دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى تدريسيي كلية التربية الرياضي/ جامعة الموصل

م.م زيني مشكو حجي الحراقي
جامعة الموصل / كلية التربية الرياضية

تاريخ تسليم البحث : ٢٠٠٨/٤/١٣ تاريخ قبول النشر :٢٠٠٩/٥/٢٧

الملخص

تتجه الدراسات النفسية الحديثة إلى التركيز على الصحة النفسية للتدريسيين بشكل عام وتدريسيي التربية الرياضية بشكل خاص ،إذا نالت ظاهرة الاحتراق النفسي (Burnout) للعاملين في مجال التعليم والتدريس اهتماما بارزا في تلك الدراسات خاصة في السنوات الأخيرة.وقد أظهرت هذه الدراسات أن التدريسيين هم أكثر عرضة الاحتراق النفسي نتيجة لما يتعرضون له من ضغوط متعددة مما يؤثر سالباً على أدائهم وعلى اتجاهاتهم نحو طلبتهم والعمل بصفة عامة مما يدفع البعض منهم إلى ترك المهنة والتحول إلى أعمال أخرى .ومن هنا برزت أهمية دراسة هذه الظاهرة لدى تدريسيي كلية التربية الرياضية و المقارنة بينهم،أما مشكلة البحث فقد تحددت في معرفة الفروق بين تدريسيي كلية التربية الرياضية في الفروع الثلاثة (فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية) الذين يتعرضون إلى مجموعة ضغوط تؤثر على مجريات حياتهم اليومية وبالتالي على أدائهم لمهنتهم التي تؤدي بهم إلى الاحتراق النفسي.

هدفت الدراسة إلى:

التعرف على الفروق في الاحتراق النفسي لدي بعض تدريسيي كلية التربية الرياضية في أفرعها (فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية) ،وقد تناول الإطار النظري الاحتراق النفسي والنظريات التي فسرته والأسباب التي تؤدي إلى ظاهرة واهم الأعراض التي ترافق هذا بالإضافة إلى بعض الدراسات التي أخذت هذه الظاهرة بالدراسات واهم ما توصلت إليها من نتائج.أما منهجية البحث فقد استخدم المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث، وقد أجريت الدراسة على عينة تكونت من (٢١) تدريسي وتدريسية تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مجتمع البحث في الفروع الثلاثة والبالغ عددهم (٨٣) تدريسي وتدريسية، تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي على عينة البحث، أما الوسائل الإحصائية المستخدمة فهي (الوسط الحسابي، الانحراف المعيارية ،النسبة المئوية ،تحليل تباين، واختبار اقل فرق معنوي(L.S.D).ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

١. ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي بين المجاميع الثلاثة بشكل عام.
٢. ظهرت فروق بين فرع العلوم الرياضية وفرع الألعاب الفرقية ولصالح فرع الألعاب الفرقية.
٣. عدم ظهور فروق بين فرع العلوم الرياضية والألعاب الفردية وفرع الألعاب الفرقية وبين فرع الألعاب الفردية من جهة ، اذ أنها لم ترتقي الى مستوى المعنوية فيما بينها.
٤. تقارب مستوى الاحتراق النفسي وانتشاره بين الفروع الثلاثة وذلك بالاعتماد على النسبة المئوية.

وأوصت الدراسة بماياتي:

١. ضرورة إيجاد الدعم والمساندة لتدريسيي التربية الرياضية من ناحية توفير كافة المستلزمات الخاصة بعملهم من تجهيزات وأدوات .
٢. توفير الحصانة لكافة التدريسيين في الجامعة والتربية الرياضية خاصة من الأخطار التي تواجههم بشكل يومي ومستمر نتيجة الوضع الأمني .
٣. التأكيد على أساليب الردع للطلبة في إثناء تعديهم على التدريسيين وان تكون صارمة.
٤. التأكيد على تكافؤ الفرص بين التدريسيين للتقليل من ظاهرة الاحتراق النفسي لديهم نتيجة شعورهم بالغبن.
٥. التأكيد على تقوية العلاقات الاجتماعية بين التدريسيين والجهة العليا في الإدارة وتفهم مشاكلهم ومحاولة حلها قدر الإمكان.

ABSTRACT

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

A Comparison Study For Psychological Burnout among Some Teachers in the College of Sport Education in the University Of Mosul

Researcher: Zainy M.Haji Al Harqi

Mosul university / college of physical education

Modern psychological studies are directed towards psychological health of teachers in general and the teachers of college of sport education specially.

The phenomenon Psychological Burnout among workers in the teaching professional has received prominent attention especially in the last few years and a large number of studies showed that teachers are most subjected to psychological burnout because they are subjected pressures which negatively affects their performance and their attitudes towards their students and to their work in general and leading that some quit their jobs in purse of other professions.

Stemming stated above, the importance of this study emerged for the teachers of sport education colleges and comparing them while the study problem is confined to find the differences among sport education teachers in three departments (Sport Science Dept. team Games Dept. and gamy Sports Dept.) Whom are subjected to a number of pressures that affect their daily activity thus their profession and leading to psychological burnout.

The aim of the study:

The study aimed to expound the differences in psychological burnout among teachers in the college of sport education in the departments of (Sport Science Dept. Group Games Dept. and Single Sports Dept).

The theoretical context of the study considered psychological burnout, the theories explaining it, the reasons behind it and the most prominent symptoms accompanying it in addition to a review of a number of studies that dealt with this subject.

The method used in study was the descriptive method appropriate to the nature of the study. The study sample consisted of (21) male and female teacher deliberately selected from the population of the study from the three departments representing (83) male and female teachers. The psychological burnout scale was adopted for the study while the statistical tools used were (Arithmetic Mean, Standard Deviation, and Percentage, Variance Analysis and, L.S.D test).

