# الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات
# لطلبـة مدارس التربيـة الفكرية الابتدائيـة
# في إدارة مدارس التربية الخاصة في دولة الكويت

**إعداد**

**د/ منصور منيف جدعان**

دولة الكويت

# الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات لطلبة مدارس التربية الفكرية الابتدائية في إدارة مدارس التربية الخاصة في دولة الكويت

د/ منصور منيف جدعان *

## المقدمة:

هناك تزايد متسارع في الاهتمامات العالمية بتحقيق أقصى رعاية للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من حيث تعلمهم وتدريب معلميهم، تحقيقا لمبدأ تكافؤ الفرص من أبناء المجتمع الواحد، إلا أن هناك أعدادا من المعلمين يحملون مؤهلات أكاديمية سواء كانت متخصصة أو غير متخصصة، وهؤلاء يعملون مع ذوي الاحتياجات الخاصة وليس لديهم التأهيل الكافي للعمل في ميدان التربية الخاصة، كما ينقصهم التدريب اللازم والكافي للتعامل مع التحديات التي تواجههم عند التعامل مع هذه الفئة من الطلاب، وكل هذا يؤدي في النهاية إلى الوصول إلى ما يسمى بالاحتراق النفسي. وأشارت بعض الدراسات أن الطالب ذا الاحتياجات الخاصة يحتاج إلى جهد كبير من المعلم، حيث تعليمه لا يتغير بسرعة أو سهولة، الأمر الذي يبعث في نفس المعلم شعورا بالملل وعدم الإنجاز والتقدم، وهذا بحد ذاته يعتبر مصدر ضغط مهني للمعلم (Cooley &Yovanof, 1996)

ويشير (الصمادي، ١٩٨٩) إلى أن عملية تعلم ذوي الاحتياجات الخاصة تحتاج إلي جهد كبير من المعلم لكي يؤدي الدور المناط به، ويشير الحربي(٢٠١٣) أن الاحتراق النفسي يؤثر في نفسية المعلم في إحساسه بالعجز عن القيام بواجبه بالمستوى الذي يتوقعه منه الآخرون، وإذا حدث ذلك فإن العلاقة التي تربط بين المعلم والطالب تأخذ بعداً سلبياً له آثار مدمرة في العملية التربوية كلها ويؤدي هذا الإحساس بالعجز مع استنفاد الجهد إلى حالة من الإنهاك والاحتراق النفسي.

## مشكلة الدراسة:

يتعرض معلم التربية الخاصة كغيره من العاملين في ميدان التعليم إلى كثير من الضغوط المهنية المتمثلة في ازدياد عدد الطلبة ، وقلة الدعم من الأهل، وعدم توفر الحوافز وتدني الراتب، ومدى قدرة المعلم على تلبية حاجات الطلاب من

* **د/ منصور منيف جدعان:** دولة الكويت.

الناحية المعرفية والانفعالية (المشعان، ٢٠٠٠)، وخصوصًا أنه يتعامل مع طلاب معاقين عقليًا، بما يمثله ذلك من خصائص مختلفة عن غيرهم من فئات الطلاب الأخرى، والتي تستوجب من المعلم أو المعلمة طرق تعامل خاصة وملائمة للطلبة للمعاقين عقليا. مثل هذه الظروف تولد عند المعلمين والمعلمات للطلبة المعاقين عقليا احتراقا نفسيا ينعكس أثره في أدائهم مع الطلاب الذين يتعاملون معهم.(الخطيب، والحديدى١٩٩٤).

ويشير البتال (٢٠٠٠) أن التعامل مع الفئات الخاصة يتطلب إعداد الخطط التربوية لها، واختيار أساليب التدريس المناسبة كما يحتاج هؤلاء الطلاب إلى التدريب والخدمات المساندة مثل الخدمات الطبية والإرشادية والنفسية، كما أن تدني انخفاض القدرات العقلية لبعضهم، وانخفاض مستوى التحصيل، من شأنه أن يولد لبعض المعلمين الشعور بالإحباط وضعف الشعور بالإنجاز، الأمر الذي من شانه أن يولد لدى المعلمين الشعور بالضغوط النفسية، ومنهم قد يصل إلى درجة الاحتراق النفسي. ومن الملاحظ أن معلمي التربية الخاصة الذين يعانون من الاحتراق النفسي، يكونون دون المستوى في أدائهم وأقل كفاءة من الآخرين، ويرجع هذا إلى أن كل شخص من ذوي الاحتياجات الخاصة، حالة خاصة تتطلب نمطا خاصا من الخدمة، والتعليم، والتدريب، والمساندة.

من هنا برزت الحاجة إلى تسليط الضوء على موضوع الاحتراق النفسي الذي يعد إحدى نتائج الأزمات النفسية الخطيرة على الكوادر البشرية العاملة في مؤسسات التعليم بشكل عام، وفي التربية الخاصة بشكل خاص والتي تؤثر سلبياً في الجانب الاجتماعي, والصحي, والنفسي للأفراد الذين يعانون منها والذين يفترض فيهم القيام بعملهم بطرائق تتسم بالفاعلية. وتتمثل مشكلة الدراسة الحالية التي تبحث في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات الذين يعملون في مهنة التدريس لطلبة التربية الفكرية في المدارس التابعة لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت، ويمكن تحديد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

ما مستوى الاحتراق النفسي لدي المعلمين والمعلمات لطلبة التربية الفكرية؟

هل تختلف درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات لطلبة التربية الفكرية باختلاف الجنس؟

هل تختلف درجة الاحتراق النفسي لدي المعلمين والمعلمات لطلبة التربية الفكرية باختلاف متغير الخبرة؟

**هدف الدراسة:**

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى درجة الاحتراق النفسي، بأبعاده الثلاثة: الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز، لدى المعلمين والمعلمات الذين يعملون في مهنة التدريس لطلبة التربية الفكرية في المدارس التابعة لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت، ومعرفة أسباب الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات، وأثر وجودها علي سير العلمية التعليمية داخل الفصول الدراسية، ومعالجة أو تقليل شدة الاحتراق النفسي لديهم .

**أهمية الدراسة:**

تكمن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع ظاهرة الاحتراق لدى معلمي طلبة التربية الفكرية في دولة الكويت، وبما قد يعمل على توفير بعض المعلومات، لتكون في متناول المسئولين القائمين على الإدارة المدرسية والتعليمية، وربما يسهم في تعرف أهم المشكلات التي يعاني منها المعلمون والمعلمات، وأيضا تعرف أسباب الاحتراق لدى المعلمين مما يؤدي إلى زيادة وعي المعلمين بأنفسهم وبحالتهم ليحاولوا أن يعرفوا مدى إحساسهم بالاحتراق في الوقت الحالي.

**مصطلحات الدراسة:**

**تعريف الاحتراق النفسي:**

أشارت ماسلاش (Maslach ,1982) إلى أن الاحتراق النفسي يعرف بأنه: متلازمة أو مجموعة أعراض الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية، والتجرد عن الخواص الشخصية، والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز الشخصي في المجال المهني، وهي مجموعة أعراض يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعاً من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس. (في البتال، ٢٠٠٠) ويعرفه (عودة، ١٩٩٨) أنه حالة من الإعياء النفسي والجسدي تظهر على الفرد بتأثير ضغط العمل الذي يتعرض له وتؤثر في اتجاهاته نحو المهنة التي يعمل فيها بشكل سلبي يمكن تشخيصه بوضوح من خلال سلوكه أثناء العمل وعلاقته مع الآخرين.

