



الاحترق التعليمي وعلاقته بالتحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي

Educational burnout and its relationship to academic achievement in the Arabic language among fifth-grade secondary school female students

الكلمات المفتاحية: (الاحترق التعليمي – التحصيل الدراسي – الصف الخامس الإعدادي)

Educational Burnout - Academic Achievement - Fifth Grade of Secondary)

Keywords:(School

أ.م. د آمنة عامر عبد الله جابر

Asst. Prof. Dr. Amna Amer Abdullah Jaber

الجامعة المستنصرية – كلية التربية – قسم اللغة العربية

Al-Mustansiriya University - College of Education - Department of Arabic Language

الهاتف : 07706988655

المستخلص:

يهدف البحث الحالي التعرف على: ١- مستوى الاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي. ٢- متوسط درجات التحصيل الدراسي لمادة اللغة العربية لطالبات عينة البحث من الصف الخامس الإعدادي، للفصل الدراسي الأول من السنة (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥). ٣- العلاقة الارتباطية بين الاحتراق التعليمي ومتوسط تحصيل طالبات عينة البحث. ولتحقيق ذلك تبنت الباحثة أداة مناسبة بـ (اللغة الانكليزية) وهو "مقياس رايس" لقياس "الاحتراق التعليمي" واستعملت الباحثة هذه المقياس بعد ترجمته وتكييفه على البيئة العراقية، وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (١٦) فقرة، وتم اعتماد التدرج الرباعي كبديل للاستجابة على فقرات المقياس. وتم تطبيق المقياس على عينة من طالبات الصف الخامس الإعدادي بلغت (٤٠٠) طالبة اختارتهن الباحثة عشوائياً من طالبات الصف الخامس الإعدادي – سواء علمي أو أدبي – في المدارس الحكومية النهارية للبنات، التابعة لمديرية بغداد/ الرصافة ممن درسن وامتحان واكملن الفصل الدراسي الأول. وبذلك تم مقارنة درجات إجابتهن على مقياس الاحتراق التعليمي مع متوسط تحصيل درجاتهن لمادة اللغة العربية. وتوصلت النتائج إلى وجود احتراق تعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي، وإلى وجود علاقة ارتباطية قوية وسالبة بين الاحتراق التعليمي والتحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية.

Abstract:

The current research aims to identify: 1- The level of educational burnout among fifth-grade female students. 2- The average academic achievement scores in the Arabic language subject for the research sample students from the fifth grade, for the first semester of the academic year (2024-2025). 3- The correlation between educational burnout and the average achievement of the research sample students. To achieve this, the researcher adopted a suitable tool in (English language), which is the "Rice Scale" to measure "educational burnout". The researcher used this scale after translating and adapting it to the Iraqi environment. Thus, the scale



in its final form consisted of (16) paragraphs, and the four-point scale was adopted as alternatives for responding to the scale paragraphs. The scale was applied to a sample of fifth-grade female students, amounting to (400) students, whom the researcher randomly selected from fifth-grade female students - whether scientific or literary - in the government day schools for girls, affiliated with the Baghdad/Rusafa Directorate, who studied, took the exams, and completed the first semester. Their scores on the burnout scale were compared with their average Arabic language scores. The results indicated the presence of burnout among fifth-grade middle school students, and a strong, negative correlation between burnout and academic achievement in Arabic.

الفصل الأول (التعريف بالبحث)

أولاً - مشكلة البحث

في عصر تتسارع فيه وتيرة الحياة، وتزداد فيه التحديات الأكاديمية، يعاني الكثير من الطلبة من ظاهرة خطيرة تُعرف بـ "الاحتراق التعليمي". وهي مشكلة متزايدة تؤثر في جودة التعليم وصحة المتعلمين النفسية وبالتالي تؤثر سلباً على تحصيلهم الأكاديمي، وقد تقود إلى الإحباط والانقطاع عن الدراسة إن لم تعالج بفعالية. هذه الحالة النفسية والعقلية ليست مجرد تعب عابر، بل هي أزمة حقيقية تؤثر على جودة التعليم وصحة الأفراد النفسية والجسدية، خاصة وأنها أصبحت تتكرر في مختلف المراحل الدراسية، من المرحلة الابتدائية إلى الجامعية، وقد تؤدي إلى الانسحاب الكامل من العملية التعليمية إذا لم تعالج مبكراً (الصادق وعبادي، ٢٠١٨م، ص: ٣٤).

فهو حالة من الإرهاق الجسدي والعقلي والعاطفي يصيب الطلبة نتيجة الضغوط المستمرة والمترابطة المرتبطة بالدراسة، ينتج من عوامل عدة متنوعة لا تتعلق بالعبء الدراسي والواجبات والتكاليف فحسب بل بعوامل كثيرة أخرى كفقدان الهدف أو الحافز للاستمرار في الدراسة وعدم وجود ارتباط عاطفي بالمادة أو الشعور بأن الجهد المبذول لا يقدر، أو غياب الأنشطة الترفيهية والتربوية التي تخفف الضغط، أو التركيز على النتائج بدلاً من العملية التعليمية، أو ظروف شخصية أو عائلية صعبة كمشاكل أسرية تؤثر على التركيز، فقر أو مرض، أو مسؤوليات منزلية زائدة، اضطرابات نفسية كالإكتئاب أو القلق، كل ذلك يؤدي إلى ما يعرف بالاحتراق التعليمي (الدوسري، ٢٠١٩، ص: ٦٣٣).

فالاحتراق التعليمي من الظواهر النفسية التي تؤثر سلباً على أداء الطلبة في مختلف المواد الدراسية، ولا سيما في مادة اللغة العربية، فاللغة العربية لما تحملها من ثراء لغوي وتنوع في الفروع مثل: النحو والصرف والبلاغة والأدب والتعبير، تتطلب من الطالب جهداً ذهنياً عميقاً لفهمها واستيعابها، وعندما يتعرض الطالب لضغوط متكررة وكثافة في المناهج وطرق تدريس تقليدية، يبدأ في الشعور بالإرهاق العقلي والانفعالي (عبد عون، ٢٠١٣، ص: ٢٥) ما يؤدي إلى الاحتراق التعليمي الذي يفقده الرغبة في التعلم ويقلل من حماسه للمادة.

إن ظاهرة الاحتراق التعليمي أصبحت من القضايا التربوية التي تتطلب تأملاً علمياً عميقاً وتدخلًا عملياً فعالاً، لما لها من تأثير كبير على مستقبل الطلبة وسير العملية التعليمية. لأنه يمثل مشكلة صحية عامة، ويُعد البحث في هذه الظاهرة خطوة ضرورية لفهم التحديات النفسية التي يواجهها الطلبة بشكل عام وطلبة الخامس الإعدادي بشكل خاص، ومعرفة الصعوبات والمشكلات التعليمية التي تعيق استمرار العملية التعليمية بنجاح، ووضع الأسس العلمية لمعالجتها، وبناء بيئة تعليمية آمنة، محفزة، وصحية.

وبناء على ما تقدم يمكن تحديد مشكلة البحث الحالي في التساؤل الأساسي الآتي:



– هل توجد علاقة ارتباطية بين الاحتراق التعليمي والتحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي؟

ثانياً – أهمية البحث

يشكل التعليم ركيزة أساسية في بناء المجتمعات وتقدمها، إلا أن ضغوط العملية التعليمية قد تتحول أحياناً إلى مصدر توتر نفسي وعقلي للطلبة، مما يؤدي إلى ما يعرف بـ "الاحتراق التعليمي".

