تفسير النتائج:

هدف البحث الحالي إلى دراسة الإحتراق النفسي، لدى عينة من معلمي المدارس الرسمية و الخاصة في بيروت، إذ من المعلوم أن العاصمة تحتوي عادة على معظم المؤسسات الحكومية و التربوية على إختلاف مستوياتها.وهدف أيضا، إلى معرفة علاقة الإحتراق النفسي بعدد من المتغيرات مثل الجنس،العمر ،الحالة الإجتماعية،الرضى عن مستوى الدخل،المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم، سنوات الخبرة،ونوع المدرسة (رسمية أم خاصة).

وقد أظهرت نتائج البحث الحالي أن معلمي المدارس الرسمية و الخاصة في لبنان، يعانون من الإحتراق النفسي.وتبين أن نسبة المعلمين ذوي المستوى المرتفع من الإحتراق النفسي قد بلغت 89.6% ،في حين بلغت نسبة المعلمين ذوي الإحتراق النفسي الضعيف 10.4%.وقد تقاطعت نتائج البحث الحالي مع نتائج العديد من الأبحاث التي أجريت على عينات المعلمين، والتي أشارت إلى أن أغلبية العاملين في مهنة التعليم هم معرضون للإحتراق النفسي (Arvidsson et al.,2019,pp.1-13; Barutcu&Serinkan,2013,pp.1-13).فمن المعلوم أن مهنة التدريس هي من أكثر المهن التي تكثر فيها الضغوط النفسية لما تنطوي عليه من أعباء و مسؤوليات و ضغوطات بشكل مستمر،إضافة إلى المشاكسات والإستفزازات التي يتعرض لها المعلم من قبل تلاميذه ،و غيرهم من العاملين في المدرسة.

من جهة أخرى، أظهرت نتائج البحث الحالي،إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمات الإناث مقارنة بالمعلمين الذكور،وهو أمر كانت قد أكدته دراسات أخرى (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp) (Lau, et al.,2005,pp.491-516.39-47).وقد يعزى هذا الأمر إلى:عدم تمتع الإناث بالسلطة الكافية في أماكن عملهن أسوة بالرجال،إنخفاض تقدير الذات لديهن ، صعوبة التوفيق ما بين الواجبات العائلية و متطلبات العمل،و الوقت القصير الذي تقضيه الإناث العاملات مع أفراد عائلاتهم بسبب الوقت الذي تستغرقه في العمل خارج المنزل.إلا أن نتائج البحث الحالي تتعارض مع نتائج أبحاث أخرى كشفت عن إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى الذكور أكثر من الإناث (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322) .

وبالمقابل، كشفت نتائج البحث عن أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم، عرضة للإحتراق النفسي،أكثر من الراضين عن مستوى دخلهم.وهو أمر أكدته أيضا نتائج أبحاث أخرى (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322) .

في الواقع، يوجد إجماع لدى العلماء على أهمية رضى الأفراد عن دخلهم،لجهة رفع الروح المعنوية لديهم و تحفيزهم على العمل و الإنتاج.وبالتالي فإن شعور الأفراد بأن ما يتقاضونه يعد غير كاف لتلبية حاجاتهم و حاجات أفراد عائلاتهم،وقد يشعرهم بالضغوط و الإحتراق النفسي(Smith,et al.,2007,pp.50-53).

من جهة أخرى،تبين أنه كلما ازداد عمر المعلم،أصبح أكثر عرضة للإحتراق النفسي،وقد تقاطعت هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى حول علاقة الإحتراق النفسي والتقدم بالعمر (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47).

ويعزو العلماء هذا الأمر إلى كثرة الشكاوى التي تصدر عن الأفراد مع تقدمهم بالسن، لجهة إصابتهم بالأمراض المتعددة و ضعف قواهم الجسدية عموما،إضافة إلى ضعف الحواس والشعور بالضيق من ضغوطات العمل (Toppinen,Ojajrrvi,Vaananen,Kalimo,&Jappinen,2005,pp.18-27).إلا أن نتائج أبحاث أخرى أظهرت عكس ذلك،إذ أنها كشفت عن إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين اليافعين، مقارنة بالمعملين الكبار في السن(AlAsadi,et al.,2018,pp.18-322;Barutcu&Serinkan,2013,pp.262-268).

