الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة نينوى

م.م. سليمان عباس سليمان م.م. عائشة إدريس
جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية

تاريخ تسليم البحث : 2006/6/14 ؛ تاريخ قبول النشر : 2007/1/23

ملخص البحث :

هدف البحث الحالي إلى:

1. تعرف مدى قوة وانتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
2. تعرف مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمات بحسب متغيرات العمر، وسنوات الخدمة، وعدد الأطفال في الصف، والتحصيل.

شملت العينة النهائية (76) معلمة موزعين على (13) روضة تمثل مناطق مختلفة من المحافظة. واستخدم الباحثان النسخة الثالثة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي Maslash Burnout Inventory (MBI) والمعروف بـ Human Services Survry (HSS) لماسلاش وزملائها (1996) والذي ترجمه إلى العربية العتيبي (2003). وقد تم اعتماد هذه الترجمة نظراً لتعذر حصول الباحثين على النسخة الأجنبية من المقياس. وهذا المقياس يتكون من (22) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي: (الإنهاك العاطفي، وفقدان التعامل الإنساني والشخصي، والانجاز الشخصي). وقد قام الباحثان باستخراج الصدق الظاهري له والثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وكانت معاملات الثبات مقبولة.

Burnout of Kindergarten Female Teachers in Nineweh

Assistant lecturer Assistant lecturer
Soleman Abbas Soleman Aesha Edrees
University of Mousel / College of Basic Education

Abstract:

The current research aims to:

1. Know the degree and rate of Burnout for kindergarten female teachers.
2. Levels of Burnout for female teachers and the academic achievement.

The final sample included (16) female teachers from (13) kindergartens from areas all over the country. The two researchers used the third version of Maslash Burnout Inventory (MBI) made by Maslash et al (1996) Human service Survey (HSS) translated by Al-Otaibi in to Arabic (2003). The scale contains of (22) items divided on (3) aspects: (Emotional Exhaustion, Lack of Personal and human training interaction and emotional achievement). The two researcher's extracted surface validity and stability using kronbach Alpha and stability factors were acceptable.

أهمية البحث والحاجة إليه:

يعيش إنسان هذه الأيام في بيئة تتسم بالتغير السريع والمستمر الذي تصعب ملاحقته في كافة المجالات، كما انه يواجه خلال حياته العديد من المخاطر والتهديدات والضغوط التي يجب أن يتعامل معها للحد من أثارها المختلفة، (عليان وأبو زيد،2002،ص334)، فنظراً إلى سرعة التعقيد التي يتصف بها العصر الحديث، لم تعد الحياة سهلة بسيطة بل تعقدت أمورها، وتشابكت خطوطها، وأصبح على الفرد أن يتعامل في علاقاته بأسلوب مباشر أو غير مباشر مع أفراد يختلفون عنه في جوانب كثيرة، كما أن الأدوار التي يقوم بها قد تعددت، وكل ذلك يفرض عليه تعدد أنماط سلوكياته، ويمثل عبئاً نفسياً على كاهله ليرضي الأطراف الذين يتعامل معهم جميعاً. (الهابط، 1985، ص17).

وإذا كان التغير السريع من أهم سمات هذا العصر، فان من بين نتائجه الواضحة تعرض العاملين في المجالات المختلفة لمستويات عالية من الضغوط والتوترات، التي تترك أثارها النفسية والاجتماعية والاقتصادية عليه وعلى المؤسسة التي يعمل فيها، وعلى المجتمع الذي يعيش فيه بصفة عامة. وكثيراً ما يواجه العاملون مواقف وظروفاً عديدة يتعرضون خلالها لحالات من الاضطراب والقلق والخوف والإحباط والغضب، مما يؤثر سلباً على حالتهم الصحية والنفسية وينعكس ذلك على مستويات أدائهم في العمل، ومن ثم القدرة على تحقيق أهداف المؤسسة التي يعملون فيها. (عليان وأبو زيد، 2002، ص334). ولعل المعلمين من أكثر الفئات تعرضاً لمثل هذه الضغوط، والمؤثرات، والمتمثلة في ارتفاع التوقعات من البيئة المحيطة في سلوك المعلمين، وقدرتهم على التكيف، والتعامل مع الطلبة، وإيصال الرسالة التربوية بإتقان. (الخرابشة وعربيات، 2005، ص296).

فمهنة التدريس تعد واحدة من المهن التي تتطلب من المشتغلين بها مهام كثيرة، لذلك فهي تعد من المهن الضاغطة stressfull jobs التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط، تجعل بعض المعلمين غير راضين وغير مطمئنين عن مهنتهم مما يترتب عليه أثار سلبية كثيرة تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي والمهني. (محمد، 1999، ص196).

ويشير كرياكو (Kyriacou, 1987, 1991) إلى أن معظم المعلمين يمرون أو يشعرون ببعض الضغوط من وقت لآخر بينما هناك معلم واحد من أربعة معلمين (1 – 4) يمر غالباً بضغوط عالية، (اليماني، و بوقحوص، 1996، ص271)، وبهذا الصدد يشير فاربر (Farber,1991) إلى أن معظم المدرسين بمختلف تخصصاتهم يشعرون بعدم الرضا الوظيفي والضغط النفسي بسبب العمل والاحتراق النفسي، وهذا يؤثر في قدرتهم على مواجهة تحديات المهنة، الأمر الذي يؤدي إلى التفكير بترك المهنة. (المشعان، 2000، ص66).

وقد أشارت عدة دراسات إلى أن الضغوط النفسية في محيط العمل بوجه عام تتبدى من خلال إحساس العاملين بالاحتراق النفسي، (محمد، 1999، ص200)، حيث تؤدي الضغوط الداخلية والخارجية التي يتعرض لها المعلم إلى استنزاف جسمي وانفعالي، تكون أهم مظاهره فقدان الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والأداء النمطي للعمل، ومقاومة التغيير وفقدان الابتكارية. ويؤدي افتقاد المعلم إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث إلى زيادة احتمال المعلم وقوع المعلم فريسة للاحتراق النفسي.

(خضر، 2005).

