الجمهوريــة الجزائريــة الديمقراطيــة الشعبيــة

République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique

جامعة 20 أوت 1955- سكيكدة

Université20 août 1955 – Skikda-

كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية

Faculté des Sciences Sociales et des Sciences Humaines

قسم علم النفس

Département de Psychologie

التخصص: علم النفس التربوي

مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر

إعداد الطالبتين:

بوخروف حسينة

فطيسة نسيمة

الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين

دراسة ميدانية بالمؤسسات التكوينية للمقاطعةالأولى لولاية سكيكدة

لجنة المناقشة مكونة من:

الأستاذة الدكتورة:خلايفية نصيرة جامعة 20 أوت 1955- سكيكدة مشرفا

السنة الجامعية: 2025/2024

كلمة شكر

بقلب ممتنّ وروح مفعمة بالامتنان، نتوجه بأصدق كلمات الشكر والعرفان إلى كل من ساهم في رحلتنا الأكاديمية وساندنا حتى اكتملت هذه المذكرة.

ففي المقدمة، نرفع أسمى عبارات التقدير إلى المشرفة الفاضلة

الأستاذة الدكتورة / **خلايفية نصيرة** التي كانت نبراساً ينير دربنا بعلمها وحكمتها، فما كان لهذا العمل أن يرى النور لولا توجيهاتها الثمينة وصبرها الذي لا ينضب، فكانت أكثر من مشرفة، بل مُرشدة ومُلهِمة.

كما نتوجه بالشكر الجزيل إلى أعضاء هيئة التدريس في قسم علم النفس، لما قدموه من معرفة ودعم أسهم في إثراء بحثنا.

ولا يفوتنا أن نشكر كل من مدّ لنا يد العون من قريب أو بعيد، ولو بكلمة طيبة، فلكم جميعاً منا أعمق الامتنان.

وأخيراً.. إلى كل من آمن بقدراتنا، هذا الجهد ثمرة تكاتفكم، فلكم منا كل الحب والوفاء.

ملخص الدراسة بالعربية:

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين للمقاطعة الأولى بالمؤسسات التكوينية لولاية سكيكدة،كما تهدف إلى معرفة الفروق بين الأساتذة في الإحتراق النفسي بإختلاف المتغيرات التالية:(الجنس،السن،سنوات الخبرة و رتبةالأستاذ)،و تمحورت الدراسة حول التساؤلات التالية:

-ما مستوى الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين بالمؤسسات التكوينية للمقاطعة الأولى لولاية سكيكدة .

-هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس؟

-هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير السن ؟

-هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير سنوات الخبرة؟

-هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير رتبة الأسناذ؟

ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة إعتمدنا على المنهج الوصفي الذي يصف الظاهرة كما هي في الواقع،و من أجل تسهيل عملية جمع البيانات قمنا بتطبيق مقياس ماسلاش كما جاء في الدراسة المقدمة من طرف (نبار-جعيجع.2018)، بعنوان" تقنين مقياس الإحتراق النفسي لـ (ماسلاش) على البيئة

الجزائرية"،على عينة تكونت من 160 أستاذ يعملون بالمقاطعة الأولى في المؤسسات التكوينية لولاية سكيكدة، حيث تم تحليل نتائج الدراسة بالاعتماد على برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الإنسانية(**SPSS**) النسخة(21)،و إستخدام التكرارات، النسب المئوية، المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، اختبار" ت" واختبار تحليل التباين الأحادي

حيث اسفرت الدراسة على وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين للمقاطعة الأولى بالمؤسسات التكوينية لولاية سكيكدة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس، السن و سنوات الخبرة، أما فيما يخص متغير رتبة الأستاذ فقد توصلنا إلى وجود فروق دالة أحصائيا بين الأساتذة.

وقد تم تفسير النتائج في ضوء بعض المعطيات النظرية و بعض الدراسات السابقة وأختتمت الدراسة ببعض الإقتراحات و التوصيات.

RESUME :

Cette étude vise à déterminer le niveau d'épuisement professionnel chez les enseignants spécialisés en formation et en enseignement professionnels de la Première Circonscription des établissements de formation de la wilaya de Skikda. Elle cherche également à identifier les différences dans l'épuisement professionnel selon les variables suivantes : (sexe, âge, années d'expérience et grade de l'enseignant). L'étude s'articule autour des questions suivantes :

- Quel est le niveau d'épuisement professionnel chez les enseignants spécialisés en formation et enseignement professionnels des établissements de formation de la Première Circonscription de la wilaya de Skikda ?
- Existe-t-il des différences statistiquement significatives dans l'épuisement professionnel des enseignants spécialisés en formation et enseignement professionnels de la Première Circonscription de la wilaya de Skikda, attribuables au sexe ?
- Existe-t-il des différences statistiquement significatives dans l'épuisement professionnel des enseignants spécialisés en formation et enseignement professionnels de la Première Circonscription de la wilaya de Skikda, attribuables à l'âge ?
- Existe-t-il des différences statistiquement significatives dans l'épuisement professionnel des enseignants spécialisés en formation et enseignement professionnels de la Première Circonscription de la wilaya de Skikda, attribuables aux années d'expérience ?
- Existe-t-il des différences statistiquement significatives dans l'épuisement professionnel des enseignants spécialisés en formation et enseignement professionnels de la Première Circonscription de la wilaya de Skikda, attribuables au grade de l'enseignant ?

Pour atteindre ces objectifs, nous avons adopté une **méthodologie descriptive** qui décrit le phénomène tel qu'il existe dans la réalité. Afin de

faciliter la collecte des données, nous avons appliqué l'échelle de Maslach, telle qu'utilisée dans l'étude présentée par *Nebbar-Gaâgaâ (2018)* intitulée **"Standardisation de l'échelle d'épuisement professionnel de Maslach dans le contexte algérien"**. L'échantillon était composé de **160 enseignants** exerçant dans la Première Circonscription des établissements de formation de la wilaya de Skikda.

Les résultats de l'étude ont été analysés à l'aide du **logiciel SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) version 21**, en utilisant les méthodes suivantes :

- Fréquences et pourcentages
- Moyenne arithmétique et écart-type
- Test T de Student
- Analyse de variance à un facteur (ANOVA)

Résultats principaux :

1. Un niveau **élevé d'épuisement professionnel** a été observé chez les enseignants spécialisés.
2. **Aucune différence statistiquement significative** n'a été relevée en fonction du **sexe**, de l'**âge** ou des **années d'expérience**.
3. Des **différences statistiquement significatives** ont été identifiées en fonction du **grade de l'enseignant**.

Les résultats ont été interprétés à la lumière de données théoriques et d'études antérieures. L'étude conclut par des propositions et recommandations.

الفهرس

العنوان	الصفحة
كلمة شكر	أ
ملخص باللغة العربية	ب
ملخص باللغة الأجنبية	ج
فهرس المحتويات	د
قائمة الجداول	س
قائمة الأشكال	ظ
قائمة الملاحق	هـ
مقدمة	01
الجانب النظري	
الفصل الأول: الفصل التمهيدي	
1- إشكالية الدراسة	05
2-فرضيات الدراسة	07
3- أهمية الدراسة	08
4- أهداف الدراسة	09
5- مصطلحات الدراسة	09
6-الدراسات السابقة	11
الفصل الثاني: الإحتراق النفسي	
تمهيد	18
1-نشأة و ظهور مصطلح الإحتراق النفسي	19
2- مفهوم الإحتراق النفسي	20
3-الإحتراق النفسي و علاقته ببعض المصطلحات الأخرى	22
4- النظريات و النماذج المفسرة للإحتراق النفسي	27
5- أعراض و مؤشرات الإحتراق النفسي	33
6- أسباب الإحتراق النفسي	37

7- أبعاد الإحتراق النفسي	39
8- مراحل الإحتراق النفسي	41
9-كيفية الوقاية من الإحتراق النفسي	43
خلاصة الفصل	44
الجانب الميداني	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	47
01-منهج الدراسة	47
02-الدراسة الإستطلاعية	47
03-أداة جمع البيانات	49
04-الخصائص السيكوكترية للأداة	51
05-الدراسة الأساسية	51
06-الاساليب الإحصائية	54
07-حدود الدراسة	54
خلاصة الفصل	56
الفصل الرابع: عرض و تفسير النتائج	
تمهيد	58
01- عرض و تفسير نتيجة الفرضية العامة	58
02- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الأولى	60
03- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثانية	63
04- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة	65
05- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة	68
توصيات و إقتراحات	72
الخاتمة	74
المراجع	76
الملاحق	81

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
جدول رقم(1)	يوضح الفرق بين الإحتراق النفسي والضغط وفقا للمركز القومي للصحة والأمن الوظيفي	23
جدول رقم(2)	يوضح تصنيف درجات مقياس ماسلاش حسب مستويات الإحتراق	33
جدول رقم(3)	يتضمن أرقام الفقرات لكل بعد من أبعاد مقياس ماسلاش	49
جدول رقم(4)	يتضمن التغيير الذي ادخلناه على بعض الفقرات	50
جدول رقم(5)	يوضح كيفية منح الدرجات للمفحوصين	50
جدول رقم(6)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	52
جدول رقم(7)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير السن	52
جدول رقم(8)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة	53
جدول رقم(09)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير رتبة الأستاذ	53
جدول رقم(10)	يوضح مستويات الإحتراق النفسي لدى عيتة البحث	58
جدول رقم(11)	يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير الجنس.	61
جدول رقم(12)	يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير السن.	63
جدول رقم(13)	يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير سنوات الخبرة.	65
جدول رقم(14)	يوضح نتيجة اختبار تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق تبعا لمتغير رتبة الاستاذ	68
جدول رقم(15)	يوضح نتائج اختبار sheffé للمقارنات البعدية	69

قائمة الأشكال

رقم الشكل	العنوان	الصفحة
شكل رقم(1)	مخطط يوضح علاقة الإحتراق النفسي ببعض المصطلحات	27
شكل رقم(2)	يوضح اطوار الإستجابة للاحتراقات الوظيفية و مظاهرها في نظرية سيلي	30
شكل رقم(3)	مخطط يوضح مستويات الإحتراق النفسي	36
شكل رقم(4)	يوضح مستويات الإحتراق النفسي لدى عينة البحث	59
شكل رقم(5)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	62
شكل رقم(6)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير السن	64
شكل رقم(7)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة	66
شكل رقم(8)	يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير رتبة الاسناذ	69

قائمة الملاحق

رقم الملحق	العنوان
ملحق رقم(1)	يوضح مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي
ملحق رقم(2)	يحدد مستوى الاحتراق النفسي
ملحق رقم(3)	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى
ملحق رقم(4)	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية
ملحق رقم(5)	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة
ملحق رقم(6)	يوضح نتائج الفرضية الجزئية الرابعة
ملحق رقم(7)	يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري

مقدمة

مقدمة

تنبثق من منظومة المجتمع الكبرى ،منظومة التدريس في عصرنا بمفهومها الحديث و التي تتكـــون من المعلم و المتعلم و المنهج و مكان التعلم و هي منظومة متكاملة تعمل بشكل مترابط للوصول الى الأهداف التربوية المرجوة **(الخليفة و مطاوع 2015)**.

إن الاهتمام بالعملية التعليمية يجب أن لا يتمركز على المتعلم فقط بل يجب الاهتمام بكل عناصر العملية ، من معلم و متعلم و توفير البيئة المناسبة على حد سواء. و تراعى حقوق المعلـم ويزود بكل ما يحتاجه من دعم لان توفير بيئة العمل المناسبة تعتبر مكانا لزيادة الإنتاجية و الشعور بالراحـة أثناء تأدية العمل.

يشير علم النفس الإداري الى ان الافراد العاملين في المهن الانسانية مثل مهنة التعليم و العامـلين في مجال الشؤون الاجتماعية و غيرها أكثر عرضة للاحتراق النفسي هذا ما يؤكده "ريتشاردRICHARD"(1991) بقوله "ان مهنة التعليم ليست مهنة سهلة ،ومن الصحيح أن ساعات العمل اليومي اقـــل من ساعات العمل في اي وظيفة اخرى وصحيح لن اجازتها السنوية ،أطول بكثير من الإجازات التي يمنحها النظام للوظائف و المهن الاخرى،إلا أن ما حصل من تغير في سلوك الطلاب في عصـــــــرنا المتطور وما حصل من تغير في نظرة المجتمع لمهنة التدريس و توقعاتهم في ظل ما نحن فيه من تطـــــور سريع و تكنولوجيا هائلة جعلت من مهنة التعليم مهنة صعبة"**(حرب وعودت1998 ص02)**

تؤكد مجموعة من الباحثين منهم:

(Burke et Richardsen, 1996 ; Diaz, Lartigue et Acosta, 2001 ; Lourel, 2001 ; Tamayo et Tróccoli, 2002 ; Courtry, 2003 ; Guéritault-Chalvin et Cooper, 2004)

"أنه تم الإعتراف منذ فترة طويلة بأن الإحنراق النفسي يمثل تهديدا حقيقيا للمهن ذات الطابع الإجتماعي مثل الخدمات الإجتماعية و التعليم و المهن الطبية" **(Julieta 2010,p43)**

يمكننا اعتبار أن الإحتراق النفسي(BURNOUT) من أبرز الظوالهر النفسية و الإجتماعيـــــة التي أضحت تحظى باهنمام متزايد من قبل الباحثين و الممارسين في مجالات علـــــم النفس،علم الإجتمـــاع و علوم التربية،نظرا لما يسببه من تداعيات سلبية على الفرد و المؤسسة و المجتمـــــــع ككل.وقد أصبح هذا المفهوم مرتبطا بعدد من المهن التي تتطلب مجهودا ذهنيا و عاطفيا مكثفا،من أبرزها مهنة التعليم لاسيما في بيئات العمل التي تفتقر إلى الدعم النفسي و المهني و تتميز بضغط عالي و مطالب متزايدة بإستمرار.

و في هذا السياق يعد أساتذة التكوين المهني فئة مهنية معرضة بشكل خـــــــاص للإحتراق النفسي،تظرا لطبيعة المهام التي يؤدونها،و التي تحمع بين الأدوار التربوية و التقنية،فهؤلاء الأساتذة لا يكتفون بتلقين المعارف النظرية،بل يكلب منهم أيضا توجيه المتكونين نحو إكتساب كفاءات مهنيـة عملية تؤهلهم لسوق الشغل،في ظل بيئات مهنية قد تكون في كصير من الأحيان صعبـــــة و غير محفزة.كما يواجهون تحديات إضافية تتمثل في تنوع الخلفيات الثقافية و الإجتماعية للمتكونين،و ضغوط التقييم،وتقلبات السياسات التعليمية و التكوينية،وضعف الإمكانيات اللوجيستية و التقنية ،مما يجعلهم عرضة لضغوط مزمنة قد تتطور تدريجيا إلى حالات من الإحتراق النفسي.

الإحتراق النفسي في هذا السياق لايعتبر مجرد إرهاق عابر،بل هو حالة معقدة تنجم عن تفاعل مجموعة من العوامل النفسية و المهنية و البيئية،وتتميز بمجموعة من الأعراض النفسية و السلوكية و الجسدية،أبروها الشعور بالإجهاد الدائم،و فقدان الحماس وتدني الأداء،و الإنعزال و التشاؤم،وبرما التفكير في ترك المهنة.

وتزداد خطورة هذه الظاهرة عندما لايتم التعرف عليها في مراحلها الأولى،أوعندما ينظر إليها على أنها مجرد تذمر أو نقص في الكفاءة بدل التعامل معها كظاهرة تحتاج إلى تدخل منهجي داعم.

من هنا يكتسي تناول موضوع الإحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين المهني أهمية بالغة،ليس فقط لمعرفة مستوياته،بل لمعرفة السبل الممكنة للوقاية منه و معالجته،سواء على المستوى الفردي من خلال دعم الصحة النفسية للأستاذ،أو على المستوى المؤسسئ من خلال تحسين ظروف العمل،و توفير بيئة مهنية صحية و مستقرة،كما يهذف هذا الطرح إلى تسليط الضوء على خصوصية مهنـــــة أساتذة التكوين المهني مقارنة بباقي المهن التعليمية.

حيث سنحاول في هذه الدراسة التعرف على مستوى الإحتراق النفسي لدى الاساتذة المتخصصين في التكوبن التعليم المهنيين.و هل توجد دات دلالة إحصائية لكل من متغير الجنس،السن ،سنوات الخبرة و رتبة الأستاذ.و قسمت هذه الدراسة إلى جانبين نظري و تطبيقي.

الجانب النظري يتمثل في:

الفصل الأول:و هو الفصل التمهيدي الذي تم فيه عرض الجانب النظري المتعلق بموضوع البحث مع الأستعانة ببعض الدراسات السابقة و التي لها علاقة بموضوع الدراسة ،حيث قمنا بتوضيح أهمية الدراسة و الهدف من إجراءها.كما تمت صياغة التساؤلات ،و بعدها تم عرض المفاهيم الأجرائية للدراسة.

الفصل الثاني:تم عرض الإطار النظري لظاهرة الإحتراق النفسي من حيث المفهوم،الأعراض، الأسباب المؤدية إليه و مراحل التي يمر بها و كيفية الوقاية منه.

الجانب الميداني يتمثل في:

الفصل الثالث:خصص لإجراءات الدراسة الميدانية،حيث تم التعرف على المنهج المستخدم،كما قمنا بتقديم الدراسة الإستطلاعية،و حددت أداة جمع البيانات المناسبة للدراسة الأساسية و في الأخير تم تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة لهده الدراسة.

الفصل الرابع:تم فيه عرض النتائج من خلال عرض الجداول المتسلسلة حسب فرضيات الدراسة وفي الأخير قمنا بمناقشة النتائج التي توصلنا إليها في الدراسة و مقارنتها مع ماتوصلت إليها نتائج بعض الدراسات السابقة.

الفصل الأول

الفصل التمهيدي

1- إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3- أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- مصطلحات الدراسة

6- الدراسات السابقة

1-إشكالية الدراسة

إن ظروف الحياة الصعبة التي يمر بها الأفراد في وقتنا الحاضر جعل الكثير منهم يعانون العديد من المشكلات النفسية، حتى أصبحت العديد من المصطلحات مثل، القلق، والتوتر، الضغط النفسي والاحتراق النفسي، وغيرها مصطلحات متداولة بين عوام الناس ، مما حتم على المختصين التنبه الى مثل هذه الظواهر والتصدي لها في محاولة للتخفيف من حدتها أو على الأقل التقليل من الآثار السلبية لها ، والتي لا شك انها انعكست بشكل أو بآخر على حياتهم الصحية، المهنية والاجتماعية، مما جعلهم يعيشون في حالة من عدم الاستقرار، الأمر الذي يساهم في شعور العاملين منهم بالتقصير في تقديم العمل المطلوب منهم بالمستوى الذي يتوقعه الآخرون،

و يعود مفهوم الإحتراق النفسي الى فرويندربرجر freudenberger الدي توصل الى أن عمال قطاع الخدمات الإجتماعية و الإنسانية هم الأكثر عرضة للإحتراق النفسي حيث أصبح هذا الأخير عاملا هاما في التأثير على أداء العمال بصفة عامة والعاملين في المهن الإنسانية بصفة خاصة، فهو ناتج عن تفاعل الفرد مع بيئته وطبيعة المهنة التي يقوم بها، والتي تظهر على شكل معاناة نفسية تؤدي إلى نتائج سلبية على صحة الفرد والمؤسسة التي يعمل بها، يعرف زيدان الإحتراق النفسي 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،و الإجهاد و الإستنزاف النفسي الإنفعالي و العاطفي،والإرهاق والإستنفاذ البدني العضوي و العضلي،والعناء الإجتماعي. (زيدان ،2004ص125).

إن ظاهرة الإحتراق النفسي في تزايد مستمر في مختلف المهن،ولاسيما في المهن التعليمية التي تتطلب جهدا دهنيا و إنفعاليا كبيرين،مثل مهنة التدريس.هذا ماأثبتته مخرجات الدراسات السابقة

التي أجريت على عينات لاساتدة القطاع التربوي ، و إشتركت في كونها حاولت الكشف عن مستو ى الاحتراق النفسي ، واستعمال مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ، وكذا الكشف عن الفرو ق في المتغريات التصنيفية أهمها الجنس،السن،سنوات الخبرة،لكن نتائج الدراسات جاءت مختلفة فيما بينها سواء في الفروق بين المتغريات أو في تحديد مستوى الاحتراق النفسي.كما لاحظنا ندرة في الدراسات التي تناولت الإحنراق النفسي لدى أساتذة التكوين المهني على حسب علم الطالبتين بإستثناء الدراسة المقدمة من طرف دراسةنبار رقية و مصطفى زقاي نادية(2012) بعنوان مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين

والتعليم المهنيين دراسة ميدانية استكشافية بالغرب الجزائري،إعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي، كما استعملا مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،و تكونت العينة من(256) أستاذ متخصص في التعليم و التكوين المهنيين،و قد أثبتت النتائج أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإحتراق النفسي بين الأساتذة تعزى إلى متغير السن،و الخبرة و الأقدمية . و كانت هذه الفروق في متغير رتبة الأساتذة .

