

مجلة

كلية التربية للبنات

مجلة علمية وثقافية وتربوية محكمة
تصدر عن كلية التربية للبنات

العدد الثالث / ١٤٣٧هـ - ٢٠١٦م

الرقم الدولي المعتمد /

ISSN (print) : 2708 - 1354

ISSN (online): 2708 - 1362

تاريخ الاصدار: 15 / 6 / 2016



مَجَلَّة

كَلِيَّةِ التَّرْبِيَةِ لِلبَنَاتِ

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ وَتَفَانِيَّةٌ وَتَرْبَوِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ

تَصَدَّرُ عَنْ كَلِيَّةِ التَّرْبِيَةِ لِلبَنَاتِ

جهة الإصدار: كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية
اختصاص المجلة: العلوم الإنسانية والتربوية
الرقم الدولي:

ISSN (print): 2708 - 1354

ISSN (online): 2708 - 1362

نوع الإصدار: (فصلي) كل ستة أشهر. (٦/١٥)
و (١٢/١٥)

نطاق التوزيع: داخل العراق

البريد الإلكتروني:

Iraqi_m_tr44@yahoo.com

Iraqi.m.tr33@gmail.com

الهاتف النقال: (٠٧٨٠٥٨٦٣٧٦٠)

هاتف رئيس التحرير (٠٧٧١٢١٧٨٣٨٤)

الهاتف الأرضي (داخلي): (٢٠٣٧)

الموقع الإلكتروني (الويب سات):

www.gazette.edu.iq

إدارة المجلة

المشرف العام

أ.د. سميرة موسى عبد الرزاق البدري / عميد الكلية

رئيس التحرير:

أ.د. رائد يوسف جهاد العنبيكي / تدريسي في قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية

مدير التحرير:

د. عيسى أحمد محل الفلاحي / تدريسي في قسم الشريعة



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الجامعة العراقية
كلية التربية للبنات

مَجَلَّة

كَلِيبَةُ التَّرْبِيَةِ لِلبَّنَاتِ

مَجَلَّةٌ عِلْمِيَّةٌ وَثَقَافِيَّةٌ وَتَرْبَوِيَّةٌ مُحْكَمَةٌ
تَصُدُّرُ عَنْ كَلِيبَةِ التَّرْبِيَةِ لِلبَّنَاتِ

العدد الثالث

٢٠١٦ م

السنة الثانية



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿ وَقُلِ اعْمَلُوا فَسِيرَیَ اللَّهُ عَمَلِكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسُرَدُّونَ
إِلَىٰ عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴾

[التوبة: ١٠٥]

﴿ أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ① خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ② أَقْرَأْ وَرَبُّكَ
الْأَكْرَمُ ③ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ④ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ ﴾

[العلق: ١ - ٥]

﴿ أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ مَا خَلَقَ اللَّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا
بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَأَجَلٍ مُّسَمًّى ﴾

[الروم من آية: ٨]

ما ينشر في المجلة من بحوث ووجهات نظر تعبر عن أصحابها
ولا تعبر بالضرورة عن آراء هيئة التحرير أو وجهة نظر الكلية.



المشرف العام
أ.د: سميرة موسى عبد الرزاق البدري
عميد الكلية

الهيئة الاستشارية

رئيساً ١- أ.د: عبد المنعم خليل ابراهيم الهيتي

استاذ الفقه المقارن / كلية العلوم الإسلامية / الجامعة العراقية - بغداد

عضواً ٢- أ.د: نجاة عبد العزيز المطوع. (كويتية)

أستاذ طرق تدريس اللغة الانكليزية / عميد كلية التربية للبنات / جامعة الكويت - الكويت

عضواً ٣- أ.د: مصطفى مولود عشوي. (جزائري)

أستاذ علم النفس وتكنولوجيا التعليم / نائب مدير الجامعة العربية المفتوحة - الكويت.

عضواً ٤- أ.د: منجد مصطفى بهجت

استاذ اللغة العربية / الجامعة الإسلامية العالمية - ماليزيا

عضواً ٥- أ.د: نادية شعبان مصطفى.

أستاذ علوم تربوية ونفسية / كلية التربية / الجامعة المستنصرية - بغداد

عضواً ٦- أ.د: حسن علي فرحان

مناهج اللغة العربية وطرائق تدريسها / كلية تربية ابن رشد / جامعة بغداد - بغداد

عضواً ٧- أ.م.د. قتيبة عباس حمد

تخصص اصول الدين / فكر اسلامي / معاون العميد للشؤون الإدارية.

كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية - بغداد.

عضواً ٨- د. زينة مجيد ذياب.

فلسفة في التربية طرائق تدريس القرآن الكريم والتربية الاسلامية /

معاون العميد للشؤون العلمية. كلية التربية للبنات / الجامعة العراقية - بغداد.



رئيس هيئة التحرير

الأستاذ الدكتور

رائد يوسف جهاد

تخصص علم الحديث

قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية

مدير التحرير

الأستاذ المساعد الدكتور

عيسى احمد محل الفلاحي

اختصاص الفقه المقارن

قسم الشريعة/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية.

أعضاء هيئة التحرير:

١- أ.د: عبد الرحمن حسين علي.

تخصص تاريخ - قسم التاريخ/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية.

٢- أ.د: طه فريح صالح.

تخصص تفسير - قسم علوم القرآن/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية .

٣- أ.د: صالح احمد رشيد.

تخصص لغة عربية - قسم اللغة العربية/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية.

٤- أ.د. سهاد جاسم عباس.

تخصص لغة عربية - قسم اللغة العربية/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية.

٥- أ.م. هند حامد محمد.

تخصص اللغة الانجليزية/ كلية التربية للبنات/ الجامعة العراقية

التعريف

هي مجلة علمية وثقافية دورية محكمة نصف سنوية، تصدر عن كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية، تحمل الرقم الدولي:

ISSN (print) : 2708 - 1354

ISSN (online): 2708 - 1362

تقوم بنشر البحوث العلمية القيمة والأصيلة في مجالات العلوم الإنسانية المختلفة باللغتين العربية والإنجليزية. كما تتضمن ملخصات لبعض رسائل الماجستير، وأطاريح الدكتوراه التي تعنى بقضايا المرأة والتربية، وتقارير عن بعض الأنشطة العلمية (المؤتمرات، والندوات، وورش العمل النقاشية، والدورات، ومدخلات في بحث علمي نشر في أحد أعداد المجلة) وبعض المقالات عن المرأة والتعليم، ورصد للبرامج والتقنيات في مجال اختصاص المجلة وذلك حسب الأقسام والمحاور الآتية:

القسم الأول: البحوث العلمية المحكمة

ويتضمن المحاور الآتية:

- الفكر الإسلامي والدراسات القرآنية.
- التربية والتنمية البشرية.
- اللغة العربية وعلومها.
- الدراسات التاريخية.

- 
- 
- التحديات وآفاق المستقبل.
 - المرأة وقضايا الأسرة.
 - بحوث اللغة الإنكليزية.

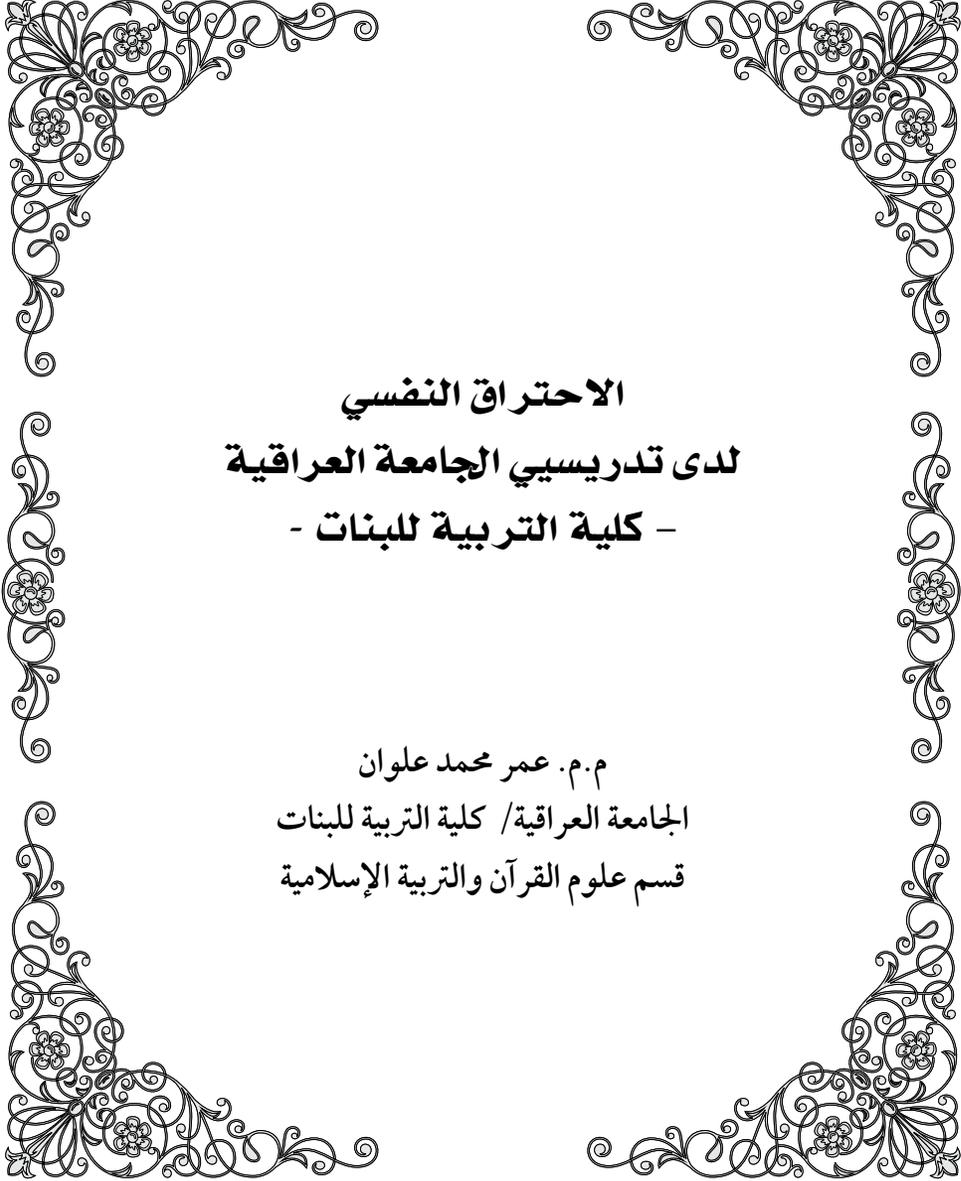
القسم الثاني: الأنشطة والمتابعات العلمية.

