A comparative of the psychological burnout of teachers with personality types (a) and (b) in Anbar province

Lec. Dr. Shaymaa Abdullah Rajab

General Directorate of Education in Anbar Province

Correspondent mail: shaymaaalraw098@gmail.com

That psychological burnout is one of the phenomena that has negative effects on the physical education teacher, and this effect appears in the decline in his performance, his effort, his frequent absences, and negative behaviors in dealing with others, so the importance of the research lies in its being an attempt to know and study the phenomenon of psychological burnout for teachers and try to know the differences between physical education teachers with a style Personality (a) and (b) in the psychological burnout of teachers, and the research aims to identify the degree of dimensions of psychological burnout and in the total degree, and to identify the personality type of type (a) and (b), as well as to identify the significance of the differences in the dimensions of psychological burnout for teachers Those with personality type (a) and (b) and its total score among physical education teachers in primary schools. The descriptive approach was used, and the sample consisted of (245) teachers of physical education for primary schools in the General Directorate of Education of Anbar Governorate for the academic year 2022-2023 AD. The two scales (teachers' burnout) and (Portner's personality style) were applied and conclusions were reached. : 1. The emergence of differences between teachers of type (a) and type (b) in the dimension of occupational stress and in the total score of the psychological burnout scale for teachers. 2. There were no differences between teachers of type (a) and type (b) in job dissatisfaction dimension, in the dimension of low level of administrative support, and in the dimension of negative attitude towards students in the measure of psychological burnout for teachers.

The most important recommendations are: Emphasis on the role and importance of psychological burnout for teachers of physical education and the promotion of positive aspects. And work to reduce or eliminate the phenomenon of psychological combustion among physical education teachers because of its role in destroying the abilities, capabilities and psychological of each teacher.

Keywords: burnout, personality type (a) and (b).

مقارنة في الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي نمط الشخصية (أ) و (ب) في محافظة الأنبار

م.د. شيماء عبد الله رجب

المديرية العامة للتربية في محافظة الأنبار

ملخص البحث

أن الاحتراق النفسي هو من الظواهر ذات التأثيرات السلبية على معلم التربية الرياضية ويظهر هذا التأثير في أنخفاض أداءه وجهده وكثرة غياباته والتصرفات السلبية في التعامل مع الآخرين ، لذا تكمن أهمية البحث بكونها محاولة لمعرفة ودراسة ظاهرة الإحتراق النفسي للمعلمين ومحاولة معرفة الفروق مابين معلمي التربية الرياضية ذوي نمط الشخصية (أ) و (ب) في الإحتراق النفسي للمعلمين ، ويهدف البحث إلى التعرف على درجة أبعاد الإحتراق النفسي وفي الدرجة الكلية ، والتعرف على نمط الشخصية من نوع (أ) و (ب) ، وكذلك التعرف على دلالة الفروق في أبعاد الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي نمط الشخصية (أ) و (ب) وفي درجته الكلية لدى معلمي التربية الرياضية بالمدارس الأبتدائية .

وقد تم أستخدام المنهج الوصفي وتمثلت العينة بمعلمي التربية الرياضية للمدارس الابتدائية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار للعام الدراسي 2022 – 2023م والبالغ عددهم (245) معلماً ، وتم تطبيق وإستخدام مقياسي (الإحتراق النفسي للمعلمين) و (نمط الشخصية لبورتنر) ، وتم التوصل إلى الاستنتاجات :

1. ظهور فروق بين المعلمين ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في بعد الضغوط المهنية وفي الدرجة الكلية لمقياس الإحتراق النفسي للمعلمين .
2. لم تظهر أي فروق بين المعلمين ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في بعد عدم الرضا الوظيفي ، وفي بعد أنخفاض مستوى المساندة الإدارية ، وفي بعد الإتجاه السلبي نحو التلاميذ لمقياس الإحتراق النفسي للمعلمين .

أما اهم التوصيات فهي : التأكيد على دور وأهمية الإحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية وتعزيز النواحي الإيجابية . والعمل على تقليل أو إزالة ظاهرة الإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية لما لها من دور في تحطيم قدرات وأمكانيات ونفسية كل معلم .

الكلمات المفتاحية : الاحتراق النفسي ، نمط الشخصية (أ) و (ب).