هذا ما يؤكد ان أساتذة التكوين و التعليم المهنيين يواجهون تحديات ناتجة عن الضغوط المهنية، ضعف التحفيز، ضعف الاعـــتراف المجتمعي و نقص إمكانيات التعامل اليومي مع فئات مختلفة من المتكونين قد يعانون مـــــن مشاكل سلوكية وإجتماعية،هذه العوامل قد تسهم في نشوء حالات من التوتر المزمن تؤدي في نهاية المطاف إلى الاحتراق النفسي.

ومن هذا المنطلق ونظرا لأمهية موضوع الاحتراق النفسي في الهيئات التعليمية بشكل عام وفي المؤسسات النكوينية بشكل خاص، و لأن مستويات الإحتراق النفسي ترتفع في المهن التي يتعامل أصحابها مع الناس مباشرة،و بإعتبار مهنة التدريس في التكوين المهني تضع الأستاذ في إحتكاك مباشر يوميا مع المتكونين،قد يعاني من مستويات معينة من الإحتراق النفسي هذا ما دفعنا لإختيار موضوع الإحتراق النفسي عند الأســاتذة المتخصـــصين في التكويـــن و التعليم المهنيين.

و بناء على كل ما ذكر طرحت التساؤلات على الشكل التالي:

***التساؤل العام:**

ما مستوى الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة.

***التساؤلات الفرعية:**

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس؟

2- هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير السن ؟

3- هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير سنوات الخبرة؟

4- هل توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير رتبة الأستاذ؟

2-فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة الاولى

يعاني الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة من مستوى إحتراق نفسي مرتفع حسب ما توصلنا إليه في الدراسة الإستطلاعية.

الفرضية العامة الثانية:

توجد فروق دات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة وفقا لمتغيرات(الجنس،السن،سنوات الخبرة و رتبة الأستاذ)

وتنبثق منها الفرضيات الجزئية التالية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس.

2- توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير السن.

3- توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير سنوات الخبرة.

4- توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير رتبة الأستاذ.

3-أهمية الدراسة:

تكتسي دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين أهمية بالغة على مستويي **علم النفس العام** و**علم النفس التربوي** على وجه الخصوص. بالنسبة **لعلم النفس العام**، تُشكّل هذه الفئة المهنية نموذجًا غنيًا لدراسة تفاعل الضغوط المهنية المزمنة (كثافة العمل، المطالب العاطفية، التحديات السلوكية للطلاب، ضغوط التكيف مع تطورات سوق العمل) مع الموارد الشخصية والتنظيمية في سياق فريد يجمع بين الأكاديمي والمهني التقني. تُساهم نتائج هذه الدراسة في تعميق فهم آليات التوتر والاحتراق النفسي وتأثيرهما على الصحة النفسية والجسدية للأفراد في المهن "المساعدة" عالية المطالب، وتُثري النظريات المتعلقة بالرفاه الوظيفي والمرونة النفسية في بيئات العمل المعقدة. أما على صعيد **علم النفس التربوي**، فتظهر الأهمية القصوى في عدة جوانب: أولاً، حماية جودة العمليّة التعليمية–التدريبية الحيوية التي تقوم عليها تنمية الكفاءات المهنية المطلوبة لسوق العمل؛ فالمُدرّس المحترق نفسيًا يفقد الحماس والطاقة الإبداعية اللازمة لتحفيز الطلاب وإكسابهم المهارات العملية والنظرية بفعالية. ثانيًا، الحفاظ على استقرار الكوادر المؤهلة وخبراتها، حيث يُعد الاحتراق سببًا رئيسيًا في ترك المهنة، مما يُهدد استمرارية وجود مدربين مهرة. ثالثًا، تطوير استراتيجيات دعم نفسي ومؤسسي مُوجّهة خصيصًا لاحتياجات هذه الفئة، كبرامج الوقاية والتدخل المبكر، وتحسين البيئة التنظيمية، وتخفيف العبء الإداري، وتعزيز الاعتراف والتقدير، مما ينعكس إيجابًا على المناخ التعليمي ككل وجودة مخرجات التعليم المهني. أخيرًا، تُساعد هذه الدراسات في تصميم برامج إعداد وتطوير مهني للمدرسين تُراعي تحديات السياق المهني الفريدة وتعزز مهاراتهم في إدارة الضغوط والعلاقات مع الطلاب والصناعة.

باختصار، هذه الدراسة ليست مجرد تشخيص لواقع صعب، بل هي استثمار في جودة التعليم المهني وصحة مُقدميه النفسية.

4-أهداف الدراسة:

- الكشف عن الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين باختلاف متغيرات الدراسة (الجنس، السن ،سنوات الخبرة ، رتبة الأستاذ.)
- تهدف هده الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين.
- التدريب على تقنيات البحث العلمي.

5- مصطلحات الدراسة:

الإحتراق النفسي :

*الإحتراق النفسي 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، و الإجهاد و الإستنزاف النفسي الإنفعالي و العاطفي،والإرهاق والإستنفاذ البدني العضوي و العضلي،والعناء الإجتماعي .(زيدان ،2004ص125).

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

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

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

و تشير إليه "كريستينا ماسلاشMASLACH"على أنه :"هو فقدان الإهتمام بالأشخاص الموجودين في محيط العمل حيث يحس الفرد بالإرهاق والإستنزاف العاطفي اللذين يجعلان هذا الفرد يفقد الإحساس بالإنجاز ويفقد بذلك تعاطفه نحو العاملين "وهو خبرة انفعالية فردية سلبية تقود إلى عملية مزمنة يتم تجربتها كاستنزاف الجهد على المستوى البدني و الإنفعالي و المعرفي".

التعريف الإجرائي :

يعرف الإحتراق النفسي إجرائيا في البحث الحالي، بأنه الدرجة التي يحصل عليها الأستاذ المتخصص في التكوين و التعليم المهنيين ،من خلال إستجابته على فقرات مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،المعتمد في الدراسة الراهنة.المكيف على البيئة الجزائرية للباحثين (نبار–جعيجع.2018)، بعنوان" تقنين مقياس الإحتراق النفسي لـ (ماسلاش) على البيئة الجزائرية.يتكون من 22 بند موزعة على الابعاد التالية:

الاجهاد الانفعالي:يقيس مستوى التعب وفقدان الطاقة والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الاستاذ نتيجة للعمل مع المتكونين. يضم هذا البعد تسعة بنود(1،2،3،6،8،13،14،16،20)

تبلد المشاعر:يقيس مستوى اهتمام أو لامبالات الاستاذ بالمتكونين. يضم هذا البعد خمسة بنود(22، 15، 11، 10، 5).

الانجاز الشخصي:يقيس طريقة تقييم الفرد لذاته ومستوى شعوره بالكفاءة والرضا عن عمله. يضم هذا البعد ثمانية بنود(4،7،9،12،17،18،19،21).

أستاذ متخصص قي التكوين و التعليم المهنيين:

هو الفاعل التربوي و التكويني الدي يتولى مهام التدريس و التأطير داخل مؤسسات التكوين المهني،

و الذي يتمتع بمؤهلات تقنية و بيداغوجية تمكنه من نقل المعارف و المهارات إلى المتكونين،و ذلك من خلال إعداد الدروس،تنظيم الأنشطة التطبيقية، تقويم الأداء،و المساهمة في تنمية الكفاءات المهنية التي يتطلبها سوق العمل.و يعد الأستاذ عنصرا محوريا في العملية التكوينية،حيث تتوقف فعالية التكوين و جودته على كفاءته و طرق تدريسه.

يصنف الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين وفق(المرسوم التنفيذي رقم 09.093 .2009 الذي يضم القانون الأساسي الخاص بالموظفين المنتمين إلى الأسلاك الخاصة بالتكوين و التعليم المهنيين) إلى ثلاثة رتب و هي:

*أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين رتبة أولىPSFEP1.

*أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين رتبة ثانية2 PSFEP .

*أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين مكلف بالهندسة البيداغوجيةCIP .

6-الدراسات السابقة:

دراسة نبار رقية و مصطفى زقاري نادية(2012) بعنوان مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين والتعليم المهنيين دراسة ميدانية استكشافية بالغرب الجزائري،إعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي، كما استعملا مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي،و تكونت العينة من(256) أستاذ متخصص في التعليم و التكوين المهنيين،و قد أثبتت النتائج أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإحتراق النفسي بين الأساتذة تعزى إلى متغير السن،و الخبرة و الأقدمية . و كانت هذه الفروق لصالح الأساتذة من الرتبة الثانية حيث أظهرت النتائج أنهم يعانون من الإجهاد النفسي و تبلد الشعور أكثر من الأساتذة من الرتبة الأولى. كما لم يظهر الأسلوب الإحصائي "ت" أية فروق ذات دلالة كما لم تظهر النتائج أي فروق دات دلالة .إحصائية وفقا لمتغير الرتبة لبعد نقص الشعور بالانجاز..

دراسة سميرة ميسون وفوزية محمدي (2013) بعنوان إدراك مصادر الضغوط المهنية وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المعلمين بالمرحلة الابتدائية بورقلة تهدف الدراسة إلى البحث عن إدراك مصادر الضغط المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المعلمين بالابتدائي، وتم البحث من خلال تطبيق استبيان يقيس إدراك مصادر الضغط النفسي واستبيان يقيس أعراض الاحتراق النفسي خاصة بالمعلمين بالمرحلة الابتدائية باختلاف سنوات الأقدمية والجنس، وتمثلت الإجراءات الميدانية في المنهج الوصفي الذي يلائم الدراسة ، أما عينة الدراسة فتمثلت في (85) معلم ومعلمة وكانت النتائج كالتالى: وجود علاقة بين إدراك المعلمين لمصادر الضغط المهني والاحتراق النفسي لديهم. وهذا يؤكد أن المعلمين الأكثر إحساسا بضغط العمل هم الأكثر احتراقا نفسيا، لا يوجد اختلاف في الاحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات باختلاف درجة إدراكهم (الأكثر إدراكا والأقل إدراكاً (لمصادر الضغط المهني. ولايوجد اختلاف في الاحتراق النفسي بين المعلمين الأكثر أقدمية والأقل أقدمية باختلاف درجة إدراكهم لمصادر الضغط المهني.

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

دراسة مهدي (2012) وبدوره قام مهدي بدراسة حول الإحتراق النفسي و علاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية في الجزائر .وإعتمد الباحث على المنهج الوصفي،وإستخدم 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 عياصرة وعبد الرحمن (2013) هدفت إلى معرفة درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات في مديرية التربية و التعليم في الأردن في ضوء بعض المتغيرات.وإستخدم 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 الد ارسة إلى أن درجات الإحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات كانت عالية على مستوى التكرارات و الشدة.كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس الإحتراق النفسي،تكرارات نقص الشعور بالإنجاز،وشدة تبلد المشاعر لدى المعلمين،تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور،وعلى أبعاد تكرارات تبلد المشاعر وتكرارات نقص الشعور بالإنجاز،تعزى لمتغير الدخل لصالح المعلمين ذو الدخل 300(دينار(وأقل،على أبعاد تكرار الإجهاد الإنفعالي وشدته، وتكرارات تبلد المشاعر و شدته، تعزى لمتغير عدد الحصص لصالح المعلمين الذين تبلغ عدد حصصهم الأسبوعيةأكثر 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 جمال الدين ويو(2019) وفي المقابل قاما جمال الدين ويو بدراسة حول علاقة الإحتراق النفسي بمتغير الجنس وعدد سنوات الخبرة و المستوى التعليمي.وقد تم إستخدام المنهج المسحي في الد ارسة 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.

دراسة لونيس سعيدة (2018) بعنوان مظاهر متلازمة الاحتراق النفسي – كاستجابة لضغوط العمل– كما يدركها معلمي التعليم الابتدائي في ضوء بعض المتغيرات تحاول هذه الورقة البحثية تقديم تصور عام حول ظاهرة الاحتراق النفسي التي بدأت تلقي بظلالها على ميادين العمل المختلفة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش على عينة من معلمي التعليم الابتدائي المكونة من 51 معلم . وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى كون أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بمستوى معتدل من الاحتراق النفسي، كما انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس، الخبرة المهنية والحالة الاجتماعية ، مما يؤكد أنهم يعانون من نفس المشاكل والصعوبات وتحت تأثير نفس الظروف.

دراسة مدوري يمينة (2020)تهدف الى الكشف عن مدى معانات الاساتذة في الأطوار التعليمية الثلاثة (ابتدائي، متوسط، ثانوي) من الاحتراق النفسي. وقد استعمل في هذه الدراسة المنهج الوصفي ، حيث تكونت عينة الدراسة النهائية من (122) معلمة من الاطوار التعليمية الثلاثة (الابتدائي، المتوسط، الثانوي)، وقد تم سحبهم بطريقة العينة العشوائية الطبقية من المؤسسات التعليمية بدائرة تمالوس بولاية سكيكدة، وبعد تطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، توصلنا الى النتائج التالية: ان مستوى الاحتراق النفسي المعتدل كان الغالب على أفراد عينة الدراسة و ذلك بنسبة 47.54%، كما اسفرت الدراسة عن وجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الطور التعليمي، ووجود فروق احصائيا دالة في مستوى الاحتراق النفسي تعزى الى متغير الحالة الاجتماعية.

دراسة نعماش فاطمة وبومنقار مراد(2022) بعنوان الاحتراق النفسي لدى اساتدة التعليم المتوسط هدفت هذه الدّراسة إلى الاجابة على التساؤل الرئيسي التالي: ماهي درجة الاحتراق النفسي عند اساتذة التعليم المتوسط ؟ وهل توجد فروق في درجة الاحتراق النفسي تعزى الى ير الاقدمية و الجنس ؟ ولتحقيق أهداف الدّراسة اعتمد الباحثان المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام مقياس ماسلاش كأداة لقياس درجة الاحتراق النفسي، تمّ تطبيقها على عينة قصدية مكونة من (50) استاذ و أستاذة يعملون بولاية قسنطينة

، بعد التأكد من الشروط السيكومترية (الصدق والثبات). وقد تمّ إستخدام الأساليب الإحصائية، المتوسطات الحسابية، التكرارات والنسب المئوية، اختبار كروكسال واليس و مان واتني . وقد توصلت الدّراسة إلى انه يظهر الاحتراق النفسي لدى الاساتذة بدرجة مرتفعة. كما تبين وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير (الأقدمية و الجنس) وقد قدم الباحثان بناء على هذه النتائج مجموعة من الاقتراحات والتوصيات.

دراسة سليم(2019) هدفت الى التعرف على مستوى الفرق في درجة الاحتراق النفسي بين معلمين الطلبة العاديين و المعاقين بصريا و دوي صعوبات التعلم في مدراس التربية و التعليم التابعة لمدينة نجران تبعا لمتغير النوع و فئات المتعلمين و تكونت عينة الدراسة من 55 معلما و معلمة منهم 30 معلم من الذكور و25 معلمة من الاناث من العاملين في مدارس التعليم العام في الفصل الدراسي الاول من العام الجامعي (2017/2016).تمثلت عينة الدراسة في استبانة للاحتراق النفسي للاحتراق النفسي اعدها الباحث مكونة من 22 فقرة موزعة على 3 مجالات(البيئة التعليمية السئمات الشخصية للطلبة السمات الشخصية للمعلم) أظهرت نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة العاديين و دوي الاعاقة البصرية و دوي صعوبات التعلم كانت بدرجات متوسطة ،و اظهرت النتائج عدم وجود في درجة الاحتراق النفسي تبعا لمتغير النوع في حين كان هناك وجود فروق في درجة الاحتراق النفسي لصالح دوي الإعاقة البصرية و صعوبات التعلم.

دراسة د. نبال عباس بعنوان الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس ههدفت هده الدراسة 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 الد ارسية 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 الأحتراق النفسي لدى معلمي القطاع الرسمي،مقارنة بمعلمي القطاع الخاص.كما أشارت النتائج إلى إرتفاع درجات الأحتراق النفسي لدى المعلمات،مقارنة بالمعلمين الذكور.أيضا كشفت النتائج أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم، عرضتا 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 عرضتا للإحتراق النفسي،من غيرهم من المعلمين الذين يدرسون في باقي المراحل الد ارسية،ما تبين أنه كلما ازدادت سنوات الخبرة لدى المعلمين أصبحوا أكثر عرضة لإلحتراق النفسي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

اثبتت الدراسات والبحوث السابقة ان المعلمين يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط بأنواعها ومصادرها وكذلك مستويات عالية من الأحتراق النفسى تختلف درجاتها بأختلاف النوع والخبرة والمرحلة الدراسية ونوع التعليم والحالة الأجتماعية والمهام الوظيفية والعبء التدريسى كما جاء فى دراسة لونيس سعيدة (2018)،اشتركت كل الدراسات في إستخدامها لمقياس ماسلاش للإجتراق النفسي،أما فيما يخص الدراسات التي تناولت الأحتراق النفسى عند أساتدة التكوين المهني فكانت نادرة جدا بإستثناء دراسة نبار رقية و مصطفى زقاي نادية(2012) بعنوان مستـــــوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين والتعليم المهنيين دراسة ميدانية استكشافية بالغرب الجزائـــري،و التي توصلت أن الأساتذة في التكوين المهني يعانون من الأحتراق النفسى و أثبتت الدراسة وجود فروق فردية بين الأساتذة تعزى إلى متغير الرتبة.

الفصل الثاني
الإحتراق النفسي

تمهيد

1- **نشأة و ظهور مصطلح الإحتراق النفسي**
2- **مفهوم الإحتراق النفسي**
3- **الإحتراق النفسي و علاقته ببعض المصطلحات الأخرى**
4- **النظريات و النماذج المفسرة للإحتراق النفسي**
5- **أعراض و مؤشرات الإحتراق النفسي**
6- **أسباب الإحتراق النفسي**
7- **أبعاد الإحتراق النفسي**
8- **مراحل الإحتراق النفسي**
9- **كيفية الوقاية من الإحتراق النفسي**

خلاصة الفصل

تمهيد

تعتبر ظاهرة الإحتراق النفسي (BURN OUT) من الموضوعات المهمة في علم النفس الحديث اذ يؤثر بشكل كبير على الأفراد في مختلف المجالات سواء كانت أكاديمية أو مهنية بالأخص في المهن الاجتماعية التي تقدم العون للأخرين خاصة في ظل التحديات و الضغوط المتزايدة التي تفرضها الحياة المهنية و الإجتماعية الحديثة ، وأصبحت بمثابة خطر داهم يتهدد صحة الفرد و سلامته النفسية والجسدية معا. وعجز الإنسان عن مواجهة هذه الضغوط أو التعامل معها إضافة لإستمرارها يؤدي به إلى ما يسمى بالإحتراق النفسي و الذي يظهر على سلوك الفرد وتصرفاته و تعوقه عن أداء وظائفه بشكل طبيعي، وكنتيجة لفرض الضغوط والمواقف الضاغطة أصبحت جزءا لا يتجزء من حياة الناس، مما جعلهم عرضة للإصابة بهذا النوع من الإنهاك النفسي الذي لا يقتصر تأثيره على الجانب المهني فقط بل يتعداه إلى الحياة الشخصية و الإجتماعية أيضا و ربما ذلك أحد الأسباب التي جعلت الاهتمام بها على مستوى البحث و الدراسة أمرا مهما.

