جامعة آكلي محند أولحاج البويرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

التخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

الموضوع :

الاحتراق النفسي لدى الأساتذة وعلاقته بالاتجاه نحو التعليم.

. دراسة ميدانية على مستوى ثانويات مديرية التربية لولاية البويرة.

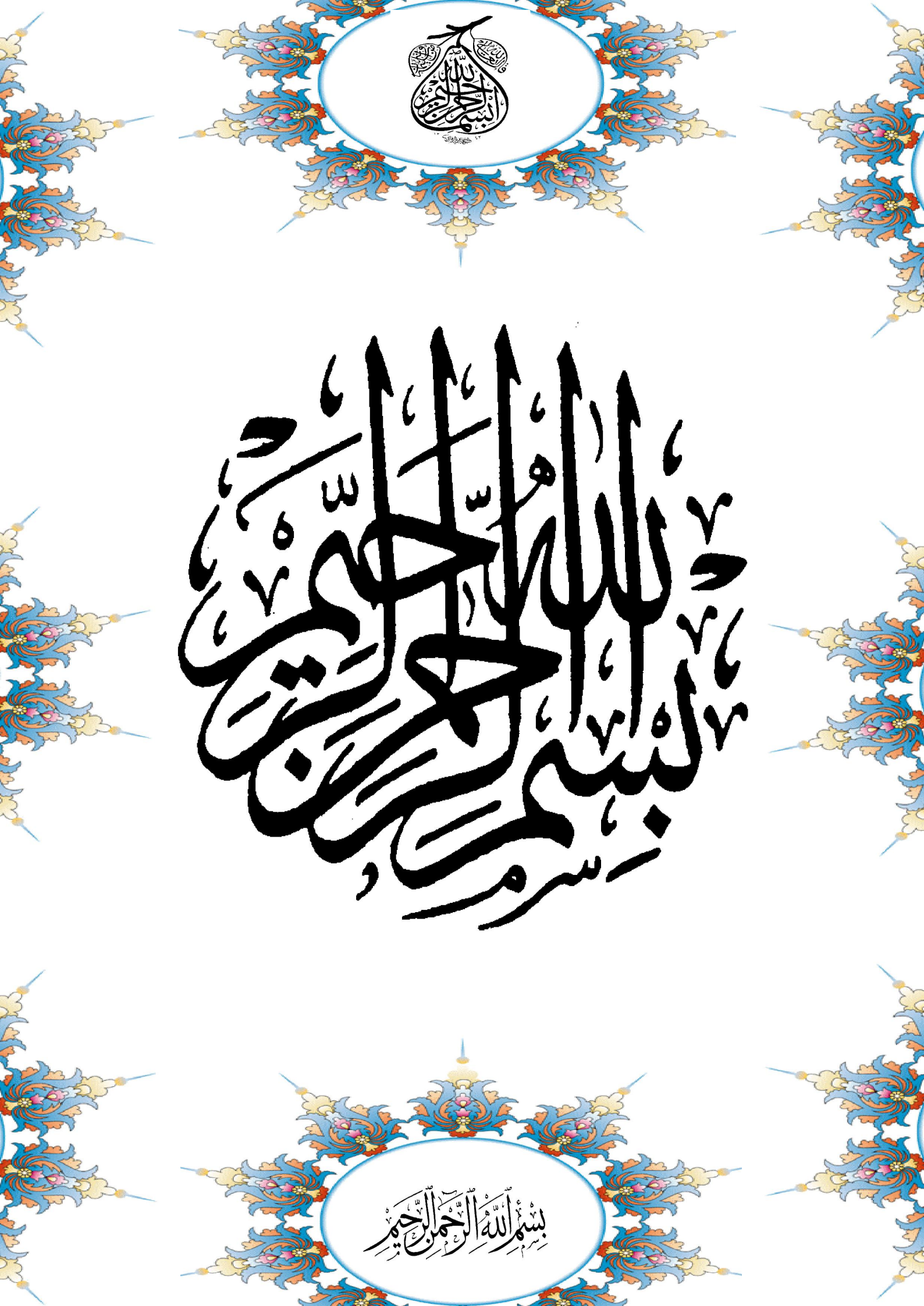
– إعداد الطالب:

* محاد موسى

– إشراف الدكتور:

*لوناس عبدالله

السنة الجامعية: 2019/2018


بسم الله الرحمن الرحيم
بسم الله الرحمن الرحيم

كلمة شكر وتقدير

قال الله تعالى : "وان تأذن ربكم لئن شكرتم لأزيدكم
ولئن كفرتم إن عذابي لشديد"
سورة إبراهيم الآية "7"

الحمد لله عز وجل الذي وهبني نعمة العقل ووفقني في انجاز
هذا العمل المتواضع وعملا بقوله صلى الله عليه وسلم :
"من لم يشكر الناس لم يشكر الله" رواه أحمد والترميذي
إذ يدعونا واجب الوفاء والعرفان بالجميل أن أتقدم بالشكر والتقدير
إلى كل من ساهم في هذا البحث على رأسهم الأستاذ المشرف الدكتور
"منصوري نبيل" لما قدمه لنا من توجيهات قيمة وعلى
اهتمامه الدائم وتوجيهاته ونصحه وصبره
كما نشكر كل من أساتذة معهد التربية البدنية والرياضية بالبويرة
وعلى رأسهم الدكتور "منصوري نبيل" الذي لم يبخل علينا بعلمه ونصائحه.
وفي الأخير تخصيصا لا تأخيرا نشكر كل الزملاء الذين
وقفوا على نجاحنا والله في عون نجاحنا والله في عون العبد ما دام العبد
في عون أخيه.
إلى كل أساتذتنا منذ بدأنا رسم الألف إلى ختم هذه المذكرة
إلى كل من ساهم من قريب أو بعيد في انجاز هذا البحث متمنين
أن يكون هذا الأخير بادر في نفع ورفع البحث العلمي.

الإهداء

إلى نبع الحنان وكل الحنان ...إلى من تفرح لفرحي وتحزن لحزن إلى بر الأمان ... أمي العزيزة

إلى الذي يحترق من أجل أن ينير لي درب الحياة إلى الذي كان يزيد في عزيمتي وقوتي ... أبي العزيز.

إلى الأخوة والأخوات الذين أقاسمهم الماء والهواء.

إلى كل الأصدقاء والأحباب .

إلى أعمامي وأبنائهم، إلى أخوالي وأبنائهم.

الى الدكتور منصوري نبيل الذي لم يبخل علينا بعلمه ونصائحه.

الى أسرة معهد التربية البدنية والرياضية بالبويرة.

الى الاستاذ المشرف لوناس عبد الله

الى كل من له الحق علينا ولم نكافئه به.

إلى كل الأصدقاء الدين جمعتني بهم أيام الدراسة بجامعة البويرة دون استثناء

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي.

محتوى البحث

الموضوع	الصفحة
- شكر وتقدير.	أ
- إهداء.	ب
- محتوى البحث.	ت
- قائمة الجداول.	ث
- ملخص البحث.	ذ
- مقدمة.	ر
مدخل عام: التعريف بالبحث	
1- الإشكالية.	02
2- الفرضيات.	03
3- أسباب اختيار الموضوع.	04
4- أهمية البحث.	05
5- أهداف البحث.	05
6- تحديد المصطلحات والمفاهيم.	05
6-1الاحتراق النفسي	05
6-2-الاتجاه النفسي.	06
الجانب النظري:الخلفية النظرية للدراسات و الدراسات المرتبطة بالبحث.	
الفصل الأول: الخلفية النظرية للدراسة.	
تمهيد	12
المحور الأول: الاحتراق النفسي.	
1-مفهوم الاحتراق النفسي.	13
2-الضغوط النفسية والاحتراق النفسي.	13
3-أسباب الاحتراق النفسي.	14
4-أعراض الاحتراق النفسي:	14
5-مراحل حدوث الاحتراق النفسي.	15
6-مصادر الاحتراق النفسي.	16
7-الاحتراق النفسي في مهنة التدريس.	16

8-الاحتراق النفسي للأستاذ.	18
المحور الثاني:مهنة التدريس.	
2-1-مهنة التدريس.	
2-1 الاتجاه نحو مهنة التدريس.	19
2-2أهمية الاتجاهات.	19
2-3-مكونات الاتجاهات النفسية.	21
2-4-عوامل تكوين الاتجاهات النفسية.	21
2-5-اتجاهات الاستاذ نحو مهنتهوظاهرة الاحتراق النفسي.	22
8-2- المحور الثالث:استا\ التربية البدنية والرياضية.	
3-1-أستاذ التربية البدنية والرياضية	
3-1-السمات الأساسية للأستاذ المعاصر.	24
3-2 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية في المدرسة الحديثة .	25
3-3-واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية.	27
3-5- الخصائص الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية	27
. 3-6 الأستاذ و تأثيراته في التدريس.	29
حقوق الأستاذ وتأثيرها على كفاءته المهنية.	29
خلاصة	31
الفصل الثاني:الدراسات المرتبطة بالبحث.	
-تمهيد.	33
2-الدراسات المرتبطة بالبحث.	34
1-دراسة نصر يوسف مقابله(1995) .	34
2-دراسة عصام هاشم أحمد(2001).	34
3-دراسة الرشدان 1995.	35
4-دراسة عسكر وآخرون 1986.	35
6-دراسة عزيزة محمود سالم (1977)	36
7- دراسة صديقة على أحمد يوسف 1980	36
8- دراسة أسامة كامل راتب 1982	37
4- دراسة عفت مختار عبد السلام 1982	37
9-دراسة مارى ماكلوك 1977	37

10-دراسة وليام فاندربلت	38
11-دراسة دوتسن	38
12-دراسة ميشيل بيرنكوت	38
3- التعليق على الدراسات السابقة	39
4-ماذا استفاد الباحث من الدراسات المرتبطة في بحثه.	39
-خلاصة.	40
الجانب التطبيقي :الدراسات الميدانية للبحث.	
الفصل الثالث:منهجية البحث و اجراءاته الميدانية.	
تمهيد.	43
3-1-الدراسة الاستطلاعية.	44
3-2-منهج الدراسة.	44
3-3-متغيرات البحث.	45
3-4-مجتمع البحث.	45
ادوات الدراسة.	45
5-اختبار الاحتراق النفسي " مقياس ماسلاش الاحتراق النفسي ":	48
مقياس الاتجاهات النفسية نحو مهنة التعليم	48
10-الوسائل الاحصائية	48
-خلاصة	49
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.	
-تمهيد.	52
4-1- عرض وتحليل نتائج الفرضيات .	53
4-1-2-عرض وتحليل نتائج الفرضية الاولى.	53
4-1-3-عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة.	54
-خلاصة	55
4-2-2-مناقشة الفرضية الجزئية الاولى.	56
4-2-3-مناقشة الفرضية الجزئية الثانية.	56
4-2-4-مناقشة الفرضية العامة.	56
-خلاصة.	57
-الاستنتاج العام.	58
-خاتمة.	59

-الفرضيات و الاقتراحات المستقبلية.	59
-البيبلوغرافيا.	
-الملاحق.	

قائمة الجداول

الرقم الجدول	العنوان	الصفحة
جدول رقم (01)	يمثل توزيع فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي	41
جدول رقم (02)	يمثل يوضح دلالات ثبات المقياس الأصلي	42
جدول رقم (03)	يمثل معامل الارتباط لأبعادالمقياس .	42
جدول رقم (04)	يمثل يبين قيم الاتساق الداخلي لمقياس ماسلاش	42
جدول رقم (05)	يمثل نتائج الأختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة مستوى الأحتراق النفسي	47
جدول رقم (06)	يمثل نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الاتجاه نحو مهنة التعليم	47
جدول رقم (07)	يمثل معامل الارتباط بيرسون بين الاحتراق النفسي والاتجاهات والجدول	48

– الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاتجاه نحو مهنة التعليم –
–دراسة ميدانية على مستوى ثانويات ولاية البويرة–

–إعداد الطالب: محاد موسى **إشراف الدكتور: لوناس عبد الله**

الملخص: هدفت هذه الدراسة للتعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية في المتوسط وكذلك معرفة العلاقة بين إتجاه اساتذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنته ومستوى الأحتراق النفسي وطبيعة الاتجاه الذي يحمله اساتذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التعليم.

وقد قام الباحث باختيار عينة عشوائية من (27)أستاذ، وقد قام الباحث بتعديل مقياس(ماسلاش) لقياس الاحتراق النفسي ، قام الباحث بعرض التعديلات على عينة من (05) أساتذة التربية البدنية والرياضية ، بجامعة البويرة ، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي ، لملائمته لطبيعة الدراسة ، و لذلك فقد تم إجراء بعض التحليلات الإحصائية، من أجل الإجابة على أسئلة الدراسة استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية ولفحص الفرضيات استخدم الباحث معادلة الارتباط بيرسون ، واختبارات (ت) لعينتين مستقلتين واختبار تحليل التباين الأحادي ، وذلك من خلال استخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) .

كشفت الدراسة عن النتائج التالية :

1–مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع.

2– ان هناك فروقاً ذات دلالة أحصائية لعينة واحدة وتحت مستوى دلالة (0.01) حيث إن القيمة الجدولية أصغر من القيمة المحسوبة والمقابلة لها ويحسب الفرق دائماً لصالح المتوسط الأعلى.

3–توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي ومختلف الاتجاهات نحو مهنة التعليم.

ووفقا للنتائج التي تم التوصل إليها فإن الباحث يوصي بما يلي:

* تدريب الاساتذة على استخدام الاستراتيجيات المناسبة والملائمة لمقاومة الضغوط المهنية المسببة لظاهرة الاحتراق النفسي .

*الاهتمام بتدريب مديري المدارس والمشرفين على كيفية تقديم المساعدة والمساندة للمعلمين بصفة عامة والمعلمين الأقل خبرة بصفة خاصة حتى لا يشعر المعلم أنه بمنأى عن الإدارة المدرسية.

*توعية المعلمين بالاهتمام بتبني أساليب مواجهة فعالة تقييهم وتجنبهم التعرض للمواقف الضاغطة، وتساعدهم على التعامل مع المشكلات بطرق فعالة.

*مراعات أن يكون لدى الأخصائي الاجتماعي والنفسي بالمدرسة خبرة ودراية بما يتعرض له المعلمون من مشكلات نفسية ناتجة عن بيئة العمل.

الكلمات الدالة: الاحتراق النفسي الاتجاهات نحو مهنة التعليم الطور الثانوي

مقدمة:

يعد التعليم مهنة إنسانية عبر الزمن ، والتعليم مهنة ذات قداسة خاصة توجب على القائمين بها أداء حق الانتماء إليها إخلاصاً في العمل، وصدقاً مع النفس والناس، وعطاء مستمراً لنشر العلم والخير والقضاء على الجهل والشر. والمعلم صاحب رسالة يستشعر عظمتها، ويؤمن بأهميتها، ولايبخل على أدائها بغال ولا رخيص، ويستصغر كل عقبة دون بلوغ غايته من أداء رسالته. كما إن اعتزاز المعلم بمهنته وتصوره المستمر لرسالته، ينأيان به عن مواطن الشبهات، ويدعوانه إلى الحرص على نقاء السيرة وطهارة السريرة، حفاظاً على شرف مهنة التعليم ودفاعاً عنه . كما وإن المعلم موضع تقدير المجتمع واحترامه وثقته وهو لذلك حريص على أن يكون في مستوى هذه الثقة وذلك التقدير والاحترام، يعمل في المجتمع على أن يكون له دائما في مجال معرفته وخبرته دور المرشد والموجه يمتنع عن كل ما يمكن أن يؤخذ عليه من قول أو فعل ويحرص على أن لا يؤثر عنه إلا ما يؤكد ثقة المجتمع به واحترامه له.

ما 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 وحيث أن مهنة التدريس بأبعادها المختلفة ذات أهمية بالغة في الوصول بالعملية التربوية إلى الهدف المنشود فقد أولت الدول قديماً وحديثاً مهنة التعليم العناية الفائقة ؛ فهي رسالة مقدسة لا مهنة عادية ، وهي تتميز عن غيرها من المهن الأخرى ؛ذلك بأن المهن تعد الأفراد للقيام بمهام محددة في نطاق مهنة بذاتها ، بينما تسبق مهنة التعليم المهن الأخرى في تكوين شخصية هؤلاء الأفراد قبل أن يصلوا إلى سن التخصص في أي مهنة ، ولعل هذا ما دفع الكثيرين إلى أن يصفوا مهنة التعليم بأنها المهنة الأم ، ومن هنا فإن نجاح هذه المهنة أو فشلها إنما ينعكس على المهن الأخرى في المجتمع ؛ ذلك لأن المعلم هو أداة التغيير في المجتمع . وحيث إن المعلم هو المسئول الأول عن أداء هذه المسؤولية على أسس فنية وعلمية ، وهو المسئول الأول عن نجاحها أو فشلها فهو يلعب دوراً خطيراً في حياة الفرد والأمة ، فهو يحمل رسالة مقدسة وأمانة عظيمة ، وحيث إن الرسالة هي الوديعة التي يحتاج نقلها وتوصيلها إلى أصحابها أمانة ،وبدون هذه الأمانة تضل الرسالة طريقها وتفقد جوهرها ومضمونها ، فالمعلم الحق هو من اجتمعت فيه خصلتان ، حفظ الأمانة وأداء الرسالة ، فهو بهاتين الخصلتين معلم ومرب وبناء على هذا ونظراً لأهمية مهنة التعليم ، فإنه ينتظر من المعلم (صاحب المهنة) أن يكون له أدوار ذات خطر عظيم يؤديها فالمعلم هو عصب العملية التربوية ، والعامل الذي يحتل مكان الصدارة في نجاح التربية وبلوغها غايتها ، وتحقيق دورها في التقدم الاجتماعي والاقتصادي ، ومن هنا فلا يمكن الفصل بين مسئوليات المعلم والتغيرات الأساسية التي تحدث في المجتمع، ومما يضخم مسئولية المعلم في تحقيق أهداف المدرسة أن تطور الحياة الاجتماعية والاقتصادية جعل المدرسة مركزاً هاماً من مراكز الإصلاح ، وجعل المعلم عاملاً هاماً من عوامل النهضة ، تعتمد عليه الدول في تحقيق أغراضها وبلوغ غاياتها ،وإن جهود المعلمين إنما تقاس بالرقي الاجتماعي الذي أسهموا في تحقيقه ، لأن جهودهم لا تقتصر على حفظ التراث الثقافي فحسب ، بل تشمل أيضاً تحسين هذا التراث وتوجيهه نحو المثل العليا التي تتطلبها الحياة الحديثة .

وعند الحديث عن المعلم في المؤسسات التعليمية تبرز في طريق هذا المعلم معوقات تحول دون قيامه بدوره كاملا ، الأمر الذي من شأنه أن يسهم في إحساسه بالعجز عن تقديم العمل المطلوب ضمن المستوى المتوقع منه ، إذ غالبا ما يترتب على ذلك حدوث الاضطراب وحالة من الإجهاد تضع المعلم تحت وطأة الضغوط النفسية .

و تعكس العديد من المصطلحات في مجال علم النفس طبيعة الحياة التي يحياها الإنسان في عالم اليوم، وما يعانيه من مشكلات واضطرابات نفسية؛ حتى أصبح كل من: القلق، والضغوط النفسية، والاحتراق النفسي، وغيرها... تمثل ظواهر نفسية تتطلب مزيدًا من جهد الباحثين وتفكيرهم؛ بهدف الكشف عن طبيعة كل منها، وتحديد مسبباتها، وكيفية تفادي آثارها السلبية، فنتيجة لظروف الحياة الصعبة التي يمر بها الأفراد، وما يرتبط بها من عقبات قد تعوق مجرى حياتهم، ومشكلات تواجههم، ومواقف ضاغطة تعترضهم؛ أصبح الأفراد في حالة من عدم الاستقرار النفسي؛ نتيجة لتراكم مثل هذه المشكلات وتعقدها، ويزداد الأمر سوءًا إذا لم يكن الفرد مهيئًا لمثل هذه الظروف، بحيث لا يمتلك الطرق والأساليب المجدية التي تمكنه من التعامل الفعّال مع هذه المواقف، أو أنه يجهل طبيعة هذه المشكلات التي تؤرقه، وعندها قد يعجز عن مواجهة المشكلات التي تعوق تحقيق بعض أهدافه؛ فيصبح عرضة للتأثيرات السلبية للمواقف الضاغطة، هذا بالإضافة إلى أن بعض الأفراد لديهم سمات شخصية تجعلهم أكثر عرضة للضغوط، وأكثر تأثرًا بها؛ على العكس من غيرهم، الذين لا يبالون بما قد يعترضهم من مواقف ضاغطة.

وإذا كان المجتمع المدرسي صورة مصغرة من المجتمع الإنساني؛ فإن المعلمين . إضافة إلى المشكلات الاجتماعية والنفسية التي يعاني منها الأفراد بصفة عامة . لديهم مشكلاتهم الخاصة بطبيعة عملهم؛ حيث وصفت مهنة التدريس بأنها من أكثر المهن الخدمية معاناة من الضغوط، والتي في حالة استمرارها، وبمساعدة بعض العوامل الأخرى، قد تؤدي إلى حدوث ما يعرف بالاحتراق النفسي؛ كاستجابة سالبة لضغوط المهنة، وللظروف الصعبة المحيطة بها.

وبالتالي؛ فالاحتراق النفسي قد يعاني منه بعض المعلمين؛ بينما لا يعانى منه البعض الآخر، ليس لانتهاء المشكلات والعقبات التي يمر بها لأنها لا تنتهي؛ ولكن لما يمكن أن يتسم به هذا البعض من سمات وخصائص نفسية تقيه أو تجنبه المعاناة من الاحتراق النفسي، أو لتمكنه من مواجهة المشكلات التي قد تصادفه في عمله، إما بخبرته الشخصية، أو بمساندة مرؤوسيه وزملائه، أو بطبيعته الشخصية في التعامل مع العقبات والمواقف التي تواجهه، ففي هذه الحالة قد يتفادى الإصابة بالاحتراق النفسي؛ ولكن إذا ندرت خبرته، وتخلى عنه مرؤوسيه، ولم يمتلك السمات والخصائص النفسية الإيجابية في التعامل مع المواقف الضاغطة؛ فإنه قد يعاني من الاحتراق النفسي، ويصبح عرضًا ملازمًا له.

