مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة

د. عماد صالح نجيب العرايضة*

جامعة القصيم– السعودية

استلم بتاريخ: 03-10-2015 تمت مراجعته بتاريخ: 12-12-2015 قبل للنشر بتاريخ: 01-02-2016

الملخص:

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية بمحافظة الرس في المملكة العربية السعودية، وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، كخبرة المعلم، ونوع التخصص والمرحلة التعليمية، وعدد الطلاب في القاعة التدريسية. واشتملت عينة الدراسة على 32 معلما، تم اختيارهم بالطريقة الشاملة من المدارس الحكومية بمحافظة الرس، خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي(2013– 2014). طبق مقياس للاحتراق النفسي من إعداد الباحث تضمن 22 فقرة.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمي التربية الخاصة في محافظة الرس يعانون من الاحتراق النفسي بمستوى متوسط. وأشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات الخبرة التدريسية، والتخصص، والمرحلة الدراسية، وعدد الطلاب في الفصل.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، معلمي التربية الخاصة.

Burnout level among Special education teachers

Emad Saleh Najeeb Alaraideh*

Qassim University- Saoudi

Abstract

The study aimed to detect the level of burnout among special education teachers in AL Rass public schools in Saudi Arabia, and its relationship with some demographic variables, as the teacher expertise, and the type of specialty, and educational stage, and the number of students in the teaching rooms. The study sample included 32 teachers, were selected using the comprehensive sampling from the overall public schools in Al Rass, during the second semester of the academic year (2013-2014). Burnout Inventory prepared by the researcher, comprised of 22 items, was implemented on the sample.

Results of the study indicated that special education teachers in Al Rass suffer from an average level of burnout. The study also showed to the absence of statistically significant differences due to the variables of teaching expertise, specialty, educational stage, and the number of students in the classroom.

Key words: Burnout, Special education teachers

* **E. Mail** : Dr.araidah@gmail.com

مقدمة:

المعلم موضع تقدير في المجتمع، وهو محط ثقته واحترامه، وهو لذلك حريص على أن يكون في مستوى هذا التقدير وتلك الثقة والاحترام، يعمل في المجتمع على أن يكون له دائما دور المرشد والموجه في مجال معرفته وخبرته، ويمتنع عن كل ما يمكن أن يؤخذ عليه من قول أو فعل، ويحرص على أن لا يصدر عنه إلا ما يؤكد ثقة المجتمع به واحترامه له.

والاهتمام بالمعلمين وتدريبهم وإعدادهم يحتل مكانة كبيرة لدى المجتمعات، لأنه يسهم إسهاما فاعلا وأساسيا في تحقيق أهداف العملية التعليمية، وإن نجاح التربية في بلوغ أهدافها التربوية والتعليمية وتحقيق دورها في تطوير الحياة يتوقفان على مقومات عديدة، منها: الاتجاهات التربوية لأعضاء هيئة التدريس، وتوافقهم المهني، والدورات التدريبية التي يتلقونها خلال عملهم، وتخصصاتهم، إلى جانب التدريبات سواء أكانت تربوية أو غير تربوية.(الشيوخ، 2011)

والمجتمع المدرسي صورة مصغرة من المجتمع الإنساني، وأفراده ليسوا بمأمن عما يعانيه الآخرون، فبالإضافة إلى مشكلاتهم الخاصة فهم يعانون من مشكلات تتعلق بطبيعة مهنتهم؛ كونها مهنة تتطلب كثيرا من التحمل والصبر والعطاء، بسبب الضغوط الكثيرة التي يتعرض لها أصحابها، مما يؤدي في غالب الأحيان إلى إحساس هؤلاء باحتراق نفسي ولو بمستويات متفاوتة نظرا لتباين شخصيات الناس وقدراتهم على تحمل الضغوط، وباعتباره من أبرز المظاهر التي تنتجها الضغوط المهنية التي يعيشها العامل.

فالصحة النفسية وتقدير الذات والإشباع التي يحققها العمل هي التي تمثل الدافعية في العمل فتعرض المعلم لبعض الظروف التي لا يستطيع التحكم فيها تشعره بعدم القدرة على القيام بالمهام المطلوبة منه بالمستوى الذي يتوقعه مدراءه، وتضعه تحت ضغط نفسي وعصبي، يسهم في إنهاك طاقاته، ويحرمه من الاستمتاع بحياته على الوجه الأكمل، ويعمل على إضعاف ثقته بنفسه، وتنمية مفاهيم سلبية نحو الذات ونحو الآخرين، والاعتقاد بأنه غير كفء، وقد ينتابه صراع نفسي يشغل تفكيره ما بين الاستمرار في عمله أو تركه.

لذلك فإن دراسة موضوع الاحتراق النفسي وأسبابه وأعراضه ونتائجه السلبية يفيد العاملين في المجال التربوي، وهي ظاهرة تستحق البحث والدراسة، وقد احتلت خلال السنوات الأخيرة اهتماما كبيرا في الدراسات النفسية؛ وذلك لما تسببه من آثار سلبية تؤدي إلى سوء التوافق النفسي والمهني والاجتماعي لدى العاملين في مجال التعليم. وقد تنبه العاملون في مجال الإرشاد النفسي، والطب النفسي، والتربية الخاصة، إلى أهمية هذا الموضوع؛ كونه ينعكس بالسلب على سلوك المعلمين وتصرفاتهم وأدائهم. (الرافعي والقضاة، 2010)

تعد مهنة التدريس والعمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة من أكثر المهن التعليمية إثقالا بضغوط العمل، إذ يعاني المعلمون من مشاعر الإحباط والقلق والاكتئاب، ومنهم من يواجه مشكلات صحية

معينة، لما تقتضيه هذه المهنة من متطلبات وأعباء إضافية مع فئات متنوعة من الأفراد غير العاديين بمختلف فئاتهم، كالإعاقات الحركية، والعقلية، والحسية، وصعوبات التعلم، والتوحد، إذ يعد كل طالب حالة خاصة، تتطلب إعداد الخطط التربوية الفردية، واختيار أساليب التدريس المناسبة. كذلك يحتاج هؤلاء الطلاب إلى الخدمات التدريبية، والخدمات المساندة: كالخدمات الطبية والإرشادية والنفسية كما أن انخفاض القدرات العقلية، وانخفاض مستوى التحصيل لدى هؤلاء الطلاب؛ من شأنه أيضًا أن يولد لدى بعض العاملين معهم الشعور بالإحباط وضعف الشعور بالإنجاز، الأمر الذي من شأنه أن يولد لدى المعلمين الشعور بالضغوط النفسية، ومنهم من قد يصل إلى درجة الاحتراق النفسي.

مما سبق يتضح أن العمل في مهنة تدريس الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، بما فيه من مواقف متعددة، وما له من مسئوليات تقع على عاتقه، يسبب للمعلم ضغوطا في العمل، تفوق قدراته وإمكاناته. من هنا برزت الحاجة إلى تسليط الضوء على موضوع الاحتراق النفسي الذي يعتبر أحد أسباب الأزمات النفسية الخطيرة على المعلمين بشكل عام, والتي تؤثر سلبيا في الجانب الاجتماعي والصحي والنفسي للأفراد الذين يعانون منها، والذين يفترض فيهم القيام بعملهم بطرائق تتسم بالفاعلية.

وفي حدود اطلاع الباحث ودراسته تبين له أن هناك نقص يتمثل في قلة عدد الدراسات التي تناولت ظاهرة الاحتراق النفسي، وخاصة عند معلمي التربية الخاصة، فكان هذا النقص سببًا أساسيًا دفع الباحث إلى إجراء هذه الدراسة، هذا بالإضافة إلى أهمية موضوع الاحتراق النفسي. فمن خلال مراجعة الدراسات السابقة، يلاحظ أن أي من هذه الدراسات لم تتطرق إلى الاحتراق النفسي عند معلمي التربية الخاصة في المملكة العربية السعودية، وهذا ما يجعل هذه الدراسة متميزة عن الدراسات التي سبقتها فهناك ندرة في الدراسات في المملكة العربية السعودية، مما يدفع إلى مزيد من البحث لاستكشاف مستويات الاحتراق لدى هذه الفئة من معلمي التربية الخاصة، وهو ما تهدف إليه الدراسة الحالية.

ومن هنا تأتي الدراسة الحالية لتتناول موضوع مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في ضوء عدد من المتغيرات الديموغرافية في المدارس الحكومية، في مدينة الرس بالمملكة العربية السعودية.

مشكلة الدراسة:

تظهر في كثير من المهن ذات الطابع الإنساني والتعاوني معوقات وضغوط مختلفة، تحول دون قيام الموظف بدوره المطلوب، كما يتوقعه هو أو كما يتوقعه الآخرون، وتعتبر ظاهرة الاحتراق النفسي من أبرز المعوقات التي قد تظهر في مجال العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة. ونظرا لقلة الدراسات في حدود علم الباحث التي أجريت على فئة معلمي التربية الخاصة، في مجال الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لديهم في المملكة العربية السعودية، ارتأى الباحث ضرورة البحث في هذه المشكلة التي تلعب دورا مهما في مجال العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة بالمملكة.

إن الدراسة الحالية تعد بمثابة محاولة علمية للكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس في المملكة العربية السعودية، وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

1- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية بمحافظة الرس؟
2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة تعزى للخبرة (أقل من خمس سنوات، خمس سنوات فأكثر)؟
3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة تعزى للتخصص)؟
4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة حسب المرحلة التعليمية التي يقومون بتدريسها(ابتدائي، متوسط، ثانوي)؟
5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة حسب عدد الطلاب في الصف (خمسة طلاب فأقل، من 6-10 طلاب، 11 طالبا فأكثر)؟

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

1- الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، كما يدركها المعلمون أنفسهم في محافظة الرس بالمملكة العربية السعودية.
2- التعرف على الفروق في مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الرس تبعا لمتغير خبرة المعلم، ونوع التخصص، والمرحلة التعليمية، وعدد الطلاب في القاعة التدريسية.

أهمية الدراسة:

تعد هذه الدراسة ذات أهمية كبيرة، ويمكن إبراز أهميتها كما يلي:

الأهمية النظرية:

1- إن الحاجة إلى إجراء هذا النوع من الدراسات في الدول العربية حاجة واضحة وأكيدة؛ فتحديد المشكلات من شأنه أن يسهم في تطوير البرامج التربوية والعلاجية المناسبة لحاجاتهم.
2- كما تناولت الدراسة موضوعاً وميدانا يحتاج إلى المزيد من الاهتمام والدراسة من قبل المسئولين والباحثين والعاملين في التربية الخاصة.
3- أنها تطبق على فئة هامة وحساسة من المجتمع، وهي فئة المعلمين التي لها دور كبيرً في إعداد الطلاب وتحصيلهم.
4- تعتبر هذه الدراسة استكمالا لما جاء به الباحثون السابقون بخصوص موضوع الاحتراق النفسي.
5- تأتي هذه الدراسة تغطية للنقص التي جاءت به الدراسات الأخرى خاصة العربية منها.

