البحث الثالث

الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس في لبنان

د. نبال عباس الحاج محمد*

الملخص

هدف هذا البحث إلى الكشف عن الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس في لبنان، وعلاقته بمجموعة من المتغيرات مثل جنس المعلمين، وأعمارهم، وحالتهم الاجتماعية، ومستواهم العلمي ورضاهم عن راتبهم الشهري، وعدد سنوات الخبرة، والمراحل الدراسية التي يدرسونها، وأخيراً نوع المدرسة التي يدرسون فيها، رسمية أو خاصة. واشتملت عينة الدراسة على (٢٦٠) معلما ومعلمة، تراوحت أعمارهم بين ٢١ سنة وما فوق، توزعوا ما بين ٧٠,٤٪ من المعلمين في قطاع التعليم الرسمي، و ٢٩,٦٪ من المعلمين في قطاع التعليم الخاص. توصلت النتائج إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي القطاع الرسمي، مقارنة بمعلمي القطاع الخاص. كما أشارت النتائج إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمات، مقارنة بالمعلمين الذكور. أيضاً كشفت النتائج أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم عرضة للاحتراق النفسي أكثر من المعلمين الراضين عن مستوى دخلهم. وأظهرت النتائج أن المعلمين المتزوجين أكثر عرضة للاحتراق النفسي من المعلمين العازبين. وأخيراً، أظهرت النتائج أن المعلمين الذين يدرسون في المرحلة الثانوية، هم أقل عرضة للاحتراق النفسي، من غيرهم من المعلمين الذين يدرسون في باقي المراحل الدراسية، ما تبين أنه كلما زادت سنوات الخبرة لدى المعلمين أصبحوا أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي.

* أستاذ مساعد في قسم علم النفس – كلية الآداب والعلوم الإنسانية في الجامعة اللبنانية – بيروت.

Psychological burnout among Lebanese school teachers

Dr. Nibal Abbas Alhaj Mohammed
Associate professor
Department of Psychology-Clinical Psychology
Faculty of Arts and human sciences
Lebanese University
Beirut

Abstract

The aim of this study is to investigate burnout among a sample of school teachers. It also aims to study the relationship between burnout and some variables, such as gender of teachers, age, marital status, level of education, satisfaction of the salary, number of years of teaching, and the type of schools teachers teach in (private or official). The sample consisted of 260 Lebanese school teachers (males and females) aged between21years and above, who were distributed between official schools (70.4%) and private schools (29%). Results showed higher levels of burnout among official school teachers in comparison with private school teachers. Results also showed that female teachers suffer from higher levels of burnout in comparison with male teachers. On the other hand,teachers who were not satisfied with their salaries got higher levels of burnout in comparison with those who were satisfied with their salaries.Moreover,results showed that married teachers suffered from higher levels of burnout in comparison with single teachers.And results showed that teachers who teach high school classes got least levels of burnout.Finally, those who had large experience years of teaching got high levels of burnout too.

Key words: Burnout.

مقدمة:

تكثر الضغوط التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية، فهناك الضغوط الاقتصادية المادية، والضغوط النفسية المتمثلة فيما يتعرض له الفرد من مخاوف ومسببات للقلق إلى جانب الأخطار المحدقة بنا من كوارث طبيعية وحروب ونزاعات منتشرة في أماكن ومناطق كثيرة في العالم. ولعل الضغوط المهنية التي يتعرض لها الأفراد العاملون، أو ما تسمى أحيانا ضغوط العمل، من أخطر وأشد ما يواجهه الأفراد من ضغوط. وذلك لأهمية العمل في حياة الناس لتحديد قيمتهم وإثبات ذواتهم أمام الآخرين. يضاف إلى ذلك حقيقة أن دخل الأفراد من عملهم، يعد محددا أساسيا لمستوى معيشتهم ورفاهيتهم.

في الواقع، يقضي الأفراد نصف وقتهم في عملهم، وربما أكثر أحيانا ما يشير إلى مدى أثر ضغوط العمل وتأثيرها في حالتهم النفسية. بل إن شدة الضغوط المهنية التي قد يعاني منها بعض الأفراد، قد تسبب لهم ما يعرف بحالة الاحتراق النفسي. والأغلب أن يرتبط الاحتراق النفسي بالعمل أكثر من أي موضوع آخر، حيث تكون الإستجابات الجسدية والنفسية والانفعالية لدى الأفراد العاملين في حالة إستنفار قصوى من أجل تحقيق أهداف صعبة.

والمحلل النفسي الأميركي "هربرت فردنبرجر" Herbert Freudenberger أول من أدخل مصطلح الاحتراق النفسي إلى حيز الاستخدام الأكاديمي، وذلك عام ١٩٧٤،عندما كتب دراسة أعدها لدورية متخصصة Journal of Social Issues، وناقش فيها تجاربه النفسية التي جاءت نتيجة تعاملاته و علاجاته مع المترددين على عيادته النفسية في مدينة نيويورك. ولكن أعمال "كرستين ماسلاش"، أستاذة علم النفس في جامعة بيركلي الأميركية، مثلت الريادة في دراسة مفهوم الاحتراق النفسي وتطويره. وقد عرفت ‘‘ماسلاش" الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الإجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبلد الشخصي، والإحساس بعدم الرضا عما ينجزه الشخص من أعمال في مهنته .(Maslach,1982,p.29)

في الواقع، يحتل الحديث عن موضوع الاحتراق النفسي حيزا كبيرا في مجال التربية والتعليم والعاملين في مجالات المهن الإنسانية، ويحدث الاحتراق النفسي لدى المعلمين نتيجة عدد من المشاكل التي ترتبط مباشرة بعملية التدريس التي يواجهها المعلم أثناء تعامله مع التلاميذ، كما تؤثر ظروف العمل التي يعيشها المعلم في احتراقه النفسي وتشمل قلة الراتب الشهري، وعدم توافر المحفزات المادية والمعنوية أثناء مدة عمله، وأجواء المنافسة أحياناً بين المعلمين واكتظاظ عدد التلاميذ في الصفوف (Dick&Wagner,2001,p.1).

يتناول هذا البحث دراسة الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى عينة من المعلمين في المدارس الخاصة والرسمية الذين يتعاملون مع فئات عادية من التلاميذ.

١-مشكلة البحث:

يعد الاحتراق النفسي ظاهرة خطيرة تؤثر سلبياً في الأداء المهني للمعلم فتؤدي إلى انخفاض دافعيته وتدني مستوى إنتاجه، ومن المعلوم أن للمعلم دورا هاما في عملية التعلم لدى تلاميذه، والاحتراق النفسي لدى المعلمين سيؤثر مباشرة في التلاميذ نتيجة الأداء الضعيف للمعلم بسبب الاحتراق النفسي، كما تبين وجود متغيرات ديموغرافية تشكل عوامل مهمة تؤثر في الاحتراق النفسي (Mahler&Grobschedl,2017). لذلك فإن دراسة موضوع الاحتراق النفسي يفيد العاملين في المجال التربوي لما يسببه من آثار سلبية تؤدي إلى سوء التوافق النفسي والمهني والاجتماعي لدى العاملين في هذا المجال. ويؤيد ذلك ما أشار إليه مخيمر (٢٠٠٢، ص ٢٤٩-٢٨١) من أن الاحتراق النفسي يضعف الروح المعنوية للفرد، ويؤدي إلى ظهور بعض الاضطرابات البدنية، ولا يمكن إغفال الأثر السلبي للاحتراق النفسي في الأفراد. ومن هنا تتضح مشكلة البحث حول موضوع الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي المدارس الخاصة والرسمية، ونظرا لقلة الدراسات في حدود علم الباحثة في مجال الكشف عن درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان تقرر البحث في هذه الظاهرة. وفي هذا الإطار تتجلى التساؤلات التي تطرح نفسها على الشكل الآتي: ما درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف جنسهم؟ وهل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب رضاهم عن مستوى الدخل؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف أعمارهم؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف حالتهم الاجتماعية (متزوجين / غير متزوجين)؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف المراحل الدراسية؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟ وهل تختلف درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف سنوات الخبرة؟ في الواقع يوجد إجماع شبه تام من العديد من الدراسات التي أشارت إلى معاناة أغلب العاملين في مجال التعليم من الاحتراق النفسي (Ahola et al.,2000,pp.19-22)، في حين تتعارض نتائج الدراسات حول علاقة الاحتراق النفسي بتلك المتغيرات. فعلى سبيل المثال، أشارت

بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق في درجات الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس (دبابي،٢٠١٢، ص ص٨٥-٩٩)، في حين أشارت دراسات أخرى إلى وجود مثل تلك الفروق لصالح الإناث(Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47) ، على أن دراسات أخرى أشارت إلى وجود فروق لصالح الذكور (عياصرة وعبد الرحمن،2013، ص ص٣-٥٥). أما بالنسبة لمتغير الرضا عن مستوى الدخل فقد أشارت أغلب الدراسات إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين غير الراضين عن مستوى الدخل لديهم مقارنة بمن يشعرون بالرضا عن مستوى الدخل منهم (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322). في المقابل، تضاربت نتائج الدراسات حول علاقة الاحتراق النفسي بمتغير العمر،ففي حين أشارت بعض الدراسات إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين الأكبر سنا مقارنة باليافعين منهم(Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47)، أشارت دراسات أخرى إلى العكس تماما(Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).وكذلك الأمر فيما يتعلق بمتغير الحالة الاجتماعية،إذ تضاربت نتائج الأبحاث حول علاقته بالاحتراق النفسي، وأشارت بعض الأبحاث إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المتزوجين مقارنة بالعازبين (مهدي ،2012،ص ص٣-١٤٩)، وكشفت أبحاث أخرى عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين العازبين(Lau,Yuen,&Chan,2005,pp.491-516). أما بالنسبة لعلاقة الاحتراق النفسي بمتغير المراحل الدراسية التي يدرسها المعلمون، فعلى الرغم من قلة الدراسات التي تناولت علاقة هذا المتغير بدرجات الاحتراق النفسي، إلا أنها أشارت عموما إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين الذين يدرسون المرحلة الابتدائية و الثانوية الأولى (Alexender,Aikaterini,and Marina,2013,pp.349-355;Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).كما أشارت أغل الدراسات إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة(Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-506;Heiran&Navidinia,2015,pp.1-15) . وأخيرا،أشارت نتائج الدراسات حول علاقة الاحتراق النفسي بمتغير عدد سنوات الخبرة،إلى عدم وجود فروق في درجات الاحتراق

النفسي تبعا لمتغير الخبرة المهنية (دبابي،٢٠١٢،ص ص٨٥-٩٩) (Jamaludin &You,2019,pp.1-5).وبناء على ما سبق فإن مشكلة البحث تثير التساؤلات التالية:

١-ما درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس في لبنان؟

٢- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الجنس (ذكر، أنثى)؟

٣- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الرضا عن مستوى الدخل؟

٤- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب العمر؟

٥- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمي بحسب الحالة الاجتماعية (متزوج / غير متزوج)؟

٦- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف المراحل الدراسية؟

٧- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟

٨- هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف سنوات الخبرة؟

٢-أهمية البحث

تكمن أهمية البحث بكونه يتناول الاحتراق النفسي لدى المعلمين، وهو الاضطراب الذي يجمع علماء النفس على آثاره السلبية في صحة الإنسان النفسيةوالجسدية (Ahola et al.,2000,pp.19-22). فمن المعلوم أن الاحتراق النفسي يؤدي إلى الكثير من المشكلات النفسية مثل الانطواء، واليأس والقلق، والخوف، وانخفاض الدافعية والإنجاز، واللامبالاة.وكل تلك الأمور من شأنها أن تنعكس بطريقة سلبية على أداء وسلوك المعلم مع تلامذته وأقرانه، وحتى أفراد عائلته (Lee,Lim,and Lee,2011,pp.252-256).لذلك،فإن دراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس يعد أمرا ضروريا،لاسيما أنهم بناة الأجيال ولا بد من القيام بأبحاث تتمحور حول سلامتهم و صحتهم الجسدية و النفسية، ولا يوجد في حدود علمنا بحث مشابه في البيئة المحلية (أي لبنان)،على الرغم من وفرة الأبحاث العربية والأجنبية حول الموضوع.

٣-أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى تحقيق ما يلي:

- تعرف درجات الاحتراق النفسي لدى أفراد عينة البحث.

– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضا عن مستوى الدخل.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.
– تعرف الفروق في درجات الاحتراق النفسي تبعا لنوع المدرسة.

٤–فروض البحث

١– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

٢– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضا عن مستوى الدخل.

٣– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر.

٤– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية.

٥– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية.

٦– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير نوع المدرسة.

٧– توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة.

٥-مصطلحات البحث

الاحتراق النفسي:

عرف زيدان (٢٠٠٤، ص١٢٥) الاحتراق النفسي بأنه حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي و الإرهاق البدني ناجم عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد، وله أربعة أبعاد: الشقاء والإستهلاك السلوكي العقلي و الحركي، والإجهاد و الاستنزاف النفسي الانفعالي و العاطفي، والإرهاق والستنفاد البدني العضوي و العضلي، والعناء الاجتماعي.

أشار جبل (٢٠٠٣، ص ١٤٨) إلى أن الاحتراق النفسي مجموعة من الأعراض تتمثل في حالات التشاؤم، وقلة الدافعية، والافتقار إلى الاندماج الوجداني والجانب الاجتماعي.

وعرف السيف (٢٠٠٠، ص ٦٧٧) الاحتراق النفسي بأنه حالة عقلية وخبرة نفسية داخلية، تعبر عن إنهاك عاطفي وتبلد في الشعور وعدم القدرة على تحقيق الذات لدى الإنسان يفقده حماسته نتيجة الضغوط النفسية، وطبيعة الوظيفة والعلاقات الاجتماعية في العمل.

وعرف الزيود (٢٠٠٢،ص٢٠٣) الاحتراق النفسي بأنه استجابة يظهر فيها الإنهاك و التعب و عدم الرغبة في العمل نتيجة الأعباء الثقيلة الملقاة على عاتق الإنسان، ويشعره بعدم الاكتراث للآخرين المحيطين به. ويضاف إلى ذلك إحساس الإنسان بالتعب والإرهاق وعدم الرغبة بالإنجاز.

ويعرف الاحتراق النفسي إجرائيا بأنه الدرجة التي يحصل عليها المعلم من خلال إجابته على فقرات مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي المعتمد في الدراسة الراهنة.