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي من ابرز المعوقات التي قد تظهر في مجال العمل، (الفرح،2001، ص254)، وهي إحدى نتائج الأزمات النفسية الخطيرة على الكوادر البشرية العاملة في مؤسسات التعليم بشكل عام، فهي تؤثر سلبياً في الجانب الاجتماعي، والصحي، والنفسي للأفراد الذين يعانون منها والذي يفترض فيهم القيام بعملهم بطرائق تتسم بالفاعلية والاهتمام. (بطاينة والجوارنه، 2004، ص49)، فهي تتضمن جوانب نفسية وسلوكية وفسيولوجية، وهي بمثابة حالة من التدهور النفسي الوظيفي ينتج عن زيادة الحساسية للضغوط المهنية. وهي ذو بعدين أساسين هما:

- البعد النفسي، الذي يتسم بظهور الإجهاد النفسي والتوتر والقلق والإحباط والاكتئاب بصورة عامة.
- البعد المهني، المتعلق بمشكلات الوظيفة والعلاقات مع الإدارة والزملاء والتلاميذ بالنسبة للمعلمين، وكذلك الرفض النفسي للوظيفة. (محمد، 1999، ص200).

وقد حظيت هذه الظاهرة باهتمام الباحثين خلال السنوات الأخيرة وتناولها العديد منهم بالبحث والدراسة، وأصبح مفهوم الاحتراق النفسي للمعلمين مدار بحث ونقاش في العديد من

وسائل الإعلام، وخاصة بعد أن لوحظ أن عدداً كبيراً من المعلمين يتركون مهنة التدريس، ويتوجهون إلى ممارسة أعمال أخرى، نتيجة للضغوط التي يتعرضون لها في وظائفهم، وقد أكد ماكجوير ذلك عندما وجد أن العديد من المعلمين قد أصيبوا بالإحباط من مهنة التدريس، وأنهم يفضلون ترك المهنة وممارسة أعمال أخرى، (الطحاينة وعيسى، 1996، ص131)، فقد أشارت بحوث جمعية التربية الأمريكية (N.E.A) (1987) أن ثلثي المدرسين الذين تم اختبارهم ظهرت عليهم أعراض الاحتراق من إجاباتهم التي أظهرت أنهم لو بدءوا حياتهم المهنية من جديد فأنهم لن يختاروا مهنة التعليم. (الجميلي، 2004، ص6).

فالاحتراق النفسي وما ينتج عنه من مشاكل عند الفرد، يترك أثار سلبية على المحترق نفسه، وقد تمتد هذه الآثار لتشمل الذين يتفاعلون ويتواصلون معه. (الخطيب والقريوني،2005، ص6). لذا نحن بحاجة لدراسة هذه الظاهرة الحديثة نسبياً حتى نتمكن من وضع الخطط والبرامج اللازمة للحد من حدتها لدى المعلمين ومساعدتهم على الأداء الأمثل.

ومن هنا تأتي أهمية البحث الحالي من كونه يتصدى لظاهرة الاحتراق النفسي بوصفها احد المشكلات التي ربما قد تعترض المعلمات في رياض الأطفال في محافظة نينوى، من اجل تشخيصها إن وجدت، ووضع الحلول المناسبة والناجحة لمعالجتها والحد من أثارها السلبية.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

1. مدى قوة وانتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
2. مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بحسب متغيرات العمر، وسنوات الخدمة، وعدد الأطفال في الصف، والتحصيل.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على جميع معلمات رياض الأطفال في مركز محافظة نينوى للعام الدراسي 2005 – 2006.

تحديد المصطلحات:

أولاً. الاحتراق النفسي : Psychological Burnout

ويعرفه كل من:

- ماسلاش (1982) Maslach : "حالة من الاستنزاف الانفعالي والعبء الأكثر من طاقة الفرد على التحمل والإحساس بالقصور والعجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب". (الجميلي، 2004، ص 15).
- بانيس و ارنسون (1983) Pines & Aronson : "انه حالة من الإجهاد البدني والذهني والعصبي والانفعالي، وهي تحدث نتيجة العمل مع الناس والتفاعل معهم لفترة طويلة وفي مواقف تحتاج إلى بذل مجهود انفعالي مضاعف". (الخطيب والقريوني، 2005، ص 3).
- الحايك (2000) : "حالة من الاضطراب والتوتر، وعدم الرضا الوظيفي، تصيب العاملين في المجال الإنساني، والاجتماعي بعامة، والسلوك التربوي التعليمي بخاصة، ناتجة عن الضغوط النفسية الشديدة التي يتعرض لها الفرد بسبب أعباء العمل تؤدى به إلى استنزاف طاقاته، وجهوده مما تنحدر به إلى مستوى غير مقبول من الأداء". (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 301).
- الفرح (2001) : "حالة نفسية داخلية يشعر بها الفرد نتيجة لضغوط العمل والأعباء الزائدة الملقاة على عاتقه. فهي استجابة الفرد للتوتر النفسي والضغوط المهنية ويتضمن ذلك عادة الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز". (الفرح،2001، ص 255).
- وقد تبنى الباحثان تعريف ماسلاش (1982) تعريفاً نظرياً للبحث الحالي، أما التعريف الإجرائي للبحث فهو "الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الاحتراق النفسي الذي اعتمد في البحث".

ثانياً. رياض الأطفال : Kindergartens

وتعرفها كل من:

- وزارة التربية (1994): "هي مرحلة تكون ما قبل المدرسة الابتدائية ويقبل فيها الطفل الذي يكمل الرابعة من عمره أو من سيكملها في نهاية السنة الميلادية و لا يتجاوز السنة السادسة من العمر، وتقسم إلى مرحلتين هما الروضة ومرحلة التمهيدي، وتهدف إلى تمكين الأطفال من النمو السليم وتطوير شخصياتهم من جوانبها الجسمية والعقلية بما فيها النواحي الوجدانية والخلقية، وفقا لحاجاتهم وخصائص مجتمعهم ليكون في ذلك أساس صالح لنشأتهم نشأة سليمة والتحاقهم بمرحلة التعليم الابتدائي". (الدهان، 2002، ص14).

- عزيز (1994): "إنها نظام تربوي يحقق التنمية الشاملة لأطفال ما قبل المدرسة ويهيئهم للالتحاق بمرحلة التعليم الأساسي". من: (احمد، 1997، ص2).
- واعتمد الباحثان على تعريف وزارة التربية (1994) تعريفاً نظرياً وإجرائياً للبحث الحالي.