6- تعتبر هذه الدراسة بمثابة دعوة لتحسين ظروف المعلمين، ومساعدتهم من قبل وزارة التربية والتعليم في تحقيق صحتهم النفسية، والتغلب على العوامل التي تعترضها.

الأهمية التطبيقية:

1- معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة.

2- معرفة الفرق في درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في ضوء عدد من المتغيرات الديموغرافية في المدارس الحكومية في مدينة الرس بالمملكة العربية السعودية.

3- هي محاولة تقديم مساعدة للمعلمين في فهم مشكلاتهم التي تعترضهم أثناء عملهم، وذلك من خلال الأخذ بنتائج هذه الدراسة وغيرها من الدراسات والعمل بتوصياتها.

حدود الدراسة:

تتحدد هذه الدراسة من حيث قابليتها للتعميم بما يأتي:

1- **حدود بشرية:** اقتصرت الدراسة على المعلمين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة في مدارس الذكور الحكومية بمحافظة الرس.

2- **حدود مكانية:** اقتصرت الدراسة على مدارس الذكور الحكومية بمحافظة الرس في منطقة القصيم بالمملكة العربية السعودية.

3- **حدود زمنية:** تتمثل بالعام الدراسي:(1434-1435هـ) ،(2012- 2013 م).

4- أداة الدراسة المستخدمة وما يتعلق بصدقها وثباتها، والأساليب المستخدمة للإجابة على أسئلة الدراسة.

تحديد مصطلحات الدراسة:

- **الاحتراق النفسي:** تعرفه Maslach (1982) بأنه "حالة من الإنهاك الجسدي والانفعالي والعقلي تظهر على شكل إعياء شديد وشعور بعدم الجدوى وفقدان الأمل وتطور مفهوم ذات سلبي واتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس".

ويعرفها الباحث بأنها الدرجة التي يحصل عليها المعلم وفق مقياس الاحتراق النفسي، وأبعاده الفرعية المستخدمة في هذه الدراسة، وتصنف إلى ثلاث مستويات (عالية، متوسطة، منخفضة).

- **معلمو التربية الخاصة:** هم المعلمون الذين هم على رأس العمل، والذين يتعاملون مع ذوي الاحتياجات الخاصة، في مدارس الذكور الحكومية، بمحافظة الرس للعام الدراسي. (1434-1435هـ) (2012- 2013)

الإطار النظري والدراسات السابقة

يوصف العصر الحاضر بأنه عصر الضغوطات والتوترات والأزمات، وذلك لتشابك الاحتياجات الإنسانية، وكثرة المشكلات الحياتية، مما فرض ازديادا ملحوظا ومتواليا في حجم وعدد المؤسسات التي تقدم الخدمات الضرورية للناس، وأصبح على هذه المؤسسات إشباع هذه الاحتياجات، وحل هذه

المشكلات من خلال المختصين العاملين فيها، والذين يفترض فيهم أن يقوموا بواجباتهم تجاه حاجات ومشكلات الناس، مما أدى إلى زيادة الأعباء الملقاة على عاتقهم.

إن هذه الأعباء تمثل ضغوطا تواجه الأفراد العاملين في مؤسسات المجتمع، تؤدي مع تقدم الزمن إلى القلق والتوتر، وهذا يؤدي بدوره إلى انطفاء شعلة الحماس تدريجيا، مما يؤدي إلى إعاقة العاملين عن تأديتهم لواجبهم بالشكل المطلوب.

وفي دراسة عساف (1996) أكد على أن الإجهاد النفسي يؤثر على إنتاجية عضو الهيئة التدريسية الأكاديمية والعلمية، وعلاقته مع الطلاب والزملاء وأعضاء الهيئة الإدارية في المؤسسة التي يعمل بها بشكل سلبي، بالإضافة لتأثيرها عليه من الناحية الشخصية العائلية.

وهناك الكثير من الأسباب والعوامل المؤدية إلى حدوث الاحتراق النفسي، وهي تختلف من فرد إلى آخر من حيث تأثيرها النفسي عليه، حيث يرى معظم علماء النفس أن من أهم أسباب هذه الظاهرة هو صعوبات العمل الإدارية والإنسانية والفيزيقية (حرب، 1998)، والعوامل الخاصة بالبعد الفردي والاجتماعي والمهني(رمضان، 1999)، ونتيجة لهذه العوامل المؤدية إلى حدوث الاحتراق النفسي، والتي تحول دون قيام المعلم بدوره كاملا، يتولد إحساسه بالعجز عن تقديم الواجب المطلوب منه، وبالمستوى الذي يتوقعه الآخرون، ومتى حدث ذلك فإن العلاقة التي تربط بين المعلم والطالب تأخذ بعدا سلبيا له آثاره المدمرة على العملية التربوية ككل. (الطحاينة، 1995)

يطلق مصطلح الاحتراق النفسي على مشكلة كانت في الأصل موجودة منذ زمن طويل إلا أن الحديث في الأمر هو الاهتمام بها والتوجه نحو إطلاق التسمية عليها، ويشار إلى الاحتراق النفسي بعدة مصطلحات تختلف باختلاف المتخصصين، وباختلاف الفترة الزمنية، فهناك من ذكر بأنه نفسه التحول عن العمل، أو الجمود والتبلد، واللامبالاة، أو الاكتئاب، أو الاستنزاف والاستنفاذ، كما يوصف الاحتراق النفسي بأنه أزمة منتصف العمر أو أزمة الثمانينات أو حتى داء الحياة العصرية. (حامد،1999)

وعلى الرغم من أن (فرويدنبرجر) هو الذي اكتشف مصطلح الاحتراق النفسي، إلا أن (ماسلاش) هي التي درسته بعمق بحيث قدمت أول تعريف له وأول أداة لقياسه، ثم ظهر باحثون آخرون واصلوا ويواصلون دراسته.

شهد هذا المصطلح منذ ظهوره اهتماما كبيرا من طرف الباحثين والمختصين في هذا الميدان وقد ظهرت بذلك تعريفات كثيرة له، إلا أن التعريف الأكثر قبولا هو تعريف Maslach & Jackson (1984)، اللذان أقرا أن التناذر يتضمن الإنهاك الانفعالي (استنزاف الموارد الانفعالية)، وتبلد المشاعر (المواقف والأحاسيس تجاه العميل)، وانخفاض الإنجاز الشخصي.

يعرف الخرابشة وعربيات (2005) الاحتراق الوظيفي (Burned out)، بأنه حالة نفسية تصيب الأفراد بالإرهاق والتعب ناجمة عن أعباء إضافية، يشعر معها الفرد أنه غير قادر على تحملها، وينعكس

ذلك على الأفراد العاملين والمتعاملين معهم، وعلى مستوى الخدمات المقدمة لهم. ويعرفه العلي(2003) بأنه حالة من فقدان الفرد الدافعية والرغبة في العمل، متمثلة في انطفاء شعلة حماسه وانخفاض مستوى أداءه بشكل ملحوظ، نتيجة ما يواجه من ضغوطات نفسية ومهنية واجتماعية، مما يؤثر سلبا على تحقيق أهدافه الشخصية والأهداف العامة للمؤسسة التي يعمل فيها.

أما Maslach & Jackson (1984) يعرفان الاحتراق النفسي على أنه تناذر الإنهاك انفعالي وتبلد المشاعر وانخفاض الإنجاز الشخصي، الذي قد يحدث لدى الأفراد الذين يعملون مع الناس في بعض المهن.

وأثبتت دراسة Fimian (1986) أن مصادر الضغوط التي يواجهها المعلمون هي: قلة فرص التقدم في أداء عملهم، عدم توفر المركز الوظيفي الجيد، عدم السيطرة على بعض الشؤون المدرسية، عدم الاعتراف والتقدير، قلة الدعم الانفعالي في العمل، انعدام فرص التحسن الوظيفي، الترقية، قلة المكافآت والرواتب، وعدم الاعتراف بأهمية أداء المعلمين.

إن أهداف التربية الخاصة تختلف عن أهداف التربية العامة، كما أن الأهداف التربوية التعليمية والاجتماعية لدى الأطفال المعوقين تختلف عن الأطفال العاديين، إضافة إلى أن دور معلم التربية الخاصة يختلف عن دور المعلم العادي. (أبو مصطفى، 2000) فذلك كله يشكل لدى معلم التربية الخاصة ضغوطا في العمل مختلفة ونوعية، نتيجة للمهام والواجبات التربوية، التعليمية، الاجتماعية والتأهيلية الموكلة له في رعاية فئات التربية الخاصة، مثل: المشاركة في تقييم تشخيص الأطفال في المؤسسة، وتحديد كل من: الأداء التحصيلي الحالي، الاحتياجات التربوية والأكاديمية الخاصة لكل طفل الأهداف التربوية والتعليمية، البرنامج التربوي التعليمي الفردي، الخطة التعليمية ومستوياتها، المواد المصادر، الوسائل التعليمية لكل طفل، أساليب التدريس والطرق المناسبة لكل طفل، تنفيذ عملية التدريس، التقييم المستمر لأداء الطفل(قبل التدريس، أثنائه، وبعده) (أبو مصطفى، 2000)، ومتابعة التقدم والنمو التعليمي المعرفي، المهاري، الوجداني للطفل، استخدام طرق وأساليب تعديل السلوك المناسبة لحالة الطفل، المشاركة في إرشاد ومعاونة المعلمين العاملين بالمدارس العادية التي يتعلم فيها الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، والمشاركة في التوجيه والإرشاد الأسري. (القريطي،1996)

أثبتت دراسة الفاعوري (1990) كذلك أن الضغوط المهنية التي تواجه المعلمات اللواتي يدرسن الإعاقة العقلية هي: العلاقات مع الأهل، خصائص المتعلم، ظروف العمل مع المعوقين، العلاقة مع الإدارة والزملاء، المنهاج، الأدوات، والوسائل التعليمية.

وقد أوضحت كثير من الدراسات، مثل دراسة Karter (1994) و Ronald et al (1996) أن مهنة التدريس من أكثر المهن التي يكون أصحابها عرضة للاحتراق النفسي والضغط المهني إذ تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلم إلى استنزاف جسمي وانفعالي، وأهم مظاهره: فقدان المعلم للاهتمام بالطلاب، وتبلد مشاعره تجاههم، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل

ومقاومة التغيير، وفقدان القدرة على الابتكار.

مصادر الاحتراق النفسي:

تذكر حامد(1999) في دراستها التي أجريت على معلمي الطلبة المعوقين فكريا في اليمن أن مصادر الاحتراق النفسي هي: خصائص الطلاب، وظروف العمل.