The most important results were as following:

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

1-The level of psychological burnout is high in general among the teachers in the three departments.
2-Significant differences have been shown to exist between Sport science department and group games department in favor for the later.
3-No Significant differences exists between Sport Science Dept and Single Sports Dept from one side and Group Games Dept. and Single Sports Dept. from the other as it didn't reach significant levels.
4-The closeness in level of psychological burnout measured based on percentage.

The researcher recommended the following*:*

1- Establishing support for teachers in Sport education by providing the equipment and tools necessary for their work.
2- Providing immunity for all college and university teachers in addition to teachers in Sport education from persisting daily threats stemming from current security conditions.
3-Emphasize on methods of deterring students when crossing the lines with their teachers.
4-Emphasizing on providing equal opportunities for teachers to decrease the psychological burnout among them stemming from feelings of aggrievance
5- Emphasizing on strengthening social relations among teacher and higher entities in administration and to be open to their problems and attempt to solve them as much as possible.

١ – التعريف بالبحث:

١ –١ المقدمة وأهمية البحث:

تتجه الدراسات النفسية الحديثة إلى التركيز على الصحة النفسية للتدريسيين بشكل عام وتدريسي التربية الرياضية بشكل خاص، إذ نالت ظاهرة الاحتراق النفسي (Burnout) للعاملين في مجال التعليم والتدريس اهتماما بارزا ولاسيما في السنوات الأخيرة.

فقد أظهرت دراستي(مقابلة والراشدن، ١٩٩٧) و(Danylchuk,1993) إن التدريسيين هم أكثر عرضة لاحتراق النفسي نتيجة لما يتعرضون له من ضغوط متعددة مما يؤثر بالسلب على أداء التدريسيين وأيضا على اتجاهات تدريسي كلية التربية الرياضية نحو طلبتهم ونحو العمل بصفة عامة مما يدفع البعض إلى ترك المهنة والتحول إلى أعمال أخرى، وهذا ما حدث خلال الفترة المنصرمة عندما ترك قسم التدريسيين مهنتهم واتجهوا إلى أعمال حرة نتيجة قلة الدعم الاقتصادي والاجتماعي وأسباب أخرى كان لها دور في ذلك، ويختلف مستوى الضغط النفسي الذي يتعرض له الأساتذة باختلاف أدائهم فالمخلصون والملتزمون هم أكثر عرضة لاحتراق النفسي بوصفه المحصلة النهائية أو المرحلة المأساوية للضغوط النفسية، ويرجع ذلك إلى أنهم

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

يكونوا تحت ضغط داخلي للعطاء وفي الوقت نفسه تواجههم ظروف خارجة عن إرادتهم تقلل من هذا العطاء مما يعرقلهم عن تحقيق أهدافهم بدرجة عالية من النجاح (عسكر وآخرون، ١٩٨٦، ١٠)، على الرغم من أن الضغوط النفسية في بعض مستوياتهم قد تكون مطلوبة أن لم تكن ضرورية وذلك لتحفيز الفرد ودفعه إلى الإنجاز وتحقيق النجاح غير أن زيادتها عن الحد المناسب قد تؤدي إلى مشاكل يصعب حلها وتكون المحصلة النهائية هي حدوث الاحتراق النفسي .

مما لا شك فيه إن تدريسيي التربية الرياضية يكونون عرضة للضغوط أكثر إذا ما قورنوا ببقية التدريسيين في الاختصاصات الأخرى وهذا ماكدته دراسة(مقابلة والرشدان، ١٩٩٧) بان تدريسي كليات التربية الرياضية اكثرعرضة للاحتراق النفسي في عدد من الجامعات الأردنية (مقابلة والرشدان ، ١٩٩٧، ٣٧) ويرجع ذلك إلى زيادة الأعباء والمسؤوليات الوظيفية والمتمثلة بالجانب العملي (التطبيقي) في إثناء أدائهم ومن هنا تجلت أهمية البحث في دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى تدريسيي كلية التربية الرياضية وفي ثلاثة من أفرعها والمقارنة بينهم .

١ – ٢ مشكلة البحث:

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي من أهم الظواهر التي تظهر في ميدان التربية والتعليم ومهنة التدريس واحدة من هذه الميادين .إذ يعد المدرس أو التدريسي من أكثر العاملين في هذا المجال عرضة الاحتراق النفسي والمجال الرياضي أو التربية الرياضية تعاني مهنة التدريس فيها من ضغوطات كثيرة ومتعددة كغيرها والتي تقود اغلبها إلى الاحتراق النفسي وما يواجهه في الوقت الحاضر من صعوبات جمة من عدم توفر الأمن والأمان وتدهور الأحوال الاجتماعية والاقتصادية والنفسية تجعل ممارسة مهنة التدريس امرأ صعبا وطريقا للوصول إلى نوع من الإحباط وعدم الشعور بالرضا عن المهنة فضلا عن النظرة السلبية للمجتمع نحو العاملين في مجال التربية الرياضية كل هذا من شانه التأثير وبشكل سلبي على درجة تفاعل التدريسي مع الطالب وبالعكس ومن هنا تتحدد مشكلة البحث في معرفة مدى وجود فروق بين تدريسي كلية التربية الرياضية في الفروع (فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية) الذين يتعرضون بشكل يومي إلى مجموعة الضغوط التي تؤثر بشكل وبأخر في مجريات حياتهم اليومية وإمكانية وصولهم إلى مستوى معين من الاحتراق النفسي.

١ – ٣ هدف البحث :

التعرف على الفروق في الاحتراق النفسي لدى تدريسيي كلية التربية الرياضية في الأفرع الثلاثة(فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية) /جامعة الموصل.

١ – ٤ فرض البحث :

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

وجود فروق معنوية في الاحتراق النفسي لدى تدريسيي كلية التربية الرياضية في الأفرع الثلاثة (فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية)/جامعة الموصل .