فتنوع المواد الدراسية في الأنظمة التعليمية الحديثة من الركائز الأساسية لتكوين شخصية الطالب المتكاملة، إذ لا يقتصر التعليم على مادة أو مجال واحد، بل يشمل مزيجاً من المواد العلمية، الأدبية، الفنية، والمهارية، مما يساهم في بناء المعرفة وتنمية المهارات المختلفة لدى المتعلم، واللغة العربية كمادة دراسية تمتاز بتنوع فروعها، مثل: النحو والصرف يتطلب كل منهما قدرة عالية على الفهم المجرد والتحليل، والبلاغة والأدب: يحتاج كل منهما إلى خيال وذوق لغوي، والإملاء والقراءة: يتطلبان تركيزاً وتكراراً، فهي مادة ذات طابع مركب، مما قد يجعلها مثيرة للاهتمام لبعض الطلبة، لكنها مرهقة نفسياً للآخرين خاصة إذا كانت تُدرس بأساليب تقليدية جافة. فكثر القواعد المجردة وصعوبتها أحياناً على الطالب، والطريقة التقليدية في التدريس، وعدم ربط اللغة بحياة الطالب الواقعية مما يشعره بانفصال عن المادة، وتكرار الإخفاقات أو تدني الدرجات في الامتحان، مما يضعف الثقة بالنفس ويضعف الدافعية الذاتية أو عدم الإحساس بأهمية اللغة لمستقبل الطالب، فيسبب له شعور بالإرهاق عند التفكير في المادة، وتجنب دراسة اللغة العربية، وانخفاض التفاعل داخل الصف (عبد عون، ٢٠١٣، ص ٢٤).

لذا تشير الدراسات إلى أن الاحتراق التعليمي قد يؤدي في كثير من الأحيان إلى التراجع الدراسي، والعزلة الاجتماعية، بل وحتى الانسحاب من الدراسة بشكل كامل (الدوسري، ٢٠١٩، ص ٦٢٨). ومن هنا تبرز أهمية البحث في هذه الظاهرة كوسيلة للوقاية المبكرة، إذ يمكن للباحثين تحديد الفئات الأكثر عرضة للإصابة، وتقديم توصيات للحد من تطور الأعراض قبل أن تتحول إلى أزمة تؤثر على مستقبل الطالب الأكاديمي.

للبحث في الاحتراق التعليمي أهمية كبيرة في بناء بيئة تعليمية أكثر توازناً وإنسانية. فكل نتيجة بحثية يمكن أن تفتح باباً لحل: خطة دراسية أخف، نشاط نفسي داعم، أو تدريب للمعلم في التواصل مع الطلبة باحترام وتعاطف. بل إن هذا النوع من البحوث قد يساهم في تقليل نسب الفشل الدراسي والتسرب المدرسي، ويمنح الطلبة فرصة حقيقية للنجاح من دون أن يدفعوا ثمناً نفسياً باهظاً. ونظراً لانتشار هذه الظاهرة في البيئة التعليمية فقد تحدثت عنها العديد من الدراسات واتخذتها محوراً لبحثها ومنها دراسة (عبد الرزاق ٢٠١٢) التي توصلت إلى أن الاحتراق التعليمي هو من الضغوطات التعليمية الشائعة لدى أغلب الطلبة، وهو بدوره يؤثر بدرجة كبيرة على تقدمهم التعليمي (عبد الرزاق، ٢٠١٢، ص ٥٧٩). بينما أوضحت دراسة (بالكيز ٢٠١٣) أن الاحتراق التعليمي يعد أحد التحديات التي يواجهها الطلبة في مسيرتهم التعليمية، إذ يشعر الطلبة باستنزاف معرفي وعاطفي وجسدي نتيجة لزيادة الأعباء الدراسية، وعدم رغبتهم في المشاركة في الأنشطة التعليمية، وتعتمد التأجيل، وهذا الأمر له تأثيراً سلبياً على الأداء التعليمي للطلبة (الدوسري، ٢٠١٩، ص ٦٣٥).

كما وتظهر أهمية هذا البحث في تسليط الضوء على أحد أبرز التحديات النفسية والتعليمية التي يعاني منها طلبة الخامس الإعدادي، وتأثيرها على تحصيلهم العلمي، واستعدادهم لمواجهة الصف النهائي والامتحانات الوزارية، فالإنجاز الأكاديمي في هذه المرحلة يعزز ثقة الطالب بنفسه، ويدفعه لبذل مجهود أكبر في السنة النهائية من الإعدادية، فهو نقطة انطلاق نحو المستقبل الأكاديمي والمهني، وكلما أحسن الطالب استثمار هذه السنة، كان مستعداً بشكل أفضل للصف السادس، وللحياة الجامعية والمهنية بعدها، لذا فهم يواجهون تحديات كبيرة وقلق كبير من المرحلة القادمة، قد تؤدي إلى الاحتراق التعليمي، الأمر الذي يتطلب تدخلاً



واعياً من الأسرة، والمعلمين، والإدارة التربوية، لضمان تحقيق بيئة تربوية ناجحة وتحصيل دراسي ناجح لذا ينبغي توعيتهم بآليات التكيف الإيجابي مع ضغوط المرحلة. (عبد الرزاق، ٢٠١٢، ص ٣٨)

لأن الطالب ليس آلة لحفظ المعلومات، بل كائن بشري له طاقة وحدود. والاحترق ليس علامة ضعف، بل إنذار يجب أن يفهم ويُحل ويُعالج. ومن هنا، فإن البحث في هذه الظاهرة هو خطوة نحو تعليم أكثر فهماً للإنسان، لا للمادة فقط. هو صوت العلم الذي يقول للطلبة: نشعر بكم، ونبحث من أجلكم.

فالببحث في هذه الظاهرة لم يعد ترفاً أكاديمياً أو اهتماماً نظرياً فقط، بل هو ضرورة تربوية وإنسانية عاجلة. إذ إن فهم ما يمر به الطالب داخلياً، من صراع بين الرغبة في النجاح والضغط النفسي المتزايد، يساعدنا على إعادة النظر في أنظمة التعليم وأساليب التقييم والتفاعل الصفّي. فالببحث العلمي يمدّنا بالأدوات والمعطيات التي تساهم في الكشف عن الأسباب العميقة لهذا الاحتراق، وتفسير سلوك الطلبة المتغير، من الحماس إلى اللامبالاة، ومن المشاركة إلى العزلة.

وبهذا تكمن أهمية البحث الحالي بـ:

١- أهمية دراسة الاحتراق التعليمي، فأهميته تأتي من أهمية قطاع التربية والتعليم والذي يعد من القطاعات المهمة، وإن انتشار ظاهرة الاحتراق التعليمي بمعدلات مرتفعة أثرت سلباً على أداء وإنجاز الطلبة.

٢- أهمية مادة اللغة العربية: فهي ليست مجرد وسيلة تواصل، بل هي هوية وثقافة ودين.

٣- أهمية الفئة العمرية المستهدفة بالدراسة وهم طالبات الصف الخامس الإعدادي، في هذه المرحلة يتعمق الطالب في التخصص العلمي أو الأدبي الذي اختاره، وبالتالي تكون المواد الدراسية أكثر تخصصاً ومرتبطة بشكل مباشر بالمجال الذي ينوي الطالب الاستمرار فيه، وهذا يساعد على بناء قاعدة معرفية قوية تؤهله للصف السادس الإعدادي. فهي بمثابة سنة تحضيرية للصف السادس الإعدادي.

ثالثاً - أهداف البحث

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١- مستوى الاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي.

٢- متوسط درجات التحصيل الدراسي لمادة اللغة العربية لطالبات عينة البحث من الصف الخامس الإعدادي، للفصل الدراسي الأول من السنة (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥).

٣- العلاقة الارتباطية بين الاحتراق التعليمي ومتوسط تحصيل طالبات عينة البحث.

رابعاً - حدود البحث

يحدد البحث الحالي بـ:

طالبات الصف الخامس الإعدادي، الدراسات الصباحية الرسمية لتربية مدينة بغداد/ الرصافة (الأولى والثانية والثالثة)، للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥م).

خامساً - تحديد المصطلحات

حددت الباحثة المصطلحات الواردة في هذا البحث، وهي:

(١)- الاحتراق التعليمي: عرفه كل من:



– نعيمة (٢٠٠٩): هم الطلاب الذين تظهر لديهم بعض علامات الافتقار إلى الحماس تجاه ما كانوا يدرسون، عدم القدرة على الحضور الدائم للمحاضرات، وعدم المشاركة في الأنشطة الصفية، والشعور بعدم جدى الأنشطة الأكاديمية، في آن واحد، فضلاً عن عدم القدرة على اكتساب الموضوعات الأكاديمية. (Naami, 2009, P:117).