وفي دراسة العلي(2003) صنف هذه المصادر إلى أربع مجموعات هي:

1- مصادر ذاتية تتعلق بالفرد نفسه: كتوقعات الفرد من المهنة، وتحميل الفرد نفسه مسؤوليات تفوق قدراته، والكفاح من أجل نشر الأبحاث العلمية، والاشتراك في لجان مختلفة ومتعددة تتطلب العمل والنشاط في نفس اليوم الذي يقوم فيه الفرد بأداء وظيفته، والمشكلات الشخصية.
2- مصادر متعلقة بعلاقته مع الآخرين: كالرؤساء والزملاء والمجتمع المحلي والطلاب.
3- مصادر تتعلق بالناحية المادية: كتدني الراتب، وعدم توفير الدعم المادي الكافي من أجل القيام بالأبحاث، وعدم اعتماد نظام الحوافز المادية من قبل الجهات المسؤولة.
4- مصادر تتعلق بظروف العمل: كالعبء الوظيفي الزائد عن طاقة العامل، وغموض الدور وتعارض الواجبات الوظيفية مع نشاطات العامل الشخصية، وعدم توفر الوقت الكافي للحاق بركب التطور العلمي، وعدم توفر المكان المناسب والملائم لأداء العمل.

ويضيف الباحث مصدرا آخر متعلقا بمناخ العمل، ويتمثل هذا المصدر بتعارض المبادئ والقوانين والشعارات التي تتبناها المؤسسة مع ما يحمله الفرد من مبادئ وما يتبناه من فلسفة خاصة به وكذلك عدم فاعلية الحماية القانونية التي تحمي الموظف من المخالفات التي يرتكبها صاحب العمل.

أبعاد الاحتراق النفسي:

يرى كل Perleman & Harteman & Maslash & Jackson (في البدوي، 2000) أن الاحتراق النفسي يتكون من ثلاثة أبعاد هي:

1- **الإجهاد الانفعالي:** وهو استنزاف العاملين لطاقتهم البدنية النفسية، وفقدانهم لحيويتهم ونشاطهم الذي كانوا يتمتعون به في الماضي.
2- **تبلد الشعور:** وهو حالة العاملين الذين تتولد لديهم مواقف سلبية وساخرة وتهكمية تجاه العملاء بحيث يتعاملون معهم كأنهم أشياء بدون قيمة إنسانية.
3- **نقص الشعور بالإنجاز:** ويشير إلى تقييم العاملين لأنفسهم بطريقة سلبية بأنهم غير قادرين على القيام بواجباتهم بالمستوى المطلوب.

أسباب الاحتراق النفسي:

أولا: أسباب الضغوط التي ترجع إلى العمل: بعض الوظائف بطبيعتها تتضمن ضغوطا عالية مثل: رجال الإطفاء وكبار المديرين، والجراحين، في حين أن وظائف أخرى مثل وظائف المحاسبين

وخبراء التأمين أقل ضغوطا. وقد أجري مسح تضمن مئات من الوظائف، وتم المقارنة فيما بينها من حيث الضغوط الواقعة على العاملين فيها في ضوء عدة معايير تشمل: الوقت الإضافي حصص العمل، ضغط الوقت، المتطلبات البدنية، الأحوال البيئية، المخاطر، مقدار المبادأة المطلوبة ومواقف الكسب والخسارة، والعمل في أعين الناس، ويمكن إرجاع ذلك لما يأتي:

1- **صراع الدور**: ويحدث هذا الصراع بين متطلبات دور الفرد في العمل، و دوره في غير العمل، مثل واجباته الأسرية مثلا. فدخول كلا الزوجين للعمل طوال الوقت يخلق نوعا من التعارض بين متطلبات العمل ومتطلبات الحياة الأسرية، فتوقعات الزوج أو الزوجة والأطفال ستتعارض بالطبع مع متطلبات الرؤساء والزملاء في العمل، وهذا النوع من صراع الدور يؤدي على تزايد الضغوط الواقعة على الفرد بسبب العمل.

2- **غموض الدور**: يحدث ذلك حينما لا يعلم الفرد حقيقة ما المطلوب منه على وجه الدقة للقيام بعمله وغموض الدور أمر شائع، ولا يمكن تجنبه كلية في كثير من الحالات.

3- **زيادة المسؤولية**: فتحميل الفرد بأعباء فوق طاقته يعتبر مصدرا من مصادر الضغوط، وقد تكون زيادة الأعباء من الناحية الكمية، حيث يطلب من الفرد القيام بأعمال أكثر مما يستطيع انجازه في الوقت المحدد. كما قد يكون زيادة العبء في شكل نوعي، كأن يطلب من الفرد القيام بأعمال لا تلاءم استعداداته وقدراته الخاصة. ومن مصادر الضغوط أيضا تحميل الفرد بأقل مما يجب سواء من الناحية الكمية أو من الناحية النوعية، لأن ذلك يعني استهانة بقدراته وإمكانياته.

4- **نقص الدعم الاجتماعي**: فالفرد يشعر بالأمان حينما يجد بجواره صديق أو قريب يستطيع اللجوء إليه حينما يواجه صعوبة أو مشكلة أو يحتاج إلى مشورة، ومن هنا تأتي أهمية العلاقة الإنسانية بين المدير ومرؤوسيه، وجو الصداقة بين الزملاء في العمل، لأن ذلك من شانه أن يخفف مقدار الضغوط التي قد يواجهها الفرد. (الفرح، 2001؛ الطحاينة، 1995)

ثانياً :أسباب الضغوط من خارج العمل، ومنها:

1- ضغوط الحياة: وتأتي في مقدمتها مشاكل الأسرة.
2- الظروف الاقتصادية السائدة واتجاهاتها في المستقبل: كمروره بحالة الكساد، وانخفاض مستويات الدخل، وانتشار البطالة، وارتفاع معدلات التضخم.
3- التغيرات الاجتماعية وظهور بعض المشاكل في المجتمع: كانتشار المخدرات.
4- تلوث البيئة وسوء تخطيطها وكآبة المظهر العام لها والازدحام.
5- تباين الثقافات داخل المجتمع.
6- الكوارث الطبيعية والحرائق والحروب. (مسعود، 2010)

مظاهر الاحتراق النفسي:

هناك مجموعة من المظاهر الدالة على وجود الاحتراق النفسي لدى المعلمين، والتي تتضمن أربعة مجالات هي: المظاهر الفسيولوجية والبدنية، المعرفية، النفسية الاجتماعية، والسلوكية.

أولا: **المظاهر الفسيولوجية والبدنية:** تشمل العلامات التي تظهر على البدن، والتي تتمثل فيما يلي:

- ضعف الحيوية، وقلة النشاط.
- الصداع المستمر، والاضطرابات المعوية، والأرق وضيق التنفس.
- أمراض القلب، والقولون العصبي، وضغط الدم.
- توتر العضلات، ونقص المقاومة، والروماتيزم.
- الضعف الجنسي، وغزارة البول، والإسهال.
- حب الشباب، والتهابات الجلد.
- اضطرابات الأكل، والاستخدام المفرط للعقاقير والكحوليات.
- انسداد الشرايين، وأمراض الرئة والسرطان.
- اضطرابات الهضم، والإمساك.
- اضطرابات النوم، مثل: المشي أثناء النوم، والنوم غير المنعش.
- فقر الدم.
- آلام الظهر، وذبحة الصوت، وفقدان الشهية.

(Melamed et al ,2006؛Sonnenschein et al,2007)

ثانيا: المظاهر المعرفية، وتشمل ما يلي:

- البلادة الفكرية، وفقدان القدرة على الابتكار.
- التشتت الإدراكي والشرود الذهني.
- الوسوسة، وكثرة الشك، والعناد.
- قلة المقدرة على الانتباه والتركيز لفترة طويلة.
- عدم القدرة على مواجهة المشكلات بكفاءة.

(العنزي والمشعان، 2006؛ Linden,et.al,2005؛ Jackson et al,1986).

ثالثا: المظاهر النفسية الاجتماعية، ومن أهم هذه المظاهر:

- الإحباط والقلق أمام الأزمات، وكثرة الغضب.
- عدم الرضا الوظيفي.
- انخفاض تقدير الذات، والسخط على الذات والآخرين.
- سرعة البكاء والانفعال الزائد.
- فقدان الاهتمام بالآخرين، والكآبة.
- البلادة العاطفية والإجهاد الانفعالي.
- التشاؤم، وضعف القدرة على التحمل.
- عدم الإحساس بالمسؤولية، وعدم الاسترخاء، وشد الأعصاب. (Jackson et al, 1986)

رابعا: المظاهر السلوكية، ومنها:

- التغيب الطويل عن العمل، والتقاعد المبكر.
- النقد الدائم للآخرين والسخرية منهم.
- النظرة السلبية للطلاب، وعدم الالتزام بالعمل.
- العدوانية، وفقدان الهوية الشخصية.
- أداء العمل بطريقة روتينية، ومقاومة التطوير.
- الاتكالية، والاعتداء على حقوق الآخرين.
- البعد عن الموضوعية في الحكم على الأداء الوظيفي.
- الانسحاب، والميل للعمل الإداري أكثر من التعامل مع الطلاب والزملاء.
- انتظار أيام العطلات والإجازات ليبتعد عن عمله.
- الانسحاب من الحياة العائلية، وتجنب الأصدقاء.
- تدني القدرة على الإنجاز، وعدم الاهتمام بالتحضير.
- نقص دافعية الأداء، والتخلي عن المثاليات، وزيادة سلبية الفرد.
- قلة البحث عن الطرق التدريسية الجديدة والاكتفاء بالطرق القديمة.
- عدم الرغبة في التدريس، وعدم الرغبة في العمل بطواعية.
- زيادة العنف لدى الأزواج، وحدوث الخلافات الزوجية.

(الخرابشة وعربيات، 2005؛ Raggio & Malacarne ,2007؛ Martinussen et al, 2007؛Grossi et al, 2003)

النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

1- **النظرية السلوكية:** التي تنظر إلى السلوك على أنه نتاج الظروف الفيزيقية والبيئية، ولهذا نجد أن النظرية السلوكية ترى أن الاحتراق النفسي هو نتيجة لعوامل بيئية، وإذا ما تم ضبط تلك العوامل فإنه من السهولة التحكم بالاحتراق النفسي، وهذا ما تؤمن به الكثير من النظريات والدراسات العلمية حاليا في أهمية وضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية في مختلف مجالات العمل.

2- **النموذج البيئي:** يهتم علم النفس البيئي بدراسة العلاقات بين الكائنات الحية والظروف المحيطة والأنظمة البيئية، ويوضح هذا المنظور انه يلزم لتفهم الأسس والمسببات الرئيسية لظاهرة الاحتراق النفسي أن تركز على الشخص وعلى ظروفه البيئية التي يعيش فيها والصدى المتبادل لكل منهما على الأخر ويحدث الاحتراق النفسي عندما لا يستطيع الشخص التعامل بحكمة مع الضغوط النفسية، والذي يفضي إلى الإصابة بالاكتئاب، ومن ثم يعتقد بتدهور مهاراته الشخصية، مثل تدهور الصحة النفسية والبدنية.

والمتغيرات البيئية مثل: عدم القدرة على التعامل مع الظروف وتدهور الأحوال تشتمل أيضا على تأثير الظروف البيئية الأخرى، مثل: الأسرة، مما يؤدي في النهاية إلى الإصابة بالاحتراق النفسي.