١ –٥ مجالات البحث :

١ –٥ –١ المجال البشري: تدريسيي كلية التربية الرياضية في الأفرع الثلاثة.

١ – ٥ – ٢ المجال المكاني : كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل.

١ – ٥ – ٣ المجال ألزماني : ابتداءً من ١٤/ ١/ ٢٠٠٧ ولغاية ١٥/ ٣/ ٢٠٠٧

١ – ٦ تحديد المصطلحات :

*** الاحتراق النفسي :**

يعرف بأنه " التغيرات السلبية في الاتجاهات والسلوك الخاص بالفرد كرد فعل لضغوط العمل ومن أهم مظاهره فقدان الاهتمام وأداء العمل بطريقة آلية والنقص بالدافعية ومقاومة التغير وفقدان الابتكارية" (عسكرواخرون ،١٩٨٦، ٩).

* الاحتراق النفسي يعرف بأنه "مجموعة التغيرات السلبية الحاصلة لدى الفرد من جراء تعرضه للضغوط النفسية المختلفة والتي تسبب له الاستنفاذ البدني والنفسي والعقلي وتجعله غير قادر على أداء العمل وتركه جزئيا أو كليا " (العبيدي ،١٩٩٩، ١٣) .

* الاحتراق النفسي وعرفه (جرنس كاري) بأنه" الاستنزاف والاستغناء العاطفي أو الانفعالي نتيجة الحمل الوظيفي الزائد والذي يصاحبه مجموعة من الأعراض تتمثل في الاحساس بالفشل الغضب والعناد والاحساس بالتعب معظم اليوم ولأقل جهد وفقدان الاحساس الايجابي نحو العمل والعناد المتكرر (شقير،١٩٩٧، ٥٣).

٢ – الإطار النظري والدراسات السابقة:

٢ – ١ الإطار النظري:

٢ – ١ – ١ظاهرة الاحتراق النفسي :

يعد الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبيا، اذ تبين من خلال دراسات أجريت على العاملين في الوظائف المهنية المختلفة كالتدريس والطب وغيرها من المهن الاجتماعية بان هناك حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني والعضلي قد تحدث نتيجة للأعباء والمتطلبات التي تفرزها طبيعة تلك المهن واطلق على هذه الحالة التي تحدث نتيجة هذه الأعباء والمتطلبات بالاحتراق النفسي (علاوي،١٩٩٨، ٤٧–٥٠).

تعددت تعاريف مصطلح الاحتراق النفسي ولكن التعريف الأوسع انتشاراً هو التعريف الذي صاغته (ماسلاش،١٩٨٤) إذ عرفته بأنه (مجموعة أعراض الإجهاد العصبي أو استنفاذ الطاقة الانفعالية والتجرد من الخواص الشخصية (تلبد المشاعر) والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

الشخصي في مجال المهني)، وهي مجموعة أعراض يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس (البهاص، ٢٠٠٢، ٣٨٧)، على الرغم من التعاريف الكثيرة الاحتراق النفسي إلا أن الباحثين اتفقوا على أن الاحتراق النفسي يمثل مشكلة نفسية ذاتية وتجربة سلبية يعاني منها التدريسي وهو عبارة عن سلسلة من الحلقات المتدرجة تبدأ بالضغوط النفسية وتتفاقم مع مرور الزمن مسببة الاحتراق النفسي (البهاص،٢٠٠٢، ٣٨٨) ،وهناك نظريات عديدة فسرت الاحتراق النفسي منها:

١. **النظرية السلوكية:**

ترى هذه النظرية الاحتراق النفسي هو نتيجة لعوامل بيئية وإذا ما تم ضبط تلك العوامل فانه من السهولة التحكم بالاحتراق النفسي وهذا ما تؤمن به العديد من الدراسات والنظريات العلمية حاليا في أهمية وضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية في الأداء والإنتاجية وفي مختلف مجالات العمل.

٢. **النظرية المعرفية:**

أما هذه النظرية ترى أن المصدر الذي يحدد سلوك الإنسان هو مصدر داخلي ويخالف أصحاب هذه النظرية بذلك النظرية السلوكية وهذا يعني أن الإنسان عندما يكون في موقف معين فانه سوف يفكر حتما في هذا الموقف ويسعى إلى الاستجابة من اجل الوصول إلى الأهداف التي يحددها، فإذا كان أدراك الإنسان لهذا الموقف إدراكا سلبيا فان النتيجة الحتمية لهذا الإدراك السلبي ظهور إعراض الاحتراق النفسي (عودة، ١٩٩٨، ٢٦-٢٧).

٣. **نظرية التحليل النفسي:**

ويرى واضعو هذه النظرية إن القوى الدافعة للسلوك هي قوى داخلية وتسبب الصراع الداخلي بين مكونات الآنا والهو والآنا العليا، والذي يسبب القلق والاكتئاب والاحتراق النفسي وحسب رأيهم إن العمليات النفسية كالانفعال والقلق والاكتئاب والتوتر والاحتراق النفسي هي مصادر السلوك الظاهري للإنسان مثل تلبد الشعور،الإجهاد، الانعزال عن الآخرين.

(عودة ،١٩٩٨، ٢٦ -٢٨)

ويرى الباحثين إن ضغط العمل هوالسبب الرئيس في ظهور عملية الاحتراق لدى العاملين في مجال التعليم والتربية، إذ يعرفون الضغط النفسي أو ضغط العمل بأنه "الموقف الذي تزداد فيه المتطلبات البيئية على طاقات وإمكانيات الفرد"(جيرنس، ١٩٨٦، ٣٥٨)، فضلا عن أسباب عديدة تؤدي إلى الاحتراق النفسي:

٢ – ١ – ٢ أسباب الاحتراق النفسي:

٢ – ١ – ٢ – ١ العوامل التنظيمية وهي مشاكل تتعلق بالعمل واهمها :

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

أ . العنف من قبل الطلبة تجاه التدريسي وضعف وسائل الردع والضبط نتيجة الأوضاع المتردية بسبب عدم توفر الأمن والأمان والأوضاع الاجتماعية وغيرها .