الإطـار النظـري:

مفهوم الاحتراق النفسي Psychological Burnout هو احد المفاهيم الحديثة نسبياً. ويعد فرويد نبرجر Freudenbergor أول من استخدم هذا المصطلح في أوائل السبعينات، (الفرح، 2001، ص248)، حيث نشره لأول مرة في مقالة علمية وصف فيها الاحتراق النفسي. (العتيبي، 2003، ص351). و وصفه بأنه حالة من الإنهاك تحصل نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على الأفراد على حساب طاقاتهم وقواهم، (الخرابشة وعربيات، 2005، ص300)، وبعد ذلك حظي هذا المفهوم باهتمام العديد من الباحثين وأطلق عليه اسم أزمة الثمانينات ومرض الحياة المعاصرة وعد مشكلة خطيرة تستحق الاهتمام (القصير، 1993، ص14). وقد احتل الحديث عن هذا الموضوع مساحة كبيرة في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجال المهن الإنسانية. (الخطيب والقريوني، 2005، ص2). وأصبح الاحتراق النفسي مصطلحاً واسع الانتشار وسمة من سمات المجتمع المعاصر.

ورغم تعدد تعريفات الاحتراق النفسي إلا أن هناك اتفاق على معناه وخصائصه بشكل عام. فأورد تايلور (Taylor, 1986) تعريفاً لهول (Hall) للاحتراق النفسي بأنه عبارة عن الإرهاق واستنفاذ القوة والنشاط، وذكر تعريفاً لبوتر (Potter) بأنه فقدان الإرادة والقوة على دفع وتنشيط الاهتمام. (طوالبة، 1999، ص 170).

ويعرفه جرنيس (1983) بأنه حالة يصبح فيها الفرد الذي كان ملتزماً بمهنته مهملاً، نتيجة التوتر الذي يتعرض له في عمله.

(البطاينة والجوارنة، 2004، ص49)، (طوالبة، 1999، ص 170).

وفي هذا الصدد يرى فريق من الباحثين (Golembiewaki et al., 1983) أن الاحتراق شعور باستنزاف جسدي، وعاطفي، وعقلي، ناتج من حالة مزمنة من الإجهاد والضغط المتزايد في العمل. (العتيبي، 2003، ص352).

ويشير ترش (Truch, 1980) إلى أن الاحتراق النفسي هو بمثابة التغيرات في العلاقات والاتجاهات نحو العمل ونحو الآخرين بسبب ضغوط العمل الزائدة، سواء في مجال العمل أو خارجه. وبعبارة أدق هو الاستنزاف أو الاستنفاذ البدني والانفعالي. (مقابلة و الرشدان، 1997، ص 38)، (الفرح، 2001، ص249).

وتعرفه ماسلاش (Maslach, 1977) بأنه حالة من الإجهاد التي تصيب الفرد نتيجة لأعباء ومتطلبات العمل التي تفوق طاقة الفرد وينتج عنها مجموعة من الأعراض النفسية والعقلية والجسدية. (الفرح، 2001، ص249).

لذلك يمكن القول أن الأصل في الاحتراق النفسي هو الضغوط المهنية التي إذا ما استمرت يمكن أن تؤدي إلى ظهور أعراض ومؤشرات الاحتراق النفسي.

(الفرح، 2001، ص249).

وقد قام كل من مقابلة و الرشدان (1997) بمراجعة شاملة لأدبيات الاحتراق النفسي توصلا من خلالها إلى أن الاحتراق النفسي هو استنزاف للطاقة النفسية المخزونة لدى الفرد، يؤدي به إلى حالة من عدم التوازن النفسي (الاضطراب) التي تظهر نتيجة للضغوط النفسية الشديدة التي تسببها أعباء العمل ومتطلباته، مما تنعكس أثاره سلبياً بشكل مباشر على العملاء (طلاب، مرضى، مسترشدون، ..... الخ) وعلى المؤسسة التي يعمل فيها الفرد. و لا يمكن التخلص من هذه الحالة إلا من خلال التعامل المباشر مع العوامل البيئية التي سببتها، وليس من خلال التركيز على دور الفرد في مسايرة تلك المواقف (التكيف معها).

(مقابلة والرشدان، 1997، ص39).

وعلى هذا يعد الاحتراق النفسي مؤشراً مميزاً للضغوط المهنية والنتيجة النهائية لضغوط العمل المتراكمة والطلبات والتوقعات التي لا يستطيع الفرد التكيف معها بنجاح.

(الفرح، 2001، ص249)

وينظر عدد من الباحثين للاحتراق النفسي على انه استنفاذ تدريجي للرضا الوظيفي وللحماس لتحقيق الهدف، وتزايد الشعور بالقلق نتيجة لظروف العمل المادية والنفسية والاجتماعية التي تواجه الشخص المهني، وبصورة عامة فهو عبارة عن شعور عام لدى الفرد بعدم أهمية النتائج – شعور الفرد بأنه لا يلقى من التقدير المادي والمعنوي بما يتناسب مع الجهد المبذول. (مقابلة والرشدان، 1997، ص 38).

ويحدث الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات، نتيجة لعدد من المشاكل التي ترتبط بشكل مباشر بعملية التدريس والتي يواجهها المعلم أثناء تعامله مع الطلبة ..... كما تؤثر الظروف والأوضاع المعيشية التي يعيشها المعلم على احتراقه النفسي والتي منها: قلة الرواتب، عدم توفر المحفزات المادية والمعنوية أثناء الخدمة، وتدخلات أولياء الأمور في عمله وكثرة عدد الطلبة الذين يشرف عليهم ..... فضلاً عن نقص الدعم الاجتماعي من قبل أفراد المجتمع وفقدان الأمن الوظيفي وعدم العدالة بين العاملين، وضغوط الإدارة.

(الخطيب والقريوني، 2005، ص2)

وهناك عدة وجهات نظر تفسر الاحتراق النفسي فالسلوكيون يرون انه نتيجة لعوامل بيئية فإذا ما تم ضبط تلك العوامل فانه من السهولة التحكم بالاحتراق النفسي وهذا ما تؤمن به العديد من الدراسات والنظريات العلمية في أهمية وضرورة وتعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء والإنتاجية في مختلف مجالات العمل. (الجميلي، 2004، ص25).