– رايس وآخرون (٢٠١٥): بأنه ظاهرة تتميز بمشاعر الاستنفاد الانفعالي والمعرفي والجسدي بسبب متطلبات الدراسة، واتجاه الفرد نحو عدم المشاركة والانسحاب من الأنشطة الدراسية (Ries, et, al, 2015, p:10).

التعريف الإجرائي: هي استجابة الطالبة على فقرات مقياس الاحتراق التعليمي، وتقاس بالدرجة الكلية للمقياس التي تحصل عليها الطالبة.

٢- التحصيل الدراسي:

هو الدرجة التي حصلت عليها طالبات عينة البحث في الامتحانات المدرسية للفصل الدراسي الأول لمادة اللغة العربية، للعام الدراسي ٢٠٢٤ – ٢٠٢٥ م.

٣- الخامس الإعدادي:

"هي مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد المرحلة المتوسطة، ومدتها سنة دراسية، وهو صف يأتي بعد الصف الرابع الإعدادي ويسبق الصف السادس الإعدادي، وهي ترمي إلى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلبة وميولهم وتمكنهم من بلوغ مستوى أعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق بعض الميادين الفكرية والتطبيقية، تمهيداً لمواصلة الدراسة، وإعداده للحياة الإنتاجية" (وزارة التربية، ٢٠٠٥، ص ٧).

الفصل الثاني (الإطار النظري)

بداية ظهور مفهوم الاحتراق التعليمي:

ظهر مفهوم الاحتراق لأول مرة في السبعينات من القرن العشرين، وبدأ استخدامه لوصف حالات الإجهاد المزمن والانهك النفسي الذي يعاني منه العاملون في المهن التي تتطلب تفاعلاً إنسانياً مكثفاً، مثل مهنة التمريض، والتعليم، والخدمة الاجتماعية. وتم تأسيس المفهوم بشكل علمي على يد الطبيب النفسي الأمريكي هيربرت فرويدنبرغر، عام ١٩٧٤م، عندما لاحظ أن العاملين في مراكز الإدمان والخدمات الاجتماعية كانوا يشعرون بتعب دائم، وفقدان الحافز، تبدل وانفصال عاطفي عن العمل، و وصف هذه الحالة بـ (Burnout) أي (الاحتراق) تشبيهاً بإطفاء شمعة بعد احتراقها بالكامل.

على الرغم من أن فرويدنبرجر لم يستخدم بنفسه مصطلح (الاحتراق التعليمي) فإن أفكاره كانت الأساس الذي بُني عليه هذا المفهوم لاحقاً، بعد أن انتقل التركيز من المهنيين إلى الطلبة الذي يعانون من الإرهاق الناتج عن ضغط الدراسة والامتحانات. فبدأ الباحثون في الثمانينات والتسعينات باستخدام مصطلح (الاحتراق التعليمي) أو (الاحتراق الأكاديمي)، ليدل على حالة من الإجهاد المزمن، وفقدان الحافز والانخراط الدراسي، والانفصال العاطفي، وضعف الأداء الدراسي أو المهني لدى الطلبة أو المعلمين، نتيجة للضغوط الدراسية أو المهنية المستمرة (الصادق وعبادي، ٢٠١٨، ص: ١٢٢).

وبناء على ما سبق جاء هذا التوسع بعد أن لوحظ أعراض مشابهة لما وصفه فرويدنبرغر لدى:

– المعلمين: نتيجة ضغط العمل، والتقييم المستمر، وكثرة المهام.



– الطلبة: خاصة في المراحل الدراسية العليا التي تتطلب مجهوداً معرفياً ونفسياً كبيراً، مثل المرحلة الإعدادية والجامعية.

فهو مصطلح لا ينسب إلى شخص واحد بعينه مثل مصطلح (الاحتراق النفسي) لكن يمكن القول إن المصطلح بدأ بالظهور في الأدبيات التربوية والنفسية كمفهوم مشتق ومخصص لحالة الطلبة، وتوسع استخدامه بعد دراسة مظاهر التعب والإجهاد وفقدان الحافز في البيئات التعليمية.

مكونات الاحتراق التعليمي:

مكونات الاحتراق التعليمي تعتمد على المفهوم الأصلي للاحتراق النفسي وكما طورته الباحثة كريستينا ماسلاش، وتم تكييفه لتناسب البيئة التعليمية، خصوصاً عند الطلبة، فهو بذلك يتكون من ثلاثة مكونات رئيسية:

١- الإنهاك العاطفي: هو الشعور بالتعب والإرهاق النفسي والجسدي نتيجة الضغوط الدراسية المتراكمة. فيشعر الطالب بأنه استنزف بالكامل ولم يعد قادراً على الاستمرار في الدراسة أو المذاكرة. ومظاهره تتجلى في فقدان الطاقة، والإحساس بالإرهاق عند التفكير بالدراسة، والشكوى من التعب رغم النوم أو الراحة، وصعوبة الاستمرار في التركيز.

٢- اللامبالاة أو التبدل اتجاه الدراسة: هو موقف سلبي أو لا مبالٍ تجاه الدراسة والمواد التعليمية والمعلمين، نتيجة فقدان الاهتمام أو الارتباط العاطفي بالدراسة، إذ يتعامل الطالب مع التعلم وكأنه عبء أو مضيعة للوقت، لذا يفضل الانسحاب من المشاركة الصفية، والنفور من المعلمين أو الزملاء.

٣- تدني الإنجاز الدراسي أو الشعور بعدم الكفاءة: شعور الطالب بأنه غير قادر على تحقيق النجاح أو الإنجاز الدراسي، حتى مع بذل الجهد، فيبدأ في فقدان ثقته بنفسه ويشك في إمكاناته، لذا يبدو عليه الإحساس بالفشل والإحباط المستمر رغم المحاولات هذه الأبعاد لا تحدث دائماً معاً، ولكنها ترتبط وتتفاعل فيما بينها: إذ يبدأ الاحتراق غالباً بالإرهاق العاطفي، يليه الانفصال الذهني كنتيجة للهروب من الضغط، ثم يظهر ضعف الكفاءة الذاتية نتيجة الفشل أو انخفاض الأداء. (Maslach, 1996. P: 65).

بينما حدد هوانغ ولين أربعة أبعاد للاحتراق التعليمي وهي: بعد الانفعالات التعليمية السلبية، والثاني الإحباط، والبعد الثالث العلاقات السيئة، والرابع الإجهاد العاطفي أو الانفعالي، كما و أوضح هوانغ أن الانفعالات التعليمية السلبية تختلف عن الإجهاد العاطفي أو الانفعالي، إذ تشير الأولى إلى عوامل أكاديمية أكثر والتي تتمثل في أن الطالب يشعر بالتعب والملل ونقص الاهتمام أو الشغف بالدراسة ورفض المدرسة بشكل عام (Huang & Lin, 2014, P:150).

وأشار شافيلي وآخرون إن الاحتراق التعليمي يتكون من ثلاثة أبعاد، هي: بعد الإجهاد البدني، وبعد السخرية أو التهكم، وبعد نقص الدافعية (Schaufeli, la, le, 2002, P:465).

أسباب الاحتراق التعليمي:

اعتمد الباحثون في بداية الأمر على نظرية ماسلاش وطبقوها على السياق الطلابي، ويمكن تلخيص أسباب الاحتراق التعليمي بحسب ماسلاش في المحاور الآتية:

١- محور عبء الدراسة الزائد: هو شعور الطالب بأن المتطلبات الدراسية تفوق قدرته على التحمل، من حيث الكم أو الوقت أو الصعوبة، مما يؤدي إلى إجهاد مستمر وتوتر دائم، قد يرافقه شعور بعدم القدرة على الإنجاز.



٢- محور ضعف التقدير الذاتي الأكاديمي: التقدير الذاتي الأكاديمي هو نظرة الطالب إلى قدراته الدراسية وقيمه الذاتية كمتعلم، ويتضمن مدى إيمانه بأنه يستطيع النجاح، والتغلب على التحديات، وتحقيق الإنجاز. ولكن عندما يكون هذا التقدير منخفضاً، يشعر الطالب أنه غير قادر على التفوق، حتى وإن كانت لديه القدرات الكافية.