ب . صراع الدور ويقصد به قيام التدريسي في التربية الرياضية بأداء أعمال لا تلبي كل طموحاته نحو مهنته مما يؤدي إلى قلة عطاءه.

ج .غياب الدعم والمساندة الاجتماعية إذ تعد من أهم العوامل التي تلعب دوراً مهما في احتمالات التعرض لاحتراق النفسي وتشمل كافة الأشخاص الذين يتعامل معهم التدريسي من طلبة وزملاء والمحيطين به والعاملين في الإدارة .

(التبال، ٢٠٠٠، ٣٢)(Friedman,1995,281-289)

٢-١ -٢- ٢ الخصائص الشخصية :

هي من العوامل التي تؤثر في استجابة التدريسي للضغوط النفسية والاحتراق النفسي، إذ تتفاوت احتمالات التعرض للاحتراق النفسي من تدريسي إلى أخر بحسب سماته ومن هذه السمات:

أ . **وجهة الضبط** : وتمثل درجة أحساس التدريسي بمدى أحكام سيطرته ونفوذه على مجريات الأحداث التي تؤثر عليه وان التدريسيين الذين تتأثر وجهة الضبط لديهم بالعوامل الخارجية يكونون أكثرا تعرضا للاحتراق مقارنة بزملائهم الذين تتأثر وجهة الضبط لديهم بالعوامل الداخلية.

ب . نمط الشخصية :

ويقصد ما يتصف به التدريسي من أنماط في الشخصية مثل روح المغامرة ، التنافس ، الشدة وقوة العاطفة والذي يكون اقل تحملا للفشل والإحباط يكون أكثر تعرضا للاحتراق النفسي.

ج . الصلابة النفسية :

ويقصد بها أدراك الفرد وتقبله للتغيرات أو الضغوط التي يتعرض لها والتي تعمل كوسيلة للوقاية من العواقب النفسية للضغوط وتساهم في تعديل العلاقة بين الضغوط التي تنتهي بالاحتراق النفسي (البهاص،٢٠٠٢، ٣٩١)، أما فيما يتعلق بأعراض الاحتراق النفسي لدى تدريسي فقد تظهر لديهم أعراض مختلفة نتيجة الاحتكاك الدائم والمستمر مع الطلبة ونتيجة لطبيعة عملهم الذي يتصف بالجانب العملي مقارنة مع غيرهم من التدريسيين مما يؤدي إلى ظهور مجموعة من الأعراض وفي ثلاثة اتجاهات منها :

٢ -١-٣ الأعراض الاحتراق النفسي:

١ . **الأعراض العضوية** :حيث تظهر لدى المحترق نفسيا بشكل (صداع في الرأس،الشعور بالتعب لأقل جهد يقوم به، العنف والوهن(الخمول) وغيرها من الأعراض .

٢ .**الأعراض السلوكية** : تلاحظ هذه الأعراض من خلال توجه التدريسي إلى العزلة الاجتماعية في بعض الأحيان، زيادة ساعات النوم، التصرف بحذر شديد مع الآخرين.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

٣ .**الأعراض الانفعالية:** وتشمل (الإحباط، الخوف غير الطبيعي، القلق، التوتر) وغيرها ، وان مجموع هذه الأعراض التي قد تظهر لدى التدريسيين تعد من علامات الاحتراق النفسي.أما للوقاية من الوصول إلى الاحتراق النفسي يمكن أجراء بعض الممارسات والمواقف التي تساعد أو تساهم في الوقاية من الاحتراق النفسي وهي :

١. أن يحدد التدريسيون أهدافا واقعية لأنفسهم ولطلبتهم.

٢. أن يفوضوا من بعض مسؤولياتهم وصلاحياتهم إلى الآخرين حتى يخففوا من ضغط العمل الملقى على عاتقهم.

٣. تجنب الانعزال عن الآخرين وخاصة مع زملائه في العمل.

٤. محاولة البقاء بعقلية متيقظة في الأسباب المهمة في منع الاحتراق النفسي.

.(weiskopf,1980, 21-22)

٢ – ٢ الدراسات السابقة:

من خلال الإطلاع على البحوث والدراسات السابقة التي تناولت الاحتراق النفسي وجد أن أكثرها درس الاحتراق النفسي على العاملين في مجال التربية والتعليم ومنها:

٢–٢–١ دراسة عبد الله ،عادل (١٩٩٥)

« **بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين** »

هدفت الدراسة إلى:

١ . التعرف على أيهم أكثرا احتراقا ذوي الخبرة الكبيرة أم الأقل خبرة.

٢ .وجود فروق معنوية بين المعلمين والمعلمات في الاحتراق النفسي.

أما عينة البحث فقد اشتملت على (١٨٤) من معلمي ومعلمات التعليم الثانوي العام نصفهم من الذكور والنصف الأخر من الإناث،وكانت أدوات البحث مقياس الاحتراق النفسي لسيدمان وزاجر (١٩٨٦) واستمارة الشخصية لجوردون لقياس (التفكير الأصيل،العلاقات الشخصية، الحيوية) وقد توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

١. المعلمين الأكثر خبرة هم اقل احتراقا من اقرأنهم الأقل خبرة.

٢. لا توجد فروق بين المعلمين والمعلمات في الاحتراق النفسي.

٣. لا يوجد تأثير للتفاعل بين الجنس ومدة الخبرة في الاحتراق النفسي.

٤. توجد علاقة عكسية بين الاحتراق النفسي وكل متغير من متغيرات الشخصية.