**التعريف الإجرائي:**

هي حالة نفسية داخلية يشعر بها المعلم نتيجة لضغوط العمل والأعباء الزائدة الملقاة على عاتقه النفسي، أي استجابة المعلم للتوتر ويتضمن الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبلد الشعور ونقص الشعور بالإنجاز، سيتم قياسها وتقييمها من خلال استجابة المعلم أو المعلمة التي يحصل عليها على مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

**المعلمين والمعلمات:** هم الأشخاص الموظفون في وزارة التربية بوظيفة معلم ويحملون مؤهلا علميا تربويا، ويعملون في مدارس التربية الفكرية التابعة لإدارة مدارس التربية الخاصة – وزارة التربية.

**الطلبة التربية الفكرية:** هم الطلبة الذين تم تصنيفهم بأن لديهم إعاقة ذهنية ويتلقون تعليمهم في مدارس التربية الفكرية التابعة لإدارة مدارس التربية الخاصة بوزارة التربية.

**حدود الدراسة:**

تتحدد الدراسة بما يأتي:

**حدود بشرية:** تتمثل بالمعلمين والمعلمات الذين يقومون بتدريس طلاب التربية الفكرية.

**حدود مكانية:** تتمثل في مدارس التربية الفكرية التابعة لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت.

**حدود زمانية:** تتمثل بتطبيق الدراسة في العام الدراسي ٢٠١٣-٢٠١٤.

**الإطار النظري:**

تناولت الدراسة موضوع الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الفكرية، وما ينبغي الإشارة إليه التطرق إلى مفهوم الإعاقة العقلية ومسبباتها وتصنيفاتها، ومن ثم التطرق إلى مفهوم الاحتراق النفسي والتصورات النظرية له.

**أولا- مفهوم الإعاقة العقلية:**

يشير الروسان (٢٠٠٣) أن هناك العديد من المصطلحات الحديثة التي تعبر عن مفهوم الإعاقة العقلية ومنها: الإعاقة العقلية، ومصطلح النقص العقلي، ومصطلح التخلف العقلي، ومصطلح الضعف العقلي، وهناك عدة جهات عرفت الإعاقة العقلية كل منها حسب مجال تخصصه ومنها:

**مفهوم الإعاقة العقلية من وجهة النظر الطبية:**

يعتبر التعريف الطبي من أقدم التعريفات للإعاقة العقلية، وقد ركز التعريف الطبي على أسباب الإعاقة العقلية ويتمثل التعريف الطبي للإعاقة العقلية في وصف الحالة وأعراضها وأسبابها ولقد وجهت انتقادات لهذا التعريف تتمثل في صعوبة وصف الإعاقة العقلية بطريقة رقمية تعبر عن مستوى ذكاء الفرد.

**مفهوم الإعاقة العقلية من وجهة النظر النفسية:**

لقد ظهر التعريف السيكومتري للإعاقة العقلية نتيجة للانتقادات التي وجهت للتعريف الطبي وقد اعتمد التعريف السيكومتري على نسبة الذكاء كمحك لتعريف الإعاقة العقلية وقد اعتبر الأفراد الذين تقل نسبة ذكائهم عن ٧٥ معاقين عقليا .

**مفهوم الإعاقة العقلية من وجهة نظر اجتماعية:**

وقد ظهر هذا المفهوم نتيجة للانتقادات التي وجهت لمقاييس القدرة العقلية وخاصة ستانفورد بينيه ووكسلر، في قدرتها على قياس القدرة العقلية للفرد، فقد وجهت الانتقادات إلى محتوى تلك المقاييس وصدقها وتأثرها بعوامل عرقية وثقافية وعقلية واجتماعية. ويركز التعريف الاجتماعي على مدى نجاح أو فشل الفرد في الاستجابة للمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه مقارنة مع نظرائه في نفس المجموعة العمرية وعلى ذلك يعتبر الفرد معاقًا عقليا إذا فشل في القيام بالمتطلبات الاجتماعية المتوقعة منه.

**مفهوم الإعاقة العقلية من وجهة نظر الجمعية الأمريكية للتخلف العقلي:**

وقد ظهر هذا التعريف نتيجة للانتقادات التي وجهت إلى التعريف السيكومتري، ونتيجة لهذه الانتقادات فقد جمع التعريف الأمريكي للإعاقة العقلية بين المعيار السيكومتري والمعيار الاجتماعي وقد ظهرت تعاريف عديدة من الجمعية الأمريكية كان منها التعريف الذي أصدرته عام (١٩٩٤) والذي ينص على: "**تمثل الإعاقة العقلية عددا من جوانب القصور في أداء الفرد والتي تظهر دون سن ١٨ وتتمثل بالتدني الواضح في القدرة العقلية عن متوسط الذكاء يصاحبها قصور واضح في اثنين أو أكثر من مظاهر السلوك التكيفي مثل مهارات: الاتصال اللغوي، العناية الذاتية، الحياة اليومية، الاجتماعية، التوجيه الذاتي، الخدمات الاجتماعية، الصحة والسلامة، الأكاديمية، وأوقات الفراغ والعمل**". (الروسان ، ٢٠٠٣).

**نسبة حدوث الإعاقة العقلية:**

تختلف نسبة الإعاقة العقلية من مجتمع إلى آخر كما تختلف تبعا لعدد من المتغيرات في ذلك المجتمع، فهي تختلف باختلاف متغير درجة الإعاقة العقلية، والجنس، والعمر والمعيار المستخدم في تعريف الإعاقة العقلية كما تختلف تلك النسبة باختلاف البرامج الوقائية من الإعاقة العقلية ومهما يكن من اختلاف تلك النسبة فإنها تتراوح من الناحية النظرية ما بين ٢.٥%-٣%من سكان المجتمع. ومن الضروري الإشارة إلى مصطلحات رئيسية ذات علاقة بموضوع انتشار ظاهرة الإعاقة العقلية في أي مجتمع. وهي: مصطلح نسبة حدوث الإعاقة العقلية في زمن معين أو فترة زمنية معينة وقد تزيد أو تنقص حالات الإعاقة العقلية تبعا لمجموعة

من العوامل الخاصة بفترة زمنية معينة، (من١%- ٥%) وفق هذا المصطلح، وأما المصطلح الثاني فهو نسبة انتشار حالات الإعاقة العقلية في المجتمع بشكل عام بغض النظر عن العوامل أو الفترة الزمنية وتكون نسبة انتشار هذه الحالة ثابتة تقريب (٢%- ٣%). (الروسان ، ٢٠٠٣).

**أسباب الإعاقة العقلية:** تصنف أسباب الإعاقة العقلية إلى ثلاث مجموعات رئيسية هي:

**مجموعة أسباب مرحلة ما قبل الولادة:**

وهي تلك الأسباب التي تحدث أثناء فترة الحمل أي منذ لحظة الإخصاب وحتى قبيل مرحلة الولادة، وتقسم هذه المجموعة من الأسباب إلى مجموعتين هما:

**العوامل الجينية:** ويقصد بها تلك العوامل الوراثية وهي انتقال الصفات الوراثية من الآباء إلى الأبناء عند عملية الإخصاب والجينات هي التي تحمل تلك الصفات الوراثية وتأخذ ثلاثة أشكال رئيسية هي: (الجينات السائدة-الجينات الناقلة -الجينات المتنحية).

ومن العوامل الجينية حالات الإعاقة العقلية الناتجة بسبب اختلاف العامل الرايزسي.

١- **العوامل غير الجينية:** ويقصد بها تلك العوامل البيئية التي تؤثر على الجنين في هذه المرحلة ولا تقل هذه العوامل في أثرها عن العوامل الجينية ومن العوامل غير الجينية ما يلي (الأمراض التي تصيب الأم الحامل: مثل مرض الحصبة الألمانية، ومرض الزهري، ومرض السكري، سوء تغذية الأم الحامل، الأشعة السينية، العقاقير والأدوية، تلوث الماء والهواء).