٣- محور فقدان الحافز والاهتمام: هو حالة نفسية يفقد فيها الطالب الدافعية الذاتية والشغف تجاه الدراسة، فيتراجع انخراطه في الأنشطة التعليمية، مما يؤدي إلى الشعور بالملل داخل الصف. وذلك بسبب المناهج المملة، أو طريقة التدريس التقليدية.

٤- محور تدهور العلاقات الاجتماعية: تتمثل في قلة الدعم من الأهل والمعلمين، مما يسبب الشعور بالوحدة.

٥- محور عدم التوازن بين الحياة والدراسة: وذلك بسبب التركيز الكامل على الدراسة فقط، مما يسبب الحرمان من الترفيه أو النوم (Maslach, 1996. P:123).

بينما بين وانغ وشو أن الطلبة قد يعانون من الاحتراق التعليمي، ويرجع ذلك لأسباب عدة منها:

١- العوامل الاجتماعية: كضغط الأسرة وتوقعاتها العالية، والتي تشعر الطالب بالعجز، أو مقارنة الطالب بزملائه أو أقاربه من قبل الأهل أو المعلمين أو الأقران مما تضعف ثقته بنفسه، وكذلك شعور الطالب بأنه أقل من غيره بولد الإحباط وفقدان الرغبة في الدراسة. أو المشاكل الأسرية كالاخلافات العائلية، أو الانفصال أو الفقر أو وفاة أح الوالدين، فهي ظروف تؤثر على استقرار الطالب النفسي، ما يضعف قدرته على التركيز والتحمل الدراسي، وانخفاض اعتقاد الطلبة في الحصول على وظيفة تناسب تخصصاتهم، مما يشعرهم بالحيرة والارتباك، ويفقدون الدافعية والحماس للتعلم.

٢- العوامل الدراسية: تتعلق بكل ما يخص طبيعة النظام التعليمي، والمناهج، والمعلمين، وطريقة التدريس، وتنظيم الوقت، فالضغط الناتج من الكم الكبير من الواجبات اليومية والمذكرات والاختبارات المتكررة يسبب إرهاقاً ذهنياً مستمراً، أو صعوبة المواد الدراسية بسبب وجود بعض المواد التي تتطلب جهداً مضاعفاً أو تعتمد على الحفظ المكثف مما يسبب الشعور بالعجز أو الفشل، خاصة إن كانت تدرس من دون تبسيط أو دعم كافٍ، وغيرها مما يؤدي إلى الاحتراق التعليمي.

٣- العوامل الشخصية: وهي عوامل تتعلق بذات الطالب من حيث نفسيته، قدراته، أسلوب تفكيره، وعاداته اليومية، وهي تلعب دوراً جوهرياً في استجابته للضغوط الدراسية، مثل وجود بعض السمات الشخصية السلبية كضعف الثقة بالنفس والتقييم المنخفض للذات، وغياب الحافز الداخلي، أو الخوف الزائد من الفشل أو الإحباط، وضعف مهارات تنظيم الوقت وسوء توزيع الوقت بين الدراسة والراحة والنوم وغيرها من السمات الشخصية التي يمكن أن تؤدي إلى وصول الطلبة إلى مرحلة الاحتراق التعليمي (Wang, 2011, P: 638).

أعراض الاحتراق التعليمي لدى الطلبة:

الاحتراق التعليمي لا يظهر فجأة، بل يتطور تدريجياً ويظهر مجموعة من الأعراض النفسية والسلوكية والجسدية التي يمكن ملاحظتها على الطالب، خاصة في المراحل الدراسية التي تتطلب جهداً عالياً، مثل المرحلة الإعدادية أو الجامعية.

أولاً- الأعراض النفسية والعاطفية:

- الإرهاق العاطفي: شعور دائم بالتعب العقلي والضغط النفسي حتى من مجهود كبير.



- الإحباط وفقدان الأمل: الإحساس بأن الدراسة غير مفيدة وأن النجاح مستحيل.
- اللامبالاة: فقدان الحماس تجاه الدروس، والمواد وحتى الدرجات.
- القلق والتوتر: خوف مستمر من الرسوب أو من عدم إنجاز الواجبات.
- انخفاض تقدير الذات: الطالب يشك في قدراته ويشعر بأنه أقل من الآخرين.
- ثانياً - الأعراض السلوكية:
- الانسحاب من الأنشطة الدراسية: قلة المشاركة في الصف وعدم تسليم الواجبات.
- تراجع الأداء الأكاديمي: انخفاض مفاجئ أو تدريجي في الدرجات والتحصيل.
- كثرة الغياب أو التأخر عن المدرسة: كوسيلة للهروب من الضغوطات.
- تأجيل المهام والمماثلة: صعوبة في البدء أو إكمال الدراسة والواجبات.
- الاعتماد المفرط على المشتتات: مثل استخدام الهاتف أو الألعاب للهروب من الدراسة.
- ثالثاً - الأعراض الجسدية والصحية:
- التعب الجسدي المستمر: حتى بعد فترات من النوم أو الراحة.
- الصداع وآلام العضلات: مرتبطة بالتوتر النفسي.
- اضطرابات النوم: أرق، نوم مفرط، كوابيس مرتبطة بالامتحانات.
- تغيرات في الشهية: فقدان الشهية أو الأكل الزائد بسبب القلق.

(Huang & Lin, 2014, P:150) (Naami,2009, P:119)

النظريات التي فسرت الاحتراق التعليمي:

هناك عدة نظريات نفسية وتربوية حاولت تفسير الاحتراق التعليمي، سوار على مستوى الطلبة أو المعلمين، من خلال التركيز على العوامل النفسية، الاجتماعية، والبيئية، من أبرز هذه النظريات:

أولاً- نظرية كرسيتينا ماسلاش:

التي ركزت على الاحتراق النفسي كحالة تتكون من ثلاثة أبعاد: الإرهاق العاطفي، التبدل أو التمرکز السلبي، انخفاض الشعور بالإنجاز الشخصي. وتفسيرها للاحتراق التعليمي: يحدث نتيجة الضغوط الأكاديمية المستمرة وفقدان الدافعية، مما يؤدي إلى الانفصال عن الدراسة والشعور بالفشل الأكاديمي.

واستطاعت عالمة النفسية كرسيتينا ماسلاش أن تقدم نموذجاً شهيراً للاحتراق النفسي، يعرف باسم (نموذج ماسلاش للاحتراق) والذي طُبّق لاحقاً على السياق التعليمي، خاصة في دراسة الاحتراق لدى الطلبة والمعلمين. من أبرز الباحثين الذين طوروا مفهوم الاحتراق كرسيتينا ماسلاش، إذ وضعت مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (MBI) وهو أشهر أداة لقياس الاحتراق، ويتكون من ثلاث أبعاد:

- الإرهاق العاطفي، التبدل والانفصال، انخفاض الشعور بالإنجاز.

تم لاحقاً تعديل هذا المقياس ليشمل نسخة خاصة بالطلبة. (Maslach & Jackson, 1981, P: 99)



ثانياً – نظرية التكيف العام لهانز سيللي ١٩٧٦:

تُعرف أيضاً باسم نظرية التكيف العام، وقد طورها هانس سيللي وهو طبيب وعالم فيزيولوجي نمساوي كندي، في ثلاثينيات القرن العشرين. تعد هذه النظرية من أهم النظريات التي فسرت استجابة الجسم للتوتر، بما في ذلك التوتر الناتج عن الدراسة أو العمل أو الظروف الحياتية. وتقتصر النظرية أن الجسم يمر بثلاث مراحل رئيسية عند مواجهة عامل الضغط:

١- مرحلة الإنذار: هي أول رد فعل للجسم عند مواجهة الخطر أو الضغط، وفيه يتم إفراز الأدرينالين والكورتيزون، وتزداد نبضات القلب، ويرتفع ضغط الدم، ويكون الجسم في حالة قتال أو هروب.

٢- مرحلة المقاومة: إذا استمر الضغط، يحاول الجسم التكيف معه، إذ تبقى بعض وظائف الجسم نشطة لمواجهة التهديد، لكن تبدأ الموارد في النفاذ تدريجياً ويظهر التعب والقلق وربما انخفاض الأداء.