- ملخصات الكتب والبحوث العلمية والأطاريح.
- تقارير الأنشطة العلمية (ندوات، ومؤتمرات، وورش نقاشية، ودورات تربوية)
- مقالات عن المرأة والتعليم.
- أوراق نقدية، وتحليلات فلسفية.
- إصدارات، وتقنيات.

دعوة:

ترحب هيئة تحرير المجلة باسهامات الباحثين، وأصحاب الأقلام من الكتاب والمثقفين في أقسام الفكر الإسلامي، والعلوم الإنسانية، والاجتماعية، والتعليمية والتربوية، وكل ما له صلة بشؤون المرأة والمجتمع، وقضايا الإنماء التربوي والتعليمي، والبرامج التطويرية المعاصرة على وجه العموم. وذلك على وفق قواعد النشر المعتمدة من هيئة تحرير المجلة والمصدق عليها من عمادة الكلية والهيئة الاستشارية العليا.





الاحتراق النفسي
لدى تدريسيي الجامعة العراقية
- كلية التربية للبنات -

م.م. عمر محمد علوان
الجامعة العراقية / كلية التربية للبنات
قسم علوم القرآن والتربية الإسلامية



ملخص البحث باللغة العربية

لقد هدف البحث الحالي الى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى تدريسي الجامعة العراقية كلية التربية للبنات . حيث تكونت عينه البحث من (٩٢) تدريسي للعام الدراسي ٢٠١٤ - ٢٠١٥ حيث قام الباحث بتبني مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (١٩٨٢) بعد ان تم اجراء التعديلات اللازمة على فقرات المقياس من قبل مجموعة من الخبراء، حيث كان الثبات بنسبة (٠,٧٩) ، وقد توصل البحث الى مجموعة من النتائج وهي ان أساتذة الجامعة لا يعانون من احتراق نفسي وأيضاً لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغير الجنس واللقب العلمي ، وقد خرج هذا البحث بعدد من الاقتراحات والتوصيات.





Abstract

This research aims to detect the burnout level for staff members of Iraqi University, College of Education for Women.^(٩٢) Instructors are submitted to answer a questionnaire in the academic year ٢٠١٥ to ٢٠١٤ . The researcher has adapted Maslach scale psychological combustion (١٩٨٢) after a necessary amendments to paragraphs scale by a group of experts, where it was stable by (٠,٧٩) The research has been reached to set of results i.e., the professors of Iraqia University do not suffer from the self-combustion . Also there are no statistically significant differences related to gender or to scientific title. Finally , the research has come out with number of suggestions and recommendations.





الفصل الاول مشكلة البحث واهميته

مشكلة البحث

يعد المجتمع الجامعي صورة مصغرة من المجتمع الكبير يعتبر مؤسسة علمية تربوية ذات مستوى رفيع لكنه رغم ذلك يعاني من مشكلات عدة، شأنه شأن اي مؤسسة اجتماعية اخرى، فالتدريسيون اضافة الى ما يعانونه من مشكلات اجتماعية واقتصادية، لديهم مشكلات خاصة بطبيعة عملهم، فقد وصفت مهنة التدريس بانها اكثر المهن معانات من الضغوط، وفي حالة استمرارها قد تؤدي الى حالة نفسية سيئة تعرف (باحترق النفسي) والذي يعد من الظواهر النفسية التي نالت اهتمام الباحثين، لا سيما في مجال التدريس اثناء ممارسته لعملية التدريس ومن بعض المشاكل:

ازدياد حجم العمل، والعبء التدريسي، عدم القدرة على ضبط سلوك الطلبة، وفقدان التحكم والسيطرة في مجريات اموره المهنية وغيرها من الاسباب.

وترتبط ظاهرة الاحتراق النفسي لدى التدريسي بالعديد من العوامل منها ما يتحلل به العمل ومنها ما يتحلل بظروف خارجية. ومن هنا فان هذا البحث يسعى لمعرفة اثر الاحتراق النفسي على شخصية الأستاذ الجامعي ومدى تأثيره على أدائه المهني في مهنة التدريس.

أهمية البحث

ان الجامعة يكمن دورها في تحمل مسؤولية اعداد الملاكات المتخصصة والعلماء والمفكرين والمدرسين والخبراء المليء الاطر التربوية والفنية والاقتصادية وبالتالي فان لها اثرا في تأهيل كوادرها اذ ان التعليم الجامعي يسهم في درجة كبيرة في النمو العقلي والاخلاقي والاجتماعي كما يسهم في زيادة انتاجهم الاقتصادي واسلوبهم في الحياة وواجه النشاطات التي يمارسونها في اوقات فراغهم واطلاعهم على العلوم والثقافة وفي تطوير مهاراتهم الشخصية والعقلية. (الكبيسي، ص ٤). ومما لاشك فيه، ان للتدريسي دوراً فعالاً في العملية التعليمية وبالتالي و فان اي تأثيرات سلبية على التدريسي تنعكس سلبا على العملية التعليمية بأكملها. والاحتراق النفسي من الظواهر ذات التأثير

الاحترق النفسي لدى تدريسي الجامعة العراقية  البحوث المحكمة
السيء على التدريسي ويظهر هذا التأثير في انخفاض الاداء والاجهاد والسلبية في التعامل مع
الاخرين وغيرها. ولقد اجريت عدة دراسات منها :

لقد قام (القريوتي، ٢٠١٠) بدراسة استهدفت الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى
معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم بسلطنة عمان واشارت النتائج وجود مستوى منخفض من
الاحتراق النفسي لدى عينة البحث .

وقام (الزهراني، ٢٠٠٨) بدراسة معرفة طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض السمات
الشخصية في الملكة العربية السعودية وقد اشارت البحث الى أنه يوجد فروق في الاحتراق النفسي
(الزهراني، ٢٠٠٨)

وقد قام (الرافعي والقضاة، ٢٠١٠) بدراسة هدفت الى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي
لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين، وقد توصلت نتائج البحث الى وجود احتراق نفسي
لدى اعضاء هيئة التدريس .

وتكمن اهمية البحث فيما يلي :-

١- ان هذا البحث يتناول ظاهرة الاحتراق النفسي والتي تعد من اكثر الظواهر النفسية التي
تظهر على التدريسين وتظهر المعاناة النفسية التي يظهرها للقيام بواجبهم .

٢- الكشف عن مثل هذه الظاهرة، وتجنب تأثيرها السلبي على التدريسي .

ويساعده على التمتع بحالة نفسية مستقرة، وكذلك تحسين ادائه، والمتمثل في تقديم الخدمات
للطلبة على اكمل وجه ان يكون منهكا، او غير راضٍ عن المهنة او ثقله ضغوطها ولا يقوم على
مواصلة العطاء

٣- يمكن ان يقدم هذا البحث للمسؤولين في الكلية صورة واضحة حول مستويات الاحتراق
النفسي لدى تدريسيها والتي ينبغي الاهتمام بأسبابها واثارها السلبية، وعقد ورشات وبرامج
تدريبية نفسية ليتمتع خلالها عضو هيئة التدريس بالصحة النفسية، ومحاولة ايجاد حلول ناجحة
للمشاكل التي تواجههم والتقليل منها قدر الامكان .

٤- الاستفادة من نتائج البحث في الحد من ظاهرة الاحتراق النفسي .