**مجموعة أسباب مرحلة أثناء الولادة:**

وهي تلك الأسباب التي تحدث أثناء الولادة ومنها: (نقص الأكسجين أثناء مرحلة الولادة -الصدمات الجسدية- الالتهابات).

**مجموعة أسباب ما بعد الولادة:**

وهي الأسباب التي تحدث بعد عملية الولادة وتعتبر هذه الأسباب مسئولة عن معظم حالات الإعاقة العقلية البسيطة ومن أهم هذه الأسباب ما يلي: (سوء التغذية - الأمراض والالتهابات- الحوادث والصدمات- العقاقير والأدوية). (الروسان، ٢٠٠٣).

**مدرسة التربية الفكرية في الكويت:**

قامت وزارة التربية بإنشاء مدرستا التربية الفكرية بنين وبنات في العام الدراسي (١٩٦٠- ١٩٦١م) للطلبة المعاقين عقليا وتقدم لهؤلاء الطلبة العناية التربوية من خلال مجموعة من الخبرات التي تستمد موادها من البيئة والمجتمع الكويتي وتعالج مجموعة من الاتجاهات والعادات والقيم والسلوكيات بالإضافة إلى برامج الرعاية الذاتية والتعليم الفردي والأنشطة الجماعية.

**السلم التعليمي بمدرسة التربية الفكرية:**

النظام التعليمي في المدرسة الفكرية ينقسم إلي ثلاثة مستويات المستوى الأول يضم (الصف الأول والثاني)، والمستوى الثاني يضم (الصف الثالث والرابع)، والمستوى الثالث يضم (الصف الخامس والسادس) ثم ينتقل بعدها الطالب إلى مرحلة دراسية تنقسم إلى قسمين: دراسة نظرية (مدرسة تأهيل التربية الفكرية بنين- مدرسة التأهيل المهني بنات) ودراسة عملية (مدارس الورش التعليمية بنين وبنات).

**شروط القبول في التربية الفكرية:**

أن تتراوح نسبة ذكاء الطفل (من ٥٠ إلى ٧٠ درجة)، وأن تكون لدى الطفل القدرة على التوافق العصبي والحسي والنفسي والاجتماعي (سلوك تواؤمي).

**ثانيا- الاحتراق النفسي:**

**التطور التاريخي الاحتراق النفسي:**

تعود البدايات المبكرة لمصطلح الاحتراق النفسي Psychological Burnout إلى العالم (Freudenberger, 1974) وذلك من خلال دراساته عن الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات، حيث عرف بأنه "حالة من الاستنزاف الانفعالي، والاستنفاذ البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، إضافة إلى عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة".

ويعد المؤتمر الدولي الأول للاحتراق النفسي الذي عقد بمدينة Philadelphia في نوفمبر ١٩٨١ البداية الحقيقية لتطور مصطلح الاحتراق النفسي حيث شارك فيه الرواد الأوائل للاحتراق النفسي أمثال (Freudenberger) محلل النفسي الأمريكي و(ماسلاش Maslash) اختصاصية علم النفس الاجتماعي بجامعة بركلي.

**أسباب الاحتراق النفسي:**

ترتبط أسباب الاحتراق النفسي دائما ببيئة العمل، وما تتيحه من فرص تساعد على ارتفاع مستويات الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن، وفي المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب، وقد أكد الباحثون على

مجموعة أسباب تؤدي إلى الإصابة بالاحتراق النفسي منها: دور التناقض بين واقع العمل وتوقعات الفرد، وكذلك روتين اليوم اليوم الدراسي، النشاطات غير المنظمة في اليوم الدراسي، التعامل لفترة طويلة مع مشكلات الطلاب، قلة التفاعل مع بقية المدرسين. (صالح، ١٩٩٥)

ويمكن تلخيص هذه الأسباب في:

١. العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.
٢. فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل.
٣. الشعور بالعزلة في العمل، وضعف العلاقات المهنية.
٤. الرقابة والملل في العمل.
٥. ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل.
٦. الخصائص الشخصية للفرد.
٧. المردود المادي والمعنوي الضعيف، نقص المكافآت وغياب الدعم.

**أعراض الاحتراق النفسي:**

هناك مجموعة من الأعراض للاحتراق النفسي التي تميزه عن غيره من الظواهر، وقد قام بعض الباحثين بتصنيف هذه الأعراض، فصنفها كاهيل Kahill (1988) إلى خمس فئات رئيسية وهي: أعراض عضوية، وأعراض انفعالية، وأعراض متعلقة بالعلاقات الشخصية، وأعراض مرتبطة بالمواقف والمعتقدات؛ وصنفها كل من فيمين وسنتاور Fimian & Santaro (1983) إلى ثلاث فئات: أعراض انفعالية، وأعراض سلوكية، وأعراض عضوية.

ويصنف (صالح، ١٩٩٥) أعراض الاحتراق النفسي إلى:

- **أعراض عضوية (بدنية):**

تتمثل الأعراض البدنية للاحتراق النفسي في: الإعياء، والأرق، وارتفاع ضغط الدم، وكثرة التعرض للصداع، واللجوء للتدخين، والإحساس بالإنهاك طوال اليوم، والإحساس بالتعب بعد العمل.

- **أعراض نفسية انفعالية:**

وتتمثل الأعراض النفسية في: الملل، وعدم الثقة بالنفس، والتوتر، وفقدان الحماس، وفتور الهمة، والغضب، والاستياء وعدم الرغبة في الذهاب للعمل.

- **أعراض اجتماعية:**

وهي أعراض متعلقة بالآخرين وتتمثل في: الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء، والانعزال والميل إليه، أو الانسحاب من الجماعة.

علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات الأخرى:

توجد أعراض مجموعة من الأعراض للاحتراق النفسي التي يستدل منها على حدوثه، والتي تميزه عن غيره من المصطلحات الأخرى وهي:

- **الاحتراق النفسي والضغط النفسي:**

الاحتراق النفسي والضغط النفسي كلاهما يعبر عن حالة من الإجهاد أو الإنهاك النفسي والبدني، لكن يختلف الاحتراق عن الضغط، فغالباً ما يكون الضغط النفسي مؤقت، ويشعر كما لو كان محترقاً نفسياً، لكن بمجرد التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الشعور. "فقد يكون الضغط داخلياً أو خارجياً، وقد يكون طويلاً أو قصيراً، وإذا طال هذا الضغط فإنه يستهلك أداء الفرد، ويؤدي إلى انهيار في أداء وظائفه".

أما الاحتراق النفسي فهو عرض طويل المدى يرتبط حدوثه بالضغوط النفسية، وبمصادر وعوامل أخرى، وبذلك فإن الضغط النفسي يكون سبباً في الاحتراق النفسي، إذا ما استمر، ولم يستطع الفرد التغلب عليه.

- **الاحتراق النفسي والإجهاد النفسي:**

الإجهاد عبارة عن عبء انفعالي زائد، ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة، فتؤدي إلى الإنهاك البدني والنفسي، وإذا اعتبر قريباً من الإجهاد الانفعالي، فإنه يمثل أحد مكونات الاحتراق النفسي، كما يعتبر عرضاً من أعراضه العديدة (في: صالح، ١٩٩٥).

ويمكن أن نعتبر الضغط سابق على الإجهاد النفسي، كما أن الإجهاد يشكل ضغطاً أيضاً فهي علاقة دائرية، قد لا تكون لها نهاية بين الضغوط النفسية والإجهاد النفسي.

