دراسة مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي

أ.عاشور توفيق*

الملخص :

يندرج أستاذ التربية البدنية والرياضية ضمن المنظومة التربوية كباقي الأساتذة في التخصصات الأخرى فهو يشعر بالحاجة إلى أشياء معينة تؤثر في سلوكه، وأن الحاجة الغير مشبعة فقط هي التي تؤثر في السلوك وهي التي يتوقف عليها مدى رضاه عن عمله والذي ينعكس على أدائه داخل المؤسسة، وهدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الموجودة بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي، حيث استعملنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي، وتمثل مجتمع بحثنا في أساتذة التربية البدنية في مرحلة التعليم الثانوي والتي بلغ عددهم 125 أستاذ، وفيما يخص الوسائل الإحصائية استعملنا برنامج (spss 23) ، وقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة عكسية سالبة بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية.

الكلمات الدالة: مصادر الاحتراق النفسي– الرضا الوظيفي – أساتذة التربية البدنية والرياضية.

Summary

The professor of physical education and sports within the educational system, like the other professors in other disciplines, he feels the need for certain things affect his behavior, and that the need is not only saturated that affect the behavior, which depends on the extent of satisfaction with his work, which is reflected on the performance within the institution, The study examined the relationship between the sources of psychological combustion and job satisfaction of the teachers of physical education and sports in the secondary stage. In this study, we used the descriptive approach. Our research society represents the 125 teachers of physical education in secondary education. As for the statistical methods we used the program (spss 23), and the results reached a negative correlation between the sources of psychological combustion and job satisfaction of teachers of physical education.

مقدمة البحث: تعتبر العملية التربوية منذ بدايتها ابتداء من الروضة أي ما قبل المدرسة ومرورا بالمرحلة الابتدائية، ومرحلة التعليم المتوسط، والطور الثانوي،

ومرحلة التعليم الجامعي إلى أن تصل إلى أعلى الدرجات العلمية، من بين العوامل الأساسية في تكوين وصقل شخصية الفرد ونموها من جميع جوانبها، وذلك من خلال ما تقدمه للأفراد من خدمات معرفية وعقلية ونفسية واجتماعية، وأنشطة جسمية حركية، فما من أمة تسعى لأن تحتل مكاناً مرموقاً بين الأمم، إلا وأولت العملية التربوية اهتماماً بالغاً تستطيع من خلالها بناء جيل واع متمثلاً في ثقافته أولاً ثم قادراً على التكيف مع معطيات التكنولوجيا الحديثة ثانياً.

يمثل العنصر البشري أساسا لتطور المجتمع والارتقاء بيه، إلا أن تنمية هذا العنصر البشري باعتباره ثروة المجتمع لا تكون إلا من خلال التربية التي تعتبر حسب (طه علي،2005) بأنها "مجموعة من الإجراءات والأنشطة التي تقدم للفرد بغرض إعداده وتنشئته تنشئة متزنة من جميع النواحي البدنية والنفسية والعقلية والاجتماعية، وإعداد المواطن الصالح الذي يخدم بلده ويتحمل أعباء تقدمه والرقي به" وعليه فان تنمية أي مجتمع مرهونة بتنمية هذه الثروة لديه سواء أكانت مادية أو بشرية، فالتربية محو التقدم وحجر الزاوية في كل تطوير وإصلاح، حيث أن الإصلاح والتغيير الذي لا يستند إلى التربية يكون مصيره الفشل، لأنه لا يلبث أن يضمحل ويزول"(سليم، 2003، ص. 15).

وبما أن مهمة التعليم ذات قداسة فهي كغيرها من المهن الخدماتية تتطلب القدرة على مقاومة الصعاب والتحلي بالصبر والإرادة والسعي وراء اكتساب خبرات نظرية وميدانية، فعدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية بشكل مناسب قد يؤدي إلى تفاقم الوضع وحدوث حالات الاحتراق النفسي الذي يعد إحدى نتائج الأزمات النفسية الخطيرة على الكوادر البشرية العاملة في مؤسسات التعليم بشكل عام والتي تؤثر سلبياً في الجانب الاجتماعي والصحي وهو ينظر إليه باعتباره المحصل النهائي للضغوط النفسية" (الشيوخ، 2011، ص.3).

فالأستاذ الكفء عليه أن يملك شخصية قوية قادرة على فهم المشاكل، وتقبل العثرات والمعوقات التي تحول دون قيامه بدوره على الوجه الكامل، "لأنه من أكثر الأفراد تأثرا بما يجري حوله من أحداث داخل المجتمع وفي مختلف المجلات وخصوصا المجال المهني والأسري نظرا لما يمر به من ظروف ومواقف، وعلاقات قد لا تكون دائما في صالحه وهذا يؤدي حتما إلى تأثيرات وانعكاسات تجعله يعيش حالة من عدم الرضا وحالة من الاضطرابات النفسية التي تشعره بالتعب النفسي والجسدي واستنفاد الجهد، وحالة من الإنهاك والاستنزاف الذي يؤدي به إلى الشعور بالضغوط النفسية والمهنية، وإذا اشتدت هذه الضغوط

واستمرت فإنها تصل به إلى ما يعرف بالاحتراق النفسي، وهو حالة نفسية يصل فيها الأستاذ إلى الشعور بالاستنزاف البدني والإرهاق العاطفي وتكوين اتجاهات سلبية نحو الآخرين مع التقدير السلبي لذاته" (مختار، 2014، ص.82).