اهداف البحث

١- يهدف البحث الى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى اساتذة كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية

٢- التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لأساتذة كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية حسب (اللقب العلمي، الجنس)

حدود البحث :-

يقتصر البحث الحالي على تدريسي الجامعة العراقية كلية التربية للبنات لعام (٢٠١٤-٢٠١٥)

تحديد المصطلحات :-

الاحتراق النفسي

يعرف (الحرثاوي، ١٩٩١) فيرى أنه (حالة نفسية تؤرق الافراد الذين يعملون في مهن تتطلب تقديم خدمات اجتماعية، إنسانية لأناس كثيرين، وذلك نتيجة لضغوط العمل والاعباء الزائدة الملقاة على عاتق هؤلاء الافراد). (الحرثاوي، ١٩٩١: ص).

ويرى (عسكر، ٢٠٠٠) يرى الاحتراق انه (حالة من الانهاك او الاستنزاف البدني والانفعالي، نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية، ويتمثل الاحتراق النفسي في مجموعة من الظواهر السلبية منها : التعب، والارهاق، والشعور بالعجز، وفقدان الاهتمام بالعمل و والسخرية من الآخرين، والكآبة والشك في قيمة الحياة، والعلاقات الاجتماعية في مفهوم الذات). (عسكر، ٢٠٠٠: ١٠٢)

اما (الرفاعي و القضاة ٢٠١٠) أن الاحتراق النفسي :-

هو (ظاهرة نفسية تصيب اعضاء هيئة التدريس بالإرهاق والتعب وقلة الحماس وتثني الدافعية ومقاومة التغير ناتجة من اعباء اضافية داخلية وخارجية يشعر معها العضو انه غير قادر على تحملها وينعكس ذلك سلبا على أداءه التدريسي وعن تقديم المساعدة لطلبته كما كان يرغبون، وقيامه بالمهام المسندة اليه بجد واثقان). (الرفاعي، القضاة، ٢٠١٠، ص ٣٠٧).

ويعرف (oliver ١٩٨١)

((وصفه بالنفاذ الكلي للذخيرة الذهنية والجسمية نتيجة الجهد الزائد للوصول الى بعض

الاحترق النفسى لى تدرسىى الجامعة العراقىة البحوث المحكمة

الاهداف غير الواقعىة ذات العلاءة بالوظيفة) (1981:29, niehous)

اما سىدمان وزاجر (1987 sedman andzager) انه مظاهر سلبيىة من الاستجابة للضغط المصاحب للتدرىس وعملياتهم والطلاب ونقص دعم الادارة).

وىعرفه فرودنبرغر (frudenberg) (1995) كما ورد فى الطحائىة الاحترق النفسى بأنه (حالة من الانهاك تحصل نىءة للأعباء والمتطلبات الزائءة والمستمرة الملقاة على الافراد على حساب طاقتهم وقوتهم) (الطحائىة 1995).

التعريف إجرائىا: وهى الدرجة التى يحصل عليها الأستاذ على مقياس الاحترق الذى تم تطبيقه على العينة . من خلال اجابته على مقياس الاحترق النفسى.





الفصل الثاني اطار نظري

مفهوم الاحتراق النفسي:-

ويرى علماء اللغة ان الاحتراق هو: حرق: الحرق، بالتحريك: النار. يقال: في حرق الله، قال: سريعا مثل اضرام الحرق وقد تحرقت، والتحريق: تأثيرها في الشيء. الازهري: والحرق من حرق النار. وفي الحديث: الحرق والفرق والشرق شهادة. ابن الاعرابي: حرق النار لهبه، قال: وهو قوله ضالة المؤمن اذا اخذها انسان ليتملكها فانها تؤديه الى حرق النار، والضالة من الحيوان: الابل والبقر وما اشبهها مما يبعد ذهابه في الارض ويمتغ من السباغ، ليس لاحد ان يعرض لها لان النبي ﷺ اوعد من عرف لها ليأخذها بالنار واحرقه بالنار وحرقة: شدد للكثرة. وفي الحديث: الحرق شهيد بكسر الراء وفي رواية: الحريق اي الذي يقع في حرق النار فيلتهب. (ابن منظور، د.ت: ٣ / ٩١).

اعتبر هربرت فردنبرج (Herbert Freudenberger) المحلل النفسي الأمريكي أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي burnout الى حيز الاستخدام الاكاديمي وذلك عام ١٩٧٤م عندما كتب دراسة اعددها لدورية متخصصة Journal of Social Issues وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته وعلاجه مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك. ولكن اعمال كريستينا ماسلاش Meshach استاذة علم النفس بجامعة بيركلي الامريكية مثلت الريادة في دراسة وتطوير مفاهيم الاحتراق النفسي. وقد عرفت ماسلاش الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الاجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبذل الشخصي. والاحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والاداء المهني. (البتال، ٢٠٠٠: ٢٢-٢٣)

النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

يبدو ان نظريات علم النفس حاولت بشكل او باخر تفسير ظاهرة الاحتراق النفسي على الرغم من انها لم تحدث عنه بشكل مباشر من خلال كونها حالة داخلية نفسية حالها حال القلق التوتر (الرشدان، ١٩٩٥: ٢٥)

ومن هذه النظريات :-

أولاً: - النظرية السلوكية: لما كانت النظرية السلوكية تؤكد ان السلوك هو نتاج الظروف البيئية الى درجة كبيرة، فان مشاعر الفرد واحاسيسه، وادراكاته تتأثر الى حد كبير بهذه العوامل البيئية. (روبرت، ١٩٩١ : ٨٧) وحسب نظرة اصحاب هذه النظرية فان الاحترق النفسي حالة داخلية شأنه شأن القلق والغضب، ولهذا نجد ان النظرية السلوكية ترى ان الاحترق هو نتيجة لعوامل بيئية واذا ما تم ضبط تلك العوامل فانه من السهولة التحكم بالاحترق النفسي، وهذا ما تؤمن به الكثير من النظريات والدراسات العلمية حالياً في اهمية وضرورة وتعديل السلوك لضمان درجة عالية من الاداء والانتاجية في مختلف مجالات العمل (حرب، ١٩٩٨).

ثانياً: - النظرية المعرفية: ترى النظرية المعرفية ان السلوك الانساني ليس محددًا بموقف مباشر يحدث فيه اذ ان المعرفة عامل يتوسط بين الموقف والسلوك، فإنسان يفكر فقط في الموقف الذي يتواجد فيه ويسعى الى الاستجابة من اجل الوصول الى اهداف يحددها وعليه فان ذلك يقود بالضرورة الى حالة من الرضا والمعنوية العالية، والتكيف الإيجابي معه اما الادراك السلبي فيؤدي الى ظهور اعراض الاحترق النفسي (رمضان، ١٩٩٩).

وعليه فان النظرية المعرفية تعطي الشخصية كثير من الاستقلالية في البيئة في سلوكه او في طرق تفكيره، لكن هذه النظرية لم تقتصر على الادراك في تفسير السلوك فقط بل اضافت اليه اثرا محددًا من السلوك وبشكل خاص الدافعية.

(Rohwer.etal، ١٩٧٤: ٣٥) وعليه فان الاحترق النفسي يحدث لدى الفرد في ضوء اراء هذه النظرية اذا كان ادراكه للموقف سلبيًا وكانت دافعيته منخفضة (Cedoline، ١٩٨٢: ٦٥).

ثالثاً: - نظرية التحليل النفسي: تؤكد هذه النظرية ولاسيما رائدها (سيجموند فرويد) على الحتمية البيولوجية في تفسير السلوك على وفق قوانين محددة، اذ يرى ان الشخصية تتكون من ثلاثة منظومات هي (الهو) و (الانا) و (الانا الاعلى) فالهو تقود الى السلوك الغريزي، وينجم عن (الانا) السلوك المنطقي من حيث يترتب على (الانا الاعلى) السلوك الاخلاقي، لذا فان السلوك يمر بثلاث مراحل مترابطة او متصلة هي ان حدثًا بيئيًا ما (خبرة ما) ويؤدي الى حالة عقلية داخلية، انفعال او فكرة او صراع ينجم عنها سلوك ظاهر، وعليه فان مصدر السلوك الظاهري كالتبلد ونقص الشعور

وليس الأحداث البيئية (Rohwer,etal، ١٩٧٤: ٤).

أسباب الاحتراق النفسي :-

تكمُن أسباب الاحتراق النفسي فيما يأتي (الفرح، ٢٠٠١) (الطحانية، ١٩٩٥) (١٩٨٧)، (Sarros).

- العمل لفترات طويلة، والحمل التدريسي الزائد.

- غموض الدور والرتابة في العمل.

- فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل والانتاج، وعدم الرضا الوظيفي، خاصة في حالة عدم تحقيق الاحتياجات الشخصية المتوقعة.

- الشعور بالانعزلة في العمل، وضعف العلاقات الاجتماعية.

- ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل، وزيادة عبء العمل وتعدد المهام المطلوبة.

- الخصائص الشخصية للفرد وتعلق بالانتماء والالتزام والاخلاص في العمل.

أعراض الاحتراق النفسي :

لقد صنف بعض الباحثين امثال بيك وجراجويل (BeckamdGarguil) (١٩٨٣) أعراض

الاحتراق النفسي في اربع فئات هي :

اولاً:- الاعراض الفسيولوجية الجسمية وتشمل :-

ارتفاع ضغط الدم، ارتفاع معدل ضربات القلب، اضطرابات في المعدة، جفاف الحلق و ضيق

التنفس، والالم في الظهر والانهك الشديد، بحيث يفقد الفرد نشاطه وحماسه وقد يتحول الشعور

بالإنهك الى مرض حقيقي كما في الاحساس بالتعب الذي يؤدي الى صداع مستمر وشديد وضعف

عام في الجسم مما ينتج عنها خلل في بعض اجهزة الجسم ومن ثم التأثير على سير حياته. (عبد العلي

و٢٠٠٣، ص٥٢).