٥- الدراسات السابقة:

.دراسة لو و يون وشان(٢٠٠٥) (Lau,Yuen,andChan,2005)

أجرى كل من لو ويون وشان (Lau,Yuen,andChan,2005,pp.491-516) دراسة عن الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين والمعلمات في هونغ كونغ. وتم اعتماد البحث المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي. شملت العينة ١٩٠ معلماً ومعلمة، وأظهرت النتائج وجود درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى المعلمين اليافعين، مقارنة بالمعلمين الأكبر سناً. كما كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية، وتحديدا لدى المعلمين العازبين.

. دراسة موكاندن و خاندهرو (٢٠١٠) (Mukundan&Khandehroo,2010)

وقام كل من موكاندن وخاندهرو(Mukundan&Khandehroo,2010,pp.71-76) بدراسة لمعرفة درجات الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين في المدراس الرسمية في ماليزيا. واستخدم في البحث المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمد مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي. من جهة أخرى، تألفت العينة من ١٨٤ معلما ومعلمة يدرسون اللغة الإنكليزية للمرحلتين الإبتدائية والمتوسطة. أظهرت النتائج وجود درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية، الذكور والإناث منهم على حد سواء.

.دراسة دبابي (٢٠١٢)

أيضا أجرى دبابي (٢٠١٢،ص ص٨٥-٩٩) دراسة حول درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في الجزائر.واعتمد الباحث المنهج الوصفي بنوعيه الاستكشافي و المقارن،كما عمد إلى إعداد مقياس للاحتراق النفسي. وتألفت العينة من ٣١٤ معلماً ومعلمة، وأظهرت النتائج وجود درجات احتراق نفسي عالية لدى أغلبية أفراد العينة. وتبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاحتراق النفسي بين المعلمين تعزى إلى الجنس، الخبرة المهنية، وتصنيف المعلمين.

.دراسة مهدي (٢٠١٢)

وبدوره قام مهدي (2012، ص ص٣-١٤٩) بدراسة حول الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية في الجزائر. اعتمد الباحث المنهج الوصفي، واستخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس التوافق الزواجي. شملت العينة ١٩٢ معلما ومعلمة. أظهرت الدراسة وجود درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى المعلمين المتزوجين مقارنة بالمعلمين العازبين منهم. وكشفت الدراسة أيضا عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية، مقارنة بدرجات الاحتراق النفسي لدى معلمي باقي المراحل الدراسية الأخرى.

دراسة آلكسندر و إيكاتيريني ومارينا (٢٠١٣)

(Alexender,Aikaterini,andMarina,2013)

أجـــــــــــــــرى آلكســــــــــــــــندر، إيكـــــــــــــــاتيريني، ومارينـــــــــــــــا (Alexender,Aikaterini,andMarina,2013,pp.349-355)

دراسة هدفت إلى تعرف درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلتين الابتدائية و الثانوية، استخدم الباحثون المنهج الوصفي.من جهة أخرى،استخدمت بطارية من الاختبارات تكونت من مقياس الإجهاد المهني ومقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على عينة بلغ عددها ٣٨٨ من المعلمين الذين يقومون بالتدريس في المدارس العامة في أتكيا.توصل الباحثون إلى وجود درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية مقارنة بمعلمي المرحلة الثانوية.

.دراسة عياصرة وعبد الرحمن (٢٠١٣)

هدفت دراسة عياصرة وعبد الرحمن (2013،ص ص٣-٥٥) إلى معرفة درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات في مديرية التربية و التعليم في الأردن في ضوء بعض المتغيرات.واستخدم الباحثان المنهج الوصفي الارتباطي، واعتمدا مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.وتكونت عينة الدراسة من ٥٠٠ معلم و معلمة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة،وأشارت نتائج الدراسة إلى أن درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات كان عاليا على مستوى التكرار و الشدة.كما تبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي، تكرار نقص الشعور بالإنجاز،وشدة تبلد المشاعر لدى المعلمين، تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور،وعلى أبعاد تكرار تبلد المشاعر وتكرار نقص الشعور بالإنجاز،تعزى لمتغير الدخل لصالح المعلمين ذوي الدخل (٣٠٠ دينار) وأقل،على أبعاد تكرار الإجهاد الإنفعالي وشدته،وتكرار تبلد المشاعر و شدته، تعزى لمتغير عدد الحصص لصالح المعلمين الذين تبلغ عدد حصصهم الأسبوعية أكثر من ١٨ حصة، وأيضا على أبعاد تكرار الإجهاد الإنفعالي وشدته وتكرار تبلد المشاعر،تعزى لمكان السكن لصالح المعلمين الذين يعملون بعيدا عن سكنهم. وتوجد علاقة ارتباط إيجابية ذات دلالة إحصائية بين تكرار بعد الإجهاد الانفعالي وشدته، وبين تكرار بعد تبلد المشاعر وشدته، وأيضا بين تكرار بعد نقص الشعور بالإنجاز وشدته.

. دراسة باروتسو وسيرينكان (٢٠١٣)(Barutcu&Serinkan,2013)

وهدفت دراسة كل من باروتسو وسيرينكان (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322) إلى دراسة درجات الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس في تركيا. اعتمد الباحثان المنهج المسحي، وقد تم استخدام مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي. تكونت العينة من ١٦٧ معلماً ومعلمة. أظهرت

النتائج ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الثانوي الأول مقارنة مع باقي المراحل الأخرى، كما أظهرت الدراسة ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى الذكور مقارنة بالإناث. من جهة أخرى، كشفت الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضا عن المعاش. وأخيراً، تبين وجود درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى المعلمين الصغار في السن.

. **دراسة موسافي ونيمهيشيسالم (٢٠١٤)(Mousavy&Nimehchisalem,2014)**

وبدورهما قام كل من موسافي و نيمهيشيسالم (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47) بدراسة لمعرفة درجات الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي اللغة الإنكليزية في ماليزيا وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية مثل السن و الجنس و الحالة الاجتماعية. استخدم الباحثان المنهج الكمي لجمع المعلومات حيث طبقت استمارتان من إعدادهما للحصول على المعلومات الديموغرافية لأفراد العينة، كما تم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي. وتكونت العينة من ٣١٠ معلمين ومعلمات تم اختيارهم بطريقة عشوائية. أظهرت النتائج ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة الكلية، وتبين وجود فروق دالة إحصائيا في درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لصالح الإناث. وتبين أن المعلمين الأكبر سنا يعانون من درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي مقارنة بالمعلمين الأصغر سنا. وأظهرت النتائج أن المعلمين المتزوجين يعانون درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي مقارنة بالعازبين منهم.

. **دراسة حيران ونافيدينيا (٢٠١٥) (Heiran&Navidinia,2015)**

وهدفت دراسة كل من حيران ونافيدينيا (Heiran&Navidinia,2015,pp.1-10) إلى تعرف درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الأجنبية في المدارس الرسمية والخاصة في إيران، وعلاقته بالذكاء الانفعالي. واستخدم المنهج الوصفي في جمع المعطيات. واستخدم الباحثان مقياسي الاحتراق النفسي للمعلمين والذكاء العاطفي. تألفت العينة من ١٠٠ معلم ومعلمة. وأظهرت نتائج الدراسة ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة، إضافة إلى وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية مرتفعة ما بين الاحتراق النفسي والذكاء العاطفي.

.دراسة بينفين وفيوريللي (٢٠١٥)(Benevene&Fiorilli,2015)

أجرى بينفين و فيوريللي(Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-6) دراسة لمعرفة مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المدارس الرسمية، و أخرى من المدارس الخاصة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي،كما استخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، وتألفت العينة من ٤٦٩ معلما ومعلمة.وأظهرت النتائج ارتفاع مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الرسمية مقارنة بمعلمي المدارس الخاصة.