1.إشكالية البحث: يعتبر الأستاذ أحد عناصر العملية التربوية فهو صاحب رسالة يستشعر عظمتها، ويؤمن بأهميتها، ولا يبخل على أدائها بغال أو رخيص، وهو موضع تقدير المجتمع واحترامه وثقته لذلك تتطلب منه أن يكون في مستوى هذه الثقة والتقدير والاحترام، ومن بين الأساتذة نذكر أساتذة التربية البدنية والرياضية حيث يعتبر هدا التخصص حسب المشروع الجزائري كما ذكره بورغدة (2008) جزء لا يتجزأ من المنظومة التربوية وأداة مهمة في تكوين الفرد في الجوانب البدنية والنفسية والاجتماعية والفكرية.

رغم كل هذا فأن الأستاذ في المؤسسات التربوية والتعليمية تبرز في طريقه معوقات تحول دون قيامه بعمله وأدائه على الكمال، "كونه يعيش في عالم ذات طبيعة خاصة، فهو يعيش تحت ضغط متراكم متعدد المصادر والجوانب والأبعاد وهي ممتدة التأثير"(أحمد الخضيري،1991، ص. 13).

لذلك "نجده يتخبط في تسيير راتبه الشهري الزهيد جدا مقارنة بأترابه في الميادين الأخرى، كما أنه يعيش ظروف عمل قاسية تتمثل في نقص الملاعب وساحات اللعب وكثرة التلاميذ في الفصل إضافة إلى عدم تقدير بعض المسئولين لدوره وسوء فهم مهامه من طرف أساتذة التخصصات الأخرى مما يؤدي به إلى تحمل مشاق نفسية ناتجة عن الشعور بالتهميش وسوء التقدير، وعدم الرضا عن العمل، وهذا ما أكدته دراسة مسعود بورغدة "(بورغدة، 2008، ص.5).

الأمر الذي من شأنه أن يساهم في إحساس الأستاذ بالعجز عن تقديم أدائه على أكمل وجه لأن مشاعر عدم الرضا عن العمل قد تسبب تذبذبا في الأداء "إذ غالبا ما يترتب على ذلك حدوث اضطرابات، وحالة من الإجهاد تضع الأستاذ تحت وطأة الضغوط النفسية الداخلية والخارجية التي تؤدي إلى استنزاف جسمي وانفعالي"(الشيوخ، 2011، ص. 2-3).

وأشار (حسن، 2006) و(جميل، 1998)، وكذلك (Selye) في الرواشدة (2006) و(أبو حمدان والغزاوي، 2006) أن هذا الضغط هو العلاقة والاستجابة التكيفية بين الفرد والبيئة، كما أنه مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط (بهاء الدين، 2008، ص. 20).

وذكر عبد العزيز (2005) "أن زيادة هذه الضغوط تفقد الفرد قدرته على

التوازن وقد يؤدي إلى الإجهاد ثم الاحتراق النفسي"(عبد العزيز، 2005، ص. 18). واتفق هدا الرأي مع (البتال،1999) في أحمد الشيوخ (2011) حيث أكد "أنه من أهم مظاهر الاستنزاف الجسمي والانفعالي فقدان الاهتمام بالتلاميذ، وتبلد المشاعر، ونقص الشعور بالانجاز والأداء النمطي للعمل ومقاومة التغيير وفقدان الابتكارية، وعدم القدرة على التكيف والتي تعتبر من أهم أعراض الاحتراق النفسي، ومن بين مصادر الاحتراق النفسي للأستاذ سلوك التلاميذ والعلاقات في المحيط التربوي وغياب التفاهم، كما أن عدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية بشكل مناسب قد يؤدي إلى تفاقم الوضع وحدوث الاحتراق النفسي" (الشيوخ، 2011، ص.3).

ويعتبر مفهوم الاحتراق النفسي (Psychological Burnout) من المفاهيم الحديثة نسبيا ويعتبر هيربارت فرويدنبرجر (H.Freudenberger) أول من استخدم هذا المصطلح في السبعينات للإشارة إلى الاستجابة الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية ومنها مهنة التدريس، كما "أشار فريدمان (Friedman 1991) إلى أن هذا المفهوم يرتبط بمهنة التعليم أكثر من غيرها من المهن، وبينت ماسلاش" (Maslach) أن هذه الظاهرة تسبب القصور والعجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب" (أحمد عوض، 2002، ص.13).

ومن خلال ما سبق ذكره نطرح التساؤل العام:

هل هناك علاقة بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟.

*** التساؤلات الجزئية:**

1- هل هناك علاقة بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟.

2- هل هناك علاقة بين بعد العلاقة مع الآخرين والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟.

3- هل هناك علاقة بين بعد المصادر المادية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟.

4- هل هناك علاقة بين بعد المصادر الذاتية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي؟.