ثانياً :- الاعراض السلوكية :

وتبدا من الشكوى من العمل والبطء في الاداء وعدم الرضا والانجاز المتدني والتغيب المستمر في

العمل، وترك المهنة والانسحاب من حياة الاشخاص الذين يتعامل معهم. (زيدان، ١٩٩٨، ١٣).

مراحل الاحتراق النفسي :-

يرى ماتيسون وان فاسيفيش (Matteson and Ivancvich) (١٩٨٧) ان ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة وانما تتضمن المراحل الاتية :-

١- مرحلة الاستغراق :-

وفيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفعا ولكن اذا حدث عدم تناسق بين ماهو متوقع من العمل وما يحدث في الواقع يبدأ مستوى الرضا في الانخفاض.

٢- مرحلة التبلد :-

هذه المرحلة تنمو ببطء وينخفض فيها مستوى الرضا عن العمل تدريجيا وتقل الكفاءة وينخفض مستوى الاداء في العمل، ويشعر الفرد باعتلال صحته البدنية وينقل اهتمامه الى مظاهر اخرى في الحياة كالهوايات والاتصالات الاجتماعية وذلك لشغل اوقات فراغه.

٣- مرحلة الانفصال :-

وفيها يدرك الفرد ما حدث، ويبدأ في الانسحاب النفسي واعلال الصحة البدنية والنفسية مع ارتفاع مستوى الاجهاد النفسي.

٤- المرحلة الحرجة :-

وهي اقصى مرحلة :- وهي سلسلة الاحتراق النفسي وفيها تتزايد الاعراض البدنية والنفسية والسلوكية سوءا وخطرا ويختل تفكير الفرد، نتيجة شكوك الذات Self.Doubts

ويصل الفرد الى مرحلة الاجتياح (الانفجار) ويفكر الفرد في ترك العمل وقد يفكر في الانتحار

(Matteson and Ivancevich, ١٩٨٧ : ٣٦)

ابعاد الاحتراق النفسي :-

طبقا لما سلاك وزملائها فان صدام المهن الضاغطة بسبب مشاعر التوتر الشديد والدائم مع الناس والذي يقود الى فقدان الاهتمام، وعدم الالتزام، وهما عكس اتجاهات العامل، وتظهر هذه المشاعر في صورة ثلاثة ابعاد هي :-

١- الاجهاد الانفعالي :-

بما ان المشاعر الانفعالية قد استنزفت فان الاشخاص لا يستطيعون ان يقدموا العطاء، كما كانوا



م.م. عمر محمد علوان

من قبل وتمثل هذه المشاعر في شدة التوتر والاجهاد وشعور العامل بانه ليس لديه شيء يعطيه الاخرين على المستوى النفسي.

٢- تبدل الشعور :-

ويوضح الاتجاهات السلبية تجاه من يتعامل معهم الشخص المحترف نفسيا وهذه الاتجاهات السلبية والتي تكون احيانا تهكمية لا تمثل الخصائص المميزة للشخص وتعرف كلا من ماسلاش ونز (Maslach and pinies ١٩٧٧)

هذا البعد من الاحتراق النفسي بانه : هو احساس بالإنسانية والسخرية من الاخرين والذي يظهر في صورة تحقير اثناء المعاملة.

٣- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي :-

وهذا البعد يحدث حينما يبدأ الافراد في تقييم انفسهم تقريبا سالبا وحينما يفقدون الحماس للإنجاز، وعنما يشعر العامل او الشخص بانه لم يعد كفاء في العمل مع عملاء وبعدم قدرته على الوفاء بمسؤوليته الاخرى (Maslach and pinies ١٩٧٧، ١٠٠٠-١٠٣).

علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات الاخرى:-

للاحتراق النفسي مجموعة من الاعراض التي يستدل منها على حدوثه والتي تميزه عن غيره من المصطلحات، حتى لا تختلط اعراضه بأعراض بعض المصطلحات الاخرى وهي :

١- الاحتراق النفسي والضغط النفسي :-

الاحتراق النفسي والضغط النفسي كلاهما يعبر عن حالة من الاجهاد او الانهك النفسي والبدني، لكن يختلف الاحتراق عن الضغط، فغالبا ما يعاني الاستاذ من ضغط مؤقت ويشعر كما لو كان محترفا نفسيا، لكن بمجرد التعامل مع مصدر الضغط ينتهي هذا الشعور فقد يكون الضغط داخليا او خارجيا، وقد يكون طويلا او قصيرا واذا طال هذا الضغط فانه يستهلك اداء الفرد، ويؤدي الى انهيار في اداء وظائفه (عبد الحميد & كفاي، ٣٧٤٩، ٣٧٥٠: ١٩٩٥). اما الاحتراق النفسي فهو عرض طويل المدى يرتبط حدوثه بالضغط النفسية، و بمصادر وعوامل اخرى، وبذلك فان الضغط النفسي سببا في الاحتراق النفسي اذا ما استمر ولم يستطيع الفرد التغلب عليه.

٢- الاحترق النفسي والاجهاد النفسي :-

الاجهاد عبارة عن عبء انفعالي زائد، ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة، فتؤدي الى الانهالك البدني والنفسي (عبد الحميد & كفاي، ٣٧٤٥- ٣٧٤٤: ١٩٩٥) واذا اعتبر قريبا من الاجهاد الانفعالي، فانه يمثل احد مكونات الاحترق النفسي كما يعتبر عرضا من اعراضه العديدة. ويمكن ان نعتبر الضغط سابق على الاجهاد النفسي، كما ان الاجهاد يشكل ضغطا -ايضا- فهي كعلاقة دائرية، قد لا تكون لها نهاية بين الضغوط النفسية والاجهاد النفسي .

٣- الاحترق النفسي والقلق النفسي :-

القلق عبارة عن شعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوان مضاد لبيئة يدركها الفرد على انها عدائية (عبد الحميد & كفاي ٢٢٠ : ١٩٨٨) قد تلتبس هذه الاعراض بمظاهر الاحترق النفسي والذي من مظاهره :فقدان الاهتمام بالآخرين، والسخرية من الآخرين، والشك في قيمة الحياة، والعلاقات الاجتماعية الا ان الشعور بالقلق قد يتكون لدى الفرد منذ مرحلة الطفولة بعكس الاحترق النفسي، فهو مرتبط بالأداء الوظيفي او المهني، ويكون الفرد في مرحلة الرشد .

مواجهة الاحترق النفسي :-

ان الكثير من الدراسات الاجنبية اظهرت ان التأمل ورياضية (اليونان) تساعدنا كثيرا في التغلب على الاحترق النفسي، وعلى الرغم من ان المجتمعات الاسلامية لم تجر ابحاثا في هذا الجانب ولكني اعتقد ان التقرب الى الله والمحافظة على الجوانب الدينية والروحية له تأثير ايجابي في نفسية الاشخاص بشكل عام لان الموظف المؤمن يكون دائم الحرص على اداء عمله بما يرضي ربه وضميره لأنه يرى في عمله عبادة قبل ان يكون وسيلة لكسب الرزق او تحقيق مكانة اجتماعية .ولان الاحترق النفسي هو النتيجة المتطرفة للضغوط النفسية والمهنية وبالتالي فان علاج الضغط يؤدي حتما للقضاء على ظاهرة الاحترق النفسي ارتأيت عرض كيفية علاج الضغوط وبالتالي الاحترق عن طريق الصبر والصلاة مثلما عرضها الكحيل في كتابه روائع الاعجاز في القران الكريم (الكحيل، نسخة الكترونية، ١١٣- ٥٨) .

١- الصبر :- ان المؤمن هو ابعد الناس عن الضغط النفسي لان الله تعالى زوده بعلاج قوي الا وهو الصبر، بقوله تبارك وتعالى :- ﴿وَأَنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُورِ﴾ [ال عمران



م.م. عمر محمد علوان

١٨٦:] فالملحد ينظر الى الدنيا على انها نهاية كل شيء ، فلا حياة بعد الموت وهذا ما يزيد معاناته و يضاعف الضغوط النفسية التي يتعرض لها لانه لا يجد حلا لمشاكله وهمومه . (الكحيل، ص ٥٨، ١١٣).

٢- الصلاة لقد صح عن النبي (رواه احمد). كما ان النبي الكريم اكد في عدة مناسبات احب الاعمال هي الصلاة على وقتها، وقال (اعلموا ان خير اعمالكم الصلاة) (رواه احمد).

٣- الترويح عن النفس : - حيث يعتبر الترويح عن النفس من الامور المهمة التي قد يحتاجها المرءون اثناء مخالطتهم للناس والتعامل معهم، فالترريح هو التسرية والتنفيس عن النفس (بسيوني ، د.ت: ٢١).