- **الاحتراق النفسي والقلق النفسي:**

القلق عبارة عن شعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوان مضاد لبيئة يدركها الفرد على أنها عدائية (جابر عبد الحميد & علاء الدين كفافي، ١٩٨٨) قد تلتبس هذه الأعراض بمظاهر الاحتراق النفسي، والذي من مظاهره: فقدان الاهتمام بالآخرين، والسخرية من الآخرين، والشك في قيمة الحياة، والعلاقات الاجتماعية؛ إلا أن

الشعور بالقلق قد يتكون لدى الفرد منذ مرحلة الطفولة بعكس الاحتراق النفسي، فهو مرتبط بالأداء الوظيفي، أو المهني، ويكون الفرد في مرحلة الرشد. (صالح، ١٩٩٥)

**مراحل حدوث الاحتراق النفسي:**

الاحتراق النفسي لا يحدث دفعة واحدة، ولكنه يمر بعدد من المراحل، حتى يصل الفرد إلى ذروة المعاناة بالاحتراق النفسي، وتتمثل هذه المراحل في الآتي:

**المرحلة الأولى:** Stress Arousal تعرف بمرحلة الاستثارة الناتجة عن الضغوط، أو الشد العصبي الذي يعايشه الفرد في عمله، وترتبط بالأعراض التالية: سرعة الانفعال، والقلق الدائم، وفترات من ضغط الدم العالي، والأرق، والنسيان، وصعوبة التركيز والصداع.

**المرحلة الثانية:** Energy Conservation تعرف بمرحلة الحفاظ على الطاقة، وتشمل هذه المرحلة بعض الاستجابات السلوكية مثل: التأخير عن مواعيد العمل، وتأجيل الأمور المتعلقة بالعمل، وزيادة في استهلاك المنبهات، والانسحاب الاجتماعي، والشعور بالتعب المستمر.

**المرحلة الثالثة:** Exhaustion وهي مرحلة الاستنزاف، أو الإنهاك، وترتبط بمشكلات بدنية ونفسية مثل: الاكتئاب المتواصل، واضطرابات مستمرة في المعدة، وتعب جسمي مزمن، وإجهاد ذهني مستمر، وصداع دائم، والرغبة في الانسحاب النهائي من المجتمع، والرغبة في هجر الأصدقاء. وليس من الضروري وجود جميع الأعراض بكل مرحلة؛ للحكم بوجود حالة الاحتراق النفسي، ولكن ظهور عرضين أو أكثر في كل مرحلة يمكن أن يشير إلى أن المعلم يمر بأحد مراحل الاحتراق النفسي (Rodriguez, 2006)

**حدوث الاحتراق النفسي:**

الاحتراق النفسي لا يحدث دفعة واحدة ولكنه يبدأ بصورة تدريجية عبر فترات زمنية ممتدة، وترتبط غالباً بتعرض المعلم للضغوط المهنية لفترة زمنية طويلة، ولهذا فإن الاحتراق النفسي للمعلمين والمدرسين يشير إلى التآكل التدريجي للكفاءات الفنية والنفسية والاجتماعية، أو أنه نهاية الاستنزاف الحقيقي للكفاءات المهنية الهامة ونقص القدرة على الأداء الفعال مع الطلاب.

**دورة حدوث الاحتراق النفسي:**

يشير (Blasé, 1982) إلى حدوث 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. (في: بدران، ١٩٩٧)

**كيفية التغلب على الاحتراق النفسي والوقاية منه:**

أشار يوسف (٢٠٠٦) إلى أحد الاستراتيجيات التي يمكن اتخاذها للتعامل مع الاحتراق النفسي ومحاولة التغلب عليه، وذلك من خلال عدد من الخطوات، والتي إذا اتبعها الشخص المعرض للاحتراق النفسي فبإمكانه تفاديه والتغلب عليه، وهي:

أ. فهم الشخص لعمله، وكذلك أساليبه في الاستجابة للضغوط، لأن فهم الفرد لاستجاباته بشكل كامل سوف يساعده على تعرف أنماط السلوك غير الفعالة، وبالتالي محاولة تغييرها.

ب. إعادة فحص الفرد لقيمه وأهدافه وأولوياته؛ فالأهداف غير الواقعية – المثالية – للوظائف والأداء ستعرض الفرد للإحباط، أو بمعنى آخر التأكد من قابلية أهدافنا للتنفيذ.

ج. تقسيم الحياة إلى مجالات: العمل، المنزل، الحياة الاجتماعية، والتركيز قدر الإمكان على كل مجال نعيشه، وألا نسمح لضغوط مكان أن تؤثر على مكان آخر.

د. العمل على بناء نظام للمساندة الاجتماعية (يوسف، ٢٠٠٦).

**الدراسات السابقة:**

قام الحربي (٢٠١٣) بدراسة والتي هدفت إلى التحقق من مدى فاعلية برنامج إرشاد بالمعني لخفض حدة الاحتراق النفسي لدي عينة من معلمات التربية الخاصة بمكة المكرمة، وتكونت من معلمات التربية الخاصة بمدينة مكة المكرمة بالمملكة العربية السعودية وعددهم (٣٠) معلمة، واستخدمت برنامج إرشاد بالمعنى، ومقياس الاحتراق النفسى، ومقياس مقياس آيزنك المعدل (EPQ-R)، وتوصلت إلى نتائج أهمها وجود فروق دالة إحصائيا بين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس الاحتراق النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) بعد تطبيق البرنامج لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائيًا على مقياس إيزنك لمعلمات التربية الخاصة (الأبعاد) بين المجموعة الضابطة والتجريبية لصالح المجموعة التجريبية، وجود فروق دالة إحصائيًا في درجة الاحتراق النفسي لمعلمات التربية الخاصة حسب المرحلة العمرية (الأبعاد والدرجة الكلية)، وجود فروق دالة إحصائيًا في درجة الاحتراق النفسي لمعلمات التربية الخاصة حسب الخبرة العملية (الأبعاد والدرجة الكلية).

كما قام دويب (٢٠١٢) بدراسة هدفت إلى محاولة التصدى لظاهرة الاحتراق النفسى لدى معلمات التربية الخاصة من مدخل إرشادي من خلال التحقق من مدى فاعلية التدريب على التحكم الذاتى فى خفض حدة الاحتراق النفسى لديهن، وتعديل اتجاهاتهن، وذلك على عينة (١٧) من معلمات الإعاقة السمعية، مقسمة إلى مجموعة تجريبية قوامها (٨) معلمات، ومجموعة ضابطة قوامها (٩) معلمات، وبرنامج التدريب على التحكم الذاتى (إعداد الباحثة)، وأسفرت النتائج عن: وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية (التحكم الذاتى) على مقياس الاحتراق النفسي فبل وبعد تطبيق البرنامج لصالح القياس البعدى، أيضًا وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين رتب درجات أفراد كل من المجموعة التجريبية (التحكم الذاتى)، والمجموعة الضابطة فى القياس البعدى لمقياس الاحتراق النفسى لصالح المجموعة التجريبية، ولم توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين رتب درجات أفراد المجموعة التجريبية (التحكم الذاتى) فى القياسين البعدى والتتبعى لمقياس الاحتراق النفسى.

وأجرى خطاب (٢٠١٠) في دراسة لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض الأعراض السيكوسوماتية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة بمحافظة قنا وسوهاج، ومعرفة الفروق في أبعاد الاحتراق النفسي وفقاً لمتغيري العمر والخبرة لدى أفراد عينة الدراسة، وأيضاً معرفة الفروق بين المعلمين والمعلمات في أبعاد الاحتراق والاضطرابات السيكوسوماتية وقد تكونت عينة الدراسة من (١٤٩) معلما ومعلمة بواقع (٧٨) معلماً و(٧١) معلمة من معلمى التربية الخاصة بقنا وسوهاج. وباستخدام مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين لسيدمان وزاجر (١٩٨٦) Zager&Seidman، وكشفت النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات على أبعاد الاحتراق النفسي المدروسة جميعها، فى حبن أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الفئات العمرية المختلفة في متغير الضغوط المهنية لصالح الفئة الأكبر سنا. ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد العينة ذوي مستويات الخبرة المختلفة في متغير انخفاض المساندة الإدارية كما يدركها المعلم، لصالح فئة المعلمين ذوي مستويات الخبرة الأقل.