وأظهرت نتائج البحث الحالي إرتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين المتزوجين،مقارنة مع المعلمين العازبين،وهو ما يتقاطع مع نتائج أبحاث أخرى(مهدي،2012،ص ص3-149) (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47)إلا أن هناك دراسات أخرى أشارت إلى ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى العازبين أكثر من المتزوجين (AlAsadi,et al.,2018) أيضا كشفت نتائج البحث الحالي عن أن المعلمين الذين يدرسون المرحلة الثانوية، هم أقل عرضة للإحتراق النفسي من غيرهم من الأساتذة الذين يدرسون باقي المراحل الدراسية.وتتفق هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى (مهدي،2012،ص ص3-149) (Alexender,et al.,2013,pp.349-355) .وقد يعزى هذا الأمر إلى إزدياد عدد الطلاب في المرحلتين الإبتدائية و المتوسطة،مقارنة بالمرحلة الثانوية،حيث تتضمن عادة من استطاع أن ينجح و يرفع إلى المرحلة الثانوية الأخيرة قبل دخول الجامعة.أيضا من المرجح أن يكون تلامذة المرحلة الثانوية،أكثر نضجا و امتثالا لتعليمات أساتذتهم و القيمين عليهم في المدرسة.

وعلى صعيد آخر،كشفت نتائج البحث عن ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى أساتذة المدارس الرسمية، مقارنة بأساتذة المدارس الخاصة.وتتقاطع هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى توصلت إلى النتيجة ذاتها) (Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-6)وقد يعزى هذا الأمر إلى أن المدارس الرسمية تكون عادة مكتظة بأعداد التلاميذ،مقارنة بالمدارس الخاصة حيث يتوافر فيها أعداد المعلمين،بما يتلائم مع أعداد التلاميذ المتواجدين في الصفوف،كما أن الظروف المادية و الصحية في المدارس الرسمية،غير مريحة وغير مكتملة مقارنة بما هي عليه في المدارس الخاصة.أيضا أجور العاملين في المدارس الخاصة،هي أعلى من أجور العاملين في المدارس الرسمية(Sullivan, et al.,2014,pp.739-763).

وأخيرا،كشفت نتائج البحث الحالي عن أن درجات الإحتراق النفسي ترتفع لدى المعلمين الذين ترتفع لديهم سنوات خبرة التدريس.وتتقاطع هذه النتائج مع نتائج أبحاث أخرى)دبابي،2012،ص ص85-99).وقد يعزى هذا الأمر إلى حالة الضغوط الطويلة الأمد التي يرزح تحت وطأتها المعلمون،الذين يقضون فترة طويلة في مهنة التدريس (Abenavoliet al.,2013,pp.57-69).في المقابل،توجد بعض الأبحاث التي توصلت إلى نتائج مغايرة،حيث أشارت إلى ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين مهما بلغ عدد سنوات الخبرة لديهم (Jamaludin&You,2019,pp.1-5)).

خلاصة القول،تتنوع ردود فعل الأفراد حيال تعرضهم للضغوط المهنية (ومنها مهنة التدريس)، فالبعض يتكيف معها والبعض الآخر يفشل في التوافق والتكيف، فيصل إلى مرحلة الإحتراق النفسي.ومن المعلوم أن للإحتراق النفسي آثار خطيرة على المعلم والتلاميذ على حد سواء.فقد يشعر تحت تأثير الإحتراق النفسي باللامبالاة ، وقلة الدافعية، وفقدان القدرة على الإبتكار، والتصرف على نحو آلي مفتقر

إلى الشعور بالإنتماء الحقيقي لعمله .هذا ولايقتصر الشعور بالإحتراق النفسي على الذكور فقط،بل قد يصيب الإناث أيضا.وقد كشفت نتائج البحث الحالي عن ارتفاع درجات الإحتراق النفسي لديهن،مقارنة بزملائهن المعلمين.فبالإضافة إلى الأعباء المهنية الملقاة على عاتق المعلمات،تواجهن العديد من صعوبات التوافق في حياتهن الأسرية والمنزلية نتيجة لتعدد أدوارهن الوظيفية، مما يؤثر على درجة توافقهن مع متطلبات هذه البيئة المتغيرة .

توصيات البحث:

– العمل على تحسين أوضاع المعلمين الإجتماعية و الإقتصادية،لاسيما معلمي المدارس الرسمية.