الفصل الثالث

منهجية البحث واجراءاته

يعد البحث الوصفي هو اكثر انواع البحث شيوعا وانتشارا فالبحث الوصفي يركز على ماهو كائن الان في هذه الحياة وفي مجال التربية وعلم النفس، ويعرف البحث الوصفي بانه كل استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية او النفسية، كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها، وكشف جوانبها، وتحديد العلاقات بين عناصرها، او بينها وبين ظواهر تعليمية او النفسية او اجتماعية، ولا يقف البحث الوصفي كما يبدو من التسمية عند حدود وصف ظاهرة موضوع البحث وانما يذهب ابعد من ذلك فيحلل ويفسر ويقارن ويقيم املا في التحول الى تعميمات ذات معنى يزيد بها رصيد معارفنا عن تلك الظاهرة وفي كل احوال فان اهم خصائص البحث الوصفي الموضوعية في التشخيص (الزوبعي، ١٩٨١: ص ٥٣).

مجتمع البحث :-

يقصد بالمجتمع المجموعة الكلية ذات العناصر التي يسعى الباحث الى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة (عودة، ١٩٩٣: ص ١٥٩).

يشتمل مجتمع البحث الحالي على تدريسيي كلية التربية للبنات في الجامعة العراقية للعام الدراسي (٢٠١٤-٢٠١٥) من الاناث والذكور والاختصاصات الانسانية والعلمية حيث يتكون مجتمع البحث الاصيلي من (١٥٥) تدريسيي.

اداة البحث :-

استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي المعد من (كريستينا ماسلاش Maslash) والمتكون من (٢٢ فقرة)

صلاحية فقرات المقياس :-

يشير (Ebel) الى ان افضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من المحكمين المتخصصين لتقرر صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها (Ebal، ١٩٧٢، ٥٥٥)



م.م. عمر محمد علوان

ولغرض قياس هذا النوع من الصدق فقد تم عرض الفقرات ال (٢٢) التي تكون منها المقياس في صيغته الاولى (ملحق رقم ١) على لجنة المحكمين (ملحق رقم ٢) المختصين في علم النفس لدى كل منهم رايه حول كل فقرة من الفقرات من حيث صلاحيتها (صدقها) أو عدم صلاحيتها في مقياس الاحتراق النفسي استنادا الى التعرف النظري لمفهوم الاحتراق النفسي وكذلك بيان صلاحية البدائل المستخدمة للإجابة وتحليل اراء المحكمين عن فقرات المقياس فقد تم استخدام نسبة ٨٠٪ من الحكام فما فوق لقبول الفقرة وبذلك تم استبقاء (٢٢) فقرة واجراء بعض التعديلات على فقرات المقياس (ملحق ٣).

تصحيح الاختبار :-

تم توزيع الدرجات على البدائل السبعة وهي : (لا أعاني مطلقا، مرات قليلة بالنسبة، مرة قليلة بالشهر، مرات قليلة بالشهر، مرة في كل اسبوع، مرات قليلة بالأسبوع، كل يوم) وقد اعطيت عند التصحيح (١،٢،٣،٤،٥،٦،٧) وتم تعيين الفقرات الموجبة والسالبة، وان مجموع الدرجات على فقرات المقياس يمثل الدرجة النهائية للأستاذ المجيب على المقياس الاحتراق النفسي.

الدراسة الاساسية:- طبق الباحث مقياس الاحتراق النفسي ملحق رقم (٣) على عينة التطبيق الاساسية والبالغ عددها (١٠٢) تدريسي من تدريسي كلية التربية للبنات الجامعة العراقية، وقد قام الباحث بتصحيح اجابات التدريسيين عن الفقرات واهملت (٩) استمارات لعدم استكمال اجاباتها* ولذلك اصبح عدد الاستمارات الخاصة للتحليل الاحصائي (٩٣) استمارة، وقد اتبع الباحث اسلوبين لأجراء عملية التحليل هما أسلوب العينتين المتطرفتين، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية.

-التحليل الاحصائي لفقرات المقياس :-

تعد عملية التحليل الاحصائي للفقرات خطوة اساسية في بناء اي مقياس وذلك للكشف عن الخصائص السايكو المترية لفقراته التي تساعد معد المقياس في اختبار الفقرات ذات الخصائص الجيدة، وهذا بدوره يؤدي الى زيادة صدق المقياس وثباته (احمد، ص ٢٥٥، ٢٥٦).

* وذلك بسبب كون بعض التدريسين ١-اجازة دراسة. ٢-اجازة امومة. ٣-اجازة مرضية. ٤- اجازة اعتبارية. ٥- والبعض امتنع عن الاجابة.

صدق المقياس :-

للتحقيق من صدق المقياس استخدم الباحث ارتباط الفقرة للدرجة الكلية للمقياس والقوة التمييزية كمؤشرين على صدق البناء (Chidelli ١٩٨١ :٤٣).

تميز الفقرات :

تعد القوة التمييزية للفقرة احد الخصائص السايكومترية الاساسية التي يمكن الاعتماد عليها في تقويم الفقرة من حيث كفاءتها في مقياس السمة المراد قياسها في المقياس ومن خلال قدرتها في التمييز بين الافراد الذين يختلفون في السمة المقاسة (Anastasi, p:٢٠٠). لذلك فان استبعاد الفقرات الضعيفة التميز وابقاء الفقرات المميزة في المقياس يجعلها اكثر دقة وثباتا (Eble, p:٣٩٠). لاستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس الاحترق النفسي فقد رتب اوراق اجابات افراد العينة التي خضعت للتحليل الاحصائي حسب الدرجة الكلية والبالغ عددها (٩٣) ورقة اجابة ترتيبا تنازليا، ثم اختيرت نسبة (٢٧٪) العليا و (٢٧٪) الدنيا منها بوصفها المجموعتين المتطرفتين اللتين بموجبها يتم تحليل فقرات المقياس، اذ يشير المتخصصون في المقياس وبعد تحليل الفقرات احصائيا تبين ان جميع الفقرات صالحة لقياس ما أعدت له، لذا بقية مقياس الاحترق النفسي بصيغته النهائية (٢٢) فقرة، كما موضح في الملحق رقم (٤).

قوة الدلالة	القيمة الثانية	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		تسلسل الفقرة
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	
دالة	٥,٢٦٠	٤٣٥٨٩	١,٢٤٠٠	٢,٠٨٤٠٧	٣,٤٨٠٠	١
دالة	٢,٧٦٦	١,٩٧٧٣٧	٣,٠٨٠٠	٢,٢٠٨٣٢	٤,٧٢٠٠	٢
دالة	٧,٠٩٩	٧٦٨١١.	١,٤٤٠٠	٢,١١٨٩٦	٤,٦٤٠٠	٣
دالة	٣,٢٣٣	٢,٠٨٧٢٦	٢,٢٤٠٠	٢,١٩٨٤٨	٤,٢٠٠٠	٤
دالة	٢,٠٧٨	١,٢٦٢٢٧	١,٥٢٠٠	١,٥٧٧٩٧	٢,٣٦٠٠	٥



دالة	٤,٨٦٥	١,٥٢٧٥٣	٢,٢٠٠٠	١,٩٣٦٤٩	٤,٦٠٠٠	٦
دالة	٣,٧٦٨	١,٥٥١٣٤	١,٦٤٠٠	٢,٢٨٢٥٤	٣,٧٢٠٠	٧
دالة	٤,٧٧٥	١,٥٩٤٧٨	١,٧٢٠٠	٢,٣٠٩٤٠	٤,٤٠٠٠	٨
دالة	٤,٧٩٧	٦١٣٧٣.	١,٢٤٠٠	٢,٠٧٠٢٦	٣,٣٦٠٠	٩
دالة	٤,٧٣٠	٧٢٣٤٢.	١,٢٤٠٠	٢,٠٣١٤٢	٣,٢٨٠٠	١٠
دالة	٥,٢١٦	٢٠٠٠٠	١,٠٤٠٠	٢,٢١٥١٠	٣,٣٦٠٠	١١
دالة	٧,٩٧٢	٢٧٦٨٩	١,٠٨٠٠	١,٦٨٣٢٥	٣,٨٠٠٠	١٢
دالة	٤,٧٢٥	٢٠٠٠٠	١,٠٤٠٠	١,٨٠٩٢٤	٢,٧٦٠٠	١٣
دالة	٥,٣٦١	١,٠٠٤٩٩	١,٥٢٠٠	٢,٤١٠٣٩	٤,٣٢٠٠	١٤
دالة	٣,٠٣٢	١,٢٥٨٣١	١,٤٠٠٠	٢,٠١٤١٢	٢,٨٤٠٠	١٥
دالة	٣,٥٧٥	١,٣٩٨٨١	١,٩٦٠٠	٢,١٦٠٢٥	٣,٨٠٠٠	١٦
دالة	٥,٣٢١	٢٧٦٨٩.	١,٠٨٠٠	٢,٢٣٨٣٠	٣,٤٨٠٠	١٧
دالة	٥,٠٠٢	٣٣١٦٦.	١,١٢٠٠	٢,١٧٤٠٩	٣,٣٢٠٠	١٨
دالة	٤,٤٢١	٥٤١٦٠.	١,٢٨٠٠	٢,٢٨٩١٠	٣,٣٢٠٠	١٩
دالة	٢,٨٩٥	١,٢٠٠٠٠	١,٢٤٠٠	٢,٠٩٩٢١	٢,٦٤٠٠	٢٠
دالة	٤,٥٣٤	١,٤١٧٧٤	١,٥٢٠٠	١,٩٦٨٩٣	٣,٧٢٠٠	٢١
دالة	١,٤٤٤	١,٤١٦٥٧	١,٥٦٠٠	١,٥١٨٧٧	٢٠١٦٠٠	٢٢



جدول رقم (١)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية :-

لغرض حساب القوة التمييزية لهذا الاسلوب استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لغرض ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجة الفقرة الواحدة وبين الدرجة الكلية وعند اختبار الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط بيرسون تبين ان جميع فقرات المقياس دالة ماعدا فقرة واحدة فأنها غير مميزة عندما قارنتها بالقيمة الجدولية (٠,٢١) وبمستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٩٢).