٢–٢–٢ دراسة ألعبيدي ، نغم محمود (١٩٩٩)

« **دراسة بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة نينوى**»

هدفت الدراسة إلى :

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى مدرسي ومدرسات التربية الرياضية والتعرف على الفروق في أبعاد الاحتراق النفسي لديهم في متغيرالعمروالجنس، اشتملت عينة الدراسة على (٢٥) مدرسا ومدرسة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من مجتمع الدراسة من مدرسي ومدرسات محافظة نينوى والبالغ عددهم(٢٣٢) مدرسا ومدرسة ،واستخدمت الدراسة مقياس ماسلاش بعد استخدام دلالات الصدق والثبات له والذي يقيس ثلاثة أبعاد للاحتراق النفسي (الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر ، نقص الشعور بالإنجاز) ، أما الوسائل الإحصائية المستخدمة فهي الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، النسبة المئوية،اختبار(ت) ،تحليل تباين متعدد الاتجاه، اختبار دنكن، معامل الارتباط البسيط لبيرسون،ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة :

١. أن الاحتراق النفسي كظاهرة علمية لها بنائها الخاص ويمكن الاستدلال عليها وقياسها إذا ما توفرت الأداة الملائمة.

٢. لا يوجد فرق جوهري بين الجنسين أو بين الأعمار المختلفة باستثناء تكرار الاحتراق النفسي الذي كان متغير العمر دور فيه.

٢-٢-٣ دراسة بطاينة، أسامة (٢٠٠٥)

« الاحتراق النفسي لدي معلمي ومعلمات غرف المصادر في شمال الأردن»

هدفت الدراسة إلى بحث ظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات غرف المصادر في شمال الأردن، تكونت عينة الدراسة من (٥٤) معلما ومعلمة (٣٤ معلمة و ٢٠معلما) ممن قاموا بتعبئة استمارة الاحتراق النفسي، وقد أظهرت الدراسة نتائج عدة منها أن معلمي ومعلمات غرف المصادر في شمال الأردن يعانون من مستويات متوسطة في الاحتراق النفسي، فضلا عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى للجنس والعمر وقد أوصت الدراسة بضرورة تدريب معلمي ومعلمات غرف المصادر على مهارات التدخل الاجتماعي وعلى المهارات التدريسية.

٢-٣ عرض الدراسات السابقة والإفادة منها:

من خلال الإطلاع على هذه الدراسات وجد أن جميعها اتفق على دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي وذلك باستخدام مقياس الاحتراق النفسي ولكن بعد أجراء بعض التعديلات عليها بما يتلائم مع طبيعة العينة وبيئتها، إما الوسائل الإحصائية المستخدمة فيها فقد تشابهت معظمها بما فيها الدراسة الحالية ، في حين اختلفت في بعضها الأخر، انفردت الدراسة الحالية في عينة البحث والتي اشتملت على تدريسيي في الجامعة والتي اختلفت مع الدراسات الأخرى إذ كانت عينتها متكون من معلمي ومعلمات المدارس ومدرسي ومدرسات التربية الرياضية وغيرها من الاختصاصات.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

٣- إجراءات البحث:

٣-١ منهج البحث: استخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث: تحدد مجتمع البحث بتدريسيي كلية التربية الرياضية في (فرع العلوم الرياضية، فرع الألعاب الفرقية، فرع الألعاب الفردية) والبالغ عددهم (٨٣) تدريسي وتدريسية، أما عينة البحث تكونت من (٢١) تدريسي وتدريسية تم اختيارهم بالطريقة العمدية من مجتمع البحث للعام الدراسي ٢٠٠٦/٢٠٠٧ والجدول رقم (١) يبين مواصفات العينة .

الجدول رقم (١)

يبين مواصفات العينة في الفروع الثلاثة والنسبة المئوية

الفرع	العدد الكلي(مجتمع البحث)	عدد عينة البحث	النسبة المئوية
فرع العلوم الرياضية	٢٧	٧	% ٢٥,٩٢٦
فرع الألعاب الفرقية	٢٤	٧	% ٢٩,١٦٦
فرع الألعاب الفردية	٣٢	٧	% ٢١,٨٧٥

٣-٤ أداة البحث: تطلب البحث استخدام مقياس الاحتراق النفسي (ملحق١) بعد إيجاد معاملات الصدق والثبات له وهو مقياس معد من قبل (العبيدي،١٩٩٩) والخاص بمدرسي ومدرسات التربية الرياضية مع إجراء بعض التعديلات على بعض العبارات بما يتلاءم مع عينة البحث .

٣-٥ الأسس العلمية: لكي يكتسب المقياس المصداقية في قياسه الصفة المراد إجراءها تم أيجاد صدق وثبات المقياس.

٣-٥-١ صدق المقياس:

يعني الصدق قدرة الأداة على قياس الظاهرة التي وضعت لقياسها (الزوبعي،١٩٨١، ٣٩) ويعد الصدق من الخصائص الواجب توافرها في الأداة ،والأداة الصادقة هي التي تقيس ما وضعت من اجل قياسه (داؤد وآخرون،١٩٩٠، ١١٨) لغرض إيجاد صدق المقياس استخدم الصدق الذاتي الذي يعتمد على الجذر ألتربيعي لمعامل ثبات المقياس ،اذ إن الصدق الذاتي هو صدق الدرجات التجريبية للاختبار أو المقياس بالنسبة للدرجات الحقيقة التي خلصت من أخطاء القياس وبذلك تصبح الدرجات الحقيقة هي المحك الذي ننسب إليه صدق الاختبار.(علاوي، رضوان، ١٩٨٨، ٣٥٠)، وقد بلغ معامل الصدق (٠,٩٣٤) ومن هنا نجد أن المقياس يعد صدقا ويقيس الصفة التي وضع من اجلها.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

٣-٥-٢ الثبات: يعد الثبات من الشروط المهمة للأداة الجيدة ، والثبات هو اتساق المقياس أي الاتساق في الشيء الذي تقيسه الأداة (ملحم،٢٠٠٠، ٢٤٩)،وان الأداة الثابتة هي التي تعطي نتائج متشابهة في حالة تكرار قياس الظاهرة مرات متتالية على الأفراد أنفسهم تحت الظروف نفسها (العجيلي وآخرون ،١٩٩٠، ١٤٣).