– وضع إستراتيجيات فاعلة تترجم بأنشطة يتعزز من خلالها روح التعاضد و التفاعل الإجتماعي وتعمل على كسر الروتين و الرتابة لدى المعلمين في المدارس، من شأنها أن تقيهم من خطر الإصابة بالإحتراق النفسي.

– القيام بالمزيد من الدراسات حول الإحتراق المهني لدى فئات أخرى من الأفراد، على أن تكون دورية على نفس العينة،توخيا للمزيد من الدقة في النتائج ،إذ قد يحدث أن تكون حالة الإحتراق النفسي عارضة وغير دائمة، ومتعلقة بأسباب وظواهر من النوع التي تسهل معالجته،ولا يكون حالة دائمة تشكل جزءا من حالة المعلم.

– إرشاد المعلمين إلى كيفية مقاومة الضغوط المهنية و النفسية،كي لا تتحول إلى إحتراق نفسي يهدد صحتهم النفسية والجسدية،مما ينعكس سلبا على أدائهم المهني.

– الإستفادة من وسائل و تقنيات التعليم المتطورة،و التي تستند إلى دور الآليات المساعدة التي تخفف الجهد و الضغط عن المعلم، في الشرح والتواصل مع التلامذة.

المراجع:

جبل،فوزي (2003).الإحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى من التعلم الأساسي وعلاقته بقيم العمل لديهم.مجلة كلية الآداب بقنا،جامعة جنوب الوادي،2(13)،148-187.

-دبابي،بوبكر(2012).مستوى الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في الجزائر.مجلة العلوم الإنسانية و الإجتماعية.99-85(1)9.

-زيدان،عصام (2004).الإنهاك النفسي لدى آباء وأمهات الأطفال التوحيديين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والأسرية.مجلة البحوث النفسية والتربوية،كلية التربية- جامعة المنوفية،19(1)،120- 167.

الزيودي،محمد حمزة (2007).مصادر الضغوط النفسية و الإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك و علاقتها ببعض المتغيرات.مجلة جامعة دمشق(2)23.،.189-219

الزيود، نادر فهمي (2002). واقع الإحتراق النفسي للمرشد النفسي و التربوي في محافظة الزرقاء.مجلة العلوم التربوية،قطر،(1)، 199-222.

السيد،منصور(2001).الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى معلمي مدارس الأمل بمحافظة أسوان،دراسة

أمبريقية إكلينيكية،مجلة كلية التربية ،جامعة جنوب الوادي،أسوان،مصر، 5(14)،23-46.

السيف،فهد (2000). محددات الإعياء المهني بين الجنسين،دراسة تطبيقية في مؤسسات الرعاية الإجتماعية

في بعض مدن المملكة العربية السعودية،مجلة الإدارة العامة، الرياض، 39(4)،675-781.

عياصرة،معن محمود؛عبد الرحمن،علي أحمد(2013). دراسة لمستويات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات في مديرية تربية وتعليم جرش في ضوء بعض المتغيرات.مجلة العلوم التربوية والنفسية(3)14.،55-1.

العبيدي، نغم صالح (1999).بناء مقياس للإحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة نينوى،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية،جامعة الموصل،العراق.

المركز التربوي للبحوث والإنماء(2018). النشرة الإحصائية،بيروت: مكتب البحوث التربوية.

مهدي، سراي(2012).الإحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية.رسالة ماجستير منشورة.كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية ،جامعة الجزائر.

مخيمر،خضر(2002). الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي التعليم الثانوي و علاقته ببعض المتغيرات.مجلة كلية التربية-جامعة دمشق،2(2)،249-281.

Abenavoli, R.M., Jennings, P.A., Greenberg, M.T., Harris, A.R., & Katz, D.A. (2013).The protective effects of mindfulness against burnout among educators. Psychology of Education Review, 37(2), 57-69.

Ahola K, Pulkki-Råback L, Kouvonen A, Rossi H, Aromaa A,& Lönnqvist J.(2012). Burnout and behavior-related health risk factors: results from the population-based Finnish Health 2000 study.J Occup Environ Med.54(1),17–22.

ALAsadi,J.,Khalaf,S.,AL Waaly,A.,Abed,A.,&Shami,S.(2018).Burnout among Primary School teachers in Iraq:Prevalence and risk factors. EMHJ,24(3),262-268.