1 – المقدمة :

يعد الإحتراق النفسي من الظواهر التي جذبت أهتمام الباحثين وأهتمت دراساتهم في الإحتراق النفسي والذي تم وصفه بكونه الأكثر وضوحاً وحدوثاً لدى المعلمين لذا تركزت بحوثهم على مهنة التدريس والتي تمتاز بكونها من أكثر المهن التي تسبب الضغوط ، وقد تم تناول أعراض الإحتراق النفسي وأسبابه وتأثيره على المعلم وعلى طلبته وزملاء وعلى عمله بصفة عامة ، فالمجتمع المدرسي جزء من المجتمع الأكبر وله ضوابطه وقوانينه التي يخضع لها وله لوائح تحكمه وتلزم أعضائه الالتزام بها وحسب ظروف العمل في أي مؤسسة ، لذا فإن مميزات العمل في مهنة تدريس التربية الرياضية ظهور العديد من المشكلات المهنية والنفسية بسبب العديد من العوامل التي ترتبط بعمل المعلمين سواء كانت من الضوابط والقرارات التي لا تتلائم مع مصالحهم ومع العملية التعليمية أو أنخفاض الوارد ، أو النظرة الغير ملائمة لمهنة التدريس ، والذي تكون له آثار سلبية غير جيدة على معلم التربية الرياضية وعلى العملية التعليمية ، اما الاحتراق النفسي فهو من الظواهر ذات التأثيرات السلبية على معلم التربية الرياضية ويظهر هذا التأثير في أنخفاض أداءه وجهده وكثرة غياباته والتصرفات السلبية في التعامل مع الآخرين إضافة إلى أن شخصية المعلم تقف مانعاً في إصابته بالاحتراق النفسي ، لذا فإن أهمية البحث تكمن بكونها محاولة من الباحثة لمعرفة ودراسة ظاهرة الإحتراق النفسي للمعلمين ومحاولة معرفة الفروق مابين معلمي التربية الرياضية ذوي نمط الشخصية (أ) و (ب) في الإحتراق النفسي للمعلمين والتي قد تعود بالنفع على المعلم والعملية التعليمية في آن واحد لكي يتمكن معلم التربية الرياضية من تفادي آثارها السلبية عليه والتي ستتضح من خلال تمتعه بصحة نفسية مستقرة وله علاقات جيدة مع تلاميذه وزملاءه .

وإن دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي للمعلمين ضرورة من ضرورات الاهتمام بالصحة النفسية للأفراد بصفة عامة ولمعلمي التربية الرياضية بصفة خاصة وذلك لأهمية دور معلم التربية الرياضية في المجتمع المدرسي ، وقد أصبحت ظاهرة الاحتراق النفسي تتطلب مزيدًا من الدراسة والبحث من أجل الكشف عن طبيعتها وتحديد مسبباتها وكيفية تفادي آثارها السلبية ، نظراً لكون معلمي التربية الرياضية لديهم سمات شخصية تجعلهم أكثرعرضة للضغوط وأكثر تأثراً بها ، ونتيجة لظروف الحياة الصعبة التي يمر بها معلمي التربية الرياضية وما يرتبط بها من عقبات قد تعوق مجرى حياتهم ومواقف ضاغطة تعترضهم ، أصبح معلمي التربية الرياضية في حالة من عدم الاستقرار النفسي ، ونظراً لخطورة ظاهرة الاحتراق النفسي على معلمي التربية

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

الرياضية من حيث تأثيراتها السلبية على أفراد المجتمع المدرسي وبغية دراستها ومحاولة تجنب تأثيراتها السلبية على معلم التربية الرياضية من أجل مساعدته على التمتع بحالة نفسية مستقرة وتحسين في أداءه ، وكذلك إلقاء الضوء على الفروق مابين نمط الشخصية (أ) و(ب) في الاحتراق النفسي للمعلمين من أجل تحقيق نظام تربوي فعّال ، ونظراً لقلة الدراسات التي تناولت معرفة الفروق بين نمطي الشخصية في ظاهرة الإحتراق النفسي لذا أرتأت الباحثة أن تتناول بالبحث والتفسير ظاهرة الإحتراق النفسي للمعلمين ومحاولة معرفة هل توجد فروق فيما بين أبعاده ودرجته الكلية للمعلمين ذوي نمط الشخصية (أ) و(ب) لمعلمي التربية الرياضية بالمدارس الأبتدائية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار ، ويهدف البحث إلى التعرف على درجة أبعاد الإحتراق النفسي وفي الدرجة الكلية ، والتعرف على نمط الشخصية من نوع (أ) و(ب) ، وكذلك التعرف على دلالة الفروق في أبعاد الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي نمط الشخصية (أ) و(ب) وفي درجته الكلية لدى معلمي التربية الرياضية بالمدارس الأبتدائية .