.دراسة الأسدي و خلف و الوائلي و عابد و الشامي AlAsadi,Khalaf,Al Waaly,Abed,and Shami,2018)

وبالمقابل قام الأسدي، خلف، الوائلي، عابد، الشامي (AlAsadi,Khalaf,Al Waaly,Abed,and Shami,2018,pp.262-268)

بدراسة هدفت إلى تحديد مستوى انتشار الاحتراق النفسي حسب الإفادات الذاتية والعوامل المؤدية إليه بين معلمي المدارس الابتدائية في البصرة. وأجريت دراسة مقطعية في ٣٢ مدرسة حكومية لجمع بيانات اجتماعية-سكانية وبيانات متعلقة بالعمل باستخدام قائمة أولدنبرج للاحتراق النفسي، وتألفت العينة من ٧٠٦ معلمين ومعلمات. أظهرت النتائج ارتفاع مستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمين العازبين مقارنة بالمعلمين المتزوجين. وتبين أيضاً أن المعلمين اليافعين يعانون مستويات مرتفعة من الاحتراق النفسي مقارنة بالأكبر سناً.

.دراسة آرفيدسون،،ليو،لارسون،هاكانسون،بيرسون،و بجورك(٢٠١٩) Arvidsson et) al.,2019)

قام كل من آرفيدسون، ليو، لارسون، هاكانسون، بيرسون، وبجورك Arvidsson et (al.,2019,pp.1-13) بدراسة عن الاحتراق النفسي وفعالية الذات لدى عينة من المعلمين والمعلمات في السويد. واعتمد المنهج الوصفي في البحث، كما استخدم مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي، واستمارة أعدها الباحثون لقياس فعالية الذات. وتألفت العينة من ٣١٠ سويديين (من الذكور والإناث). وأظهرت النتائج معاناة المعلمين و المعلمات مستويات عالية من الاحتراق النفسي من جهة،ومعدلات منخفضة من فعالية الذات من جهة أخرى.

.دراسة جمال الدين ويو(٢٠١٩)(Jamaludine&You,2019)

وقام جمال الدين ويو(Jamaludine&You,2019,pp.1-5) بدراسة عن علاقة الاحتراق النفسي بمتغير الجنس وعدد سنوات الخبرة والمستوى التعليمي. وقد تم إستخدام المنهج المسحي في الدراسة واعتمد مقياس ماسلاش لقياس الاحتراق النفسي إضافة إلى استمارة بيانات شخصية من إعداد الباحثين. وتكونت عينة البحث من ٣١ معلما ومعلمة. أظهرت النتائج ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بغض النظر عن عدد سنوات الخبرة.

تعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من الدراسات السابقة أهمية دراسة الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس، لما تتضمنه مهنة التدريس من ضغوط نفسية وجسدية، لها إنعكاسات سلبية على المعلمين. في الواقع، هدفت بعض الدراسات إلى معرفة علاقة الاحتراق النفسي ببعض المتغيرات الديموغرافية (العمر، الجنس، والحالة الاجتماعية) للمعلمين، بينما هدفت دراسات أخرى إلى معرفة علاقة الاحتراق النفسي بالرضا عن مستوى الدخل ونوع المدرسة (خاصة أم رسمية). أما البحث الحالي فقد اهتم بدراسة درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين في المدارس وعلاقته بجميع تلك المتغيرات، إضافة إلى دراسة متغيرات أخرى مجتمعة (الجنس، الرضا عن مستوى الدخل، العمر، الحالة الاجتماعية، المراحل الدراسية، نوع المدرسة رسمية كانت أو خاصة، وسنوات الخبرة).

من جهة أخرى، شملت عينات أغلبية تلك الدراسات الجنسين (الذكور والإناث)، وهو ما ينطبق على البحث الحالي أيضا. وبالمقابل، استخدمت غالبية الدراسات السابقة مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، بينما قلة من الدراسات اعتمدت على إعداد الباحثين أنفسهم مقياسا للاحتراق النفسي. وقد استخدم البحث الحالي أيضا مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

٦–منهج البحث:

اعتمد المنهج الوصفي التحليلي في البحث الحالي، وهو منهج يعتمد على دراسة الظاهرة في الواقع، ووصفها بدقة والتعبير عنها كما وكيفاً في تصنيف المعلومات، وتنظيمها والسعي لفهم علاقات الظاهرة المدروسة مع غيرها من المتغيرات، والوصول لإستنتاجات تسهم في تطوير الواقع المدروس.

٧–حدود البحث المكانية والزمنية:

جرى البحث في الفترة الممتدة من شهر أيلول إلى شهر كانون الأول في العام ٢٠١٩.والنتائج التي تم الحصول عليها تطبق على المجتمع المحلي الذي جرى فيه البحث. أما بالنسبة لحدود البحث المكانية فتتجلى بالمدارس الخاصة والرسمية الواقعة في نطاق العاصمة بيروت.

٨–مجتمع البحث:

تألف مجتمع البحث من معلمي المدارس الرسمية و الخاصة في بيروت، وعددهم ٢٢١٨ معلماٍ ومعلمة بحسب إحصاءات المركز التربوي للبحوث والإنماء (٢٠١٨، ص٣٧) .

العينة:

تألفت عينة البحث من ٢٦٠ معلماً ومعلمة (٩٩ معلما) و(١٦١ معلمة)، تراوحت أعمارهم ما بين ٢١ سنة وما فوق، تم اختيارهم بطريقة العينة الطبقية العشوائية، بواقع ٢٦ معلما ومعلمة من ١٠ مدارس خاصة ورسمية في بيروت. وقد شكلت العينة نحو ١٢٪ من المجموع الكلي للمعلمين والمعلمات في محافظة بيروت، الذي يساوي ٢٢١٨ معلماً ومعلمة (المركز التربوي للبحوث والإنماء،٢٠١٨، ص٣٧). ويوضح جدول رقم (١) خصائص عينة الدراسة:

جدول(١)

خصائص عينة البحث

الجنس	**التكرار**	**النسبة**
ذكر	٩٩	٪٣٨,١
أنثى	١٦١	٪٦١,٩
المجموع	**٢٦٠**	**٪١٠٠**
الحالة الاجتماعية	**التكرار**	**النسبة**
أعزب	١٨١	٪٦٩,٦
متزوج	٧٩	٪٣٠,٤
المجموع	**٢٦٠**	**٪١٠٠**
العمر	**التكرار**	**النسبة**
من ٢١ إلى ٢٥ سنة	٤٩	٪١٨,٨

من ٢٦ إلى ٣٠ سنة	١٠٤	٪٤٠,٠
من ٣١ إلى ٣٥ سنة	٦٩	٪٢٦,٥
٣٥ سنة وما فوق	٣٨	٪١٤,٦
المجموع	**٢٦٠**	**٪١٠٠**

يشير جدول (١) إلى أن نسبة المستطلعين الذكور هي ٣٨,١٪، و ٦١,٩٪ من المستطلعات الإناث. كما يشير إلى أن ٦٩,٦ % من المستطلعين هم من المعلمين العازبين، مقابل ٣٠,٤٪ من المتزوجين. أيضاً يشير الجدول إلى تنوع المراحل العمرية بين المستطلعين.