ويعد الاحتراق النفسي من الظواهر النفسية التي نالت اهتمام الباحثين، وتركزت اهتماماتهم بكثرة على مهنة التدريس؛ وذلك لأهمية الدور الذي يمثله المعلم في المدرسة وفي المجتمع بأكمله، وقد تناولها الباحثون بالدراسة رصدًا لأسبابها، وتحديدًا لأعراضها، ووصفًا لتأثيراتها السلبية، فمن الأسباب المؤدية لحدوثها: الضغوط النفسية المهنية المستمرة، إلى جانب نقص مساندة المرؤوسين والزملاء، وزيادة حجم العمل عن الحد المعقول، وانخفاض الدعم المادي والمعنوي للمعلم؛ وتبعًا لذلك يؤدي إصابة المعلم بالاحتراق النفسي إلى: الغياب المتكرر، والسلبية في التعامل مع المحيطين، والإحساس بالملل، والإحباط، والتعب، والإرهاق لأقل مجهود والرغبة في ترك المهنة.

ويمكن القول: إن لظاهرة الاحتراق النفسي تأثيراتها المتعددة على أفراد المجتمع المدرسي . بصفة عامة. والمعلم . بصفة خاصة، وبالتالي؛ فإن دراسة هذه الظاهرة قد يساهم في تحسين الأوضاع النفسية للمعلم، وزيادة توافقه مع المحيطين به خاصة، وأنه يمثل عضوًا فعّالا ومؤثرًا في العملية التعليمية، وبالتالي، فإن تحسين الأوضاع بالمجتمع المدرسي ينعكس بدوره على المجتمع بأكمله.

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

1-الاشكالية:

يعد المعلم أحد محاورالعملية التعليمية، فهو الوسيط بين الطلاب، وما يجب أن يقدم لهم منمعلومات، ومعارف ومهارات؛ لذلك فإن صحته النفسية و البدنية ينبغي النظرإليها بعين الاعتبار؛ من أجل تحقيق نظام تربوي فعّال.

وقد يعاني المعلم منبعض المشكلات المرتبطة بمهنة التدريس: كازدياد حجم العمل، والعبء التدريسي،وعدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، وفقدان التحكم والسيطرة في مجرياتأموره المهنية؛ إضافة إلى انخفاض العائد المادي لمهنة التدريس، والنظرةالاجتماعية المتدنية للمعلم، وغيرها من الأسباب؛ مما دعا بعض الباحثين إلىالربط بين مهنة التدريس والضغوط النفسية. (يوسف عبدالفتاح، 1999، ص196)

تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التى يتعرض لها المعلم إلى استنزاف جسمي وانفعالي، وأهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان الابتكارية. ويؤدي افتقاد المعلم إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة احتمال وقوع المعلم فريسة للاحتراق النفسي وتعدد مصادر الضغوط المسببة للاحتراق النفسي للمعلم بين سلوك التلاميذ، وعلاقة المعلم بالموجه، وعلاقته العلمية بزملائه، والصراعات المدرسية، وعلاقة المعلم بالإدارة، والأعباء الإدارية، وضيق الوقت، وغياب التفاهم بين المعلم والإدارة، والمعلم وأولياء الأمور.

ان الضغوط النفسية كما يرى بعض الباحثين بشكل عام تعتبر سمة من سمات الحياة فهي في بعض مستوياتها قد تكون مطلوبة ان لم تكن ضرورية وذلك لتحفيز الفرد ودفعه إلى الانجاز وتحقيق النجاح غير أن زيادتها عن الحد المناسب قد تفضي إلى مشاكل يصعب حلها لما لها من آثار سلبية على الصحة العقلية والبدنية ذلك أن عدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية بشكل مناسب قد يؤدي إلى تفاقم الوضع وحدوث حالات الاحتراق النفسي ومن هذاً المنطلق فإن الاحتراق النفسي ينظر إليه باعتباره المحصل النهائي للضغوط النفسية. (البتال،1999)

ويؤدي تراكم الضغوط النفسية لدى الاساتذة والتي غالبًا ما يصاحبها . فيحالة استمرارها. ظهور بعض التأثيرات على الاستاذ: كالتأثيرات السلبية فياتجاهاته وعلاقاته داخل وخارج المدرسة، ونقص قدرته على العمل والأداء، حيثيشعر باستنفاذ الجهد، والتعب والإجهاد النفسي والبدني، والذي يؤدي بدورهإلى الاحتراق النفسي، مما قد يؤدي إلى أن يقع المعلم في صراع بين خيارين –لا إرادة له في أي منهما –إما أن يصبح منهكًا في عمله لا يقوى على مواصلةالعطاء، أو أن يترك المهنة، إما جسديًا بالانصراف إلى مهنة أخرى، أو نفسيًابأن يبدي نوعًا من اللامبالاة، وعدم الاهتمام، وإهمال متطلبات مهنةالتدريس. وهو ما لاحظه الباحث عند اجرائه للتربص الميداني واحتكاكه مع بعض اساتذة التربية البدنية والرياضية، ممن يظهر عليهم أثرالمعاناة من الضغوط المهنية المستمرة، وبعض أعراضالاحتراق مثل: التعب،وكثرة الغياب، والملل، والسلبية، والرغبة في ترك المهنة [الانصراف عن مهنةالتدريس إلى مهنة أخرى ذات أجر مجزى مع الاحتفاظ بالوظيفة فقط] ، وبالإضافةإلى مضاعفات الاحتراق النفسي السلبية على المعلمين تنعكس تأثيراته الخطيرةعلى الطلاب والزملاء من المعلمين والإداريين والعاملين فى المدرسة، وكذلكانعكاساتها على العملية التعليمية بأكملها؛ ولهذا فإن الاحتراق النفسي يمثلمشكلة باهظة التكلفة على المعلم والمدرسة، والتى تتمثل فى تدنى معدلاتالإنتاجية، والغياب لفترات طويلة أو ترك المهنة (البتال، 2000، ص81)

ومن خلال ملاحظة الباحث، واستكمالا لنهج الدراسات السابقة، والتبتتبعها نجد أنها اهتمت فى البداية بدراسة الاحتراق النفسي من خلال أسبابهوتأثيراته وعلاقته بالمتغيرات الديموجرافية، وتطرقت بعد ذلك إلى إدراكأهمية دراسة شخصية المعلم في علاقتها بالاحتراق النفسي منها: دراسة نصريوسف (1995)م والتي توصلت إلى وجود ارتباط دال موجب بين وجهة الضبط الخارجيوالاحتراق النفسي، ودراسة منى بدران (1997) ، وغيرها من الدراسات التيتناولت العلاقة بين الاحتراق النفسي ومتغيرات الشخصية مثل دراسات: عصامهاشم أحمد (2001) ، والتي توصلت إلى وجود فروق دالة بين المحترقين نفسيًاوغير المحترقين نفسيًا فى بعض سمات الشخصية؛ ودراسة بيتلر وكونستانتين(2005) Butler&Constantin حيث أظهر وجود ارتباطدال سالب بينالاحتراق النفسي وتقدير الذات؛ ودراسة عبدالله جاد محمود (2005) وكان منننتائجها وجود ارتباط موجب دال بين سمات الشخصية اللاسوية وبين الاحتراقالنفسي. ومن منطلق تطوير البرامج الإرشادية للتخفيف من حدة الإصابةبالاحتراق النفسي أو إمكانية تفاديه؛ يري بعض الباحثين ثمة علاقة بينالاحتراق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات التي يستخدمها الفرد، فمواجهةالمشكلات والمواقف الضاغطة، والتغلب عليها يقي من آثار الضغوط والاحتراقالنفسي، ويساعد على زيادة أداء الفرد.(نجاة زكي&مديحة عثمان، 1998؛2003 ,.Angel, et. al)

وفي ضوء ذلك يتم طرح التساؤل التالي:

" **هل توجد علاقة إرتباطية بين إتجاه اساتذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنته ومستوى الأحتراق النفسي لديهم؟** "

2-التساؤلات الجزئية:

- ماطبيعة الاتجاه لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التعليم ؟

-ماهو مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية ؟

3-الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية سالبة بين اتجاه اساتذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التدريس ومستوى الاحتراق النفسي لديهم.

***الفرضيات الجزئية:**

-مستوى الاحتراق النفسي متوسط لدى الاساتذة التربية البدنية والرياضية.

-الاتجاه ايجابي لاساتذة التربية البدنية والرياضية ومهنة التدريس لدى الاساتذة.

4- أسباب اختيار البحث:

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

1 – السعي للفت الانتباه القائمين على تسيير شوؤن الاساتذة من أجل على الاهتمام بالجوانب النفسية والغير المادية لاستاذ

2- السعي من خلال نتائج الدراسة إلى فهم جوانب الذات والشخصية للاستاذ وطرق التعامل الايجابي مع الضغط وهو من أسباب الرفع من مستوى التدريس.

5-أهمية الدراسة:

مما لاشك فيه؛ أن للمعلم دور فعّال في العملية التعليمية، وبالتالي؛ فإن أي تأثيرات سلبيةعلى المعلم تنعكس سلبًا على العملية التعليمية بأكملها. والاحتراق النفسي من الظواهر ذات التأثيرات السلبية على المعلم، ويظهر هذا التأثير في :انخفاض الأداء، والإجهاد ، وكثرة الغياب، والسلبية في التعامل مع الآخرين .هذا إلى جانب أن شخصية المعلم بمقوماتها وسماتها وخصائصها تقف حائلاً فيإصابته بالاحتراق النفسي؛ إضافة إلى أن لكل مرحلة تعليمية طبيعتها ومشكلاتها، التي تميزها عن غيرها من المراحل، ويمكن الإشارة إلى أهمية الدراسة فيما يلي:

-إن دراسة ظاهرة الاحتراق النفسية ضرورة من ضرورات الاهتمام بالصحة النفسية – للأفراد بصفة عامة – و للمعلمين بصفة خاصة، وذلك لأهمية دور المعلم فى المجتمع المدرسى، وكذلك خطورة ظاهرة الاحتراق النفسي حيث تأثيراتها السلبية على أفراد المجتمع المدرسي.

-الكشف عنمثل هذه الظاهرة، وتجنب تأثيراتها السلبية؛ يقى المعلم، ويساعده على التمتع بحالة نفسية مستقرة، وكذلك تحسين أداءه، والمتمثل فى تقديم الخدماتللطالب على أكمل وجه دون أن يكون المعلم منهكًا، أو غير راض عن المهنة، أوتثقله ضغوطها ولا يقوى على مواصلة العطاء.

-إلقاءالضوء على بعض المشكلات النفسية التى يعانى منها المعلمون فى المجتمعالمدرسى، وكذلك طبيعة المشكلات المهنية المتعلقة بكل مرحلة تعليمية.

-الاستفادة من نتائج الدراسة الحالية فى الحد من ظاهرة الاحتراق النفسي.

اهداف الدراسة: تسعى الدارسة الى تحقيق الاهداف التالية

1-معرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والاتجاه نحو مهنة التدريس

2-معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي واساتذة التربية البدنية والرياضية

3-معرفة طبيعة الاتجاه نحو مهنة التدريس لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية

6-تحديد المفاهين والمصطلحات:

الاحتراق النفسي :

اصلاحيا: يعرفه بيرلمانوهارتمان انه الاستجابة إلى استنفاذ عاطفي مزمن على ثلاثة أبعاد رئيسية وهي : الإجهاد النفسي و العاطفي ، وإنتاجية العمل متذبذبة، والتعامل الآلي والجاف مع المستفيدين. (محمد عادل عبد الله ، 1994، ص 01).

وذكر أسامة راتب كامل عنه بأنه الاستجابة للضغوط تتميز بالإنهاك الذهني والانفعالي ويصبح غير قادر على تحمل ضغوط المنافسة .(أسامة راتب كامل ، 1997 ص 13)

هو عبارة عن استنزاف انفعالي وعقلي يحدث نتيجة تراكم مجموعة من الضغوط يعجز استاذ التربية البدنية والرياضية عن تحملها وتظهر على شكل مجموعة من الأفعال الانعكاسية السلبية كرد فعل طبيعي لمجموعة مواقف نفسية يواجهها خلال العملية التدريسية تؤثر على مستوى أداءه .

2-الاتجاه النفسي :

***التعريف الاصطلاحي:**

إن مفهوم الاتجاه كان وسيظل من أهم مفاهيم علم النفس الاجتماعي وأكثرها ثراء بل تعد المحور الأساسي لعلم النفس الاجتماعي ، فالأفراد يحملون في داخلهم عدداً كبيراً من الاتجاهات نحو العديد من الأشياء ونحو غيرهم من الأفراد وكذلك نحو أنفسهم أيضا. ونحن في جميع جوانب حياتنا الاجتماعية دائما ما نسعى للكشف عن اتجاهات الآخرين وأخبارهم عن أفكارنا ومحاولة تغير أرائهم بما يتفق مع الاتجاه الذي نسلكه (Pennington et all, 1999)الاتجاه النفسي بمعناه العام استعداد وجداني مكتسب ثابت نسبيا يحدد شعور الفرد وسلوكه إزاء موضوعات معينة من حيث تفضليها أو عدم تفضيلها(الاتجاهات النفسية – نبراس يونس محمد).

من أشهر التعاريف التي وضعت للاتجاه النفسي تعريف عالم النفس جوردونالبورت الدي يعتبر الاتجاه حالة من استعدادات عقلية ونفسية وعصبية, تتكون لدى الفردمن خلال الخبرة والتجربة التي يمر بها الفرد, وتؤثر هده الحالة تأثيرا ملحوظا علىاستجابات الفرد, وسلوكه إزاء جميع الأشياء والمواقف التي تتعلق بهده الحالة, ومعندالك ان الاتجاه حالة استعداد للنشاط الجسمي, والعقلي تعد الفرد وتهيئه لاستجاباتمعينة. (صلاح الخطيب ،ط ب 2، 1968 ص:137-184.)

***التعريف الاجرائي:**

استعداد عقلي ووجداني يتسم بصفة الثبات النسبي وشعور نفسي لدى المعلمة نحو مهنتها والذي يحدد سلوكها واستجابتها للعمل كمعلمة سواء كان ذلك بالقبول أو الرفض لهذه المهنة "

الاستاذ : تعددت التعاريف للاستاذ حسب دوره ومهامه في العملية التعليمية ومن هذه التعاريف :

تعريف رابح تركي (انه حجر الزاوية في كل إصلاح منشود في التعليم فهو العامل الأساسي في تكوين المواطن الصالح تربويا وتعليميا ومهنيا وثقافيا وأخلاقيا ووطنيا ودينيا). (رابح تركي 1990 ص 377)

ويعرفه عبدالله الرشدان ونعيم جعنيني بأنه (الخبير الذي وظفه المجتمع لتحقيق أغراضه التربوية)

(عبدالله الرشدان وجعنيني -1994 ص 291)

الجانب النظري

الفصل الاول :

الخلفية النظرية للدراسة

تمهيد:

طبيعة الحياة التيييحياها الفرد في عالم اليوم . بكل ما تكتظ به من مشكلات،ومتطلبات . تفرض عليه الكثير من الضغوط، التي يجب أن يصمد في مواجهتها بالطرق والأساليبالإيجابية، التي تساعده على التخلص منها باستمرار حتى لا تتراكم عليه تلك المشكلات، وتتزايد عليه الضغوط، والتي قد تؤدى به إلى حالة من الإنهاك أوالاحتراق النفسي.

والمعلم ليس بعيدًا عنكل ذلك، فالمجتمع المدرسي جزء من المجتمع الأكبر، وإن كان للمجتمع المدرسيخصوصيته وقوانينه التي تحكمه؛ لأنه بالدرجة الأولى مؤسسة تعليمية مهنية لها لوائحها التي تحكمها، وتفرض على أعضائها الالتزام بها كطبيعة ظروف العملفي أي مؤسسة؛ فإن طبيعة العمل في مهنة التدريس يرتبط بها الكثير منالمشكلات المهنية، والاجتماعية والنفسية، وذلك للعديد من العوامل التي تحيط بالمهنة والمعلمين؛ سواء كانت نابعة من داخل المؤسسة التعليمية: كاللوائح،والقرارات التي تصدر في غير صالح المعلمين والعملية التعليمية، أو انخفاضالعائد المادي، أو الضغوط المهنية، أو كانت نابعة من خارج المؤسسةالتعليمية كالنظرة المتدنية للمهنة، والعاملين بها وغيرها من العوامل؛ ولكلهذا آثاره السيئة والسلبية على المعلم والعملية التعليمية.

إن بعض المعلمين يمتلكون العديد من الأساليب السليمة لمواجهة ما يحيط بهم من مشكلات، كما يستطيعون تفادي الكثير من الضغوط الحياتية والمهنية لامتلاكهم . أيضًاالكثير من السمات الشخصية: كالمرونة، والصبر، والتروي، والهدوء الشخصي التييتمتع بها البعض، وبالتالي يستطيعون أن يستخدموا أساليب تمكنهم من تخطيالهموم، والاضطرابات النفسية، والتغلب عليهما، إلا أن البعض لا يمتلك مثلهذه الأساليب، أو مثل هذه السمات، وبالتالي لا يستطيعون الصمود أمام الضغوطالمهنية والحياتية المستمرة؛ فتتضخم الضغوط، وتتراكم المشكلات، وتزدادالمعاناة النفسية التي تتزايد وتتضخم؛ مسببة حالة من الاحتراق النفسي.

1-1-الاحتراق النفسي

1-1-1-مفهوم الاحتراق النفسي :

أصبح مفهوم الاحتراق النفسي شائع الاستخدام في العقدين الأخيرين من القرن العشرين وذلك لوصف الحالة النفسية للمهنيين الذين يعملون في مجال الخدمة الاجتماعية والإنسانية ويقضون وقتا متواصلا في العمل المجهد مع مرشديهم أو تلاميذهم .

وبصورة عامة يشير هذاالمفهوم إلى التغيرات السلبية في العلاقاتوالاتجاهات من الجانب المهني بخاصة في مجال العمل بسبب ما يتعرض له من ضغوط العمل سواء في مجال عمله أو خارجه وبعبارة أدق فإن الاحتراق النفسي هو (الاستنزاف أو الاستنفاذ البدني والانفعالي) (Truch1986)

وعرف باينزوأورنسون (1981، pines $ Aronson) الاحتراق النفسي بأنه حاله ذهنية تؤثر في المهني الذي يعمل مع الأشخاص الآخرين والذي يعطي أكثر مما يحصل عليه من زملائه وأصدقائه والعملاء.ويتفق كل من بيك وجاجيلوا(1983 ، beck $ Gargoyle) في تعريفهم للاحتراق النفسي على أنه حاله من الإنهاك الانفعالي والعاطفي والجسدي والذهني الناتج عن الضغط الزائد على طاقة وقوة المعلم . ومن الباحثين المحدثين في مجال الاحتراق النفسي كل من(جولد وروث ، Gold) (Roth ,1994) وقد عرفا الاحتراق النفسي بانه حالة تتسبب عن شعور الفرد بأن احتياجاته لم تلبي وتوقعاته لم تتحقق ويتصف بتطور خيبة الأمل يرافقها أعراض نفسية وجسدية التي تؤدي إلى تدني مفهوم الذات ويتطور الاحتراق النفسي تدريجيا مع مرور الوقت فقد عرف فرويدنبرجر Freudenberger,1975 الاحتراق النفسي بأنه "حاله من الإنهاك الناتج عن الاختلاف والتفاوت بين أعباء ومتطلبات العمل وبين قدراته وإمكاناته وتطلعاته" (Freudenberger,1975) في حين عرف ترش Truch,1980الاحتراق النفسي على انه "

التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات نحو العمل ونحو الآخرين بسبب ضغوط العمل الزائدة مما ينعكس بشكل رئيسي بفقدان الاهتمام بالأشخاص الذين يتلقون الخدمات والتعامل معهم بشكل آلي."

لذا فإن الاحتراق هنا هيالدرجة العالية التي يتعرض لها الفرد نتيجة للضغوط المتغيرة والغير متوازنه التي تواجهه في عمله وحياته و التيتعوق عن أداء وظائفه بشكل طبيعي حينها يصل إلي زيادة الضغوط حتى تسبب له الانهيار والإرهاق الشديد الذي لا يستطيع التوازن فيها .

1-1-2-الضغوط النفسية والاحتراق النفسي:

هنالكشيء من اللبس والغموض يكتنف الكتابات التي تطرقت لموضوع الاحتراق النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية ويمكن أن يعزى ذلك إلى التداخل في تعريف المصطلحين.

لقد تناول نيهاوس هذا الموضوع وميز بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي ملاحظاً أن الاحتراق النفسي هو انعكاس للضغوط النفسية الذي لا يقتصر عليها دون سواها ، ومن ابرز الخصائص المميزة للاحتراق النفسي التي توصل لها نيهاوس.(العمري ،2007، ص58)

أولا: أن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لضغوط العمل النفسية المتمثلة في تضارب الأدوار وغموضها وازدياد حجم العمل وظروف العمل وأحواله التي تنطوي على بعض المخاطر.

ثانياً: أن الاحتراق النفسي يحدث في معظم الأحيان لدى المعلمين الذين يلتحقون بالمهنة برؤية مثالية مؤداها أنهم لابد أن ينجحوا في مهنتهم.

ثالثا: هنالك صلة وثيقة وعلاقة تناسبية متبادلة بين الاحتراق النفسي والسعي إلى تحقيق المهام التي يتعذر تحقيقها وقد رأى الكثير من الباحثين ان هناك علاقة متبادلة ووثيقة بين المصطلحين على الرغم من عدم تطابقهما فقد ذكر فاربر ان الضغوط النفسية يمكن ان تكون ايجابية او سلبية وبالمقابل فان الاحتراق النفسي يكون دائما وابدأ سلبياً كذلك يرى فاربر أن الاحتراق النفسي في أحوال كثيرة لا يكون نتيجة للضغوط النفسية المحضة أي لمجرد حدوث الضغوط النفسية وإنما يكون نتيجة للضغوط النفسية التي لا تحظى بالاهتمام ولا تجد المساندة الضرورية على الوجه الذي يؤدي الى تلطيف آثارها والحد من مضاعفاتها .(الرشيدي،1999،ص133)

ولابد من الإشارة إلى عدد من النقاط التي توضح الاختلاف بين حالة الاحتراق النفسي وحالات أخرى مشابهة على الرغم من أن التعب أو التوتر المؤقت قد يشكل العلامات الأولية لهذه الحالة إلا إن ذلك ليس كافياً للدلالة عليها وبخاصة إذا كانت قصيرة الأجل فالاحتراق النفسي يتصف بحالة من الثبات النسبي فيما يتعلق بالتغيرات السلبية.