وأفترضت الباحثة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي نمط الشخصية (أ) و(ب) وفي الدرجة الكلية . وشملت الدراسة على المجال البشري والمتمثل بمعلموا التربية الرياضية بالمدارس الأبتدائية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار للعام الدراسي 2022 – 2023م ، أما المجال الزماني فكان للمدة من 11/22/ 2022 لغاية 1/18/ 2023م ، أما المجال المكاني فهو المدارس الابتدائية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار .

2 – منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

2 – 1 منهج البحث :

تم إستخدام المنهج الوصفي كونه "التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور، إذ يعطي الباحث صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية " (وجيه : 2000: 95) .

2 – 2 عينة البحث :

قامت الباحثة بتحديد المجتمع البحث بمعلمي التربية الرياضية للمدارس الابتدائية بالمديرية العامة لتربية

محافظة الأنبار للعام الدراسي 2022 – 2023م والبالغ عددهم (279) معلماً وفقاً للإحصاءات الرسمية للمديرية العامة لتربية الأنبار ، وقد تم استبعاد (28) معلماً من العمل لعدم إكتمال إجاباتهم على المقياسين ، وبذلك أستقر العمل على (245) معلماً للتربية الرياضية كعينة للبحث بنسبة (87.813%) و(6) معلمين كعينة أستطلاعية .

2 – 3 وسائل جمع المعلومات :

أستعانت الباحثة بالأدوات الآتية : (المصادر والدراسات والبحوث ، الانترنيت ، الاختبارات والقياس ، مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين ، مقياس نمط الشخصية لبورتنر، حاسبة شخصية نوع **Canon** ، برنامج **(IBM SPSS Statistics Ver25)** .

2 – 4 خطوات تنفيذ البحث :

قامت الباحثة باستخدام مقياسين الأول (لقياس الإحتراق النفسي للمعلمين) (عادل : 1994: 187) والثاني (لقياس نمط الشخصية لبورتنر) (نشوة : 2007: 99) ، علماً بأن المقياسين سبق وأن تم تقنينهما على البيئة العراقية وتم أستخدامهما في دراسات سابقة لذلك تم الاعتماد عليهما كونهما يتمتعان بصدق وثبات عاليين ، وفيما يأتي توضيح المقياسين :

أولاً / مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين :

أستخدمت الباحثة مقياس (الإحتراق النفسي للمعلمين) الذي أعده (سيدمان وزاجر **Seidman & Zager 1986م)** والذي ترجمه إلى العربية (عادل عبد الله 1994م) ، ويتكون المقياس من (21) فقرة موزعة على (4) أبعاد وكالتالي :

- **بعد عدم الرضا الوظيفي** / يتكون من (5) فقرات (1 ، 5 ، 10 ، 12 ، 19) .
- **بعد الضغوط المهنية** / يتكون من (6) فقرات (2 ، 4 ، 7 ، 9 ، 13 ، 14) .
- **بعد أنخفاض مستوى المساندة الإدارية** / يتكون من (6) فقرات (3 ، 8 ، 11 ، 15 ، 18 ، 20) .
- **بعد الإتجاه السلبي نحو التلاميذ** / يتكون من (4) فقرات (6 ، 16 ، 17 ، 21) .

وتصحيح المقياس يعتمد طريقة ليكرت الخماسية (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) للفقرات الإيجابية وترتيبها كالتالي : (لا تنطبق إطلاقاً ، لا تنطبق بدرجة كبيرة ، تنطبق إلى حد ما ، تنطبق بدرجة كبيرة ، تنطبق تماماً) ، أما الفقرات السلبية التي تحمل الأرقام (1 ، 3 ، 5 ، 8 ، 10 ، 16 ، 17 ، 19) ، فتصحيح المقياس يعتمد طريقة ليكرت الخماسية (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) ، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (105) درجة كحد أعلى وتدل على المستوى المرتفع و (21) درجة كحد أدنى والتي تدل على مستوى منخفض من الإحتراق النفسي .