يعرف الثبات بأنه" الاتساق الداخلي في النتائج" ويعد الاختبار ثابتا أذا حصلنا على نفس النتائج عند إعادة تطبيقه على نفس الأفراد وتحت نفس الظروف (الزوبعي، ١٩٨١، ٣٠) ، تم إيجاد ثبات الاختبار أو المقياس بطريقة إعادة الاختبار على عينة متكونة من (٥) تدريسيين* من غير عينة البحث الأساسية ،إذ أعيد تطبيقه على نفس العينة بعد فترة زمنية على أن لا تتجاوز الأسبوع وان الدرجة التي يتم الحصول عليها تكشف الاتساق الداخلي في الدرجة عبر فترة زمنية معينة للحصول على معامل الثبات، وقد بلغ هذا المعامل (٠,٨٧٢) عند إعادته وهذا يدل على ثبات المقياس.

٣-٥-٣ مستوى الاحتراق النفسي:

من خلال الإطلاع على المصادر وجده بالإمكان قياس مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد عينة البحث ومدى انتشارها وذلك باستخدام المعادلة التالية:

مستوى الاحتراق النفسي= الوسط الحسابي لكل مجموعة / عدد الفقرات ×عدد البدائل ×١٠٠ (الشخصي،السرطاوي، ١٩٩٨، ٥٩).

٣-٦ الوسائل الإحصائية المستخدمة:

١. الوسط الحسابي س.
٢. الانحراف المعياري ع .
٣. النسبة المئوية % .
٤. تحليل التباين .
٥. اختبار L.S.D (التكريتي والعبيدي، ١٩٩٩، ١٠٥- ٢٨٩).

٤- عرض النتائج ومناقشتها:

٤-١ عرض نتائج الاحتراق النفسي لعينة البحث ،

---

* *ا.م.د طلال نجم عبدالله كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
ا.م طارق امين حمودي كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
م. عائدة يونس محمد كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
م.م جمال شكري بسيم كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل
م. فادية محروس جرجيس كلية التربية الرياضية / جامعة الموصل

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

الجدول رقم (٢) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للاحتراق النفسي لعينة البحث

الفروع / القلق النفسي	فرع العلوم الرياضية		فرع الألعاب الفرقية		فرع الألعاب الفردية	
	سَ	ع	سَ	ع	سَ	ع
شدة الشعور	٤٧,٥٧١	١,٦١٨	٥١,٢٨٦	٣,١٩٩	٥٠,٠٠٠	٢,٠٠٠
تكرار الشعور	٤٩,٧١٤	١,٧٧٩	٤٨,٤٢٨	٢,١٤٩	٤٦,٧١٤	٢,٢١٥

يتبين من الجدول رقم (٢) الأوساط الحسابية في متغير شدة الشعور وتكرار الشعور فقد كان الوسط الحسابي لمتغير شدة الشعور لتدريسي فرع العلوم الرياضية إذ بلغ (٤٧,٥٧١) وبانحراف معياري (١,٦١٨) أما الوسط الحسابي لفرع الألعاب الفرقية فقد بلغ(٥١,٢٨٦) وبانحراف معياري(٣,١٩٩) وكان الوسط الحسابي لفرع الألعاب الفردية(٥٠,٠٠٠) وبانحراف معياري(٢,٠٠٠) ،اما الوسط الحسابي لمتغير تكرار الشعور لتدريسي فرع العلوم الرياضية إذ بلغ (٤٩,٧١٤) وبانحراف معياري(١,٧٩٩) أما الوسط الحسابي لفرع الألعاب الفرقية فقد بلغ(٤٨,٤٢٨) وبانحراف معياري(٢,١٤٩) وكان الوسط الحسابي لفرع الألعاب الفردية(٤٦,٧١٤) وبانحراف معياري(٢,٢١٥)

٤-٢ عرض ومناقشة نتائج تحليل التباين بين المجاميع الثلاثة في الاحتراق النفسي لعينة البحث ، والجدول رقم (٣) يبين ذلك:

الجدول رقم (٣)

يبين نتائج تحليل التباين في الاحتراق النفسي(شدة الشعور،تكرار الشعور) لعينة البحث.

المجاميع	مصدر التباين	درجة الحرية D.F	مجموع المربعات S.S.R	متوسط المربعات M.S.R	قيمة (ف) المحسوبة	قيمة (ف) الجدولية

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

					ة	
شدة الشعور	بين المجاميع	٢	٤٩,٨١٠	٢٤,٩٠٥	*٤,٤٣٢	٣,٥٥٥
	داخل المجاميع	١٨	١٠١,١٤٣	٥,٦١٩		
	بين المجاميع	٢	٤٩,٨١٠			
تكرار الشعور	بين المجاميع	٢	٣١,٧١٤	١٥,٨٥٧	*٣,٧٢٨	٣,٥٥٥
	داخل المجاميع	١٨	٧٦,٥٧١	٤,٢٥٤		
	بين المجاميع	٢	١٠٨,٢٨٦			

* فرق معنوي عند نسبة خطا ≤ (٠.٠٥) ودرجات حرية (٢ ،١٨)

يتبين من الجدول رقم (٣) وجود فروق معنوية بين المجاميع الثلاثة في ظاهرة الاحتراق النفسي(شدة الشعور ،تكرار الشعور)، إذ كانت قيمة (ف) المحسوبة (٤,٤٣٢) و(٣,٧٢٨) وهي اكبر من قيمة (ف) الجدولية (٣,٥٥٥) عند نسبة خطا (٠,٠٥) ودرجة الحرية (٢، ١٨) ، ولغرض معرفة أي من هذه الفروع كان تدريسييها أكثرا احتراق في كل من(شدة الشعور ،تكرارالشعور) تم اللجوء إلى إيجاد قيم اقل فرق معنوي (L.S.D) والجدولين المرقمين (٤)(٥) يبينان ذلك.