وقام كل من (Platsidou and Agaliotis 2008) بدارسة مستويات الاحتراق النفسي، لدى عينة مكونة من (١٢٧) معلما ومعلمة، من معلمى التربية الخاصة، في المرحلة الابتدائية باليونان، وتوصل الباحثان، إلى وجود مستويات منخفضة،

من الاحتراق النفسي، لدى عينة الدراسة في الأبعاد الثلاثة لمقياس ماسلاش، 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 مستوى الاحتراق النفسي والخبرة التدريسية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستويات الاحتراق النفسي تعزي لمتغير الجنس.

كما قام الزيودي (٢٠٠٧) بدراسة بهدف 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 على (١١٠) معلمًا ومعلمة واستخدمت الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي حيث تضمن ثلاثة أبعاد موزعة على (٢٢) فقرة. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمي التربية الخاصة في جنوب الأردن يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط النفسية والاحتراق النفسي تراوحت من المتوسط إلى العالي. كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين كانوا يعانون من الإجهاد الانفعالي أكثر من المعلمات. كذلك كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير سنوات الخبرة في بعد تبلد الشعور وشدته لصالح المعلمين، كذلك كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الدخل الشهري في بعد نقص الشعور بالإنجاز.

وأيضا قام القريوتي والخطيب (٢٠٠٦) بدارسة لتعرف مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمى الطلبة العاديين، وذوي الاحتياجات الخاصة في الأردن، طبقت على (٤٤٧) معلما وقد تم استخدام مقياس شرنك (Shrink) وأظهرت النتائج، أن مستوى الاحتراق لدى المعلمين ذوي الدخل المنخفض، والمتوسط أعلى من ذوي الدخل المرتفع، ولدى معلمي الدارسات الإسلامية، واللغات، والبرمجة، أعلى من مستواه لدى معلمى المباحث الأخرى، ولدى معلمى الطلبة المعاقين إعاقة بصرية، أعلى مما هو عليه لدى معلمى الدراسة ذوي الإعاقات السمعية، والحركية، وأنه لا فرق في مستوى الاحتراق النفسي، بين المفحوصين بحسب جنس المعلم، وحالته الاجتماعية.

كما أجرى الخرابشة وعربيات (٢٠٠٥) دراسة لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرفة المصادر. تألفت عينة الدراسة من (١٦٦) معلما ومعلمة يشكلون (٩%) من مجتمع الدراسة، توصلت الدراسة إلى أن درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع ذوي صعوبات

التعلم كانت درجة متوسطة على بعدى الإجهاد الانفعالى، وتبلد المشاعر، وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالانجاز، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الجنس ولصالح الإناث لبعد نقص الشعور بالإنجاز. في حين لم تظهر الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الجنس لكل من المشاعر بعدى الإجهاد الانفعالى وتبلد المشاعر. وقد أظهرت النتائج أيضًا وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الأبعاد الثلاثة تعزي لمتغير الخبرة، ولصالح ممن لدبهم الخبرة أكثر من خمس سنوات.

وكذلك أجرى (Sari, 2004) بدارسة على معلمى ومشرفي التربية الخاصة، على عينة من مدارس التربية الخاصة بتركيا بلغ عددهم (٢٩٥)، باستخدام مقياس ماسلاش، للاحتراق النفسي أشارت النتائج، إلى وجود مستويات متوسطة من الاحتراق في بعدي تبلد الشعور، ونقص الشعور بالإنجاز، كما أظهرت في بعدي الإجهاد الانفعالى، ونقص الشعور بالانجاز وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الذكور، بينما كانت الفروق في بعد تبلد الشعور، لصالح الإناث كما توصلت النتائج إلى وجود في بعدي الإجهاد الانفعالى، وتبلد المشاعر فروق دالة إحصائية لصالح المعلمين الأكثر خبرة تدريسية، بينما كانت الفروق في بعد نقص الشعور بالإنجاز لصالح المعلمين الأقل خبرة تدريسية.

كما قام كل من يحيى، حامد (٢٠٠١) بدارسة عن مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين عقليا فى اليمن، وشملت الدراسة (٤٢) معلما ومعلمة للطلبة المعاقين عقليا فى اليمن، أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق دالة فى مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى كل من جنس المعلم، ومؤهله العلمي، أو سنوات خبرته، بينما وجدت فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير درجة إعاقة الطلبة حيث ازدادت مصادر الاحتراق النفسي لدي معلمي الطلبة ذوي الإعاقة العقلية الشديدة وذلك على كل من بعد ظروف العمل، وخصائص الطلبة، والإدارة والزملاء في حين لم تظهر فروق في مصادر الاحتراق تعزي إلي متغير درجة إعاقة الطلبة بالنسبة لبعد الخصائص الشخصية للمعلم.

وأخيرًا قام السرطاوي (١٩٩٧) بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة على الإبعاد الثلاثة لمقياس ماسلك للاحتراق

النفسي ومعرفة ما إذا كان هناك فروق دالة بين مستويات العمر والخبرة والتخصص وفئة الإعاقة التي يتم تدريسها ونمط الخدمة التعليمية على تلك الإبعاد، وتهدف كذلك إلى الكشف عن أهم مصادر الضغوط النفسية، وذلك من خلال تطبيق ماسلك بعد التحقق من صدقه وثباته على عينة تألفت من (٣٢٢) معلما، منهم ١٠٩ في معاهد التربية الفكرية، و١٦٣ في معاهد وبرامج الإعاقة السمعية، و٤٦ في معهد النور، و١٤ في برنامج غرفة المصادر المتواجدة في سبع مدارس ابتدائية تمثل مختلف المناطق التعليمية، وقد تبين بان درجة الاحتراق النفسي كانت معتدلة على كل من الإجهاد الانفعالي ونقص الشعور بالإنجاز، بينما كان تكرار تبلد المشاعر متدنيا، وجدت فروق دالة بين استجابات المعلمين المتخصصين في التربية الخاصة وغير المتخصصين على تكرار الإجهاد الانفعالي، في حين لم توجد فروق بين استجابات معلمي التربية الخاصة وفق متغيري التخصص ونمط الخدمة على مستوى تكرار تبلد المشاعر نحو التلاميذ المعوقين، وجود فروق دالة بين استجابات المعلمين العاملين مع المعوقين وفق متغيري التخصص ونمط الخدمة على مستوى تكرار نقص الشعور بالإنجاز، أن درجة الاحتراق النفسي على بعد الإجهاد الانفعالي تتناسب عكسيا مع الخبرة .

**تعليق على الدراسات السابقة:**

كان هدف الدراسات السابقة جميعا تعرف مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمين والعاملين مع فئات الاحتياجات الخاصة، ولم يجد الباحث دراسات تناولت الاحتراق النفسي للعاملين مع الطلبة تربية الفكرية تحديدا وإنما وجدت دراسة واحدة وهى دراسة السرطاوي (١٩٩٧) من ضمن المتغيرات، عموما نجد من هذه الدراسات ما توافقت مع الدراسة الحالية التي تهتم بدراسة مستوى الاحتراق النفسي، وكذلك استخدام بعض الدراسات السابقة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، وهذا ما يتفق مع الدراسة الحالية التي استخدمت نفس المقياس، وأظهرت الدراسات السابقة أن هناك مستوى ملاحظ للاحتراق النفسي بين المعلمين والعاملين في مجال التربية الخاصة.