أما وجهة النظر المعرفية فتقوم على أن السلوك الإنساني لا يتحدد بموقف مباشر يحدث فيه السلوك، وان المعرفة عامل يتوسط الموقف والسلوك، حيث أن الإنسان يفكر في موقف، أو وضع معين، وتكون استجابته للموقف معتمدة على درجة فهمه وإدراكه لهذا الموقف، أي أن الاستجابة لا تكون عفوية تلقائية. (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 305). فإذا كان الإنسان قد استطاع أن يدرك الموقف إدراكاً ايجابياً فان ذلك سيقوده إلى حالة من الرضا والمعنويات العالية والتكيف الايجابي، في حين إذا أدرك الإنسان هذا الموقف إدراكاً سلبياً فان النتيجة الحتمية لهذا الإدراك السلبي ظهور أعراض الاحتراق النفسي عليه.

(الجميلي، 2004، ص 25)

في حين يؤكد أصحاب مدرسة التحليل النفسي على أن السلوك أمر حتمي، لا يحدث بالصدفة أو بشكل عشوائي، وهو خاضع لأسباب طبيعية وقوانين محددة، (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 305)، فالسلوك يمر بثلاث مراحل مترابطة أو متصلة هي أن حدثاً بيئياً ما يؤدي إلى حالة عقلية داخلية، انفعال أو فكرة أو صراع (بين مكونات الشخصية الثلاث الهو والانا و والانا الأعلى) ينجم عنه سلوك ظاهر وعليه فان مصدر السلوك الظاهري كالتبلد ونقص الشعور والإجهاد والذي يمثل الاحتراق هو العمليات النفسية الداخلية كالانفعالات والقلق والتوتر وليس الأحداث البيئية. (الجميلي، 2004، ص 25).

وأشار الطحاينة (1995) وشهاب (2001) إلى أن عملية الاحتراق النفسي تمر بمراحل ثلاث وهي كالأتي:

- المرحلة الأولى: وهي مرحلة وجود ضغط ناجم عن عدم توازن بين متطلبات العمل والقدرات اللازمة لتنفيذه من قبل الفرد القائم بهذا العمل.
- المرحلة الثانية: وهي نتيجة للمرحلة الأولى، والتي هي رد الفعل الانفعالي لحالة عدم التوازن، حيث يشعر الفرد بالقلق والتعب، والإجهاد الناجم عن الضغط الذي تولده متطلبات العمل.
- المرحلة الثالثة: وهي مجموعة التغيرات في اتجاهات الفرد وسلوكه، مثل: الميل لمعاملة الأشخاص المتعامل معهم بطريقة آلية، وانشغاله عنهم بالاتجاه نحو إشباع حاجاته الشخصية، مما ينجم عنه التقليل من الالتزام الذاتي بالمسؤولية الوظيفية.

(الخرابشة وعربيات، 2005، ص 302)

أما فيما يتعلق بالأسباب المؤدية إلى الاحتراق النفسي فقد لخصها جرنيس (1983) بعوامل خاصة بالجانب الفردي والاجتماعي والوظيفي.

بالنسبة للجانب الفردي، يكون المهني الأكثر التزاماً وإخلاصاً في عمله أكثر عرضة للاحتراق النفسي، إذ يكون تحت ضغط داخلي للعطاء أكثر من غيره.

وبالنسبة للجانب الاجتماعي، فيتمثل في تزايد اعتماد أفراد المجتمع على المؤسسات التعليمية والاجتماعية، الأمر الذي يسهم في زيادة العبء الوظيفي للعاملين فيها، والذي يكون سبباً في تقديم خدمات اقل من المستوى المطلوب أو مستوى توقعات المجتمع. وهذا من شانه أن يؤدي بالمهني إلى الشعور بالإحباط وزيادة الضغوط.

وتعد العوامل الخاصة بالجانب الوظيفي من أهم العوامل المسببة للاحتراق النفسي إذ أن الأعمال الروتينية وقلة الإثارة والحوافز في بيئة العمل، تودي إلى الضغط ومن ثم الاحتراق النفسي والفشل في تحقيق الحاجات الشخصية التي يتوقعها المهني تسهم إلى حد كبير في حدوث عدم الرضا الوظيفي ومن ثم إلى الاحتراق النفسي. (طوالبة، 1999، ص 171).

ويرى سيدولاين أن أهم العوامل التي تساعد على الاحتراق النفسي هو شعور الفرد بالاكتئاب الناتج عن عدم الاستعداد للعمل، والصراع المستمر، والطموح غير الواقعي، وفقدان الاستقلال الذاتي، ونقص السلطة في اتخاذ القرارات، والعمل المضاعف.

(مقابلة والرشدان، 1997، ص39).

أما ماهر فمن خلال استعراضه لمجموعة من الدراسات التي تناولت أسباب الاحتراق وأعراضه، بين وجود ثمانية أسباب رئيسية للاحتراق النفسي هي:

1. العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.
2. غموض الدور.
3. فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل أو الإنتاج.
4. الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات المهنية.
5. الزيادة في عبء العمل وتعدد المهام المطلوبة.
6. الرتابة والملل في العمل.
7. ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل.
8. الخصائص الشخصية للفرد. (الفرح، 2001، ص249).

ويرى سايروس و سايروس (Sarros & Sarros, 1987) أن هناك عوامل عديدة تؤدي إلى شعور المعلم بالاحتراق منها: الحمل التدريسي الزائد والحاجة إلى المكافئات، وقد أضاف هوش (Hoch, 1988) إلى ذلك عوامل أخرى منها: شعور المعلم بأنه عاجز عن تحقيق أهدافه

والنظام المدرسي غير الملائم، والعزلة عن الأصدقاء وزملاء الدراسة والحاجة إلى المساندة الإدارية. (عبد العزيز، 1997، ص 290).

بينما أوضح يوفينيكي من أن معظم الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي قد حددت جملة من مكونات سلوكية يمكن لها في الغالب أن تسهم في إسراع وتعجيل ظهوره عند الفرد ومن هذه المكونات تغيرات في أحداث الحياة، الضغوط الوظيفية، الصحة البدنية السيئة، فقدان الوعي بالآمال والطموحات، ضعف الإسناد الاجتماعي، المتغيرات الشخصية، طول فترات العمل وثقله، قلة الراتب، قلة الانجاز، تزايد الظروف السلبية والعمل الآلي، العلاقة السيئة مع الإدارة في العمل، ضعف الإحساس بالقيمة الشخصية، الاختلاف بين ما يراد انجازه وانجازه في العمل، الشعور بالفشل، مشاكل ضبط الطلبة، صراع الدور وغموضه.

(الجميلي، 2004، ص 24).