2.فرضيات البحث:

2 . 1.الفرضية العامة:

– توجد علاقة بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

2 . 2.الفرضيات الجزئية:

1– توجد علاقة بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

2– توجد علاقة بين بعد العلاقة مع الآخرين والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

3– توجد علاقة بين بعد المصادر المادية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

4– توجد علاقة بين بعد المصادر الذاتية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

3.أسباب اختيار الموضوع:

ـ من طبع الباحث النظر إلى القضاىا التي تستوجب البحث من أجل تحدىد مواقع الخلل والبحث عن البدائل والحلول ولعل من أسباب التي من خلالها أدت إلى اختيار الموضوع:

ـ أن ظروف بيئة العمل وضغوطاتها النفسية والمهنية تؤدي إلى التوتر، والاستنزاف والإجهاد ثم الاحتراق النفسي .

ـ السعي إلى لفت انتباه المسئولين ذوي العلاقة ولا سيما وزارة التربية والتعليم ومديريات التعليم من أجل الاهتمام بالجوانب النفسية والاجتماعية للأستاذ.

4. أهمية البحث: تكمل أهمية هذا البحث بأنه يمثل إضافة علمية متواضعة في مجال البحث العلمي مما يمكن له أن يقدمه من جمع معلومات نظريه لموضوع الاحتراق النفسي ومصادره في الوسط التربوي وعلاقته وانعكاسه على رضا أساتذة التربية البدنية والرياضية واتجاههم نحو مهنة التدريس في كل المؤسسات التربوية، كما له أهميه عمليه تتعلق بما يمكن أن يتوصل إليه من نتائج نتيجة التطبيق الميداني الذي تقوم به الدراسة وأخذها لآراء عينة من مجتمع البحث

لمعرفة الاتجاه السائد لدى هذه العينة ومدى معاناتهم من هذه الضغوطات والتي تعتبر مصدر للاحتراق النفسي وما يمكنه للمؤسسات ذات العلاقة ولا سيما وزارة التربية والتعليم ومديريات التعليم تقديمه من أجل ذلك، ولهذا البحث أهمية خاصة للباحث نفسه كونه أستاذ التربية البدنية والرياضية في إحدى ثانويات ولاية البويرة من حيث أن التركيز على دراسة مصادر الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية وعلاقته بالرضا الوظيفي للأساتذة قد يجعل الباحث يتعرف بشكل مباشر على هذه المصادر وكيف تؤثر في الأستاذ نفسيا واجتماعيا، لهذا من الطبيعي أن يدفعه إلى الشعور الدائم أن مجتمعه له الفضل عليه في كل مراحل حياته، لذا وجب الوقوف على أهم هذه الصعوبات التي تواجه أساتذة التربية البدنية والرياضية أثناء ممارستهم لمهنهم بأمانة وإخلاص ويسعى لتقديم الأفضل فيها من تقديم مقترحات ووجهات نظر مهمة مستخلصة من آراء باحثين وعلماء تطرقوا إلى هذه الظاهرة.

5.أهداف البحث:

ـ معرفة أهم المصادر التي تؤثر في أستاذ التربية البدنية والرياضية والتي تؤدي الى ظاهرة الاحتراق النفسي.

ـ معرفة مستوى تأثير مصادر الاحتراق النفسي على أساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

ـ معرفة نوع العلاقة بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

6. مصطلحات البحث:

❖ المصادر:

. لغة: قال الزمخشري: " المفعول المعلق هو المصدر، سمي بذلك لأن الفعل يصدر عنه" ويسميه سيبويه: "الحدث والحدثان، وربما سماه: الفعل" (الزمخشري، ص. 31).

. إجرائيا: هو منبع حدوث الشيء، وفي دراستنا هو المنبع والفعل الذي يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

❖ الاحتراق النفسي:

. اصطلاحا: عرفه كل من ماسلاش وجاكسون (1996) " بأنه حالة من الإجهاد الانفعالي، وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالانجاز يحدث لدى الأفراد

الذين يعملون في مهن يتم التعامل مع الأفراد بصورة رسمية"(الجعافرة، 2013، ص، 301). وهو "حالة تدهور نفسي ووظيفي تنتج من زيادة الحساسية للضغوط المهنية"(عيسى، 1995 ص.133).

كما عرفه جمعة سيد يوسف (2007) بأنه "حالة من الإنهاك الجسمي والانفعالي والعقلي تحدث بسبب التورط طويل المدى في المواقف المشحونة انفعاليا، وضاغطة مصحوبة بتوقعات شخصية مرتفعة تتعلق بأداء الفرد"(سيد يوسف، 2007، ص.37). كما يرى جيل كيلي (Gill Killy 1993) بأنه " هو الاستجابة للضغط النفسي المتواصل، والناجم عن أسلوب التعامل مع الآخرين خلال العمل" (دبابي، 2013، ص.34).

وعرفه كذلك تايلور (1986) بأنه " عبارة عن الإرهاق واستنفاذ القوة والنشاط"، كما ذكر تعريف آخر لـ (Potter) على أنه" فقدان الإرادة والقوة على دفع وتنشيط الاهتمام"(شريط، 2012، ص.86).