1- نشأة و ظهور مصطلح الإحتراق النفسي:

أخذت ظاهرة الإحتراق النفسي بعين الإعتبار منذ سنة 1959 في فرنسا من طرف الطبيب العقلي "كلود فاي claude veil "حيث لاحظ بعض الحالات المرضية المرتبطة بالمهنة و التي لم تصنف و بأول بحث علمي تطرق إلى الاحتراق قام بيه " برادلي" واعتبره ناتج عن ضغوط العمل، وبحلول سنة 1974 م أخد موضوع الاحتراق النفسي القيمة العلمية على وجه التحديد في الدراسات الطبية بفضل الطبيب " فرويدنبرجر " freudenbergerوفريقه في عيادته بالولايات الأمريكية المتحدة حيث لاحظ من خلال تعامله مع زملائه المترددين على عيادته النفسية من أصحاب المهن الاجتماعية كالتدريس و التمريض و الشرطة كما أنهم يشتركون في حالة من الإعياء و الإحباط نتيجة بذل الجهد و التفاني في مجال العمل **(خليل ، 2007، ص19)**

ويعد المؤتمر الدولي الأول للاحتراق النفسي والذي عقد بمدينة فيلادلفيا في نوفمبر 1981 البداية الحقيقية لتطور مصطلح الاحتراق النفسي حيث شارك فيه الرواد الأوائل للاحتراق النفسي أمثال maslash ماسلاش "وchernis تشيرنيس "و"pines بينز "و"freudenberger فرويدنبيزفر"**(أحمد ،2007، ص206)**

كما تذكر ماسلاش و جاكسون Maslash et Jachson 1984 أثناء دراسة الإنفعال الناتج عن الإستثارة الإنفعالية و في كيفية تعامل الإفراد مع هذه الإستثارة. كما توصلت ماسلاش Maslash و زملاؤها في جامعة (بركلي berkly) كاليفونياا california من خلال بحوثها الرامية إلى تشخيص العوامل الحياتية المجهدة حيث توصلت من خلالها إلى الكشف عن ظاهرة مهنية جديدة ضمتها لاحقا في إطار مفهوم الإحتراق النفسي و الذي استخدمه فرودينغبيرغرfreudenberger أول مرة عام 1974 و سعيا منها لضبط هذا المفهوم قامت عام 1976 مع زميلتها جاكسون بمجموعة من البحوث توصلت من خلالها إلى وضع تعريف للإحتراق النفسي **(مجلة الحقيقة ص 627)**

على الرغم من أن فرويدر برجر freudenberger هو الذي إكتشف مصطلح الإحتراق النفسي إلا أن ماسلاش هي التي درسته بعمق بحيث قدمت أول تعريف له و أول أداة لقياسه ثم ظهر باحثون اخرون واصلو و يواصلون دراسته **(مجلة العلوم الإنسانية ص 151-152).**

2- مفهوم الإحتراق النفسي:

هناك اختلافات عديدة بين الباحثين و الكتاب الذين يتناولون هذا المفهوم في تعريف الإحتراق النفسي فالقاموس يعرفه على أنه من الفعل يحترق أي يفشل و ينهار أو يصبح منهمكا نتيجة العمل الزائد على الطاقة المقدرة **(بنت زهران،2007 ص20).** بينما يرى علي عسكر2005 أنه من الفعل يحترق بمعنى يفشل ، ينهار ، أو يصبح منهكا نتيجة عدم المقدرة على التحمل فوق الطاقة"**(باوية ،2013،ص74).**هذا و أشار اليه العياصرة بشكل عام على أنه حالة نفسية أو عقلية تؤرق الأفراد الذين يعملون في المهن التي من طبيعتها التعامل مع أناس كثيرين و هؤلاء العاملين عادة ما يعطون أكثر مما يأخذون **(معين،2008،ص97)** . كما تشير اليه "كريستينا ماسلاشMASLACH"على أنه :"هو فقدان الإهتمام بالأشخاص الموجودين في محيط العمل حيث يحس الفرد بالإرهاق والإستنزاف العاطفي اللذان يجعلان هذا الفرد يفقد الإحساس بالإنجاز ويفقد بذلك تعاطفه نحو العاملين "وهو خبرة انفعالية فردية سلبية تقود إلى عملية مزمنة يتم تجربتها كاستنزاف الجهد على المستوى البدني و الإنفعالي و المعرفي".

وقد اعتبرت كل من (ماسلاش وجاكسونJackson & Maslach 1981) الإحتراق النفسي مفهوما يتكون من ثلاث أبعاد:

- **الإجهاد العاطفي:**ويعني أن العمال الذين يصابون بالإحتراق النفسي يكون لديهم زيادة في الشعور بالتعب والإرهاق العاطفي.

تبلد المشاعر:ويعني أن يبدأ العمال ببناء اتجاه سلبي نحو العملاء أو الزملاء

- **شعور النقص بالإنجاز** :ويعني ميل العمال لتقييم أنفسهم سلبيا. **(عوض ، 2007 ص13).**

أما هند حرتاوي عبد الله فتعرفه بأنه حالة نفسية تؤرق الأفراد الذين يعملون في مهن تتطلب تقديم خدمات اجتماعية و إنسانية لأناس كثيرين و ذلك نتيجة ضغوط العمل و الأعباء الزائدة الملقاة على عاتق هؤلاء الافراد **(دبابي 2013 ص34)** . كما تشير ماسلاش و جاكسون Maslach& Jackson إلى الاحتراق النفسي بأنه" تلك الأعراض النفسية المتمثلة في الإنهاك العاطفي النفسي و تطوير إتجاهات سلبية عن الذات و عن الإنجاز الشخصي و قلة هدا الإنجاز. و في تعريف اخر و يذكر دنهام Dunham عن الإحتراق النفسي أنه عبارة عن مواجه المعلم لمجهدات مختلفة تظهر على إثرها أعراض مبكرة كالقلق و الإضطراب و يؤدي ذلك بالمعلم إلى الضعف في التركيز و صعوبة في إتخاذ القرارات بعد ذلك يعاني المعلم من الإعياء و تظهر عليه أعراض نفس جسمية و من ثم يشعر بالإرهاق و الإنهاك الشديدين و أخيرا يصل إلى مرحلة الإحتراق النفسي **(مجلة الحقيقة العدد 37.المطبعة العربية ص 628)**. أما " تشرنيس CHERNISS" فيرى بأنه العملية التي ينسحب فيها المهني المعروف بالتزامه السابق بالعمل من ارتباطه بعمله نتيجة ضغوط العمل التي تعرض لها االمهني أثناء العمل". كما يشير إليه "تايلورTAYLOR":"هو عبارة عن الإرهاق واستنفاذ القوة والنشاط"."كرياكو KIRIACOU" هو الاخر يعرفه : "بأنه مؤشرات سلوكية ناتجة عن الضغط النفسي الذي يتعرض له الفرد أثناء العمل لفترة طويلة ". **(عوض ، 2007 ، 13).**

"وهو مرحلة متأخرة من التعرض للضغوط النفسية التي تقابل الإنسان في الأسرة وفي الشارع وفي العمل فالإحباط المستمر وعدم الشعور بالتوازن على سبيل المثال بين أعباء العمل وأعباء الأسرة تؤدي في الأغلب إلى الإحترااق النفسي للإنسان".(**أبو النصر،2002 ،ص 62)**

هناك شبه اتفاق بين الباحثين في مجال السلوك التنظيمي على أن الفرد الأكثر إلتزاما و إخلاصا في عمله يكون أكثر عرضة من غيره للإحتراق النفسي و ترتبط حالة الإحتراق النفسي بدرجة أعلى بالعاملين في المهن الاجتماعية ، فالفرد الملتزم و المخلص من هؤلاء يقع بالإضافة لظروف العمل الضاغطة تحت صغط

داخلي للعطاء و في الوقت نفسه يواجه ظروف متغيرات خارجة عن إرادته و تحكمه و تقلل من فعاليته في القيام بعمله بالصورة التي تعكس دافعه الشخصي من خلال ما تم تقديمه يمكن أن نقدم تعريفا إجرائيا للإحتراق النفسي على أنه حالة من الإجهاد العقلي و العاطفي يحدث نتيجة لتراكم ضغوط بسبب التوقعات غير الواقعية أو بيئة العمل السامة أو التحديات الشخصية التي يصعب التغلب رعليها و يقاس من خلال ثلاث مؤشرات رئيسية تتمثل في الإرهاق العاطفي التبلد و تدني الشعور بالكفاءة الذاتية في الأداء المهني.

3-الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض المفاهيم الأخرى:

للإحتراق النفسي صلة ببعض المفاهيم الأخرى كالضغط النفسي والقلق والتعب ، وهي التي تجعل الباحثين يفرقون بينها بشكل بسيط.

3-1- الإحتراق النفسي والضغوط النفسية:

يختلف الإحتراق النفسي عن الضغوط النفسية فغالبا ما يعاني الفرد من ضغط مؤقت ويشعركما لو أنه كان محترقا نفسيا لكن بمجرد أن يتم التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الضغط على أغلب الأحوال وينتج عن عدة عوامل محددة ولمدة قصيرة من الزمن ، ولكن الإحتراق النفسي هو عرض طويل الأجل مرتبط بعوامل ضاغطة ومصادر أخرى مثل الإحباط والتي تؤدي إلى الإستنزاف الإنفعالي.

الإحتراق النفسي قد يكون نتيجة لضغوط شديدة ، إلا أن المصابين بضغوط العمل يشعرون بتحسن إذا استطاعوا السيطرة على مسببات الضغوط بخلاف الإحتراق الذي يشعر فيه الشخص بالفراغ ويفقد الرغبة في بذل أي مجهود ، كما أنه لا يرى أي أمل في تحسن الوضع كما أن الشخص عندما يكون تحت ضغط عمل

شديد يشعر بذلك بينما في حالة الإحتراق لا يشعر الشخص بحقيقة حالته. إن االموظف عندما يشعر بضغط العمل فذلك يعني أنه يهتم كثيرا للعمل الذي يؤديه ، بينما االموظف الذي يعاني الإحتراق الا يكترث لعمله.

"وقد أوضح الصيرفي(2007) الفرق بين االإحتراق النفسي والضغط وفقا للجدول الذي وضعه المركز القومي للصحة والأمن الوظيفي الأمريكي".

جدول رقم (01) يوضح الفرق بين الإحتراق النفسي والضغط وفقا للمركز القومي للصحة والأمن الوظيفي

الضغط	الإحتراق
– يشعر الفرد بالتعب.	– يشعر الفرد بالإجهاد المستمر.
– يعاني الفرد من القلق.	– يعاني الفرد من التوتر الشديد.
– يؤدي إلى الشعور بعدم الرضا الوظيفي.	– يؤدي إلى الشعور بالملل ، والضيق من العمل.
– يؤدي انخفاض الولاء الوظيفي.	– يؤدي إلى انتهاء الولاء الوظيفي.
– يؤدي إلى تقلب المشاعر.	– يؤدي إلى فقدان الصبر وعدم الرغبة في الحديث مع الآخرين.
– يؤدي إلى الشعور بالذنب.	– يؤدي إلى الشعور بالإحباط الذهني.
– يؤدي إلى صعوبة التركيز ونسيان أمور كثيرة.	– يؤدي لعدم شعور الفرد بأنه كثير النسيان
– يؤدي لتزايد التغيرات الفيزيولوجية مثل ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم.	– يؤدي للإضطرابات النفسية.

(الصيرفي ،2007،ص319)

3-2- الإحتراق النفسي والقلق:

يتكون القلق من أعراض جسمية ، ومشاعر وأفكار مزعجة وغير مريحة ربما تكون متوسطة الدرجة أو قد تصل إلى القلق الحاد أي أنه يشير إلى وجود صراع انفعالي وغير واع وعندما يصل هذا الصراع إلى درجة الشدة التي يعاني منها الجسم يعاني الفرد من الضغط والذي يتحول مع الوقت إلى الإحتراق النفسي **(نوال، 2007، ص 30).**

3-3- الإحتراق النفسي والتعب:

يلاحظ أن الإحتراق النفسي ليس هو التعب أو التوتر المؤقت ، مع أن وجود هذا الشعور ربما يكون علامة مبكرة له ، فقد يشكل التعب أو التوتر المؤقت العلامات المبدئية لهذه الظاهرة ، إلا أن ذلك ليس كافيا للدلالة عليه،فاالإحرتاق النفسي يتصف بحالة من الثبات النسبي فيما يتعلق هذه المتغيرات **(نوال، 2007، ص 30).**

3-4- الإحتراق النفسي والتهرب النفسي:

غالبا ما تستخدم المصطلحات بنفس المعنى إلا أن التهرب النفسي يمكن اعتباره تمارض ينتج عن إحساس الفردً بأنه ليس على ما يرام فيحمي نفسه بدرجة تتعارض مع الإنتاجية كما أنه نوع من اللوم الموجه إلى العوامل الخارجية بوصفها مسؤولة عن نقصالإنتاجية ، فالإنسان حين يجعل من نفسه ضحية تصبح الحياة في نظره أسهل للتقدم في العمر أو الإحساس بعدم الأمان ، وعادة ما يلجأ الإنسان إلى أعذار للتهرب من تحمل المسؤولية مثلا أو نقص الإمكانات المادية ، أو بظروف الأسرة ، أو بسبب متاعب الحياة ، أو الظروف الخاصة فلجوء الفرد إلى التهرب والبحث عن أعذار يمكن أن يكون مفيدا للفرد عند مستوى معين ولكنه إذا أراد أن يصبح الفرد غير منتج و إذا كان مستوى التهربً منخفضا فمن الممكن أن يصبح الفرد

غير منتجٍ ، وإذا كان مستوى التهرب النفسي عند الحد المناسب ربما يقود إلى زيادة الضغط وبالتالي زيادة الضغط ثم الإحتراق النفسي أي أن التهرب النفسي من تحمل المسئولية هو حالة إرادية يقوم بها الفرد كأسلوب من أساليب خفض الضغط أي أنه وسيلة دفاعية يقوم بها الفرد على مستوى الوعي لحماية نفسه أما الإحتراق النفسي فهو حالة جسمانية وانفعالية وسلوكية على مستوى اللاوعي ، تتحول إلى حالة مرضية مع مرور الوقت **(بدران 1998 ص 35-36)**.

3--5 الإحتراق النفسي الإكتئاب: الإكتئاب حالة من الحزن العميق يحس فيه الفرد بعدم الرضا و عدم القدرة على القيام بنشاطه كالسابق و فقدان القدرة على النشاط و صعوبة التركيز مع اضطراب النوم و الشهية و أحلام مزعجة **(مجدي 2013 ص185)**.

فالإكتئاب هو اضطراب عيادي عام يظهر في اي مرحلة من حياة الفرد و يعود لاسباب نفسية أما الإحتراق النفسي فهو خاص بمحيط العمل الإجتماعي كما أن الإكتئاب يعتبر من أهم الإستجابات النفسية الإنفعالية للإحتراق النفسي و هو يؤثر على كل جوانب حياة الفرد المهنية و الشخصية بينما الإحتراق النفسي يؤثر على الجانب الخاص بالعمل للفرد ذون الجوانب الحياتية الأخرى كما أن تناول الشخص للأدوية و العلاجات الدوائية الاخرى من شأنه أن يخفف من حالة الإكتئاب بعكس حالة الإحتراق النفسي حيث غالبا ما تكون هذه الأدوية قليلة الفعالية أيضا محاولة الفرد الإبتعادعن عمله (كأخذ عطلات مرضية)من شأنه أن يخفف من شدة الإحتراق النفسي إلا أن الأمر لا ينطبق مع اضطراب الإكتئاب حيث لا تفيد العطلات و فترات الراحة في التقليل من حدته و أخيرا يمكننا القول أن الإحتراق النفسي و الضغط بإمكانهما أن يكونا المشكل الرئيسي لقاعدة حقيقية مهيأة لظهور الإكتئاب .**(بوحادرة،2011،ص43-44)**.

و اوضح باحثون بعد سنوات عديدة من الدراسة ك (سيلي1981 sily) و(تدهام 1982 Tedham) و(زيدان 1998) الفرق بين الأشخاص الذين يعانون من الإحتراق النفسي و الذين يعانون من الإكتئاب حيث أن من يعانون من الإحتراق النفسي لا ينتجون بكثرة الكورتيزون **(باوية ،2013،ص 80)** .

3-5- الإحتراق النفسي وحالة عدم الرضا:

إن حالة عدم الرضا في حد ذاتها لا تعتبر احتراقا نفسيا ومع ذلك ينبغي أن تؤخذ هذه الحالة بعين الإعتبار ، والتعامل معها بفاعليةلأن استمرارها يؤدي إبلى الإحتراق النفسي بسبب ارتباط القوى بضغوط العمل.

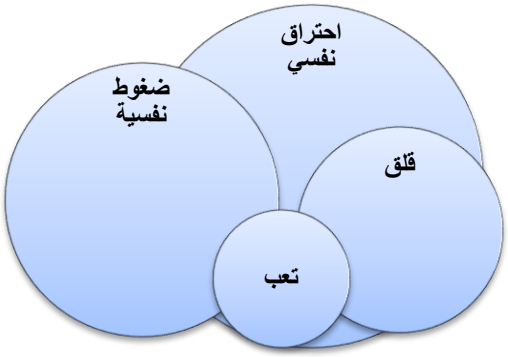
3-6- الإحتراق النفسي وترك الفرد لعمله:

ترك الفرد لعمله قد ينتج عن الإحتراق النفسي ، ولكن في نفس الوقت ربما يستمر الفرد في العمل بالرغم مما يعانيه من احتراق نفسي لأسباب متعددة مثل الراتب المغري ، والضمان الوظيفي.**(أبو مسعود، 2010 ، 46)**.

ومنه نخلص إلى أن هناك اختلافابين الإحتراق النفسي وبعض المفاهيم الأخرى ، كالقلق والتعب والضغط في عدة نقاط منها أن هذه المفاهيم تحدث في جميع المهن أما الإحتراق النفسي فيحدث في االمهن التي يتم فيها التعامل مع الناس ، ونجد أن القلق يبرز في أغلب المراحل العمرية بينما الإحتراق يرتبط بالعمل أي المرحلة التي عمل فيها الفرد ومن بين االإختلافات أن التعب يمكن أن يصاب به عدد كبير من الناس أما الإحتراق فيصاب به عدد قليل من الناس وغيرها من الإختلافات التي نستطيع من خلالها التفرقة بني االإحتراق وغيره من المصطلحات.

إذا هذه الإختلافات وغيرها هي التي من خلالها نستطيع أن نفرق بني الإحتراق وغيره من المصطلحات الأخرى.

الشكل رقم(01) مخطط يوضح علاقة الإحتراق النفسي ببعض المصطلحات



04-النظريات و النماذج المفسرة للإحتراق النفسي :

04-01- النظريات المفسرة للإحتراق النفسي:

- **نظرية الدافعية – لأداء المعلم:** (كرم ، 2007 ص 24)

✓ إدراك المعلمين لحاجات الطلاب: يعني إدراك المعلم لحاجات ومطالب طلابه، والتي تتمثل في: حاجات تعليمية، وأخلاقية، و إرشادية، واتي تتحدد من خلال المعلم نفسه.

✓ جهود المعلمين: يشير إلى استخدام الحقيقي للطاقة العقلية والانفعالية والجسمية نحو إنجاز النتائج الجيدة والمكافآت المرتبطة ويرتبط قلة جهد المعلم مع دورة الأداء غير الفعال في نظرية الدافعية الأداء للمعلم، ويشكل الاستمرار لمدة طويلة لدورة الأداء المنخفض على حدوث الاحتراق النفسي. مصادر التكيف:تشير إلى العوامل التي تساعد المعلم على التغلب على العوامل الضاغطة المرتبطة بالعمل وتحقيق نتائج جيدة مع الطلاب.

- ✓ العوامل الضاغطة المرتبطة بالعمل: وتشير إلى المتغيرات المرتبطة بالعمل والتي تتداخل مع جهد المعلم وتستنفد طاقته ووقته، وتسبب التوتر للمعلمين، وتعتبر هده الضواغط داخلية نفسية أو خارجية بيئية، فيحدث الاحتراق النفسي عندما يفشل جهد المعلم الشخصي في التغلب على العوامل الضاغطة المرتبطة بالعمل وينتج عن ذلك درجة من التوتر العصبي، والنتائج السالبة التي تؤدي في النهاية إلى حدوث الاحتراق النفسي.

- **النظرية المعرفية :**
- ترجع هذه النظرية السلوك الإنساني إلى مصدر عقلي داخلي أي أن الإنسان يفكر فقط في الموقف الذي يتواجد فيه ويسعى إلى الإستجابة من أجل الوصول إلى أهداف يحددها و عليه إذا أدرك الإنسان الموقف إدراكا إيجابيا فإن ذلك يقود بالضرورة إلى حالة من الرضا و المعنوية العالية و التكيف الإيجابي معه في حين إذا أدرك الإنسان هذا الموقف إدراكا سلبيا فإن النتيجة الحتمية لهذا الإدراك السلبي ظهور أعراض الإحتراق النفسي عليه **(يوسف حرب 1998،ص80)**.
- **النظرية الاجتماعية:**

تقدم هذه النظرية نموذجا نفسيا اجتماعيا للضغط و الاحتراق النفسي للمعلم، يؤكد على أهمية متغيرات أداء العمل ودورات تفاعل المعلم ، الطالب، وهي مستمدة من نظرية الدافعية – الأداء للمعلم والتي أشارت إلى أن هناك علاقة ديناميكية موجودة بين المعلمين والطلاب وأن هذه العلاقة هامة لفهم الأبعاد الرئيسية لأداء المعلم من منظور نظرية الدافعية – الأداء للمعلم، وأشارت هذه النظرية إلى أن الضغط يؤدي إلى حدوث الاحتراق النفسي سواء كانت استجابات المعلمين للضغط طويلة أو قصيرة المدى ففي كلتا الحالتين تؤدي إلى حدوث الاحتراق النفسي، ولكن الاحتراق النفسي يرتبط بالتأثير السالب للضغوط على المدى الطويل على مصادر تكيف المعلم، واتضح أن المعلمين ذوي الخبرة تعايشوا مع المشاكل الأولية

المرتبطة بضغوط العمل واكتسبوا مصادر التكيف الاجتماعية والنفسية والفنية اللازمة للعمل الفعال مع الطلاب **(كرم 2007، ص40).**

- **النظرية السلوكية :**

التي تنظر إلى السلوك على أنه نتاج الظروف الفيزيقية والبيئية، ويرى السلوكيون ان الاحتراق النفسي هو حالة داخلية شأنه شأن القلق والغضب، وهو نتيجة لعوامل بيئية إذا ما ضبطت أماكن من خلايا التحكم بالاحتراق النفسي، وتؤمن العديد من الدراسات والنظريات العلمية حاليا وتطالب بضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية في مختلف مجالات العمل **(عبد الفتاح ، 1999 ص15)**.