٣- مرحلة الإرهاق: في حال استمرار التوتر لفترة طويلة من دون راحة تنهك موارد الجسم، ويصبح الفرد أكثر عرضة للأمراض النفسية والجسدية مثل القلق والاكتئاب، أو حتى الأمراض المزمنة، وهذه المرحلة هي التي قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي أو الاحتراق الدراسي.

أهمية النظرية: - فسرت العلاقة بين التوتر النفسي والصحة الجسدية والعقلية.

- تستخدم في فهم حالات مثل الاحتراق الوظيفي والاحتراق التعليمي.

- دعمت تطوير تقنيات إدارة الضغوط مثل: الاسترخاء والتنظيم الذاتي، وإعادة التقييم المعرفي.

ويمكن تطبيق هذه النظرية في ميدان التعليم لأنها:

١- ساعدت في فهم كيف يمر الطالب بمراحل الإنذار، ثم المقاومة، وأخيراً الإرهاق عند التعرض لضغط دراسي طويل.

٢- تعد هذه النظرية من الأسس النظرية لفهم الاحتراق التعليمي. (الدريز، ٢٠٠٧، ص: ٤٠ - ٤٣).

ثالثاً – نظرية رايس ١٩٨٢:

تعد من النظريات المهمة التي تحدّثت عن الاحتراق النفسي أو التعليمي من زاوية العلاقة بين الفرد وبيئته التعليمية أو المهنية، حيث قدّم رايس نموذجاً يستخدم كثيراً في تحليل الاحتراق لدى الطلبة والمعلمين على حدّ سواء. فهي نظرية تفسر الاحتراق التعليمي على أنه ناتج عن تفاعل الضغوط البيئية مع السمات الفردية وتوقعات الشخص. ويمكن من خلالها فهم لماذا يحترق بعض الطلبة أكثر من غيرهم، حتى وهم في نفس البيئة الدراسية. ويرى رايس أن الاحتراق هو نتيجة لعوامل عدة متداخلة وهي:

١- عوامل تنظيمية (بيئية): مثل ضغط الوقت، كثافة العمل، كثرة الواجبات الدراسية، ضعف الدعم من الإدارة أو المعلمين. ويرى رايس أن البيئة التعليمية إذا كانت غير داعمة، فإنها تزيد من الضغط وتؤدي للاحتراق.

٢- عوامل فردية (شخصية): تشمل التوقعات العالية، المثالية الزائدة، وضعف مهارات التكيف، وانخفاض التقدير الذاتي، وضعف المرونة النفسية. والأفراد الذين يمتلكون سمات مثل الاجتهاد المفرط أو الكمالية يكونون أكثر عرضة للاحتراق.

٣- الفجوة بين التوقعات والواقع: من أهم عناصر النظرية أن الاحتراق يحدث عندما لا تتوافق توقعات الفرد مع ما يواجهه في الواقع. فمثلاً: إذا توقع الطالب أن يحصل على درجات عالية نتيجة اجتهاده، ولم يحصل عليها، يشعر بالإحباط ثم الاحتراق.



٤- الرضا والانجاز: يرى رايس أن ضعف الشعور بالإنجاز والرضا عن الذات في العملية التعليمية هو عامل أساسي في الاحتراق.

تطبيقات نظرية رايس في التعليم:

- تشخيص الاحتراق التعليمي لدى الطلبة من خلال تحليل العوامل البيئية والشخصية.

- تصميم برامج وقائية تقلل من الضغط البيئي وتدعم التكيف الشخصي.

- دعم التوازن بين التوقعات والطموحات، وتحقيق بيئة تعليمية أكثر واقعية ومرونة.

(Ries, et, al, 2015) (الزهراني، ١٩٩١، ص: ٨٥-٩٨)

وهناك نظريات أخرى (النظرية المعرفية، نظرية التحفيز الذاتي، نظرية المطابقة) ولكن لا يسع المجال لذكرها فنكتفي بهذا القدر.

الفصل الثالث (منهجية البحث وإجراءاته)

يتضمن هذا الفصل منهج البحث والإجراءات المتبعة في تحديد مجتمع البحث وعينته، وبناء أداة البحث وصدق وثبات الأداة، وتحليل الفقرات والوسائل الإحصائية التي استعملت في تحليل النتائج، والتي ستعرضها الباحثة على النحو الآتي:

أولاً - منهج البحث

اعتمدت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي (أسلوب العلاقات الارتباطية)؛ لملائمته لطبيعة الدراسة الحالية، فالبحث الوصفي منهج يقوم بدراسة الظاهرة كما هي في الواقع، و وصفها وصفاً دقيقاً، والتعبير عنها كيفياً، من خلال وصف الظاهرة وتوضيح خصائصها، وكما يعبر عنها كمياً من خلال الوصف الرقمي الذي يوضح مقدار هذه الظاهرة، أو حجمها ودرجة ارتباطها مع بقية الظواهر. فالبحوث الوصفية الارتباطية هي بحوث غير سببية تحاول اكتشاف عوامل عدة مرتبطة بمشكلة البحث، والتعرف إلى العوامل التي لها ارتباط بالمشكلة من دون الحاجة إلى تأسيس سبب وأثر، ولا بد فيها من التأكيد إن وجود الارتباط لا يعني بالضرورة السببية بين المتغيرين ولكنه قد يعطي مؤشراً على ذلك (النجار وآخرون، ٢٠١٠، ص٥٢).

ثانياً - مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من جميع المدارس الإعدادية النهارية الحكومية للبنات التابعة للمديرية العامة لتربية بغداد/ الرصافة (الأولى والثانية والثالثة)، وطالباتها للصف الخامس الإعدادي، للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥م).

ثالثاً - عينة البحث

اقتصرت عينة البحث على عينة من طالبات الصف الخامس الإعدادي - سواء علمي أو أدبي - في المدارس الحكومية النهارية للبنات، التابعة لمديرية بغداد/ الرصافة ممن درسن وامتحان واكملن الفصل الدراسي الأول للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥). واختارتهن الباحثة عشوائياً بطريقة طبقية عشوائية، بواقع شعبة واحدة فقط عشوائياً لكل مدرسة تم اختيارها. وذلك من أجل الحصول على متوسطات تحصيل درجاتهن في الفصل الدراسي الأول لمادة اللغة العربية فقط.



رابعاً – أداة البحث

يتم تحديد الأداة بحسب طبيعة البحث ومستلزماته، والبحث الحالي يهدف إلى التعرف على مستوى الاحترق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي وعلاقته بالتحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية، ولتحقيق ذلك اطلعت الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة، والمقاييس المعدة سابقاً، وجدت الباحثة ما يناسب بحثها في تبني أداة مناسبة بـ (اللغة الانكليزية) وهو "مقياس رايس" لقياس "الاحترق التعليمي" (الملحق -١-) واستعملت الباحثة هذه المقياس بعد ترجمته وتكييفه على البيئة العراقية، واستخراج صدقه وثباته للتأكد من صلاحيته في البحث الحالي، وفيما يأتي هذه الإجراءات:

- تعريب مقياس رايس:

- ١- تم ترجمة المقياس من اللغة الإنكليزية إلى اللغة العربية وبما يتلاءم مع البيئة العراقية.
- ٢- للتحقق من سلامة الترجمة عرض المقياس مع الترجمة على متخصص بمصطلحات علم النفس والقياس والتقويم واللغة الإنكليزية، ونتج عن ذلك بعض الملاحظات من تعديل وتغيير بعض الكلمات من دون الإخلال بمحتوى فقرات المقياس.
- ٣- إعادة ترجمة الصيغة النهائية للمقياس من اللغة العربية إلى اللغة الإنكليزية*، وكانت النتيجة تطابق الترجمة مع النسخة الأصلية للمقياس، وبذلك تتحقق صلاحية صدق الترجمة، علماً أن المتخصص لم يطلع مسبقاً على النسخة الإنكليزية للمقياس.

وصف مقياس رايس للاحترق التعليمي:

تألف المقياس بصورته الأصلية من (١٦) فقرة مصاغة بأسلوب العبارات التقريرية وكان يتكون من (٨) فقرات بالاتجاه الإيجابي هي: الفقرات (١٧، ١٦، ١٥، ١٤، ١٣، ١٠، ٥، ١) و (٨) فقرات بالاتجاه السلبي (١٢، ١١، ٩، ٨، ٦، ٤، ٣، ٢) وقد أجرى (رايس، ٢٠١٥) التحليل العاملي التوكيدي للمقياس والذي أفرز مكونات هما: - عدم المشاركة: (٨) فقرات.