**إجراءات الدراسة:**

**منهج الدراسة:**

اعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي في دراسة مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات للطلبة التربية الفكرية في مدارس إدارة التربية الخاصة في دولة الكويت.

**مجتمع وعينة الدراسة:**

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمين والمعلمات الذين يعملون في مهنة التدريس للطلبة التربية الفكرية في مدارس التابعة لمدارس التربية الخاصة في دولة الكويت، تم تناول عينة الدراسة جميع مجتمع الدراسة كاملا للتعرف على درجة الاحتراق النفسي لديهم والجدول (١) يوضح مجتمع الدراسة موزعين على حسب الجنس والخبرة العلمية.

جدول (١)

مجتمع الدراسة موزعه على حسب الجنس والخبرة

| النوع | الخبرة | | | | | المجموع |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | أقل من خمس سنوات | من ( ٥ – ١٠ ) سنوات | من ( ١٠ – ١٥ ) سنة | من ( ١٥ – ٢٠ ) سنة | أكثر من عشرين سنة | |
| المعلمين | 9 | 2 | 8 | 4 | 8 | 31 |
| المعلمات | 7 | 11 | 4 | 7 | 11 | 40 |
| **المجموع** | **16** | **13** | **12** | **11** | **19** | **71** |

**أداة الدراسة:**

استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس ما وصف المقياس ماسلك للاحتراق النفسي (inventory MBI maslach burnout) وقد قام العديد من الباحثين بتعريب المقياس ويتكون المقياس من (٢٢) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته موزعة علي ثلاثة أبعاد، وهي:

١. **الإجهاد الانفعالي:** ويقيس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة العمل مع فئة معينة وبتضمن الفقرات (١، ٢، ٣، ٦، ٨، ١٣، ١٤، ٢٠)

٢. **تبلد المشاعر:** ويقيس مستوى قلة الاهتمام واللامبالاة نتيجة العمل مع فئة معينة ويتضمن الفقرات (٥، ١٠، ١١، ١٥، ٢٢).
٣. **نقص الشعور بالإنجاز:** ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعور بالكفاءة، والرضا في عمله ويتضمن الفقرات (٤، ٧، ٩، ١٢، ١٧، ١٨، ١٩، ٢٠).

وقد جاءت على هيئة عبارات تسأل عن شعور الفرد نحو مهنته، ويطلب منه الإجابة مرتين لكل فقرة، تدل علي تكرار الشعور بتدرج يتراوح من (صفر إلي ست) درجات، وأخرى تدل علي شدة الشعور بتدرج يتراوح من (صفر إلي سبع) درجات، وقد استخدم الباحث في هذه الدراسة إجابة الفرد علي البعد الخاص بتكرار شعوره نحو فقرات المقياس، وهذا ما كشفت عنه دراسات مختلفة منها دراسة (السرطاوي، ١٩٩٧) و(الفرح، ٢٠٠١).

**طريقة تصحيح المقياس:**

يتكون المقياس من(٢٢) فقرة، فإن الدرجة الكلية يمكن يحصل عليها المعلم هي (١٣٢) درجة، وتتراوح درجة المعلم علي بعد الإجهاد الانفعالي ما بين (٠-٤٥) وعلي بعد تبلد المشاعر ما بين (٠-٣٠)، وعلى بعد نقص الشعور بالإنجاز ما بين (٠-٤٨) وبما أن فقرات البعد الأول والثاني سلبية، وفقرات البعد الثالث إيجابية فقد تم عكس درجات المعلم على البعد الثالث لتصبح نفس اتجاه البعدين الأول والثاني، وبناء على ذلك فإن الدرجات المرتفعة علي المقياس بأبعاده الثلاث تعني مستوى عاليا من الاحتراق النفسي، في حين الدرجات المنخفضة تعني مستوى منخفض من الاحتراق النفسي، وبمكن تصنيف المعلمين والمعلمات في عينة البحث على أساس درجة الاحتراق النفسي لديهم إلي عالية أو متوسطة أو منخفضة كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢)

تصنيف تكرار أبعاد مقياس ماسلك للاحتراق النفسي

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

**صدق المقياس:**

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى جيد من الصدق فقد أظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين الفئات مختلفة من العاملين الذين يعانون

من احتراق نفسي عال، واحتراق نفسي متدن، وذلك من خلال الدراسات المختلفة التي عملت في هذ المجال وخصوصا في البيئة العربية والخليجية.

**ثبات المقياس:**

قام الباحث التأكد من ثبات المقياس باستخدام طريقة إعادة الاختبار ( Test & Re-Test) وذلك خلال فترة أسبوعين بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني علي عينة استطلاعية مكونة من (١١) معلم ومعلمة من العاملين في مدرسة التربية الفكرية التابعة لإدارة مدارس التربية الخاصة بدولة الكويت، ويظهر الجدول التالي معاملات الارتباط لأبعاد المقياس.

جدول (٣)

معاملات الارتباط لأبعاد المقياس والدرجة الكلية

| الأبعاد | الارتباط |
|---|---|
| الإجهاد الانفعالى | 0,88 ** |
| تبلد المشاعر | 0.70 ** |
| نقص الشعور بالأنجاز | 0.82 ** |
| الثبات الكلى | 0.80** |

** دالة عند مستوى٠.٠١

يشير الجدول السابق أن معاملات الثبات للمقياس الكلي كانت مرتفعه جدا، حيث وجدت معاملات الثبات للأبعاد تراوحت بين (0.70 -0,88) وكلها معاملات ثبات مرتفعة، وتشير هذه النتيجة إلي ثبات جيد جدا للمقياس الكلي والأبعاد.

**نتائج الدارسة ومناقشتها:**

للإجابة عن السؤال الأول من أسئلة الدراسة، الذي مفاده "ما مستوى الاحتراق النفسي لدي المعلمين والمعلمات للطلبة التربية الفكرية"، تم استخراج المتوسطات الحسابية لأداء المعلمين والمعلمات على أبعاد المقياس الثلاثة (الإجهاد الانفعالي– تلبد المشاعر– ونقص الشعور بالإنجاز) ثم تم تصنيف هذه المتوسطات حسب المستويات الثلاث (متدن– متوسط–عال) حيث يوضح الجدول (٤) المعايير التي تم تحديدها في (inventory MBI maslach burnout).

جدول (٤)

مستويات الاحتراق النفسي للمعلمين والمعلمات للطلبة
التربية الفكرية علي أبعاد المقياس

| الأبعاد | مستوى الاحتراق | درجة المعيار | متوسط درجات |
|---|---|---|---|
| الإجهاد الانفعالي | متدن | ١٧-٠ | 20.45 |
| | متوسط | 18-29 | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | عال | ٣٠ فما فوق | |
| تبلد المشاعر | متدن | 0-5 | 3.38 |
| | متوسط | ٦-١١ | |
| | عال | ١٢ فما فوق | |
| نقص الشعور بالإنجاز | متدن | 0-11 | 13.09 |
| | متوسط | ١٢-٢٣ | |
| | عال | ٢٤ فما فوق | |
| الاحتراق النفسي | متدن | ٠-٢٨ | 13.09 |
| | متوسط | ٢٩-٥٧ | |
| | عال | ٥٨ فما فوق | |