٩–أدوات البحث:

تم إعداد قائمة من الأسئلة عن المعلومات الشخصية والمهنية للمعلمين (الجنس، الحالة الاجتماعية العمر، الرضا عن مستوى الدخل، سنوات الخبرة، المراحل الدراسية التي يدرس فيها المعلم). ولقياس معدلات الاحتراق النفسي لدى المعلمين و المعلمات استخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (Maslach& Jackson,1981,p.101)،وهو سلَّم اقترحه كل من Maslach وJackson عام ١٩٨١ لمهن القطاع الصحي ومهن المساعَدة (الأساتذة، المدرسين، الشرطة)،يقيس أعراض الاحتراق النفسي، ويتكوَّن من ٢٢ بنداً يسمح بعرض الدرجات الثلاثة للاحتراق النفسي. وقد تم بناء بنود المقياس على شكل عبارات تستوضح شعور الفرد نحو مهنته، بحيث يجيب الفرد حسب سلَّم متدرج من ٧ إحتمالات تتراوح بين "أبداً" إلى "كل يوم".وعلى المعلِّم المستطلع أن يجيب على كل بند بالتعبير عن شدَّة ردود أفعاله.وللتنقيط استخدمت أرقام تتراوح بين ٠ و ٦،لتدل على درجة ممارسة السلوكات (البنود) التي تمّ السؤال عنها، وذلك على الشكل الآتي:

أبداً:٠ مرات قليلة بالسنة:١ مرة بالشهر:٢ مرات قليلة بالشهر:٣ مرة في الأسبوع:٤ مرات قليلة في الأسبوع:٥ كل يوم:٦

ويصنف الأفراد وفقا لمقياس ماسلاك على أساس درجات الاحتراق لديهم التي قد تتراوح بين مرتفعة أو معتدلة أو منخفضة بحسب درجة الاحتراق، وتقسَّم الدرجات مثلما هو موضح أدناه:

- الاحتراق النفسي منخفض الشدة من ٠ إلى ٤٣ درجة.
- الاحتراق النفسي المعتدل من ٤٤ إلى ٨٧ درجة.

- الاحتراق النفسي مرتفع الشدة من ٨٨ إلى ١٢٨ درجة.

وأما عن الخواص السيكومترية للمقياس، فهو يتمتع بمعدل إتساق داخلي مرتفع (على أبعاده الثلاثة)،كما هو مبين في الشكل الآتي: الإجهاد الإنفعالي: ٠,٩٠ تبلد الشعور: ٠,٧٩ نقص الشعور بالإنجاز: ٠,٧١ وبلغ معامل ثبات ألفا كرونباخ (على أبعاده الثلاثة)، ما يلي: الإجهاد الإنفعالي:٠,٨٢ و تبلد الشعور:٠,٦٠ و نقص الشعور بالإنجاز:٠,٨٠-Maslach & Jackson, 1986,pp.14-32).وقد تم تقنين المقياس في البيئة المحلية على عينة عشوائية من المعلمين قوامها ١٠٠معلم (٥٠ ذكرا و ٥٠ أنثى) ،من المدارس الرسمية و الخاصة.تم حساب ثبات الاختبار ثم إعادة الاختبار،وبلغ معامل الارتباط ٠,٨٨،وهو معامل ارتباط جيد.ولحساب الصدق،تم اعتماد طريقة حساب معاملات الارتباط بين درجات المقاييس الفرعية والعلامة الكلية للاختبار،وأتت النتائج على الشكل الآتي: ٠,٧٥ معاملات الارتباط بين المقياس الكلي والإجهاد الانفعالي، و٠,٧٧ معاملات الارتباط بين المقياس الكلي و تبلد الشعور،و٠,٨٢ معاملات الارتباط بين المقياس الكلي و نقص الشعور بالإنجاز،ما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجات ثبات و صدق عاليتين.

إجراءات تطبيق المقياس:

تم جمع بيانات البحث الميدانية في شكل مقابلات فردية، وأحيانا جماعية مع أفراد عينة البحث (المعلمين)، في المكاتب المخصصة للمعلمين في المدارس التي شملها البحث. وبعد شرح أهداف البحث، تم توزيع إستمارة مخصصة للإجابة عن أسئلة تتعلق بمعلومات شخصية عن المعلم (الجنس (أنثى/ذكر)، السن، الحالة الاجتماعية (متزوج/ أعزب)، الرضا عن مستوى الدخل، سنوات الخبرة المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم، ونوع المدرسة (رسمية/ خاصة). بعد ذلك أعطي كل معلم نسخة من مقياس الاحتراق النفسي بعد أن تم تفسير وشرح كيفية الإجابة عن فقراته.

١٠-الأساليب الإحصائية:

لاستخراج النتائج الإحصائية، تمّ استخدام نظام SPSS الإحصائي في البحث، وهو النظام المعتمد في الأبحاث والدراسات النفسية والاجتماعية. وتمّ حساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، واختبار "ت" للمجموعات المستقلة لتحديد دلالة الفروق بين المتوسطات. ولدى حساب أوجه الارتباط لمتغيرين اثنين، اعتمد معامل ارتباط بيرسون. وتجدر الإشارة إلى أنّ نظام SPSS يتيح للباحث إمكانية إنجاز مثل هذه الاختبارات والمقاييس.

١١–النتائج:

سعيا لاستخراج النتائج، تم استخدام الطرق الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، واختبار(ت) لتحديد دلالة الفروق بين المتوسطات.

وفيما يلي عرض لأسئلة البحث وفروضه، ونتائج المعالجات الإحصائية:

ما درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين في لبنان؟ للإجابة على هذا السؤال، تم حساب النسب المئوية لإجابات المعلمين على مقياس الاحتراق النفسي. ويشير جدول رقم (٢) إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين.

جدول رقم (٢)

النسب المئوية لأعداد المعلمين على مقياس الاحتراق النفسي

مستويات الاحتراق النفسي	التكرار	النسبة
إحتراق نفسي ضعيف	٢٧	٪١٠,٤
إحتراق نفسي مرتفع	٢٣٣	٪٨٩,٦
المجموع	٢٦٠	٪١٠٠

يشير جدول رقم (٢) إلى أن غالبية المعلمين المستطلعين توجد لديهم درجات مرتفعة من الاحتراق النفسي، بنسبة ٨٩,٦٪.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الجنس (ذكر، أنثى)؟ وللإجابة على هذا السؤال تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي والجنس. ويشير جدول رقم (٣) إلى تحقق الفرض الأول: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس.

جدول رقم (٣)

اختبار"ت" للمجموعات المستقلة بين الاحتراق النفسي و الجنس

مقياس	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
الاحتراق النفسي	أنثى	٩٩	٦٠,٨	١٥,٣	٠,٠٤٦	دالة إحصائيا
	ذكر	١٦١	٥٧,٢	١٣,٨		

يشير جدول رقم (٣) إلى أن درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمات الإناث أعلى منها لدى المعلمين الذكور.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الرضا عن مستوى الدخل؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي والرضا عن مستوى الدخل. ويشير جدول رقم (٤) إلى تحقق الفرض الثاني: توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الرضا عن مستوى الدخل.

جدول رقم (٤)

اختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الاحتراق النفسي والرضا عن مستوى الدخل

مقياس الاحتراق النفسي	الرضا عن مستوى الدخل	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
	نعم	١٥	٤٨,٢	١٢,١	٠,٠٠٤	دالة إحصائيا
	كلا	٢٤٥	٥٩,٢	١٤,٤		

يشير جدول رقم (٤) إلى أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم عرضة للاحتراق النفسي أكثر من الراضين عن مستوى دخلهم.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب العمر؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي والعمر. ويشير جدول رقم (٥) إلى تحقق الفرض الثالث:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر".