3- **النموذج المعرفي:** التي ترد سلوك الإنسان إلى مصدر داخلي، معرفي (عمليات عقلية).

4- **نظرية التحليل النفسي:** (النظرية الفرويدية) التي تفسر سلوك الإنسان على أنه قوى داخلية تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الأنا والأنا الأعلى.

الدراسات السابقة:

أجرت الشيوخ(2011) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الثانوية في مدارس التعليم الثانوي للإناث بالقطيف في المملكة العربية السعودية، وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم، وقد تكونت عينة الدراسة من 100 معلمة يمثلن عينة عشوائية من مجتمع البحث، المتمثل بالمعلمات اللواتي يمارسن التدريس في المرحلة الثانوية بمدينة القطيف/السعودية.

لتحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة مقياسين الأول خاص بالباحثة (جيلدرد) الخاص بالاحتراق النفسي، والذي يتكون من 40 فقرة، والثاني الخاص بالاتجاهات للمعلم 45 فقرة قامت الباحثة بإعداده لغرض الدراسة ويتناسب مع البيئة. ولتحقيق أهداف البحث استخدمت الباحثة اختبار(ت) لمعرفة الفروق في مستوى الاحتراق النفسي بين المتوسطات ودلالتها، وقد كشفت الدراسة عن وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الثانوية من اللواتي يعملن في مدارس مدينة القطيف. كما أشارت نتائج البحث الحالي أيضا إلى وجود اتجاه سلبي لدى هؤلاء المعلمات وذلك حسبما أسفرت عنه نتائج البحث.

وأجرى عواد(2010) دراسة هدفت إلى تحديد درجة الاحتراق النفسي لمعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بالصفوف العادية، وإلى معرفة أثر بعض المتغيرات المتعلقة بهم على درجة الاحتراق النفسي لديهم، كما هدفت إلى ترتيب أبعاد درجة الاحتراق النفسي حسب أهميتها. تكونت عينة الدراسة من230 معلما ومعلمة، حيث قاموا بتعبئة الاستبانة المكونة من28 عبارة موزعة على أربعة أبعاد.

أظهرت النتائج أن درجة الاحتراق النفسي لمعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في المدارس العادية كانت متوسطة على الدرجة الكلية. كما أظهرت نتائج تحليل التباين الثلاثي عدم وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لكل من متغيري الجنس والمؤهل العلمي والتفاعل بينهما، وكذلك لتفاعلات الجنس والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة، فيما أظهرت النتائج وجود فروق تعزى لمتغير سنوات الخبرة، إذ كلما زادت سنوات الخبرة قلت درجة الاحتراق النفسي للمعلمين. كما أظهرت نتائج تحليل التباين الثنائي وجود فروق تعزى لمتغير الدورات التدريبية حيث تزيد درجات الاحتراق النفسي عند من لم يتلقى دورات تدريبية، فيما أظهرت النتائج عدم وجود فروق تعزى لمتغير التخصص، والتفاعل الثنائي بين التخصص والدورات التدريبية وأظهرت نتائج تحليل الانحدار المتعدد أن بعد الضغوط المهنية قد حصل على المرتبة الأولى، وبعد تدني درجة الرضا الوظيفي على الثانية، وبعد غياب المساندة الإدارية ثالثا، وأظهرت النتائج أن بعد الاتجاه السلبي نحو الطلاب كان عديم الأثر.

وأجرى الظفري والقريوتي(2010) دراسة هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات الطلاب ذوي صعوبات التعلم بسلطنة عمان، ومدى اختلاف هذه المستويات بناء على التخصص، والمؤهل الدراسي، والحالة الاجتماعية للمعلمات، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي وكل من الخبرة التدريسية، والدورات التدريبية للمعلمات، والمستويات الاقتصادية لطلاب المدرسة. وقد تكونت العينة من200 معلمة من معلمات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بسلطنة عمان، واستخدم الباحثان مقياس (ماسلاك وجاكسون) للاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة: (Maslach Burnout Inventory, MBI; Maslach & Jackson, 1984) الإجهاد الانفعالي، وتبلد الشعور ونقص الإنجاز. أشارت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى منخفض من الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة وأن مستويات الاحتراق اختلفت باختلاف التخصص لصالح التخصصات العلمية، والمؤهل الدراسي لصالح حملة البكالوريوس مقارنة بحملة الدبلوم العالي، بينما لم توجد فروق دالة إحصائيا تعزى للحالة الاجتماعية للمعلمة، كما دلت النتائج على أن جميع أبعاد الاحتراق لدى المعلمات ترتفع كلما انخفض المستوى الاقتصادي لطلاب المدرسة، بينما لم توجد علاقة لمعظم أبعاد الاحتراق بالخبرة التدريسية والدورات التدريبية.

كما أجرى أبو مصطفى والزين(2009) دراسة هدفت إلى التعرف على الأهمية النسبية لمجالات مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة، مع التعرف على الفروق المعنوية في مجالات المقياس موضع الدراسة، تعزى لمتغيرات الجنس، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، نوع إعاقة الطفل، فئة المعلم، ونوع وظيفة المعلم. وتكونت عينة الدراسة من معلمي فئات: الإعاقة العقلية، الإعاقة السمعية، الإعاقة البصرية، وصعوبات التعلم، وعددهم 183 معلماً ومعلمة. واستخدم مقياس مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة في محافظات غزة من إعداد الباحثين. واستخدم لمعالجة نتائج الدراسة الأساليب الإحصائية التالية: المتوسط الحسابي الانحراف المعياري، الوزن النسبي، اختبار(ت)، تحليل التباين الأحادي، واختبار (شيفيه).

بينت نتائج الدراسة أن:

– أكثر مصادر ضغوط العمل شيوعا لدى المعلمين موضع الدراسة هو مجال العلاقة مع الأطفال، يليه مجال الراتب والترقية، فمجال العلاقة مع الزملاء، ثم مجال العلاقة مع أولياء الأمور فمجال ظروف العمل، ثم مجال العلاقة مع مدير المؤسسة، فمجال بيئة العمل.

– عدم وجود فروق معنوية في مجالات مقياس موضع الدراسة، والدرجة الكلية للمقياس، تبعا لمتغير الجنس.

– وجود فروق معنوية في مجال الراتب والترقية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية، لصالح المعلمين المتزوجين، في حين لا توجد فروق معنوية في باقي مجالات المقياس موضع الدراسة، والدرجة الكلية للمقياس.

– عدم وجود فروق معنوية في المجالات موضع الدراسة، والدرجة الكلية للمقياس، تبعا لمتغير المؤهل العلمي، ووجود فروق معنوية في مجال الراتب والترقية لدى المعلمين موضع الدراسة، تبعا لمتغير سنوات الخبرة لصالح سنوات الخبرة من(6–10) سنوات.

– وجود فروق معنوية في مجالي: ظروف العمل والعلاقة مع الأطفال، تبعا لمتغير نوع إعاقة الطفل لصالح أطفال صعوبات التعلم، في حين لا توجد فروق معنوية في باقي مجالات مقياس موضع الدراسة والدرجة الكلية للمقياس، تبعا لمتغير نوع إعاقة الطفل.

– وجود فروق معنوية في مجالي: الراتب والترقية، والعلاقة مع مدير المؤسسة، تبعا لمتغير فئة المعلم لصالح المعلم العادي، في حين لا توجد فروق معنوية في باقي مجالات مقياس موضع الدراسة والدرجة الكلية للمقياس، وعدم وجود فروق في مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، تبعا لمتغير نوع وظيفة المعلم.

وأجرى القريوتي(2008) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين المكفوفين في المدارس الأردنية. اشتملت العينة على 70 معلما ومعلمة. أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي تعزى لحالة المعلم الاجتماعية وجنسه، وسنوات الخبرة، في حين أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير فئة الطالب على بعدي المقياس مستوى الطاقة، والعلاقات مع الطلاب، والدرجة الكلية لصالح معلمي الطلاب المعوقين بصريا. كما أظهرت الدارسة وجود فروق دالة إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي ولصالح المعلمين ذوي المؤهلات العلمية الأعلى من البكالوريوس، على مقياس مستوى الطاقة.

وأجرى Brady et al (2008) دراسة هدفت إلى التعرف على مظاهر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة، ومدى إحساسهم بطلبتهم والتفاعل معهم. وقد تألفت عينة الدراسة من 118 معلما.

وقد بينت نتائج الدراسة عن حالة من عدم الاستقرار الوجداني لدى المعلمين، كما بينت نتائج الدراسة وجود مشاعر قوية من العطف نحو المعوقين.

وأجرى Voltz et al (2008) دراسة هدفت إلى التعرف على مدى استعداد معلمي التربية الخاصة، وضغوط العمل التي يتعرضون لها، وقد تكونت عينة الدراسة من 400 معلما، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن 37% من عينة الدراسة كانوا مستعدين بشكل جيد لتعليم الطلاب، كما أسفرت نتائج الدراسة عن أن التوتر كان سمة ظاهرة لدى معلمي التربية الخاصة.

وأجرى Platsidou & Agaliotis (2008) دراسة هدفت للتعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة. بلغت العينة 127 معلما ومعلمة من معلمي التربية الخاصة في المرحلة الابتدائية باليونان، وقد توصل الباحثان إلى وجود مستويات منخفضة من الاحتراق لدى عينة الدراسة في الأبعاد الثلاثة لمقياس (ماسلاك)، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة سلبية ودالة إحصائيا بين مستويات الاحتراق ومستويات الرضا الوظيفي، في حين أظهرت الدراسة عدم وجود علاقة دالة

إحصائيا بين درجة الاحتراق والخبرة التدريسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستويات الاحتراق تعزى لمتغير الجنس.

وأجرت الزهراني(2008) دراسة هدفت إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية (الثبات الانفعالي، الاجتماعية، السيطرة، المسؤولية) لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، وكذلك معرفة إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي وتكونت عينة الدراسة من 150 عاملة. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية (الثبات الانفعالي – الاجتماعية – السيطرة)، كما أثبتت الدراسة أن هناك علاقة ارتباطيه عكسية بين الاحتراق النفسي وبين سمة المسؤولية، وعدم وجود فروق بين مرتفعات ومنخفضات الاحتراق النفسي في سمة الثبات الانفعالي، بينما كشفت الدراسة عن وجود فروق بين مرتفعات ومنخفضات الاحتراق في سمات (الاجتماعية، السيطرة، المسؤولية، والدرجة الكلية) ووجود فروق في متوسطات درجات الاحتراق النفسي لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لاختلاف العمر.