يتضح من الجدول السابق أن متوسطات درجات معلمي ومعلمات الطلبة التربية الفكرية علي بعد الإجهاد الانفعالي كانت (٢٠.٤٥) وهذا يعني أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية علي حسب المعيار، بينما كان مستوي الاحتراق النفسي في بعد تبلد المشاعر في مستوى متدن حيث بلغ المتوسط الحسابي (٣.٣٨) علي حسب المعيار، بينما نجد مستوي المتوسط الحسابي للاحتراق النفسي في بعد نقص الشعور بالإنجاز المشاعر في مستوى متوسط حيث بلغ المتوسط الحسابي لها (١٣.٠٩). ويفسر الباحث بأن درجة الاحتراق النفسي في الأبعاد كانت متفاوتة في المستويات بسبب طبيعة الإعاقة التربية الفكرية، حيث نجد البعدين (تبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز) كانت بمستوى متدن ومتوسطة بسبب النظرة التربوية التي بات المعلمون يمارسونها بحكم البعد المجتمعي لديهم من حيث دورهم للمساهمة بالتغلب على المشاكل، ويرى الباحث كذلك أن هذه النتيجة قد تكون ثمة ما يشبه الاعتقاد أن المعلمين يتبنون استراتيجية التجاهل أو الإهمال لهؤلاء الطلبة لعدة أسباب قد تكون صعوبة التواصل معهم أو بسبب أعباء التدريس وضغط العمل أو لقناعتهم بتدني تحقيق مخرجات جيدة، ويري الباحث كذلك أن مستوى درجة الاحتراق النفسي في بعد (الاجتهاد الانفعالي) عالية بسبب مستويات الإعاقة حيث تراوحت المستويات ما بين إعاقة متوسطة أو بسيطة مما يجعل العمل في ظل تفاوت المستويات يبذل جهدًا كبيرًا جدًا مما يجعل بمستوى الطموح قليل مقابل الجهد الذي يبذله لهذه الفئة مع مستوى الأداء، وقد جاءت نتائج الدراسة متوافقة مع ما قام به كل من (Platsidou and Agaliotis2008) حيث وجدت الدراسة انخفاضا في بعد تبلد المشاعر، كما كانت متوافقة (Sari, 2004) التي أظهرت نتائجها على الأبعاد الثلاث كانت بدرجة متوسطة، كما اتفقت نتائج الدراسة مع ما جاء به كل من الخرابشة وعربيات (٢٠٠٥)، واختلفت على بعد نقص الشعور بالانجاز كانت

بدرجة عالية، وأخيرا اتفقت الدراسة مع ما قام بها السرطاوي (١٩٩٧) حيث أظهرت النتائج أن أبعاد الاحتراق النفسي كانت بدرجة متوسطة.

للإجابة عن السؤال الثاني من أسئلة الدراسة، الذي مفاده "هل تختلف درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات للطلبة التربية الفكرية باختلاف الجنس؟" للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية لأداء المعلمين والمعلمات على أبعاد المقياس الثلاثة (الإجهاد الانفعالي – تلبد المشاعر – ونقص الشعور بالانجاز) وتم استخدام اختبار (T-Test) لمعرفة الفرق بين في متوسط درجت المعلمين والمعلمات والجدول (٥) يوضح نتائج التي تم توصل إليها في هذا المجال.

جدول (٥)

المتوسطات والانحرافات المعيارية

وقيمة (T) للفرق في درجة الاحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات

| الجنس | | العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | درجة الحرية | قيمة T | قيمة الدلالة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الإجهاد الانفعالي | المعلمين | 31.00 | 21.77 | 11.19 | 69 | .976 | .332 | غير دالة |
| | المعلمات | 40.00 | 19.43 | 9.09 | | | | |
| تبلد المشاعر | المعلمين | 31.00 | 3.97 | 5.02 | 69 | .945 | .348 | غير دالة |
| | المعلمات | 40.00 | 2.93 | 4.26 | | | | |
| نقص الشعور بالانجاز | المعلمين | 31.00 | 14.03 | 7.45 | 69 | 1.070 | .288 | غير دالة |
| | المعلمات | 40.00 | 12.38 | 5.61 | | | | |
| المجموع العام | المعلمين | 31.00 | 39.77 | 15.81 | 69 | 1.486 | .142 | غير دالة |
| | المعلمات | 40.00 | 34.73 | 12.83 | | | | |

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين متوسط درجات المعلمين والمعلمات على بعد الإجهاد الانفعالي حيث بلغت قيمة (=.976T)، كما وجدت أيضا أنه لا توجد فروق بين متوسط درجات المعلمين والمعلمات على بعد تبلد المشاعر حيث بلغت قيمة (=.945T) وهي كذلك غير دالة إحصائيًا، كما وجدت أيضا أنه لا توجد فروق بين متوسط درجات المعلمين والمعلمات على بعد نقص الشعور بالإنجاز حيث بلغت قيمة (=1.070T) وهي كذلك غير دالة إحصائيًا، وأخيرًا نجد أن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات للطلبة التربية الفكرية في المجموع العام لمستوى الاحتراق النفسي عموما.

ويرى الباحث أن هذه النتيجة تفسر أن عامل اختلاف الجنس بين المعلمين والمعلمات ليس له تأثير على مستوى الاحتراق النفسي فيما بينهم أي أن العوامل المسببة للاحتراق النفسي هي نفسها العوامل بين المعلمين عموما إذ تتشابه تقديرات المعلمين والمعلمات من حيث معاناتهم بحكم أن النظام المتبع هو نفس النظام الذي يتعاملونه مع بعضهم البعض، واتفقت نتائج الدراسة مع ( Platsidou and Agaliotis 2008) حيث أظهرت عدم وجود فروق دالة إحصائيا في مستويات الاحتراق النفسي تعزي لمتغير الجنس، وكذلك مع دراسة الخرابشة وعربيات (٢٠٠٥) التي أظهرت عدم وجود فروق تعزي لمتغير الجنس، وكذلك اتفقت نتائج الدراسة مع دراسة التي قام بها كل من يحيى، نجيب (٢٠٠١) لا توجد فروق دالة فى مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى كل من جنس المعلم، واتفقت نتائج الدراسة مع ما به كل من القريوتي والخطيب (٢٠٠٦) أنه لا فرق في مستوى الاحتراق النفسى بين المفحوصين بحسب جنس المعلم، وكذلك مع دراسة خطاب (٢٠١٠) التي كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات على أبعاد الاحتراق النفسي.

واختلفت نتائج الدراسة مع بعض الدراسات في وجود فروق بين المعلمين والمعلمات علي بعد فقط حيث وجدت دراسة الزيودي (٢٠٠٧) التي وجدت فروق بين المعلمين والمعلمات فقط على بعد الإجهاد الانفعالي حيث أن المعلمين كانوا يعانون من أكثر من المعلمات.

للإجابة عن السؤال الثالث من أسئلة الدراسة المتعلق بمعرفة الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدي المعلمين والمعلمات للطلبة التربية الفكرية وفقا لمتغير الخبرة، تم استخدام تحليل التبيان الأحادي لفحص دلالة الفروق بين متوسط درجات أفراد الدراسة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفق متغير الخبرة الذي يضم خمسة مستويات، والجدول (٦) يظهر هذه النتائج.