جدول رقم (٥)

اختبار"أنوفا" بين الاحتراق النفسي ومتغير العمر

	العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الاحتراق النفسي	من٢١ إلى ٢٥ سنة	٤٩	٤٩,٥	٩,٣	٠,٠٠٠	دالة إحصائيا
	من ٢٦ إلى ٣٠ سنة	١٠٤	٥١,٧	٨,١		
	من ٣١ إلى ٣٥ سنة	٦٩	٦٤,٣	١٣,٢		
	٣٥ سنة وما فوق	٣٨	٧٨,٥	١٢,٠		

يشير جدول رقم (٥) إلى أنه كلما زاد عمر المعلم أصبح أكثر عرضة للاحتراق النفسي. كما يتبين أيضا أن درجات الاحتراق النفسي للفئات العمرية ضمن درجة الاحتراق النفسي المرتفع (٤٤– ٨٧).

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بحسب الحالة الاجتماعية (متزوج / غير متزوج)؟

للإجابة عن هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي والحالة الاجتماعية. ويشير جدول رقم (٦) إلى تحقق الفرض الرابع:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية.

جدول رقم (٦)

اختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الاحتراق النفسي ومتغير الحالة الاجتماعية

	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الاحتراق النفسي	أعزب	١٨١	٥١,٢	٨,١	٠,٠٠٠	دالة إحصائيا
	متزوج	٧٩	٧٥,٤	١١,٤		

يشير جدول رقم (٦) إلى أن المعلم المتزوج، أكثر عرضة للاحتراق النفسي من المعلم العازب.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين باختلاف المراحل الدراسية؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي والمراحل الدراسية. ويشير جدول رقم (٧) إلى تحقق الفرض الخامس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير المراحل الدراسية".

جدول رقم (٧)

اختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الاحتراق النفسي ومتغير المرحلة الدراسي

	المرحلة الدراسية	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الاحتراق النفسي	الإبتدائي	٧١	٥٨,٦	١٥,٤	٠,٠٠٥	دالة إحصائيا
	المتوسط	١٢٩	٦٠,٩	١٤,٧		
	الثانوي	٦٠	٥٣,٦	١١,٥		

يشير جدول رقم (٧) إلى أن المعلم الذي يدرس المرحلة الثانوية، أقل عرضة للاحتراق النفسي من غيره من المعلمين الذين يدرسون في المراحل الدراسية الأخرى.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي بين معلمي المدارس الخاصة مقارنة بمعلمي المدارس الرسمية؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي ونوع المدرسة. ويشير جدول رقم (٨) إلى تحقق الفرض السادس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير نوع المدرسة".

جدول رقم (٨)

اختبار "ت" للمجموعات المستقلة بين الاحتراق النفسي و متغير نوع المدرسة

	نوع المدرسة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الاحتراق النفسي	مدرسة رسمية	١٨٣	٦١,٤	١٥,١	٠,٠٠٠	دالة إحصائيا
	مدرسة خاصة	٧٧	٥١,٧	١٠,١		

يشير جدول رقم (٨) إلى أن معلمي المدارس الرسمية أكثر عرضة للاحتراق النفسي من معلمي المدارس الخاصة.

هل توجد فروق في درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين بإختلاف سنوات الخبرة؟

للإجابة على هذا السؤال، تم حساب قيمة "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسط الاحتراق النفسي وسنوات الخبرة. ويشير جدول رقم (٩) إلى تحقق الفرض السادس:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠,٠٥ بين متوسط درجات الاحتراق النفسي تبعا لمتغير سنوات الخبرة".

جدول رقم(٩)

اختبار أنوفا بين مقياس الاحتراق النفسي ومتغير سنوات الخبرة

	سنوات الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	الدلالة الإحصائية	النتيجة
مقياس الاحتراق النفسي	أقل من ٣ سنوات	٣٨	٤٩,١	٩,٣	٠,٠٠٠	دالة إحصائيا
	من ٣ إلى ١٠ سنوات	١٦١	٥٤,٢	١٠,٦		
	أكثر من ١٠ سنوات	٦١	٧٥,٩	١١,٨		

يشير جدول رقم (٩) إلى أنه كلما زادت سنوات الخبرة لدى المعلم، أصبح أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

تفسير النتائج:

هدف البحث إلى دراسة الاحتراق النفسي، لدى عينة من معلمي المدارس الرسمية والخاصة في بيروت، إذ من المعلوم أن العاصمة تحتوي عادة على معظم المؤسسات الحكومية والتربوية على اختلاف مستوياتها. وهدف أيضا إلى معرفة علاقة الاحتراق النفسي بعدد من المتغيرات مثل الجنس، العمر، الحالة الاجتماعية، الرضا عن مستوى الدخل، المراحل الدراسية التي يدرسها المعلم، سنوات الخبرة، نوع المدرسة (رسمية أم خاصة).

وقد أظهرت نتائج البحث الحالي أن معلمي المدارس الرسمية والخاصة في لبنان يعانون الاحتراق النفسي. وتبين أن نسبة المعلمين ذوي المستوى المرتفع من الاحتراق النفسي قد بلغت ٨٩,٦٪ ،في حين بلغت نسبة

المعلمين ذوي الاحتراق النفسي الضعيف ١٠,٤٪.وقد تقاطعت نتائج البحث الحالي مع نتائج العديد من الأبحاث التي أجريت على عينات المعلمين، التي أشارت إلى أن أغلبية العاملين في مهنة التعليم هم معرضون للاحتراق النفسي (Arvidsson et al.,2019,pp.1-13; Barutcu&Serinkan,2013,pp.1-13).فمن المعلوم أن مهنة التدريس من أكثر المهن التي تكثر فيها الضغوط النفسية لما تنطوي عليه من أعباء و مسؤوليات و ضغوطات مستمرة، إضافة إلى المشاكسات والاستفزازات التي يتعرض لها المعلم من قبل تلاميذه وغيرهم من العاملين في المدرسة.

من جهة أخرى، أظهرت نتائج البحث ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمات الإناث مقارنة بالمعلمين الذكور، وهو أمر كانت قد أكدته دراسات أخرى(Lau, et al.,2005,pp.491-516) (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47).وقد يعزى هذا الأمر إلى:عدم تمتع الإناث بالسلطة الكافية في أماكن عملهن أسوة بالرجال، وانخفاض تقدير الذات لديهن ، وصعوبة التوفيق بين الواجبات العائلية و متطلبات العمل، والوقت القصير الذي تقضيه الإناث العاملات مع أفراد عائلاتهن بسبب الوقت الذي تستغرقه في العمل خارج المنزل.إلا أن نتائج البحث تتعارض مع نتائج أبحاث أخرى كشفت عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى الذكور أكثر من الإناث (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322) .

وكشفت نتائج البحث عن أن المعلمين غير الراضين عن مستوى دخلهم عرضة للاحتراق النفسيأكثر من الراضين عن مستوى دخلهم. وهو أمر أكدته أيضا نتائج أبحاث أخرى (Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322).

في الواقع، يوجد إجماع لدى العلماء على أهمية رضى الأفراد عن دخلهم لجهة رفع الروح المعنوية لديهم وتحفيزهم على العمل والإنتاج. فشعور الأفراد بأن ما يتقاضونه يعد غير كاف لتلبية حاجاتهم وحاجات أفراد عائلاتهم، وقد يشعرهم بالضغوط والاحتراق النفسي(Smith,et al.,2007,pp.50-53) .