- **النظرية الوجودية:**

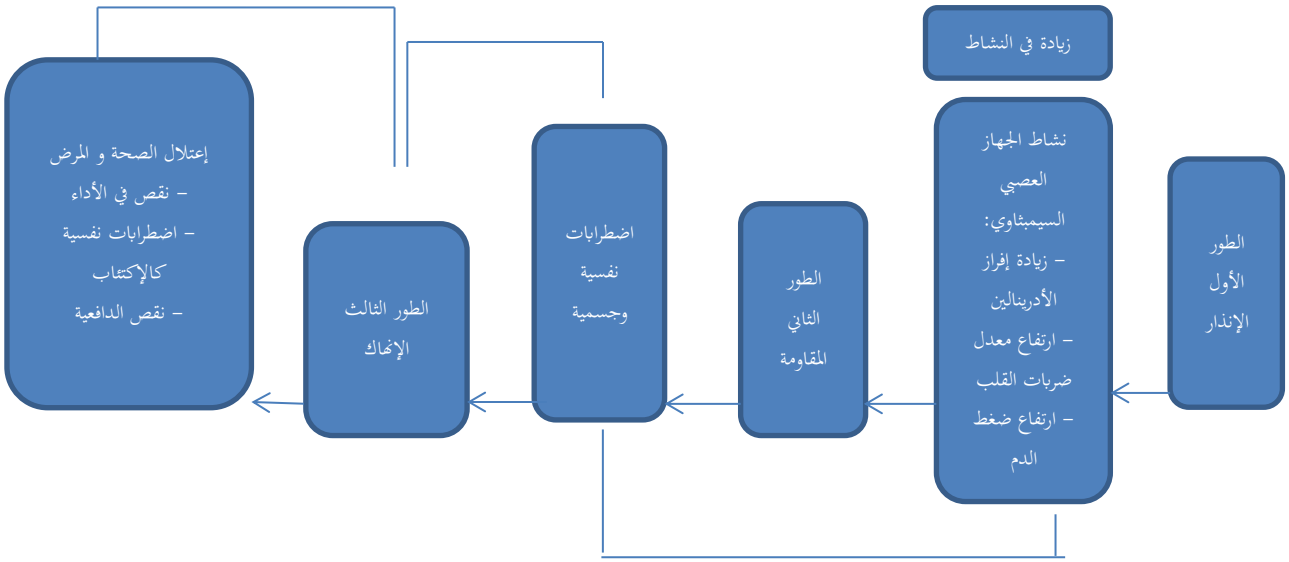
اما اصحاب هذه النظرية فيركزون في تفسيرهم للإحتراق النفسي على وجود المعنى في حياة الفرد فحينما يفقد المرء المعنى و المغزى من حياته فغنه يعاني من نوع من الفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم اهمية حياته و يحرمه من التقدير الذي يشجعه على مواصلة حياته فلا يحقق اهدافه مما يعرضه للإحتراق النفسي لذلك فالعلاقة بين الإحتراق النفسي و عدم الإحساس بالمعنى هي علاقة تبادلية فهما وجهان لعملة واحدة ان جاز لنا القول **(الفريحات، 2010،ص15)**.

04-02- النماذج المفسرة للإحتراق النفسي:

- **نموذج سيلي SELYE (G A S)**:قدم سيلي نظريته عام 1956 ثم اعاد صياغتها مرة اخرى عام 1976 و أطلق عليها زملة التوافق العام GENERAL ADAPTATION SYMDROM و فيها يقرر سيلي أن أن التعرض المتكرر للإحتراق يترتب عليه تأثيرات سلبية على حياة الفرد، حيث يفرض الاحتراق النفسي على الفرد متطلبات قد تكون فيسيولوجية، او اجتماعية، أو نفسية ،أو تجمع بينها جميعا و رغم أن الإستجابات لتلك الضغوط قد تبدو ناجحة فإن حشد الفرد لطاقته لمواجهة تلك

الإحتراقات قد يدفع ثمنها في شكل أعراض نفسية و فيسيولوجية و قد وصف سيلي هذه الأعراض على أساس ثلاثة أطوار للإستجابة لذلك الإحتراق و التي تتضح من الشكل التخطيطي التالي:

شكل رقم (2): يوضح اطوار الإستجابة للاحتراقات الوظيفية و مظاهرها في نظرية سيلي



يتضح من الشكل أن أول هذه الاطوار هو الإنحدار لرد الفعل التي يظهر فيها بالجسم تغيرات في خصائصه في مواجهة الاحتراق و من هنا يبذا التوافق الحقيقي اي هذه المرحلة تصف رد الفعل الطارىء الذي يظهر الكائن الحي عند مواجهته للتهديد او الخطر بهدف اعداده للتعامل مع التهذيذ سواء بمواجهته او تجنبه ثم تاتي بعد ذلك مرحلة المقاومة و التي تنشا بوصفها نتيجة للمرحلة السابقة و ذلك اذا استمرت مواجهة الجسم للموقف الضاغط

و في هذه المرجلة تختفي التغيرات التي تحدث في الخصائص الجسمية حيث تكون قدرة الجسم غير كافية لمواجهة العوامل الخارجية المسببة للإحتراق النفسي عن طريق احداث رد فعل تكيفي و لذا يبدأ الفرد في هذه المرحلة في تنمية مقاومة نوعية لعوامل الاحتراق و التي تتطلب استخداما قويا لآليات التكيف مع تحمل و المكابدة في سبيل ذلك مما يؤدي إلى نشاة بعض الإضطرابات النفسجسمية السيكوسوماتية بعد ذلك يصل الفرد إلى مرحلة الإنهاك و التي تحدث اذا استمرت المواجهة بين الجسم و الموقف الضاغط لمدة طويلة

عندئذ تصبح طاقة التوافق منهكة متدهورة مما يؤدي إلى ظهور التغيرات االجسمية التي تحدث في المرحلة الأولى و لكنها تكون بصورة أشد و أصعب و قد تؤدي بالفرد إلى المرض النفسي أو الوفاة و قد أوضح سيلي أن تكوين الإضطراب السيكوسوماتي يمر بمراحل حيث يبدأ بمثير حسي يعقبه ادراك و تقدير معرفي للموقف مما يؤدي الى استثارة انفعالية و ينتج عن ذلك استثارة ثم أثار بدنية تؤدي إلى المرض.

نموذج العلاقات البنائية:

يوضح هذا النموذج العلاقات المتبادلة بين ابعاد الإحتراق النفسي فيشير إلى أن بعد الإنجاز الشخصي يؤثر على الإجهاد الإنفعالي بمعنى أنه كلما ارتفع إنجاز الفرد قل إحساسه بالإجهاد الإنفعالي و كدا احساسه بتبلد المشاعر هذا من ناحية و من ناحية أخرى يوضح النموذج تاثير استراتيجيات المواجهة على الإحتراق النفسي و التي صنفت الى استراتيجيات فعالة و اخرى غير فعالة و اوضح ارتباط استراتيجيات المواجهة الفعالة بالانجاز الشخصي بينما ارتبطت الاستراتيجيات غير الفعالة بمشاعر الاجهاد بمعنى ان هناك نوع من العلاقات المتبادلة بين استراتيجيات المواجهة بنوعيها و بين الاحتراق النفسي و كذلك ابعاد الاحتراق النفسي ببعضها البعض و هما بعدي تبلد المشاعر و الاجهاد الانفعالي و بين البعد الثالث للاحتراق و الذي يدل ارتفاعه على انخفاض الاحتراق النفسي بينما يدل انخفاضه على ارتفاع الاحتراق النفسي و هو بعد الانجاز الشخصي (**دريدر،2007،ص4**).

- **مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي (MASLASH BURNOUT INVENTOR):**

أعدت ماسلاش و سوزان جاكسون هذا المقياس عام 1981 و يتكون من ثلاثة مقاييس فرعية:

إجهاد انفعالي ، تبلد مشاعر، نقص الإنجاز الشخصي.

و هو يتمتع بخصائص سيكوميترية جيدة كما أنه يصلح لأغراض التشخيص و البحث العلمي، و قد استخدم العديد من الدراسات، و ترجم إلى العديد من اللغات: كالإسبانية، و العربية، فقد ترجمه للعربية زيد البتال

2000 و نصر يوسف 1991 ، و فاروق عثمان 2001 و يتكون المقياس من 22 عبارة يجاب عليها من خلال بعدين ، الأول بعد التكرار، و يعني عدد مرات تكرار إحساس الفرد بالشعور الذي تدل عليه العبارة التي يقرأها و ذلك على متصل من 1 إلى 6 و البعد الثاني بعد الشدة و يعني درجة قوة شدة الإحساس و يجاب عنها من خلال متصل من 1 إلى 7 .

- ✓ **أمثلة على عبارات المقياس:**

– أشعر ان طاقتي مستنزفة مع نهاية يوم عملي.

– إن التعامل المباشر مع الجمهور يسبب لي ضغوطا نفسية شديدة.

– أشعر بالإرهاق عندما أستيقظ من النوم لمواجهة يوم عمل جديد.

– أشعر بالإحباط بسبب ممارستي لمهنتي.

و يعتبر الإحتراق منخفضا إذا حصل الفرد على درجات منخفضة على البعدين الأول و الثاني و درجة مرتفعة على البعد الثالث ، يكون الإحتراق متوسطا عندما يحصل الفرد على درجات متوسطة على الأبعاد الثلاثة بينما يكون الإحتراق مرتفعا إذا حصل الفرد على درجات مرتفعة على البعدين الأول و الثاني و منخفضة على البعد الثالث و ذلك من خلال الإستجابة لمقياس من سبعة درجات.

0= أبدا ، 1= بضع مرات في السنة ، 2= مرة في الشهلر أو أقل ، 3= بضع مرات في الشهر،4= مرة كل أسبوع ، 5= بضع مرات في الأسبوع، 6= كل يوم تقريبا

و يبين الجدول التالي توزيع مستويات الإحتراق الذي وصلت إليه ماسلاش للمهن المختلفة بعد تطبيق مقياسها على أكثر من 11000 مستجيب **(القرني، 2000،ص14-15).**

جدول(02) يوضح تصنيف درجات مقياس ماسلاش حسب مستويات الإحتراق

البعد	عالي	متوسط	منخفض
الإجهاد الإنفعالي	27 فأكثر	17- 26	16 فأقل
تبلد الإحساس	13 فأكثر	7- 12	6 فأقل
الإنجاز الشخصي	31 فأقل	32- 38	32 فأكثر

5- أعراض و مؤشرات الاحتراق النفسي:

أعراض الاحتراق النفسي:

أ - **أعراض فسيولوجية**:وهي الأعراض التي تظهر في شكل أعراض جسمية تتمثل في:

الإجهاد (الاستنزاف)، وتشنج العضلات والآلام البدنية وارتفاع ضغط الدم، وتناول الأدوية والكحول، وأمراض القلب والصحة العقلية.

ب- **أعراض اجتماعية**:وهي مجموع السلوكيات التي يقوم ا الفرد في حياته اليومية وتتمثل في:

الانسحاب الاجتماعي و السخرية، والتذمر والفاعلية المنخفضة والدعابة الساخرة وتفريغ الضغط في البيت وأيضا الارتباطات المنفرة والعزلة الاجتماعية.**(محمد عوض ، مرجع سابق، ص17)**.

ج- **أعراض انفعالية** : وهي الأعراض التي تتغلب على الحالة المزاجية للفرد وتتمثل في:

القلق المبالغ فيه، وسرعة الغضب وقلة المرونة في المعاملة، الشعور المتكرر بالإحباط والإكثار من الحيل الدفاع النفسي في التعامل مع الآخرين، والشعور بالاكتئاب والنظرة السلبية للذات والإحساس باليأس، والعجز والفشل و الخوف **(سوسن شاكر مجيد، 2012ص510)**.

يؤكد "سيد ولاين" بأنه يمكن أن نستدل على وجود الاحتراق النفسي بواسطة ثلاثة مؤشرات أو أعراض بارزة هي:

– شعور الفرد بالإدراك الجسمي والنفسي مما يؤدي إلى شعور الفرد بفقدان الطاقة النفسية أو المعنوية وضعف الحيوية والنشاط وبالتالي إلى فقدان الشعور بتقدير الذات.

– الاتجاه السلبي نحو العمل والفئة التي يقدم له الخدمة (طلاب، مرضى، مسترشدين) وفقدان الدافعية نحو العمل.

– النظرة السلبية للذات والإحساس باليأس والعجز والفشل. **(عوض ،مرجع سابق ص 18)**.

د– الأعراض الروحية:

عندما يصل الإحتراق النفسي إلى مرحلته النهائية فإن الأنا تصبح مهددة من كل شيء تقريبا، وتصبح أعراض الضغط الجسدية منتظمة و تكون الثقة بالنفس متدنية، وكذالك تصبح فعالية العمل ضعيفة ، وتضيع العلاقات الإجتماعية بشكل كبير و تصبح الحاجة إلى التغيير أو الهروب من الواقع هي الفكرة الرئيسية كخيار التقاعد وتغيير الوظيفة، و طلب الإرشاد النفسي، والحزن، والإنتحار في بعض احالات" (**عوض، 2007 ، ص17)**.

وقد صنف(سبانيول وكابوتو spaniol et capoto 1979 ونجي wanji 1978) أعراض الاحتراق النفسي في ثلاثة مستويات هي :

– **المستوى الأول:** تظهر حالة الاحتراق النفسي فيهدا المستوى بشكل قصير ومتقطع يمكن السيطرة عليه بسهولة ويرى الباحثان أن علاج دلك يكمن في القيام ببعض الممارسات والتمارين الرياضية التي تقود إلى الاسترخاء وممارسة بعض الهوايات المحببة ،بحيث تنخفض معها مظاهر الاحتراق هذه.

– **المستوى الثاني** : ويذكر الباحثان أن ظاهرة الاحتراق النفسي عند هدا المستوى تأخذ شكلا خاصا من الحدة والوضوح وتستغرق وقتا أطوال من حيث ديمومتها إلى درجة يصعب علاجها والعمل على إزالة أعراضها

با الطرق التي ذكرت في المستوى الأول .وهنا يمكن بوضوح قياس درجة الانفعال عند المحترق نفسيا على الرغم من استرخائه أونومه ،كما يلاحظ بوضوح مدى سخريته بالقائمين على العمل الذي يقوم به ويكون مزاجه متقلبا واهتمامه با المستفيدين من العمل منخفضا . **(شحاتة ،2010 ،ص76)**

– **المستوى الثالث :** وعند هذا المستوى تدوم الأعراض وتنشأ مشكلات نفسية وصحية لايمكن لها أن تنتهي بسرعة با العلاج الطبي أو النفسي ،ونلاحظ من الشخص تراوده شكوك دائمة حول قدراته كما أن الاكتئاب والمشاعر النفسية السلبية تصبح متفشية. **(حرتاوي ، 1991 ،ص18)**

كما أوضح سبانيول "1989 " أن الاحتراق النفسي مشاعر ارتبطت بروتين العمل وقد حدد له مستويات وهي:

احتراق نفسي معتدل : وينتج عنه نوبات قصيرة من التعب والقلق والإحباط والتهيج .

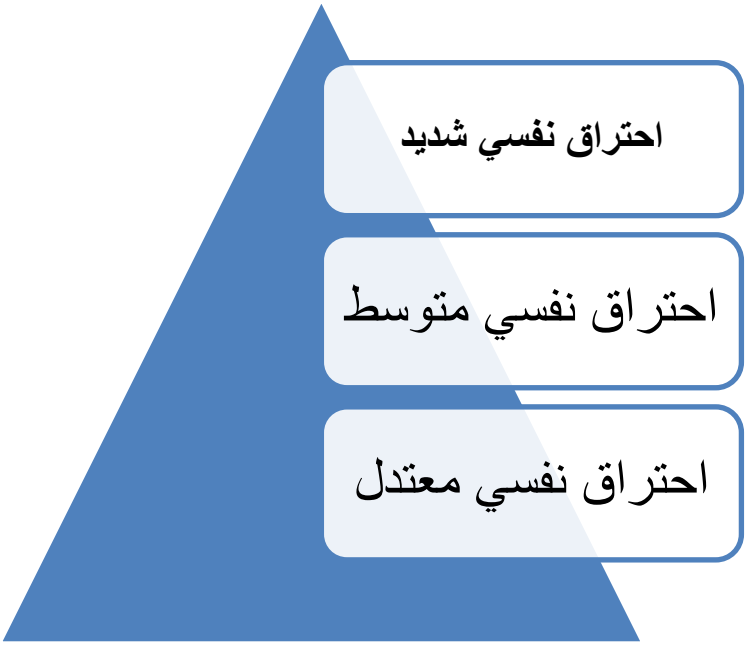
احتراق نفسي متوسط : وينتج عنه نفس الأعراض السابقة لكنها تستمر لمدة أسبوعين على الأقل

احتراق نفسي شديد : وينتج عنه أعراض جسمية مثل القرحة المعدية الألم في الظهر المزمنة

ونوبات الصداع الشديدة وليس غريبا أن يشعر العاملون بمشاعر احتراق نفسي معتدلة ومتوسطة من حين إلى أخر ولكن عندما تلح هده المشاعر وتظهر فيشكل أمراض جسمية و نفسية مزمنة عندئذ يصبح الاحتراق النفسي مشكلة خطيرة .

ومنه نستنتج أن مستويات الاحتراق النفسي تفاوت في الأعراض المصاحبة لها وذلك تبعا لمدة استمراريتها و بقائها ،فكلما زادت المدة تتطور معها الأعراض من بسيطة إلى شديد. **(بدران،1997، ص50)**

شكل رقم(3) مخطط يوضح مستويات الإحتراق النفسي



5-02- مؤشرات الاحتراق النفسي:

تشير باربارا ابراهام بأن هناك أربع مؤشرات أولية ينبغي أن تؤخذ بعين الإعتبار كنوع من التحذير بان الفرد في طريقه للإحتراق النفسي:

- الإنشغال الدائم busyness الاستعجال في إنهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد لنفسه كل يوم فعندما يقع الفرد في شرك الانشغال الدائم فانه يضحي بالحاضر و عادة في مثل هذه الحالة ينجز الفرد مهامه بصورة ميكانيكية دون أي اتصال عاطفي مع الاخرين حيث ان الهم الوحيد الذي ينشغل به هو السرعة و العدد و ليس الاتقان و الاهتمام بما بين يديه .

- تأجيل الأمور السارة و الأنشطة الاجتماعية من خلال الإقناع الذاتي بأن هناك وقتا لمثل هذه الأنشطة و لكن فيما بعد لن يأتي ابدا

– العيش حسب قاعدة "يجب و ينبغي" يصبح هو السائد في حياة الفرد الأمر الذي يترتب عليه زيادة حساسية الفرد لما يظنه الاخرون و يصبح غير قادر على إرضاء نفسه و حتى في حالة الرغبة في ارضاء الاخرين التي تصاحب هذه القاعدة فإنه يحدد ذلك و هذا ليس بالأمر السهل عليه

– فقدان الرؤية أو المنظور الذي يؤدي إلى أن يصبح كل شيء عنه مهما و عاجلا و تكون النتيجة بأن ينهمك الفرد في عمله لدرجة يفقد معها روح المرح و يجد نفسه كثير التردد عند اتخاذ القرارات **(عسكر ،2003، ص124)**

6– أسباب الإحتراق النفسي:

_يرى جمعة يوسف (2006) بأن "أسباب الإحتراق النفسي أغلبها مرتبط ببيئة العمل و ما تتيحه من فرص تساعده على رفع مستويات الضغوط و الإحباط و القهر لفترات طويلة من الزمن و في المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب و التي يمكن تلخيصها فيما يلي: **(مدوري 2015/2014 ص 27–36)**

- عبء العمل الزائد.
- المهام البيروقراطية المتزايدة .
- الأعمال الكتابية
- التواصل الضحل والمردود الضعيف.
- نقص المكافآت وغياب الدعم.
- "وترجع ماسالاش وليتر (1997Leiter & Maslach) أسباب الإحتراق النفسي إلى العمل الزائد و المكثف والذي يتطلب وقتا أكثر يفوق طاقة من يقوم به ، ويتسم بالتعقيد، فضلا عن أن االمكافآت

والأجور لا تعادل مقدار الجهد المبذول، و يطلب من الموظفين تقديم الكثير مقابل حصولهم على القليل، مما يفقدهم المتعة في العمل وتغيب العلاقات العاطفية في العمل.