ويظهر المحترق نفسياً عدداً من الأعراض كالإعياء والإجهاد ومشاكل في النوم، والصداع والهزل الجسماني، والإحباط، والنظرة السلبية نحو الطلبة والمهنة على حد سواء وعدم الاهتمام بنفسه والميل نحو الأعمال الكتابية بدلاً من التفاعل مع الطلبة وأولياء أمورهم، مما يستدعي أن يصبح مثل هذا المعلم متشائماً وضعيفاً في قدرته على الاحتمال.

(الخطيب والقريوني، 2005، ص2)

ومن مظاهره عدم الاهتمام بالتلاميذ وتبلد المشاعر، ونقص الدافعية، والادء النمطي للعمل، وفقدان الحماس للاهتمام بالعمل والزملاء، وتدني المستوى التعليمي للطلاب بسبب ضعف الدافعية لدى الطلاب. (بطاينة والجوارنة، 2004، ص 50).

وقد توصلت ماسلاش وجاكسون (Maslach & Jackson, 1981) إلى ثلاثة أبعاد رئيسة تعكس أعراض الاحتراق النفسي، وقد سميت هذه الأعراض أو الأبعاد باسم الباحثة ماسلاش وهي:

- الإجهاد الانفعالي Emotional Exhaustion.
- وتبلد المشاعر Depersonalization.
- ونقص الشعور بالانجاز Lack of Personal Accomplishment.

(الفرح، 2001، ص 249).

كما قام بيرلمان و هارتمان (Perlman & Hartman, 1984) بمراجعة الأدب المتصل بالاحتراق النفسي، وخلصا إلى أن الاحتراق النفسي هو الاستجابة إلى استنفاذ عاطفي مزمن على ثلاثة أبعاد رئيسية هي: الإجهاد النفسي والعاطفي، وإنتاجية العمل المتدنية، والتعامل الآلي والجاف مع العملاء (الآخرين). وقد توافقت دراسة بيرلمان و هارتمان مع دراسة ماسلاش

و جاكسون (1981) على أن مفهوم الاحتراق النفسي يتألف من أبعاد متعددة، وان لكل بعد درجة مستقلة عن الأخرى.(بطاينة والجوارنة،2004،ص49).

وبعد كل هذه الاختلافات حول تحديد هوية الاحتراق، خلصت ماسلاش و زملائها (2001) في مقالة علمية إلى تأكيد أن الاحتراق عبارة عن أعراض نفسية تحدث استجابة لعوامل ضاغطة في الوظيفة نتيجة للعلاقات الشخصية. وتتكون هذه الاستجابة من ثلاثة أبعاد هي:

- الإنهاك، ويشير إلى الإجهاد التام واستنزاف موارد الفرد العاطفية والجسدية.
- الشعور بالانفصال (النفور) من الوظيفة، ويشير إلى العلاقات الشخصية وفقدان الشعور الإنساني عند التعامل مع الآخرين، ومعاملتهم بسلبية وقسوة قلب.
- الإحساس بعدم الفعالية وتدني الانجاز الشخصي، ويمثل شعور الفرد بعدم الكفاءة وفقدان كل من الانجاز والإنتاجية في العمل. (العتيبي، 2003، ص 353).

الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدراسات التي أجريت في مجال الاحتراق النفسي لدى المعلمين في مراحل التعليم المختلفة، إذ أن هذا الموضوع أصبح موضوع اهتمام العلماء والباحثين لا سيما المختصين بالتربية والتعليم. وسيكتفي الباحثين بإلقاء الضوء على دراستين فقط كانت ذات صلة مباشرة بموضوع البحث الحالي.

دراسة عيسى (1995) :

"التوافق المهني وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى المعلمات"

عد الباحث الاحتراق النفسي لدى المعلمات مؤشراً للضغوط النفسية لديهم، وشملت العينة (105) معلمة برياض الأطفال بالكويت، وطبق عليهن مقياساً للاحتراق النفسي ومقياساً آخر للتوافق المهني وفق النموذج التفاعلي لهاريسون. ويتضمن هذا النموذج بعدين هما مدى إدراك الفرد لملائمة ذاته لمتطلبات المهنة (الذات)، ومدى إدراك الفرد لملائمة المهنة لحاجاته النفسية (الوظيفة). وتبين من النتائج عدم وجود علاقة بين التوافق المهني والاحتراق النفسي. (محمد، 1999، ص207).

دراسة زابف وآخرون (2001) .Zapf et al

اهتمت هذه الدراسة بالعمل العاطفي Emotion Work وضغوطات العمل وأثرها على موضوع الاحتراق، وتكونت العينة من (1241) موظف من الجنسين العاملين في بيوت الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، ومؤسسات الخدمة الاجتماعية، والبنوك، والحضانات، ومراكز

الاتصال، والمستشفيات، في جنوب ألمانيا. وأظهرت نتائج الدراسة أن العمل العاطفي (وهو توزيع المهام على الموظفين لتحقيقها بما يجب في مصلحة المؤسسة وتحقيق أهدافها) يرتبط بعدد من المتغيرات المتعلقة بضغوط العمل، الإرهاق والتجرد الشخصي والتي تقود إلى الاحتراق النفسي. (الخطيب والقريوني، 2005، ص 6).

إجراءات البحث:

مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث الحالي من جميع معلمات رياض الأطفال في مركز محافظة نينوى، والبالغ عددهم (200) معلمة موزعين على (28) روضة موزعة في أرجاء مختلفة من المحافظة (الجانبين الأيمن و الأيسر). وشملت العينة النهائية (76) معلمة وزعن على (13) روضة تمثل مناطق مختلفة من المحافظة.