من جهة أخرى، تبين أنه كلما ازداد عمر المعلم أصبح أكثر عرضة للاحتراق النفسي، وقد تقاطعت هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى حول علاقة الاحتراق النفسي والتقدم بالعمر (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47).

ويعزو العلماء هذا الأمر إلى كثرة الشكاوى التي تصدر عن الأفراد مع تقدمهم بالسن، لإصابتهم بالأمراض المتعددة وضعف قواهم الجسدية عموما، إضافة إلى ضعف الحواس والشعور بالضيق من ضغوطات العمل. (Toppinen,Ojajrrvi,Vaananen,Kalimo,&Jappinen,2005,pp.18-

(27إلا أن نتائج أبحاث أخرى أظهرت عكس ذلك،إذ كشفت عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين اليافعين، مقارنة بالمعلمين الكبار في السن(Barutcu&Serinkan,2013,pp.18-322;AlAsadi,et al.,2018,pp.262-268).

وأظهرت نتائج ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين المتزوجين مقارنة مع المعلمين العازبين، وهو ما يتقاطع مع نتائج أبحاث أخرى(مهدي،٢٠١٢،ص ص٣-١٤٩) (Mousavy&Nimehchisalem,2014,pp.39-47)إلا أن هناك دراسات أخرى أشارت إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى العازبين أكثر من المتزوجين (AlAsadi,et al.,2018) أيضا كشفت نتائج البحث الحالي عن أن المعلمين الذين يدرسون المرحلة الثانوية أقل عرضة للاحتراق النفسي من غيرهم من الأساتذة الذين يدرسون باقي المراحل الدراسية.وتتفق هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى (مهدي،٢٠١٢،ص ص٣-١٤٩) (Alexender,et al.,2013,pp.349-355) . وقد يعزى هذا الأمر إلى ازدياد عدد الطلاب في المرحلتين الابتدائية والمتوسطة مقارنة بالمرحلة الثانوية، وتتضمن عادة من استطاع أن ينجح و يرفع إلى المرحلة الثانوية الأخيرة قبل دخول الجامعة.أيضا من المرجح أن يكون تلامذة المرحلة الثانوية أكثر نضجا و امتثالا لتعليمات أساتذتهم و القيمين عليهم في المدرسة.

وعلى صعيد آخر،كشفت نتائج البحث عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى أساتذة المدارس الرسمية، مقارنة بأساتذة المدارس الخاصة.وتتقاطع هذه النتيجة مع نتائج أبحاث أخرى توصلت إلى النتيجة ذاتها(Benevene&Fiorilli,2015,pp.501-6) ، وقد يعزى هذا الأمر إلى أن المدارس الرسمية تكون عادة مكتظة بأعداد التلاميذ مقارنة بالمدارس الخاصة حيث يتوافر فيها أعداد المعلمين بما يتلائم مع أعداد التلاميذ المتواجدين في الصفوف،كما أن الظروف المادية و الصحية في المدارس الرسمية غير مريحة وغير مكتملة مقارنة بما هي عليه في المدارس الخاصة.أيضا أجور العاملين في المدارس الخاصة هي أعلى من أجور العاملين في المدارس الرسمية(Sullivan, et al.,2014,pp.739-763).

وأخيرا،كشفت نتائج البحث عن أن درجات الاحتراق النفسي ترتفع لدى المعلمين الذين ترتفع لديهم سنوات خبرة التدريس.وتتقاطع هذه النتائج مع نتائج أبحاث أخرى(دبابي،٢٠١٢،ص ص٨٥-٩٩).وقد يعزى هذا الأمر إلى حالة الضغوط الطويلة الأمد التي يرزح تحت وطأتها المعلمون،الذين يقضون فترة طويلة في مهنة التدريس (Abenavoliet al.,2013,pp.57-69). في المقابل،توجد بعض الأبحاث التي توصلت إلى نتائج مغايرة، إذ أشارت إلى ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لدى المعلمين مهما بلغ عدد سنوات الخبرة لديهم (Jamaludin&You,2019,pp.1-5).

خلاصة القول، تتنوع ردود فعل الأفراد حيال تعرضهم للضغوط المهنية (ومنها مهنة التدريس)، فبعضها يتكيف معها وبعضها الآخر يفشل في التوافق والتكيف، فيصل إلى مرحلة الاحتراق النفسي.ومن المعلوم أن للاحتراق النفسي آثاراً خطيرة على المعلم والتلاميذ على حد سواء. فقد يشعر تحت تأثير الاحتراق النفسي باللامبالاة ، وقلة الدافعية، وفقدان القدرة على الإبتكار، والتصرف على نحو آلي مفتقر إلى الشعور بالانتماء الحقيقي لعمله. ولايقتصر الشعور بالاحتراق النفسي على الذكور فقط، بل قد يصيب الإناث أيضا. وقد كشفت نتائج البحث الحالي عن ارتفاع درجات الاحتراق النفسي لديهن مقارنة بزملائهن المعلمين. فبالإضافة إلى الأعباء المهنية الملقاة على عاتق المعلمات،يواجههن العديد من صعوبات التوافق في حياتهن الأسرية والمنزلية نتيجة تعدد أدوارهن الوظيفية، ما يؤثر في درجة توافقهن مع متطلبات هذه البيئة المتغيرة.

١٢-مقترحات البحث

- العمل على تحسين أوضاع المعلمين الاجتماعية والاقتصادية، لاسيما معلمي المدارس الرسمية.
- وضع إستراتيجيات فاعلة تترجم بأنشطة يتعزز من خلالها روح التعاضد والتفاعل الاجتماعي، وتعمل على كسر الروتين والرتابة لدى المعلمين في المدارس، وتقيهم من خطر الإصابة بالاحتراق النفسي.
- القيام بالمزيد من الدراسات حول الاحتراق المهني لدى فئات أخرى من الأفراد على أن تكون دورية على نفس العينة، توخيا للمزيد من الدقة في النتائج، إذ قد يحدث أن تكون حالة الاحتراق النفسي عارضة وغير دائمة، ومتعلقة بأسباب وظواهر من النوع التي تسهل معالجته، ولا يكون حالة دائمة تشكل جزءاً من حالة المعلم.
- إرشاد المعلمين إلى كيفية مقاومة الضغوط المهنية والنفسية كي لا تتحول إلى احتراق نفسي يهدد صحتهم النفسية والجسدية ينعكس سلبا على أدائهم المهني.
- الإفادة من وسائل وتقنيات التعليم المتطورة التي تستند إلى دور الآليات المساعدة التي تخفف الجهد والضغط عن المعلم في الشرح والتواصل مع التلامذة.

مراجع البحث

أولاً– المراجع العربية:

– جبل، فوزي (٢٠٠٣). الاحتراق النفسي لدى معلمي الحلقة الأولى من التعلم الأساسي وعلاقته بقيم العمل لديهم. *مجلة كلية الآداب بقنا*، جامعة جنوب الوادي،٢(١٣)،١٤٨–١٨٧.

–دبابي، بوبكر (٢٠١٢). مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الإبتدائية في الجزائر. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*.٩(١)٨٥–٩٩.

–زيدان، عصام (٢٠٠٤). الإنهاك النفسي لدى آباء وأمهات الأطفال التوحيديين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والأسرية. *مجلة البحوث النفسية والتربوية*، كلية التربية– جامعة المنوفية،١٩(١)،١٢٠–١٦٧.