- الاستنفاد المعرفي والعاطفي والجسدي: (٨) فقرات.

- مكونات مقياس رايس للاحترق التعليمي:

- ١- عدم المشاركة: وهو اتجاه الفرد نحو عدم المشاركة والانسحاب من الأنشطة الدراسية.
- ٢- الاستنفاد المعرفي والعاطفي والجسدي: هو الشعور بالإرهاق العاطفي والجسدي والمعرفي واستنفاد موارد طاقة الطلاب بسبب زيادة مستويات متطلبات الدراسة.

- تصحيح المقياس:

صحح المقياس على أساس أربعة بدائل، وبدرجات هي (١، ٢، ٣، ٤) أي أن الطالبة تحصل على درجة (٤) على الفقرة إذا كانت قد اختارت البديل (موافق بشدة)، والدرجة (٣) إذا اختارت البديل (موافق)، والدرجة (٢) إذا اختارت البديل (غير موافق)، والدرجة (١) إذا اختارت البديل (غير موافق بشدة)، وهذا التصحيح يطبق على الفقرات التي في اتجاه المفهوم، ويصحح بطريقة معاكسة إذا كانت الفقرات في غير اتجاه المفهوم، فتحصل الطالبة على الدرجة (١) على الفقرة إذا كان اختيارها للبديل (موافق بشدة)، والدرجة (٢)

* أ.د. علي عبد اللطيف/ الجامعة المستنصرية/ كلية التربية. ا.د. نجلاء نزار وداعة الجامعة المستنصرية/ كلية التربية. ا.د. قبيل كودي حسين الجامعة المستنصرية/ كلية التربية.



إذا اختارت البديل (موافق)، والدرجة (٣) إذا اختارت البديل (غير موافق)، والدرجة (٤) إذا اختارت البديل (غير موافق بشدة).

– إجراءات تكيف المقياس بما يتناسب وعينة البحث الحالي:

١- صلاحية الفقرات:

لغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات مقياس الاحترق التعليمي، تم عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمحكمين ممن لهم خبرة في المجال الذي وضع له المقياس من أساتذة العلوم التربوية والنفسية، وكذلك من أساتذة طرائق تدريس اللغة العربية*، لغرض الحكم على فقرات المقياس، وتحديد الفقرات الصالحة وتعديل أو حذف الفقرات غير الصالحة، ومدى ملائمة بدائل الإجابة لفقرات المقياس، وتم اعتماد نسبة اتفاق (٨٠%) فأكثر على الفقرة لكي تعد صالحة، ويتم الإبقاء عليها في المقياس، وبناءً على آراء الخبراء تم الإبقاء على فقرات المقياس جميعها مع تعديل طفيف على بعض منها والبالغ عددها (١٦) فقرة.

٢- التطبيق الاستطلاعي:

لغرض التعرف على وضوح تعليمات المقياس، ووضوح فقراته، وبدائله فضلاً عن الكشف على الصعوبات التي تواجه الطلبة في الاستجابة عن فقراته لتلافيتها، وكذلك معرفة الوقت الذي تستغرقه للإجابة على فقرات المقياس. ولتحقيق كل ما سبق ذكره طبقت الباحثة المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) طالبة تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث وليس من عينته الأساسية، واتضح أن الأداة واضحة، والوقت المستغرق للإجابة يتراوح ما بين (١٠ – ١٥) دقيقة، وبذلك تم إعداد تعليمات المقياس وكيفية الإجابة عليه بلغة بسيطة وواضحة ومفهومة، مع مثال توضيحي، مع التأكيد على ضرورة اختيار الطالبة لإحدى البدائل الأربعة، بوضع علامة (✓) أمام البديل الذي يعبر عن الطالبة.

– الإجراءات الإحصائية لتحليل الفقرات:

أ- القوة التمييزية لفقرات المقياس:

طبقت الباحثة مقياس الاحترق التعليمي بصيغته الأولية على (٤٠٠) طالبة تم اختيارهن بطريقة عشوائية من مدارس متعددة تابعة لمديريات تربية الرصافة، واعتمدت هذه العينة لأغراض تحليل فقرات المقياس. ولتحقيق ذلك اعتمدت الباحثة أسلوب المجموعتين الطريقتين، إذ فيها يتم اختيار مجموعتين طريقتين من الأفراد بناءً على الدرجات الكلية التي حصلوا عليها في المقياس، وبعدها يتم تحليل كل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا. ولتحقيق ذلك اتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

١- تطبيق مقياس الاحترق التعليمي على عينة عشوائية من طالبات المرحلة الإعدادية الصف الخامس، والتي بلغت (٤٠٠) طالبة.

٢- تصحيح كل استمارة من استمارات المقياس وتحديد الدرجة الكلية لكل منها.

٣- ترتيب درجات المقياس التي حصلت عليها طالبات عينة البحث تنازلياً من أعلى إلى أدنى درجة.

* أ.د: أمل عايز، أ.د: انتصار كاظم، أ.د: اسماعيل موسى، أ.د: خديجة حسين، أ.د: قبيل كودي. أ.م.د: حمدي اسماعيل،



٤- اختيار نسبة قطع لتحديد المجموعتين الطرفيتين العليا والدنيا وأشارت الأدبيات أن النسبة (٢٧%) تعد أفضل نسبة لتحديد المجموعتين المتطرفتين، وبذلك بلغت عدد استمارات المجموعة المتطرفة (١٨٠) استمارة لكل مجموعة أي بواقع (٢١٦) استمارة للمجموعتين.

٥- طبقت الباحثة الاختبار التائي تي تس (t-test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة، وتعد الفقرة مميزة إذا كانت القيمة التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية.

٦- أظهرت النتائج أن فقرات المقياس جميعها دالة إحصائياً أي مميزة.

(ب)- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس (صدق الفقرة):

لتحقيق ذلك استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون، لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية ل (٤٠٠) استمارة، أي العينة ككل. وذلك عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) وبلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية (٠,٠٩٨)، وعند موازنة قيم الارتباط مع قيمة معامل ارتباط بيرسون الجدولية، اتضح أن الارتباطات كلها دالة إحصائياً.

(ج)- علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية، والمجال بالمجال للمقياس:

ولتحقيق ذلك استعملت الباحثة العلاقة الارتباطية بين درجات أفراد العينة ضمن كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وعلاقة المجالات مع بعضها، وذلك بالاعتماد على درجات أفراد العينة ككل، وأظهرت النتائج أن معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً عند موازنتها بالقيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨).

(د)- التحليل العاملي التوكيدي للمقياس:

تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي للمقياس الذي اسفر على أن فقرات المقياس جميعها مشبعة أي تشبعها على المقياس دال إحصائياً، لأن قيم الأوزان الانحدارية المعيارية جميعها ذات دلالة إحصائية بدلالة قيم الاختبار (t) والتي جميعها أعلى من القيمة (تي) الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً- الصدق:

- الصدق الظاهري: والذي تحقق بعد عرض المقياس بصورته الأولية على الخبراء.

- صدق البناء: أو صدق التكوين الفرضي، والذي تحقق أيضاً من خلال ما سبق ذكره من: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعلاقة درجة المجال بالدرجة الكلية والمجال بالمجال، ومن خلال التحليل العاملي التوكيدي.

ثانياً- الثبات:

أ- الاتساق الداخلي: يتحقق ذلك من خلال حساب معامل الارتباط بطريقة إعادة الاختبار، إذ طبقت الباحثة المقياس على عينة بلغت (٣٠) طالبة تم اختيارهن عشوائياً، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة نفسها وذلك بعد مرور (أسبوعين)، ثم أوجدت الباحثة العلاقة بين التطبيقين الأول والثاني باستعمال معامل (ارتباط بيرسون) والذي بلغ (٠,٨٤) وهو معامل ثبات جيد يمكن اعتماده.