. التعريف الإجرائي: الاحتراق النفسي هو حالة من الإنهاك النفسي تصيب الأساتذة ومنهم أساتذة التربية البدنية والرياضية ناتجة عن الضغوط المستمرة الموجودة داخل بيئة العمل الوظيفية والتي تؤثر في أدائهم وتؤدي إلى عدم الرضا عن عملهم وكذلك إلى الإرهاق العاطفي، والذهني والانفعالي واللامبالاة في العمل كاستجابة لهذه الضغوط.

❖ **الإجهاد العاطفي:** ويعني أن "العمال الذين يصابون بالاحتراق النفسي يكون لديهم زيادة في الشعور بالتعب والإرهاق العاطفي"(محمد عوض، 2002، ص.14). كما يعرفه عمار فريحات ووائل الربضي(2009) على "أنه شعور بالتعب الناتج عن ضغوط العمل"(فريحات، 2009، ص.7).

❖ **تبلد المشاعر:**

ويعني "أن يبدأ العمل ببناء اتجاه سلبي نحو العملاء"(محمد عوض، 2002، ص.14). ويضيف أيضا الزيودي (2007) أنه "الشعور الذي يتولد لدى الفرد بسبب ضغوط العمل الزائد ويترتب عليه عدم الشعور بالقيمة الإنسانية للفرد"(محمد الزيودي، 2007، ص.200).

❖ **شعور النقص بالانجاز:** ويعني ميل العمال لتقييم أنفسهم سلبيا(محمد عوض، 2002، ص.14).

ويعرفه كذلك الزيودي بأنه "ميل الفرد إلى تقييم نفسه بطريقة سلبية ويتضمن عدم الشعور بالسعادة وتقييمه من خلال مجموعة الدرجات الفرعية

الخاصة بهذا البعد" (محـــمد الزيـــودي 2007، ص.200).

❖ **ظروف العمل:**

. التعريف الإجرائي: ويقصد بها الظروف البيئية المحيطة بمكان العمل من إضاءة وتهوية، ضوضاء نظافة...الخ بالإضافة إلى التجهيزات الفنية المساعدة في مكان العمل، ولها دور في التأثير على العامل وسلكوه وعلى رضاه كما أكدتها أعما ألتون مايو، وتجارب هوثورن" (العبيدي، 2013، ص. 263-264).

ويطلق عليها أيضا (بيئة العمل): "العبء الوظيفي الزائد عن قدرة الفرد وغموض الدور وعدم توفر المكان المناسب لأداء العمل"(مهند، 2003، ص.51).

خصوصا ما يتعلق بالوسائل البيداغوجية وساحات اللعب فيما يخص أساتذة التربية البدنية والرياضية

❖ **العلاقة مع الآخرين:**

. التعريف الإجرائي: تتمثل في العلاقات في المحيط التربوي مثل علاقة الأستاذ بالتلاميذ، وعلاقته بالموجه، وعلاقته بزملائه

وكذلك علاقته بالإدارة، وعلاقته بأولياء التلاميذ.

❖ **المصادر المادية:**

. التعريف الإجرائي: تتمثل في الراتب الشهري، أو المالي نتيجة تأدية مهنته، وما إذا كان يكفي لسد متطلبات المعيشة.

❖ **المصادر الذاتية:**

ـ التعريف الإجرائي: هي كل توقعات الأستاذ من المهنة، وتحمله للمسؤوليات التي تفوق قدراته، والكفاح من أجل نشر الأبحاث العلمية والاشتراك في لجان مختلفة والمشكلات الشخصية.

❖ **الأستاذ:**

. التعريف الإجرائي: هو الشخص الذي يقوم بتدريس مادة التربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية بشرط

أن يكون متحصل على شهادة الليسانس فما فوق ومتخرج من أقسام ومعاهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضية.

❖ **التربية البدنية والرياضية:**

. اصطلاحا: ويعرفها المفكر التربوي "ديوي" " dewy" على أنها أسلوب

للحياة وطريقة مناسبة لمعايشة الحياة وتعاطيها من خلال خبرات الترويح البدني واللياقة البدنية والمحافظة على الصحة وضبط الوزن وتنظيم الغذاء والنشاط، وهو مفهوم يتسق مع التربية مدى الحياة وتعرفها " ويست" "بوتشر" أنها العملية التربوية التي تهدف إلى تحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك(أمين الخولي، 2002، ص.30).

❖ **الرضا الوظيفي:**

. اصطلاحا: " الرضا هو الشعور النفسي بالقناعة و الارتياح أو السعادة لإشباع الحاجات و الرغبات و التوقعات مع العمل نفسه و بيئة العمل و المؤثرات ذات علاقة على حد سواء في حين يشير احمد زكي بدوي إلىأن الرضا الوظيفي ظاهرة شعورية تنشا عن التوافق بينما يتوقعه الفرد من العمل ، كعلاقات العمل الطيبة و فرص الترقية و غيرها ، و بين مقدار ما يحصل عليه فعلا من هذا العمل"(أحمد، 1994، ص. 249-250).

يعرف على انه يعبر عن مدى الإشباع الذي يتصور الفرد انه يحققه من عمله (محمد، 2003، ص.95).

7.إجراءات الدراسة الميدانية:

7 . 1. المنهج المتبع: في منهج البحث العلمي المعتمد فيه اختيار المنهج المناسب لحل مشكلة البحث بالأساس إلى طبيعة المشكلة نفسها، وتختلف المناهج تبعا لاختلاف الهدف الذي يود الباحث التوصل إليه وفي البحث هذا اعتمد الباحث على المنهج الوصفي فهو عبارة عن استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها(رابح تركي، 1984، ص. 129).