الجدول رقم (٤)

يبين قيم الفروق في الأوساط الحسابية بين المجاميع الثلاثة في الاحتراق النفسي(شدة الشعور)

المجاميع	سَ	فرع العلوم الرياضية	فرع الألعاب الفرقية	فرع الألعاب الفردية	L.S.D
		٤٧,٥٧١	٥١,٢٨٦	٥٠,٠٠٠	٢,٦٦١
فرع العلوم الرياضية	٤٧,٥٧١	----	*٣,٧١٥	٢,٤٢٩	

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

فرع الألعاب الفرقية	٥١,٢٨٦	------	------	١,٢٨٦
فرع الألعاب الفردية	٥٠,٠٠٠	------	------	-----

* فرق معنوي عند نسبة خطا ≤ (٠.٠٥) .

يتبين من الجدول رقم (٤) وجود فروق معنوية بين تدريسي فرع العلوم الرياضية والألعاب الفرقية ،إذ كانت قيمة الفرق في الأوساط الحسابية (٣,٧١٥) اكبر من قيمة اقل فرق معنوي (L.s.d) والبالغة(٢,٦٦١) ولمصلحة فرع الألعاب الفرقية، ولا توجد فروق معنوية بين فرع العلوم الرياضية والألعاب الفردية فقد كان الفرق في قيم الأوساط الحسابية اقل من قيمة اقل فرق معنوي وعند نسبة خطا≤ (٠.٠٥) ، ولا توجد فروق معنوية بين فرع الألعاب الفردية وفرع العلوم الرياضية لان قيمة الفرق في الأوساط الحسابية بلغت(١,٢٨٦) وهي اقل من قيمة اقل فرق معنوي.

الجدول رقم (٥)

يبين قيم الفروق في الأوساط الحسابية بين المجاميع الثلاثة في الاحتراق النفسي(تكرار الشعور)

المجاميع	سَ	فرع العلوم الرياضية	فرع الألعاب الفرقية	فرع الألعاب الفردية	L.S.D
	٤٩,٧١٤	٤٩,٧١٤	٤٨,٤٢٨	٤٦,٧١٤	٢,٦٦١
فرع العلوم الرياضية	٤٩,٧١٤	----	١,٢٧٦	*٣,٠٠٠	
فرع الألعاب الفرقية	٤٨,٤٢٨	------	------	٢,٣١٤	
فرع الألعاب الفردية	٤٦,٧١٤	------	------	-----	

* فرق معنوي عند نسبة خطا ≤ (٠.٠٥) .

يتبين من الجدول رقم (٥) لاتوجد فروق معنوية بين تدريسي فرع العلوم الرياضية والألعاب الفرقية، إذ كانت قيمة الفرق في الأوساط الحسابية (١,٢٧٦)اقل من قيمة اقل فرق معنوي (L.s.d) والبالغة(٢,٦٦١) فرع الألعاب الفرقية، و توجد فروق معنوية بين فرع العلوم الرياضية والألعاب الفردية فقد كانت الفرق في قيم الأوساط الحسابية(٣,٠٠٠)اكبر من قيمة اقل فرق معنوي وعند نسبة خطا≤ (٠.٠٥) ولصالح فرع العلوم الرياضية، ولا توجد فروق معنوية بين فرع الألعاب الفردية فرع الألعاب الفرقية لان قيمة الفرق في الأوساط الحسابية بلغت(٢,٣١٤) وهي اقل من قيمة اقل فرق معنوي،ويتبين أعلاه إن التحليل الإحصائي اظهر فروقا معنوية بين الفروع الثلاثة ولمصلحة فرع الألعاب الفرقية وهنا لانستطيع إن نجزم بأسباب هذه الفروق بشكل

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

دقيق لأننا نقيس جانب نفسي وبالتالي تتداخل الأسباب منها الاجتماعية والبيئة وضغوط العمل وغيرها من العوامل التي احاطة بالتدريسيين في لحظة إجاباتهم على فقرات المقياس مما أدى إلى ظهور الفروق بين الفروع الثلاثة في الاحتراق النفسي، وتعزيزا للنتائج التي تم الحصول عليها تم إيجاد مستوى الاحتراق النفسي ومدى انتشاره بين أفراد العينة فضلا عن الدرجة الكلية له والجدول رقم (٦) يبين ذلك

الجدول رقم (٦)

يبين مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة والنسبة المئوية

الابعاد	الفروع	سَ	عدد الفقرات	عدد البدائل	النسبة المئوية
شدة الشعور	فرع العلوم الرياضية	٤٧,٥٧١	١٧	٧	% ٣٩,٩٧٥
	فرع الألعاب الفرقية	٥١,٢٨٦	١٧	٧	% ٤٣,٠٩٧
	فرع الالعاب الفردية	٥٠,٠٠٠	١٧	٧	% ٤٢,٠١٧
	الدرجة الكلية	١٤٨,٨٥٧	٥١	٧	%٤١,٦٩٧
تكرار الشعور	فرع العلوم الرياضية	٤٩,٧١٤	١٧	٧	%٤١,٧٧٦
	فرع الألعاب الفرقية	٤٨,٤٢٨	١٧	٧	%٤٠,٦٩٦
	فرع الألعاب الفردية	٤٦,٧١٤	١٧	٧	%٣٩,٢٥٥
	الدرجة الكلية	١٤٤,٨٥٦	٥١	٧	%٤٠,٥٧٦