ب - الاتساق الداخلي: يتحقق ذلك من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ، وبلغ معامل الثبات بهذه الطريقة (٠,٨٠)، وهو معامل ثبات جيد.

- مقياس الاحتراق التعليمي بصورته النهائية:

تكون مقياس الاحتراق التعليمي المعد تطبيقه على طالبات الصف الخامس الإعدادي بفرعيه العلمي والأدبي بصورته النهائية من (١٦) فقرة، وتم اعتماد التدرج الرباعي كبداية للاستجابة على فقرات المقياس وهي: (موافق بشدة، موافق، غير موافق، غير موافق بشدة) وهو كما مبين في (الملحق -٢).

- التطبيق النهائي للمقياس:

بعد الانتهاء من إعداد المقياس بصورته النهائية، وزّعت الباحثة المقياس على عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبة من مجتمع البحث مستثنى منه عينة التطبيق الإحصائي والعينة الاستطلاعية.

- الوسائل الإحصائية:

استعملت الباحثة الحقيبة الإحصائية (SPSS) في المواضيع الآتية:

- ١- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج التمييز.
- ٢- الاختبار التائي لعينة واحدة، وذلك للتعرف على دلالة الفروق بين العينات للمقياس.
- ٣- معامل ارتباط بيرسون: لإيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية.
- ٤- معادلة (ألفا - كرونباخ) لاستخراج معامل الثبات.
- ٥- القيمة التائية لدلالة معاملات الارتباط.

الفصل الرابع (عرض النتائج وتفسيرها)

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصل إليها البحث الحالي وتفسيرها على وفق أهداف البحث.

- الهدف الأول: (مستوى الاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي).

ولتحقيق هذا الهدف طبقت الباحثة المقياس على عينة البحث البالغ عددهم (٤٠٠) طالبة، وقد حصلوا على متوسط حسابي (٥٨,١١) درجة، وبانحراف معياري (٨,١٢)، وبمقارنة المتوسط الحسابي مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (٤٠) درجة*، وبتطبيق الاختبار التائي لعينة واحدة، ظهر وجود فرق دال إحصائياً بين المتوسطين الحسابي والفرضي، وبلغت القيمة التائية المحسوبة (٤٤,٦١) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (٣٩٩) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، والجدول (١) يوضح ذلك:

$$١+٢+٣+٤$$

$$* \text{المتوسط الفرضي} = \frac{\quad}{١٦} *$$

$$٤$$



الجدول -١-

١. الاختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لمقياس الاحتراق التعليمي لطلبات الصف الخامس الإعدادي بفرعيه العلمي والأدبي

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة
		الجدولية	المحسوبة				
دالة	٠,٠٥	١,٩٦	٤٤,٦١	٤٠	٨,١٢	٥٨,١١	٤٠٠

تشير نتيجة الاختبار التائي إلى وجود فروق دالة إحصائية، إذ إن القيمة التائية المحسوبة أكبر من الجدولية، وبذلك نستنتج أن هناك احتراقاً تعليمياً لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي، وتنسجم هذه النتيجة مع ما جاءت به الدراسات ونظرية راييس، وهذا يدل على أن الطالبات يعانين من مستويات مرتفعة من الإرهاق العاطفي، وفقدان الحافز، وربما انخفاض الشعور بالإنجاز الدراسي.

- الهدف الثاني: (متوسط درجات التحصيل الدراسي لمادة اللغة العربية لطالبات عينة البحث من الصف الخامس الإعدادي، للفصل الدراسي الأول من السنة (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥)).

لغرض تحقيق هذا الهدف، اعتمدت الباحثة على نتائج التحصيل الدراسي لمادة اللغة العربية للفصل الدراسي الأول لطالبات عينة البحث، إذ اختارت الباحثة عشوائياً شعبة دراسية واحدة من الصف الرابع الإعدادي سواء علمي أو أدبي، من كل مدرسة من مدارس مجتمع البحث الكرخ والرصافة والبالغة (٦٠) مدرسة. ثم أخذت درجاتهن للامتحان النهائي للفصل الدراسي الأول، وتم حساب متوسط درجاتهن، وهكذا تم الحصول على متوسط درجات الامتحان النهائي للفصل الدراسي الأول الخاص بمادة اللغة العربية لكل شعبة من الشعب التي تم اختيارها عشوائياً لعينة مدرّسات البحث.

- الهدف الثالث: (العلاقة الارتباطية بين الاحتراق التعليمي ومتوسط تحصيل طالبات عينة البحث).

للتعرف على العلاقة الارتباطية بين الدرجات الكلية التي حصلت عليها طالبات عينة البحث عن مقياس الاحتراق التعليمي ومتوسط تحصيلهن الدراسي في مادة اللغة العربية، استخرجت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين متوسط الدرجات الكلية لمقياس الاحتراق التعليمي لطالبات الصف الخامس الإعدادي، ومتوسط تحصيلهن الدراسي في مادة اللغة العربية، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الاحتراق التعليمي والتحصيل الدراسي لطالبات عينة البحث في مادة اللغة العربية، والجدول (٢) يوضح ذلك:

الجدول -٢-

الاختبار التائي لمعامل الارتباط بين الدرجات الكلية لمقياس الاحتراق التعليمي لطالبات الصف الخامس الإعدادي ومتوسط تحصيلهن الدراسي في مادة اللغة العربية

العينة	معامل الارتباط	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
٤٠٠	٠,٧٦	٢٣,٣٠	١,٩٦	٠,٠٥	دالة

بما أن القيمة التائية المحسوبة أكبر بكثير من القيم الجدولية، فإن العلاقة دالة إحصائية وبدرجة عالية جداً، مما يدل على أن معامل الارتباط ذو دلالة إحصائية قوية. والعلاقة قوية وموثوقة بين المتغيرين، مما يشير إلى أن الارتباط ليس نتيجة للصدفة، بل يعكس علاقة حقيقية بين الظاهرتين في عينة الدراسة، مما يعني أن ارتفاع مستويات الاحتراق التعليمي يرتبط بانخفاض واضح في التحصيل الدراسي، ويرجع سبب هذه العلاقة إلى أن الاحتراق التعليمي يؤثر بشكل مباشر على الجوانب النفسية والمعرفية والسلوكية للطالبة، مما ينعكس سلباً على أدائها الأكاديمي، فمثلاً: عند شعور الطالبة بالإرهاق الذهني والعاطفي بسبب ضغط الدراسة والامتحانات، تفقد قدرتها على التركيز والانتباه، مما ينعكس على استيعابها لدروس اللغة العربية،



التي تتطلب جهداً ذهنياً في الفهم والتحليل وحفظ القواعد والمفردات. فتشعر الطالبة التي تعاني من الاحتراق بأنها غير قادرة على النجاح أو التقدم، مما يؤثر على ثققتها بنفسها ويجعلها أكثر عرضة للفشل أو الإحباط، وخاصة في مادة تعتمد على التعبير والتفاعل مثل اللغة العربية. وخاصة مرحلة الصف الخامس الإعدادي تعتبر من أكثر المراحل الدراسية ضغطاً وحساسية من حيث التحصيل وتحديد المصير الأكاديمي، وعند تراكم هذه الضغوط النفسية والبيئية من دون وجود دعم كافٍ، تتزايد أعراض الاحتراق وتضعف القدرة على التحصيل.

الفصل الخامس (الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات)

أولاً - الاستنتاجات:

- ١- أظهرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من الاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي، مما يشير إلى أنهن يعانين من ضغوط دراسية ونفسية تؤثر على أدائهن الأكاديمي.
- ٢- تبين وجود علاقة ارتباطية قوية وسالبة بين الاحتراق التعليمي والتحصيل الدراسي، أي أنه كلما زاد مستوى الاحتراق لدى الطالبة، انخفض تحصيلها الدراسي في مادة اللغة العربية.
- ٣- يعكس الاحتراق التعليمي تأثيرات متعددة الجوانب منها: الإرهاق العاطفي، وفقدان الدافعية، وتدني الشعور بالإنجاز الأكاديمي، وهي عناصر تؤثر سلباً على الفهم، والحفظ، والتحليل، وهي مهارات أساسية في مادة اللغة العربية.
- ٤- يتضح أن العوامل النفسية والبيئية والتعليمية تلعب دوراً كبيراً في ظهور الاحتراق، خصوصاً مع الضغط المرتفع في المرحلة الإعدادية، وكثافة المناهج، وأساليب التقييم التقليدية.