7 . 2.مجتمع وعينة البحث:

7 . 2 . 1.مجتمع البحث: هناك من يطلق عليه مجتمع الدراسة الأصلي، ويقصد به كامل أفراد أو أحداث أو مشاهدات موضوع البحث أو الدراسة (أبو نصار، 1999، ص. 84).

ويعرفه الشربيني (2012) على "أنه جميع المفردات أو الأفراد أو الوحدات أو العناصر التي تم تعريفها قبل اختيار عناصر العينة، وهو جميع مجموعة الوحدات التي يتم اختيار العينة منها بالفعل"(الشربيني، 2012، ص.155).

ولذا فقد اعتمدنا في بحثنا وارتأينا أن يكون مجتمع الدراسة خاص بأساتذة

التربية البدنية والرياضية لولاية البويرة، حيث اشتمل المجتمع الإحصائي المقدم من طرف مديرية التربية للولاية لموسم 2016/2015 على 125 أستاذ.

2 . 2 . 7 .عينة البحث: يمكن تعريف العينة على أساس "أنها مجوعة الوحدات التي يتم اختيارها من المجتمع الإحصائي، ولذلك فهي تعتبر جزء من المجتمع يتم اختيارها وفق قواعد خاصة بحيث تكون العينة المسحوبة ممثلة قدر الإمكان لمجتمع الدراسة "(توفيق، 2014، ص. 78).

حرصنا للوصول إلى نتائج أكثر دقة وموضوعية ومطابقة للواقع باختيار العينة الخاصة بالمقياسين بطريقة عشوائية بسيطة حيث بلغت46 أستاذ في التربية البدنية والرياضية من أصل 125 أستاذ أي بنسبة 36.80%، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية لسببين:

. السبب الأول: لأنها أبسط طرق اختيار العينة.

. السبب الثاني: لأن العينة العشوائية تعطي فرصا متكافئة لجميع الأفراد.

3 . 7 .أدوات البحث:

قصد الوصول إلى حلول الإشكالية المطروحة والتحقق من صحة فرضيات البحث يجب إتباع أنجع الطرق والأدوات وذلك من خلال الدراسة والتفحص، حيث سيتناول الباحث في هذا الجزء الخطوات التي اتبعها لتقنين المقياسين المذكورين وذلك حسب الخطوات التالية:

* وصف الأداتين بصورتهما الأولية.
* إجراءات ضبط الأداتين وذلك من خلال:
* عرض الأداتين على المحكمين.

التطبيق الأولي لمقياس مصادر الاحتراق النفسي لاستخراج الخصائص السيكومترية(الصدق والثبات) على بيئة وعينة الدراسة بطرق مختلفة.

1 . 3 . 7 . مقياس مصادر الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية والرضا الوظيفي: قام الباحث ببناء فقرات وعبارات مقياس مصادر الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية والرضا الوظيفي وذلك من خلال الاطلاع على الأدبيات والدراسات والبحوث السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة الحالي ، كما تم عرضه على خبراء ومحكمين ذو كفاءة.

2 . 3 . 7 .الصدق الظاهري: بعد أن صمم المقياسين بصورتهما الأولية تم تقديمه إلى مجموعة من الأساتذة يحملون درجة أستاذ التعليم العالي ودكتوراه في

التخصص بمختلف معاهد علوم وتقنيات الأنشطة البدنية والرياضة في الجزائر وكذالك خارج الوطن قصد تحكيمه وتعديله حيث تم الموافقة على أغلبية العبارات وتعديل وتصحيح البعض الآخر.

4.7. متغيرات البحث:

1.4.7.المتغير المستقل: نسمي المتغير الذي يؤثر في الآخر متغيرا مستقلا، وهو السبب في علاقة السبب والنتيجة أي العامل الذي نريد من خلاله قياس النتائج (Deslandes Neve, 1976, p.20)، ويتمثل في بحثنا في مصادر الاحتراق النفسي.

2.4.7.المتغير التابع: يمكن تسمية المتغير الذي يتأثر بالآخر متغيرا تابعا، ويعر بأنه متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الذي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع(حسن، 1999، ص. 219)، وفي بحثنا هذا يتمثل في الرضا الوظيفي للأساتذة.

5.7. مجالات البحث:

1.5.7.المجال الجغرافي: ارتأينا في بحثنا هذا إلى إجراء الدراسة الميدانية في ولاية البويرة على عينة من أساتذة التربية البدنية والرياضية.

2.5.7.المجال الزماني: تم ابتداء هذا البحث في أوائل شهر أكتوبر 2015 إلى غاية أواخر شهر أفريل 2016.

3. 5. 7.المجال البشري: يتمثل في أساتذة التربية البدنية والرياضية في ثانويات ولاية البويرة.

6.7.الوسائل الإحصائية المستعملة: لا يمكن لأي باحث أن يستغني عن الطرق والأساليب الإحصائية مهما كان نوع الدراسة التي يقوم بها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية، تمد بالوصف الموضوعي الدقيق، فالباحث لا يمكنه الاعتماد على الملاحظات ولكن الاعتماد على الإحصاء يقود الباحث إلى الأسلوب الصحيح والنتائج السليمة...الخ.