* يختلف الاحتراق النفسي عن التطبيع الاجتماعي حيث يغير الفرد سلوكه واتجاهاته نتيجة للتفاعل مع الآخرين الذي يمكن أن تترتب عليه مظاهر سلوكية سلبية إذا كانالوسط الاجتماعي الذي يحدث فيه ذلك التفاعل يدعم التصرفات غير البناءة أما بالنسبة للاحتراق النفسي فان سلوك الفرد هو محصلة ردود الفعل المباشرة للتعرض لمصادر الضغوط في بيئة العمل.

*حالة عدم الرضا وما قد يصاحبها من غياب للدافعية في العمل لا تعتبر احتراقاً نفسياً ومع ذلك ينبغي أخذها بعين الاعتبار لان استمرارها يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

الاستمرار في العمل لا يعتبر مؤشراً يعتمد عليه في إصدار حكم بغياب الاحتراق النفسي فالفرد ربما يستمر في عمله بالرغم مما يعانيه من احتراق نفسي لأسباب متعددة منها على سبيل المثال عدم توفر فرص للالتحاق بأعمال أخرى.(عسكر،2000،ص171)

1-1-3-أسباب الاحتراق النفسي: .

يصف جمعة يوسف (2006)مأسباب الاحتراق النفسي بأن أغلبها مرتبط ببيئة العمل، وما تتيحه من فرصتساعد على تعظيم مستويات الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن،وفى المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب، ويمكن تلخيص هذهالأسباب فى

1-عبء العمل الزائد

2-المهام البيروقراطية المتزايدة

3-الأعمال الكتابية

4- التواصل الضحل والمردود الضعيف

5-نقص المكافآت وغياب الدعم.(جمعة سيد يوسف، 2006،ص 40)

ويضيف الباحث بعضالأسباب التي يمكن أن تساهم في حدوث الاحتراق النفسي، ومنها:

6-العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة

7-فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل

8-الشعورب العزلة في العمل، وضعف العلاقات المهنية

9-الرتابة والملل في العمل

10ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل

11-الخصائص الشخصية للفرد، ويعتبر السببان الأخيرانمرتبطان بشخصية الفرد، وباقي الأسباب ترتبط ببيئة العمل نفسه.

1-1-1-4-أعراض الاحتراق النفسي:

للاحتراق مجموعة منالأعراض التي تميزه عن غيره من الظواهر، وقد قام بعض الباحثين بتصنيف هذهالأعراض، فصنفها كاهيل(1988) Kahillم إلى خمس فئاترئيسة هى: أعراض عضوية، وأعراض انفعالية، وأعراض متعلقة بالعلاقات الشخصية، وأعراض مرتبطة بالمواقف والمعتقدات؛ وصنفها كل من فيمين وسنتاور Fimian&Santaro (1983)م إلى ثلاث فئات: أعراض انفعالية، وأعراضسلوكية، وأعراض عضوية؛ أما دونهام(1983) Dunham م فأكد على وجودخمسة أعراض يتكرر حدوثها هي: الشعور بالإجهاد والاستنفاذ، والإحباط،والنوم المتقطع، والإنعزال عن الموظفين الآخرين، والصداع الناجم عنالتوتر.(زيد محمد البتال، 2000، ص65-68)

وبعد الإطلاع على الأعراضالسابقة، وفى ضوء ملاحظة الباحثة للمعلمين الذين يعانون من الاحتراقالنفسي؛ فيمكن تصنيف أعراض الاحتراق النفسي إلى: أعراض عضوية، وأعراضنفسية، وأعراض اجتماعية، وتوضيحها كالتالي :

***أعراض عضوية (بدنية):**

تتمثل الأعراضالبدنية للاحتراق النفسي في: الإعياء، والأرق، وارتفاع ضغط الدم، وكثرةالتعرض للصداع، واللجوء للتدخين، والإحساس بالإنهاك طوال اليوم، والإحساسبالتعب بعد العمل.

***أعراض نفسية انفعالية**

وتتمثل الأعراضالنفسية في: الملل، وعدم الثقة بالنفس، والتوتر، وفقدان الحماس، وفتورالهمة، والغضب، والاستياء وعدم الرغبة في الذهاب للعمل.

***أعراض اجتماعية:**وهى أعراض متعلقةبالآخرينوتتمثل في: الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء،والانعزالوالميل إليه، أو الانسحاب من الجماعة.

1-1-5-مراحل حدوث الاحتراق النفسي:

الاحتراق النفسي لايحدث دفعة واحدة، ولكنه يمر بعدد من المراحل؛ حتى يصل الفرد إلى ذروةالمعاناة بالاحتراق النفسي، وتتمثل هذه المراحل في التالي:

المرحلة الأولى :وتعرف بمرحلةالاستثارة الناتجة عن الضغوط، أو الشد العصبي الذي يعايشه الفرد في عمله، وترتبط بالأعراض التالية: سرعة الانفعال، والقلق الدائم، وفترات من ضغطالدم العالي، والأرق، والنسيان،وصعوبة التركيز والصداع.

المرحلة الثانية :وتعرف بمرحلة الحفاظعلى الطاقة، وتشمل هذه المرحلة بعض الاستجابات السلوكية مثل: التأخير عنمواعيد العمل، وتأجيل الأمور المتعلقة بالعمل، وزيادة في استهلاك المنبهات،والانسحاب الاجتماعي، والشعور بالتعب المستمر.

المرحلة الثالثة :وهي مرحلة الاستنزاف، أو الإنهاك، وترتبط بمشكلات بدنيةونفسية مثل: الاكتئاب المتواصل، واضطرابات مستمرة في المعدة، وتعب جسميمزمن، وإجهاد ذهني مستمر، وصداع دائم، والرغبة في الانسحاب النهائي منالمجتمع، والرغبة في هجر الأصدقاء. وليس من الضروري وجود جميع الأعراض بكلمرحلة؛ للحكم بوجود حالة الاحتراق النفسي، ولكن ظهور عرضين أو أكثر في كلمرحلة يمكن أن يشير إلى أن المعلم يمر بأحد مراحل الاحتراق النفسي.www.texmed.org/2019 .

1-1-1-6-مصادر الاحتراق النفسي

إن البحث عن مصادر الاحتراق النفسي لا يختلف عن البحث في أسباب الضغوط المهنية وذلك من منطلق تشابه الظروف والخلفية التي تنمو في كل منهما ، علما بان شعور الفرد بالضغوط المهنية او الضغوط النفسية في مجال العمل لا يعني بالضرورة تعرضه للاحتراق النفسي ولكن تعرض الفرد للاحتراق النفسي هو حتما نتيجة لمعاناته من الضغوط النفسية الناجمة عن ظروف العمل ، يؤيد ذلك ما جاء في دراسة كل من لازاروسولونير

لذا نرى أن معظم الكتابات التي تطرقت إلى موضوع الاحتراق النفسي يتجه الكثير من المختصين إلى تصنيف مصادره إلى فئتين رئيسيتين هما :

-العوامل التنظيمية والخصائص الشخصية – التي لعبت دور كبير وأخذت النصيب الأوفى من الاهتمام والتركيز في الكتابات التي بحثت موضوع الاحتراق النفسي ، ويرجع ذلك الى أن كثير من الباحثينينظرون إلى الاحتراق النفسي في معظم الأحيان باعتباره مشكلة تتعلق بالعمل ومن بين العوامل التنظيمية التي يتردد ذكرها كثيرا في الكتابات والأطروحات العلمية التي تناولت ها لموضوع هي :

– تضارب الأدوار ويحدث عندما يطالب الفرد بإنجاز أعمال لا تناسبه أو لا تنسجم مع طبيعة عمله وتزيد من حجم الأعباء الموكلة إليه بحيث تتجاوز الحد المعقول.

ووفقا لنظرية الأدوار فان تضارب الأدوار وتناقضها يحدث عندما تتنافر توقعات الفرد حيالها وتتعارض مع منظور الواقع وعليه يصبح الفرد على غير قناعة بما يفعل ومن ثم يقل عطاؤه تحت تأثير هذه الحالة المسببة للضغوط فعلى على سبيل المثال يحدث تضارب الأدوار عندما يُكلف المعلم بإنجاز مهام يرى أنها ليست من صميم مسؤولياته الوظيفية كالأعمال الإدارية مثلا وقد أورد بيرن . (المرزوقي،2004ص120).

1-1-1-7-الاحتراق النفسي في مهنة التدريس

-إن السلوك السلبي لفقدان الاهتمام بالمتعلم يؤدي بالمدرس الى أن يتعامل مع طلبته بصورة آليه وبدون اكتراث ، وبالإضافة الى ذلك ينتابه التشاؤم واللامبالاة وقلة الدافعية والغضب السريع مع زملائه وإداريتيه ومقاومة التغيير وفقدان القدرة على الابتكار وبالطبع لا يستلزم الأمر وجود جميع هذه الأغراض او تزامنها جدى يمكن القول بأن المدرس " يحترق نفسيا" لوجود بعضها فيستوجب القيام باللازم قبل ان يستفحل الأمر

-إن السبب الرئيسي لظاهرة الاحتراق النفسي هو الضغوط التي يتعرض لها المدرسون والتي ترجع غالبيتها الى ما يحدث في محيط العمل وبهذا الخصوص توصل الباحثون في دراستهم سواء باستخدام المقابلات الشخصية أو الدراسات المسحية خلال الخمسين سنة الأخيرة إلى تحديد مصادر الضغوط الخاصة بمهنة التدريس .

-ويتعامل بعض الباحثين مع مسببات الضغوط النفسية وما يتبع ذلك من حدوث الاحتراق النفسي للعاملين في مهن الخدمات الاجتماعية الى ثلاث جوانب منها :

***الجانب الشخصي**

بالنسبة للجانب الشخصي هناك شبه اتفاق على ان المدرس الأكثر التزاما وإخلاصا في عمله ممايجعله عرضة أكثر من غيره لهذه الظاهرة . فالمدرس الملتزم يقع تحت ضغط داخلي للعطاء وفي الوقت نفسه يجابه متغيرات خارجه عن إرادته تقلل من فاعليته وبالتالي عطاؤه في عملهفعلى سبيل المثال المدرس الذي يواجه عددا كبيرا من التلاميذ في بيئة تعليمية غير مساعدة من الصعب عليه تحقيق توقعاته وبجانب الالتزام والاستعداد الشخصي للعطاء هناك أسباب أخرى ذات علاقة بهذا الجانب من أهمها :

1- التركيز الشديد على العمل الأمر الذي يترتب عليه زيادة التوقعات الشخصية المتصلة بالعمل مقارنة بالمجالات الأخرى في الحياة

2-درجة الرغبة لدى المعلم في إحداث تغييرات في تلاميذه .

3-القدرات الذاتية على التكيف ودرجة مفهوم الذات لدى الفرد.

4- الخبرات المهنية السابقة حيث يقوم المدرس بعملية مقارنة للحقوق والواجبات التي يختبرها في موقع عمله الحالي مع ما كان يختبرها في موقع عمله السابق في منطقه تعليمي هاو مدرسة أخرى

***الجانب الاجتماعي :ويساهم في ظهور الاحتراق النفسي فهو يتضمن مايلي:**

1-الاعتماد المتزايد على المؤسسات التربوية يؤدي إلى زيادة العبء الوظيفي على المدرس مما يؤول به إلى مستوى أدائي اقل من توقعات المجتمع وان كانت هذه القدرات خارجه عن إرادته .

2-التوقعات الغير واقعية في بعض الأحيان حول مهنة التدريس

***الجانب الوظيفي :**

يتمثل الجانب الوظيفي في اعتقاد يلقى القبول لدى الغالبية من المسئولين عن القيادات التربوية ، وهو أن التركيز ينبغي أن يوجه إلى حاجة المتعلمين على اعتبار أن الهيئة التدريسية نتاج كامل ليست بحاجة لمزيد من النمو المهني بعد الإعداد وأن لديها القدرة لحل المشاكل التي تواجهها وهذا الاعتقاد يؤدي الى خطأ فادح في مجال الإعداد المهني للمعلمين ومن ثم يؤدي الى حرمان المعلم من النمو ومسايرة الأوضاع الإبداعية المتطورة ، فيتخلف عن الركبفيكون هذا عنصر أساسي من عناصر احتراقه النفسي. (السيد ،1994 ص70)

ولكي يتفادى المعلمون هذا الاحتراق النفسي والذي قد لا يكتشف المعلم انه مصاب به أصلا ألا من خلال التعرف على أعراضه ومظاهره لابد لهم من إستراتيجية في التعامل مع الضغوط النفسية والتي هي سبب الاحتراق النفسي ولذا لا بد من تسع نقاط على مستوى الفرد يدركها المعلم بذاته وهي كالآتي:

1/ تحديد مصادر الضغوط النفسية

2/ تعلم إدارة الوقت وكيفية استغلاله بكفاءة عالية وقدرة فائقة

3/ يجب على المعلم(خاصة الجديد) طلب المساعدة من زملائه دون حرج

4/ النظرة التفاؤلية للعمل ونتائجه

5/ يحتاج المعلم الى خطة وبرامج يسير من خلالها حتى لا يجد نفسه في دوامة العمل الذي لا ينقضي.

ويرتبط بالاحتراق النفسي عدد من المتغيرات التي يمكن ان تؤثر سلباً في زيادة الاحتراق أو إيجاباُ في التقليل منه خصوصا فيما يتعلق بمهنة معينة كما في مهنة التعليم . ومن هذه المتغيرات هي الاتجاهات النفسية ، ويمكن القول أن مفهوم الاتجاهات من ابرز المفاهيم وأكثرها تداول في علم النفس الاجتماعي المعاصر لا يخلو منها اي مرجع في مجال علم النفس وهنا سيتجدد منها ما يتعلق بالاتجاه نحو مهنة التعليم .

1-1-1-8-الاحتراق النفسي للأستاذ: .

تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها الاستاذ إلى استنزاف جسمي وانفعالي، وأهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان الابتكارين. ويؤدي افتقاد المعلم إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة احتمال وقوع المعلم فريسة للاحتراق النفسي وتعدد مصادر الضغوط المسببة للاحتراق النفسي للمعلم بين سلوك التلاميذ، وعلاقة المعلم بالموجه، وعلاقته العلمية بزملائه، والصراعات المدرسية، وعلاقة المعلم بالإدارة، والأعباء الإدارية، وضيق الوقت، وغياب التفاهم بين المعلم والإدارة، والمعلم وأولياء الأمور.وتشير دراسة «شواب وايوانيكى» إلى أن صراع الدور أدى إلى الإجهاد النفسي وتبلد المشاعر، كما أن المعلمين من فئة العمر (20-39) كان لديهم إجهاد نفسي أكثر من المعلمين في عمر خمسين عاماً فأعلى، أظهر المعلمون الذكور اتجاهات سلبية نحو التلاميذ أشد من اتجاهات المعلمات.(رواني والكيلاني،1989ص81).

ويشعر المعلم بالعزلة، وغياب المساندة، والتجريد من السلطات، والنظرة المتشككة إلى ولائه وأدائه، والاستهتار بآرائه وخبراته عند إدخال تغييرات في العملية التعليمية، ويفتقد مؤازرة النقابات والتنظيمات المهنية كغيرها من نقابات المهن الأخرى، وتطارده الصورة المهزوزة التي يكرسها الإعلام الجماهيري عنه.ومن بين العوامل المسببة لإحباط المعلم واحتراقه النفسي تدخل الآباء في عمل المعلمين. فكثير من الآباء يجادلون المعلمين في عملهم، ويخطئونهم في أساليب تعاملهم مع أبنائهم، ويتشككون في قدراتهم وكفاءتهم، مما يهز ثقة المعلم في نفسه، ويقلل من كون التعليم مهنة مغلقة ويحولونها إلى مهنة مكشوفة يتزاحم فيها غير المؤهلين سواء من الآباء أو من معلمي الضرورة غير المؤهلين.

كما يتصل بالظاهرة نفسها انخفاض المكانة الاجتماعية للمعلم، فيلاحظ تقرير «لجنة هولمز» الأمريكية أن الطلاب لم يعودوا يقبلون على دراسة التربية ليعملوا بالتدريس، ولم تعد تلك الدراسة تلقى إقبالاً يماثل الإقبال على الدراسات الأخرى التي تؤهل الطالب لممارسة مهن تتمتع بقدر أكبر من المكانة الاجتماعية، أضف إلى هذا أن التدريس مهنة لا يحظى ممارسوها بالتقدير المادي المناسب. (مجموعة هولمز، 1978،ص56).

1-2-مهنة التدريس

1-2-1 الاتجاه نحو مهنة التدريس.

يمكن النظر إلى الاتجاهات إلى أنها نوع من أنواع الدوافع المكتسبة أو على أنها نوع من أنواع الدوافع الاجتماعية المهيأة للسلوك . يعرف جابر عبد الحميد الاتجاه نحو مهنة التدريس على انه نوع من الاهتمام أو الدوافع حيث تحدد استجابة الفرد بطريقة انتقائية كما أنها تعكس القوة النسبية للشخصيات الموجهة للأشياء والأنشطة على اختلافها وتعددها في عالم الفرد السيكولوجي.

* حددت عنايات زكي (1974) الاتجاهات نحو مهنة التعليم بخمسة أبعاد هي :

1. النظرة الشخصية نحو المهنة .
2. النظرة نحو السمات الشخصية للمعلم .
3. مستقبل المهنة
4. نظرة المجتمع نحو المهنة .

* تعرف نهاد صبيح (1981) الاتجاه نحو مهنة التدريس حين يشعر الفرد ان مهنة التدريس ترفع من مستواه وتزوده بجوانب الثقافة العصرية ويشعر بالرضا أثناء عمله ولا ينفعل بشدة من تصرفات طلابه نحوه ، ولديه قناعه مما تحققه له المهنة من دخل ويبادر إلي تقويم ما يراه من مواقف سلبية يلتزم فيها من تطبيق القوانين والأنظمة التربوية والتعليمية ويعمل علي رفع مستوي طلابه في الاتجاهات المرغوب فيها ، ويشعر أن مهنته مقدسة والمجتمع يقدر جهوده ويحترم رسالته .(مجدي عبد الكريم حبيب ، 1990، ص 3)

* يعرف مورجان الاتجاه (ميل استجابة الفرد نحو أو ضد موضوع أو شخص او فكرة ... الخ

* البورت يعرفه (حالة استعداد عقلي عصبي نظمت عن طريق الخبرات الشخصية)

ومن التعريفات السابقة نستخلص أهم المؤثرات المرتبطة بمفهوم الاتجاهات :

1 – الاتجاه ميل أو استعداد قبلي

2 – الاتجاه مكتسب وليس فطري

3 – الاتجاه يحدد نمط ونوع الاستجابة من حيث التفضل او عدمه وكذلك مستوى درجة هذه الاستجابة

4 – الاتجاه تهيؤ عقلي عصبي منظم عن طريق الخبرة الخاصة

5 – الاتجاه سلوك مستقر ثابت نسبيا. (علاوي، 1978، ص65)

1-2-2أهمية الاتجاهات

تشكل الاتجاهات جزآ هاما من حياتنا من خلال دورها الكبير في عملية توحيد السلوك الاجتماعي للفرد في كثير من مواقف الحياة الاجتماعية وتساعد على التكيف الاجتماعي وذلك عن طريق قبول الفرد للاتجاهات التي تعتنقها الجماعة.(عيسوي ،1981 ، ص 215)

وتعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها وتساعد على تفسير ما يمر به الفرد من مواقف وخبرات وتمدنا في نفس الوقت بتنبؤات صادقة عن سلوكه في تلك المواقف المختلفة. (فهمي والقطان،1977 ، ص 174)

وتبرز أهميه الاتجاهات من خلال الوظائف التي تؤديها والتي ممكن تحديدها في النواحي التالية :

1_ تحدد الاتجاهات طريق السلوك وتفسره وتنظم العمليات الدفاعية الانفعالية والإدراكية المعرفية للفرد.

2-تساعد الاتجاهات على توضيح العلاقة بين الفرد وعالمه الاجتماعي وتقوم بعمليات توجيه الاستجابات الفرد وطرق تتسم بالثبات النسبي.(زهران ، 1979، ص 146).

3 _تساعد الاتجاهات الفرد في الإحساس والإدراك والتفكير بطريقه محدده تجاه موضوعات البيئة الخارجية .

4-تنعكس الاتجاهات في سلوك وأقوال وأفعال وفعالية الفرد وتساعد في إيجاد الاتساق والتوحيد وعدم التردد والقدرة على اتخاذ القرار في المواقف المختلفة. (زهران، 1979 ، ص 145).

5_ تقوم الاتجاهات بوظيفة تعبيريه عن القيم من هذه الوظيفة يستمد الفرد شعور بالارتياح والاكتفاء بالتعبير عن اتجاهات تناسب فكرته عن نفسه وعن القيم التي يؤمن بها شخصيا ويعتز بها. (راتب، 1977، ص 19)

وتتفرع من موضوع الاتجاهات الكثير من الموضوعات مثل التنشئة الإنشائية والرياضية وتكوين الشخصية والطابع القومي وبذلك تتحقق له ميادين واسعة في المجالات التطبيقية العملية مثل مجال التعليم ، التربية ،التدريب ،الصناعة ،الدعاية والإعلام والإدارة ، وتزداد أهمية دراسة الاتجاهات في الدول النامية التي تحاول أن تعوض ما فاتها من سنين التخلف ، والتي من المحتمل تعرضها للهزات التي تصاحب عمليات التغير الحضاري والاجتماعي ولعل اشد هذه الهزات عنفاً تلك التي تصيب الأيدولوجيات والقيم والاتجاهات.

ويشير علماء النفس أن للاتجاهات أهمية كبيرة ومؤثرة على سلوك الفرد كما أنها تعتبر من المؤثرات الهامة للاستدلال على كيفية وطبيعة سلوك الفرد في المواقف المستقبلة وأيضا توضح الطرق المختلفة التي يستجيب بها الفرد لما يحيط به ، لذا فان معرفتنا للاتجاهات تساعدنا في توضيح الأسباب التي تمكن وراء اختلاف إدراك آو شعور الفرد نحو مثير واحد. (لويس مليكه، 1965، ص166)

ويمكن استقراء نتيجة هامة وهي ان دراسة الاتجاهات تلعب دورا بارزا في فهم الشخصية. (زهران 1979-ص 146)

وترتبط معرفة الاتجاهات بعملية التخطيط للمستقبل سواء كان هذا التخطيط متعلقا بالمجتمع أو بالأنظمة الدراسية وغيرها، إذ من الضروري قبل ذلك أن يقوم الإداريون والقادة بإجراء دراسات حول الاتجاهات قبل ان يضعوا السياسات وذلك للتعرف على الاتجاهات الغالبة وللتنبؤ بما هو محتمل الحدوث في المستقبل.