– الزيودي، محمد حمزة (٢٠٠٧). مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. *مجلة جامعة دمشق*.٢٣(٢)،١٨٩–٢١٩.

– الزيود، نادر فهمي (٢٠٠٢). واقع الاحتراق النفسي للمرشد النفسي والتربوي في محافظة الزرقاء. *مجلة العلوم التربوية*، قطر، (١)، ١٩٩–٢٢٢.

– السيد، منصور (٢٠٠١). الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية لدى معلمي مدارس الأمل بمحافظة أسوان، دراسة أمبريقية إكلينيكية، *مجلة كلية التربية*، جامعة جنوب الوادي، أسوان، مصر، ٥(١٤)، ٢٣–٤٦.

– السيف، فهد (٢٠٠٠). محددات الإعياء المهني بين الجنسين، دراسة تطبيقية في مؤسسات الرعاية الاجتماعية

في بعض مدن المملكة العربية السعودية، *مجلة الإدارة العامة*، الرياض، ٣٩(٤)،٦٧٥–٧٨١.

– عياصرة، معن محمود؛ عبد الرحمن، علي أحمد (٢٠١٣). دراسة لمستويات الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات في مديرية تربية وتعليم جرش في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*.١٤(٣)،١–٥٥.

– العبيدي، نغم صالح (١٩٩٩). بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة نينوى، *رسالة ماجستير غير منشورة*، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، العراق.

– المركز التربوي للبحوث والإنماء (٢٠١٨). *النشرة الإحصائية*، بيروت: مكتب البحوث التربوية.

- مهدي، سراي (٢٠١٢). الاحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أساتذة المرحلتين المتوسطة والثانوية. *رسالة ماجستير منشورة*. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر.
- مخيمر، خضر (٢٠٠٢). الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي التعليم الثانوي وعلاقته ببعض المتغيرات. *مجلة كلية التربية*–جامعة دمشق،٢(٢)،٢٤٩-٢٨١.

ثانياً– المراجع الأجنبية:

- Abenavoli, R.M., Jennings, P.A., Greenberg, M.T., Harris, A.R., & Katz, D.A. (2013).The protective effects of mindfulness against burnout among educators. *Psychology of Education Review*, 37(2), 57-69.
- Ahola K, Pulkki-Råback L, Kouvonen A, Rossi H, Aromaa A, & Lönnqvist J.(2012). Burnout and behavior-related health risk factors: results from the population-based Finnish Health 2000 study. *J Occup Environ Med*.54(1),17–22.

- ALAsadi, J., Khalaf, S., AL Waaly,A.,Abed,A.,&Shami,S.(2018).Burnout among Primary School teachers in Iraq:Prevalence and risk factors. *EMHJ*,24(3),262-268.

- Alexander, S. & Aikaterini, P. & Marina, N.(2013).Occupational Stress and Professional Burnout in Teachers of Primary and Secondary Education:The Role of Coping Strategies.*Scientific research*,4 (3),349-355.

- Arvidsson,I.,Leo,U.,Larsson,A.,Hakansson,C.,Persson,R.,&Bjo rk,J.(2019).Burnout among school teachers:quantitative and qualitative results from a follow up study in southern Sweden.*BMC Public Health*,19(655),1-13.
- Barutcu,E.&Serinkan,C.(2013).Burnout Syndrome of Teachers:An Emperical Study in Denizli in Turkey.*Procedia-Social and Behavioral Sciences*.89,18-322.
- Bataineh,O.(2005).Burnout among resource room teachers in northern Jordan. *Jordan Journal of Educational Sciences,* 1(1),105-113.
- Benevene,P.&Fiorilli,C.(2015).Burnout Syndrome of School:A Comparison Study with Lay and Consecrated Italian Teachers.*Mediterranean journal of Social Sciences*.6(1),501-6.
- Dick,R.&Wagner,U.(2001).Stress and Strain in teaching :A Structural equation approach.*British Journal of Educational Psychology*.71(2),243-59.
- Freudenberger,H. J.(1975).The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psychotherapy:Theory,Research & Practice, 12*(1),73-82.
- Freudenberger, H. J.(1974).Staff burn-out.*Journal of Social Issues,* 30, 159-165.
- Heiran A.& Navidinia,H.(2015).Private and Public EFL Teachers' Level of Burnout and its Relationship with their Emotional Intelligence:AComparative Study.*International Journal of English Language & Translation Studies*.3(3),1-10.

- Jamaludin,I.&You,H.(2019).Burnout in relation to Gender Teaching Experience and Educational Level among Educators.*Education Research International*.1,1-5.

- Lau, P., Yuen, M., & Chan, R. (2005). Do demographic characteristics make a difference to burnout among Hong Kong secondary school teachers? *Quality-of-Life Research in Chinese, Western and Global Contexts*, 491-516.
- Lee, J., Lim, N., Yang, E.& Lee, SM.(2011).Antecedents and consequences of three dimensions of burnout in psychotherapists: A meta-analysis.*Prof Psychol Res Pr.*;42(3),252–258.
- Maslach,C.(1982).*Burnout: The Cost of Caring*. Englewood Cliffs,NewYork: Prentice-Hall.

- Maslach, C. (1982). *Understanding burnout definitional issues in analyzing a complex phenomenon in panics.* W.S (Ed), job stress and
- burnout: research theory and intervention Perspectives. Beverly Hills,C.A:Sage publication, Inc.

- Maslach C. & Jackson S. (1981).The Measurement of Experienced Burnout.*Journal of Occupational Behavior*.**2**,99-113.

- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1986). *MBI: Maslach Burnout Inventory;* manual research edition.University of California, Palo Alto, CA.

- Mahler,D.,Grobschedl,J.&Harms,U.(2017).Opportunities to learn for teachers' self efficacy and enthusiasm,*Education Research International*,(17),1-17.
- Mousavy,S.&Nimehchisalem,V.(2014).Contributing of Gender,Marital Status,and Age to English Language Teachers' Burnout.*Advances in Language and Literary studies*.5(6)p.39-47.
- Mukundan,J.&Khandehroo,K.(2010).Burnout among English Language teachers in Malaysia.*Contemperory Issues in Education Research*,3(1),71-76.
- Mukundan,J.& Khandehroo,K.(2009).*Burnout in relation to gender, educational attainment, and experience among Malaysian ELT practitioners. The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 5(2),93-98.
- Ozdemir, Y. (2007).The role of classroom management efficacy in predicting teacher burnout. *Int J Soc Sci,* 2(4),257-263.

- Perlman, B. & Hartman, E. A.(1990). An Integration of Burnout into a Stress Model.*Communication Research.*17(3),300-326.
- Pines, A.& Aronson,E.(1983).Combating burnout children, and youth.*Services Review*, 5, (34),263-273.

- Smith,D.,Burmeister,B.&Carden,R.(2007).Professor burnout satisfaction with salary and perception of student competence.*Modern Psychology Studies*.13(1),50-53.
- Sullivan, A., Parsons, S., Wiggins, R., Heath, A., & Green, F. (2014). Social origins, school type and higher education destinations.*Oxford Review of Education*,40(6), 739-763.
- -
Toppinen,S.,Ojajarvi,A.,Vananen,A.,Kalimo,R.,&Jappinen,P.(2005).Burnout as a predictor of medically certified sick leave absences and their diagnosed causes.*Behav.Med*.31,18-27.

<< وصل هذا البحث إلى المجلة بتاريخ ٢٠٢٠/١/١٩، وصدرت الموافقة على نشره بتاريخ ٢٠٢٠/٣/١٦ >>