أداة البحث:

اعتمد الباحثان على النسخة الثالثة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي Maslash Burnout Inventory (MBI) والمعروف بـ Human Services Survry (HSS) لماسلاش وزملائها (1996) والذي ترجمه إلى العربية العتيبي (2003). (العتيبي، 2003، ص358). وقد قام عدد من الباحثين بتعريب هذا المقياس في نسخه الأخرى ليتلاءم والبيئة العربية، ومنهم: (داوني والكيلاني وعليان، 1989: ومقابلة وسلامة، 1993: والطحاينة، 1995: والطوالبة، 1998: والفرح، 2001). (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 313). وتم اعتماد هذه الترجمة نظراً لتعذر حصول الباحثين على النسخة الأجنبية من المقياس. ويتكون هذا المقياس من (22) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

1. الإنهاك العاطفي: ويتضمن الفقرات (1 – 9)، والتي تقيس شعور الفرد بالإجهاد العاطفي، واستنزافه في عمله.
2. فقدان التعامل الإنساني والشخصي: ويتضمن الفقرات (10 – 14) والتي تقيس عدم شعور الموظف (المعلمة) بالإنسانية في تعامله مع الآخرين.
3. الانجاز الشخصي: ويتضمن الفقرات (15 – 22) والتي تقيس إحساس الشخص بالكفاءة والانجاز في عمله ونجاحه في التعامل مع الآخرين. (العتيبي، 2003، ص360)

وقد بنيت الفقرات على شكل عبارات تسأل عن شعور الفرد نحو مهنته، حيث يطلب من المفحوص الاستجابة مرتين لكل فقرة: مرة تدل على تكرار الشعور بتدرج يتراوح من (صفر –

6) درجات، وأخرى تدل على شدة الشعور بتدرج يتراوح من (صفر – 7) درجات. (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 313).

وتحسب درجات كل مقياس فرعي على أساس ضرب عدد عباراته × عدد أوزان المقياس (صفر – 6) . وبذلك تتراوح درجات الاحتراق على كل مقياس فرعي وفقا لما يلي:

1. الإنهاك العاطفي: من (صفر – 54) درجة.
2. فقدان التعامل الإنساني والشخصي: من (صفر – 30) درجة.
3. الانجاز الشخصي: من (صفر – 48) درجة.

وصنفت ماسلاش وزملائها (1996) مستويات الاحتراق النفسي على المقياس إلى ثلاث فئات على النحو الآتي:

1. درجة عالية في الاحتراق: وتتمثل في حالة حصول الفرد على درجات عالية في كل من مقياس الإنهاك العاطفي، ومقياس فقدان التعامل الإنساني أو الشخصي، ودرجات منخفضة على مقياس الانجاز الشخصي.
2. درجة متوسطة في الاحتراق: وتحدث عند حصول الفرد على درجات متوسطة في المقاييس الثلاثة.
3. درجة منخفضة في الاحتراق: عند حصول الفرد على درجات منخفضة في كل من مقاييس الإنهاك العاطفي، وفقدان التعامل الإنساني أو الشخصي، ودرجات عالية على مقياس الانجاز الشخصي. (العتيبي، 2003، ص 361).

ونظراً لوجود ارتباط عالي بين بعدي التكرار، والشدة للمقياس، وبهدف اختصار وقت التطبيق، اكتفى الباحثان في البحث الحالي، بإجابة المفحوص على البعد الخاص بتكرار شعوره نحو فقرات المقياس، وهذا ما كشفت عنه دراسات عديدة أخرى منها: دراسة ايوانيكي و سكواب، (Iwanicki & Schwab, 1981) و دراسة ماسلاش وجاكسون 1986، و دراسة السرطاوي 1997، ودراسة الفرح 2001. (الخرابشة وعربيات، 2005، ص 314).

صدق المقياس:

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى جيد من الصدق، فقد ظهرت دلالات صدقه من قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين الذين يعانون من احتراق نفسي عال واحتراق نفسي متدن، وذلك من خلال دراسات مختلفة سواء في البيئة الأجنبية أم العربية.

(الفرح، 2001، ص257)

وقد ارتأى الباحثان عرضه على مجموعة من الخبراء والمحكمين* من أساتذة التربية وعلم النفس لغرض التأكد من صلاحية المقياس ومدى مناسبته لمعلمات رياض الأطفال، بعد إجراء بعض التعديلات عليه، وقد اجمع المحكمون على صلاحية المقياس للاستخدام بعد إجراء بعض التعديلات اللغوية عليه لكي يناسب عينة البحث الحالي.

ثبات المقياس:

تم حساب الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي لكل مقياس فرعي على حدا، وذلك على عينة مكونة من (28) معلمة اختيروا بشكل عشوائي، وقد كانت معاملات الاتساق الداخلي للمقاييس الفرعية الثلاث (الإنهاك العاطفي، و فقدان التعامل الإنساني والشخصي، و الانجاز الشخصي) بالشكل التالي (0.24، 0.52، 0.58) على التوالي وهي قيم مقبولة بالنسبة للمقاييس التي تقيس الحالة.

الوسائل الإحصائية:

استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية: الاختبار التائي لعينة واحدة، وتحليل التباين الأحادي *ANOVA*، و اختبار توكي للمقارنة البعدية.

نتائج البحث:

تحقيقاً للهدف الأول والذي نص على (التعرف على مدى قوة وانتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال).

قام الباحثان بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث في المقاييس الفرعية الثلاث كل على حدا، ومن ثم تحقق الباحثان من دلالة الفرق بين المتوسطات المتحققة والمتوسطات النظرية للمقاييس لمعرفة قوة الاحتراق النفسي وذلك باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة، والجدول (1) يوضح ذلك.

---

* استعان الباحثان باراء بعض التدريسيين في قسم رياض الاطفال في تحديد مدى صلاحيته المقياس ومناسبته لمعلمات الرياض وهم:

- أ. م. **خشمان حسن علي.**
- أ. م. **جاجان جمعة محمد.**
- أ. م. **ثابت محمد خضير.**
- م. **احلام اديب داؤد.**
- م. **انور علي صالح.**
- م. م. **ايمان محمد شريف.**

الجدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة التائية المحسوبة للاحتراق النفسي لدى أفراد عينة البحث

المقاييس الفرعية للاحتراق النفسي	العدد	المتوسط	المتوسط النظري	الانحراف المعياري	القيمة التائية	
					المحسوبة	الجدولية
الإنهاك العاطفي		13.013	27	8.509	15.957	
فقدان التعامل الإنساني	76	1.934	15	3.689	34.394	2
الانجاز الشخصي		41.63	24	9.50	18.027	

* مستوى الدلالة الإحصائية ($\propto = 0.05$)

ويتضح من الجدول (1) عدم وجود فرق ذا دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق لمقياس الإنهاك العاطفي والبالغ (13.013) وبانحراف معياري قدره (8.509)، والمتوسط النظري البالغ (27)، وكان المتوسط المتحقق اصغر من المتوسط النظري للمقياس بفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05). إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (15.957) اكبر من القيمة التائية المجدولة والبالغة (2).