(الشيخ وعبد الحميد، 1964، ص 506)

وتلعب الاتجاهات دورا هاما في تنظيم سلوك الأفراد على المدى البعيد إلا أن هناك قصورا في اتساق هذه الاتجاهات مع السلوك الفعلي اذ يمكن ملاحظة السلوك مباشرة بينما توجد صعوبة في ملاحظة الاتجاهات التي من المهم ملاحظتها باعتبارها استعدادات مسبقة ومختزنة في الوقت الذي يصل فيه سلوك الفرد للحد الذي يكون فيه تابعا بصورة ما لتلك الاستعدادات ، فإذا كان هناك اتساق ضعيف بين سلوك الفرد واتجاهاته فان ملاحظة الاتجاهات لا تفيد وإذا كان هناك اتساق قوي واضح لسلوك الفرد مع اتجاهاته فانه بالإمكان، التنبؤ بسلوكه في المواقف التي سيتعرض لها في التنبؤ بسلوكه في المواقف التي سيتعرض لها في مستقبله بطريقة أفضل من تنبؤ الفرد لسلوكه الذاتي (صفوت فرج،1980، ص 663)

وتعمل الاتجاهات على تسهيل استجابات الفرد في المواقف التي لديه اتجاهات خاصة نحوها وتساعد على تفسيرا يمر به الفرد من مواقف وخبرات وتمدنا في نفس الوقت بتنبؤات صادقة عن سلوكه في تلك المواقف بصورها المختلفة (مصطفى فهمي ، محمد علي القطان ، 1977، ص 174)

وتبرز أهمية الاتجاهات من خلال الوظائف التي تؤديها كما انها تحدد عن طريق السلوك وتنظم العمليات الدفاعية والانفعالية والإدراكية والمعرفية للفرد والتي ممكن تحديدها في النواحي التالية

1. تساعد الاتجاهات على توضيح العلاقة بين الفرد وعالمه الاجتماعي وتقوم بعمليات توجيه لاستجابات الفرد بطرق تتسم بالثبات النسبي (حامد زهران ،1979 ص 146)

2.تساعد الاتجاهات الفرد في الإحساس والإدراك والتفكير بطريقة محددة تجاه موضوعات البيئة الخارجية.

3.تنعكس الاتجاهات في سلوك وأقوال وأفعال وفاعلية الفرد وتساعد في إيجاد الاتساق والتوحيد وعدم التردد والقدرة على اتخاذ القرار في المواقف المختلفة

4-تقوم بوظيفة تعبيرية عن القيم ومن هذه الوظيفة يستمد الفرد شعورا بالارتياح والاكتفاء بالتعبير عن اتجاهات بالتعبير تناسب فكرته عن نفسه وعن القيم التي يؤمن بها شخصيا ويعتز بها. (الغرباوي، 2007،ص190).

1-2-3-مكونات الاتجاهات النفسية:

إن عملية تكون أو اكتساب الاتجاهات النفسية هي عملية ديناميكية، أو هي محصلة عمليات تفاعل معقدة بين الفرد وبين معالم بيئته الفيزيقية و الاجتماعية؛ بحيث يمكن عبر القنوات المتعددة لهذا التفاعل، امتصاص واكتساب الاتجاهات النفسية. ويمكن حصر مكونات الاتجاهات النفسية في :

1- المكون المعرفي؛ يتمثل المكون المعرفي في كل ما لدى الفرد من عمليات إدراكية ومعتقدات و أفكار تتعلق بموضوع الاتجاه، ويشمل ما لديه من حجج تقف وراء تقبله لموضوع الاتجاه.

2-المكون العاطفي(الانفعالي) يتجلى من خلال مشاعر الشخص و رغباته نحو الموضوع ،ومن إقباله عليه أو نفوره منه، و حبه أو كرهه له.

3-المكون السلوكي: يتضح في الاستجابة العملية نحو الاتجاه بطريقة ما، فالاتجاهات كموجهات سلوك للإنسان تدفعه إلى العمل على نحو سلبي عندما يمتلك اتجاهات سلبية لموضوعات أخرى.

(الغرباوي ،2007،ص55)

1-2-4-عوامل تكوين الاتجاهات النفسية: هناك عدة عوامل يشترط توافرها لتكوين الاتجاهات النفسية الاجتماعية نذكر منها:

***قبول نقدي للمعايير الاجتماعية عن طريق الإيحاء:** يعتبر الإيحاء من أكثر العوامل شيوعاً في تكوين الاتجاهات النفسية ذلك أنه كثيراً ما يقبل الفرد اتجاهاً ما دون أن يكون له أي اتصال مباشر بالأشياء أو الموضوعات المتصلة بهذا الاتجاه. فالاتجاه أو تكوين رأي مالا يكتسب بل تحدده المعايير الاجتماعية العامة التي يمتصها الأطفال عن آبائهم دون نقد أو تفكير فتصبح جزءاً نمطياً من تقاليدهم وحضارتهم يصعب عليهم التخلص منه ويلعب الإيحاء دوراً هاماً في تكوين هذا النوع من الاتجاهات فهو أحد الوسائل التي يكتسب بها المعايير السائدة في المجتمع دينية كانت أو اجتماعية أو خلقية أو جمالية فإذا كانت النزعة في بلد ما ديمقراطية فإن الأفراد فيه يعتنقون هذا المبدأ.

* **تعميم لخبرات** – الذي يكون الإنسان من خلاله اتجاهاته وآرائه هو «تعميمالخبرات" فالإنسان دائماً يستعين بخبراته الماضية ويعمل على ربطها بالحياة الحاضرة فالطفل(مثلاً)يدرب منذ صغره على الصدق وعدم الكذب أو عدم أخذ شيء ليس له،أو احترام الأكبر منه عمراً. الخ.والطفل ينفذ إرادة والديه في هذه النواحي دون أن يكون لديه فكرة عن أسباب ذلك ودون أن يعلم أنه إذا خالف ذلك يعتبر خائناً وغير آمن ولكنه عندما يصل إلى درجة من النضج يدرك الفرق بين الأعمال الأخرى التي يوصف فاعلها بالخيانة وحينما يتكون لديه هذا المبدأ(أي المعيار)يستطيع أن يعممه في حياته الخاصة والعامة.

***تمايز الخبرة:** إن اختلاف وحدة الخبرة وتمايزها عن غيرها يبرزها ويؤكدها عند التكرار لترتبط بالوحدات المشابهة فيكون الاتجاه النفسي ونعني بذلك أنه يجب أن تكون الخبرة التي يمارسها الفرد محددة الأبعاد واضحة في محتوى تصويره وإدراكه حتى يربطها بمثلها فيما سبق أو فيما سيجد من تفاعله مع عناصر بيئته الاجتماعية.

***حدة الخبرة:** لا شك أن الخبرة التي يصاحبها انفعال حاد تساعد على تكوين الاتجاه أكثر من الخبرة التي يصاحبها مثل هذا الانفعال فالانفعال الحاد يعمق الخبرة ويجعلها أعمق أثراً في نفس الفرد وأكثر ارتباطاً بنزوعه وسلوكه في المواقف الاجتماعية المرتبطة بمحتوى هذه الخبرة وبهذا تتكون العاطفة عند الفرد وتصبح ذات تأثير على أحكامه ومعاييره.(راجح ،1979 ص ،124– 125)

1–2–5–اتجاهات الاستاذ نحو مهنتهوظاهرة الاحتراق النفسي:

تتداخل ظاهرة الاحتراق النفسي للمعلم مع ظواهر أخرى متشابكة ومنها اتجاهات المعلم نحو المهنة، والرضا الوظيفي، وكفايات المعلم، والتفاعل الاجتماعي، والسلطة المدرسية، وربما يعد اتجاه المعلم نحو المهنة Educational attitudies هو المحدد الأساسي لمدى تحمله للمهنة وضغوطها النفسية والجسمية وبالتالي للاحتراق النفسي الذي يوجهه، وثمة اتفاق أن كلمة السر لنجاح المعلم في عمله هي اتجاهاته الإيجابية نحو مهنته، لأن هذه الاتجاهات هي القاعدة التي ينبني عليها معظم النشاطات التربوية .

كما أن الاتجاهات نحو مهنته التدريسية هي مفتاح التنبؤ بنموذج الجو الاجتماعي الذي سوف يؤكده المعلم في حجرة الدراسة ، وأن الاتجاهات الإيجابية هي ركيزة معظم النشاطات التربوية

ولاحظت إحدى الدراسات بخصوص التغير في اتجاهات المعلمين النفسية والتربوية وجود فروق بين مجموعات المعلمين في سنوات الخبرة في اتجاههم نحو مهنة التعليم ونحو الدراسات النفسية والتربوية، ويبدو أنه كلما زاد عدد سنوات الخبرة للمعلم فإنها «أي اتجاهات المعلمين» لا تهتم ببرامج النمو المهني والتدريب، بل يتركز الاهتمام نحو الوظائف الإدارية ويقل الأداء التدريسي. وتقول دراسة أخرى لجابر عبدالحميد إن سنوات الخبرة لا ترتبط بدرجات التصرف في المواقف التربوية.

وتشير دراسة ثالثة أجريت حول اتجاهات المعلم الأردني إلى أن اتجاهات طالبات كليات التربية أعلى من اتجاهات الطلاب نحو المهنة، واتجاهات طلاب الأقسام الأدبية أكثر إيجابية من اتجاهات طلاب الأقسام العلمية، كما توصلت إلى زيادة ارتباط المعلمين بمهنة التعليم كلما ازدادت سنوات الخبرة، كما لم نجد فروقاً تذكر بين الخبرة التدريسية للمعلمين واتجاهاتهم نحو المهنة بسبب فقدان المعلم الحرية والحماس لمهنة التعليم كلما زادت خبرته التدريسية، وذلك لعدم تحقيقه المكانة الاجتماعية والاقتصادية اللائقة التي تتمشى مع طبيعة المهنة، بالإضافة إلى

الإحباطات المتكررة التي قد يوجهها بشكل متكرر مع طلابه وزملائه ورؤسائه. (انمار والكيلاني،1989،ص76).

ومن أخطر ما توصلت إليه الدراسة أن الإعداد الأكاديمي بمفرده للمعلم ليس كافياً لتكوين اتجاهات إيجابية نحو مهنة التدريس وأنه لابد من توفر الخبرة العملية، ومن المهم المضي في رفع مستوى الإعداد بكليات التربية العربية، فمستوى الإعداد المرتفع ليس مسئولا فحسب عن تكوين اتجاه تربوي إيجابي للمعلم نحو مهنته بل يعينه من ناحية أخرى على تحمل ضغوط العمل والاحتراق النفسي في عمله.

1-3-أستاذ التربية البدنية والرياضية

1-3-1-السمات الأساسية للأستاذ المعاصر:

اشترطت التربية الحديثة شروطاً دقيقة جدا لنجاح العملية التعليمية وأدائها على أحسن وجه، وبما أن الأستاذ هو المسئول الأول والأخير على نجاح هذه العملية فهي تشترط فيه التحلي بالسمات التالية:

-الأستاذ يجب أن يستطيع إنجاز مهمات اجتماعية وتربوية، ويسهم في تطوير جانب التكيف فيها، وينظم العمليات التربوية باتجاهاتها الحديثة ويحسن استثمار التقنيات التربوية.

-يجب أن يتفهم بعمق مهماته اتجاه مجتمعه عن طريق المواقف التعليمية، وما ينشأ عن العلاقات المتبادلة بين الأستاذ والتلميذ، وهي علاقات يجب أن تتميز بالحوار والتفاعل والرعاية وتبادل الخبرة ،بحيث تتعدى نقل المعرفة من طرف لآخر لتؤدي إلى تنمية القدرات وممارسات قوى التعبير والتفكير وإطلاق قوى الإبداع وتهذيب الأخلاق وتطوير الشخصية بجملتها، بما يكفل المشاركة في تقدم المجتمع.

-عليه أن يمتلك من القدرات والمهارات والمعلومات ما يجعل منه باحثا تربويا يسهم في حل المشكلات التربوية عن دراية ووعي.

-عليه أن يتحلى بروح المبادرة والنزعة إلى التجريب والتجديد، وأن يكون واثقا بنفسه في تنظيم النشاط التربوي بحرية واختيار (B.Andrey, J.lement ,1971,P.16)

" إن الطابع الفعال للشخصية الإنسانية تحدده ظروف الحياة الاجتماعية، وإن هذه الشخصية نفسها لها القدرة على تغيير تلك الظروف، فالوعي الإنساني لا يعكس العالم الموضوعي فقط وإنما يبدعه أيضا."(جبرائيل بشارة،1986،ص.37).

فاعلية عمل الأستاذ تظهر من خلال حكمنا على تلك التغيرات التي تطرأ على خصائص نشاطه ومواصفات تأثيراته على ذلك الموضوع، وكما نعرف فإن موضوع عمل الأستاذ الأساسي هو (التلميذ)، ذلك الكائن الحي صاحب العالم الداخلي المتنوع والمعقد، والمتميز عن غيره من الكائنات الحية بديناميكية خارقة في أفعاله وحواسه، الأمر الذي يتطلب تنظيم النشاط التربوي على أساس مراعاة الخصائص المميزة لنمو شخصية التلميذ الذي هو موضوع التربية والتعليم، حيث أن طبيعة عمل الأستاذ مرتبطة بخاصية التأثير المتبادل بين الذات (الأستاذ) والموضوع (التلميذ) أثناء النشاط التعليمي، فالأستاذ في أيامنا هذه ليس ناقلا "بسيطا" للمعارف إنما هو منظم وقائد موجه (كب جوزيف وآخرون،1999،ص.36).

فهو القادر على تحليل الظواهر، وعلى رؤية أسباب النجاح والفشل، ولذا فهو لا يختار أساليبه وطرقه ووسائله أثناء التعليم ببساطة، وإنما يختار أحسنها، وهو يُشخِص ويُصمم نشاط تلاميذه المعرفي الدراسي، ويتوقع النتائج التي يمكن الحصول عليها.

ويمكن تلخيص موقف الأستاذ من تلاميذه في النقاط التالية:

- إعداد التلميذ لمستقبل حياته.
- تنمية قدراته واستعداداته ومهاراته إلى أقصى ما هو مهيأ لها.
- تهيئة المجال له للنمو والإنتاج.
- تفهم أغراض التربية والوصول إلى تحقيقها، بوضع المناهج والطرق الملائمة، حتى يعمل على تنمية شخصية تلاميذه تنمية كاملة.
- يساعد التلميذ على تنظيم المعلومات وتوسيع تجاربه وإدراك عالمه، ويوجهه توجيها يجعل منه قوة فعالة وعضو نافع في المجتمع.
- إعداد التلميذ للعيش في مجتمع أكثر تقدما ورقيا من المجتمع الحالي.

ونستنتج مما سبق أن التربية الحديثة قد غيرت تماما من عمل الأستاذ، حيث لم يعد النشاط كله من جانبه، بل أصبح موقف التلميذ إيجابيا، فالتلميذ في نظر التربية الحديثة ليس مادة عديمة الحياة، بل هو كائن حي، والحياة لا يمكن تعريفها إذا أهملنا قدرة الكائن الحي على تلبية دواعي بيئته، فالتلميذ لم يعد يُنظر إليه على أنه مستقبل سلبي ومخزن للمعلومات، بل هو كائن حي له ذاتيته ونشاطه وميوله ودوافعه الطبيعية، فهو يمثل مصدر النشاط والميول والدوافع، وهي التي تُعين ما يحتاجه من الخبرات والمهارات، ووظيفة الأستاذ هنا هي تهيئة الفرص المناسبة التي تسمح بالإفصاح عن نزعات التلميذ بأساليب تلاؤم بينه وبين البيئة، فيثير الأستاذ أمام تلاميذه المشاكل التي تتحدى تفكيرهم وتثير نشاطهم للتغلب عليها، وحلها بأنفسهم بالوسائل التي يريدونها مع الاستعانة بأستاذهم، والاسترشاد به فيما يعترضهم من صعوبات، على أن تثير هذه المشكلات في نفوس التلاميذ رغبة في الدراسة والتعلم وما شبه ذلك.

1-3-2 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية في المدرسة الحديثة :

و هنا نركز جيدا على كلمة مسؤوليات، فهذا إن دل على شيء إنما يدل على الواجبات التي تنتظر الأستاذ لأداء مهنته، وللقيام بعمله على أحسن وجه، ويمكن تقسيم مسؤوليات الأستاذ كما يلي :

1-3-2-1-مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه المادة التعليمية:

أستاذ التربية البدنية والرياضية اليوم يحظى بتجربة اكبر في تحديد المنهج و أنواع النشاط التعليمي لتلاميذه، فهم يشاركون كأفراد و جماعات لإعداد خطط العمل للسنة الدراسية، وذلك فيما يتعلق بالمادة التعليمية، هكذا نرى أن الأستاذ لم يصبح غائبا عن ساحة التعليم إن صح التعبير و إنما أتيحت له الفرصة لوضع الخطط التعليمية، والمناهج والطرق العملية انطلاقا من واقع التلميذ من داخل أو خارج الصف المدرسي، ومن واجب الأستاذ الإلمام الجيد بجميع ما يتعلق بالنشاط الرياضي المدرسي من مهارات رياضية، وطرق للتدريس، وأساليب حديثة في التعليم (محمد سعد زغلول،مصطفى السائح محمد،2001،ص:20).

1-3-2-2- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه الإرشاد و التوجيه:

التربية الحديثة تفرض على الأستاذ الدور الجديد الذي يتعدى نطاق المادة التعليمية، إلى حل مشاكل

التلاميذ، كمشاكل الصحبة، والمشاكل الاجتماعية، ومشاكل التوجيه التعليمي، واختيار المهنة، ونشاط أوقات الفراغ؛ و كل ذلك يتطلب منه أن يكون مُعداً إعداداً خاصاً لها, فالأستاذ المرشد والموجه الفعال يجب أن يكون دارساً للطفولة ومشاكلها، و لبرامج الإرشاد النفسي وأساليبه، ولاستعدادات الفرد و اهتماماته، وكل الجوانب الشخصية التي يُوكَّل له أمر توجيهها.

1-3-2-3- مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه الصحة النفسية:

بعد الثورة التي قامت ضد التربية و مبادئها، أصبح من المسلم به أن الحياة المدرسية ذات أهمية كبرى في صحة الطفل النفسية، واتزان شخصيته في حاضره ومستقبله، لذلك نجد أن كل البرامج الشاملة للمواد والطرق التعليمية في المدرسة الحديثة لها غرض واحد، هو تحقيق نمو الشخصية السليمة الصحيحة للتلاميذ؛ فمن المعتقدات السائدة اليوم هو أن احد أسباب الأمراض النفسية للشباب والكبار يرجع إلى أحداث غير سارة مرت بهم في حياتهم المدرسية (فكري حسن زيان،1971،ص.277).

1-2-2-4 مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه النشاط المدرسي (خارج القسم):

من المستحب في العملية التربوية أن يكون الأستاذ مشاركا في نوع من أنواع النشاط المدرسي، كرئاسة جمعية من جمعيات النشاط، أو رئاسة فصل، أي أن يكون رائدا له، وهذا النشاط كثيرا ما يكون خبرة سارة تتطلب جهدا ومهارة وتفكيرا تربويا سليما، وهذه التجربة والمبادرة الجميلة تسمح للتلاميذ من اكتشاف جوانب عديدة من حياة الأستاذ كان يخبأها أثناء القيام بالدروس، كما يمكن لهذا الأخير أن يكتشف جوانب عديدة من حياة تلاميذه.

1-2-2-5-مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه التقويم :

إن عملية تقويم عمل التلاميذ هي عملية دقيقة وهامة جدا، ولكي تسير بصفة صحيحة يجب أن يكون الأستاذ يفهم بوضوح تقدم تلاميذه، وللتقويم الجيد يجب استعمال الوسائل اللازمة لتسجيل نتائجها، وللقياس الصحيح لنمو التلاميذ يجب الاستعانة بأخصائيين في عمل الاختبارات وغيرها من أدوات القياس، وعلى عكس الأستاذ في التربية التقليدية، فان الأستاذ في المدرسة الحديثة قد أُعِد إعداداً سليما حيث تعّلم أن يُقّوم النمو في الاتجاهات والمثل والعادات والاهتمامات، كما انه قادرا على الكشف عن نواحي ضعف المتعلم وإعداده بالمواد والأساليب العلاجية.

1-2-2-6-مسؤوليات أستاذ التربية البدنية والرياضية اتجاه البحث العلمي:

تنحصر هذه النقطة في بذل الأستاذ لجهود مستمرة نحو تحسين عمله، فهو مطالب بالإبداع في العمل والبحث المستمر في أمور هؤلاء الذين يقوم بتعليمهم، ولا يبقى خاملا معتمدا دوما على معارفه السابقة، فيجب أن يهتم بكل ما هو جديد في ميدان التربية والتعليم وعلم النفس، وكل ما له علاقة بمجال عمله، محاولا دمج كل هذه المعارف مع ما اكتسبه من خبرة ميدانية، وهذا بدوره سينعكس إيجابا على كفاءته المهنية ويجعله أكثر قناعة بالعمل الذي يؤديه.

1-3-3-واجبات أستاذ التربية البدنية والرياضية:

***الواجبات العامة:** تشكل الواجبات العامة لأستاذ التربية البدنية و الرياضية جزءاً لا يتجزأ من مجموع واجباته المهنية في المؤسسة التي يعمل بها, و هي في نفس الوقت تعبر عن النشاطات و الفعاليات التي يبديها اتجاه المؤسسة في سياق العملية التعليمية المدرسية.

و لقد أبرزت دراسة أمريكية أن مديري المؤسسات يتوقعون من مدرس التربية البدنية و الرياضية الجديد ما يلي:

-لديه شخصية قوية تتسم بالحسم، الأخلاق و الاتزان.
-يعد إعداد مهنيا جيدا لتدريس مادة التربية البدنية و الرياضية.
-يتميز بخلفية عريضة من الثقافة العامة.
-يستوعب المعلومات المتصلة بنمو الأطفال و تطورهم كأساس لخبرات التعليم.
-لديه القابلية للنمو المهني الفعال و العمل الجاد المستمر لتحسين مستواه المهني.
-لديه الرغبة للعمل مع كل التلاميذ و ليس مع الرياضيين الموهوبين فقط.