عموما هناك عدد من الأسباب التي يمكنها أن تؤدي إلى حدوث ظاهرة الإحتراق النفسي، وتتمثل في ثلاثة جوانب فردية و وظيفية وفيما يلي توضيح ذلك:

06-01أسباب خاصة بالجانب الفردي:

هناك شبه اتفاق بين معظم الباحثين على أن الموظف الأكثر التزاما وإخلاصا في عمله يكون أكثرعرضة للإحتراق النفسي من غيره ويرجع ذلك كونه يكون تحت ضغط داخلي للعطاء وفي نفس الوقت يواجه ظروفا خارجة عن إرادته تقلل من هذا العطاء ، ومن العوامل المؤثرة أيضا مدى ما يتمتع به الموظف من قدرات ذاتية على التكيف ومستوى الطموح لديه ، مثال العامل الذي يتفانى في عمله ويرغب في تحقيق أهدافه بأعلى درجة من النجاح يتعرض إلى ظاهرة الإحتراق النفسي أكثر من غيره إذا ما واجهته مشكلات سلوكية وضغوطات وقلة الإمكانيات.**(عوض، 2007 ، ص16)**

06-02-العوامل الخاصة بالجانب الوظيفي:

الجانب الوظيفي له دور كبير في عملية الاحتراق النفسي، كون الوظيفة تؤدي دور مهم في حياة الفرد من خلال تحقيق حاجاته الأساسية من المسكن والرعاية الصحية ، فضلا عن أثرها في تكوين شخصية الموظف وشعوره بالتقدير والاحترام و الاستقلالية ، وإن فشل الموظف في تحقيق احتياجاته الشخصية المتوقعة من الوظيفة سيشعر بعدم الرضا الوظيفي والضغط االمؤدي في النهاية إلى الإحتراق النفسي .

وقد أشارت الدراسات التي تناولت موضوع الإحتراق النفسي إلى أن أسبابه تكمن فيما يلي:

- العمل لفترات طويلة والحمل الزائد.

– غموض الدور والرتابة والملل في العمل.

– فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل والإنتاج وعدم الرضا الوظيفي خاصة في حالة عدم تحقيق الإحتياجات الشخصية المتوقعة.

– الشعور بالعزلة في العمل، وضعف العلاقات الاجتماعية.

– الخصائص الشخصية للفرد وتتعلق بالانتماء والإلتزام والإخلاص في العمل.

– ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل وزيادة عبء العمل وتعدد المهام المطلوبة".

(بوقرة ، 2012 ، ص37)

"فالإحتراق النفسي يحدث دائما عندما يطلب من الفرد أن يقدم خدمات لأفراد في أمس الحاجة اليها ، في وقت لا يستطيعون الإستفادة من هذه الخدمات ، علاوة على ذلك فإن هذه المهن تتطلب من الأفراد العاملين فيها أن يكونوا دائما متعاطفين مع عملائهم فهذا المطلب غير منطقي ، فمن الصعب أن يحافظ كل فرد على توجه عاطفي طوال الوقت وإلى مالا نهاية فالقائمون على تقديم خدمات هؤلاء الأشخاص غالبا ما يدركون أنهم يقدمون أكثر مما يحصلون عليه ،فالوقت الطويل الذي يتم قضاءه مع العملاء ، والتغذية الراجعة البسيطة ،والإحساس المتدني بالقدرة على التحكم باالموقف أو النجاح ، وصراع الدور ، وغموض الدور ، جميعها من العوامل اليت تقود إلى تفاقم ظاهرة الإحتراق النفسي". **(درويش،2008، ص507)**

7– أبعاد الإحتراق النفسي:

07–01–الإنهاك (الإجهاد)الإنفعالي l'épuisement émotionnel:

_يعتبر شيوت schutte و و اخرون 2000 الانهاك الانفعالي كسمة مميزة للتناذر_و يعتبره_شيروم shirom 1989كعرض جوهري في الإحتراق النفسي عن بيونك bunk و اخرون 1994 أما عند ماسلاش و جاكسون 1984 فإنه يشير إلى شعور الفرد بإستنزاف انفعالي مفرط نتيجة احتكاكه بالناس الاخرين و لدى

بيزي 1999 الى شعود الفرد بتشبع انفعالي و عاطفي في عمله و استنزاف موارد قوته نتيجة التزامه الشديد في علاقته مع الاخرين في نفس السياق دهب تاريس taris و اخرون 1999 إلى ان الانهاك الانفعالي يشير على شعور الفرد بتوتر انفعالي زائد و استنزاف depleted موارده الانفعالية.

و قد دكر كاولي 1995cowley أن الفرد في هذه المرحلة يشعر باستنفاذ و استنزاف موارده الانفاعلية و ليس لديه مصدر للتزويد بالطاقة فيضع مسافة بينه و بين من هم بحاجة الى خدماته و الطلبات التي تغمره (عن ستانون ريش و ايزو اهولا 1998) فلا يجد الفرد في هذه المرحلة وسيلة للتخفيف عن هذا الشعور الا بوضع مسافة بينه وبين من يتعامل معهم.

07-02-تبلد الشعور la dépersonnalisation ou la Déhumanisation:

_يشير تبلد الشعور_حسب ماسلاش و جاكسون 1984 الى استجابة الأفراد العديمة الشعور و القاسية اتجاه الأشخاص الذين يتلقون منهم الخدمة والرعاية كما أنه يعني معاملة الأفراد الأخرين كأشياء و يتضمن تبلد الشعور لدى تاريس وآخرون 1999 اتجاهات سلبية حيادية منفصلة مفرطة اتجاه الآخرين و يذكر شيوث و آخرون 2000 أن تبلد الشعور يشير الى اتجاهات و مشاعر الفرد السلبية و الساخرة و المستقلة و المبنية للمجهول اتجاه الأفراد الآخرين و من المحتمل أن يقلص تبلد المشاعر اتجاه الزبائن من شدة الاستثارة الانفعالية فتعديل مستويات مباعدة مناسبة تكون ضرورية للأداء الفعال.

07-03-نقص الإنجاز الشخصيaccomplishment lak of personal:

_لقي هذا البعد الأخير من أبعاد الاحتراق النفسي_أهمية قليلة من قبل الباحثين على خلاف البعدين السابقين : الانهاك الانفعالي و تبلد المشاعر.

يعني نقص الإنجاز الشخصي لدى (ماسلاش و جاكسون 1984) انخفاض شعور الفرد بكفاءته و إنجازه المثمر في عمله مع الناس و يعني لدى (شيوت و آخرون 2000) انخفاض شعور الفرد بكفاءته و مليه إلى

التقييم السلبي ذاته خاصة فيمه يتعلق بعمله مع الافراد الآخرين ويعني عند تاريس و آخرون 1999 انخفاض مشاعر الكفاءة و الإنجاز المثمر في العمل.

يرجع نقص الشعور بالانجاز الشخصي في العمل كما تذكر بيزي تحت الطبع الى التقييم خاصة فيما يتعلق العمل تجاه الزبائن فالأفراد في مهن تقديم المساعدة لديهم صورة سلبية حول ذواتهم كمهنيين تظهر الطريقة التي ينجزون بها عملهم على نقيض ما يجب أن تكون عليه في اطار علاقة المساعدة لديهم إحساس عام بتعكير الصفو و بانهم ليسوا في مستوى متطلبات و كفاءات مركزهم و يظنون انهم اخطؤوا في توجههم المهني **(مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، ص154)**

كما يمكن الإشارة غلى ان هذا البعد يحدث حينما يبدا الأفراد في تقييم أنفسم سالبا و حينما يفقدون الحماس في الإنجاز و عندما يشعر العامل بانه لم يعد كفء في العمل مع زملائه و عدم قدرته على الوفاء بمسؤولياته الأخرى

و من المفيد ان نشير هنا غلى كل من(بيرلمان 1982perlman و هيرتمان hertman) اللذان قد توصلا في دراستهما حول ظاهرة الإحتراق النفسي الى نفس الابعاد التي اشارت اليها ماسلاش و خاصة تلك المتعلقة بمنهجية الاتصال مع الاخرين من خلال العمل الى جانب الاداء المنخفض و الانتاج الرديء للذين تعرضو للاحتراق النفسي **(مدوري 2014 ص247).**

8- مراحل الإحتراق النفسي:

يشير الباحثون إلى أن المناخ البيروقراطي و في المنظمة و زيادة العمل الوظيفي يعتبران من أكثر المصادر مساهمة في نشوء الحالة و لا يصل الفرد إليه بشكل مفاجئ عبر 3 مراحل:

- ✓ **المرحلة الأولى:**و تعرف بمرحلة الإستثارة الناتجة عن الضغوط أو الشد العصبي stress arousal الذي يعايشه الفرد في عمله و ترتبط بالأعراض التالية سرعة الإنفعال، القلق الدائم، فترات من ضغط

الدم العالي الأرق: صرير الأسنان أو اصطكاكهم بشكل ضاغط أثناء النوم النسيان الصعوبة في التركيز الصداع ضربات القلب غير عادية

- ✓ **المرحلة الثانية** : تعرف بمرحلة التوفير أو الحفاظ على الطاقة (conservation energy (وتشمل استجابات_سلوكية مثل التأخيرعن الدوام ، تأجيل الأمور ، الحاجة لأكثر من يومين لعطلة نهاية الأسبوع ، التأخيري في إنجاز المهام الامتعاض ، زيادة في استهلاك المشروبات المخدرة ، زيادة استهلاك المنبهات ، اللامبالات ، انسحاب اجتماعي ، السخرية والشك ، الشعور بالتعب في الصباح.
- ✓ **المرحلة الثالثة:** ويطلق عليها مرحلة الإستنزاف أو الإنهاك exhaustion و التي ترتبط بمشكلات بدنية ونفسية مثل الإكتئاب المتواصل ، اضطرابات مستمرة في المعدة ، تعب جسمي مزمن ، إجهاد ذهين مستمر ، صداع دائم ، الرغبة في انسحاب نهائي من المجتمع ، والرغبة في هجر الأصدقاء وربما العائلة. وليس بالضرورة وجود جميع الأعراض للحكم بوجود حالة الإحتراق النفسي في كل من هذه المراحل بل وجد أن ظهور عنصر أو عنصرين في كل مرحلة يمكن أخذها كمؤشر على أن الفرد يمر بمرحلة معينة من مراحل الإحتراق النفسي"**(علي عسكر، ص126)**.

لكن "ما تيوس وانفاسيفيش" يرون أن الاحتراق النفسي يتضمن أربع مراحل وهي:

أ . مرحلة الاستغراق : وفيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفعا ولكن إذا حدث عدم اتساق بين ماهو متوقع من العمل وما يحدث في الواقع يبدأ مستوى الرضا عن العمل والانخفاض.

ب . مرحلة التبلد :هذه المرحلة تنمو ببطء و ينخفض فيها مستوى الرضا عن العمل، تدريجيا وتقل الكفاءة و ينخفض مستوى الأداء في العمل و يستغرق الفرد باعتلال صحته البدنية .وينقل اهتمامه إلى مظاهر أخر الحياة كالهويات والاتصالات الاجتماعية ودلك لشغل أوقات فراغه.

ج . مرحلة الانفصال :وفيها يدرك الفرد ما يحدث ويبدأ في الانسحاب النفسي واعتلال الصحة البدنية والنفسية مع ارتفاع مستوى الإجهاد النفسي .

د . المرحلة الحرجة : وهي أقصى مرحلة الاحتراق النفسي، وفيها تزداد الأعراض البدنية والنفسية والسلوكية سوءا وخطرا ويختل التفكير الفرد نتيجة شكوك الذات ويصل الفرد إلى مرحلة الانفجار ويفكر الفرد في ترك العمل ويفكر في الانتحار .**(نوال 2007 ص 24-42).**

09- كيفية الوقاية من الاحتراق النفسي :

يورد جمعة يوسف "2006 "أحد الاستراتيجيات التي يمكن اتخاذها للتعامل مع الاحتراق النفسي ومحاولة التغلب عليه ودلك من خلال عدد من الخطوات والتي إدا اتبعها المعرض للاحتراق النفسي فبإمكانه تفاديه والتغلب عليه وهي : **(يوسف ،2006،ص 40-41)**

- فهم الشخص لعمله وكذلك أساليبه في الاستجابة للضغوط لأن فهم الفرد لاستجاباته بشكل كامل سوف يساعده على التعرف على أنماط السلوك الغير فعالة وبا التالي محاولة تغيرها
- إعادة فحص الفرد لقيمه وأهدافه و أولوياته فا لأهداف الغير واقعية والمثالية والوظائف والأداء ستعرض الفرد للإحباط والارتباك أو بمعنى أخر التأكد من قابلية أهدافنا للتنفيذ .
- تقسيم الحياة إلى مجالات (العمل ،المنزل ،الحياة الاجتماعية)، والتركيز قدر الإمكان على كل مجال نعيشه وألا نسمح لضغوط مكان أن تؤثر على مكان أخر .
- العمل على بناء نظام للمساندة الاجتماعية .

خلاصة الفصل:

من خلال ما قدمناه يمكن القول أن الإحتراق النفسي يمثل تحديا معاصرا يؤثر بشكل عميق على الأفراد ، قمنا بالتعريف المفصل للإحتراق النفسي،ثم قدمنا عرض تفصيلي لبعض المصطلحات و علاقتها به ،ثم عرضنا بعض النظريات و النمادج المفسرة للإحتراق النفسي، و الأسباب المؤدية لهذه الظاهرة مع الشرح المفصل للمراحل التي يمر بها،و في ختام الفصل قدمنا حلول وقائية تحمي الأشخاص من الإصابة به.

الجانب الميداني

الفصل الثالث
الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

01- منهج الدراسة

02- الدراسة الإستطلاعية

03- أداة جمع البيانات

04- بعض الخصائص السيكومترية للأداة

05- الدراسة الأساسية

06- الأساليب الإحصائية

07-حدود الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد

حتى يتمكن الباحث من الوصول الى النتائج و يتحقق من الفرضيات التي قـــام بتحديـــدها يتطرق للجانب التطبيقي بحيث يعتبر هذا الجانب الدعامة النظرية لكل دراسة، و يخضع الباحث في هذا الجانب الى الدراسة الإستطلاعية و اختيار المنهج المستخدم الذي يتماشى مع عينة الدراسة ،و كذلك استخدام الأدوات المستخدمة في جمع البيانات.

01-منهج الدراسة :

تكتسي دراسة المنهج أهمية كبيرة ، فمهما كان موضوع البحث، فإن قيمة النتائج تتفق على قيمة المناهج المستخدمة.

" يعرفه محمد بدوي بأنه مجموعة القواعد التي يستعملها الباحث لتفسير ظاهرة معينة بهدف الوصول إلى الحقيقة العلمية أو أنه الطريق المؤدي إلى الكشف عن الحقيقة في العلوم بواسطة طائفة من القواعد العامة التي تهيمن على سير العقل و تحدد عملياته حتى،يصل إلى نتيجة معلومة". **(عمار 2019 ص19)**

وقد استخدمنا في دراستنا الحالية المنهج الوصفي الذي يعد طريقة من طرق التحليل و التفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أغراض محددة لمشكلة ما و يرى آخرون أن المنهج الوصفي "يعتبر طريقة لوصف الظاهرة المدروسة ، و تصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مقننة عن المشكلة و تصنيفها و تحليلها و إخضاعها للدراسات الدقيقة" .**(مقدم عبد الحفيظ 2003 ص143)**.

02- الدراسة الإستطلاعية:

تعد الدراسة االإستطلاعية الخطوة الخاصة و الضرورية التي تساعد للتعرف على الميدان الذي تجرى فيه الدراسة ومدى الإمكانات الازمة و المتوفرة التي تتدخل في سيرها بالإضافة إلى استشارة ذوي الخبرة و المهتمين بالموضوع للتعرف على آرائهم و أفكارهم التي تساعدنا في إجراء الدراسة. حيث تهدف الدراسة الإستطلاعية إلى جمع المعلومات الأولية التي تمكن الباحث من التأكد من وجود الإشكاليةالمطروحة في

الميدان وبصفتنا مستشارة رئيسية للتوجيه،التقييم و الإدماج المهنيين و كذلك رئيسة مصلحة التوجيه في قطاع التكوين والتعليم المهنيين سهل علينا اختيار العينة القصدية،و ربح الوقت و سهولة الوقوف لإختيار المنهج المتبع وكذا الأدوات المساعدة للبحث وهذا كله يصب في دعم أهمية الدراسة الإستطلاعية حيث تعتبرهذه المرحلة مرحلة تجريب الدراسة بقصد اختبار سلامة الأدوات المستخدمة في البحث و مدى صلاحيتها، ويمكن اعتبارها صورة مصغرة للدراسة، هي تهدف إلى اكتشاف الطريق واستطلاع معالمه أمام الباحث قبل أن يبدأ التطبيق الكامل للخطوات التنفيذية.

يرى كمال زيتوني أن الدراسة الإستطلاعية"أهم عنصر و أساس جوهريا لبناء البحث،حيث يقوم من خلالها الباحث بالتعرف على إجراءات الجانب الميداني للدراسة ليتمكن لاحقا من التحكم و الضبط و هذا بالإطلاع على العينة وكذا التأكد من صلاحية الأداة وهل هي جاهزة من خلال التأكد من صدقها و ثباتها "(**زيتون 2004 ص 32**).

تعتبر المقابلة محادثة أو حوار موجه بين الباحث من جهة و شخص أو أشخاص آخرين من جهة أخرى بغرض الوصول إلى معلومات تعكس حقائق أو مواقف محددة يحتاج الباحث الوصول إليها في ضوء أهداف بحثه حيث تعتبر إحدى الأدوات المهمة لجمع البيانات و المعلومات وتمتاز بإعتمادها على االإتصال المباشر و الحديث المتبادل بين الطرفين فهي لقاء بين الباحث الذي يقوم بطرح مجموعة من الأسئلة حول موضوع معين ، على أشخاص محددين وجها لوجه، وبنفسه يقوم بتدوين الإجابات على الأسئلة، فتهدف المقابلة بشكل أساسى إلى الحصول على المعلومات التي يريد الباحث الوصول إليها. **(كمال .2016 .ص93)**

تم إجراء مقابلات نصف موجهة مع 04 أساتذة ،منهم 02 ذكور و 02 أناث يعملون بمركز التكوين المهني و التمهين 19ماي1956،إختيار العينة كان بطريقة قصدية وتضمنت المقابلات مع الأساتذة الاسئلة التالية:

-كيف تصف بيئة المكان الدي تعمل فيه؟

-ما نوع المشكلات التي تواجهك في مهنتك ؟

-ماهي العلامات الدالة على المشكلات التي تعاني منها؟

-برأيك ماهي الأسباب المؤدية إلى ذلك؟

كانت إجابات الأساتدة نفسها على السؤال الأول أن بيئة العمل ضاغطة، أما إجابات السؤال الثاني إجتمعت حول معاناتهم من مشاكل نفسية،أما فيما يخص سؤال العلامات الدالة على وجود مشكلات فقد تأرجحت

الإجابات بين وجود مشاعر سلبية،نقص دافعية العمل،نقص الداكرة .وفي نهاية المقابلة اردنا معرفة الأسباب التي أوصلت الاساتدة الى هذه الوضعية فكانت إجاباتهم الروتين،ساعات العمل الكثيرة ،خلل في البرامج،سوء التسيير من طرف المسؤولين ، طبيعة المتكونين، الدخل الضعيف،تأخر الترقيات.

03-أداة جمع البيانات :

يحتاج الباحث إلى تحديد الأداة المناسبة لجمع البيانات حول الظاهرة المراد دراستها ، وفي الدراسة " الحالية "الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين اعتمدنا على مقياس الإحتراق النفسي لـ (ماسلاش) الذي صمم من قبل ماسلاش و جاكسون سنة1981 يقيس الإحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية و الإجتماعية و الطبية،وقد عمل العديد من الباحثين على تعريبه ليتلاءم مع البيئة العربية.