ثانياً - التوصيات:

في ضوء نتائج البحث توصي الباحثة بما يأتي:

- ١- ضرورة إدراج برامج إرشاد تربوي داخل المدارس لمساعدة الطالبات على التعامل مع الضغوط الدراسية والاحتراق التعليمي.
- ٢- تدريب الكادر التدريسي على استراتيجيات التعامل مع الطالبة المرهقين نفسياً، وتشجيعهم على استخدام أساليب تعليمية مرنة ومحفزة داخل الصف.
- ٣- العمل على تخفيف العبء الدراسي وتقنين الواجبات والاختبارات بطريقة توازن بين متطلبات المنهج وصحة الطالبات النفسية.
- ٤- تفعيل دور الأهل من خلال جلسات توعوية حول أثر الضغط النفسي على تحصيل بناتهن، وكيفية تقديم الدعم العاطفي المناسب.
- ٥- إعادة النظر في أساليب تدريس مادة اللغة العربية، واعتماد طرق أكثر تفاعلاً وتحفيزاً، مثل: التعليم بالمشاريع، أو المسرحية، أو خرائط المفاهيم وغيرها من الطرائق الحديثة.

ثالثاً - المقترحات:

في ضوء نتائج البحث تقترح الباحثة ما يأتي:

- ١- إجراء دراسة مشابهة على طلبة الذكور للمقارنة بين الجنسين في مستويات الاحتراق وتأثيره على التحصيل.



٢- تنفيذ دراسة تجريبية لقياس أثر برامج في خفض مستويات الاحتراق التعليمي وتحسين التحصيل الدراسي في مادة اللغة العربية.

٣- اتجاهات طالبات الصف الخامس الإعدادي نحو مادة اللغة العربية وعلاقتها بمستوى الاحتراق التعليمي.

٤- صعوبات تعلم النحو وعلاقتها بالاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي.

المصادر

١- الدردير، عبد المنعم أحمد: (دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي)، ط١، عالم الكتب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، ٢٠٠٧م.

٢- الدوسري، الجوهرة محمد الجربة: فاعلية استراتيجية مقترحة قائمة على نظرية الذكاء الناجح لتدريس مقرر التغذية العلاجية في الحد من ظاهرة الاحتراق الأكاديمي لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي، (المجلة التربوية بجامعة بيشة)، ص ٦١٣-٦٥٤، ٢٠١٩م.

٣- الزهراني، معيض عبد الله: دراسة مقارنة لأبعاد الضغوط المهنية لمعلمي التربية الخاصة والعامة في المملكة العربية السعودية، (أطروحة دكتوراه كلية التربية)، جامعة الخليج العربية، البحرين، ١٩٩١م.

٤- الصادق، عامل محمد، وعادل سيد عبادي: المعتقدات ما وراء المعرفة كمتغيرات وسيطة بين الكمالية الأكاديمية والاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب والباحثين بالجامعة. (مجلة العلوم التربوية) كلية التربية، جامعة جنوب الوادي، مصر، عدد ٣٤، ٢٠١٨م.

٥- عبد الرزاق، محمد مصطفى: الصمود النفسي مدخل لمواجهة الضغوط الأكاديمية لدى عينة من طلبة الجامعة المتفوقين عقلياً، (مجلة الإرشاد النفسي)، مصر. ٢٠١٢م.

٦- عبد عون، فاضل ناهي: (طرائق تدريس اللغة العربية وأساليب تدريسها). دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ٢٠١٣م.

٧- النجار، فايز جمعة، وآخرون: (أساليب البحث العلمي - منظور تطبيقي -)، ط٢، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ٢٠١٠م.

٨- وزارة التربية. (مؤشرات وإنجازات)، مطبعة الوزارة، بغداد، العراق، ٢٠٠٥م.

- Huang, Y. Lin, S. H. &. (2014): Canonical correlation analysis of life stress and learning burnout of college students in Taiwan, International Electronic Journal of Health Education, 13, 145-15
- Maslach, C, Jackson, S.E, & Leiter, M.P. (Maslach Burnout Inventory Manual). 3rd ed. Palo Alto, CA: Consulting psychologists Press.
- Naami A. (2009): The relationship between quality of learning experience with academic burnout among MA students of Shahid Chamran University of Ahvaz, *Psychological Studies*, 5(3), 19-28.
- Ries , D., Xanthopoulou, D., Tsaousis, I. (2015): Measuring Job and Academic Burnout with the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI),



Factorial Invariance across Samples and Countries, Burnout Research, 2(1), 8-18.

- Schaufeli, W., Martinez, I., Pinto, A., Salanova, M., & Bakker, A. (2002): **Burnout and engagement in university students: A cross- national study**, Journal of cross- cultural psychology, 33(5), 464-481.
- Wang, Y., Xu. S. (2011): **The Study on Learning Burnout of Undergraduates and Education Countermeasure**. M & D FORUM, 928-931

الملحق -١-

مقياس (رايس واخرون ، ٢٠١٥) للاحتراق التعليمي / النسخة الأجنبية (Reis et al., 2015)

	Paragraphs	Strongly Agree	Agree	I do not agree	Strongly Disagree
1	I always find new and interesting aspects in my studies.				
2	It happens more and more often that I talk about my studies in a negative way.				
3	Lately, I tend to think less about my academic tasks and do them almost mechanically.				
4	I find my studies to be a positive challenge.				
5	Over time, one can become disconnected from this type of study.				
6	Sometimes I feel sickened by my studies.				
7	This is the only field of study that I can imagine myself doing.				
8	I feel more and more engaged in my studies.				
9	There are days when I feel tired before I arrive in class or start studying.				
10	After a class or after studying, I tend to need more time than in the past in order to relax and feel better.				
11	I can tolerate the pressure of my studies very well.				
12	While studying, I often feel emotionally drained.				



13	After a class or after studying, I have enough energy for my leisure activities.				
14	After a class or after studying, I usually feel worn out and weary.				
15	I can usually manage my study-related workload well.				
16	When I study, I usually feel energized.				

الملحق -٢-

الصورة النهائية لمقياس الاحتراق التعليمي لدى طالبات الصف الخامس الإعدادي

ت	الفقرة	موافق بشدة	موافق	غير موافق	غير موافق بشدة
١	أجد دائماً أوجهاً جديدة ومثيرة في عملية التعلم الخاصة بي.				
٢	يحدث في كثير من الأحيان أنني أتحدث عن دراستي بطريقة سلبية.				
٣	في الوقت الأخير، لاحظت أن تركيزي على مهامي الدراسية قل وأصبحت أقوم بأدائها تقريباً بشكل آلي.				
٤	أجد دراستي تمثل تحدياً إيجابياً.				
٥	مع مرور الوقت، يمكن للفرد أن يصبح منزعجاً عن هذا النوع من الدراسة.				
٦	أحياناً أشعر بالغثيان من دراستي.				
٧	هذا هو النطاق الوحيد من الدراسة الذي يمكنني تصوّر نفسي فيه.				
٨	أشعر بالمزيد من التفاعل مع دراستي بشكل متزايد.				
٩	هناك أيام عندما أشعر بالتعب قبل أن أصل إلى الصف أو أبدأ في الدراسة.				
١٠	بعد الفصل الدراسي أو بعد الدراسة، أميل إلى الحاجة إلى وقت أطول مما كنت عليه في الماضي من أجل الاسترخاء والشعور بالتحسن.				
١١	أستطيع أن أتحمّل ضغط دراستي بشكل جيد للغاية.				
١٢	أثناء الدراسة، غالباً ما أشعر بالاستنزاف العاطفي.				
١٣	بعد الدرس أو بعد الدراسة، لدي ما يكفي من الطاقة لممارسة أنشطتي الترفيهية.				
١٤	بعد الدرس أو بعد الدراسة، عادة ما أشعر بالإرهاق والتعب.				
١٥	يمكنني عادة إدارة عبء العمل المتعلق بالدراسة بشكل جيد.				
١٦	عندما أدرس، عادة ما أشعر بالنشاط.				