وأجرى الزيودي (2007) دراسة هدفت إلى الكشف عن ظاهرة الضغط النفسي والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في إقليم الجنوب، وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية، كالجنس والعمر والحالة الاجتماعية والخبرة التدريسية والمؤهل العلمي، واشتملت عينة الدراسة على110 معلما ومعلمة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيق مقياس (ماسلاك) للاحتراق النفسي، حيث تضمن ثلاثة أبعاد موزعة على 22 فقرة. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمي التربية الخاصة في جنوب الأردن يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط النفسية والاحتراق النفسي، تراوحت بين المتوسط إلى المرتفع، وأشارت إلى أن أكثر مصادر الضغوط هي المرتبطة بالأبعاد التالية: قلة الدخل الشهري، والبرنامج الدراسي المكتظ، والمشاكل السلوكية، والعلاقات مع الإدارة، وعدم وجود التسهيلات المدرسية، وزيادة عدد الطلاب في الصف، وعدم وجود حوافز مادية، وعدم تعاون الزملاء، والعلاقة مع الطلاب، ونظرة المجتمع المتدنية لمهنة التعليم. كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين كانوا يعانون من الإجهاد الانفعالي أكثر من المعلمات، وكذلك هناك فروق تعزى لمتغير سنوات الخبرة في بعد تبلد الشعور وشدته لصالح المعلمين، وهناك فروق تعزى لمتغير الدخل الشهري في بعد نقص الشعور بالإنجاز.

أجرت الحمياني(2007) دراسة هدفت إلى التعرف على مصادر الضغط النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين سمعياً في الأردن، وفيما إذا كانت هناك فروق في هذه المصادر تعزى إلى متغيرات جنس المعلم، وسنوات خبرته ومؤهله الأكاديمي. تألفت عيّنة الدراسة من121 معلما ومعلمة. ولتحقيق هدف الدراسة صممت الباحثة أداة الدراسة وأجرت لها معاملات صدق وثبات.

أشارت النتائج إلى أن مصادر الضغط النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين سمعيا في الأردن ظهرت بدرجة مرتفعة على بعد توقعات العمل والراتب والترقية، وبعد المهام التدريسية، وبدرجة متوسطة

على بعد التفاعلات المهنية، وبعد التدريب المهني، والخصائص الشخصية، والهيكل التنظيمي وظروف العمل. كما أظهرت أنه لا توجد فروق في مصادر الضغط النفسي تعزى إلى متغير الجنس، بينما توجد فروق تعزى إلى متغير سنوات خبرة المعلم لصالح المعلمين ذوي سنوات الخبرة التي تتراوح من (7–9) سنوات، وذلك على كل من بعد الهيكل التنظيمي وظروف العمل، والتفاعلات المهنية، والخصائص الشخصية. كما وُجِدتْ فروق في مصادر الضغط النفسي تعزى إلى متغّير المؤهل الأكاديمي لصالح أصحاب المؤهل الأكاديمي بكالوريوس فما فوق على بعض الأبعاد.

وأجرى Lazuras (2006) دراسة هدفت إلى التعرف على الضغوط المهنية وآثارها السلبية على الصحة البدنية على كل من معلمي التربية الخاصة والمعلمين العاديين في اليونان، وقد تألفت عينة الدراسة من 70 معلما. أظهرت نتائج الدراسة أن معلمي التربية الخاصة أكثر تعرضا للضغوط المهنية من المعلمين العاديين، وأن تلك الضغوط تؤثر سلبا على صحة المعلمين.

وأجرى باركر وآخرون Parker et al (2006) دراسة هدفت إلى التعرف على ضغوط العمل التي يتعرض لها معلمو التربية الخاصة، وقد بلغت عينة الدراسة 34 معلما، وقد بينت نتائج الدراسة شعور عينة الدراسة بضغط ملحوظ أثر على تفاعلهم مع مهنة التعليم.

وأجرى القريوتي والخطيب (2006) دراسة هدفت إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلبة العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بالأردن، باختلاف فئة الطالب، وجنس المعلم ودخله الشهري، وحالته الاجتماعية، وتخصصه. واشتملت عينة الدراسة على 447 معلما ومعلمة منهم 129 من الذكور و318 من الإناث. وقد استخدم الباحثان مقياس(1996) Shrink للاحتراق النفسي.

أشارت نتائج الدارسة إلى عدم وجود فروق في درجة الاحتراق النفسي تعزى لجنس المعلم أو حالته الاجتماعية، ووجود فروق تعزى إلى مستوى الدخل ولصالح ذوي الدخل المنخفض والمتوسط مقارنة بذوي الدخل المرتفع، ووجود فروق لمتغير تخصص المعلم ولصالح المتخصصين، ولمتغير فئة الطالب (عادي أو من ذوي الاحتياجات الخاصة) لصالح معلمي الطلبة المعوقين والموهوبين مقارنة بمعلمي الطلاب العاديين.

وقام الخرابشة وعربيات (2005) بدراسة هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرفة المصادر. تكونت عينة الدراسة من166 معلما ومعلمة من مدارس التربية والتعليم في الأردن، وتم استخدام مقياس (ماسلاك) للاحتراق النفسي، وتوصلت النتائج إلى أن درجة الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة كانت بدرجة متوسطة على بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر، وعالية على بعد نقص الشعور بالإنجاز، ووجدت فروق دالة إحصائيا تبعا لمتغير الجنس ولصالح الإناث، ولمتغير الخبرة لصالح ذوي الخبرة ممن لديهم 5 سنوات.

وأجرى(2004) Sari دراسة هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ومشرفي التربية الخاصة في عينة من مدارس التربية الخاصة بتركيا وقد ضمت العينة 295. استخدم

الباحث مقياس (ماسلاك) للاحتراق النفسي، وقد أشارت النتائج إلى وجود مستويات متوسطة من الاحتراق في بعدي تبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز، كما توصل الباحث إلى فروق دالة إحصائيا في بعدي الإجهاد الانفعالي ونقص الشعور بالإنجاز ولصالح الذكور، بينما كانت الفروق في بعد تبلد المشاعر لصالح الإناث، كما توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ولصالح المعلمين الأكثر خبرة تدريسية، بينما كانت الفروق في بعد نقص الشعور بالإنجاز لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية.

وأجرت الجمالي وحسن(2003) دراسة هدفت إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التدريبية أثناء الخدمة بسلطنة عمان. تكونت عينة الدراسة من133 معلما ومعلمة. أشارت النتائج إلى أن معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة معتدلة، كما أظهرت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيري الجنس وسنوات الخبرة على أبعاد المقاييس الثلاثة، في حين أظهرت الدراسة أن المعلمين العمانيين أكثر تعرضا للاحتراق على بعدي تبلد المشاعر، وتدني مستوى الإنجاز، مقارنة بغير العمانيين، والمعلمين الذين يعملون مع ذوي الإعاقات المختلفة من كبار السن أكثر تعرضا للاحتراق على بعد الإجهاد الانفعالي مقارنة بمعلمي الأفراد ذوي الإعاقات العقلية، والسمعية، والبصرية، والإعاقات المختلفة من الأطفال.

وأجرى العلي(2003) دراسة هدفت إلى التعرف على مستوى مفهوم الذات، ومستويات الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي(الإجهاد الانفعالي، وتبلد الشعور، ونقص الشعور بالإنجاز) وذلك من وجهة نظر معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظتي جنين ونابلس، وأثر متغيرات (الجنس، العمر، الخبرة، المؤهل العلمي، مستوى الدخل، مكان السكن، الحالة الاجتماعية) على مفهوم الذات لدى هذه الفئة من المعلمين. تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظتي جنين ونابلس، وعددهم 1246 معلمًا ومعلمة، موزعين على 112 مدرسة. أما عينة الدراسة فقد تكونت من 312 معلما ومعلمة.

قام الباحث بتعديل مقياسين هما: مقياس (تنسي) لقياس مفهوم الذات، ومقياس (ماسلاك) لقياس الاحتراق النفسي. استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية، ولفحص الفرضيات استخدم معادلة الارتباط (بيرسون)، واختبار(ت) لعينتين مستقلتين، واختبار تحليل التباين الأحادي.

توصلت الدراسة إلى أن:

– مستوى مفهوم الذات جاء بدرجة متوسطة على أبعاد الذات (الجسمية والشخصية، والأسرية والأخلاقية، والدرجة الكلية)، بينما جاء بدرجة ضعيفة على بعد الذات الاجتماعية. ومستوى الاحتراق النفسي جاء بدرجة مرتفعة على بعد الإجهاد الانفعالي، وبدرجة متدنية على بعد نقص الشعور بالإنجاز وبدرجة معتدلة على بعد تبلد الشعور.

– توجد علاقة طردية بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة.

– عدم وجود فروق في مستوى مفهوم الذات بين الذكور والإناث على بعدي الذات(الجسمية والشخصية) بينما كانت الفروق دالة إحصائيًا على أبعاد الذات (الأخلاقية، والاجتماعية، والأسرية، والدرجة الكلية) ولصالح الإناث.

– عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى مفهوم الذات تعزى إلى متغيرات (العمر، والخبرة، والمؤهل العلمي، ومستوى الدخل، ومكان السكن). أما بالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية، فلم توجد فروق في مستوى مفهوم الذات بين المتزوجين وغير المتزوجين على أبعاد الذات (الشخصية، والأسرية والاجتماعية، والجسمية)، بينما كان فروق لصالح غير المتزوجين على بعد الذات (الأخلاقية والدرجة الكلية).

تعقيب على الدراسات السابقة:

يظهر من خلال استعراض الدراسات السابقة بأنها تباينت من حيث الهدف، فبعضها ركز على الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي بين المعلمين كدراسة الخرابشة وعربيات (2005)، ودراسة (Parker et al, 2006)، وهدف بعضها إلى التعرف على مستوى مفهوم الذات، ومستويات الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي مثل دراسة العلي(2003)، وهدف بعضها إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمين ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التدريبية كدراسةالجمالي وحسن (2003)، وهدف بعضها إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلبة العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة كدراسة القريوتي والخطيب(2006)، وإلى التعرف على الضغوط المهنية وآثارها السلبية على الصحة البدنية كدراسة (Lazuras,2006)، وإلى التعرف على مصادر الضغط النفسي كدراسة الحمياني(2007).

ومن حيث مجتمع الدراسة: أجري بعضها على المعلمين العاديين كدراسة العلي(2003) والشيوخ(2011). وأجرى بعضها الآخر على معلمي التربية الخاصة مثل دراسة الجمالي وحسن(2003) (Parker et al, 2006)، والزيودي(2007)، والزهراني(2008)، (Platsidou & Agaliotis,2008) (Voltz, et al,2008)، (Brady, et al,2008)، وأبو مصطفى والزين(2009)، وعواد(2010)، وبعضها الآخر على معلمي ومشرفي التربية الخاصة، مثل دراسة (Sari,2004)، وبعضها على معلمي صعوبات التعلم مثل دراسة الخرابشة وعربيات(2005)، الظفري والقريوتي(2010)، القريوتي والخطيب(2006) (Lazuras,2006)، وعلى معلمي المعوقين سمعيا كدراسة الحمياني(2007)، وعلى معلمي المكفوفين كدراسة القريوتي(2008).