1-3-4-الواجبات الخاصة:

إلى جانب الواجبات العامة توجد واجبات خاصة به, يتوقع أن يؤديها من خلال تحمله بعض المسؤوليات الخاصة بالمؤسسة، وهي متصلة بالتدريس اليومي في المدرسة، و هي في نفس الوقت تعتبر احد الجوانب المتكاملة لتقدير عمل المدرس بالمدرسة و منها:

-حضور اجتماعات هيئة التدريس، واجتماعات القسم و لقاءاته، تقييم التلاميذ وفقا للخطة الموضوعة.
-إدارة برامج التلاميذ أصحاب المشكلات الوظيفية والنفسية (الفروقات الفردية) .
-تنمية واسعة للمهارات الحركية و القدرات البدنية لدى التلاميذ.
-تقرير قدرات الطلبة في مقرراتهم الدراسية.
-السهر على سلامة التلاميذ و رعايتهم بدنيا و عقليا و صحيا.
-الإشراف على التلاميذ عند تكليفهم بأي مسؤولية (أمين أنور الخولي،1998،ص.154).

1-3-5- الخصائص الواجب توفرها في أستاذ التربية البدنية والرياضية:

يعتبر أستاذ التربية البدنية والرياضية الوسيط بين المجتمع والتلميذ، و نموذجاً يتأثر به التلاميذ، بحيث يقوم بتمكينهم من الحصول على معارف جديدة، كما يعمل للكشف على مهاراتهم الحركية و قدراتهم العقلية ثم توجيههم الوجهة الصحيحة, ولكي يقوم أستاذ التربية البدنية والرياضية بوظيفته بصفة جيدة وجب أن يتصف بمجموعة من الخصائص و الصفات في عدة جوانب باعتباره معلما و مربيا و أستاذا.

1.5. الخصائص الشخصية:

لمهنة التعليم دستور أخلاقي لابد أن يلتزم به جميع الأساتذةويطبقون قيمه ومبادئه على جميع أنواع سلوكهم، وبهذا الصدد قام مكتب البحوث التربوية في نيويورك بإلقاء الضوء على بعض مستلزمات شخصية الأستاذ وذلك لمساعدة هذا الأخير على معرفة نفسه بصفة جيدة، وقد تمحورتهذه الدراسة حول العناصر التالية: الهيئة الخارجية للأستاذ (هل هو نشيط، خامل، منبسط...) علاقته مع التلاميذ، مع الزملاء، مع رؤسائه، مع أولياء أمور التلاميذ (تركي رابح، 1990، ص.426).

فمهنة التدريس تحتاج إلى صفات خاصة حتى يصير هدف التعليم سهل التحقيق، ويمكن إيجاز هذه الصفات فيما يلي:

- ✓ العطف واللين مع التلاميذ: فلا يحبذ أن يكون قاسيا مع التلاميذ فيعزلهم عليه، ويفقدهم الرغبة في اللجوء إليه والاستفادة منه، ولا يكون عطوفا لدرجة الضعف فيفقد احترامهم له ومحافظتهم على النظام.
- ✓ الصبر والتحمل: إن الأستاذ الجيد هو الذي ينظر إلى الحياة بمنظار التفاؤل فيقبل على عمله بنشاط ورغبة، فالتلاميذ كونهم غير مسئولين هم بحاجة إلى السياسة والمعالجة، ولا يجدي فهم الأستاذ سيكولوجية التلميذ إلا إذا كان صبورا في معاملتهم, قوي الأمل في نجاحه في مهنته.
- ✓ الحزم والمرونة: فلا يجب أن يكون ضيق الخلق، قليل التصرف، سريع الغضب، يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ واحترامهم له، لذلك يجب ألاّ يوجّه إلى مهنة التدريس من كان ذا مزاج قلق غير مستقر.
- ✓ أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه وزملائه.

2.5. الخصائص الجسمية:

لا يستطيع الأستاذ القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه خصائص جسمية هي:

-تمتعه بلياقة بدنية كافية تمكنه القيام بأي حركة أثناء عمله.

-القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته المحترمة التي لها اثر اجتماعي كبير.

-أن يكون دائم النشاط، فالأستاذ الكسول يهمل عمله ولا يجد من الحيوية ما يحركه للقيام بواجبه. (صالح عبد العزيز،عبد العزيز عبد المجيد،1984،ص.20).

-يجب ان يتمتع بالاتزان و التحكم العام في عواطفه و نظرته للآخرين, فالصحة النفسية والجسدية والحيوية تمثل شروطا هامة في إنتاج تدريس ناجح ومفيد, كالصوت الجلي و المسموع والمتغير النبرة حسب متطلبات الموقف التعليمي وطبيعته، حيث إن وسيلة الاتصال العام في التعليم المدرسي هي الكلمة المسموعة، فإذا كان صوت الأستاذ غير واضح أو خافت يؤول هنا بالعملية التعليمية التربوية إلى فشل أو تدني في النوعية. (محمد زيدان حمدان،1985،ص.18).

3.5. الخصائص العقلية و العلمية:

على الأستاذ أن يكون ذا قدرات عقلية لا يستهان بها، وأن يكون على استعداد للقيام بالأعمال العقلية بكفاءة

وتركيز، لأنه يحتاج دائما إلى تحليل سلوك التلاميذ، وتحليل الكثير من المواقف التي تنطوي على مشكلاتهم التربوية.

بعد كل هذه العناصر التي سبق ذكرها يمكننا و بسهولة تلخيص أهم العناصر التي يمكن للأستاذ أن يتميز بها حتى يصبح ناجحا في مهنته وأهمها ما يلي:

-على الأستاذ أن يكون ذا شخصية قوية تمكنه من الفوز بقلوب التلاميذ و احترامهم.

-أن يطبق المبادئ التربوية الحديثة في عمله مثل التعاون, الحرية، العمل برغبة، و الجمع بين الناحيتين العلمية والعملية في عملية التعليم.

-أن يكون قوي السمع و البصر خاليا من العاهات الجسدية.

-أن يكون رحب الصدر قادرا على التحكم بأعصابه و ضبط شعوره.

-أن يكون جديرا بان يكون المثل الأعلى في تصرفاته و مبادئه أمام التلاميذ.

-المثابرة دوما للتجديد في العمل نحو الأفضل و الأنجع.

-أن يكون قادرا على التحصيل السريع و مصدر للتجديد, فعلى دعم المعرفة والتفكير العلمي يستمد المعلم سلطته. (محمد السباعي،1985،ص.38).

1-3-6 الأستاذ و تأثيراته في التدريس: عندما يتحدث المرء عن التدريس فانه يذهب مباشرة إلى مصطلح إنساني نطلق عليه عادة المدرس أو الأستاذ صانع التدريس وأداته الفنية التنفيذية، حيث يصعب في معظم الأحوال عمليا ومنطقيا فصل المصطلحين عن بعضهما البعض أو فهم أحدهما دون الرجوع للأخر والتعرف عليه ومن هذه المؤثرات التي تعمل على التأثير على سلوك الأستاذ في عمله ما يلي:

1.6. مؤثرات الخلفية الاجتماعية: إن للحياة الاجتماعية وما تتصف به من خصائص ونظم ثقافية، إدارية، سياسية، اقتصادية، ومعاملات، وما تمليه على الأستاذ من قيم وممارسات وأساليب تفاعل مع الآخرين عموما ومع التلاميذ خاصة لها الأثر البالغ في البنية الاجتماعية لأستاذ التربية البدنية والرياضية، كما يجب أن لا نهمل جانب الحياة الأسرية الخاصة من حيث مستواها الاقتصادي المعيشي، ووظيفتها الاجتماعية، ومدى تقييمها للعلم والأساتذة، ثم مدى استقرار حياتها اليومية.

2.6. مؤثرات الخلفية الشخصية والوظيفية: وتشمل العمر والجنس، القيم والأخلاقيات الخاصة، الصحة العامة، وكذا نوع الخبرات الشخصية السابقة، نوع التأهيل الوظيفي والذكاءالعام والخاص؛ كما تشمل الصفات النفسية مثل الاعتماد على الذات، المرونة، الوقار، الاتزان، التعاون، الموضوعية الالتزام الخلقي، المرح العام والحيوية والنشاط، والاستقرار النفسي. (محمد حمدان زياد،1986،ص.54).

1-3-7- حقوق الأستاذ وتأثيرها على كفاءته المهنية: بعد كل الواجبات التي سبق ذكرها عن الأستاذ، وكل ما يجب أن يكرس له نفسه جسميا، وروحيا لأداء مهنته على أحسن وجه، فان ذلك يستوجب الاهتمام الكامل بالأستاذ بإعطائه كل الحقوق المؤسسة، ومن هذه الحقوق نذكر :

-يجب أن يتمتع الأستاذ في مهنة التعليم بالحرية الأكاديمية في القيام بالواجبات المهنية.

-يجب أن يشارك الأساتذة في تطوير برامج وكتب ومناهج تعليمية جديدة.

-لا يجب أن تنقص هيئات التفتيش من حرية الأساتذة أو مبادراتهم أو مسؤولياتهم.

-من بين العوامل التي تؤثر في مكانة الأساتذة، يجب تعليق أهمية خاصة على الراتب ولاسيما أن عوامل أخرى في الظروف العالمية الراهنة كالمكانة أو الاعتبار الذي يعطى لهم حسب مستوى تقدير وظيفتهم، أي يعتمدإلى حد كبير على المركز الاقتصادي الذي يوضعون فيه (جوزيف بلاط وآخرون،1986،ص.388).

-ينبغي لرواتب الأساتذة أن تعكس أهمية الوظيفة التعليمية للمجتمع، ومن ثم أهمية الأستاذ, كما يجب للراتب أن يماثل بشكل جيد الرواتب التي تدفع لمهن أخرى تتطلب مؤهلات مماثلة.

-تزويد الأساتذة بالوسائل التي تضمن مستوى معقول من المعيشة لأنفسهم ولأسرهم.

-يجب أن تحمي إجراءات الضمان الاجتماعي الأساتذة في جميع الظروف الطارئة التي يشتمل عليها ميثاق الضمان الاجتماعي لمنظمة العمل الدولية (1952) (جوزيف بلاط وآخرون،1986،ص.88).

أي الرعاية الطبية وإعانة المرضى، وإعانة الضرر أثناء الوظيفة، وإعانة الأسرة والأمومة والأكفاء بسبب المرض أو العجز وإعانة الورثة.

خلاصة:

والخلاصة أن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لأسباب تتعلق ببيئة العمل، وأخرى تتعلق بشخصية الفرد، وبالتالي فإن دراسة شخصية المعلم في علاقتها بالاحتراق النفسي من الأمورالحيوية في هذا المجال، وما يترتب على ذلك من أساليب ينتقيها الفرد للتصد يلضغوط بيئة العمل، فإذا اتسمت شخصية المعلم بسمات سوية، واستخدمت أساليبمواجهة فعّالة تساعده على حل المشكلات والتخلص كلية من أسباب الضغوط، فيترتب على ذلك تفادى الإصابة بالاحتراق النفسي؛ أما إذا حدث عكس ذلك بحيثتكون سمات الفرد الشخصية تجعله أكثر قابلية للاستثارة للضغوط الخارجية،وعدم القدرة على اختيار أساليب المواجهة المناسبة والملاءمة للمواقفالضاغطة، يترتب على ذلك أن يكون الفرد ضحية للكثير من المشكلات النفسيةالناتجة عن عدم القدرة على التوافق، والتي من بينها الاحتراق النفسي،وهوما سيتم تناوله في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني :

الدراسات السابقة

تمهيد:

العلم في جوهره مسألة تعاونية ويقصد بذلك أن كل عالم ينبغي أن يتعاون مع الآخرين من أجل كشف الواقع، وإذا كان العالم متأكد من شيء ما، فهو متأكد من أن عمله يتضمن خطأ ما، يقوم بتصحيحه عالم آخر في وقت ما، والعلماء ينظرون إلى بعضهم كعمال متعاونين ونادرا ما يعتبرون أنفسهم متنافسين، فإذا قبلنا هذه العبارة على ماهي عليه، فإن بحثنا ينبغي أن يتضمن دراسة البحوث الأخرى التي تمت في هذا المضمار، لماذا؟. لأن البحث العلمي لا يبدأ من الصفر، فهو حلقة متسلسلة سبقته حلقات وتلحقه حلقات، إنه مساهمة تضاف إلى المساهمات العلمية الأخرى، في ضوء هذه الأفكار بدا لنا مفيدا أن نخصص فصلا للدراسات المرتبطة بالموضوع قيد البحث، من أجل إثراء الدراسة من جهة واستعمالها في الحكم والمقارنة سواء بالإثبات أو النفي من جهة أخرى.فالدراسات السابقة مصدر اهتمام لكل باحث مهما كان تخصصه فكل بحث هو عبارة عن تكملة لبحوث أخرى وتمهيدا لبحوث قادمة لذلك يجب القيام أولا بتصفح أهم ما جاء في الكتب ومختلف المصادر والإطلاع على الدراسات السابقة، فهي تفيد في نواحي النقص والفجوات وتفيد الباحث في تحديد أبعاد المشكلة التي يبحث فيها.

2-الدراسات المرتبطة بالبحث:

1-دراسة نصر يوسف مقابله (1995) م بعنوان"أثر مركز الضبط وبعض المتغيرات الديموجرافية على الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين."

هدفت الدراسة إلى تعرفالعلاقة بين وجهة الضبط،والاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المرحلةالثانوية،وكذلك تعرف الفرق بين المعلمين،والمعلمات في الاحتراق النفسي.

تكونت عينة الدراسة من (309) معلم [(199) معلم،(110) معلمة]؛ تم اختيارهم من (24) مدرسة ثانويةبالأردن و استخدمت الدراسة :

مقياس وجهة الضبط لروترترجمة :برهوموسى(1979)مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

ترجمة وإعداد:نصريوسفوآخرون (1991)

أشارت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين ذوىوجهة الضبط الخارجية أكثر إحساسًا بالإجهاد الانفعالى ،وتبلدالمشاعر، ونقص الإنجاز الشخصي؛ على العكس من ذوى وجهةالضبط الداخلية؛ أى: إن المعلمين ذوى وجهة الضبط الخارجية أكثراحتراقًا عنذوى وجهة الضبط الداخلية وعن الفروق بين الجنسينفى الاحتراق النفسي،فأشارتالنتائجإلى أن المعلمات أكثر معاناةمن الاحتراق النفسي عن المعلمي ن .

2-دراسة عصام هاشم أحمد(2001)مبعنوان " دراسة مقارنة بين المحترقين نفسيًا،وغيرالمحترقين في بعض خصائص الشخصية،ووجهة الضبط"

هدفت الدراسة إلى المقارنةبين المحترقين نفسيًا،وغير المحترقين في وجهة الضبط،و بعضخصائص الشخصية] والتي شملت: الذهانية، والعصابية،والانبساطية،والكذب[،و تحديد مدى قدرة خصائص الشخصية ووجهة الضبطعلى التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي.

تكونت عينة الدراسة من (210) مبحوث من دولة الكويت من أصحاب المهن الخدمية،بواقع(106) ذكور، (104) إناث؛تم تقسيمهم إلى مجموعتين:

المجموعة الأولى:محترقين نفسيا : [(37) ذكر، (32)أنثى] (69) مبحوثًا

المجموعة الثانية:غير المحترقين نفسيا :[(30) ذكر، (23)أنثى (53) [مبحوثًا استخدمت الدراسة :

*مقياس الاحتراق النفسيإعداد:عصام هاشم أحمد(2001)

(اشتمل على المقاييس الفرعية الآتية :فقدان الدافعية للعمل،والإحباطفي مجال العمل،والقلق، والتعبوالإجهاد) *

مقياس أيزنك للشخصية (الكبار) (1952) EPQ ترجمة وإعداد : أحمد محمدعبد الخالق

*مقياس روتر لوجهة الضبطترجمة : علاء الدين كفافى(1982)م

أشارت نتائج الدراسةإلى : وجود فروق دالة بين المحترقين نفسيًا وغير المحترقين في بعدالذهانية، والعصابية لصالح المحترقين نفسيًا (بمعنى أن : المحترقين نفسيًا،حصلوا على درجات أعلى عن غيرالمحترقين نفسياًعلى بعدى العصابية والذهانية(،كما كان المحترقون نفسيًاذا وجهة ضبط خارجية بعكس غير المحترقين،حيثكانوا ذا ضبط داخلي.

أما سمتي الانبساطيةوالكذب،فأشارت الدراسة إلى عدم وجود فرق دال بينالمحترقين وغير المحترقين نفسياً . وعن علاقة العصابيةبالاحتراق النفسي،أشارت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال عندمستوى0,01 بين العصابية وفقدان الدافعية في مجال العمل؛وعدم وجود ارتباطدال بين العصابية وكل من : الإحباط في مجال العمل،والإجهاد النفسي؛ أما بعد الانبساطية فلم يرتبط بالاحتراق النفسي .

كما كانتكلُ منالعصابية والذهانية عوامل منبئة بالاحتراق النفسي لدى الذكور،وأن كلاً من العصابية ووجهة الضبط مؤشرات لحدوث الاحتراق النفسيلدى الإناث .

3-دراسة الرشدان 1995 حول الاحتراق النفسي لهيئة التدريس

في عام 1995 أجرى الرشدان دراسة حول الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية ومعرفة اثر بعض المتغيرات في مستوى الاحتراق النفسي وتكونت عينة الدراسة من (463) عضو هيئة تدريس من ثلاث جامعات أردنية وتم جمع بيانات الدراسة باستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي . كشفت الدراسة عن وجود مستوى متوسط من الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الثلاث وبينت النتائج ان هناك فروق دالة إحصائيا في درجات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجامعة حيث تبين ان أعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة هم الأكثر احتراقا يليهم أعضاء هيئة التدريس في الجامعة الأردنية واقلهم احتراقا أعضاء هيئة التدريس في جامعة اليرموك.

كما كشفت الدراسة عن وجود فروق داله تعزى لمتغيري الكلية والرتبة الأكاديمية، حيث تبين أعلى درجات الاحتراق كانت بين أعضاء هيئة التدريس في رتبة أستاذ مساعد واقلها بين هن هم في رتبة أستاذ. وان أعلى مستوى للاحتراق النفسي كانت بين العاملين في كليات التربية فالآداب واقلها بين العاملين في كليات التربية.

4-دراسة عسكر وآخرون 1986عن المتغيرات الجنسية والخبرة لمعلمي الكويت

أجرى عسكر وآخرون (1986) دراسة عن مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي، على عينه قوامها 1183 معلما ومعلمه، وممثله لمتغيرات الجنسي والجنسية والخبرة التدريسية ، وقد طبق عليها استبانة تناولت مصادر الضغوط في مهنة التدريس (سلوك التلاميذ- علاقات المعلمين ببعضهم البعض- وعلاقة المعلم بالموجه الفني وبالا داره والصراعات الذاتية والأعراض النفسية للضغوط).

وقد أسفرت الدراسة عن أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية بين المعلمين الكويتيين، وخاصة ذوي الخبرة التدريسية من (9-5) سنوات. وان تعرض المعلمين الذكور أكثر من تعرض المعلمات الإناث لظاهرة الاحتراق النفسي، كذلك أظهرت النتائج ان تعرض المعلمين (ذكور- إناث) الكويتيين لظاهرة الاحتراق النفسي اكبر من تعرض المعلمين غير الكويتيين.

5-دراسة مقابلة وسلامة 1990 عن الاحتراق والاستنفاذ النفسي بين المعلمين الأردنيين

دراسة مقابله وسلامة (1990) فقد هدفت إلى الكشف عن ظاهرة الاستنفاذ النفسي بين المعلمين الأردنيين في ضوء متغيرات الجنس وعدد سنوات الخبرة والمؤهل العلمي والمرحلة التعليمية والموضوع الدراسي (مادة التدريس). فقد تكونت العينة من (424) معلما ومعلمه. وأوضحت نتائج الدراسة ان درجات الاستنفاذ النفسي لدى

المعلمات أعلى منها لدى المعلمين على بعد شدة الشعور بنقص الانجاز، ولم توجد فروق ذات دلالة بين مادة التدريس والمؤهل العلمي وظاهرة الاستنفاذ النفسي. ولكن وجدت اختلافات ذات دلاله بين مستويات المرحلة التعليمية على بعد تكرار الإجهاد الانفعالي وشدته، إذ تبين أن معلمي المرحلة الثانوية يعانون من الإجهاد الانفعالي بدرجة أعلى من الباقي. كما ظهرت فروق داله بين درجات الاحتراق النفسي إلى المعلمين في مستويات الخبرة التعليمية.

6-دراسة عزيزة محمود سالم (1977) وأثر بعض المتغيرات والعوامل على الاتجاهات

من أهم أهداف هذه الدراسة التعرف على اتجاهات تلميذات المدارس الثانوية نحو الأنشطة الرياضية كذلك التعرف على الاتجاهات النفسية نحو مواقف بعض القوى الخارجية من النشاط الرياضي وأثر بعض المتغيرات والعوامل على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وقد استخدمت الباحثة مقياسين لتحقيق أغراض هذه الدراسة الأول مقياس كينون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي والثاني مقياس التمايز السيمانتى وهو من تصميم الباحثة وقامت بتطبيق المقياسين على عينة قوامها 460 تلميذة من تلميذات الصف الثاني الثانوي في محافظة الجيزة وقد توصلت الباحثة إلى نتائج متعددة أهمها ما يلي :

- وجود اتجاهات إيجابية لدى أفراد العينة نحو النشاط الرياضي كخبرة جمالية وللصحة واللياقة ولخفض التوتر وكخبرة اجتماعية بدرجة اكبر من الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وكخبرة توتر ومخاطرة
- عدم وجود ارتباط بين الاتجاهات نحو النشاط الرياضي ومتغيرات مشاهدة وسماع البرامج الرياضية في الإذاعة والتليفزيون والملاعب وكذلك قراءة الموضوعات الرياضية في الصحف والمجلات في حين أظهرت النتائج أن الممارسة الرياضية الايجابية (المنتظمة) من العوامل المؤثرة على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي .(عزيزة محمود سالم -1977)

7- دراسة صديقة على أحمد يوسف 1980:التعرف على اتجاهات الطلبة

الهدف من هذه الدراسة التعرف على اتجاهات طلبة وطالبات ومسؤولي جامعة عين شمس نحو النشاط الرياضي وقد استخدمت الباحثة مقياس من تصميمها وقامت بتطبيقه على عينة قوامها 600 طالب وطالبة من طلاب جامعة عين شمس وكذلك على عينة من المسئولين عن النشاط الرياضي في الجامعة وقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

- وجود فرق معنوي دال بين الطلبة والطالبات في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح الطلبة .
- وجود اتجاهات إيجابية لدى المسئولين نحو النشاط الرياضي بدرجة تزيد عن طلاب الجامعة .
- وجود اتجاهات أكثر إيجابية نحو النشاط الرياضي لدى طلاب السنوات الأولى من طلاب السنوات النهائية .