رقم الفقرة	مستوى الحرية	بيرسون الجدولية	معامل ارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
١	٩٢	٠,٢١	٤٩١	دالة
٢			٣٨٩	دالة
٣			٦١٢	دالة
٤			٣٣٨	دالة
٥			٣٠٤	دالة
٦			٤٦٧	دالة
٧			٣٥٣	دالة
٨			٥٠٩	دالة
٩			٣٧٥	دالة
١٠			٥٠٠	دالة
١١			٦٠١	دالة
١٢			٥٣٨	دالة
١٣			٥٠٣	دالة
١٤			٤٦٤	دالة
١٥			٣٦٠	دالة
١٦			٤٣٣	دالة
١٧			٤٠٧	دالة
١٨			٤٨٤	دالة
١٩			٣٨٢	دالة
٢٠			٤٠٠	دالة
٢١			٣٦٨	دالة
٢٢			٢٥٠	غير دالة



جدول رقم (٢)

الأدوات السايكومترية :-

صدق المقياس :- يعد من اهم الخصائص السايكومترية للمقياس النفسية ويشير بعض المختصين في المقياس النفسي بان نتائج القياس يجب ان تتميز مهما اختلفت من استخدامها (علام ، ١٩٨٦ : ص ٣٠٩) ويقصد بصدق المقياس صلاحيته في قياس السمة او الخاصة التي وضع لقياسها (عودة ، ١٩٩٣ : ص ١٤٤) فاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس الظاهرة السلوكية المراد قياسها التي وضع من اجلها (سجارة ، ١٩٨٩ : ص ١١٠).

الصدق الظاهري :- يستخرج الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك عندما عرضت مجالات وفقرات المقياس على مجموعة من الخبراء في العلوم التربوية والنفسية وقد حظيت بموافقة نسبة (٨٠٪) من اراء الخبراء.

ثبات المقياس :- يعد الثبات من اهم المفاهيم الجوهرية الاساسية في دقة اي مقياس (فصفوت ، ص ٣٣١) ويعني الثبات بانه يتصف بالدرجة العالية من الدقة والاتقان والاتساق في ما يقيسه، وما يزدونا من معلومات عن المفحوص (ابو حطب ، ١٩٨٧ : ص ١٠١) فالمقياس الثابت يعطي النتائج ذاتها فيما اذا اعيد تطبيق المقياس على افراد العينة ذاتها وفي نفس الظروف (الشيخ ، ١٩٨٢ : ص ٢٠٥) ولأجل التحقيق من ثبات مقياس الاحتراق النفسي استخدمت طريقة الفا للتباين.

طريقة التباين بطريقة الفا :-

تعد معادلة الفا من اكثر طرق استخراج الثبات شيوعا، وهذا النوع من الثبات يدعى بثبات التجانس الداخلي للمقياس. وهو الثبات الذي يشير الى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار (الجبوري ، ١٩٩٠ : ص ١٠٦) ولإيجاد ثبات المقياس بمعادلي الفا فقد كان حسابه من (٩٤) ورقة اجابة من التطبيق الاول للمقياس على افراد عينة الثبات، اذ بلغ معامل الثبات (٠,٧٩). وهو معامل ثبات عال.

الصيغة النهائية للمقياس :- بعد انتهاء الباحث من تحليل فقرات مقياس الاحتراق النفسي وإيجاد المؤثرات السايكومترية من صدق وثبات، ثم الحصول على الصيغة النهائية للمقياس والذي

تكون من (٢١) فقرة كما في (ملحق رقم ٥).

الوسائل الاحصائية : - لقد تم استخدام الوسائل الاحصائية الاتية :

١- الاختبار التائي.

٢- تحليل التباين بطريقة معادلة الفا.

٣- معادلة ارتباط بيرسون.





الفصل الرابع نتائج البحث ومناقشتها

١. الهدف الاول

العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	التائية المحسوبة	الجدولية	الوسط الفرضي	مستوى الدلالة
٩٤	٥٣,٨١٩١	١٧,٨٤٥٧٩	٩٣	١٦,٣٩٧	١.٩٨	٨٨	٠,٠٥

فيما يتعلق بالهدف الاول تبين ان الوسط الحسابي اقل من الوسط الغرضي والتائية المحسوبة اعلى من الجدولية، وهذا يدل على ان اساتذة الكلية لا يعانون من الاحتراق النفسي.

٢. الهدف الثاني :

الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	التائية المحسوبة	الجدولية	الوسط الفرضي	مستوى الدلالة
ذكور	٤٢	٥٥,٢١٤٣	١٩,١٧٨٩٢	٩٢	٠.٦٧٩	١.٩٨	٨٤	٠.٠٥
اناث	٥٢	٥٢,٦٩٢٣	١٦,٧٩٦٩٩					

اما بالنسبة للهدف الثاني فيما يتعلق (بالجنس) فانه لا يوجد فرق تبع المتغير الجنس.

٣. الهدف الثالث:

اللقب العلمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	التائية المحسوبة	الجدولية	الوسط الفرضي	مستوى الدلالة
مدرس	٣٥	٥٠,٦٥٧١	٢٠,٢٢٥١٢	٩٠	٥٩٣	٢,٦٨	٨٤	.٩٥
مدرس مساعد	٢٨	٥٥,١٤٢٩	١٧,٥٧٤٦٣					
استاذ	٣	٥٦,٣٣٣٣	٢١,٩٦٢٠٩					
استاذ مساعد	٢٨	٥٦,١٧٨٦	١٤,٦٩٧٠٧					

اما فيما يتعلق بالهدف الثالث فانه لا يوجد فرق في الاحتراق النفسي حسب اللقب العلمي.

مناقشة النتائج :-

هدفت دراسة البحث في التعرف على الاحتراق النفسي لدى تدريسي كلية التربية للبنات وقد

اشارت النتائج :

اولا :- فيما يتعلق بالهدف الاول تبين ان اساتذة الكلية لا يعانون من الاحترق النفسي، وهذا يدل على ان الجامعة بشكل عام وكلية التربية بشكل خاص تذلل الصعوبات والعراقيل امام الأستاذ الجامعي سوى على مستوى الوظيفي والامني والصحي وحل المشاكل الادارية التي تمر بهم.
ثانيا: - فيما يتعلق بالهدف الثاني لا يوجد فرق في الاحترق النفسي حسب متغير الجنس وذلك كون الكلية تتعامل بشكل متوافق مع كلا الجنسين.

ثالثا: - اما فيما يتعلق بالهدف الثالث فانه لا يوجد فرق في الاحترق النفسي حسب اللقب العلمي، كون اساتذة الجامعة بمختلف القابهم العلمية يتمتعون بنسبة عالية من التفكير العلمي في حل مشكلاتهم ومشكلات طلبتهم .

التوصيات :-

- ١- عقد ورش ومحاضرات للتدريسيين حول موضوع الاحترق النفسي وكيفية مواجهته .
- ٢- تصميم وتنفيذ البرامج الوقائية والعلاجية بهدف مساعدة التدريسيين وتسليحهم بالاستراتيجيات التي يجب اتباعها من اجل خفض المصادر المؤدية للاحترق النفسي .
- ٣- مناشدة وزارة التعليم العالي والبحث العلمي والجهات المسؤولة في الدولة من اجل تدليل كل الصعوبات امام الاستاذ الجامعي .

المقترحات :-

- ١- تأهيل متخصصين قادرين على تقديم الاستشارات اللازمة للتحدي لضغوط العمل والاحترق النفسي .
- ٢- إجراء مزيد من الدراسات العلمية للوقوف على الأسباب و الظروف التي تخلق الشعور بالاحترق النفسي لدى العاملين بمهنة التدريس .
- دراسة اثر الاحترق النفسي لدى رؤساء الأقسام
- دراسة اثر الاحترق النفسي لدى عمادات الكليات
- دراسة اثر الاحترق النفسي لدى موظفين وزارة التعليم العالي . وغيرها من الدراسات .