كما يتضح أيضاً عدم وجود فرق ذا دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق لمقياس فقدان التعامل الإنساني والبالغ (1.934) وبانحراف معياري قدره (3.689)، والمتوسط النظري البالغ (15)، وكان المتوسط المتحقق اصغر من المتوسط النظري للمقياس بفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05). إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (34.394) اكبر من القيمة التائية المجدولة البالغة (2).

وأخيرا يتضح عدم وجود فرق ذا دلالة إحصائية بين المتوسط المتحقق لمقياس الانجاز الشخصي والبالغ (41.63) وبانحراف معياري قدره (9.50)، والمتوسط النظري البالغ (24)، وكان المتوسط المتحقق اكبر من المتوسط النظري للمقياس بفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05). إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (18.027) اكبر من القيمة التائية المجدولة البالغة (2).

ولغرض معرفة مدى انتشار مستويات ظاهرة الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة قام الباحثان باستخراج النسب المئوية لكل من المقاييس الفرعية الثلاثة، ومستويات الاحتراق التي حددها صاحب المقياس (ماسلاش و آخرون، 1996)، والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

مستويات الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة

المقاييس الفرعية للاحتراق النفسي	مستويات الاحتراق* النفسي ونسبة الأفراد المحترقين		
	احتراق منخفض	احتراق متوسط	احتراق عال
الإنهاك العاطفي	% 55.3	% 30.3	% 6.6
فقدان التعامل الإنساني	% 88.2	% 6.6	% 3.9
الانجاز الشخصي	% 76.3	% 6.6	% 13.2

* صنفت ماسلاش و زملائها (Maslash et al., 1996) مستويات الاحتراق النفسي وفقاً للتالي:

1. الإنهاك العاطفي: احتراق منخفض: ≤16، احتراق متوسط: 17 – 26، احتراق عال: ≥27.
2. فقدان التعامل الإنساني: احتراق منخفض: ≤6، احتراق متوسط: 7 – 12، احتراق عال: ≥13.
3. الانجاز الشخصي: احتراق منخفض: ≥39، احتراق متوسط: 32 – 38، احتراق عال: ≤31.

ويتبين من الجدول (2) ما يلي:

1. الإنهاك العاطفي: تعاني نسبة ضئيلة من أفراد عينة البحث (6.6 %) من ارتفاع معدلات الإنهاك العاطفي، ونسبة لا باس بها (30.3 %) تعد معدلات إصابتها في حدود المتوسط، في حين أن نسبة كبيرة من أفراد العينة (55.3 %) كانت معدلات إصابتهم بالإنهاك قليلة.
2. فقدان التعامل الإنساني: هناك نسبة قليلة جداً من أفراد عينة البحث (3.9 %) كان احتراقها عالياً جراء فقدانها للتعامل الإنساني، كما كانت هناك نسبة قليلة أخرى (6.6 %) تعاني من احتراق متوسط من جراء فقدانها للتعامل الإنساني، أما السواد الأعظم من أفراد العينة (88.2 %) فيعد احتراقه منخفضا إزاء فقدان التعامل الإنساني.
3. الانجاز الشخصي: نسبة كبيرة من أفراد العينة (76.3 %) يشعرون بارتفاع انجازهم الشخصي، في حين أن نسبة قليلة منهم (13.2 %) لا يزال شعورها بالانجاز منخفضاً، ونسبة اقل (6.6 %) كان احتراقها عال بسبب شعورها بانخفاض الانجاز.

وهذه النتيجة تعني أن أفراد العينة ليس لديهم أنهاك عاطفي ويظهرون درجات عالية في التعامل الإنساني، ودرجات عالية في الانجاز الشخصي، مما يعني أنهم لا يعانون من الاحتراق النفسي وانه لا يشكل مشكلة بالنسبة لهم.

وهي بهذا تتفق مع دراسة (الطوالبة، 1999، ص 189)، وتختلف مع مجموعة الدراسات التي تشير إلى وجود درجة معتدلة من الاحتراق النفسي لدى المعلمين ومنها (الطحاينة وعيسى، 1996، ص 144: الجميلي، 2004، ص34)، كما أنها تختلف مع جملة الدراسات التي تشير إلى أن درجات الاحتراق النفسي عموماً كانت عالية (الجميلي، 2004، ص 33 – 37)، (الطوالبة، 1999، ص 169).

ولعل لطبيعة المجتمع الذي تتعامل وتتعايش معه عينة البحث اثر كبير في ظهور هذه النتيجة، فالأطفال أحباب الله وقد غرس الله فينا حبهم لا سيما المرأة التي وضع فيها سبحانه عاطفة الأمومة، لذلك ليس مستغربا أن تتحمل المعلمة في رياض الأطفال أعباء تفوق طاقتها واحتمالها في سبيل رسم السعادة في عيون الأطفال، ولا يفوتنا أن نذكر أن المرغوبية الاجتماعية قد تلعب دوراً كبيراً في ظهور الاستجابة بهذا الشكل. فحساسية بعض العبارات التي تضمنها المقياس كما يشير العتيبي (2003) قد تشعر المستجيب بالحرج أو تأنيب الضمير، ومن ثم لا يفضل الاعتراف بهذه الممارسات غير الإنسانية محتفظا بها لنفسه كأحد إسرار المهنة. (العتيبي، 2003، ص 373).

لغرض تحقيق الهدف الثاني الذي نص على (التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بحسب متغيرات العمر، وسنوات الخدمة، وعدد الأطفال في الصف، والتحصيل).

قام الباحثان بحساب تحليل التباين الأحادي *ANOVA على كل متغير من هذه المتغيرات* لتعرف تأثيرها في مستويات الاحتراق النفسي، والجدول (3) يوضح القيم الفائية الناجمة عن تحليل التباين لهذه المتغيرات.

الجدول (3)

نتائج تحليل التباين الأحادي *ANOVA* للفروق بحسب المتغيرات الشخصي على مقاييس الاحتراق النفسي.

المتغيرات	مقياس الإنهاك العاطفي	مقياس فقدان التعامل الإنساني	مقياس الانجاز الشخصي
	القيمة الفائية	القيمة الفائية	القيمة الفائية
العمر	3.091*	1.167	0.495
سنوات الخدمة	1.953	0.355	1.097
عدد الأطفال في الصف	0.146	1.343	1.387
التحصيل	1.635	0.537	1.734

* مستوى الدلالة الإحصائية ($\propto = 0.05$)

ويتبين من الجدول (3) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) تعزى لأثر متغيرات البحث كافة، ماعدا وجود فرق ذا دلالة إحصائية بين العمر ومقياس الإنهاك العاطفي.