ثانياً / مقياس نمط الشخصية لبورتنر :

أستخدمت الباحثة مقياس (نمط الشخصية لبورتنر) الذي أعده **(بورتنر Bortner 1969م)** والذي كان في صورته الأولية من (14) بنداً ثنائي القطب والذي ترجمته وقننته (نشوة كرم 2007م) ليصبح ذو (7) عبارات ثنائية القطب تعكس النمطين (أ) و (ب) بينهما متصل من (1 لغاية 8) وكالتالي : النمط (أ) ..... 1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5 ، 6 ، 7 ، 8 ..... النمط (ب)

ويهدف المقياس إلى تقسيم العينة إلى نمطين إعتماداً على وسيط الدرجات التي يحصل عليها المفحوصين ، فكلما زادت درجة الفرد كلما دل على أقترابه من النمط (أ) ، وكلما قلت درجة الفرد كلما أقترب من النمط (ب) .

2 – 5 التجربة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء تجربة أستطلاعية بتاريخ 11/22/ 2022م على (6) معلمين للتربية الرياضية من خارج حدود العينة وتم أستبعادهم من عينة العمل الرئيسة ، والهدف من هذه التجربة هو من أجل أستخراج :

2 – 5 – 1 صدق المقياسين :

قامت الباحثة بعرض المقياسين على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وفي الاختبارات والقياس لتقدير مدى وضوح فقراتهما وملائمتها لعينة البحث ، وبعد جمع البيانات أتضح بأنهم جميعاً قد أتفقوا على صلاحية المقياسين وبذلك تم الحصول على الصدق الظاهري للمقياسين وحسب رأي الخبراء .

2 – 5 – 2 ثبات المقياسين :

قامت الباحثة بحساب ثبات **(مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين)** بثلاث طرق هي (الاختبار وإعادة الاختبار) و(معادلة جتمان للتجزئة النصفية) و(معامل ألفا كرونباخ) ، ففي (طريقة الإختبار وإعادة الاختبار) تم أستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات التطبيقين وبلغت القيمة المحسوبة (0.738) وقيمة مستوى الدلالة **(Sig)** لها (0.001) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) لذا يعتبر المقياس ذو ثبات عالي ، أما (بطريقة معادلة جتمان) وباستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون الذي بلغت قيمته (0.823) ، أما في طريقة (معامل ألفا كرونباخ) فقد بلغت قيمته (0.861) .

أما **(مقياس نمط الشخصية لبورتنر)** فتم حسابه بثلاث طرق أيضاً وهي (الاختبار وإعادة الاختبار) و(معادلة جتمان للتجزئة النصفية) و(معامل ألفا كرونباخ) ، ففي (طريقة الإختبار وإعادة الاختبار) تم أستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات التطبيقين وبلغت القيمة المحسوبة (0.805) وقيمة مستوى الدلالة **(Sig)** لها (0.000) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) لذا يعتبر المقياس ذو ثبات عالي ، أما (بطريقة معادلة جتمان) وباستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون الذي بلغت قيمته (0.811) ، أما في طريقة (معامل ألفا كرونباخ) فقد بلغت قيمته (0.862).

2 – 5 – 3 موضوعية المقياسين :

قامت الباحثة بحساب قيمة معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات الحكمين الأول والثاني للدرجة الكلية للمقياسين وتم التوصل بكونهما يمتازان بالموضوعية نظراً لكون قيمها المحسوبة بلغت على التوالي (0.932 ، 0.922) وقيم مستوى الدلالة **(Sig)** لها على التوالي (0.000 ، 0.000) والتي هي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) .