ومن حيث الأدوات المستخدمة: استخدم بعضها مقياس الاحتراق النفسي ل(جيلدرد) كدراسة الشيوخ(2011)، ومقياس (ماسلاك) كدراسة، (Platsidou & Agaliotis,2008)، الزيودي(2007) الخرابشة وعربيات(2005)، (Sari,2004)، والعلي(2003)، ومقياس (ماسلاك وجاكسون) كدراسة

الظفري والقريوتي(2010)، ومقياس من إعداد الباحث كدراسة أبو مصطفى والزين(2009) الحمياني(2007)، ومقياس (شرنك) كدراسة القريوتي والخطيب(2006).

ومن حيث النتائج: توصلت الدراسات السابقة إلى نتائج متباينة، ومنها: فمنها وجد أن معلمي التعليم العام قد تعرضوا لظاهرة الاحتراق النفسي بدرجة مرتفعة على بعد الإجهاد الانفعالي، وبدرجة متدنية على بعد نقص الشعور بالإنجاز، وبدرجة معتدلة على بعد تبلد الشعور كدراسة العلي(2003) ومعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة معتدلة، وعدم وجود فروق ذات دلالة تعزى لمتغيري الجنس وسنوات الخبرة كدراسة الجمالي وحسن(2003)، ووجدت فروق دالة إحصائيا تبعا لمتغير الجنس ولصالح الإناث كدراسة الخرابشة وعربيات(2005)، وجود فروق ذات دلاله بين معلمي التربية الخاصة والمعلمين العاديين في مستوى الاحتراق النفسي لصالح معلمي التربية الخاصة كدراسة (Lazuras,2006)، وعدم وجود فروق في درجة الاحتراق النفسي تعزى لجنس المعلم أو حالته الاجتماعية كدراسة القريوتي والخطيب(2006)، الحمياني(2007)، (Platsidou & Agaliotis,2008) القريوتي(2008) أبو مصطفى والزين(2009)، الظفري والقريوتي(2010)، عواد(2010).

ومن حيث المتغيرات بحثت بعضها في تأثير الجنس والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة كدراسة عواد(2010)، والتخصص، والمؤهل الدراسي، والحالة الاجتماعية للمعلمات، وكل من الخبرة التدريسية والدورات التدريبية للمعلمات، والمستويات الاقتصادية لطلاب المدرسة، كدراسة الظفري والقريوتي(2010).

وتختلف الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة في محاولة التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في منطقة القصيم، حيث لم يجد الباحث دراسة بحثت ذلك، ولم يجد الباحث في الدراسات السابقة دراسة طبقت في المملكة العربية السعودية سوى دراسة الشيوخ(2011) على معلمات المرحلة الثانوية، من خلال مراجعة الدراسات السابقة، يلاحظ أن أي من هذه الدراسات لم تتطرق إلى الاحتراق النفسي عند معلمي التربية الخاصة في المملكة العربية السعودية، وهذا ما يجعل هذه الدراسة متميزة عن الدراسات التي سبقتها، فهناك ندرة في الدراسات في المملكة العربية السعودية، مما يدفع إلى مزيد من البحث لاستكشاف مستويات الاحتراق لدى هذه الفئة من معلمي التربية الخاصة، وهو ما تهدف إليه الدراسة الحالية.

وقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في إلقاء الضوء على بعض جوانب وأبعاد الاحتراق النفسي، مما ساعد الباحث في تحديد وصياغة الإطار النظري، وبعض مفاهيم الدراسة، خاصة مفهوم الاحتراق النفسي. كذلك استفاد الباحث من الدراسات في صياغة مشكلة البحث وتحديد الأدوات المناسبة.

إجراءات الدراسة الميدانية

منهج الدراسة:

تم إتباع المنهج الوصفي التحليلي القائم على رصد وتحليل واقع مشكلة الدراسة للكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة عينة البحث.

مجتمع وعينة الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة في المدارس الحكومية وفي المراحل الثلاث (الابتدائية، المتوسطة، والثانوية) بمحافظة الرس بالملكة العربية السعودية في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (1434-1435هـ)، الموافق(2013- 2014م).

والجدول التالي يبين مجتمع البحث:

جدول (1) التكرارات والنسب المئوية حسب متغيرات الدراسة

	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	32	100
الخبرة التدريسية	اقل من 5 سنوات	4	12.5
	5 سنوات فأكثر	28	87.5
المؤهل العلمي	بكالوريوس	32	100
التخصص	تربية خاصة	14	43.8
	تخصص آخر	18	56.3
الفئة التي تقوم بتدريسها	إعاقة سمعي	14	43.8
	صعوبات تعلم	6	18.8
المرحلة التعليمية	إعاقة فكرية	12	37.5
	ابتدائي	20	62.5
	متوسط	10	31.3
	ثانوي	2	6.3
عدد الطلبة في الصف	5 فما دون	16	50
	6- 10	8	25
	11 فأكثر	8	25
المجموع		32	100

اختيرت عينة الدراسة بالطريقة الشاملة، حيث تم توزيع الاستبانة على جميع معلمي التربية الخاصة في المدارس التي تحتوي على برامج للطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة، وقد أجاب على تلك الاستبانة 34 معلما، تم استبعاد (2) استبانة غير صالحة للتحليل، وتم تحليل بقية الاستبانات الصالحة

للتحليل وعددها 32 استبانة، وقد تم جمع البيانات خلال الفصل الدراسي الثاني من العام (1434-1435هـ)، الموافق (2013- 2014م). والجدول (1) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغيرات الدراسة.

أدوات الدراسة وخصائصها السيكومترية:

قام الباحث ببناء أداة الدراسة وهي "استبانة" لغرض جمع المعلومات والإجابة عن سؤال الدراسة الرئيس وفحص فرضياتها، وذلك عن طريق مراجعة الأدب النظري، وإجراء دراسة استطلاعية على معلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة للإفادة منهم في تحديد أهم أسباب الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة. وكذلك من خلال خبرته العلمية والعملية في هذا المجال.

تكونت الاستبانة بصورتها الأولية التي تم توزيعها على المحكمين من 32 فقرة لأخذ آراءهم فيها ومناسبتها للأبعاد، وبناء على اقتراحات المحكمين قام الباحث بحذف بعض الفقرات من الاستبانة وتعديل بعضها. وقد تكونت الاستبانة بصورتها النهائية من 22 فقرة، تعكس الإجابة عليها وجود مستوى من الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة:

- أقل درجة يمكن أن يحصل عليها المعلم هي 22 درجة، وأعلى درجة هي 154، وذلك حسب سلم ليكرت لتدريج الدرجات من (1-7).

صدق أداة الدراسة: للتحقق من صدق الأداة فقد تم عرضها على عشرة محكمين من الخبراء في مجال التربية الخاصة وعلم النفس في جامعة القصيم، كلية العلوم والآداب بمحافظة الرس، للتأكد من انتماء الفقرات إلى البعد الذي تقيسه وسلامة صياغة الفقرات من الناحية اللغوية، وأي ملاحظات يبديها المحكمون، والأخذ بآرائهم. ومن ثم تم تعديل الاستبانة وفقا لآراء السادة المحكمين، وبهذه الطريقة تم التأكد من صدق الأداة.

ثبات أداة الدراسة: للتأكد من ثبات أداة الدراسة، فقد تم التحقق بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار (test-retest) بتطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد أسبوعين على مجموعة من خارج عينة الدراسة مكوّنة من 20 معلما من معلمي التربية الخاصة، ومن ثم تم حساب معامل ارتباط (بيرسون) بين تقديراتهم في المرتين حيث بلغ (0.85)، وتم أيضا حساب معامل الثبات بطريقة الاتساق الداخلي حسب معادلة (ألفا كرونباخ)، إذ بلغ (0.84)، واعتبرت هذه القيم ملائمة لغايات هذه الدراسة.

إجراءات التطبيق:

لقد قام الباحث بإجراء الدراسة وفقا للخطوات التالية:

1- تحديد مجتمع الدراسة.

2- الحصول على موافقة مديرية التربية والتعليم بمحافظة الرس، وموافقة وزارة التربية والتعليم.

3- تحديد عينة الدراسة حسب ما أفادت به مديرية التربية والتعليم في محافظة الرس.

4- اختيار أداة البحث (الاستبانة)، وتوزيعها على أفراد عينة الدراسة.
5- جمع البيانات وتبويبها.
6- معالجة البيانات إحصائيًا عن طريق الحاسوب.
7- الوصول إلى نتائج الدراسة، وتفسيرها، وإصدار التوصيات بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها.

الأساليب الإحصائية:

من أجل معالجة البيانات الإحصائية استخدم الباحث البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام الإحصائيات التالية:
1- المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية.
2- اختبار (ت) لعينتين مستقلتين.
3- اختبار مان وتني) واختبار (كروسكال والس) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب.

عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

تم استعراض نتائج الدراسة في ضوء أهدافها التي تسعى إليها في تحديد مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية بمحافظة الرس بالمملكة العربية السعودية، ثم المقارنة بين هذه المشكلات تبعا لعدد من المتغيرات، وذلك وفقا لما يلي:

السؤال الأول: "ما مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس، والجدول أدناه يوضح ذلك.

جدول (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	8	أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية الدوام الدراسي	4.69	2.12	مرتفع
2	14	أشعر أنني أعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير	4.25	1.69	متوسط
3	1	أشعر أن عملي يستنفذني انفعالياً نتيجة عملية التدريس	3.69	1.62	متوسط
4	2	أشعر بالاحتراق النفسي من عملي	3.63	1.82	متوسط
5	6	إن التعامل مع الناس طول يوم العمل يسبب لي الإجهاد	3.56	1.82	متوسط
6	16	إن العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي إلى ضغوط شديدة	3.50	1.71	متوسط
7	4	من السهل معرفة مشاعر الطلاب	3.25	1.69	متوسط
8	21	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية و العاطفية في أثناء ممارستي لهذه المهنة	3.19	2.17	متوسط
9	20	أشعر وكأنني أشرفت على نهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة	3.06	1.88	متوسط

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
10	3	أشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح و أعرف أن علي مواجهة عمل جديد	2.94	2.08	متوسط
10	12	أشعر بالحيوية والنشاط	2.94	1.61	متوسط
12	17	أستطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع الطلاب	2.63	1.75	متوسط
13	13	أشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس	2.50	1.86	متوسط
14	7	أتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طلابي	2.44	2.00	متوسط
14	11	أشعر بالإزعاج والقلق لأن مهنتي تزيد من قسوة عواطفي	2.44	2.00	متوسط
16	9	أشعر أن لي تأثيراً إيجابياً في حياة كثير من الناس من خلال عملي	2.37	1.09	متوسط
17	19	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في ممارستي لهذه المهنة	2.31	1.20	منخفض
18	22	أشعر أن الطلبة يلومنني عن بعض مشاكلهم	2.19	1.64	منخفض
19	18	أشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع الطلاب	2.06	1.18	منخفض
20	10	أصبحت أكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس	1.69	1.30	منخفض
21	15	حقيقة لا أهتم بما يحدث مع طلابي من مشاكل	1.50	1.03	منخفض
22	5	أشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر	1.25	0.68	منخفض
		الدرجة الكلية	2.82	0.80	متوسط

يبين الجدول (2) أن المتوسطات الحسابية قد تراوحت ما بين (1.25-4.69)، حيث جاءت الفقرة (8) والتي تنص على: "أشعر أن طاقتي مستنفذة مع نهاية الدوام الدراسي" في المرتبة الأولى وبمتوسط حسابي بلغ (4.69)، وهي بمستوى مرتفع، بينما جاءت الفقرة رقم (5)، ونصها: "أشعر أنني أتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم أشياء لا بشر" بالمرتبة الأخيرة وبمتوسط حسابي بلغ (1.25)، وهي بمستوى منخفض. وبلغ المتوسط الحسابي للدرجة الكلية (2.82)، وهو بمستوى متوسط.