وقد تم الاعتماد على برنامج الحزمة الإحصائية (SPSS 23)، لاستخراج المعادلات التالية:

* النسبة المئوية %
* المتوسط الحسابي.

* الانحراف المعياري.
* ألفا كرونباخ.
* التجزئة النصفية.
* معامل ارتباط سوبرمان براون.
* معامل جوتمان، وصدق الاتساق الداخلي، والصدق الذاتي.

7 . 8 .عرض وتحليل النتائج:

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى: توجد علاقة بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

التوزيع / الأبعاد	عدد العينة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	الدلالة
بعد ظروف العمل	46					
مقياس الرضا الوظيفي	46	0.05	45	0.37-	0.28	دال إحصائيا

الجدول رقم (01): يوضح العلاقة بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي للأساتذة.

من خلال الجدول رقم (01): يتضح أن العلاقة بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي قد بلغت مستوى الدلالة الإحصائية، حيث كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05)، وبما أن قيمة الارتباط المحسوبة (0.37-) أكبر من قيمة الارتباط الجدولية (0.28) عند درجة الحرية 45 فهذا يعني وجود علاقة عكسية سالبة دالة إحصائيا بين بعد ظروف العمل والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

بناءا على مختلف النتائج المتحصل عليها في الجدولين، أن هناك تأثير لظروف العمل على الأداء، وهذا يتفق مع نتائج دراسة (أنور حسين، 2013) التي هدفت إلى قياس تأثير ضغوط العمل في مستوى الأداء الوظيفي، حيث أشارت نتائجها إلى وجود تأثيرات ذات دلالة معنوية للأبعاد الفرعية للضغوط على الأداء الوظيفي وتتفق كذلك مع نتائج دراسة (عبد العزيز، 2001) حول بيئة العمل ومناسبتها لأداء العاملين والتي أشارت نتائجها إلى أن بيئة العمل غير المناسبة تؤثر على أداء العاملين ومنه عدم رضا العاملين على الحوافز المقدمة لتتفق هذه الأخيرة مع دراسة (بورغدة ،2008) حول الرضا الوظيفي ولأساتذة التربية البدنية وعلاقته بأدائهم، والتي أكدت على أن تدني درجة الرضا الوظيفي للأساتذة تؤثر على أدائهم، ومنه يمكن القول بأن الفرضية الأولى قد تحققت.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية: توجد علاقة بين بعد العلاقة مع الآخرين والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

التوزيع / الأبعاد	عدد العينة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	الدلالة
بعد العلاقة مع الآخرين	46	0.05	45	-0.32	0.28	دال إحصائيا
مقياس الرضا الوظيفي	46					

الجدول رقم (02): يوضح العلاقة بين بعد العلاقة مع الآخرين والرضا الوظيفي للأساتذة.

من خلال الجدول رقم (02): يتضح أن العلاقة بين بعد العلاقة مع الآخرين والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي قد بلغت مستوى الدلالة الإحصائية، حيث كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وبما أن قيمة الارتباط المحسوبة (0.32-) أكبر من قيمة الارتباط الجدولية (0.28) عند درجة الحرية 45 فهذا يعني وجود علاقة عكسية سالبة دالة إحصائيا بين العلاقة مع الآخرين والأداء البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

إن طبيعة العلاقات التي تربط الأفراد بعضهم ببعض تحدد درجة الضغط النفسي لديهم، فعندما تكون هذه العلاقات ذات طبيعة تنافسية وغير متوازنة الأمر الذي يزيد من حدة الضغط النفسي والذي يؤدي إلى الاحتراق النفسي وبالتالي عدم الرضا، إن الغيرة والتنافس وسوء العلاقة أو التواصل مع زملاء العمل يؤدي إلى زيادة الضغط النفسي في العمل، وهذا ما أشار إليه (Swanson, 1999) في (رجاء مريم، 2008، ص.484)، وكذلك بينت دراسة (بن حامد، 2008) حيث أشارت نتائجها أن العلاقة مع الزملاء والعلاقة مع المدير والتلاميذ تعرض أساتذة التربية البدنية والرياضية لضغوطات مهنية، وهذا ما أشار إليه أيضا (البتال، 1999) أنه من بين مصادر الاحتراق النفسي للأستاذ سلوك التلاميذ والعلاقات في المحيط التربوي وغياب التفاهم، وعدم الاهتمام بهذه الحالة قد يؤدي إلى تفاقم الوضع وحدوث الاحتراق النفسي (الشيوخ، 2011، ص.3)، ومن ثم إلى عدم الرضا الوظيفي ومنه يمكن القول أن الفرضية الثانية قد تحققت.

عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة: توجد علاقة بين بعد المصادر المادية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

التوزيع / الأبعاد	عدد العينة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	الدلالة
بعد المصادر المادية	46	0.05	45	-0.33	0.28	دال إحصائيا
مقياس الرضا الوظيفي	46					

الجدول رقم (03): يوضح العلاقة بين بعد المصادر المادية والرضا الوظيفي للأساتذة.