المصادر والمراجع بعد القرآن الكريم

١. ابو حطب، فؤاد واخرون، ١٩٨٧، التقويم النفسي، الانجلو المصرية، القاهرة
٢. باقر بن علي، الترويح في المجتمع الاسلامي حدوده واهدافه، حلقة الترويح في المجتمع الاسلامي^(١).
٣. بسيوني نقلا عن جون رومني، البدائل الاسلامية لمجالات الترويح المعاصرة نقلا عن : الترويح وخدمة المجتمع ل (حافظ واخرون)
٤. جابر عبد الحميد (١٩٨٦) : نظريات الشخصية - البناء - الديناميات - النمو - طرق البحث - التقويم، القاهرة، دار النهضة العربية
٥. الجبوري، عبد الحسين رزوقي (١٩٩٠) بناء مقياس للتوافق المهني لمعلمي المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد - كلية التربية / ابن رشد.
٦. حرب، يوسف (١٩٩٨) ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقته بظغوط العمل لدى المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس - فلسطين،
٧. حرتاوي، هند عبد الله (١٩٩١)، مستويات الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الاردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد - الاردن
٨. الرفاعي ، محمد يحيى ومحمد القضاة، (٢٠١٠). مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية النفسية.
٩. رشدان، مالك احمد علي (١٩٩٥) الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة تدريسي في الجامعات

(١) البتال، زيد محمد (٢٠٠٠)، الاحتراق النفسي (ضغوطات العمل النفسية) لدي معلمي ومعلمات التربية الخاصة، ماهيته - علاجه، سلسلة إصدارات أكاديمية التربية الخاصة، الرياض.

الاحترق النفسي لدى تدريسيي الجامعة العراقية

البحوث المحكمة
الاردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة اليرموك، الاردن
١٠. رمضان، جهاد (١٩٩٩): ظاهرة الاحتراق النفسي واستراتيجيات التكيف لدى العاملين في
وزارة السلطة الوطنية الفلسطينية، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس،
فلسطين

١١. روبرت، ديبى (١٩٩١): في نظرية السلوكية ترجمة جمال الخطيب الرياض، مكتبة
الصفحات الذهبية للنشر والتوزيع

١٢. الزهراني، نوال بنت عثمان بن حميد (٢٠٠٨): الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات
الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، المملكة العربية السعودية، رسالة
ماجستير غير منشورة

١٣. الزوبعي، عبد الجليل ابراهيم، بكر محمد الياس، الكناني، ابراهيم عبد الحسن (١٩٨١):
الاختبارات والمقاييس النفسية، وزارة التعليم العالي، جامعة الموصل

١٤. زيدان، ايمان محمد مصطفى (١٩٩٨): مدى فاعلية كل من الارشاد النفسي الموجه وغير
الموجه في تخفيف حدة الاحتراق النفسي لدى عدد من المعلمات، اطروحة دكتوراه غير منشورة،
معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة.

١٥. سارة، عزيز واخرون، مبادئ القياس والتقويم في التربية، ١٩٨٩م، ط٢، دار الفكر، عمان
١٦. سهير كامل (٢٠٠٠)، التوجيه والارشاد النفسي، ب٠ ط، مركز الاسكندرية للكتاب،
القاهرة

١٧. الشيخ، سليمان الخضري، ١٩٨٢، الفروق الفردية في الذكاء، ط٢، دار الثقافة، القاهرة

١٨. صفوت، ١٩٨٠ م القياس النفسي، دار الفكر العربي، القاهرة، ص ٣٣١

١٩. الطحائية، زياد لطفي (١٩٩٥) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية
في الاردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة الدراسات (العلوم التربوية الجامعة الاردنية)

٢٠. عبد العلي، مهند عبد سليم (٢٠٠٣) مفهوم الذات واثربعض المتغيرات الديموغرافية
وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى معلمة المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي جنين ونابلس، جامعة
النجاح الوطنية كلية الدراسات العليا، نابلس - فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة

٢١. عسكر، علي، (٢٠٠٠) ضغوط الحياة واساليب مواجهتها، ط٢، الكويت: دار الكتب

الحديث

٢٢. علاء الدين كفاقي (١٩٩٥): معجم علم النفس والطب النفسي، الجزء السابع، دار النهضة

العربية

٢٣. علام، صلاح الدين محمود، ١٩٨٦، تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي،

مطابع القبس التجارية، الكويت

٢٤. عودة، الريجاوي، محمد عودة (١٩٩٣): علم النفس الطفل، عمان، الاردن، دارالزهراء

٢٥. الفرح، عدنان (٢٠٠١) الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الاشخاص ذوي الاحتياجات

الخاصة في دولة قطر، دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث للمعلمي الجامعة الاردنية، عدن

٢٦. القريوتي، ابراهيم امين والخطيب، فريد مصطفى (٢٠٠٦): الاحتراق النفسي لدى عينة

من معلمي طلاب العاديين ذوي الاحتياجات الخاصة بالاردن، جامعة عمان العربية للدراسات

العليا، كلية الدراسات التربوية

٢٧. الكحيل، عبد الدايم، روائع الاعجاز النفسي في القران الكريم، نسخة الكترونية غير

معروف تاريخ النشر.

٢٨. ابن منظور، محمد جمال الدين مكرم (ت ٧١١هـ) (د.ت)، لسان العرب، بيروت لبنان.

المصادر الاجنبية

1. Edwarads·A.L ،1957،Technigues of a lttitude. Scale construction
،New yorl.Applet on country corgte

2. Ghiselli.E.at.al.1981 Measurement for the NehavioralScieness· San-
franci com .W.H.Freenan and company

3. Maslash.C.and Jackson ،S. (1981) ،the Measurement of Experienced
Burnout· Journal of

4. Counnhnghom.W.G (1982) :teacher burnout ،Stylish Fad or Proffer
Prblem·Planning and Changing

5. Matteso, M. T. Ivancevich, J. H (1987) Controlling Works Sanfrancisco: Jossy-13ass
6. Maslach, C. and Pines, A. (1977) .The Burnout Syndrome in The day Care Setting ,Chid Care Quarterly (6)
7. Sedman, S. & Zager, J (1987) .The teacher Burnout Scale Education re-search Quarterly. lll (1) .P.35-126
8. Sarros, J. & Sarros, M (1987) ,Predictors of burnout Among school teacher journal of educationl a dminis tration, 25 (2) ,pp216-230
9. Lambardi, G (1997) ,beyond and Stress Teachers Burout (online) Av-alaldehytt://Place.Schttoasic.Com/InstractaProfessional, burnout . htm
10. Bilge, F. (2006) "Examining the Burnout of Adcademics in Relation to job sat is faction and other Factors : social Behavior and Personality Available on line :WWW.SbP-journal-com
11. 9-Eble, R. L. 1972, Essertials of psyenological testing
12. New Jersey Engle wood Glitfs Prentice-Hall Occupational/Behav-iour, 2, pp99-113



ملحق رقم (١) مقياس الاحتراق النفسي بصورته الاولية

الجامعة العراقية

كلية التربية للبنات

قسم علوم القران والتربية الاسلامية

استمارة خبراء

يروم الباحث القيام بالدراسة الموسومة ب (الاحتراق النفسي لدى تدريسي الجامعة العراقية كلية التربية للبنات) وقد تبنت الباحث مقياس كريستينا ماسلاش (١٩٨٢) للاحتراق النفسي حيث ترى انه «حالة من الانهك الجسدي والانفعالي والعقلي تظهر على شكل اعياء شديد وشعور بعدم الجدوى وفقدان الامل وتطور مفهوم ذات سلبي واتجاهات سلبية نحو العمل والحيات والناس ان الاجابة عن هذا المقياس وفقا لتدرج (السباعي) (لا اعاني مطلقا، مرات قليلة بالسنة، مرات قليلة بالشهر، مرة بالشهر، مرة بالاسبوع، مرات قليلة بالاسبوع، كل يوم) ولعلم الباحث بخبرتك ومعرفتك في هذا المجال نرجو ابداء راىكم السديد في تحديد صلاحية الاسئلة واقتراح التعديل المناسب اذا تطلب ذلك مع فائق الشكر والتقدير

الباحث

مقياس الاحترق النفسي بصورته الاولية

ت	العبارة	صالحة	غير صالحة	قابلة للتعديل
١	اشعر ان عملي يستنفذني انفعاليا نتيجة عملية التدريس			
٢	اشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم المدرسي			
٣	اشعر بالانهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف ان علي مواجهة عمل جديد			
٤	من السهل معرفة مشاعر طلبتي			
٥	اشعر انني اتعامل مع بعض الطلبة وكانهم اشياء لا بشر			
٦	ان التعامل مع الناس طوال اليوم العمل يسبب لي الاجهاد لي			
٧	اتعمل بفاعلية عالية مع مشكلات طلبتي			
٨	اشعر بالاحترق النفسي من عملي			
٩	اشعر ان لي تأثيرا ايجابيا في حياة كثير من الناس من خلال عملي			
١٠	اصبحت اكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس			
١١	اشعر بازعاج والقلق لان مهنتي تزيد من قسوة عواطفني			
١٢	اشعر بحيوية والنشاط			
١٣	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس			
١٤	اشعر انني اعمل في هذه المهنة باجهد كبير			
١٥	حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلبتي من مشكلات			
١٦	ان عمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي الى ضغوط شديدة			
١٧	استطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلبتي			
١٨	اشعر بسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلبتي			
١٩	انجزت اشياء كثيرة ذات قيمة واهمية في ممارستي لهذه المهنة			
٢٠	اشعر وكانني اشرفت على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة			
٢١	اتعامل بكل هدوء مع المشكلات الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لهذه المهنة			
٢٢	اشعر ان طلبتي يلوموني عن بعض مشكلاتهم			