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة كل من الجمالي وحسن(2003) و(Sari,2004)، الخرابشة وعربيات (2005)، عواد(2010)، في وجود مستوى متوسط من الاحتراق النفسي. بينما تختلف مع دراسة كل من الظفري والقريوتي(2010)، التي وجدت مستوى متدني من الاحتراق النفسي كما تختلف مع دراسة الشيوخ(2011)، التي وجدت مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى المعلمين.

والملاحظ في نتائج الدراسات يجد تباينا في النتائج في مستوى الاحتراق النفسي، وهذا راجع إلى طبيعة المجتمع التي طبقت عليها الدراسات. والمعلوم أن ظروف المجتمعات تختلف عن بعضها البعض، كما تختلف نتيجة اختلاف عينة الدراسة، فبعض الدراسات أجريت على الذكور، وبعضها على الإناث، وبعضها الآخر على معلمي التعليم العام، وبعضها على معلمي التربية الخاصة، وأخرى على معلمي فئات محددة من فئات التربية الخاصة، وبعضها على الإداريين، وبعضها على أعضاء هيئة التدريس في كليات المعلمين، مما أدى إلى الحصول على نتائج مختلفة.

ولعل مستوى الاحتراق النفسي المعتدل لمعلمي ذوي الاحتياجات الخاصة يدل على أن هؤلاء المعلمين لم يصلوا بعد إلى الدرجة المرتفعة من الاحتراق، وأن الخبرات التي يتمتعون بها والتخصص

في مجال الإعاقة، وكذلك الخبرات العملية، وتوفير الاحتياجات لهم، كان لها الأثر الأكبر في تقليل الشعور بالاحتراق النفسي لديهم. أما إذا نظرنا إلى هذه النتيجة من الناحية السلبية فيمكن القول أن هناك نسبة من أفراد العينة يعانون من معوقات تحول دون قيامهم بأداء مهامهم بالشكل المطلوب، الأمر الذي قد ينعكس سلبا على أدائهم ودافعيتهم للعمل، داخل الفصل الدراسي، ويؤدي إلى زيادة الضغوط.

السؤال الثاني: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تعزى لمتغير الخبرة التدريسية؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (مان وتني) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة الذكور في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير الخبرة التدريسية، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (3) نتائج اختبار "مان وتني" لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير الخبرة التدريسية

الخبرة التدريسية	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Mann-Whitney U	قيمة Z المحسوبة	مستوى الدلالة
أقل من 5 سنوات	4	14.50	58	2.000	−1.907	0.057
5 سنوات فأكثر	28	7.64	213.92			

يتضح من الجدول(3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى للخبرة التدريسية، حيث كانت قيمة (Z) المحسوبة(− 1.907) وبدلالة إحصائية (0.057).

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة كل من العلي(2003)، الجمالي وحسن(2003)، و(Platsidou & Agaliotis,2008) بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للخبرة التدريسية.

بينما لا تتفق مع دراسة (Sari,2004) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائيا في بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ولصالح المعلمين الأكثر خبرة تدريسية، بينما كانت الفروق في بعد نقص الشعور بالإنجاز لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية. ودراسة الخرابشة وعربيات (2005) حيث وجدت فروق لصالح ذوي الخبرة ممن لديهم (5) سنوات، والحمياني (2007) اللذان توصلا إلى فروق في مصادر الضغط النفسي تعزى إلى متغير سنوات خبرة المعلم، لصالح المعلمين ذوي سنوات الخبرة التي تتراوح بين (7−9) سنوات، ودراسة الزيودي(2007)، أبو مصطفى والزين(2009) عواد(2010)، الذين توصلوا لوجود فروق ذات دلالة إحصائية ترجع للخبرة.

يفسر الباحث هذه النتيجة بأن المعلمين الجدد مؤهلين بشكل جيد، ويمتلكون القدرات المناسبة للتعامل مع فئات التربية الخاصة، حيث لا يعيّن كمعلم لهذه الفئات إلا من يمتلك التخصص في المجال كما يتم منح المعلمين بعض الحوافز، التي تشجعهم على العمل مع هذه الفئات لا يتم منحها للمعلمين

العاديين، ولكن لصعوبة التعامل مع هذه الفئات ولكون هذه الفئات بحاجة إلى معاملة خاصة، نجد أن المعلمين جميعا سواء من يملك الخبرة أو من لا يملكها يعاني من الاحتراق النفسي بمستوى معتدل.

السؤال الثالث: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تعزى لمتغير التخصص؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (مان وتني) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير التخصص، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (4) نتائج اختبار "مان وتني" لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير التخصص

التخصص	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Mann-Whitney U	قيمة Z المحسوبة	مستوى الدلالة
تربية خاصة	14	9.64	134.96	23.500	0.847-	0.397
تخصص آخر	18	7.61	136.98			

يتضح من الجدول (4) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى للتخصص حيث كانت قيمة (Z) المحسوبة(- 0.847) وبدلالة إحصائية (0.397).

لا تتفق هذه الدراسة مع دراسة القريوتي والخطيب (2006) اللذان توصلا إلى وجود فروق لمتغير تخصص المعلم ولصالح المتخصصين، ولصالح معلمي المعاقين بصريا والموهوبين، كما أنها لا تتوافق مع دراسة الظفري والقريوتي(2010).

يفسر الباحث هذه النتيجة بأن ظروف العمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة متشابهة في جميع برامج التربية الخاصة الملحقة بالمدارس الحكومية في المملكة العربية السعودية، وما يواجهه المعلمون واحد، سواء من يتعامل مع فئة الإعاقة الفكرية، أم صعوبات التعلم، أم الإعاقة السمعية؛ فالمعلم مكلف بتقديم الخدمات الإرشادية والنفسية، والتواصل مع الأسر، وبناء خطة تربوية لكل طالب، كما أنه مكلف بالقيام بواجبات داخل المدرسة غير التي يقدمها في غرفة الصف.

السؤال الرابع: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تعزى لمتغير المرحلة التعليمية؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (كروسكال والس) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير المرحلة التعليمية، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (5) نتائج اختبار "كروسكال والس" لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير المرحلة التعليمية

المرحلة التعليمية	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	درجات الحرية	مستوى الدلالة
ابتدائي	20	8.50	.649	2	.723
متوسط	10	7.80			
ثانوي	2	12.00			

يتضح من الجدول(5) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى للمرحلة التعليمية، حيث كانت قيمة مربع كاي (0.649) وبدلالة إحصائية (0.723).

يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن برامج ذوي الاحتياجات الخاصة تختلف عن برامج التعليم العام حيث أن المعلم في التعليم العام يواجه مشاكل أكبر مع الطلاب وخاصة في مرحلة المراهقة. بينما الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة تكاد تكون مشكلاتهم واحدة سواء أكانوا في المراحل الابتدائية أو المتوسطة أو الثانوية، وهم أكثر مشاكل من الطلاب العاديين، ويحتاجون خدمات أكثر وجهد أكبر من المعلم أثناء التعامل معهم ومع حاجاتهم الخاصة. ويعد كل طالب مهما كانت مرحلته الدراسية حالة خاصة تتطلب إعداد الخطط التربوية الفردية واختيار أساليب التدريس المناسبة، كذلك يحتاج هؤلاء الطلاب إلى التدريب والخدمات المساندة، مثل الخدمات الطبية والإرشادية والنفسية، كما أن تدني القدرات العقلية لدى البعض وانخفاض مستوى التحصيل الأكاديمي لدى هؤلاء الطلاب من شأنه أيضًا أن يولد لدى بعض العاملين معهم الشعور بالإحباط وضعف الشعور بالإنجاز، الأمر الذي من شأنه أن يولد لدى المعلمين الشعور بالضغوط النفسية، ومنهم من قد يصل إلى درجة الاحتراق النفسي.

السؤال الخامس: "هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تعزى لمتغير عدد الطلبة في الصف؟"

للإجابة عن هذا السؤال تم استخدام اختبار (كروسكال والس) لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب لمستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير عدد الطلبة في الصف، والجدول أدناه يوضح ذلك.

الجدول (6) نتائج اختبار "كروسكال والس" لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط الرتب في مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية في محافظة الرس تبعا لمتغير عدد الطلبة في الصف

عدد الطلبة في الصف	العدد	متوسط الرتب	قيمة مربع كاي	درجات الحرية	مستوى الدلالة
5 فما دون	16	8.19	3.660	2	0.160
10- 6	8	5.63			
11 فأكثر	8	12.00			

يتضح من الجدول (6) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية ($\alpha \leq 0.05$) تعزى لعدد الطلاب في الصف، حيث كانت قيمة مربع كاي (3.660) وبدلالة إحصائية (0.160).

لم تبحث أية دراسة من الدراسات السابقة في تأثير عدد طلاب الصف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلم. وفي هذه الدراسة بينت النتائج بأن الاحتراق النفسي عند معلم الأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة كان بمستوى متوسط، ولا يوجد فروق تعزى لعدد الطلاب.

يبرر الباحث هذه النتيجة بأن الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة يؤثرون على المعلم، سواء أكان عددهم قليلا أم كثيرا، فهم بحاجة إلى توفير حاجات فردية خاصة، ويحتاجون تعامل خاص من المعلم وجهد كبير أثناء إدارة الصف، وسواء يضم الصف عدد طلاب قليل أم كثير فإن التأثير ومستوى الاحتراق النفسي على المعلم واحد.

ويمكن تفسيرها أيضا بأنها نتيجة للعوامل المؤثرة في النشاط التعليمي للمعلم وعدم توافق الكثير من الظروف البيئية المؤثرة، مثل الجهد الذي يكون على عاتق المعلم أكبر بكثير من مجرد عملية القيام بدوره في المدرسة وحجرة الفصل والدور المطلوب منه في القيام بواجبات ومتابعات تأتي من خلال البيئة والتقاليد الثقافية والإسلامية التي تضع على عاتق المربي دور كبير إضافة إلى المسؤولية التعليمية فهو مربي ومدرس.