2 – 6 التجربة الرئيسة :

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسية بتاريخ 11/28/ 2022م على (245) معلماً للتربية الرياضية في المدارس الابتدائية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار ، وتم توزيع أستمارات مقياسي (الاحتراق النفسي للمعلمين ونمط الشخصية لبورتنر) عليهم ، وقد تم توضيح أهمية كل مقياس لغرض البحث العلمي والتأكيد

الاهتمام بالاجابة وعدم ترك أو أستبعاد أي فقرة دون الإجابة عليها ، وكانت أولى خطوات هو إستخراج قيمة الوسيط لإجابات العينة على مقياس (نمط الشخصية لبورتنر) ليتم تحديد عدد أفراد مجموعة نمط (أ) وعدد أفراد نمط (ب) ، وفي الدراسة الحالية كلما زادت الدرجة على المقياس كلما أقترب من النمط (أ) ، وكلما قلت درجته كلما أقترب من النمط (ب) أي أن تصنيف المجموعتين قد تم أعتماداً على درجة وسيط الدرجات التي حصلوا عليها في المقياس ، وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً تم التوصل إلى (137) معلماً من ذوي النمط (أ) و (108) معلماً من ذوي النمط (ب) .

2 – 7 القوانين الإحصائية :

تم أستخدام برنامج **(IBM SPSS Statistics Ver25)** لإستخراج (الوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الإلتواء ، معالة جتمان ، معامل ألفا كرونباخ ، معامل الإرتباط البسيط لبيرسون ، أختبار **(T. test)** للعينات المستقلة والغير المتساوية).

3 – عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

3 – 1 عرض وتحليل نتائج أبعاد الإحتراق النفسي للمعلمين ولنمط الشخصية لبورتنر:

قامت الباحثة باستخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيمة معامل الالتواء لأبعاد مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين ولدرجته الكلية ولمقياس نمط الشخصية لبورتنر كما في الجدول (1) .

الجدول (1) يوضح قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيمة معامل الإلتواء لأبعاد مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين وللدرجة الكلية ولنمط الشخصية لبورتنر

المقاييس	الابعاد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الإلتواء
	عدم الرضا الوظيفي	18.420	2.484	18	0.507
	الضغوط المهنية	18.036	2.214	18	0.048

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

الإحتراق التفسي للمعلمين	أنخفاض مستوى المساندة الإدارية	17.257	2.478	17	0.311
	الإتجاه السلبي نحو التلاميذ	17.563	2.070	17	0.815
	الدرجة الكلية للمقياس	53.620	2.708	54	0.420-
نمط الشخصية لبورتنر		15.028	2.347	14	1.314

من الجدول (1) يتضح أن جميع قيم معاملات الإلتواء لأبعاد مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين ودرجته الكلية ولنمط الشخصية لبورتنر كانت أقل من (+ 3) مما يدل على تجانس العينة .

3 – 1 – 1 عرض نتائج أختبار (T.Test) للإحتراق النفسي للمعلمين بين ذوي نمط الشخصية (أ) و(ب) ومناقشتها :

لغرض معرفة معنوية الفروق بين معلمي التربية الرياضية ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في أبعاد مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين وبدرجته الكلية قامت الباحثة باستخدام أختبار (**T. test**) للعينات المستقلة والغير المتساوية بالعدد وكما موضح في الجدول (2) ويلاحظ أن قيمة (ت) المحسوبة لبعد (الضغوط المهنية) و(الدرجة الكلية لمقياس الإحتراق النفسي) كانت ذات مستوى دلالة محسوبة (**Sig**) على التوالي (0.000 ، 0.000) والتي هي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة والبالغة 0.05 عند درجة حرية (243) مما يدل على وجود فروقاً ذات دلالة معنوية بين معلمي التربية الرياضية ذوي النمط (أ) والنمط (ب) .

والباحثة تفسر هذه النتيجة بأن ذوي النمط (أ) يمتازون بمستويات مرتفعة من الإنجاز لديهم كما أن معلمي التربية الرياضية من ذوي النمط (أ) ليس لديهم القدرة على الإسترخاء كونهم يمتازون بكونهم الأكثر نشاطاً ، ويضعون أنفسهم تحت الضغط الداخلي والرغبة الكبيرة في الإنجاز وضغط خارجي من حيث عدم قدرتهم على تحمل ما يعوقهم عن الوصول للأداء الأمثل .