Alexander, S. & Aikaterini, P. & Marina, N.(2013).Occupational Stress and Professional Burnout in Teachers of Primary and Secondary Education:The Role of Coping Strategies.Scientific research,4 (3),349-355.

Arvidsson,I.,Leo,U.,Larsson,A.,Hakansson,C.,Persson,R.,&Bjork,J.(2019).Burnout among school teachers:quantitative and qualitative results from a follow up study in southern Sweden.BMC Public Health,19(655),1-13.

Barutcu,E.&Serinkan,C.(2013).Burnout Syndrome of Teachers:An Emperical Study in Denizli in Turkey.Procedia-Social and Behavioral Sciences.89,18-322.

Bataineh,O.(2005).Burnout among resource room teachers in northern Jordan. Jordan Journal of Educational Sciences, 1(1),105-113.

Benevene,P.&Fiorilli,C.(2015).Burnout Syndrome of School:A Comparison Study with Lay and Consecrated Italian Teachers.Mediterranean journal of Social Sciences.6(1),501-6.

Dick,R.&Wagner,U.(2001).Stress and Strain in teaching :A Structural equation approach.British Journal of Educational Psychology.71(2),243-59.

Freudenberger,H. J.(1975).The staff burn-out syndrome in alternative institutions. Psychotherapy:Theory,Research & Practice, 12(1),73-82.

Freudenberger, H. J.(1974).Staff burn-out.Journal of Social Issues, 30, 159-165.

Heiran A.& Navidinia,H.(2015).Private and Public EFL Teachers' Level of Burnout and its Relationship with their Emotional Intelligence:AComparative Study.International Journal of English Language & Translation Studies.3(3),1-10.

Jamaludin,I.&You,H.(2019).Burnout in relation to Gender Teaching Experience and Educational Level among Educators.Education Research International.1,1-5.

Lau, P., Yuen, M., & Chan, R. (2005). Do demographic characteristics make a difference to burnout among Hong Kong secondary school teachers? Quality-of-Life Research in Chinese, Western and Global Contexts, 491-516.

Lee, J., Lim, N., Yang, E.& Lee, SM.(2011).Antecedents and consequences of three dimensions of burnout in psychotherapists: A meta-analysis.Prof Psychol Res Pr.;42(3),252–258.

Maslach,C.(1982).Burnout: The Cost of Caring. Englewood Cliffs,NewYork: Prentice-Hall.

Maslach, C. (1982). Understanding burnout definitional issues in analyzing a complex phenomenon in panics. W.S (Ed), job stress and

burnout: research theory and intervention Perspectives. Beverly Hills,C.A:Sage publication, Inc.

Maslach C. & Jackson S. (1981).The Measurement of Experienced Burnout.Journal of Occupational Behavior.2,99-113.

Maslach, C. & Jackson, S. E. (1986). MBI: Maslach Burnout Inventory; manual research edition.University of California, Palo Alto, CA.

Mahler,D.,Grobschedl,J.&Harms,U.(2017).Opportunities to learn for teachers' self efficacy and enthusiasm,Education Research International,(17),1-17.

Mousavy, S. &Nimehchisalem, V.(2014).Contributing of Gender,Marital Status,and Age to English Language Teachers' Burnout.Advances in Language and Literary studies.5(6)p.39-47.

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

Mukundan,J.& Khandehroo,K.(2009).Burnout in relation to gender, educational attainment, and experience among Malaysian ELT practitioners.The Journal of Human Resource and Adult Learning, 5(2),93-98.

Ozdemir, Y. (2007).The role of classroom management efficacy in predicting teacher burnout. Int J Soc Sci, 2(4), 257-263.

Perlman, B. & Hartman, E. A. (1990). An Integration of Burnout into a Stress Model.Communication Research.17 (3), 300-326.

Pines, A. & Aronson, E. (1983).Combating burnout children, and youth.Services Review, 5, (34), 263-273.

Smith,D.,Burmeister,B.&Carden,R.(2007).Professor burnout satisfaction with salary and perception of student competence.Modern Psychology Studies.13(1),50-53.

Sullivan, A., Parsons, S., Wiggins, R., Heath, A., & Green, F. (2014). Social origins, school type and higher education destinations.Oxford Review of Education, 40(6), 739-763.

Toppinen,S.,Ojajarvi,A.,Vananen,A.,Kalimo,R.,&Jappinen,P.(2005).Burnout as a predictor of medically certified sick leave absences and their diagnosed causes.Behav.Med.31,18-27.