مما سبق يتضح أن العمل في مهنة تدريس الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بما فيه من مواقف متعددة، وما له من مسئوليات تقع على عاتقه، يسبب للمعلم ضغوطاً في العمل، تفوق قدراته، وإمكاناته.

خـــاتمة:

من خلال النتائج فقد توصلت الدراسة إلى ما يلي: أن معلمي التربية الخاصة في محافظة الرس يعانون من الاحتراق النفسي بمستوى متوسط. وأشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيرات الخبرة التدريسية، والتخصص، والمرحلة الدراسية، وعدد الطلاب في الفصل.

مقترحات الدراسة:

رغم تعرض العديد من الدراسات على المستوى العالمي وفي أماكن وأزمنة مختلفة إلى موضوع الاحتراق النفسي، إلا أن الموضوع يظل في حاجة إلى دراسات أكثر عمقا، للوصول إلى تشخيص دقيق لأسباب الظاهرة، وبالتالي اقتراح حلول لها، حتى لا تتحول إلى عامل معيق لأداء المعلم لرسالته على أكمل وجه، وفي ضوء ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج يقدم الباحث العديد من التوصيات التربوية منها ما يلي:

1- تدريب المعلمين والعاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة على كيفية التعايش مع ضغوط العمل.
2- العمل عل تحسين أوضاع المعلمين المهنية والاجتماعية، وإيجاد العلاقات الإنسانية الطيبة داخل مجتمع المدرسة، وبينه وبين المجتمع الخارجي، وتحسين ظروف العمل للمعلم، حتى يستطيع القيام بدوره على أكمل وجه.
3- تبصير المعلمين بالمزيد من المعلومات التي تعزز من قدراتهم على مواجهة ضغوط العمل.
4- الاهتمام بإعداد معلم الأطفال المعوقين، لأن الأطفال بمختلف فئاتهم لديهم مشكلات جمة.
5- تعزيز المعاملة الطيبة بين كل من المعلمين ذوي الاحتياجات الخاصة والمعلمين العاديين.
6- توفير الخدمات والوسائل المساعدة والمرافق التي من شانها أن تساعد المعلمين في أداء دورهم على وجه أفضل.
7- التأكد من مناسبة أعباء العمل والمهام الموكلة لقدرات المعلمين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة لتجنب شعورهم بالعجز ونقص الشعور بالإنجاز.
8- القيام بدراسة دور المسؤولين وأولياء الأمور في مساعدة المعلمين والعاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة في التغلب على الاحتراق الذي يعانون منه.
9- إجراء المزيد من الدراسات المسحية بهدف معرفة واستقصاء الأسباب التي تؤدي إلى الشعور بالضغوط النفسية والاحتراق النفسي للعاملين مع المعوقين.

قائمة المراجع

المراجع العربية:

أبو مصطفى، نظمي عودة والزين، ديبة موسى(2009). مصادر ضغوط العمل لدى معلمي التربية الخاصة (دراسة ميدانية على عينة من معلمي الأطفال المعوقين في مؤسسات التربية الخاصة بمحافظات غزة). ***مجلة الجامعة الإسلامية***(سلسلة الدراسات الإنسانية). 17 (2). 347-303.

أبو مصطفى، نظمي عودة(2000). **المدخل إلى التربية الخاصة.** فلسطين: محافظة خان يونس، مكتبة الشهداء.

البدوي، طلال حيدر(2000). **درجة الاحتراق النفسي ومصادره لدى الممرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان وأثر بعض المتغيرات في ذلك.** رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة: الأردن.

الجمالي، فوزية وحسن، عبدالحميد(2003). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التدريبية بسلطنة عمان .***دراسات عربية في علم النفس***، 2(1).151-210.

حامد، رنا نجيب(1999). **الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليًا في اليمن.** رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية: الأردن.

حرب، يوسف (1998). **ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية**. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية: فلسطين.

الحمياني، سارة(2007). **مصادر الضغط النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين سمعياً في الأردن وعلاقتها بجنسهم وسنوات خبرتهم ومؤهلهم الأكاديمي**. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية: الأردن.

الخرابشة، عمر محمد وعربيات، أحمد عبد الحليم(2005). الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر. ***مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية***. جامعة أم القرى. 17(2). 331- 292.

الرافعي، يحيى عبد الله والقضاة، محمد فرحان(2010). مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات. ***مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية***. 2(2). 297-351.

رمضان، جهاد(1999). **ظاهرة الاحتراق النفسي واستراتيجيات التكيف لدى العاملين في وزارة السلطة الوطنية الفلسطينية**. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية: فلسطين.

الزهراني، نوال (2008). **الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى: السعودية.

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

الشيوخ، لميعه محسن(2011). **الاحتراق النفسي لدى المعلمة وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم**. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية الآداب والتربية، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

الطحاينه، زياد لطفي(1995). **مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات**. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الأردنية: الأردن.

الظفري، سعيد والقريوتي، إبراهيم(2010). الاحتراق النفسي لدى معلمات الطلاب ذوي صعوبات التعلم ***المجلة الأردنية في العلوم التربوية***. 6(3). 175-190.

عساف، عبد محمد (1996). مصادر الإجهاد النفسي لدى معلمي الجامعات في الوطن المحتل والضفة الغربية ، ***مجلة النجاح للأبحاث " العلوم الإنسانية"***. جامعة النجاح الوطنية. 9(10). 11-37.

العلي، مهند عبد سليم(2003). **مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي جنين ونابلس**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية: فلسطين.

العنزي، عوض خلف والمشعان، عويد سلطان(2006). خصائص العمل وعلاقته بالاحتراق الوظيفي والأداء الوظيفي لدى الموظفين في القطاع الحكومي بدولة الكويت. ***مجلة دراسات نفسية***، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية. 16(4). 693-728.

عواد، يوسف ذياب(2010). الاحتراق النفسي لمعلمي المدارس الأساسية الحكومية الناتج عن دمج الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة في الصفوف العادية، ***مجلة جامعة النجاح للأبحاث(العلوم الإنسانية)***. 24(9). 2495-2526.

الفاعوري، فايزة(1990). **الضغوط المهنية التي تواجه معلمات التربية الخاصة في الأردن**، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية: الأردن.

الفرح، عدنان(2001). الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر. مجلة ***دراسات العلوم التربوية***، الجامعة الأردنية. 28(2). 297-351.

القرني، علي شويل(2003). الإعلام والاحتراق النفسي: دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية، الرياض، ***مجلة جامعة الملك سعود***: السعودية.

القريطي، عبد المطلب أمين(1996). **سيكولوجية ذوي الاحتياجات الخاصة وتربيتهم**. القاهرة: دار الفكر العربي.

القريوتي، إبراهيم (2008). الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين المعاقين بصريا العاملين بالمدارس الأردنية، ***المجلة العربية للتربية الخاصة***.12. 100-120.

القريوتي، إبراهيم أمين والخطيب، فريد مصطفى(2006). الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بالأردن، ***مجلة كلية التربية***، جامعة الإمارات العربية. السنة الحادية والعشرون23. 131-154.

مسعود، سماهر (2010). **ظاهرة الاحتراق الوظيفي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة – أسبابها و كيفية علاجها**، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية: غزة.

الوابلي، سليمان(1995) الاحتراق النفسي ومستوياته لدى معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة في ضوء مقياس (ماسلاك) المعرب، ***مركز البحوث التربوية***, جامعة أم القرى: مكة المكرمة.

المراجع الأجنبية:

Brady. K, & Woolfson. L (2008). What teacher factors influence their attributions for children's difficulties in learning?. *British Journal of Educational Psychology*. 78 (4). 527-544 .

Fimian, M(1986)."Social support and occupational in special education, *"Exceptional Children*. 8 (4). 42 – 43.

Gold. Y., Roth, R.A., Wrigth, C.R., Michael, W.B., & Chen, C.Y (1992). The factorial validity of a teacher burnout measure (Educators Survey) administered to a sample of beginning teachers in elementary and secondary schools in California. *Educational and Psychological Measurement*. 51.761-768.

Grossi. G., Perskia. G. & Evenga, A., Blomkvist, B. & Orth-Gomer, V(2003). Physiological correlates of burnout among women. *Journal of Psychosomatic Research* . 55. 309- 316.

Jackson S.& Schwab, R., Schuler R(1986). Toward an Understanding of the Burnout Phenomenon . *Journal of Applied Psychology* . 71 (4). 630 – 640.

Lazuras L (2006). "Occupational stress: Negative affectivity and physical health in special and general education in Greece. *British Journal Special Education*. 33(4). 204-209 .

Linden D.& Keijsers G., Eling P., Schaijk, R (2005). Work stress and attentional difficulties: An initial study on burnout and cognitive failures. *Work and Stress*. 19 (1). 23-36 .

Martinussen M.& Richardsen A. , Burke R (2007) . Job demands, job resources, and burnout among police officers . *Journal of Criminal Justice*. 35. 239-249.

Maslach C. & Jackson, S.E(1984). Burnout in organizational settings. *Applied Social Psychology Annual*. 5. 133-153.

Maslack, Christina (1982). *Burnout: The cost of Caring*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall.

Melamed S.& Shirom A., Toker, S.& Berliner, S., Shapire I (2006) . Burnout and Risk of Cardiovascular Disease: Evidence, Possible Causal Paths , and Promising Research Directions . *Psychological Bulletin*. 132 (3). 327 - 353 .

Parker A. & Neuharth-Pritchett, S(2006). Developmentally Appropriate Practice in Kindergarten Shaping Teacher Beliefs and Practice. *Factors Journal of Research in Childhood Education.* 21 (1). 65-76.

Platsidou M.& Agaliotis, I(2008). Burnout, Job Satisfaction and Instructional Assignment-Related Sources of Stress in Greek Special Education Teachers. *International Journal of Disability, Development and Education*. 55 (1). 61-76.

Raggio B. & Malacarne P(2007). Burnout in Intensive Care Unit. *Minerva Anestesiologica*. 73 (4). 195 - 200 .

Ronald J. & Burke et al(1996). Anxiety stress of coping. *International Journa*l. 9(3). 261 – 275.

Sari H (2004). An analysis of burnout and job satisfaction among Turkish special school head teachers and teachers, and the factors effecting their burnout and job satisfaction. *Educational Studie*. 30(3). 291-306.

Sonnenschein M.& Sorbi M., van Doornen, L., Schaufeli, W., Maas, C(2007). Evidence that impaired sleep recovery may complicate burnout improvement independently of depressive mood. *Journal of Psychosomatic Research***.** 62. 487-494.

Susanne C(1994). *Organizing systems to support competent social behavior in children and youth*: Vol. III, Teacher stress and burnout, http :/ interact Uoregon. Edu/ Wrrc/burnout. Html.

Volts D.& Sims, M.; Nelson, B.; Bivens, C (2008). Engineering Successful Inclusion in Standards –Based Urban Classrooms . *Middle School Journal* . 39 (5):24 – 30.