جدول (٦)

نتائج تحليل التبيان الأحادي لفحص دلالة الفروق بين متوسط درجات أفراد الدراسة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفق لمتغير الخبرة

| الأبعاد | مصدر التباين | مجموع المربعات | درجة الحرية | متوسط المربعات | F | قيمة الدلالة | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الإجهاد الانفعالي | بين المجموعات | 351.079 | 4 | 87.770 | .861 | .492 | غير دالة |
| | داخل المجموعات | 6724.498 | 66 | 101.886 | | | |
| | المجموع | 7075.577 | 70 | | | | |
| تبلد | بين المجموعات | 75.819 | 4 | 18.955 | .888 | .476 | غير |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| المشاعر | داخل المجموعات | 1408.914 | 66 | 21.347 | | | دالة |
| | المجموع | 1484.732 | 70 | | | | |
| نقص الشعور بالإنجاز | بين المجموعات | 112.740 | 4 | 28.185 | .658 | .623 | غير دالة |
| | داخل المجموعات | 2827.569 | 66 | 42.842 | | | |
| | المجموع | 2940.310 | 70 | | | | |
| المجموع الكلي | بين المجموعات | 483.212 | 4 | 120.803 | | | |
| | داخل المجموعات | 13881.436 | 66 | 210.325 | .574 | .682 | غير دالة |
| | المجموع | 14364.648 | 70 | | | | |

يتضح من الجدول السابق أنه لا توجد فروق فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) بين درجات المعلمين المعلمات للطلبة التربية الفكرية وفق متغير الخبرة على الأبعاد التالية (الإجهاد الانفعالي- تبلد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز، والمجموع الكلي للمقياس).

ويفسر الباحث هذا الأمر أن عامل الخبرة ليس له تأثير يذكر ولعل يكون السبب أن المعلمين سواء كانوا من خبرتهم قليلة أو كثيرة يتبعون نفس الأساليب للتغلب على مشاكلهم مع الطلبة التربية الفكرية وأن خبراتهم تنتقل لبعض البعض في هذا المجال، تظهر هذه النتيجة متوافقة مع ما جاءت به الدراسات السابقة حيث وجدنا انها اتفقت مع دراسة الزيودي (٢٠٠٧) التي وجدت عدم فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير سنوات الخبرة. وكذلك مع ( Platsidou and Agaliotis, 2008) التي أشارت عدم وجود علاقة دالة إحصائيًا بين مستوى الاحتراق النفسي والخبرة التدريسية، وكذلك مع دراسة الحربي (٢٠١٣) التي وجدت عدم فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي لمعلمات التربية الخاصة حسب الخبرة العملية (الأبعاد والدرجة الكلية).

وكذلك اتفقت مع دراسة الخرابشة وعربيات (٢٠٠٥) التي أظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الأبعاد الثلاثة تعزى لمتغير الخبرة، وكذلك مع ما قام به كل من يحيى، نجيب (٢٠٠١) أنه لا توجد فروق بين المعلمين على حسب مؤهله وخبرته العلمية، واختلف نتائج الدراسة مع ما قام به السرطاوي (١٩٩٧) التي أظهرت فروق داله بين درجات الاحتراق النفسي إلى المعلمين في مستويات الخبرة التعليمية.

**التوصيات:**

**بناء على نتائج الدراسة يوصي الباحث:**

- إجراء المزيد من الدراسات من أجل تحديد الأسباب والعوامل التى تؤدى إلى شعور المعلمين بالاحتراق النفسي بالإضافة إلى التنوع في المتغيرات لوجود بعض المتغيرات التى قد تكون سببًا نظرًا لحدوث الاحتراق النفسي لم يتم تناولها في هذه الدراسة.
- إجراء دراسة مشابهة لمعرفة الاحتراف النفسي لمعلمي ومعلمات الإعاقة العقلية المتوسطة والشديدة.
- إجراء دراسة مشابهة على المستوى دولة الكويت لتعرف درجة الاحتراق النفسي لمعلمي فئات الإعاقة المختلفة.
- إجراء دراسة مشابهة لتعرف درجة الاحتراق النفسي للوالدين في تربية وتعليم أطفالهم المعاقين عقليا بسيطة.

## المراجع

**أولاً–المراجع العربية:**

الخرابشة عمر، وعربيات أحمد (٢٠٠٥): "الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرفة المصادر" مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية.٣٣١-٢٩٢. (٢)١٧.

البتال، زيد(٢٠٠٠): الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات التربية الخاصة. ماهيته وعلاجه، سلسلة الإصدارات أكاديمية سلطان الدولية، الرياض.

بدران، مني (١٩٩٧): الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقته ببعض المتغيرات لشخصية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعه القاهرة، معهد الدراسات والبحوث التربوية والنفسية.

جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفافى (١٩٨٨): معجم على النفس والطب النفسى. الجزء السابع, القاهرة: دار النهضة العربية.

الحربي، رشاء (٢٠١٣): فاعلية برنامج إرشاد بالمعني لخفض حدة الاحتراق النفسي لدي عينة من معلمات التربية الخاصة بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس. كلية التربية. قسم الصحة النفسية.

خطاب، سمير (٢٠١٠): الاحتراق النفسى والأعراض السيكوسوماتية لدى معلمى التربية الخاصة، حوليات آداب عين شمس، مج٣٨، ص٣١٣. القاهرة.

خطاب، سمير (٢٠١٠): الاحتراق النفسى والأعراض السيكوسوماتية لدى معلمى التربية الخاصة، حوليات آداب عين شمس.

الخطيب، جمال، والحديدى، منى (١٩٩٤): مناهج وأساليب التدريس فى التربية الخاصة، دليل عملي إلى تربية وتدريب الأطفال المعوقين، الجامعة الأردنية، عمان/الأردن.

الروسان، فاروق (٢٠٠٣): مقدمة في الإعاقة العقلية. دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع. عمان.

زيدان السرطاوي (١٩٩٧): الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة (دراسة ميدانية). مجلة كلية التربية –جامعة عين شمس–جمهورية مصر العربية. العدد ٢١ (جزء ٢)، ص ص ٥٧-٩٦.

السرطاوي، عبدالعزيز، القريوتي، يوسف، الصمادي جميل، (١٩٩٥): المدخل إلى التربية الخاصة، دار القلم للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، دولة الإمارات العربية المتحدة.

صالح، محمد (١٩٥٥): السمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها في درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين. دراسات نفسية، ٥ ٢، ٣٧٥-٣٤٥.

الصمادى، جميل (١٩٨٩): سمات الشخصية التى تميز بين معلمات التربية الخاصة الفعالات وغير الفعالات، مجلة دراسات (العلوم الإنسانية)، حزيران، مج١٦، العدد السادس، ص(١٦٤-١٧٨).

المشعان، عويد (٢٠٠٠): مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية والجسمية، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعه الكويت، العدد (١) ص ٩٦-٦٥. عودة، يوسف (١٩٩٨): ظاهرة الاحتراق النفسى وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمى مدارس الحكومية في الضفة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس- فلسطين.

الوايلي- سليمان (١٩٩٥): الاحتراق النفسي ومستوياته معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة في ضوء مقياس أسلاك المعرب" مركز البحوث التربوية, جامعة أم القرى, مكة المكرمة.

يحيى، خولة، حامد، رنا(٢٠٠١): مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا فى اليمن، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، ١٠ (٢٠)، ص ص ٩٧-١٢٥

يوسف، عواد.(٢٠٠٥): بعض الصعوبات التي تواجه معلمى التربية الخاصة في عملهم مع التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة.مجلة جامعة بيت لحم .(٢٤).

**ثانيًا-المراجع الأجنبية:**

Cooley, E. and Yovanof, P.(1996): Supporting professionals at risk: intervention to reduce burnout and improve retention of social education. Exceptional Children, 62 (4), 336-355.

Fimian, M.J. & Santoro, T.M. (1983): Sources and manifestation of occupational stress as reported by full time special education teachers. Exceptional Children.

Kahill. Sophia (1988): Intervention for Burnout: A Review of Empirical Evidence. Vol 22, No 3

Maslach, C., & Jackson, S.E. (1986): Maslach Burnout Inventory Manual (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Platsidou, M. and 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.

Rodriguez, Corbacho,; (2006): "Type A behaviour with Ercta Scale in normal subjects and coronary patients ". Psychology in Spain , 2 (1),43-47 66-

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 Studies, 30(3): 291 - 306.