ومن اجل إتمام إنجاز هذه الدراسة قمنا باستعمال مقياس الإحتراق النفسي لـ (ماسلاش) الذي تم تقنينه على البيئة الجزائرية مسبقا من خلال الدراسة المقدمة من طرف (نبار-جعيجع.2018)، بعنوان" تقنين مقياس الإحتراق النفسي لـ (ماسلاش) على البيئة الجزائرية"،إشتملت الأداة 22 فقرة موزعة على 03 أبعاد كما هو موضح في الجدول التالي:

البعد	توزيع الفقرات	المجموع
الإجهاد الإنفعالي	20،16،14،13،8،6،3،2،1	9
تبلد المشاعر	22، 15، 11، 10، 5	5
نقص الشعور بالإنجاز	21،19،18،17،12،9،7،4	8
المجموع		22

جدول رقم(03) يتضمن أرقام الفقرات لكل بعد من أبعاد مقياس ماسلاش(نبار-جعيجع.**2018** ص**529**)

مع إدخال كلمات تتناسب مع دراستنا على النحو التالي:

رقم الفقرة	الفقرة كما وردت في الدراسة الأصلية	الفقرة بعد التغيير
04	من السهل معرفة مشاعر مرضاي	من السهل معرفة مشاعر المتكونين
05	اشعر باني اتعامل مع بعض المرضى وكأنهم اشياء لا بشر	اشعر باني اتعامل مع بعض المتكونين وكأنهم اشياء لا بشر
06	ان التعامل مع بعض المرضى طوال اليوم يسبب لي الإجهاد	ان التعامل مع بعض المتكونين طوال اليوم يسبب لي الإجهاد
07	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل المرضى	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل المتكونين
09	اشعر ان لي تأثيرا ايجابيا في حياة كثير من المرضى من خلال عملي.	اشعر ان لي تأثيرا ايجابيا في حياة كثير من المتكونين من خلال عملي.
13	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التمريض	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس
15	لا اهتم بما يحدث مع المرضى من مشاكل	لا اهتم بما يحدث مع المتكونين من مشاكل
16	التعامل المباشر مع المرضى يسبب لي ضغوطا كبيرة	التعامل المباشر مع المتكونين يسبب لي ضغوطا كبيرة
17	استطيع بكل سهولة خلق جو نفسي مريح مع المرضى	استطيع بكل سهولة خلق جو نفسي مريح مع المتكونين
18	اشعر بالسعادة والراحة بعد العمل مع المرضى	اشعر بالسعادة والراحة بعد العمل مع المتكونين
22	اشعر بان المرضى يلومونني عن بعض مشاكلهم	اشعر بان المتكونين يلومونني عن بعض مشاكلهم

جدول رقم(04) يوضح التغيير الذي أدخلناه على بعض الفقرات

طريقة تصحيح المقياس:

على الأستاذ أن يجيب على كل بند،وللتنقيط أستخدمت درجات من 1 الى 6 لتدل على مستوى الإحتراق النفسي لديه على النحو التالي:

مرات في الأسبوع	مرة في الأسبوع	مرات عديدة في الشهر	مرات قليلة في الشهر	مرات قليلة في السنة	أبدا
6	5	4	3	2	1

جدول رقم(05) يوضح كيفية منح الدرجات للمفحوصين(نبار-جعيجع.2018 ص530)

04- الخصائص السيكومترية للأداة:

بما أن المقياس قد تم تقنينه مسبقا في البيئة الجزائرية،فقد تم الإعتماد على خصائصه السيكومترية كما وردت في الدراسة الأصلية و لم يتم التحقق من الصدق و الثبات في دراستنا بعد تعديل بعض الكلمات بسبب تقنين سابق موثوق.

نقوم بعرض الخصائص السيكومترية للأداة كما وردت في الدراسة المقدمة من طرف (نبار-جعيجع.2018).

الصدق:

المقياس يتمتع بخاصية الصدق و يمكن الإعتماد عليه في قياس الإحتراق النفسي لدى الممرضين. (نبار-جعيجع.2018.ص533)

الثبات:

المقياس يتمتع بخاصية ثبات عالية. (نبار-جعيجع2018.ص535)

05- الدراسة الأساسية:

يعد إختيار العينة من أهم مراحل الدراسة،و هناك عدة طرق تساعدنا في إختيار العينة المطلوبة للدراسة.

وصف عينة الدراسة الأساسية:

قمنا بتوزيع استبيان على عينة الدراسة التي تم إختيارها بطريقة عشوائية في الفترة الممتدة ما بين 25 أفريل2025 إلى12ماي2025 في المؤسسات التكوينية التابعة للمقاطعة رقم 01 على مستوى الولاية و تظم 06مؤسسات تكوينية(مؤسسة 19ماي1956،مؤسسة مباركة لوصيف،مؤسسة عيسى بوكرمة، مؤسسة الحدائق، مؤسسة محمد بوقرة، مؤسسة العامري بوجمعة).تم توزيع190 مقياس و تم إسترجاع 160مقياس.

***توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس:**

الجنس	العينة	النسبة المئوية %
ذكور	67	%41.9
إناث	93	%58.1
المجموع	160	% 100

جدول رقم(06) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

يوضح الجدول التالي النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس ،حيث بلغ عدد الأساتذة الذكور (67)أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ(41.9 %)،و بلغ عدد الأساتذة الإناث (93) أستاذة بنسبة مئوية تقدر بـ (58.1 %).

***توزيع أفراد العينة حسب متغير السن:**

السن	العينة	النسبة المئوية %
أقل أويساوي 40 سنة	38	%23.75
أكثر من40سنة	122	%76.25
المجموع	160	% 100

جدول رقم(07) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير السن

يوضح الجدول التالي النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير السن ، فالأساتذة الذين سنهم أقل أويساوي 40 سنة (38)أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ(23.75%)،و بلغ عدد الأساتذة ا الذين سنهم أكثر من40سنة (122) أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ (76.25%).

***توزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة:**

سنوات الخبرة	العينة	النسبة المئوية %
أقل أوتساوي 10 سنوات	77	%48.1
أكثرمن10سنوات	83	%51.9
المجموع	160	% 100

جدول رقم(08) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة

يوضح الجدول التالي أفراد العينة موزعين حسب سنوات الخبرة ، فالأساتذة الذين لديهم خبرةأقل أوتساوي 10 سنوات(77)أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ(48.1%)،و بلغ عدد الأساتذة ا الذين لديهم خبرة تزيد عن 10سنوات(83) أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ (51.9%).

***توزيع أفراد العينة حسب متغير رتبة الأستاذ:**

الرتبة	العينة	النسبة المئوية %
أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين درجة أولى	66	%41.2
أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين درجة ثانية	55	%34.4
أستاذ متخصص في التكوين و التعليم المهنيين مكلف بالهندسة البيداغوجية	39	%24.4
المجموع	160	% 100

جدول رقم(09) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير رتبة الأستاذ

يوضح الجدول التالي أفراد العينة موزعين حسب متغير التصنيف، حيث بلغ عدد الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين درجة أولى(66) أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ(41.2%)، بينما بلغ عدد الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين درجة ثانية (55)أستاذ بنسبة مئوية تقدر بـ (34.4 %)،أما الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين المكلفين بالهندسة البيداغوجية فقد عددهم(39) بنسبة مئوية تقدر بـ (24.4 %).

06- الأساليب الإحصائية:

قمنا في هذه الدراسة بإستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لها وهي:

- برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الإنسانية(**SPSS**) النسخة(21).
- **التكرارات (Frequencies) والنسب المئوية (Percent):** لوصف البيانات الشخصية لأفراد عينة الدراسة ووصف البيانات المتعلقة باستجابات عينة البحث حول بنود المقياس.
- **المتوسط الحسابي(Mean):** لمعرفة ارتفاع و انخفاض استجابات الأفراد حول بنود ومحاور الإستبيان.
- **الانحراف المعياري (Standard Deviation):** للمقارنة ولترتيب العبارات.
- **اختبار" ت "لعينتين مستقلتين (Independent Samples T-test):** لاختبار وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فئة البحث تعزى إلى المتغيرات التي تنقسم إلى ثلاث مجموعات (الجنس، السن، الخبرة).
- **اختبار تحليل التباين الأحادي(One way ANOVA):** لاختبار وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى فئة البحث تعزى للمتغيرات الشخصية التي تنقسم إلى ثلاث مجموعات فأكثر (الرتبة).
- إختبار**scheffé** للمقارنات البعدية الذي يوضح سبب و ماهية الفروق الدالة إحصائيا

07-حدود الدراسة:

تمثلت حدود الدراسة فيمايلي:

***الحدود البشرية:**تضمنت الدراسة الحالية الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين.

***الحدود الزمنية:**أنجزت هذه الدراسة في الفترة الممتدة من 25 افريل إلى 12ماي2025.

***الحدود المكانية:**أنجزت هذه الدراسة في المؤسسات التكوينية التابعة للمقاطعة الأولى لولاية سكيكدة و تضمنت ستة مؤسسات وهي:(مؤسسة 19ماي1956،مؤسسة لوصيف مباركة،مؤسسة عيسى بوكرمة ، مؤسسة الحدائق ،مؤسسةمحمد بوقرة،مؤسسة العامري بوجمعة).

خلاصة الفصل:

تناولنا في هذا الفصل من الجانب الميداني بالتفصيل الإجراءات المنهجية للدراسة،و المتمثلة في المنهج المعتمد في هذه الدراسة،كما تطرقنا إلى عينة الدراسة الإستطلاعية،ثم حددنا الأداة المعتمدة(مقياس ماسلاش المكيف للبيئة الجزائرية من طرف"نبار-جعيجع.2018")كما عرضنا الخصائص السيكومثرية للاداة ،و قمنا بتغيير بعض الكلمات في المقياس لتناسب الدراسة الحالية،كذلك قدمنا وصف مفصل لعينة الدراسة الأساسية ثم قمنا بتطبيق مقياس(ماسلاش) عليها و غي الأخير حددنا الأساليب الإحصائية المناسبة لمعالجة بيانات الدراسة.

الفصل الرابع
عرض،تفسير النتائج

تمهيد

01- عرض و تفسير نتيجة الفرضية العامة.

02- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الأولى.

03- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثانية.

04- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة.

05- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة.

خلاصة الفصل

خاتمة

توصيات و إقتراحات

تمهيد:

تعرضنا في الفصل الثالث إلى الإجراءات المنهجية للدراسة،وأهم إجراء قمنا به هو تحديد الأداة أووسيلة جمع البيانات و التي تمثلت في مقياس (ماسلاش) للإحتراق النفسي المقنن على البيئة الجزائرية المقدم في دراسة(نبار–جعيجع.2018)،أما في هذا الفصل نقوم بعرض و تفسير نتائج كل الفرضيات.

01- عرض و تفسير نتيجة الفرضية العامة .

و الذي نصها:" يعاني الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة من مستوى إحتراق نفسي مرتفع حسب ما توصلنا إليه في الدراسة الإستطلاعية

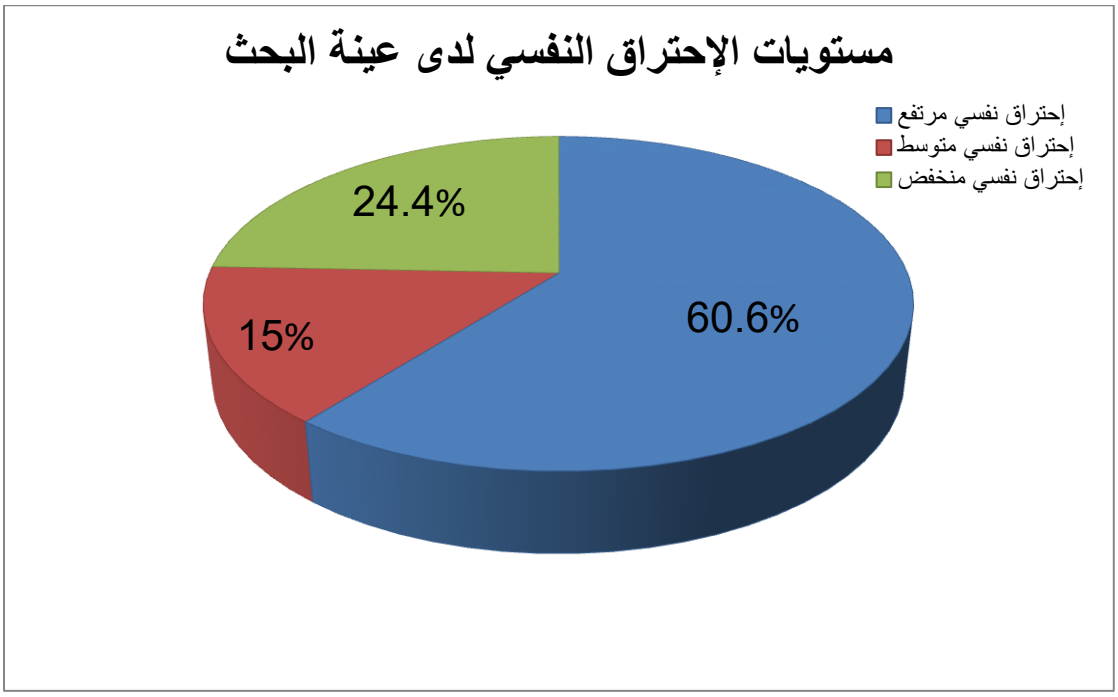
المستوى	العدد	النقطة الفاصلة	النسبة المئوية%
إحتراق نفسي مرتفع	97	85.05	%60.6
إحتراق نفسي متوسط	24		%15
إحتراق نفسي منخفض	39		%24.4
المجموع	160		%100

الجدول رقم(10):يوضح مستويات الإحتراق النفسي لدى عينة البحث

بلغ عدد أفراد العينة الذين تقع درجاتهم ضمن الإحتراق النفسي المرتفع (97) أستاذاأي بنسبة مئوية تقدر بـــ(60.6%)

بلغ عدد أفراد العينة الذين تقع درجاتهم ضمن الإحتراق النفسي المتوسط (24) أستاذاأي بنسبة مئوية تقدر بـــ(15%)

بلغ عدد أفراد العينة الذين تقع درجاتهم ضمن الإحتراق النفسي المنخفض(39) أي بنسبة مئوية تقدر بـــ(24.4%)



الشكل رقم(04): يوضح مستويات الإحتراق النفسي لدى عيتة البحث

ما يدل على وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى عدد كبير من أفراد عينة الدراسة،هذه النتيجة إتفقت مع العديد من الدراسات التي تناولت موضوع الإحتراق النفسي لدى المعلمين و التي توصلت الى أن مهنة التدريس من أكثر المهن التي يصاب أصحابها بالإحتراق النفسي و على سبيل الذكر.

دراسة بوبكر دبابي(2012) حول مستوى الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية بمدينة ورقلة على عينة تكونت من 314 معلم ومعلمة و اشارت النتائج أن مستوى الإحتراق النفسي مرتفع لدى المعلمين.كذلك دراسة نبار، مصطفى(2012) قدما موضوع بعنوان مستوى النفسي لدى الأساتذة المنخصصين في التكوين و التعليم المهنيين بالغرب الجزائري على عينة تكونت من 256 أستاذ و التي توصل فيها إلى وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين في الغرب الجزائري.بالإضافة إلى دراسة عليمات(1993) الذي وجد أن معلمي التعليم المهني الثانوي في الأردن بمحافظة أربد يعانون من الإحتراق النفسي بدرجة عالية

يمكن تفسير تواجد ظاهرة الإحتراق النفسي عند الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين يعود الى خصوصية القطاع في حد داته لأن الأساتذة يتعاملون مع متكونين عان معظمهم من الفشل الدراسي و من المؤكد أن هذا الفشل ترك أثر سلبي على نفسيتهم،هذا ما يصعب الأمر أمام الأساتدة للتعامل معهم هذا من جهة،ومن جهة أخرى الأستاذ مطالب بتقديم معارف و مهارات نظرية و تطبيقية للمتكونين تأهلهم للحياة

المهنية في ظل برامج قديمة وكلها تدرس باللغة الفرنسية لا تتماشى مع سياسة التعريب المعمول به في التعليم اللاإلزامي،كما أن الأستاذ مطالب بإجراء الإمتحانات للمتكونين،كذلك إعداد الوثائق البيداغوجية،تأطير الإمتحانات المهنية،المشاركة مع المتكونين في المعارض و النوادي الإبداعية و أولمبياد المهارات و المهن،بالمقابل نجد نقص كبير في الإمكانيات المادية مثل مواد التدريب للمتكونين مع صعوبة التعامل مع الإدارة،وما زاد الطين بلة هو الفارق المادي في التصنيفات بين الأساتذة.

كل هذه المهام الملقاة على عاتق الأساتذة و غياب الحافز المادي و المعنوي أدى بهم إلى إحتراق نفسي مرتفع.

02- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الأولى:

والذي نصها : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس.

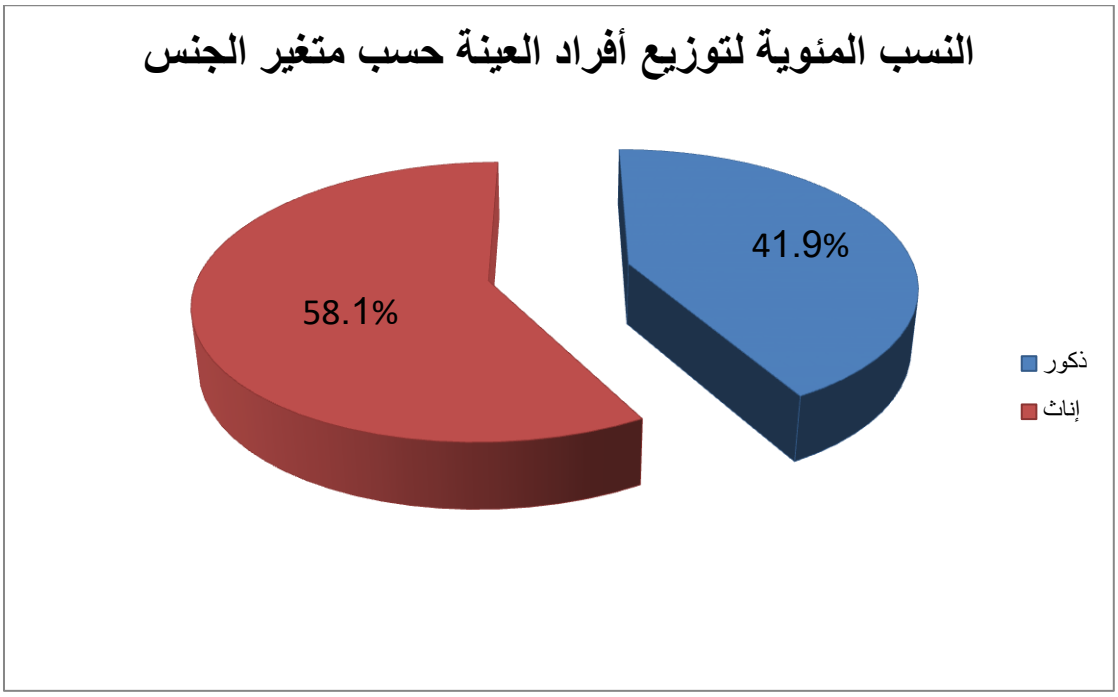
باستخدام اختبار(ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T Test) تم اختبار صحة الفرضية التي تفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير الجنس.

والجدول التالي يوضح نتيجة الاختبار:

المتغيرات	العدد	النسب المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"اختبار ليفيني لتساوي التباين"		اختبار (ت)		الدلالة الإحصائية
					قيمة (ف)	قيمة sig	قيمة (ت)	قيمة sig	
ذكر	67	41.9%	3.37	0.47	0.215	0.643	−0.37	0.711	غير دالة
أنثى	93	58.1%	3.40	0.47					

جدول رقم (11) يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير الجنس.

يتضح من خلال الجدول رقم (13) أن متوسط الاحتراق النفسي لدى الذكور بلغ قيمة (3.37) بانحراف معياري قيمته (0.47) وهو أقل من متوسط الاحتراق النفسي لدى الاناث والذي بلغت قيمته (3.40) وانحراف معياري قدر ب(0.47). كما يعرض الجدول نتائج اختبار ليفيني للتجانس ونلاحظ أن قيمة (ف) هي (0.21) والتي تقيس مدى تساوي التباين بين المجموعتين، ونلاحظ أن قيمة sig لاختبار ليفيني كانت (0.643) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) أي أن التباين متساوي أي أن شرط تساوي التباين متحقق، ومنه كانت قيمة اختبار (ت) (0.37−) وأن مستوى دلالتها قدرت ب (0.711) وهي قيمة أكبر من مستوى المعنوية (0.05) ، ومنه يمكن القول بأنه لا يوجد فرق معنوي أو احصائي بين الذكور والاناث من حيث تعرضهم للاحتراق النفسي، ومنه نقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الاحتراق النفسي بين عينة الذكور وعينة الاناث ونرفض الفرض البديل القائل بأنه يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) بين الاحتراق النفسي للذكور والاحتراق النفسي للإناث.



الشكل رقم (05) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

بناءا على الجدول رقم(13) و الشكل رقم(05) الموضحين أعلاه نلاحظ عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي بين الأساتذة ذكورا و إناثا .