وهذه النتيجة تختلف مع بعض الدراسات التي تشير لعدم وجود فروق في العمر (الجميلي، 2004، ص32)، (الطوالبة، 1999، ص 175)، والتي تشير إلى وجود فروق في العمر والخبرة وعدد الطلبة والمؤهل، (الطوالبة، 1999، ص 176)، (الجميلي، 2004، ص32-37)،(الخرابشة وعربيات،2005، ص 322)،(الخطيب والقريوني،2005، ص 1).

وللكشف عن اتجاه الفروق وتحديد الأعمار التي كان الفرق لصالحها استخدم الباحثان اختبار توكي للمقارنة البعدية وكما هو مبين في الجدول (4)

الجدول (4)

نتائج اختبار توكي لمقارنة متوسطات أعمار عينة البحث على مقياس الإنهاك العاطفي

م	العمر	المتوسط	المقارنات الدالة	الفرق	مستوى الدلالة
.1	30 - 21	7.71	(1) و (2)	9.21	0.05
.2	40 - 31	16.92			
.3	50 - 41	15.44			
.4	51 - فما فوق	11.35			

ويلاحظ من الجدول (4) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية في حالة واحدة فقط، حيث نجد أن المعلمات اللاتي تتراوح أعمارهن بين (21 - 30) سنة (م = 7.71)، اقل إنهاكاً عاطفياً من المعلمات اللاتي تتراوح أعمارهن بين (31 - 40) سنة (م = 16.92)، وهذا يعني أن الأفراد الأقل سناً اقل عرضة الإنهاك العاطفي من الأكبر منهم سناً. وهي لا تتفق مع نتائج بعض الدراسات والتي تؤكد أن المعلمين الأقل سناً أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

التوصيات:

1. العمل على تهيئة بيئة عمل مناسبة تسهم في مساعدة المعلم على تجاوز المشكلات التي تعترضه وتسبب له الاحتراق النفسي.
2. إنشاء مراكز للتنمية المهنية يلتقي فيها العاملون في ميدان التعليم لغرض تبادل خبراتهم وتطوير أدائهم وتدريبهم على مواجهة ضغوط العمل والحياة.

المقترحات:

1. إجراء المزيد من البحوث والدراسات حول ظاهرة الاحتراق النفسي في مراحل التعليم كافة ابتداء من رياض الأطفال.
2. ضرورة البحث والتقصي لمعرفة وفهم ظاهرة الاحتراق النفسي بصورة اكبر.

المصادر:

1. احمد، لقاء محفوظ .(1997). فاعلية منهج وحدة الخبرة المتكاملة في التوافق النفسي والاجتماعي لأطفال الرياض، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الموصل، كلية التربية.
2. البطاينة، أسامة والجوارنه، المعتصم بالله. (2004). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في محافظة اربد، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مجلد 2، العدد 2، ص48 – 76.
3. الجميلي، خولة حسين .(2004). النسق القيمي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى مدرسي المرحلة الثانوية في كركوك، (رسالة ماجستير غير منشورة)، جامعة الموصل، كلية التربية.
4. (الخرابشة، عمر محمد عبد الله وعربيات، احمد عبد الحليم .(2005). الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، المجلد 17، العدد الثاني، جمادي الأول، يوليو، ص291– ص 331
5. خضر، محسن .(2005). الاحتراق النفسي للمعلم العربي، منقول عن باب المقال و متوفر على الموقع: www.bab.com
6. الخطيب، فريد مصطفى والقريوني، إبراهيم أمين .(2005). الاحتراق النفسي لدى الطلبة العاديين والموهوبين وذوي صعوبات التعالم والإعاقات الشديدة، المؤتمر العلمي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين، للفترة من 16 – 7/18 ،عمان، الأردن.
7. الدهان، لمى رزاق غني كريم .(2002). اثر القصة في تنمية الجانب الخلقي لدى أطفال الروضة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد ، كلية التربية للبنات.
8. الطحاينة، زياد لطفي وعيسى، سهى اديب .(1996). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الاردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد 23، العدد 1، ص131 – ص148.
9. طوالبة، محمد عبد الرحمن .(1999). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب في المدارس التابعة لمحافظات اربد والمفرق وعجلون وجرش، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 14، العدد الثاني، ص 169 – ص 195.
10. عبد العزيز، مفتاح محمد. (1997). الاحتراق النفسي عند المعلمين، مجلة الآداب والعلوم (المرج)، العدد الأول، ص287 – ص297.
11. العتيبي، ادم غازي .(2003). الاحتراق الوظيفي لدى العاملين في قطاع الخدمة المدنية الكويتي وعلاقته بنمط الشخصية " أ " والرغبة في ترك العمل، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد 31، العدد2، ص 347 – 390.

12. عليان، ربحي وأبو زيد، محمد خير. (2002). ضغوط العمل لدى العاملين في المكتبات الجامعية الحكومية والخاصة في الأردن، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد 29، العدد 2، أيلول، ص 334 – 350.
13. الفرح، عدنان .(2001). الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر، مجلة دراسات تربوية، مجلد 28، العدد 2، ص 247 – 271.
14. القصير، جاسم محمد جاسم .(1993). المتغيرات المحددة للاحتراق النفسي لدى مدرسي المرحلة المتوسطة ودور التداخل الإرشادي، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية.
15. محمد، يوسف عبد الفتاح. (1999). الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، السنة 8، العدد 15، يناير، ص 195 – 227.
16. المشعان، عويد. (2000). مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة بدولة الكويت وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد 28، عدد 1، ص65 – 96.
17. مقابلة، نصر والرشدان، مالك. (1997). الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة أبحاث اليرموك العلوم الإنسانية والاجتماعية، مجلد 13، العدد 2 (ب)، ص 37 – 56.
18. الهابط، محمد السيد .(1985). التكيف والصحة النفسية، المكتب الجامعي الحديث.
19. اليماني، سعيد احمد و بوقحوص، خالد احمد. (1996). دراسة تحليلية للرضا المهني لدى معلمي ومعلمات التعليم العام في مهنة التدريس بدولة البحرين، مجلة دراسات العلوم التربوية، مجلد 23، العدد 2، أيلول، ص 269 – 287.