ملحق رقم (٢) أسماء الخبراء

ت	اسم الخبير	التخصص	مكان العمل
١	د. نورية العبيدي	علم النفس التربوي	كلية التربية للبنات
٢	د. حسام العبيدي طرائق	طرائق تدريس	كلية التربية للبنات
٣	د. فؤاد علي	علم النفس النمو	كلية التربية الطارمية
٤	د. حسام مال الله	طرائق التدريس	كلية التربية للبنات

ملحق رقم (٣) فقرات المقياس الذي تم اجراء التعديل عليها

ت	فقرات قبل التعديل	فقرات بعد التعديل
٤	من السهل معرفة مشاعر طلابي	من السهل معرفة مشاعر طلبتي
٦	ان التعامل مع الناس طوال يوم العمل يسبب لي الاجهاد	ان التعامل مع الناس طوال اليوم يسبب الاجهاد لي
٧	اتعامل بفعالية عالية مع مشاكل طلابي	اتعامل بفعالية عالية مع مشكلات طلبتي
٨	اشعر بالاحترق النفسي في عملي	اشعر بالاحترق في داخلي من عملي
١٥	حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلابي من مشاكل	حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلبتي من مشكلات
١٧	استطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلابي	استطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلبتي
١٨	اشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلابي	اشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلبتي
٢١	اتعامل بكل هدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لهذه المهنة	اتعامل بكل هدوء مع المشكلات الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لهذه المهنة
٢٢	اشعر ان الطلبة يلوموني عن بعض مشاكلهم	اشعر ان طلبتي يلوموني عن بعض مشكلاتهم

ملحق رقم (٤) المقياس الذي تم تطبيقه

الجامعة العراقية

كلية التربية للبنات

قسم علوم القرآن والتربية الاسلامية

اللقب :-

التخصص :- انساني علمي

الوظيفة :- ملاك عقد محاضر

الجنس :- ذكر انثى

عزيزي الأستاذ.....

بين يديك عدد من الفقرات التي تتعلق ب - (الاحتراق النفسي) يرجى قراءة الفقرات بدقة وذلك وأختيار احدى البدائل الذي تراها مناسب لكل فقرة وذلك بوضع علامة (√) كما هو الحال في المثال التالي :

ت	الفقرة	لا أعاني مطلقاً	مرات قليلة بالسنة	مرة قليلة بالشهر	مرات قليلة بالشهر	مرة في كل اسبوع	مرات قليلة بالاسبوع	كل يوم
١	أشعر ان عملي يستنفذني انفعاليا نتيجة عملية التدريس							
٢	أشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم الدراسي							



							أشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف ان علي مواجهة عمل جديد	٣
							من السهل معرفة مشاعر طلبتني	٤
							أشعر وكأنني اتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم اشياء لأبشر	٥
							ان التعامل مع الطلاب طوال يوم العمل يسبب لي الاجهاد	٦
							اتعامل بفعالية عالية مع مشكلات طلبتي	٧
							أشعر بالاحترق في داخلي من عملي	٨
							أشعر ان لي تأثيرا ايجابياً في حياة كثير من الناس من خلال عملي	٩
							اصبحت اكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس	١٠
							أشعر بالانزعاج والقلق لان مهنتي تزيد من قسوة عواطفني	١١



						أشعر بالحوية والنشاط	١٢
						أشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس	١٣
						أشعر انني اعمل بهذه المهنة بإجهد كبير	١٤
						حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلبتي من مشكلات	١٥
						ان العمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي الى ضغوط شديدة	١٦
						استطيع بسهولة خلق جو مريح مع طلبتي	١٧
						أشعر بالسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلبتي	١٨
						انجزت اشياء كثيرة ذات قيمة واهمية في ممارستي لهذه المهنة	١٩
						أشعر وكأنني اشرفت على النهاية نتيجة ممارستي لمهنة التدريس	٢٠
						اتعامل بكل هدوء مع المشكلات الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لمهنة التدريس	٢١
						أشعر ان طلبتي يلومونني عن بعض مشكلاتهم	٢٢





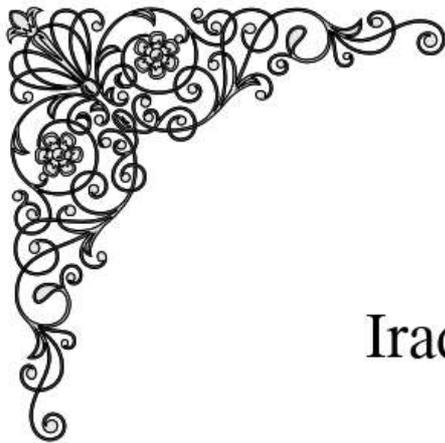
ملحق رقم (٥) فقرات المقياس بصورتها النهائية

ت	العبارة	صالحة	غير صالحة	قابلة للتعديل
١	اشعر ان عملي يستنفذني انفعاليا نتيجة عملية التدريس			
٢	اشعر ان طاقتي مستنفذة مع نهاية اليوم المدرسي			
٣	اشعر بالإنهاك حينما استيقظ في الصباح واعرف ان علي مواجهة عمل جديد			
٤	من السهل معرفة مشاعر طلبتي			
٥	اشعر انني اتعامل مع بعض الطلبة وكأنهم اشياء لا بشر			
٦	ان التعمل مع الناس طوال اليوم العمل يسبب لي الاجهاد لي			
٧	اتعمل بفاعلية عالية مع مشكلات طلبتي			
٨	اشعر بالاحترق النفسي من عملي			
٩	اشعر ان لي تأثيرا ايجابيا في حياة كثير من الناس من خلال عملي			
١٠	اصبحت اكثر قسوة مع الناس نتيجة عملي بالتدريس			
١١	اشعر بإزعاج والقلق لان مهنتي تزيد من قسوة عواظفي			
١٢	اشعر بحيوية والنشاط			
١٣	اشعر بالإحباط من ممارستي لمهنة التدريس			
١٤	اشعر انني اعمل في هذه المهنة بإجهد كبير			
١٥	حقيقة لا اهتم بما يحدث مع طلبتي من مشكلات			

			ان عمل بشكل مباشر مع الناس يؤدي بي الى ضغوط شديدة	١٦
			استطيع بسهولة خلق جو نفسي مريح مع طلبتي	١٧
			اشعر بسعادة والراحة بعد انتهاء العمل مع طلبتي	١٨
			انجزت اشياء كثيرة ذات قيمة واهمية في ممارستي لهذه المهنة	١٩
			اشعر وكأنني اشرفت على النهاية نتيجة ممارستي لهذه المهنة	٢٠
			اتعامل بكل هدوء مع المشكلات الانفعالية والعاطفية في اثناء ممارستي لهذه المهنة	٢١



ministry of high education
& scientific research



Iraqi University

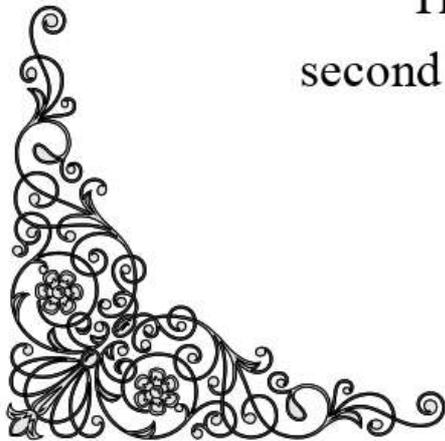
COLLEGE OF EDUCATION
FOR WOMEN JOURNAL



Scientific, cultural and educational journal

The Third issue

second year 2016



Journal of Data

Produced by: Deanship of the Faculty of Education for
Girls - Iraqi University

The jurisdiction of the magazine: Humanities

(International number:

ISSN (print) : 2708 - 1354

ISSN (online): 2708 - 1362

Approval number in Iraq National Library and Archive
(2138) for the year 2016

Issue type: Quarterly every six months. (15/6) and
(15/12)

Distribution range: Inside Iraq

E-mail: Iraqi_m_tr44@yahoo.com

Iraqi.m.tr33@gmail.com

Mobile: 07805863760

Mobile Editor: 07902508153

Mobile Managing Editor: 07904193133

Landline (internal): 2037

Journal Website (Web Sat)

www.gazette.edu.iq

General Supervisor:

Prof. Dr. Samira Moussa Abdul Razzaq al-Badri

Dean of the College

Editor:

Prof. Dr. Raed Yousif Jihad

Ph.D in Program Design & Instruction - English Department

Managing Editor:

O.M.D . Issa Ahmed Mahal al-falahy

Teaching in the Department of Sharia

COLLEGE OF EDUCATION
FOR WOMEN JOURNAL



Iraqi University

COLLEGE OF EDUCATION FOR WOMEN JOURNAL

Scientific, cultural and educational journal

كلية التربية للبنات

مطبوعة الفولاد وجبلي
٠٧٩٠٣٥٠٥٢٣٠



A.H 1437

A.D 2016

الرقم الدولي المعتمد

ISSN (print) : 2708 - 1354

ISSN (online): 2708 - 1362