ومنه نقرر بأن الفرضية الأولى التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير الجنس" هي فرضية غير محققة.

وقد إتفقت هذه الدراسة مع دراسات أخرى مثل دراسة (عمر محمد الخرابشة2005)بعنوان الإختراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع طلبة دوي صعوبات التعلم في غرف المصادر،التي نوصلت نتائجها الى عدم وجود فروق دات دلالة إحصائية في الإحتراق النفسي بين المعلمين وفقا لمتغير الجنس.

دراسة دبابي (2012) بعنوان درجات الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في الجزائر..وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الإحتراق النفسي بين المعلمين تعزى إلى الجنس .

- يمكن تفسير هده النتيجة في سياق التكوين المهني، قد تتعرض كلتا الفئتين لنفس الضغوط (مثل عبء العمل، نقص الموارد، أو متطلبات الإدارة طبيعة المتكونين)، مما يجعل الاحتراق النفسي متشابهًا بغض النظر عن الجنس، كذلك إستفادة الأساتدة من نفس الحجم الساعي،من نفس فرص الترقية و كذلك من توزيع المهام قد يقلل من تأثير متغير الجنس على مستوى الإحتراق النفسي،ويمكن الإشارة إلى أنه رغم إزدواجية دور المرأة

المعاصرة و خروجها للعمل إلا أنها تتمتع بقدرة كافية للتعامل مع الضغوط محاولة إيجاد أليات للتكيف معها بينما الرجل يركز على الحلول.

02- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثانية:

والذي نصها : توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير السن.

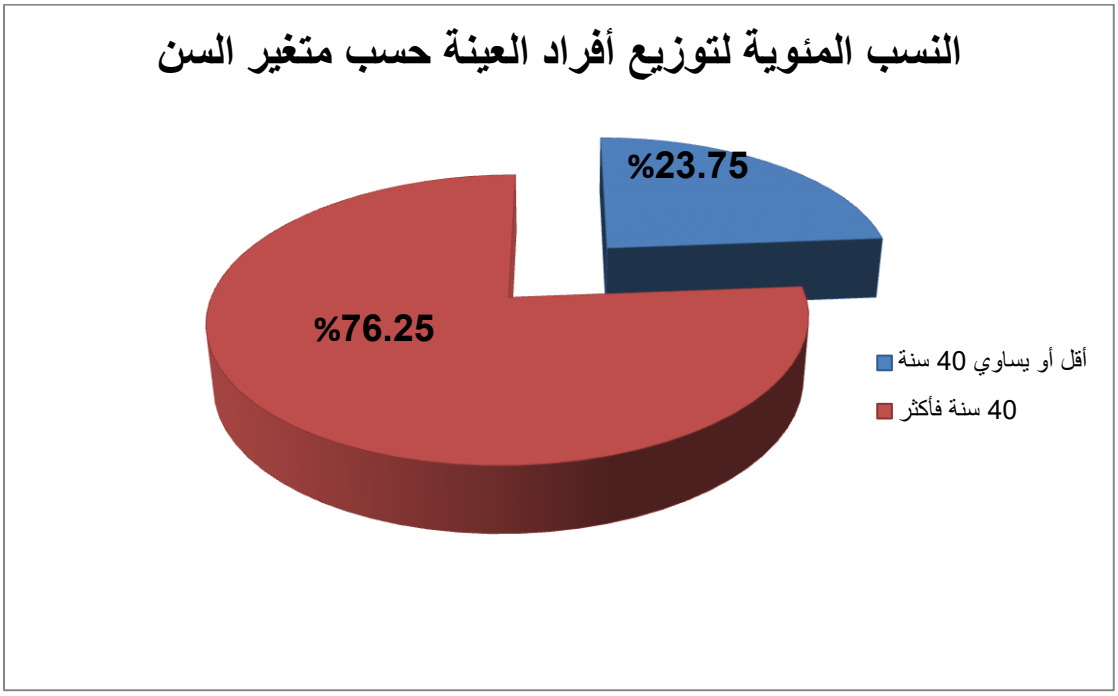
باستخدام اختبار(ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T Test) تم اختبار صحة الفرضية التي تفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير السن. والجدول التالي يوضح نتيجة الاختبار

المتغيرات	العدد	النسب المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"اختبار ليفيني لتساوي التباين"		اختبار (ت)		الدلالة الإحصائية
					قيمة (ف)	قيمة sig	قيمة (ت)	قيمة sig	
أقل أو يساوي 40 سنة	38	%23.75	3.34	0.47	0.090	0.764	0.76-	0.448	غير دالة
40 سنة فأكثر	122	%76.25	3.41	0.47					

جدول رقم(12) يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير السن.

يتضح من خلال الجدول رقم (14) أن متوسط الاحتراق النفسي لدى فئة السن (أقل أو يساوي 40 سنة) بلغ قيمة (3.34) بانحراف معياري قيمته (0.47) وهو أقل من متوسط الاحتراق النفسي لدى فئة السن (40 سنة فأكثر) والذي بلغت قيمته (3.41) وانحراف معياري قدر ب(0.47). كما يعرض الجدول نتائج اختبار ليفيني للتجانس ونلاحظ أن قيمة (ف) هي (0.090) والتي تقيس مدى تساوي التباين بين

المجموعتين، ونلاحظ أن قيمة sig لاختبار ليفيني كانت (0.764) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) أي أن التباين متساوي أي أن شرط تساوي التباين متحقق، ومنه كانت قيمة اختبار (ت) (0.76-) وأن مستوى دلالتها قدرت ب (0.448) وهي قيمة أكبر من مستوى المعنوية (0.05) ، ومنه يمكن القول بأنه لا يوجد فرق معنوي أو احصائي في الاحتراق النفسي بين فئتي السن (أقل أو يساوي 40 سنة) و (40 سنة فأكثر) ، ومنه نرفض الفرض البديل القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الاحتراق النفسي تعزى الى السن ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الاحتراق النفسي يعزى إلى متغير السن.



الشكل رقم (06) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير السن

بناءا على الجدول رقم(14) و الشكل رقم(06) الموضحين أعلاه نلاحظ عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي بين الأساتذة من حيث السن.

ومنه نقرر بأن الفرضية االثانية التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير السن" هي فرضية غير محققة.

وقد إتفقت هذه الدراسة مع دراسات أخرى مثل (دراسة الوابلي1995)بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم العام في مكة المكرمة و قد أظهرت وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى المعلمين مع عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي فيما يخص متغير السن.

دراسةنبار رقية و مصطفى زقاي نادية(2012) بعنوان مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين والتعليم المهنيين دراسة ميدانية استكشافية بالغرب الجزائري و قد أظهرت وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى الاساتذة مع عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي فيما يخص متغير السن.

يمكن تفسير هده النتيجة في سياق التكوين المهني هناك تشابه في ضغوط العمل و ضغوط المهنة بين كل الاعمار و قد يكون هناك نقص في المصادر العاطفية التي تمدهم بالنشاط و الحيوية.

03- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الثالثة:

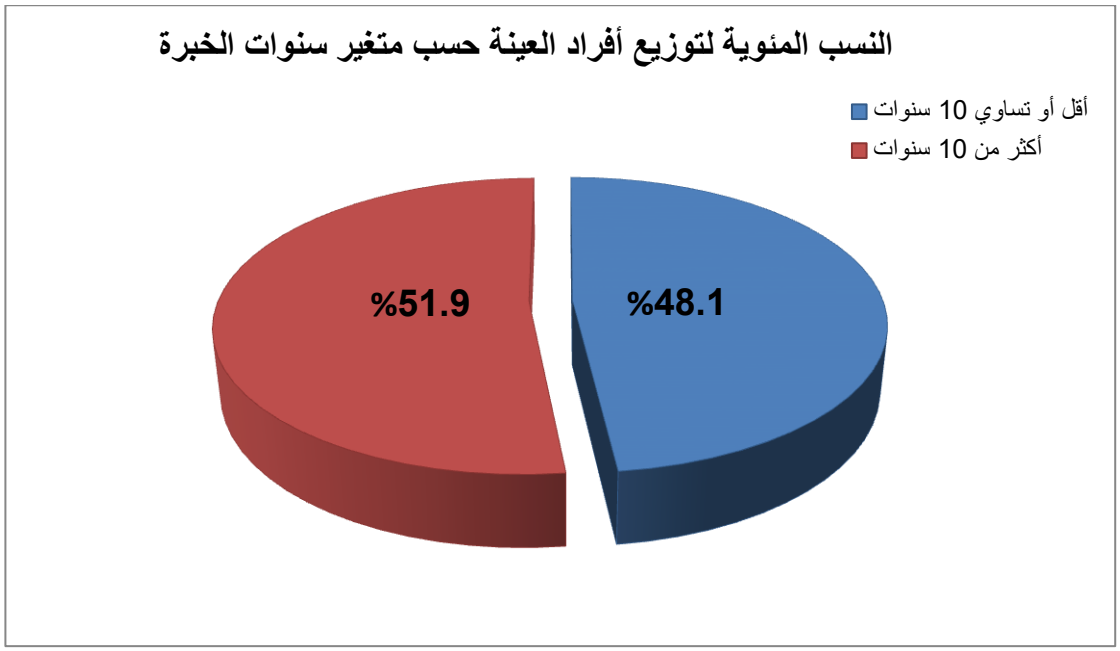
والذي نصها : توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير سنوات الخبرة.

باستخدام اختبار(ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T Test) تم اختبار صحة الفرضية التي تفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير الخبرة. والجدول التالي يوضح نتيجة الاختبار.

المتغيرات	العدد	النسب المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	"اختبار ليفيني لتساوي التباين"		اختبار (ت)		الدلالة الاحصائية
					قيمة (ف)	قيمة sig	قيمة (ت)	قيمة sig	
أقل أو تساوي 10 سنوات	77	%48.1	3.39	0.53	0.024	0.876	0.076	0.939	غير دالة
أكثر من 10 سنوات	83	%51.9	3.39	0.52					

جدول رقم(13) يوضح نتيجة اختبار (ت) للعينات المستقلة لدلالة الفروق تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

يتضح من خلال الجدول رقم () أن متوسط الاحتراق النفسي لدى فئة الخبرة (أقل أو تساوي 10 سنوات) بلغ قيمة (3.39) بانحراف معياري قيمته (0.53) وهو يساوي متوسط الاحتراق النفسي لدى فئة الخبرة (أكثر من 10 سنوات) والذي بلغت قيمته (3.39) وانحراف معياري قدر ب(0.52). كما يعرض الجدول نتائج اختبار ليفيني للتجانس ونلاحظ أن قيمة (ف) هي (0.024) والتي تقيس مدى تساوي التباين بين المجموعتين، ونلاحظ أن قيمة sig لاختبار ليفيني كانت (0.876) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) أي أن التباين متساوي أي أن شرط تساوي التباين متحقق، ومنه كانت قيمة اختبار (ت) (0.076) وأن مستوى دلالتها قدرت ب (0.939) وهي قيمة أكبر من مستوى المعنوية (0.05) ، ومنه يمكن القول بأنه لا يوجد فرق معنوي أو احصائي في الاحتراق النفسي بين فئتي الخبرة (أقل أو تساوي 10 سنوات) و(أكثر من 10 سنوات) ، ومنه نرفض الفرض البديل القائل بأنه توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الاحتراق النفسي تعزى الى الخبرة ونقبل الفرض الصفري القائل بأنه لا يوجد فرق ذو دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في الاحتراق النفسي يعزى إلى متغير الخبرة لدى الأساتذة.



الشكل رقم (07) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير سنوات الخبرة

بناءا على الجدول رقم (15)و الشكل رقم(07) الموضحين أعلاه نلاحظ عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي بين الأساتذة من حيث سنوات الخبرة.

ومنه نقرر بأن الفرضية االثالثة التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير سنوات الخبرة" هي فرضية غير محققة.

وقد إتفقت هذه الدراسة مع دراسات أخرى مثل دراسة (عريبات 2010) بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في عجلون، و قد أظهرت وجود إحتراق نفسي مرتفع لدى المعلمات مع عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي فيما يخص متغير سنوات الخبرة.

دراسة (الرافعي والقضاة 2010) بعنوان مستويات الأحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين في أبها و قد أظهرت وجود إحتراق نفسي متوسط لدى هيئة التدريس مع عدم وجود فروق في الإحتراق النفسي فيما يخص متغير سنوات الخبرة.

يمكن تفسير هده النتيجة في سياق التكوين المهني ان الأساتذة يستفيدون من نفس استراتيجيات التكيف المهني في المراحل الاولى للمارسة المهنية مع إستمرارية الضغوط بغض النظر عن الأقدمية،إضافة إلى أن الخبرة لا ترتبط دائما بالتكيف المهني و الشعور بالكفاءة الداتية مع تزايد سنوات العمل أو النضج الأنفعالي في غياب الدعم و التكوين المستمر،و بالتالي مهما كانت سنوات الخبرة فإن الأساتذة يتعرضون لنفس الإحتراق النفسي المرتفع.

هذا يعني أن الأساتذة كثيري سنوات الخبرة،مارسو نشاطهم المهني لسنوات طويلة،بإستعمال برامج و طرائق بيداغوجية قديمة،مع قلة مواد التدريب وقدم الأجهزة البيداغوجية التي لا تتماشى مع متطلبات سوق العمل،دون أن ننسى ضغوطات الحياة اليومية،مع كثرة التغيرات التي عرفها القطاع أثر على دافعية الأستاذ إتجاه العمل كل هذا أدى إلى شعور الأستاذ بتحطيم أهدافه التي سطرها في بداية حياته المهنية و ولد عنده الإحتراق النفسي.

بالمقابل نجد الأساتذة قليلي سنوات الخبرة لديهم نفس درجة الإحتراق النفسي ،يتعرضون لضغوط العمل و لا يملكون الخبرة للتكيف و التعامل مع المتكونين،كذلك قلة التربصات المستمرة و إن وجدت تكون شكلية،خصوصا إذا كان الأستاذ الجديد في الميدان لديه طموح كبير لا يستطيع مواجهة كل هذه المشاكل مما يؤدي به إلى الإحتراق النفسي بنفس درجات الأساتذة كثيري الخبرة.

04- عرض و تفسير نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة:

والذي نصها : توجد فروق دات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير رتبة الأستاذ.

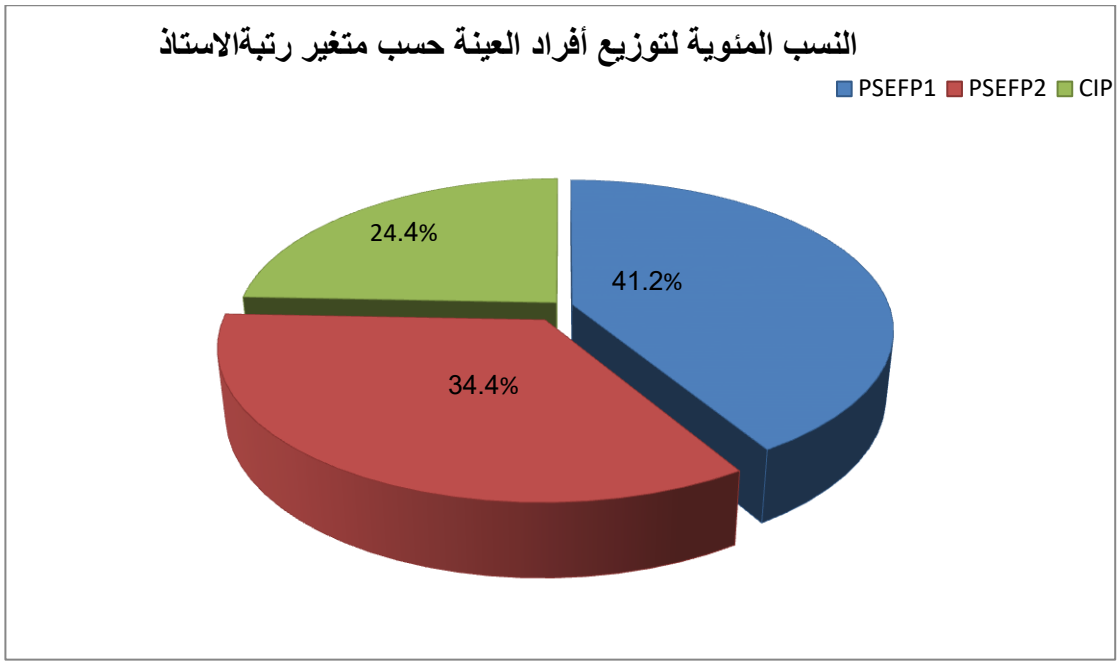
باستخدام اختبار تحليل التباين الأحادي (One-WayAnova) تم اختبار مدى صحة الفرضية تفترض وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم وفقا لاختلاف الرتبة(PSEFP1 .PSEFP2.CIP). والجدول التالي يوضح نتيجة الاختبار:

المنغيرات	عدد الأفراد	النسب المئوية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيم (ف)	قيمة Sig	الدلالة الاحصائية
PSEFP1	66	%41.2	3.65	0.42	30.82	0.000	دالة احصائيا
PSEFP2	55	%34.4	3.34	0.41			
CIP	39	%24.4	3.02	0.33			

جدول رقم(14) يوضح نتيجة اختبار تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق تبعا لمتغير رتبة الاستاذ

من خلال المعطيات الواردة في الجدول رقم (16) نلاحظ أن نتائج الاختبار أثبتت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير رتبة الاستاذ. حيث بلغت قيمة(ف) للاحتراق النفسي (30.82) بقيمة احتمالية (0.000) .وهي اصغر من مستوى الدلالة (0.05) أي دالة احصائيا.

وهذا ما يدل على أنه توجد فروق وذلك لأن مستوى الدلالة أصغر من (0.05) وعليه نقول أنه تم قبول الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة احصائية في الاحتراق النفسي لدى الاساتذة تعزى لمتغير الرتبة ونرفض الفرضية الصفرية.



الشكل رقم (08) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد العينة حسب متغير رتبة الاسناذ

بناءا على الجدول رقم**(16)** و الشكل رقم**(08)** الموضحين أعلاه نلاحظ وجود فروق في الإحتراق النفسي بين الأساتذة بإختلاق الرتبة.

ومنه نقرر بأن الفرضية الرابعة التي تنص على أنه: "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين والتعليم المهنيين في المقاطعة الأولى لولاية سكيكدة تعزى الى متغير رتبة الأستاذ هي فرضية محققة

ولمعرفة سبب الفروقات تم إختبار scheffé للمقارنات البعدية الذي يوضح سبب و ماهية الفروق الدالة إحصائيا،و كانت نتائج الإختبار كالتالي:

المقارنة	فرق المنوسط I – J	الخطأ المعياري	القيمة الإحتمالية sig	فترة الثقة95% الحد الأدنى	فترة الثقة95% الحد الأعلى
psfep1-psfep2	0.31336	0.07369	0.000	0.1312	0.4955
psfep1-cip	0.63303	0.08152	0.000	0.4316	0.8345
Psfep2-cip	0.31967	0.08450	0.001	0.1109	0.5285

جدول رقم(15) يوضح نتائج إختبار scheffé للمقارنات البعدية

يبين جدول رقم(17) نتائج إختبار scheffé للمقارنات البعدية وجود فروق دات دلالة إحصائية بين أزواج الرتب الثلاثة في مسنوى الإحتراق النفسي لدى الأساتذة ويمكن شرح النتائج على النحو التالي:

الفرق في المتوسط بين الاساتذة برتبة (psfep1) و الاساتذة برتبة (psfep2) بلغ (0.31336)،و كانت هذه الفروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة(0.000)،مما يشير إلى أن الأساتذة في رتبة (psfep1) يعلنون من مستوى إحتراق نفسي أعلى من الأساتذة في الرتبة(psfep2).

الفرق في المتوسط بين الاساتذة برتبة (psfep1) و الاساتذة برتبة (cip) بلغ (0.63303)،وهوأكبر فرق بين الرتب و كانت هذه الفروق دالة إحصائياأيضا عند مستوى دلالة(0.000)،مما يدل على معاناة الأساتذة في رتبة (psfep1) في مستوى الإحتراق النفسي مقارنة برتبة(cip).

الفرق في المتوسط بين الاساتذة برتبة (Psfep2) و الاساتذة برتبة (cip) بلغ (0.31967)،وهوأكبر فرق بين الرتب و كانت هذه الفروق دالة إحصائياأيضا عند مستوى دلالة(0.001)،ما يوضح ان الأساتذة في رتبة (Psfep2) يعانون من مستوى احتراق نفسي أعلى من الأساتدة برتبة(cip).

على العموم نظهر هذه النتائج وجود فروق في مستوى الإحتراق النفسي تعزى إلى متغير الرتبة،حيث يحتل الأساتذة برتبة (psfep1)المستوى الأعلى،يليهم الأساتذة برتبة(Psfep2)،ثم الأساتذة برتبة(cip) هم الأقل إحتراقا.