الجدول (2) المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحتسبة بين المعلمين ذوي النمط (أ) و (ب) في الإحتراق النفسي للمعلمين

أبعاد الإحتراق النفسي	المعالجات المجموعة	س	ع	ت	Sig	الدلالة
عدم الرضا الوظيفي	النمط (أ)	17.562	2.970	0.600	0.549	غير معنوي
	النمط (ب)	17.342	2.676			
الضغوط المهنية	النمط (أ)	13.496	1.663	6.866	0.000	معنوي
	النمط (ب)	12.148	1.331			
أنخفاض مستوى المساندة الإدارية	النمط (أ)	17.927	2.934	1.514	0.131	غير معنوي
	النمط (ب)	17.472	1.195			
الإتجاه السلبي نحو التلاميذ	النمط (أ)	19.693	1.203	1.246	0.214	غير معوي
	النمط (ب)	19.463	1.687			
الدرجة الكلية للمقياس		55.109	2.181	20.190	0.000	معنوي
		49.324	2.282			

النتيجة التي توصلت إليها الباحثة تتفق مع ما ذكره (جابر عبد الحميد و علاء الدين كفافي 1995م) " أن الضغط النفسي هو حالة من الإجهاد الجسمي والنفسي والمشقة التي تلقي على الفرد بمطالب وأعباء عليه أن يتوافق معها وقد يكون الضغط داخلياً أو بيئياً ، وقد يكون قصيراً أو طويلاً وإذا طال هذا الضغط فقد يستهلك موارد الفرد ويتعداها ويؤدي إلى أنهيار الأداء المنظم لوظائف الفرد " (جابر وعلاء: 1995: 3749-3750) .

كما الدراسة الحالية تتبنى فيها الباحثة تعريف (سيدمان وزاجر **Seidman & Zager 1986م**) للاحتراق النفسي للمعلم والذى هو " نمط سلبي من الإستجابات للأحداث التدريسية الضاغطة وللتلاميذ ، وللتدريس كمهنة بالإضافة إلى إدراك أن هناك نقصاً في المساندة والتأييد من قبل إدارة المدرسة " (عادل 1994: 43) .

وتتفق أيضاً مع أشارت إليه (هبة إبراهيم و عويد المشعان 2004م) " أن ذوي النمط (أ) أكثر إحساسًا بضغوط العمل والتي في حالة أستمرارها تؤدي إلى حدوث الإحتراق النفسي فعندما يعاني المعلم من ذوي النمط (أ) من الضغوط المهنية المستمرة فإنه يقع فريسة سهلة للإحتراق النفسي إضافة إلى أن الدافع المرتفع لهذا الشخص يجعله في وضع المثالية قبل التحاقه بالعمل ، وعندما يصادفه الواقع المحبط فإن نظرته تتغيروبالتالي يصاب بالإحتراق النفسي" (هبة وعويد: 2004: 28).

كما تتفق مع ما أشارت إليه دراسة **(كيم وان Kim Wan 1991م)** " أن ذوي النمط (أ) أقل معاناة من الإحتراق النفسي وأقل عرضة للتأثيرات الضارة للضغوط " (**Kim**: 1991: 8) .

وتتفق أيضاً مع ما أشارت إليه (نشوة كرم 2007م) نقلاً عن **(أيدلويش و برادكي Edelewich & Bradcky 1980م)** " أن أولى مراحل الإحتراق النفسي هي الحماس الزائد والتي يكون فيها المعلم على درجة عالية من الحيوية والنشاط والدافعية والأداء فيندمج المعلم في العمل ويركز كل أهتماماته داخل العمل مما يؤدي إلى العطاء الزائد عن الحد المعقول دون مردود يذكر " (نشوة : 2007: 89) ، ويلاحظ من الجدول (6) أيضاً عدم وجود فروقاً ذات دلالة معنوية بين معلمي التربية الرياضية ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في أبعاد (عدم الرضا الوظيفي) و (أنخفاض مستوى المساندة الإدارية) و (الإتجاه السلبي نحو التلاميذ) وذلك لأنها ذات مستوى دلالة محسوبة **(Sig)** كانت على التوالي (0.549 ، 0.131 ، 0.214) والتي هي أكبر من قيمة مستوى الدلالة المعتمدة والبالغة 0.05 عند درجة حرية (243) ، كما يلاحظ من الجدول أيضاً أن جميع قيم المتوسطات الحسابية للنمط (أ) كانت أكبر من قيم النمط (ب) ، أن النتيجة التي توصلت إليها الباحثة تتفق مع ما توصلت إليه (هانم عبد المقصود و حسين طاحون 2005م) " أن المدرسة مؤسسة تعليمية يجمعها كثير من التشابه في مراحلها ولكن قد تختلف طبيعة الإدارة فيها أو قد تختلف أهداف كل مرحلة وكذلك التلاميذ ومن هنا نلاحظ عدم وجود أي فرق بين النمطين في بعد انخفاض المساندة الإدارية" (هانم وحسين : 2005: 295) ، وتتفق أيضاً مع ما ذكره (سالم محمد 2013) نقلاً عن (سميث **Smith**) " أن الاحتراق النفسي لدى المدرب الرياضي يولد لديه الإنهاك البدني والانفعالي والعقلي والذي يأتي كنتيجة لعدم الرضا ، والإحساس بالضغوطات ، وإدراك الفشل في تحقيق الأهداف التي وضعها لمدرب الرياضي لنفسه " (سالم: 2013: 293) .