8- دراسة أسامة كامل راتب 1982:تناولت اتجاهات الطلبة نحو الرياضة

اشتملت هذه الدراسة على عدة أهداف أهمها دراسة اتجاهات تلاميذ المرحلة الثانوية نحو النشاط الرياضي وقد استخدم الباحث مقياس كينون لاتجاهات نحو النشاط الرياضي وقام بتطبيقه على عينة قوامها 666 تلميذا من تلاميذ المرحلة الثانوية في محافظة الجيزة وقد كان من أهم نتائج الدراسة ما يلي

- توجد اتجاهات ايجابية نحو النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية لدى تلاميذ الصف الأول بدرجة عن بقية أفراد العينة .
- تلاميذ الصفين الثاني والثالث أبدوا اتجاهات أكثر ايجابية نحو النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة تؤثر ومخاطرة ولخفض التوتر وللتفوق الرياضي .

لا توجد فروق دالة معنويا بين تلاميذ الصفوف الدراسية في بعد الخبرة الجمالية . (عزيزة محمود -1977)

4- دراسة عفت مختار عبد السلام 1982 مقارنه بين الطلاب في الاتجاه نحو الرياضه

كان من أهم أهداف هذه الدراسة التعرف على اتجاهات طلاب كل من الكليات العلمية والكليات النظرية نحو النشاط الرياضي والمقارنة بينهم وقد استخدم الباحث مقياسا من تصميمه لتحقيق أهداف البحث وطبقة على عينة قوامها (791) طالب وطالبة من الطلاب النظاميين بالصفيين الثاني والثالث بالكليات النظرية والعملية بجامعة القاهرة وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية :

- وجود فرق معنوي دال بين كل من طلاب الكليات العملية من الذكور والإناث في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح الذكور .
- عدم وجود فرق معنوي دال بين طلاب الكليات النظرية من الذكور والإناث في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي .
- عدم وجود فرق معنوي دال بين طالبات كل من الكليات العلمية والكليات النظرية في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي .
- وجود فرق معنوي دال بين طلاب الكليات العملية والكليات النظرية في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لصالح طلاب الكليات العلمية .
- وجود اتجاهات إيجابية نحو النشاط الرياضي لدى طلاب العينة بشكل عام بدرجة تزيد عن الطالبات في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي .

9-دراسة مارى ماكلوك 1977 التعرف علي العلاقة بين الاتجاهات وممارسة الرياضة لدي مرحلة الثانوية -

هدفت هذه الدراسة إلى التعريف على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الثانوية وكذلك التعرف على العلاقة بين الاتجاهات والممارسة الرياضة الايجابية (المنتظمة) وقد استخدمت الباحثة مقياس كينون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي وطبقه على 180 تلميذا وتلميذة من مدارس بلفاست الثانوية وقد توصلت الباحثة إلى النتائج التالية :

- وجود اتجاهات عالية لدى التلاميذ التلميذات نحو النشاط الرياضي للصحة واللياقة وكخبرة جمالية وكخبرة خفض التوتر (الترويح) .وجود علاقة بين الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وبين الممارسة الرياضية الايجابية (المنتظمة) .(1-maclook m Attitudes school puples towards participation in physical activity (من رسالة عزيزة سالم))

10-دراسة وليام فاندربلت خاصة بالنشاط الرياضي ومدي اختلافها لمتغيرات المستوي الاقتصادي

الهدف من هذه الدراسة التعرف على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي ومدى اختلافها طبقا لمتغيرات نوع النشاط والمستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة وكذلك حجم الكلية وقد استخدم الباحث مقياس كينون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي وطبقة على عينة قوامها 500 طالباً من الطلاب الرياضيين ببعض الكليات والمعاهد بولاية (أوتا) الأمريكية وقد كان من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث ما يلي : (أسامه كامل -1982)

- احتلت اتجاهات أفراد العينة نحو النشاط الرياضي للتفوق الرياضي المرتبة الأولى في حين احتلت الخبرة الجمالية المرتبة الأخيرة .
- أظهرت دراسة الرياضيون من طلبة الكليات والمعاهد الصغيرة اتجاهات أكثر إيجابية من طلبة الكليات والمعاهد الكبيرة نحو النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية .
- المستوى الاقتصادي الاجتماعي للأسرة لا يؤثر على الاتجاهات نحو النشاط الرياضي.
- لاعبو البيسبول والمصارعة لديهم اتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة للتفوق الرياضي بدرجة أكبر من لاعبي التنس .

11-دراسة دوتسن التعرف علي اتجاهات طلبة جامعة اوستن نحوالنشاط الرياضي

الهدف من هذه الدراسة هو التعرف على الاتجاهات طلبة جامعة ستيفن اوستن نحو النشاط الرياضي وقد استخدم الباحث مقياس كينون للاتجاهات نحو النشاط الرياضي وطبقة على عينة قوامها 1699 طالباً ومن أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

- احتلت الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة توتر ومخاطرة ولخفض التوتر مرتبة متقدمة لدى أفراد عينة البحث.
- احتلت الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية وللتفوق الرياضي وللصحة واللياقة المرتبة التالية بالنسبة لا فراد عينة البحث .
- الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة اجتماعية وللتفوق الرياضي وللصحة واللياقة المرتبة بالنسبة لأفراد عينة البحث .
- الاتجاهات نحو النشاط الرياضي كخبرة جمالية كانت أقل الاستجابات ايجابية بالنسبة لأفراد عينة البحث .

12-دراسة ميشيل بيرنكوت مقارنة الاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضي

كان الهدف من هذه الدراسة هو قياس ومقارنة الاتجاهات النفسية نحو النشاط الرياضي لدى الرياضيين من طلبة الجامعة وكذلك الرياضيين في كل من الألعاب التنافسية الجماعية والفردية وقد استخدم الباحث مقياس هاسكنز

هاتمان لاختبار الحركة والاختبار للمواقف الرياضية وطبقه على عينة قوامها 391 طالبا وطالبة في ستة جامعات بواقع 201 من الإناث 190 من الذكور ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث ما يلي :

- وجود فرق معنوي دال بين الطلاب والطالبات في مقياس الاتجاهات نحو النشاط الرياضي وقد كانت اتجاهات الطالبات تشير إلى النشاط الرياضي كخبرة جمالية .
- لا توجد فرق معنوي دال في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين الرياضيين وغير الرياضيين .
- لا يوجد فرق معنوي دال في الاتجاهات نحو النشاط الرياضي بين الرياضيين في كل من الألعاب التنافسية الفردية والجماعية من الجنسين .

3- التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة يمكن الإشارة إلى عدة نقاط منها :

* معظم الدراسات تناولت أحد متغيرات بحثنا سواء الاتجاهات نحو المهنة أو الاحتراق النفسي .

* الدراسات كانت متنوعة بين المجال التربوي أو بالتدقيق المجال النفسي التربوي .

* بعض الدراسات تناولت الضغوط النفسية المؤدية إلى الاحتراق النفسي لدى الاساتذة وكانت مختلف النتائج تجمع على التعب البدني والإنهاك العقلي والنفسي والخوف من الفشل ، ومحاولة إرضاء الآخرين فوق الجهد المطلوب ، وكذا ضعف التقدير المادي والمعنوي .

* بينت الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي لدى الاساتذة أن المهنة وخصائصها تؤثران على درجة الاحتراق النفسي ولأجل ذلك أردنا معرفة مستوى الاتجاهات الاحتراق النفسي لدى الاساتذة.

* استخدمت معظم هذه الدراسات السابقة المقاييس النفسية كأداة في جمع البيانات بالإضافة إلى الاستبيان والمقابلات الشخصية ، بالإضافة إلى المنهج الوصفي .

* معظم الدراسات السابقة اتفقت نتائجها على أهمية تنمية وتعزيز الاتجاهات نحو المهنة لمواجهة الاحتراق النفسي عندالاساتذة.

4-ماذا استفاد الباحث من الدراسات المرتبطة في بحثه:

-أخذ فكرة أولية عن طبيعة البحث و الطريق المنتهج.

-تم الاعتماد عليها كمرجع في اختيار عينة البحث و المنهج المتبع.

-تم الاعتماد عليها في تحديد المنهجية العلمية و إجراءات البحث الميدانية.

-تم الاعتماد عليها في تحديد و تقسيم متغيرات الدراسة.

-تم الاعتماد عليها في تقسيم فصول ومحاور وعناوين الجانب النظري.

-تم الاعتماد عليها في صياغة و تحديد المدخل التمهيدي للدراسة.

-تم الاعتماد عليها في كيفية تحليل ومناقشة النتائج.

خلاصة:

تشكل الدراسات السابقة والمشابهة أهمية كبرى لأي باحث، بل إن توفرها من عدمه أساس استمرار الباحث فيما اختار من مشكلة، وعلى ذلك فهي تزود الباحث بالنتائج التي توصلت لها الدراسات السابقة ومن ثم ينهي عليها الباحث دراسته وهو الهدف الأساس من الدراسات السابقة.

غير أنها تشكل أهمية بالنسبة للباحثين المستجدين (تحديدا) حيث توفر لهم كما من المعلومات النظرية الجاهزة، وليس هذا فحسب، بل إنها تساعدهم في تحديد المراجع والدراسات التي يمكن الاستفادة منها.

ومن خلال تحليل الدراسات السابقة والمرتبطة بموضوع الدراسة تبين للباحث أهمية هذه الدراسات من خلال محاولته تجنب الصعوبات التي وقع فيها الباحثون الآخرون، وإيجاد نقاط التشابه والاختلاف وقد أشار تجميع الدراسات في نتائجها إلى تحقيق أهدافها وفروضها لهذه الدراسات.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث:

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

تمهيد:

البحوث العلمية عموما تهدف إلى الكشف عن الحقائق، حيث تكمن قيمة هذه البحوث في التحكم في المنهجية المتبعة فيها، ومصطلح المنهجية يعني اتباع مجموعة المناهج والطرق التي تواجه الباحث في بحثه، وبالتالي فإن الوظيفة المنهجية هي جمع المعلومات، ثم العمل على تصنيفها وترتيبها وقياسها وتحليلها من أجل استخلاص نتائجها والوقوف على ثوابت الظاهرة المراد دراستها"

فيما يلي الفصل المتعلق بمنهج البحث و إجراءاته الميدانية، حيث تطرقنا فيه إلى منهج البحث وتصميمه والعينة ومجالاته من حيث الزمان والمكان، وتم فيه عرض أهم أدوات البحث المتبعة من أجل المساعدة فيحل مشكلته . تعتبر عملية جمع البيانات لأغراض التقويم والبحث العلمي من المراحل الهامة التي تحتاج إلى عناية خاصة من قبل الباحث، ويؤكد الباحثون على أهمية المنهجية في البحوث العلمية، ذلك أن قيمة البحث ونتائجه ترتبط ارتباطا وثيقا بالمنهج الذي يتبعه الباحث، وعلى الباحث أن يصمم بحثه ويحدد الأدوات التي سوف يستخدمها بطريقة واضحة حتى يتمكن من تطبيق أهداف بحثه ويحدد الأدوات التي سوف يستخدمها وكذا تحديد جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستخدمها في كل مرحلة من مراحل بحثه، كما تعتبر عينة البحث من الخطوات الرئيسية في جمع البيانات، كما تطرقنا إلى عدة طرق لإجراء هذا البحث.

وأهم الأسس العلمية المتبعة من أجل نجاح الاختبارات ثم أهم مواصفات هاته الاختبارات البدنية المطبقة على عينة البحث وأخيرا تم عرض مختلف الدراسات الإحصائية المتبعة لتحليل نتائج هذه الاختبارات كما سيساعدنا هذا الفصل في ضبط مختلف الطرق والوسائل المستعملة لمعالجة هذه النتائج معالجة علمية وتحويلها إلى معطيات تعمل على تفسير وتبرير افتراضات البحث، والتي تسعى إلى تحقيق الأهداف المرجوة من الدراسة، وكذلك إيجاد حلول لمشكلة البحث.

1-الدراسة الاستطلاعية :

إن البحوث الاستطلاعية في معناها العم انها البحوث جديدة التناول لم يتطرق اليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات او معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها
(ناصر ثابت،1984 ص 74).

ويشير ابراهيم ابو زيد ان هدف الدراسة الاستطلاعية في اي بحث تهدف الى التحفف من سلامة الاختبارات المستخدمة و التحقق من سلامة العينات وأسلوب اختيارها و تقدير الوقت اللازم والمناسب لتطبيق هذه الاختبارات عليها (د. فيصل ،1996، ص، 11).

فمن خلال دراستنا حول موضوع بظاهرة الاحتراق النفسي لدى الاساتذة وعلاقته بتوجه الاساتذة نجو مهمة التدريس توجهنا الى مديرية التربية لولاية البويرة وفتح قنوات الاتصال لدى الاساتذة من أجل الوقوف على ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الاساتذة .

ولأجل ذلك استخدمنا مقياسي الاختبار النفسي على عينة محددة من الاساتذة ولقد اتبعنا الخطوات الآتية:

– التنقل الى مقر مديرية التربية لولاية البويرة من أجل توضيح الغرض من الدراسة الاستطلاعية والنتائج المتوقعة في الدراسة وتحديد قنوات الاتصال مع الاساتذة .

– تحديد عينة الدراسة والمتمثلة في اساتذة التربية البدنية والرياضية للتعليم الثانوي.

– تسليم الاساتذة استمارة المقياس من أجل الاطلاع عليها جيدا والاجابة عليها بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون عبارات المقاييس .

ومما اتضح أيضا أن الإجابة على عبارات مقياس الاتجاه نحو المهنة كانت تستغرق في العموم والمتوسط(ساعة) وأما مقياس الاحتراق النفسي فكانت الإجابة على عباراته تستغرق في العموم (نصف ساعة) ومن خلال التطبيق واستلام المفحوصين الاستبانة طرحوا بعض الاستفسارات حول بعض العبارات في المقياسين مما جعل الباحث يأخذ عملية ضبط هذه العبارات بشكل أكثر وضوح في الصورة النهائية وذلك بدون تغيير في المعنى أو الاتجاه .

2-الدراسة الأساسية : وهي تتكون من ما يلي :

2-1-المنهج : يعرف المنهج بانه عبارة عن مجموعة من العمليات و الخطوات التي يتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه ' و بتالي فالمنهج ضروري للبحث إذ هو الذي ينير الطريق ويساعد الباحث في ضبط أبعاد ومساعي وأسئلة وفروض البحث (رشيد زرواطي ،2002 ،ص، 119).

ففي حقيقة الأمر ليس الباحث هو من يختار المنهج الذي يراه مناسبا للدراسة ' فمثلا في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار المنهج السليم والصحيح لكل مشكلة بحث بالأساس على طبيعة المشكلة ومن خلال كل هذه المعطيات ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها .

اي بمعنى معرفة العلاقة الارتباطية بين المتغيرات بات من الضروري استعمال المنهج الوصفي لأنه يتسم بالموضوعية ويعطي الحرية للمستجوبين في التطرق لأدائهم كما نراه مناسبا لدراستنا (عبد القادر ، محمودة السبع، 1990 ، ص 58).

وبما أن الدراسة التي بين أيدينا هي تقييم العلاقة بين ظاهرة الاحتراق النفسي للأساتذةوالاتجاه نحو المهنة فنحن بصدد وصف الواقع . وهذا من خلال جمع المعلومات المتعلقة به .

فالمنهج الوصفي يعتبر من اكثر المناهج استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية و النفسية و الاجتماعية و الرياضية ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ووصف الوضع الراهن وتفسيره . (إخلاص محمد ، مصطفى باهي ، 1990 ،ص 58).

فالمنهج الوصفي لا يتوقف على وصف الحالة فقط بل يتعدى ذلك ليصل الى تحليل واستنتاج النتائج اذ يرى محمد شفيق ان الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات و الحقائق بل تتجه الى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها و تحديدها بالصورة التي عليها كما وكيفا بهدف الوصول الى نتائج نهائية يمكن تعميمها (محمد شفيق ، 1998، ص 108).

3-المجتمع : ان القصد من مجتمع البحث في هذه النقطة هو كما عرفه الباحثون : مجموع محدود أو غير محدود من المفردات (عناصر الوحدات) ويعرفه الآخرون على انه جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث حيث يتمثل مجتمع بحثنا على جميع اساتذة التربية البدنية والرياضية على مستوى ولا ية البويرة للموسم الدراسي 2019/2018 والبالغ عددهم 127 استاذ واستاذة

4-العينة : هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى انه تأخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث.(أحمد بن مرسلي ،2005 ، ص ،166)

وهي النموذج الأول الذي يعتمد عليه الباحث لانجاز العمل الميداني و بالنسبة لعلم النفس وعلوم التربية البدنية و الرياضية .

ونظرا لطبيعة بحثنا وتطلعنا للموضوعية في النتائج تم اختيار بحثنا بشكل عشوائي والتي شملت 26 استاذ من أصل 127 استاذ أي بنسبة 20

ادوات الدراسة:

5-اختبار الاحتراق النفسي " مقياس ماسلاش الاحتراق النفسي ":

استخدم الباحث مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، الذي تم وضعه من قبل ماسلاش جاكسون (1971) (**Maslach & Jackson**) ليقيس الاحتراق النفسي لدي العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية وقام عدد من الباحثين بتعريب المقياس ليتلاءم مع البيئة العربية منهم (دواني وزملاؤه ، 1979 ومقابلة وسلامة 1990 م والوابلي، 1995) .

يتكون المقياس من (22) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، حيث يطلب من المفحوص الاستجابة لكل فقرة متدرجة بشكل سباعي (كل يوم ، مرات قليلة في الأسبوع ، مرة في الأسبوع ، مرات قليلة في الشهر ، مرة أو أقل في الشهر ، مرات قليلة في اللسنة ، لا أعاني مطلقًا) وقد تدرج من 0 إلى 6 ، ويتكون هذا المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسة للاحتراق النفسي هي :

1- الإجهاد الانفعالي :

ويقيس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة للعمل مع فئة معينة أو في مجال معين، وتقيس هذا البعد (تسع فقرات)

2 – تبلد المشاعر :

ويقيس مستوى الاهتمام أو اللامبالاة نتيجة للعمل مع فئة معينة أو مجال معين، وتقيس هذا البعد (خمس فقرات).

3 – نقص الشعور بالإنجاز :

ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة و الرضا في عمله، وتقيس هذا البعد (ثمان فقرات) .

أما توزيع فقرات المقياس على هذه الأبعاد الثلاثة فيمكن توضيحها من خلال الجدول التالي:

الجدول الرقم (01) : توزيع فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي

البعد	توزيع الفقرات	المجموع
الإجهاد الانفعالي	20-16-14-13-8-6-3-2-1	09 فقرات
تبلد المشاعر	22-15-11-10 – 5	05 فقرات
نقص الشعور بالانجاز	21-19-18-17-12-9-7-4	08 فقرات
المجموع		22 فقرة

-صدق المقياس :

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى جيد من الصدق، حيث ظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين الذين يعانون من احتراق نفسي متدن؛ وذلك من خلال دراسات مختلفة مثل (1971)،**(Iwanicki&Schwab)** **(1971,Maslsch&Jackson)** **(Kyriacou,1987,)(1985)** **(Gold)** وكذلك بالنسبة للدراسات العربية ، حيث قام العديد من الباحثين باستخراج دلالات جيدة من الصدق للنسخة العربية ، فقد قام دواني وزملائه المحكمين ، وأبو هلال وسلامة (1912) بعرض المقياس على المختصين للحكم عليه ، بالإضافة إلى ذلك قام الوابلي (1995) بالتحقق من صدق المقياس وعرضه على (10) من المحكمين ، للتأكد من صحة تعريبه ومناسبته لهدف الدراسة .

وبهدف التحقق من صدق المقياس لاستخدامه في الدراسة الحالية تم استخدام الصدق الظاهري (المنطقي) وذلك بعرض المقياس وتصحيح عباراته على (05) في التربية البدنية والرياضية بجامعة البويرة . وذلك بهدف التحقق من مناسبة المقياس لهدف الدراسة ، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات المعدلة ، ومدى انتمائها للأبعاد التي وضعت لقياسها وفي ضوء مقترحات وملاحظات المحكمين ، تم إجراء التعديلات اللازمة التي أجمع المحكمين عليها وتجدر الإشارة إلى أن المقياس الحالي لا يختلف في جوره عن المقياس الأصلي .

-ثبات المقياس :

تعد الأداة ثابتة إذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة (العبيدي وآخرون ،1990، ص 143:) ، إذ يعد أسلوب ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار (Testability – retestyli) أكثر الطرق استخداما في إيجاد معامل الثبات وأكثرها شيوعاً. (حسنين ، محمد صبحي ،1995، ص: 197)

أما ثبات المقياس المستعمل قامت ماسلاش وجاكسون (Mslach & Jackson 1971) بحساب معامل الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alfa) وذلك لحساب تكرار و شدة الأبعاد الثلاث للمقياس؛ حيث كانت على النحو التالي كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (02) يوضح دلالات ثبات المقياس الأصلي .

البعد	ثبات التكرار	ثبات الشدة
الإجهاد الانفعالي	0.90	0.87
تبلد المشاعر	0.79	0.76
نقص الشعور بالإنجاز	0.71	0.73

و قام دواني وآخرون (1989) باستخراج معاملات الاتساق الداخلي لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل ، حيث بلغت القيمة للإجهاد الانفعالي(0.80) وتبلد المشاعر (0.60) ، ونقص الشعور بالانجاز (0.76) ، في حين بلغت نسبة ثبات المقياس ككل (0.85) وباستخدام نفس الطريقة قام أبو هلال وسلامة (1992) باستخراج معاملات الثبات لأبعاد المقياس حيث كانت (0.84) لبعد الإجهاد الانفعالي ، و (0.76) لتبلد المشاعر و(.71) لبعد نقص الشعور بالانجاز .(نوال الزهراني ، 2008، ص 109)

وبهدف التأكد من ثبات المقياس في الدراسة الحالية قام الباحث باستعمال طريقة إعادة التطبيق Test & Retest وبفارق زمني قدره أسبوعان و قد بلغت معاملات الارتباط بين التطبيق الأول و الثاني لأبعاد المقياس على النحو التالي كما يوضحها الجدول رقم

الجدول رقم (03) معامل الارتباط لأبعادالمقياس .