يمكن تفسير هده النتيجة في سياق التكوين المهني،أن الأساتذة العاملين في هذا القطاع يعانون من نفس المشاكل التي ادت بهم الى الاحتراق النفسي، لكن التفاوت الذي اظهرته نتائج الاختبار بين الأساتذة رتبة(PSEFP1) و الأساتذة رتبة(PSEFP2) و كذا الأساتذة رتبة(CIP)،حيث لوحظ أرتفاع في الإحتراق النفسي أكثر عند الأساتدة المتخصصين في التعليم و التكوين المهنيين من الرتبة الاولى أكثر من اساتذة الرتبة الثانية و من رتبة الأساتذة المكلفين بالهندسة البيداغوجية ، يرجع بالدرجة الأولى إلى الإختلاف في التصنيف بين الفئات الثلاثة يعني الإختلاف في الدخل على النحو التالي:

(PSEFP1) صنف 12

((PSEFP2)) صنف 13

(CIP) صنف 15

الإختلاف واضح، حيث الأساتذة في الرتب الثلاثة يمارسون نفس المهام ،و يؤدون نفس الحجم الساعي ، يعملون 18 ساعة أسبوعيا و هذا تطبيق للمنشور رقم:33 المؤرخ في 20سبتمبر2000 المتعلق باحترام الحجم الساعي الاسبوعي لأساتذة التكوين المهني ، لكن تصنيفاتهم غير موحدة ،بالإضافة الى مشاكل خاصة بالترقيات ،حيث نجد بعض الأساتذة إستفادو من ترقية إلى رتبة (CIP) وهم لا يمتلكون مؤهلات جامعية مقارنة بأساتذة (PSEFP1) و(PSEFP2)

تشير عده النتيجة إلى وجود علاقة واضحة بين الشعور بعدن الإنصاف في الأجور و تدهور الحالة النفسية لدى الأساتذة،رغم تطابق حجم العمل و المهتم الموكلة أليهم،يمكن اقسير ظلك من خلال نظرية الإنصاف(Equity Theory) التي طورها (Adams,1963) و التي تنص على أن الأفراد مدى العدالة في بيئة العمل من خلال مقارنة مدخلاتهم(مثل الجهد،الوقت و المؤهلات) بمخرجاتهم(مثل الراتب،التقدير و الإمتيازات)مقارنة بزملائهم،و عندما يلاحظ الأستاذ أن زميله يتقاضى راتبا أعلى رغم أداء نفس العمل،فإن ذلك ينتج لديه شعورا بعدم العدالة،مما يؤدي إلى إنخفاض الرضا الوظيفي و ظهور علامات الإحتراق النفسي كالإجهاد المزمن،فقدان الحافزية،و التوتر المستمر.كل هذا الوضع قد ينعكس سلبا على الأداء المهني،ويؤثر في جودة العملية التكوينية،كما يهدر إستقرار المناخ التكويني .

توصيات و إقتراحات

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، و التي أظهرت إرتفاعا ملحوظا في مستويات الإحتراق النفسي لدى الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين،نقترح جملة من التوصيات التي يمكن أن تساهم في التخفيف من هذه الظاهرة،و تحسين الظروف النفسية و المهنية للأساتذة و هي كمايلي:

1-العمل على تهيئة بيئة مهنية محفزة و مريحة،من خلال تحسين البنية التحتية،و توفير الوسائل البيداغوجية الكافية،و تقليص الأعباء الإدارية الزائدة التي تثقل كاهل الأساتذة و تسهم في إستنزافهم نفسيا.

2-إجراء مراجعة شاملة لعدد ساعات التدريس و تنظيمها بشكل عادل و مرن،يأخد بعين الإعتبار قدرات الأستاذ و طاقته،و ذلك للحد من الإرهاق المهني المزمن.

3-ضرورة إدماج وحدات مرافقة نفسية على مستوى المؤسسات التكوين،و تنظيم دورات تكوينية منتظمة تهذف إلى إكساب الأساتذة مهارات التعامل مع الضغوط المهنية،و إدارة التوتر،و الوقاية من الأحتراق النفسي.

4-يوصى بتطوير نظام تحفيز يشمل المكافات المادية و الترقيات المهنية إلى جانب أشكال التقدير المعنوي و التكريم،لما لذلك من أثر في رفع الروح المعنوية و

الإنتماء المهني.

5-تعزيز العلاقات المهنية الإيجابية داخل المؤسسات،من خلال فتح قنوات حوار منتظم بين الإدارة و الأساتذة،و تمكينهم من المشاركة في القرارات التي تمس مسارهم المهني و ظروف عملهم.

6-تطبيق أدوات تشخيصية دورية(مثل مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي)،لرصد المؤشرات المبكرة لهذه الظاهرة،مما يسمح بتدخلات وقائية فعالة.

7-تفعيل الشراكة مع مؤسسات الصحة لضمان التكفل بالحالات المقدمة.

8- تقع على عاتق وزارة التكوين و التعليم المهنيين مسؤولية مراجعة سياسات التصنيفات في الرتب في سلك الأساتذة و تبني سياسات وطنية تأخد بعين الإعتبار الصحة النفسية لديهم.

أما فيما يخص الإقتراحات نقدم مايلي:

01-إجراء دراسة حول إعداد دليل وطني للوقاية من الإحتراق النفسي بقطاع النكوين المهني.

02-إعداد دراسة حول الأسباب الفعلية التي تؤدي إلى الإصابة بالإحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين المهني.

03-إجراء دراسة حول استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية بالمؤسسات التكوينية.

04-إعداد دراسة مقارنة بين مستويات الأحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين المهني في المقاطعات الخمسة التابعة للولاية.

05-إعداد دراسة حول الإحتراق النفسي لدى الأساتذة بإختلاف أنماط التكوين.

خاتمة:

بعد عرض و تفسير نتائج الدراسة توصلنا إلى وجود إحتراق نفسي مرتفع عند معظم الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين بالمقاطعة الأولى للمؤسسات التكوينية في ولاية سكيكدة.

لا يوجد فروق في الإحتراق النفسي عند الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين بالمقاطعة الأولى للمؤسسات التكوينية في ولاية سكيكدة تعزى لمتغير الجنس.

لا يوجد فروق في الإحتراق النفسي عند الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين بالمقاطعة الأولى للمؤسسات التكوينية في ولاية سكيكدة تعزى لمتغير السن.

لا يوجد فروق في الإحتراق النفسي عند الأساتذة المتخصصين في التكوين و التعليم المهنيين بالمقاطعة الأولى للمؤسسات التكوينية في ولاية سكيكدة تعزى لمتغيرسنوات الخبرة.

وجود فروق في مستوى الإحتراق النفسي تعزى إلى متغير الرتبة،حيث يحتل الأساتذة برتبة (psfep1)المستوى الأعلى،يليهم الأساتذة برتبة(Psfep2)،ثم الأساتذة برتبة(cip) هم الأقل إحتراقا.

المراجع

قائمة المراجع

الكتب و المجلات

1-أحمد عوض بني أحمد (2007)، **الإحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس**، الطبعة الأولى، دار حامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

2-العياصرة معين محمود أحمد (2008) ،**الإشراف التربوي و القيادة التربوية و علاقتها بالإحتراق النفسي** ط1 دار الفجر للنشر و التوزيع،عمان.

3- مدحت أبو النصر (2022) ،**اكتشف شخصيتك وتعرف على المهارات في الحياة والعمل والقيادة**، دار ط ، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، مصر.

4- محمد عبد الفتاح حافظ الصيرفي(2007)، **السلوك الإداري والعلاقات الإنسانية** ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر الإسكندرية،مصر .

5- مجدي أحمد محمد عبد الله (2000)، **علم النفس المرضي دراسة في الشخصية بين السواء و الإضطراب** دار المعرفة الجامعية، السويس،مصر.

6- محمد شحاتة ربيع (2010) ، **علم النفس الصناعي والمهني** ،طبعة 01 ،دار المسيرة ،عمان،الأردن .

7-علي عسكر(2003)،**ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها** ، ط3 دار الكتاب الحديث ،دولة الكويت

8-جمعة السيد يوسف (2006)،**إدارة ضغوط العمل القاهرة** مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث كلية الهندسة جامعة القاهرة.

9-كمال دشلي،(2016)، **منهجية البحث العلمي** مديرية الكتب و المطبوعات الجامعية، حماة،سوريا.

10-كمال عبد الحميد زيتون (2004)، **منهجية البحث التربوي و النفسي** ،ط1، عالم الكتاب القاهرة، مصر.

11-مقدم عبد الحفيظ(2003)،**الاحصاء و القياس التربوي**،ط3،دار القصبة ،الجزائر.

12-سوسن شاكر مجيد، (2012)،**الاحتراق النفسي، أعراضه، مصادره**، الحوار المتمدن –العدد 3723.

13- بوحوش عمار(2019)، **منهجية البحث العلمي وتقنياته في العلوم الاجتماعية**، ط1،المركز الديمقراطي العربي للدراسات االستراتيجية والسياسية و الاقتصادية، برلين المانيا.

14- الخليفة حسن،مطاوع ضياء الدين(2015)،**كتاب مدخل إلى التدريس** الطبعة الثالثة،الرياض مكة الرشد.

15- مجلة الحقيقة العدد 37.المطبعة العربية (ص 628).

16- مزياني فتيحة ،مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية،**مفهوم الاحتراق النفسي ابعاده و مراحل تكوينه** ،عدد خاص الملتقى الدولي حول المعاناة في العمل،جامعة الجزائر.

17- الفريحات عمار و الرابضي وائل(2010) ، **مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال في محافظة علجون**، مجلة النجاح للابحاث مجلد24 .

18- جبل فوزي(2003)،**الإحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى من التعليم الأساسي وعلاقنه بتقييم العمل لديهم**،مجلة كلية الأداب بقنا جامعة جنوب الوادي، (148-187).

19- زيدان،عصام(2004)، **الإنهاك النفسي لدى أمهات الأطفال التوحديين و علاقته ببعض المتغيرات الشخصية و الأسرية**، مجلة البحوث النفسية و التربوية،كلية التربية،جامعة المنوفية،(120-167).

الرسائل الجامعية

20-خليلي عبد الحليم و زهاني نبيل الهامل (2007) ،**الاحتراق النفسي لدى مربي الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة**، جامعة باجي مختار عنابة.

21- نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2007) ، **الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع دويالإحتياجات الخاصة** ،رسالة ماجستير ،جامعة أم القرى ،السعودية.

22- باوية نبيلة (2013)، **الدعم الإجتماعي وعلاقته بالإحتراق النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي** ،1225 ،رسالة دكتوراه جامعة قاصدي مرباح ،ورقلة كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية .

23- بوبكر دبابي (2013)، **برنامج إرشادي في تخفيض مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية**، رسالة دوكتوراه في علم النفس التربوي كلية العلوم الانسانية و الإجتماعية جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

24- بدران منى علي (1997)،**الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات** ، دراسة ميدانية ،رسالة ماجستيرغير منشورة . عمان ،الأردن .

25- سماهر مسلم عياد أبو مسعود (2010) **ظاهرة االحتراق النفسي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة** . أسبابها وكيفية علاجها ، رسالة ماجيستير، فلسطين.

26- نشوة كرم أبو بكر دردير (2007) **الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ- ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات** ، رسالة ماجيستير جامعة الفيوم كلية التربية، مصر.

27- زيدان ايمان (1998) مدى فاعلية كلا من الارشاد النفسي الموجه و غير الموجه في تخفيف حدة الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمات رسالة دوكتوراه غير منشورة معهد الدراسات و البحوث التربوية جامعة القاهرة .

28-حرتاوي هند عبد الله (1991)،**مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن** ،رسالة ماجستر غير منشورة ،الجامعة الأردنية ،عمان . الأردن .

29-بوفرة مختار (2012) ، **الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى مدرسي التعليم الإبتدائي**،رسالة ماجيستير ، كلية العلوم إلجتماعية ، قسم علم النفس ، جامعة وهران .

30- مذوري يمينة (2014-2015)، **الإحتراق النفسي و علاقته بأنماط الشخصية و بطبيعة الممارسات المهنية**، رسالة دوكتوراه غير منشورة جامعة محمد خيضر بسكرة.

31-علي بن شويل القرني، (2000) **الإعلام و الإحتراق النفسي دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية** ، أستاذ الصحافة و الإعلام الدولي المساعد قسم الإعلام جامعة الملك سعود ، رياض

32- بابا عمر جلمام حليمة (2013)، **الاحتراق النفسي لدى مربي أطفال ذوي الاحتياجات الخاصة**، جامعة غرداية .

33-جهاد عبد الفتاح صالح رمضان (1999) **ظاهرة الاحتراق النفسي واستراتيجيات التكيف لدى العاملين في وزارات السلطة الوطنية الفلسطينية**، جامعة النجاح الوطنية فلسطين.

34-يوسف حرب محمد عودة(1998)، **ظاهرة الإحتراق النفسي و علاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدلارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية**،رسالة ماجستسر ،جامعة النجاح،فلسطين،ص02.

35-السيف عبد المحسن فهد(2000)،**محددات الإعياء المهني بين الجنسين،دراسة تطبيقية في مؤسسات الرعاية الإجتماعية** ببعض مدن المملكة العربية السعودية.

باللغة الأجنبية

36-Janine Julieta Innocence le Stress professionnel et le burnout chez les chirurgiens-dentistes. Role de certains caractéristiques personnelles et contextuelles dans l'ajustement au stress professionnel: Une étude longitudinale et comparative entre la France et le Brésil ; thèse de doctorat, université Victor Segalen Bordeaux2, France,2010,p43.

مواقع الكترونية

http://www.ijed.gotevot.edu.sa/Definitions.htm

الملاحق

ملحق رقم(01) يوضح الإستبيان

جامـعة 20أوث1955 سكيكدة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس
علم النفس التربوي
مقياس الإحتراق النفسي

أخي الأستاذ..... أختي الأستاذة

في اطار البحث العلمي و تحضير مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في علم النفس التربوي والمتعلقة بالاحتراق النفسي لدى أساتذة التكوين المهني يشرفنا أن نضع بين أيديكم مقياس الاحتراق النفسي متمنين منكم التعاون من خلال الإجابة بكل صدق و أمانة وذلك بوضع علامة (x) في الخانة التي ترونها مناسبة مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة وأن هذه الإجابات لا تستخدم إلا لغرض أسلوب علمي وتأكد تماما أننا نقدر تعاونك معنا.

مثال توضيحي

البند	مرات في الأسبوع	مرة في الأسبوع	مرات عديدة في الشهر	مرات قليلة في الشهر	مرات قليلة في السنة	أبدا
اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس		X				

بيانات عامة

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

السن: ☐

سنوات الخبرة ☐

رتبة الأستاذ: PSFEP1 ☐ PSFEP2 ☐ CIP ☐

الرقم	البنود	مرات في الأسبوع	مرة في الأسبوع	مرات عديدة في الشهر	مرات قليلة في الشهر	مرات قليلة في السنة	أبدا
01	أشعر أن عملي يستنفذني انفعاليا						
02	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية يوم العمل						
03	أشعر بالإنهاك حينما أستيقظ في الصباح وأعرف أن علي مواجهة عمل جديد						
04	من السهل معرفة مشاعر المتكونين						
05	اشعر باني اتعامل مع بعض المتكونين وكأنهم اشياء لا بشر						
06	ان التعامل مع بعض المتكونين طوال اليوم يسبب لي الإجهاد						
07	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل المتكونين						
08	اشعر بالاحتراق النفسي من ممارستي لهذه المهنة						
09	اشعر ان لي تأثيرا ايجابيا في حياة كثير من المتكونين من خلال عملي.						
10	اصبحت اكثر قسوة مع الناس بعد ممارستي لهذه المهنة						
11	اشعر بالقلق لأن هذه المهنة تزيد من قسوة عواطفي						
12	اشعر بالحيوية والنشاط من خلال ممارستي لهذه المهنة						
13	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس						
14	اشعر بانني اعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير						
15	لا اهتم بما يحدث مع المتكونين من مشاكل						
16	التعامل المباشر مع المتكونين يسبب لي ضغوطا كبيرة						
17	استطيع بكل سهولة خلق جو نفسي مريح مع المتكونين						
18	اشعر بالسعادة والراحة بعد العمل مع المتكونين						
19	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في ممارستي لهذه المهنة						
20	اشعر انني اكتفيت من مهنتي						
21	اتعامل بهدوء مع المشاكل الانفعالية أثناء ممارستي لهذه المهنة						
22	اشعر بان المتكونين يلومونني عن بعض مشاكلهم						

شكرا لتعاونكم

ملحق رقم(02) يحدد مستوى الاحتراق النفسي

Statistiques		
Burnout_Level		
N	Valide	160
	Manquant	0

Burnout_Level					
		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	منخفض	39	24,4	24,4	24,4
	متوسط	24	15,0	15,0	39,4
	مرتفع	97	60,6	60,6	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Statistiques descriptives			
	N	Moyenne	Ecart type
Burnout	160	74,6750	10,41319
N valide (liste)	160		

ملحق رقم(03) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الأولى

الجنس

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	ذكر	67	41,9	41,9	41,9
	أنثى	93	58,1	58,1	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الاحتراق.النفسي	ذكر	67	3,3779	,47675	,05824
	أنثى	93	3,4062	,47308	,04906

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الاحتراق.النفسي	Hypothèse de variances égales	,215	,643	-,372	158	,711	-,02828	,07605	-,17849	,12194
	Hypothèse de variances inégales			-,371	141,698	,711	-,02828	,07615	-,17881	,12226

ملحق رقم(04) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثانية

السن

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	اقل او يساوي 40 سنة	38	23,8	23,8	23,8
	اكثر من 40 سنة	122	76,3	76,3	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Statistiques de groupe

	السن	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الاحتراق.النفسي	اقل او يساوي 40 سنة	38	3,3433	,47281	,07670
	اكثر من 40 سنة	122	3,4102	,47431	,04294

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الاحتراق.النفسي	Hypothèse de variances égales	,090	,764	-,760	158	,448	-,06691	,08805	-,24081	,10700
	Hypothèse de variances inégales			-,761	61,968	,449	-,06691	,08790	-,24262	,10881

ملحق رقم(05) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الثالثة

الخبرة

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	أقل او تساوي 10 سنوات	77	48,1	48,1	48,1
	أكثر من 10 سنوات	83	51,9	51,9	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Statistiques de groupe

	الخبرة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الاحتراق.النفسي	أقل او تساوي 10 سنوات	77	3,3973	,46789	,05332
	أكثر من 10 سنوات	83	3,3916	,48114	,05281

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الاحتراق.النفسي	Hypothèse de variances égales	,024	,876	,076	158	,939	,00572	,07513	-,14267	,15410
	Hypothèse de variances inégales			,076	157,643	,939	,00572	,07505	-,14251	,15395

ملحق رقم(06) يوضح نتائج الفرضية الجزئية الرابعة

التصنيف

		Fréquence	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	pesep1	66	41,3	41,3	41,3
	pesep2	55	34,4	34,4	75,6
	cip	39	24,4	24,4	100,0
	Total	160	100,0	100,0	

Descriptives

الاحتراق.النفسي

	N	Moyenne	Ecart type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95 % pour la moyenne		Minimum	Maximum
					Borne inférieure	Borne supérieure		
pesep1	66	3,6563	,42997	,05293	3,5506	3,7620	2,77	4,27
pesep2	55	3,3430	,41280	,05566	3,2314	3,4546	2,55	3,91
cip	39	3,0233	,33869	,05423	2,9135	3,1331	2,59	3,68
Total	160	3,3943	,47333	,03742	3,3204	3,4682	2,55	4,27

ANOVA

الاحتراق.النفسي

	Somme des carrés	ddl	Carré moyen	F	Sig.
Intergroupes	10,044	2	5,022	30,827	,000
Intragroupes	25,578	157	,163		
Total	35,622	159			

ملحق رقم(07) يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
س1	160	3,1875	1,36528
س2	160	3,7562	1,76531
س3	160	3,8000	1,90926
س4	160	2,8688	1,85690
س5	160	3,3625	2,04505
س6	160	3,5437	1,78339
س7	160	3,7250	1,55790
س8	160	3,7500	1,82574
س9	160	3,4688	1,80119
س10	160	3,0062	1,71379
س11	160	2,3500	1,41065
س12	160	3,6563	1,62158
س13	160	3,9625	1,94221
س14	160	3,9750	1,84953
س15	160	3,1313	1,97188
س16	160	2,7812	1,91213
س17	160	3,1063	1,99558
س18	160	3,6563	1,72312
س19	160	3,2813	1,68669
س20	160	2,3562	1,39787
س21	160	4,3313	1,76165
س22	160	3,6188	2,17149
N valide (liste)	160		