وتتفق أيضاً مع ما توصلت إليه (نوال بنت عثمان 2008م) " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات منخفضات ومرتفعات الإحتراق النفسي من العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة في سمات الشخصية " (نوال: 2008: 122) .

وبذلك تم تحقيق أهداف وفروض البحث .

4 – **الخاتمة** :

1. ظهور فروق بين المعلمين ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في بعد الضغوط المهنية وفي الدرجة الكلية لمقياس الإحتراق النفسي للمعلمين .
2. لم تظهر أي فروق بين المعلمين ذوي النمط (أ) والنمط (ب) في بعد عدم الرضا الوظيفي ، وفي في بعد أنخفاض مستوى المساندة الإدارية ، وفي بعد الإتجاه السلبي نحو التلاميذ .

وتوصلت الباحثة إلى عدة توصيات هي :

1. التأكيد على دور وأهمية الإحتراق النفسي لمعلمي التربية الرياضية وتعزيز النواحي الإيجابية
2. العمل على تقليل أو إزالة ظاهرة الإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية لما لها من دور في تحطيم قدرات وأمكانيات ونفسية كل معلم .
3. ضرورة إجراء دراسة مشابهة ولمعرفة الفروق مابين مدرسي التربية الرياضية في المدارس المتوسطة ومدرسي التربية الرياضية في المدارس الاعدادية .
4. ضرورة إجراء دراسة للمقارنة مابين معلمي ومعلمات التربية الرياضية وحسب التحصيل العلمي وسنوات الخدمة أيضاً .

P-ISSN:2707-7845
E-ISSN:2707-7853

المصادر العربية والاجنبية

1. جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفافي ؛ معجم علم النفس والطب النفسي ، ج7 : (القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1995) .
2. سالم بن محمد الغيلاني ؛ بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي الفرق الأولى والاتحادات الرياضية في محافظة مسقط : رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم والآداب ، قسم التربية والدراسات الإنسانية / جامعة نزوى ، سلطنة عمان ، 2013 .
3. عادل عبد الله محمد ؛ مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين : (القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1994) .
4. نشوة كرم عمار أبو بكر دردير ؛ الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ ، ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات : رسالة ماجستير ، كلية التربية – قسم علم النفس التربوي والصحة النفسية / جامعة الفيوم ، 2007 .
5. نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني ؛ الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، قسم علم النفس – جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية ، 2008) .
6. هبة إبراهيم وعويد المشعان ؛ ضغوط العمل وعلاقتها بالنمط (أ) ووجهة الضبط والرضا الوظيفي لدى المعلمين المصريين والكويتيين : دراسات عربية في علم النفس ، ج 2 ، م 3 ، 2004 .
7. هانم عبد المقصود و حسين طاحون ؛ الضغوط النفسية للمعلمين وعلاقتها ببعض المتغيرات (دراسة عبر ثقافية في كل من مصر والسعودية) ،مجلة كلية التربية ، ج3 ، ع17 : (القاهرة ، 2005) .
8. وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2000)
9. Kim Wan : Teacher Burnout: Relations with stress, Personality, and Social Support.Education Journal,Jun,Vol 19,No1,1991.