البعد	معامل الارتباط
الإجهاد الانفعالي	0.81
تبلد الشعور	0.78
نقص الشعور بالإنجاز	0.90

ومن خلال الجدول نستطيع أن نلاحظ أن قيم معاملات الارتباط عالية وهذا يعنى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات .

كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخراج معاملات الاتساق الداخلي بمعادلة كرونباخ ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس على حده ، بالإضافة إلى الثبات الكلي للمقياس ككل

الجدول رقم (04) يبين قيم الاتساق الداخلي لمقياس ماسلاش :

البعد	الثبات
الإجهاد الانفعالي	0.90
تبلد الشعور	0.78

نقص الشعور بالإنجاز	0.73
المجموع الكلي	0.70

فمن خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات للمقياس تراوحت ما بين (0.73 و 0.90) وأن ثبات المقياس الكلي كان (0.70) وهي معاملات مرتفعة تشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

-مقياس الاتجاهات النفسية نحو مهنة التعليم :

تطبيقاً لأهداف البحث الحالي والمتضمنة معرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي واتجاه الاستاذ نحو مهنته استخدم الباحث مقياس من إعداد لميعه محسن محمد الشيوخ 2011 مقياس يقيس اتجاه اساتذة المرحلة الثانوية في نحو مهنة التعليم وبناء على. وبناء على هذا جمعت الباحثة (47) فقرة لتمثل الصيغة الأولية لمقياس الاتجاه نحو مهنة التعليم .

تصحيح المقياس :

بعد إن تم إعداد الفقرات وصياغتها بطريقة لغوية مفهومة وبعيدة عن إسلوب نفي النفي لإن ذلك يربك المستجيب وضع أمام كل فقرة مقياس ثلاثي البدائل حيث كانت البدائل كالاتي:

موافق – لا اعلم – غير موافق

وقد أعطيت البدائل الأوزان الآتية (3، 2، 1) على التوالي . وبناء على هذا فإن أعلى درجة للأجابة هي (135) وهي تمثل أقصى حالات الإتجاه الإيجابي نحو مهنة التعليم وأقل درجة هي (45) وتمثل إتجاهاً سلبياً نحو مهنة التعليم

10-الوسائل الاحصائية :ان هدف الدراسة الاحصائية هو محاولة التوصل على مؤشرات ذات دلالة تمكننا من التحليل والتفسير و الحكم على مدى صحة الفرضيات واستخدام الباحث للحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة بعد قيام الباحث بفريغ البيانات و ترميزها ولقد استخدمنا الوسائل التالية :

- النسبة المئوية
- المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية
- معامل الارتباط بيرسون Pearson لدراسة الارتباطات بين عبارات وأبعاد المقياس وبالتالي صدق الأداة .
- معادلة كرونباخ ألفا Alpha Cronbach لحساب الثبات للأداة .

خلاصة:

تناولنا في هذا الفصل التمهيدي للجانب التطبيقي الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة و توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتسلسلها وتنظيمها ، وأيضا عرض هذه الطرق والأدوات وتوضيح كيفية استعمالها بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال مكاني وزماني، كما حددنا كل من مجتمع وعينة البحث الذي تمحورت حوله دراستنا، والهدف منها جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور لأجل الوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سلفا .

وتكمن أهمية هذا الفصل كونه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد ويحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطى مصداقية علمية لبحثه، فالباحث الذي يتبع هذه الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه لبحثه للوصول إلى نتائج علمية ودقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلا وحتى إمكانية تعميمها.

الفصل الرابع :

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد :

تعد عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات المقدمة أو عدم صحتها، غير أن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة علمية (ذات دلالة علمية) ما لم يكملها الباحث بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج، حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من الدراسة الميدانية، وسنحاول من خلاله أيضا إعطاء بعض التفاسير لإزالة الإشكال المطروح في الدراسة مع الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظم تمكن من توضيح مختلف الأمور المبهمة، وحرصنا عند تقديم عملية الشرح والتحليل على أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة والهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ أهدافها.

4-1-عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

***عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى:**

مستوى الاحتراق النفسي لدى الاساتذة التربية البدنية والرياضية متوسط

لغرض التحقق من مستوى الاحتراق النفسي (عالي – متوسط– منخفض) لدى عينة البحث من اساتذة التربية البدنية والرياضية للطور الثانوي بمديرية التربية لولاية البويرة تم تطبيق الاختبارالتائي (t,test for one sample) لعينة واحدة وكانت النتائج كما في الجدول ادناه :

جدول رقم /5 نتائج الأختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة مستوى الأحتراق النفسي

المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الأنحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية
160	164	27,63	7,6	2,617

ومن الجدول. نلاحظ ان قيمة الأختبار التائي ذات دلالة أحصائية عند مقارنتها بالقيمة الجدولية المقابلة لها تحت مستوى دلالة (0.01)) . وهذا يعني إن هناك مستوى مرتفع من الأحتراق النفسي لدى عينة الدراسة حيث بلغ المتوسط الفعلي 164 مقارنة بالفرضي 160 والانحراف المعياري 27.63 وكانب قيمة ت المحسوبة 7.6 اكبر من قيمة ت الجدولية 2.617

***عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:**

طبيعة الأتجاه ايجابية استاذة التربية البدنية والرياضية نحو مهنة التعليم

ولمعرفة الأتجاه المتكون لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية بالبويرة نحو مهنتها – مهنة التعليم – فقد تم حساب متوسط درجات إجابات عينة الدراسة من اساتذة التربية البدنية والرياضية وحساب أيضاً الأنحراف المعياري لتلك الدرجات أجل تطبيق معادلة الأختبار التائي لإختبار التائي لعينة واحدة (one sample t.test) ، ويمكن تلخيص النتائج كما في الجدول.

الجدول رقم /6 يمثل نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة الاتجاه نحو مهنة التعليم

المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الأنحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	قيمة t الجدولية
90	93	25,45	6	2,617

من خلال الجدول نجد ان هناك فروقاً ذات دلالة أحصائية عند مقارنة القيمة الجدولية بالقيمة المحسوبة للأختبار التائي لعينة واحدة وتحت مستوى دلالة (0.01) حيث إن القيمة الجدولية أصغر من القيمة المحسوبة والمقابلة لها ويحسب الفرق دائماً لصالح المتوسط الأعلى.

***عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:**

" توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الاحتراق النفسي لدى الاساتذة والاتجاه نحو مهنة التعليم " .

الجدول رقم /7 معامل الارتباط بيرسون بين الاحتراق النفسي والاتجاهات:

	العينة	الارتباط	الدلالة
الاتجهات نحو مهنة التدريس + الاحتراق النفسي	26	0.68	0.05

من خلال الجدول نلاحظ ان قيمة معامل إرتباط بيرسن المحسوب بلغت بهذه الطريقة (0.78) وهومعامل إرتبا ط جيد وقوي ، وهو يعني إنه كلما زاد مستوى الأحتراق النفسي لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية أصبح الأتجاه أكثر سلبية نحو مهنة التعليم.

خلاصــة :

لقد قمنا في هذا الفصل بتحليل النتائج الخاصة بالدراسة الميدانية و حتى تكون للنتائج المحصل عليها ذات منهجية علمية قمنا بتحليل نتائج المتحصل عليها و تحليل نتائج الإستمارة الخاصة بخصائص العينة ، و كان الغرض من ذلك وضع تمهيد لما سوف يتم التطرق إليه لاحقا حيث يمدنا تحليل بعض خصائص العينة بمعطيات تساعدنا على فهم أعمق لتلك النتائج المحصل عليها بعد تصحيح مقياس الدراسة و تفريغ نتائجه، وذلك بمساعدة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 22.0)

4-2-مناقشة النتائج المتحصل عليها:

***مناقشة الفرضية الاولى التي تنص: مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية مرتفع**

يفسر الباحث حدوث الدرجة الاحتراق النفسي مرتفعه عند عينة الدراسة الحالية يمكن تفسيرها بإنها نتيجة للعوامل المؤثرة في النشاط التعليمي للمعلمة وعدم توافق الكثير من الظروف البيئية المؤثرة مثل الجهد الذي يكون على عاتق استاذ التربية البدنية والرياضية أكبر بكثير من مجرد عملية القيام بدورها في المؤسسة والقسم ودوره المطلوب منه في القيام بواجبات ومتابعات التي تضع على عاتق المربية دور كبير أضافة إلى المسؤولية التعليمية فهو مربي وموجه خصوصاً وإن عينة البحث الحالي تتمثل في اساتذة التعليم الثانوي التي تتميز هذه المرحلة يكن في مرحلة المراهقة وهي المرحلة العمرية التي تتسم بالكثير من الأرهاصات والنمو الجسمي والأختلال النفسي المرافق له والذي يظهر بشكل واضح في المدرسة وهو يضع المعلمة لهذه المرحلة في مواقف لا تحسد عليها عند التعامل مع الفتيات بمثل هذه المرحلة العمرية الحرجة. بالإضافة العوامل النفسية التي تتعرض لها المعلمة بعدم تحصيلها لما يجب أن تكون عليه من تقدير في العمل التعليمي مما يؤدي إلى نتيجة ايجابية في الاحتراق داخل حياتها بارتفاع ملاحظ علي المستوي التعليمي وهذه تشابه دراسة(الوابلي 1995) ودراسة الرشدان (1995). يذكر إندرس (Endres, 1996) أن أعضاء الهيئة التدريسية يعانون من الضغط النفسيبسبب العمل ، ووجد أن القلق والضغط النفسي يشترك فيه المدرسون من جميع المراحل ويختلف حسب الخبرة. يرى (هارل) أن هناكدراساتأظهرتأن الضغوطالنفسية فليعمل بوجه عام تبدئ من خلال إحساس العاملين بالاحتراق النفسي (Hurrell (987)' ,مكن اعتباره مؤشراً مميزاً للضغوطالنفسية من جوانب نفسية وسلوكية وفسيولوجية (محمد ، 1999).

تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلم إلى استنزاف جسمي وانفعالي،وأهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداءالنمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان الابتكارية. ويؤدي افتقاد المعلم إلى الدعمالاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة احتمال وقوع المعلم فريسةللاحتراق النفسي وتعدد مصادر الضغوط المسببة للاحتراق النفسي للمعلم بين سلوكالتلاميذ، وعلاقة المعلم بالموجه، وعلاقته العلمية بزملائه، والصراعات المدرسية،وعلاقة المعلم بالإدارة، والأعباء الإدارية، وضيق الوقت، وغياب التفاهم بين المعلموالإدارة، والمعلم وأولياء الأمور (خضر، 2011).

إن مجمل أعراض الأحتراق النفسي التي يمكن أن يتعرض لهاالمعلم سواء كانت عضوية ، نفسية ، سلوكية أو اجتماعية ، فإن كلها تتفاعل مع بعضهاالبعض ، فتشكل عبئاً وجهداً ثقيلاً على كاهله ، مما تنعكس سلباً على صحته ، وتجعلهمعرضاً للإصابة بالأمراض الجسمية والنفسية ، وظهور المشكلات والأزمات في حياته المهنية والأسرية ، والشعور بفقدان التعاطف والتواصل مع زملائه وطلابه ، أو الميللعزلة والانسحاب من الأنشطة والمشاركات الاجتماعية ، والشكوى من التدريس وغيابالشعور بالسعادة والمتعة في أداء وظيفته ، مما يؤثر على أداء رسالته الإنسانيةوالتربوية.

***مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:**

إن متوسط درجات عينة البحث الحالي أعلى من المتوسط الفرضي للمقياس فتفسر النتائج لصالح عينة البحث وهذا يشير إلى إن أفراد عينة الدراسة الحالية من اساتذة التعليم التعليم العالي يحملون إتجاهاً سلبياً نحو مهنة التعليم .

إن هذه النتيجة اتفقت مع نتائج الكثير من الدراسات كما فيدراسة عزيزة محمود سالم (1977) حيث تشير معظم الدراسات إلى إن اتجاهات المعلم ترتبط نحو مادته بإعداده الأكاديمي،

والاتجاهات التربوية للمعلم انعكاس لوجهة نظره أو معتقداته نحو التدريس، وعلاقة المعلم بالتلميذ، والضبط والعقاب، والممارسات الديموقراطية وممارسات التدريس، ومعينات التدريس، والمنهج. وثمة ملاحظة أساسية في أغلب الدراسات التي تناولت قضية اتجاهات المعلم تشير إلى بروز الاتجاهات التربوية الإيجابية في أثناء فترة الإعداد بكليات التربية، ثم تعود إلى الانخفاض بعد التخرج وممارسة التدريس بسبب العوائق التي يجدها المعلمون في مجال عملهم، والتباعد بين الرؤية اليوتوبية في أذهانهم والواقع المتجسد كما يلمسونه بعد ممارسة العمل. ولاحظت دراسة نصر (1991) والتي كانت بخصوص التغير في اتجاهات المعلمين النفسية والتربوية وجود فروق بين مجموعات المعلمين في سنوات الخبرة في اتجاههم نحو مهنة التعليم ونحو الدراسات النفسية والتربوية، ويبدو أنه كلما زاد عدد سنوات الخبرة للمعلم فإنها «أي اتجاهات المعلمين» لا تهتم ببرامج النمو المهني والتدريب، بل يتركز الاهتمام نحو الوظائف الإدارية ويقل الأداء التدريسي. وتقول دراسة أخرى لجابر عبدالحميد إن سنوات الخبرة لا ترتبط بدرجات التصرف في المواقف التربوية. ومع التأكيد على أهمية المعلم في جميع المراحل الدراسية فإن الدور الذي يلعبه المعلم في مرحلة التعليم الثانوي يعتبر دوراً أساسيا في العملية التعليمية باعتبارها تمثل مرحلة حرجة في نمو التلاميذ من التعليم الأساسي الى الجامعي ، ولأنها حلقة وصل بين مرحلة التعليم الأساسي ومرحلة التعليم الجامعي ، حيث هي مرحلة منتهية وموصلة في آن واحد ، أي أنها مدخل للحياة الاجتماعية وعالم العمل ، ومواصلة الالتحاق بالجامعات والمعاهد العليا. وإذا كان نجاح العملية التعليمية في الثانويات يتوقف على قيام المعلم بدوره المنوط به ، فأن نجاح المعلم في القيام بمسؤولياته يتوقف على اتجاهه نحو مهنة التعليم الثانوي ورضاه عن هذه المهنة فإن من المهم معرفة اتجاهات المعلمين في مرحلة التعليم الثانوي ، ومستوى رضاهم عن دورهم الذي يلعبونه في هذا النوع من التعليم من إجل أن يقدموا خدماتهم العلمية الجليلة إلى الطلبة الذين هم في حاجة لها.(أبو راس ، 2009).

***مناقشة الفرضية العامة :**

اظهرت نتائج عينة الدراسة الى وجود ارتباط قوي بين الاحتراق النفسي والاتجاه نحو مهنة التدريس حيثبلغت قيمة معامل إرتباط بيرسن المحسوب بهذه الطريقة (0.68) وهو معامل إرتباط جيد ، وهو يعني إنه كلما زاد مستوى الأحتراق النفسي أصبح الأتجاه أكثر سلبية نحو مهنة التعليم.

تتداخل ظاهرة الاحتراق النفسي للمعلم مع ظواهر أخرى متشابكة ومنها اتجاهات المعلمنحو المهنة، والرضا الوظيفي، وكفايات المعلم، والتفاعل الاجتماعي، والسلطةالمدرسية، وربما يعد اتجاه المعلم نحو المهنة Educational attitudesهو المحددالأساسي لمدى تحمله للمهنة وضغوطها النفسية والجسمية وبالتالي للاحتراق النفسي الذييواجهه، وثمة اتفاق أن كلم السر لنجاح المعلم في عمله هي اتجاهاته الإيجابية نحومهنته، لأن هذه الاتجاهات هي القاعدة التي ينبني عليها معظم النشاطات التربوية. كماأن الاتجاهات نحو مهنته التدريسية هي مفتاح التنبؤ بنموذج الجو الاجتماعي الذي سوفيؤكده المعلم في حجرة الدراسة، وأن الاتجاهات الإيجابية هي ركيزة معظم النشاطاتالتربوية .

إن الأحتراق النفسي هو تلك الأعراض من الإجهادالنفسي والجسمي التي تسببها ضغوط العمل على الفرد وبالتالي تكون نظرة سلبية اتجاه المهنةبحيث يمكن ملاحظتها بوضوح. أن الموظفين المصابين ب الحتراق النفسى أكثر انشغالاً في الاتصال السلبي مع زملائهم والمناقشات السلبية عن الإدارة ، ويشعرون بالتعب والإجهاد العاطفي والرغبة في ترك المؤسسة التي يعملون بها ، وعندما يشعر المريض بالإنهاك العاطفي يصعب التعامل مع الناس في العمل أو في البيت ، وعندما تظهر النزاعات الحتمية ، فمن المتوقع المبالغة في ردة الفعل والانفجار العاطفي أو العداء الشديد والصعوبة في الاتصال بالزملاء والأصدقاء وأعضاء العائلة ، ونجد بعض ضحايا الاحتراق النفسي يحتمل أن ينسحبوا اجتماعياً وينعزلوا بعيداً عن الناس فكيف إذا كان الحال مع مهنة مثل مهنة التعليم وما ترتبط به من أهمية التعامل اليومي مع الطلبة وبمختلف الشرائح والفروق الفردية فهنا نجد أن أول ما يكون من نتائج الأحتراق النفسي لدى المعلم هو الاتجاه السلبي نحو مهنة التعليم التي يمارسها وهذا يضر بالمهنة وبعلاقته بطلبته وبحياته الاجتماعية والمهنية بشكل عام.

خلاصة:

احتوي هذا الفصل على عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث، لكل من الفرضيات التي طرحنها في بداية البحث وهذا بعد المعالجة الإحصائية بالاستعانة برنامج excel وقد تم إثبات كل الفرضيات في ضوء النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياسي صورة الجسم والانماط الشخصية.

الاستفتاح العام

استنتاج عام:

تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلم إلى استنزاف جسمي وانفعالي، وأهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغير وفقدان الابتكارية. ويؤدي افتقاد المعلم إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة احتمال وقوع المعلم فريسة للاحتراق النفسي وتعدد مصادر الضغوط المسببة للاحتراق النفسي للمعلم بين سلوك التلاميذ، وعلاقة المعلم بالموجه، وعلاقته العلمية بزملائه، والصراعات المدرسية، وعلاقة المعلم بالإدارة، والأعباء الإدارية، وضيق الوقت، وغياب التفاهم بين المعلم والإدارة، والمعلم وأولياء الأمور.

ومن مظاهر الاحتراق النفسي فقدان الحماس للاهتمام بالعمل وبعملائه واللامبالاة، ويعيش المعلم العربي في مناخ تنظيمي معقد وبارد: فصول مكدسة بتلاميذ ينتمون إلى مستويات وأسر مختلفة، يفتقد أغلبهم الاهتمام بالتعليم، ويظهر ذلك في محاولاتهم الخروج على النظام، وتكبله سلطات بيروقراطية متربصة به وبعمله.

ويشعر المعلم بالعزلة، وغياب المساندة، والتجريد من السلطات، والنظرة المتشككة إلى ولائه وأدائه، والاستهتار بآرائه وخبراته عند إدخال تغييرات في العملية التعليمية، ويفتقد مؤازرة النقابات والتنظيمات المهنية كغيرها من نقابات المهن الأخرى، وتطارده الصورة المهزوزة التي يكرسها الإعلام الجماهيري عنه.

ومن بين العوامل المسببة لإحباط المعلم واحتراقه النفسي تدخل الآباء في عمل المعلمين. فكثير من الآباء يجادلون المعلمين في عملهم، ويخطئونهم في أساليب تعاملهم مع أبنائهم، ويتشككون في قدراتهم وكفاءتهم، مما يهز ثقة المعلم في نفسه، ويقلل من كون التعليم مهنة مغلقة ويحولونها إلى مهنة مكشوفة يتزاحم فيها غير المؤهلين سواء من الآباء أو من معلمي الضرورة غير المؤهلين. وتؤدي هذه الضغوط إلى سلب المعلم هويته المهنية المتخصصة دون غيره من المهن الأخرى في المجتمع.

كما يتصل بالظاهرة نفسها انخفاض المكانة الاجتماعية للمعلم، فيلاحظ تقرير» لجنة هولمز» الأمريكية أن الطلاب لم يعودوا يقبلون على دراسة التربية ليعملوا بالتدريس، ولم تعد تلك الدراسة تلقى إقبالاً يماثل الإقبال على الدراسات الأخرى التي تؤهل الطالب لممارسة مهن تتمتع بقدر أكبر من المكانة الاجتماعية، أضف إلى هذا أن التدريس مهنة لا يحظى ممارسوها بالتقدير المادي المناسب.

فالمعلم يصاب بالاحتراق النفسي في ظل العوائق التي تحول دون قيامه بمهمته المهنية بشكل كامل بما يصيبه بالإحباط وضعف الدافعية.