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (03): أن العلاقة بين بعد المصادر المادية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي قد بلغت مستوى الدلالة الإحصائية، حيث كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وبما أن قيمة الارتباط المحسوبة (0.33-) أكبر من قيمة الارتباط الجدولية (0.28) عند درجة الحرية 45 فهذا يعني وجود علاقة عكسية سالبة دالة إحصائيا بين المصادر المادية والأداء البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

وهذا ما يدل على عدم رضاهم بالأجر وهو ما يتوافق مع أوبسول (Opshol) في (بورغدة ، 2008) حول الرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية وعلاقته بأدائهم، حيث توصل إلى الأهمية القصوى للأجور والمكافآت (بورغدة، 2008، ص. 170)، ويرى (محمد حمزة الزيودي، 2007) في دراسة حول مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك، إلى أنه من بين مصادر الضغوط هي الدخل الشهري، مما يبين أن أساتذة التربية البدنية غير راضون على الأجر وهو ما يتوافق مع دراسة (صديقي عيسى وخياطي) في (بورغدة 2008)، حيث أشاروا في دراستهم إلى أن الأساتذة غير راضون عن الأجر بنسبة (93.7%)، ومن خلال القراءات السابقة واستنادا على كل النتائج المتحصل عليها يمكن القول أن الفرضية الثالثة قد تحققت.

ـ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة: توجد علاقة بين بعد المصادر الذاتية والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في الطور الثانوي.

التوزيع / الأبعاد	عدد العينة	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ر" المحسوبة	قيمة "ر" الجدولية	الدلالة
بعد المصادر الذاتية	46	0.05	45	0.30-	0.28	دال إحصائيا
مقياس الرضا الوظيفي	46					

الجدول رقم (04): يوضح العلاقة بين بعد المصادر الذاتية والرضا الوظيفي للأساتذة.

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (04): أن العلاقة بين بعد المصادر الذاتية والأداء البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي قد بلغت مستوى الدلالة الإحصائية، حيث كانت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) وبما أن قيمة الارتباط المحسوبة (0.30-) أكبر من قيمة الارتباط الجدولية (0.28) عند درجة الحرية 45 فهذا يعني وجود علاقة عكسية سالبة دالة إحصائيا بين المصادر الذاتية والأداء البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

وتتمثل المصادر الذاتية كما عرفها مهند (2003) "بأنها توقعات الفرد من

المهنة، وتحميل الفرد نفسه مسؤوليات تفوق قدراته، والكفاح من أجل نشر الأبحاث العلمية، والاشتراك في لجان مختلفة والمشكلات الشخصية"(مهند، 2003، ص.50)، وهذا ما يتفق مع دراسة (برايد، 1983) حيث أوضحت أن مصادر الضغوط لدى الأساتذة متعددة وأهمها كثرة المسؤوليات، وهذا ما يؤدي إلى خفض الروح المعنوية للعامل كما أشارت إليه دراسة (الحربي،2005) حول الروح المعنوية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى العاملين بإدارة الدفاع المدني، إضافة إلى دراسة (جيل، 2000, Jille) حول العلاقة بين توقعات تنظيم المزاج السلبي والضغط الوظيفي والتكيف والكآبة والاحتراق النفسي لدى المعلمين، وأكدت النتائج أن توقعات تنظيم المزاج السلبي قد تنبأت بشكل متميز بوقوع التكيف والكآبة والاحتراق النفسي بشكل يفوق ما يتوقعه الضغط (مهند بعد سليم، 2003، ص. 68-75).

ومن ثم الى عدم الرضا الوظيفي وهذا ما يؤكد تحقق الفرضية الرابعة.

. الاستنتاج العام: في ضوء فرضيات وأهداف البحث وحدود ما أظهرته نتائج الدراسة والظروف التي أجريت فيها، والعينة التي اختيرت لتمثيل المجتمع الأصلي وبناءا على النتائج المتوصل إليها بغية إيجاد حل لمشكلة البحث وذلك في اعتمادنا على البيانات والمعلومات التي تحصلنا عليها واعتمادا على تقنيات تطبيقية وأساليب إحصائية للمعالجة والتحليل توصلنا إلى الإجابة على تساؤلات دراستنا.

استنتجنا وجود علاقة ارتباطيه عكسية (سالبة) بين أبعاد مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضة في الطور الثانوي، حيث تم إثباتها إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) ومنه يمكن القول انه توجد علاقة عكسية بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي.

. اقتراحات وفروض مستقبلية:

من خلال دراستنا لموضوع تأثير مصادر الاحتراق النفسي على الأداء البيداغوجي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، وحسب اطلاعنا على الخلفية النظرية واحتكاكنا بميدان الدراسة وعينته، وما أسفرت عليه الدراسة من نتائج متباينة، خرجنا بجملة من الملاحظات النظرية والتطبيقية والتي سنحاول ترجمتها على شكل اقتراحات وتوصيات:

- محاولة الوقوف على العناصر التي من شأنها أن تعمل على خلق

توجهات سلبية نحو بيئة العمل ومحاولة مواجهتها والتغلب عليها.

- ضرورة اهتمام المسئولين وخاصة الجهات المعنية بالأمر بعناصر بيئة العمل الوظيفية دون التمييز فيما بينها، وذلك من أجل تحقيق أداء جيد، ومنه تحقيق أهداف العملية التربوية.