ومن خلال الدراسة الميدانية التي قمنا بها نستنتج ما يلي:

1-توجد علاقة طردية قوية ما بين الاحتراق النفسي والاتجاه نحو مهنة التدريس لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية

2-مستوى الاحتراق النفسي متوسط

3-طبيعة متوسطة للاتجاه نحو مهنة التدريس لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية

خاتمة:

يغلب على المهن ذات الطابع الإنساني الكثير من الضغوط والمشاكل الاجتماعية والنفسية ذلك لما تتطلب من جهد يحتم على العامل القيام بدوره كما هو مطلوب، وكما يتوقعه هو ويتوقعه الآخرين ومع هذا الضغط تظهر مجموعة من الظواهر في مجال العمل خاصة ظاهرة الاحتراق النفسي هذا الموضوع الذي اخذ حيزا كبيرا من الاهتمام من طرف العلماء والباح ث،نظرا لارتفاع معد ل الانفعالات والضغط داخل المؤسسات، مما يترتب عنه مجموعة من العوائد السلبية على الفرد في حد ذاته وعلى صحته النفسية أين يتراجع أداءه الوظيفي ويقل مستوى الرضا الوظيفي لديه هذا من جهة ومن جهة أخرى لا ننسى أيضا تأثيره السلبي على المؤسسة أين تقل عوائدها الاقتصادية وتتراجع مكانتها التنافسية،وعليه وبناءا على هته المعطيات جاءت هته الدراسة والتي سعت إلى قياس مستوى الاحتراق النفسي عند شريحة جد مهمة من شرائح المجتمع وهي شريحة المعلمين وركزت هاته الدراسة على أساتذة التربية البدنية والرياضية في مرحلة التعليم الثانوي ولتحقيق هذا الهدف طبقت هته الدراسة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على عينة مكونة من ستة وعشرون من أساتذة التعليم الثانوي ورغم بعض الصعوبات التي واجهت هته الدراسة من ضيق في الوقت وصعوبة الحصول على ترخيص لإجراء هته الدراسة إلا أنها استطاعت أن تصل إلى مجموعة من النتائج:

1-مستوى الاحتراق النفسي مرتفع لدى افراد عينة الدراسة

2-الاتجاه نحو مهنة التدريس مرتفع لدى عينة الدراسة.

3-هناك ارتباط قوي بين الاحتراق النفسي والاتجاه نحو مهنة التدريس.

فروض مستقبلية يقترح الباحث القيام بالأبحاث العلمية الاتية :

1. أجراء دراسة حول الأحتراق النفسي تبعاً لمتغير : سنوات الخدمة ، التخصص الدراسي.
2. إجراء دراسة مقارنة في الأحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات .
3. إجراء دراسة لمعرفة الأتجاه نحو مهنة التعليم تبعاً لمتغير الجنس ، التخصص ، سنوات الخدمة.
4. إجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين ألأحتراق النفسي والرضا عن العمل لاعضاء هيئة التدريس الثانوي .

الفرضيات و الاقتراحات المستقبلية :

لعل خير أثر يتركه الباحث عند إجرائه لموضوع بحثه هو ترك المجال مفتوح للبحث واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه ، من خلال تقديم بعض الاقتراحات وفرضيات مستقبلية تضفي على البحث قيمة علمية وكذا فتح المجال لاستمرارية البحث من طرف باحثين آخرين لمعالجة الموضوع من زواية مختلفة من أجل الوصول إلى معالجة الموضوع من كل ابعاده ومن هذه التوصيات والفرضيات المستقبلية نقترح :

1- الاهتمام بإعداد البرامج الارشادية التى من شأنها التخفيف من حدة الاحتراق النفسي.

2- الاهتمام بتدريب مديري المدارس والمشرفين على كيفية تقديم المساعدة والمساندة للمعلمين بصفة عامة والمعلمين الأقل خبرة بصفة خاصة حتى لا يشعر المعلم أنه بمنأى عن الإدارة المدرسية.

3- توعية المعلمين بطبيعة الخصائص العمرية لتلاميذ كل مرحلة تعليمية يعملون بها.

4- توعية المعلمين بالاهتمام بتبنى أساليب مواجهة فعالة تقيهم وتجنبهم التعرض للمواقف الضاغطة، وتساعدهم على التعامل مع المشكلات بطرق فعالة.

5- مراعاة بعد السكن عن العمل في التوزيع الذي يأتي معظمه تعسفيًا، حتى لا يذهب المعلم إلى المدرسة وهو مستنزف بدنيًا؛ فيستنزف نفسيًا؛ فيصاب بالاحتراق النفسي.

6- مراعاة أن يكون لدى الاخصائى الاجتماعي والنفسي بالمدرسة خبرة ودراية بما يتعرض له المعلمون من مشكلات نفسية ناتجة عن بيئة العمل.

7- الاهتمام بالدعم المادي والمعنوي للمعلم؛ لأن رضا الفرد عن مهنته هو أول مراحل إنجازه المهني، ومن ثم تفادى إصابته بالاحتراق النفسي.

8- الاهتمام بالدورات التدريبية النفسية، إلى جانب الدورات العلمية التي تقدم للمعلمين.

دراسات وبحوث مقترحة:

1-علاقة الاحتراق النفسي ببعض متغيرات الشخصية (الانبساط- الانطواء)

2-دراسة تقويمية لأساليب مواجهة المشكلات، التي يستخدمها المعلم.

3- دراسة تحليلية لمصادر الاحتراق النفسي بالمرحلة الابتدائية ، والإعدادية ، والثانوية.

4-مدى فعالية برنامج علاجي فى التخفيف من حدة الاحتراق النفسي..

5- علاقة الاحتراق النفسي ببعض المتغيرات (الخبرة- الحالة الاجتماعية – النوع بعد السكن عن المدرسة)

6- العلاقة بين المثالية فى العمل والاحتراق النفسي للمعلم المبتدئ.

البيبليوغرافيا

المراجع العربية

- آل مشرف – فريدة بنت عبد الوهاب "مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض لها عينة من عضوات
- البتال – زيد محمد , الاحتراق النفسي لدى معلم التربية الخاصة (1999) " بحث مقدم في ندوة الإرشاد_ النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة" . جامعة الخليج العربي البحرين
- البيلاوي – حسن, العلاقة بين النظرية والممارسة التعليمية في مهنة التعليم، وجهة نظر نقدية، مؤتمر رابطة التربية الحديثة الحادي عشر، القاهرة 1990
- الجوارنه – أسامة و المعتصم بالله,."مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ومعلماتها في محافظة اربد وعلاقتها ببعض المتغيرات"البطاينه , (2004) ,مجلة اتحاد الجامعات العربية,المجلد2العدد(2), ص 48-76.
- الحسيني عبد الله – عبد العزيز بن – ضغوط الحياة ,أسبابها ,الوقاية من آثارها , أساليب التعايش معها,(2000) الرياض, دار اشبيليا للنشر.
- الخطيب والحديدي – جمال, و منى , المدخل إلى التربية الخاصة (1997),العين ,الإمارات العربية المتحدة , مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع
- الخطيب – صلاح , المدخل إلى علم النفس ،ط ب 2 ، 1968 ص:137-184.
- الرشيدي – هارون توفيق, الضغوط النفسية ,طبيعتها,نظرياتها,برامج لمساعدة الذات في علاجها (1999), مكتبة الانجلو المصرية.
- الديري – محمود بن محمد إبراهيم,, إدراك الضغوط النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين_ (2005),بمدينة الدمام, رسالة ماجستير – غير منشورة,كلية التربية,جامعة البحرين
- السرطاوي – زيدان – الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة . دراسة ميدانية . مجلة كلية التربية . جامعة عين شمس . 1997 م. المجلد 21العدد1ص57-96
- الشيخ و عبد الحميد– يوسف و جابر – سيكولوجية الفروق الفردية – 1964 ص 506.

المراجع

- الغرباوي – د محمد , الاتجاهات النفسية. دار صفاء للنشر – 2007

- الفرح– عدنان –الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر (1999. بحث مقدم في ندوة الإرشاد النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة . جامعة الخليج العربي . البحرين .

- القطان – مصطفى فهمي و محمد على القطان – علم النفس الاجتماعي – 1977 – ص 174 .

- المرزوقي – جاسم محمد – الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في الإمارات العربية ..2004

- الو ابلي – سليمان, الاحتراق النفسي ومستوياته لدى معلمي التعليم العام بمدينة مكة المكرمة في ضوء مقياس ماسلاك المعرب" (1995)مركز البحوث التربوية ,جامعة ام القرى,مكة المكرمة.

- خضر ، حسن . الاحتراق النفسي للمعلم . على الموقع الالكتروني http://www.bab.com/articles/full_article.cfm?id=2890 آخر زيارة للموقع في 2011/11/13 الساعة 8.45).

- رواني والكيلاني – كمال و أتمار , مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن ، المجلة التربوية ، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت، ع (19) أ (5)، شتاء 1989 ..

- زهران – حامد عبد السلام – علم النفس الاجتماعي – 1979 – ص 146

- سلامة وعلاونة – كايد –شفيق – خصائص المعلم الناجح كما يراها المشرفون والمديرون والمعلمون والطلبة : ، مجلة دراسات تربوية، رابطة التربية الحديثة، م7، ج 43، القاهرة 1993 .

- سلامة ومقابلة – كايد و نصر , "ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين الأردنيين في ضوء عدد من المتغيرات" (1990)..مجلة جامعة دمشق,9(33).

- سويف – الدكتور مصطفى , مقدمة لعلم النفس الاجتماعي، ،ط2 ،1966 ،ص:329

- شتيوي – محمد عزام , اتجاهات المعلمين في صفوف , المرحله الاولي جامعة اليرموك , الاردن.

- شوقي – د /إبراهيم – سيكولوجية الاتجاهات – إدارة التنمية – دبي .نصر و الرشدان مالك (1997).

المراجع

- عبد الباقي – فوزية – مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة"الجمالي, (2003)",دراسات عربية في علم نفس,المجلد 2العدد1ص151-211

- عسكر – علي عسكر , ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها: الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق, (2000) (الطبعة الثانية).

- عمار – حامد , في التوظيف الاجتماعي للتعليم ،مكتبة الدار العربية للكتاب،القاهرة 1995، ص33..
- عيسوي – عبد الرحمن , دراسات سيكولوجية – 1981 – ص215.

- عسكر – علي , "مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي" (1986المجلة التربوية – الكويت ,المجلد 3,العدد 10, ص 9.

- عثمان – فاروق السيد , القلق وإدارة الضغوط النفسية (2001),القاهرة, دار الفكر العربي.

- غنيمة محمد متولي ، سياسات وبرامج إعداد المعلم العربي ، راجع حول بعض الركائز لتطوير إعداد المعلمين ، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة 1987

- فرج – صفوت ارنست – القياس النفسي- – 1980 – ص 663 .

- قدوح – خيرية , إعداد الإعداد للمعلمين، المؤتمر التربوي لكلية التربية، الجامعة اللبنانية الأول، 9-13 يوليو 1986

- مليكة – لويس كامل – قراءات في علم النفس الاجتماعي .

- موريس – إيفور – علم الاجتماع التربوي ، ترجمة حسن الفقي، دار القلم، الكويت 1993، ص ص 260-261

- مؤتة للبحوث والدراسات – الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقته بإدراكهم للنمط الكرك من وجهة نظر المعلمين سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية الزغول , رافع (2003,المجلد18, العدد6, ص243.

- مالك الرشدان و نصر مقابلة, "الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات" (1997) أبحاث اليرموك- سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية, المجلد 13,العدد 2/ب,ص37-56..

- هيئة التدريس بجامعة الملك سعود بالرياض (2002) " مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية, المجلد 28,العدد 105,ص 193

- محمد الشرقاوي –أنور– التعلم,نظريات,تطبيقات (1988,القاهرة,مكتبة الانجلو المصرية

- مجموعة هولمز , تقرير مجموعة هولمز لتطوير التعليم وإعداد المعلمين بالولايات المتحدة :: معلمو الغد:. مكتبة التربية لدول الخليج، الكويت 1987، ص 30 .

- محمد – يوسف عبد الفتاح , "الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية" مجلة مركز البحوث التربوية (1999),المجلد 8,العدد 15,ص195.

- نجيب ,رنا و يحي,خوله , "مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقلياً في اليمن (2001مجلة مركز البحوث التربوية,المجلد10العدد20ص97.

- نصر و الرشدان ، مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات وعلاقته ببعض المتغيرات مالك (1997)– مجلة اليرموك .

- يوسف – نصر , مقابلة دراسة لاتجاهات المعلمين الأردنيين نحو مهنة التدريس في ضوء بعض المتغيرات .راجع مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ع (15)، القاهرة 1991 .

الرسائل الجامعية والملاحق ؛–

- أبو راس ، نجوى . اتجاهات المعلمين نحو التعليم الثانوي التخصصي وعلاقتها بالرضا الوظيفي . رسالة ماجستير غير منشورة .طرابلس: جامعة الفاتح : كلية الآداب ، قسم التربية وعلم النفس ، 2009.

- الجعفري – أ– عبد اللطيف بن محمد , الاحتراق النفسي لدى العاملين – – موقع أطفال الخليج س11.

- الديري – محمود بن محمد إبراهيم– , إدراك الضغوط النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين_ (2005),بمدينة الدمام, رسالة ماجستير– غير منشورة,كلية التربية,جامعة البحرين

- الشيوخ – غسان سعيد – معوقات استخدام التعلم المدرج من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس بكليات إعداد المعلمين والمعلمات بالدمام في المملكة العربية السعودية – رسالة ماجستير , البحرين2008م

المراجع

- العمري – سيف سرحان , الاحتراق النفسي لدي معلمي المدينة المنورة(رسالة علمية)اجامعة اليرموك – الاردن

- العنزي – عايش بن سمير معزي–, علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بمدينة الرياض (2004) , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

- المجلة التربوية, "التوافق المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمات الرياض" (19959(34).

- المرزوقي – جاسم محمد – الاحتراق النفسي لدى معلمي الإمارات – جامعة اليرموك – 2004

- رائدة حسن الحمر – دراسة مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة مقارنة بالمعلمين العاديين في مملكة البحرين "رساله علمية – 2005 –2006

- عسكر – علي – مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي" (1986المجلة التربوية – الكويت ,المجلد 3,العدد 10, ص 9..

المراجع الأجنبية:

- Chase, C. I. Tow Thousand Teachers View Thier Profession. Journal of Education, Vol, 79, No. 1, pp 12-18 September, 1985.

- Kitchent, R. D. Study of Studient Teacher Attitudes Using Semantic Differnt Technique Education, Vol, 12, No. 3, 19980 Australia Journal of

- State, University of New York Gidenose, Hendrik. (ed.). Teacher Education Policy Press, 1993.

الملاحق

الملحق رقم (01): يمثل.....

الملحق رقم (02): يمثل.....

الملحق رقم (03): يمثل.....

مقياس جيلدرد للاحتراق النفسي

اجب عن هذه الأسئلة " المقياس بوضع إشارة x فوق المكان المناسب

-معارض بشدة

-معارض

-معارض باعتدال

-لا اعرف

-موافق باعتدال

-موافق بشدة

-موافق

على أية حال على المقياس المدرج كما ترى في المثال أدناه:

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا-xـ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــ

.1إن الإرشاد عمل جدير بالاهتمام, لذلك فان اتجاهاتي نحو الإرشاد ثابت.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.2هناك أعمال عديدة أقوم بها كل يوم.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.3إن تعاملي مع العميل يقوم على أساس علاقة منطقية مبدوئها انه إنسان له شخصية مميزة , و لا أتعامل معه على انه حالة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.4عندما يحول إلي عمل إضافي فإنني دائما مستعد للقيام به.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.5إن حياتي الشخصية متعبة كذلك نتائج عملي الإرشادي.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.6اشعر بأن أخطائي و عيوبي واضحة فلذلك احتاج لإخفائها.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.7إن حياتي العملية أنساها عندما أعود إلى المنزل و أنسى كل ما يتعلق بالعملاء و اركز تفكيري على راحتي في حياتي.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.8أنا لا ألوم العملاء الذين لديهم مشاكل حيث أن معظمهم لا يستطيعون المساعدة أنفسهم , فهم ضحايا المجتمع ,لذلك فهم بحاجة إلى دعم مستمر و مساعدة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.9عند قدوم العميل الي فإنني دائما انظر الى الأمام و أتوقع الرضى "الحسن."

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا ـــ ا

.10إنني لا أقوم بعملي بالطريقة التي اعتقدها هي الأفضل , و هناك آخرين مثلي.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.11إن الحاجة الى التغيير في العمل ضروري و لكنني ليس لدي تلك القوة للتغيير.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.12كثيرا ما اشعر بالرغبة لاقول للعميل , تظن انت ان لديك مشاكل !ان غالبية الناس تعاني من مشاكل حتى انا ؟.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.13اجد من السهل الحديث مع المرشدين الاخرين عن مشاعري.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.14اشعر انني مستنزف عاطفيا او "انفعاليا."

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.15هناك بعض العملاء الذين اجد صعوبة في التعامل معهم.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.16اشعر و انني افقد قابليتي في فهم مشاعر العميل و الاحساس بها.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

17.الارشاد عطاء دون اخذ.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

18.يقدر الناس المرشدين بدرجة عالية.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

19.هناك العديد من العملاء الذين يستحقون المعاناة لأنهم لا يعيشون حياتهم ضمن المعايير الاخلاقية المقبولة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

20.انا فعلا بحاجة لأخذ راحة من الارشاد.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

21.اشعر بالدفء و الصداقة نحو زملائي المرشدين.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

22.اشعر ان قدراتي في الارشاد قد اصبحت معروفة و قد اثبتت.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

23.ان علاقتي مع العملاء تكون احيانا متعبة , حيث انها تشير الى موقفي السلبي تجاه العميل.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.24كثيرا ما اغضب عندما اسمع العميل عما فعله.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.25اشعر بأني لائق صحيا و لدي كمية من الطاقة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.26ان العملاء دائما و ابدا طماعين !! حيث يتمركزن حول ذواتهم و غير مقدرين لجهودي.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.27ان الارشاد يعطيني النشاط في الحياة 'و يدفعني للاستمرار مستقبلا.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.28ليس لدي طاقة للتعامل مع عائلتي و اصدقائي حيث ان الارشاد يأخذ الكثير من الوقت.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.29اشعر بأني مرهق من قبل الناس الذين يأتون الينا.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.30لا استطيع ان اطلق او انفس عن مشاعري في مكان عملي الارشادي , علي ان اكون هادئا و

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

بشدة باعتدال اعرف باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــ

ا

.31لا اشعر بأني متحمس بشأن قيمة الارشاد.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.32كثيرا ما اكون مدركا و متفهما لمشاعر العميل العاطفية ؟ و شعوره بالقلق و الاضطراب او الغضب مني.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.33كثيرا ما اتمنى من العميل فقط ان يذهب.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.34اني اعرف ماذا يفكر المشرف حول قدراتي كمرشد.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.35الوكالة " المؤسسة " التي اعمل بها تهتم بي بشكل جيد , و عملي فيها مقدر حق قدره

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.36اشعر باحباط لانه لايوجد احد قادر على حل المشكلات القادمة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.37ان نموذج الاجابة العفوية تخرج مني بصعوبة.

موافق لا اعرف معارض بشدة باعتدال بشدة

اـــ ا ـــ ا ـــ اـــ اـــ ا ـــا

.38ان عملي في الارشاد اعطاني القناعة , و هذا ما كنت اتوقع ان احصل عليه من خلال عملي.

موافق موافق موافق لا معارض معارض معارض

بشدة باعتدال اعرف باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.39اشعر غالبا بأني استجيب بسرعة الانفعال بغضب.

بشدة باعتدال اعرف باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

.40نادرا ما اشعر بأنه ليس لدي الرغبة في العمل.

بشدة باعتدال اعرف باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

تعليمات حساب و تفسير GBI

أي مفردة في الاستبيان GBI تحصل على علامة من 1 الى 7 , المفردات اللاحقة تحسب بطريقة مختلفة , المفردات " 1 ,3 ,4 , 7 , 8 ,9, 13 , 18 , 21 ,22, 25 , 27 , 31 , 34 , 37 , 38 , و 40 " تحسب كما يلي:

معارض بشدة 7

معارض 6

معارض باعتدال 5

لا اعرف 4

موافق باعتدال 3

موافق بشدة 2

موافق 1

موافق موافق موافق لا اعرف معارض معارض معارض

بشدة باعتدال باعتدال بشدة

ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__ ا__

1 2 3 4 5 6 7

اما المفردات " 2 , 5 , 6 , 10 , 11 , 12 , 14 , 15 , 16 , 17 , 19 , 20 , 21, 23 , 24 , 26 , 28 , 29 , 30 , 32 , 33 , 36 , 39"

تحسب كلها بالطريقة التالية:

اكتب العلامة لكل من المفردات على الجانب الايمن من الفقرة مقابل المفردة , و لكي تحصل على مجموع علاماتك , اجمع العلامات لكل المفردات.

استعمل المفتاح التالي لتفسير نتائجك.

"المفتاح"

التفسير الحساب

تؤدي عملية الارشاد على اكمل وجه 40 – 80

انت تعمل جيدا 81 – 120

لماذا لا تعطي لنفسك مزيدا من العناية ؟ 121 – 200

انت تستحق ان تكون محبوبا . احب نفسك

انت بحاجة الى رد فعل مستعجل 201 – 280

و ذلك لأن درجةالاحتراق النفسي لديك عالية جدا

-Levels of psychological combustion among the teachers of physical education and sports-
-Field study in middle school -

under the supervision of Dr:
mansouri nabil

-Prepared by students:
Mohad moussa

Abstract:
This study aims to identify the level of psychological combustion among the researcher of physical education and sports in the middle school. It seeks also to identify the differences in the level of psychological combustion among teachers according to gender variables. Qualification and years of experience

The researcher selected a random sample of (27) teacher. The researcher modified the measure (maslach) for the meosurement of psychological combustion .the researcher presented the amendments to a sample of (05) professors of physical education and sports .in University of bouira. the researcher used the descriptive analytical method .relevance to the notine of study .therefore. some statistical omolysis has been conducted .Amorder to answer the questions of the study , the research used mathematical averages and percentages and standaud deviation s .to examine the hypothesis, the researcher used the pearson correlation formula and tests (T) for two independent samples , and a single –variance analysis test using the social statistics program (spss).
The study revealed the following results:
1) psychic exhausted ness was loss when self .achievement feeling was less and it was average with easygoingness but it was high with interactive exhausted ness.so the full mark was of an average degree
2) there are no differences of statistical proof in the levels and dimensions in psychic exhausted ness according to gender variable.
3) there are no differences of statistical proof in the levels and dimensions in psychic exhausted according to experience .variable
4) there are no differences of statistical proof in the levels and dimensions in psychic exhausted ness according to educational level variable.
*according to the study results that have been reached .the researcher adice the following;
*.training the teachers on using suitable appropriate strategies to resist against work pressure that cause psychics exhaust edness
*taking care of training school head masters in charge of giving help and support to the teachers in general. And teacher of less experience in specific so that he does not feel as being a burden in the school.
* teachers should take care of adopting effective resistance tools to protect them from getting into hard incidences and pressure that would help them deal with problems using smart methods .
*the school social psychologist must be of a great experience and awareness on all that may happen to the teachers from psychic problems that result from work environment

Words kay psychological combustion ; physical education and sports . middle school