فروض مستقبلية:

* تصميم برامج إرشادية للتقليل من الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية.

* الإجهاد النفسي لأساتذة التربية البدنية وعلاقته بمستوى أدائهم.

* دراسة مقارنة في مستويات الاحتراق النفسي لأساتذة التربية البدنية والرياضية(ذكور، اناث).

خاتمة:

من خلال دراستنا التي لم تكن محض صدفة أو عشوائية، بل كانت نابعة عن قناعة والهدف منها هو تسليط الضوء على تأثير مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، أين قمنا بتحليل نتائج المقاييس التي وزعت على أساتذة التربية البدنية والرياضية وتفريغها إحصائيا من خلال استعمال التقنيات الإحصائية المناسبة والمعدة لهذا الغرض، توصلنا في النهاية إلى إبراز العلاقة ونوعها بين مصادر الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي، من خلال معرفة قيم الارتباط بين أبعاد المقياس والرضا الوظيفي للأساتذة، والتي جاءت جميعها عكسية سالبة ما يوحي بتحقق أهداف الدراسة الحالية.

وفي الأخير يمكن القول أن هذا الموضوع بقدر ما كان شاقا كان واسعا، وأن كل ما بذلناه من جهد كان قليلا مقارنة مع أهميته ودوره في الوسط التربوي، إلا أننا نترك المجال مفتوح أمام اهتمامات وبحوث أخرى لدراسة هذا الموضوع من جوانب وزوايا أخرى، كما نأمل أن تجد دراستنا هذه بما فيها من توصيات واقتراحات آذان صاغية لخدمة هذه المادة حتى تقوم بدورها التربوي القيم.

قائمة المصادر والمراجع:

المراجع باللغة العربية:

1-أحمد زكي بدوي: معجم مصطلحات العلوم الإدارية(انجليزي،فرسي،عربي)ط2دار الكتاب اللبناني.دار الكتاب المصري.بيروت،القاهرة،1994.

2- أحمد محمد عوض بني أحمد: الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس، دار الحامد للنشر، ط1 عمان، 2002.

3- جمعة سيد يوسف: إدارة الضغوط، أستاذ علم النفس الإكلينيكي، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث كلية الهندسة، جامعة القاهرة، 2007.
4- رابح تركي: مناهج البحث في علوم التربية وعلم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب الجزائر 1984.
5- زكريا الشربيني وآخرون: مناهج البحث العلمي الأسس والنظرية والتطبيقية والتقنية الحديثة ط 1، دار الفكر العربي، مدينة نصر، القاهرة، 2012.
6- عبد الجبار توفيق البياتي: طرق ومناهج البحث العلمي، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، 2014.
7- عبد الفتاح محمد دويدار: أصول علم النفس المهني و الصناعي و التنظيمي و تطبيقاته.دار المعرفة الجامعية.الأسكندرية، 2003.
8- ماجدة بهاء الدين السيد عبيد: الضغط النفسي مشكلاته وأثره على الصحة النفسي، ط1، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، 2008.
9- محسن أحمد الخضري: الضغوط الإدارية، القاهرة، الأسباب، العلاج، مكتبة مدبولي، مطبعة أطلس القاهرة،1991.
10- محمد أبو نصار وآخرون: منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات، ط 2، دار وائل للنشر عمان، 1999.

المجلات والرسائل العلمية:

11- بشرة عبد العزيز العبيدي: دور بيئة العمل في تعزيز الرضا الوظيفي، دراسة تطبيقية في محل بغداد للغازات، مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية الجامعة، العدد 36، 2013.
12- عيسى محمد: التوافق المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمات الرياض، المجلة التربوية المجلد 9، العدد 34، 1995.
13- محمد حمزة الزيودي: مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 23 العدد 2، 2007.
14- منصوري مصطفى، بوقرة مختار: علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد17، ديسمبر، 2014.
15- بوبكر دبابي: فاعلية برنامج إرشادي في تخفيض مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية، أطروحة دكتوراه في علم النفس التربوي، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم العلوم الاجتماعية جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، 2013.
16- شريط محمد حسن المأمون: دراسة مقارنة لمستويات الاحتراق النفسي عند مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة، أطروحة دكتوراه في نظرية ومناهج التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله، زرالدة 2012.
17- مسعود بورغدة مجيد: الرضا الوظيفي لأساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقتها بأدائهم أطروحة دكتوراه علوم في نظرية ومنهجية التربية والرياضية، جامعة منتوري، قسنطينة، 2008.
18-لميعه محسن محمد الشيوخ: الاحتراق النفسي لدى المعلمة وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم، دراسة ميدانية على معلمات ثانويات مدينة القطيف، كجزء من متطلبات نيل رسالة الماجستير في علم النفس،/المملكة العربية السعودية ،2011.
19- مهند عبد سليم عبد العلي: مفهوم الذات و أثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظة جنين ونابلس رسالة ماجستير في الإدارة التربوية جامعة النجاح الوطنية، فلسطين،2003.

المراجع باللغة الفرنسية:

20- Deslandes Neve, L'introduction à la recherche, édition, paris, 1976