يتبين من الجدول رقم (٦) أن نسبة انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي بين أفراد العينة تراوحت بين (٣٩,٩٧٥%) إلى (٤٣,٠٩٧%) ، أما الدرجة الكلية للمقياس في هذه الظاهرة فقد بلغت (٤١,٦٩٧%) وهي نسبة عالية نوعاما طبقا للمعيار الذي وضعته (ماسلاش، ١٩٨٦)، حيث أشارت إلى انه أذا تجاوزت درجة انتشار الظاهرة نسبة(٥٣ %) ، كان مستوى الاحتراق مرتفعا ، ومن الجدول أعلاه نجد ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد العينة الكلية هي قريبة من نسبة (٥٣%)، كما يتبين من الجدول إن فرع الالعاب الفرقية جاء في المقدمة في مستوى الاحتراق النفسي (شدة الشعور) بنسبة(٤٣,٠٩٧%) يليه فرع الالعاب الفردية ومن ثم فرع العلوم الرياضية أما من حيث تكرار الشعور كان فرع العلوم الرياضية في المرتبة الأولى وبنسبة(٤١,٧٧٦%) يليه فرع الالعاب الفرقية وهذا ما تم التوصل إليه بعد إجراء العمليات الإحصائية على مقياس الاحتراق النفسي.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

يعزى ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي (شدة الشعور) لدى تدريسيي الألعاب الفرقية إلى طبيعة عملهم الذي يتعامل مع الطلبة بشكل جماعي وذلك حسب متطلبات الفعاليات الفرقية التي تتصف بتعدد الجوانب وما تحتاجه هذه الفعاليات من خلال شرح وتوضيح للمهارات والخطط الخاصة بها وهذا يلقي عبء كبير على عاتق التدريسي ولكون التدريسي في هذا الفرع يتعامل مع الطلبة كأنهم فريق واحد .بالرغم أن تدريسي بقية الفروع يتعامل مع الطلبة بشكل مباشر ألا أن تعامله يختلف أو يكون اقل عباً، وقد ظهرت فروق ولكنها لم ترتقي إلى درجة المعنوية فيما بينها.وقد يعزى وجود فروق في الاحتراق النفسي لدى تدريسيي فرع الالعاب الفرقية الى تعرضهم بشكل دائم ومستمر الى ضغوط التي تواجههم في أثناء إعطاء المحاضرات العملية التي تتطلب التعامل مع الطلبة بشكل جماعي لخصوصية هذه الألعاب ،اما ظهور نسبة عالية من الاحتراق النفسي(تكرار الشعور) لدى فرع العلوم الرياضية فانه يعزى الى كثافة العمل وطول ساعات الدوام فضلا عن الأوضاع الأمنية التي يتعرض لها تدريسيي هذا الفرع التي تنعكس سلبا على أدائهم اليومي ولكن هذا لايعني ان تدريسيي بقية الفروع لا يتعرضون الى الاحتراق النفسي بل بالعكس ولكن تكون نسبة الاحتراق لديهم اقل بقليل،فضلا عن ان الاحتراق النفسي يحدث نتيجة عوامل أخرى وكثيرة كعوامل الاجتماعية وغيرها التي تؤثر بشكل مباشرا وغير مباشر،اذ ينتج الاحتراق عدد الالعاب أو المحاضرات التي يقوم بأدائها على مدار السنة وان الاحتراق النفسي هي زيادة الضغوط على تدريسيي التربية الرياضية من خلال عدم الاهتمام بهذا الاختصاص بسبب نظرة المجتمع الى التربية الرياضية وتدريسيها وفي بعض الأحيان الضغوط الإدارية(علاوي، ١٩٩٨، ٧١)،كما ينتج الاحتراق النفسي عن الظروف الاجتماعية التي تتناقض مع متطلبات العمل(Conway,1984,25) وفي دراسة كل من(مقابلة والرشدان،١٩٩٧) وجد ان اعلى درجات الاحتراق النفسي كانت لأعضاء الهيئة التدريسية في كليات التربية الرياضية في ثلاثة من الجامعات الأردنية عند مقارنتهم حسب اختصاصاتهم (أي الكليات) وجاءت بعدها كليات الآداب والعلوم (مقابلة والرشدان، ١٩٩٨، ٣٧) .

٥- الاستنتاجات والتوصيات:

٥- ١ الاستنتاجات:

١. ارتفاع مستوى الاحتراق النفسي بين المجاميع الثلاثة بشكل عام.

٢. ظهرت فروق بين فرع العلوم الرياضية وفرع الألعاب الفرقية ولمصلحة فرع الألعاب الفرقية.

٣. لم تظهر فروق بين فرع العلوم الرياضية والألعاب الفردية وفرع الألعاب الفرقية وبين فرع الألعاب الفردية من جهة ، آذ أنها لم ترتق إلى مستوى المعنوية فيما بينها.

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

٤. تقارب مستوى الاحتراق النفسي وانتشاره بين الفروع الثلاثة وذلك بالاعتماد على النسبة المئوية.

٥- ٢ التوصيات :

١. ضرورة إيجاد الدعم والمساندة لتدريسيي التربية الرياضية من ناحية توفير كافة المستلزمات الخاصة بعملهم من تجهيزات وأدوات .

٢. توفير الحصانة لكافة التدريسيين في الجامعة وكلية التربية الرياضية خاصة من الأخطار التي تواجههم بشكل يومي ومستمر نتيجة الوضع الأمني وضغوط العمل والبيئة والاوضاع الاجتماعية .

٣. التأكيد على أساليب الردع للطلبة في إثناء تعديهم على التدريسيين وان تكون صارمة.

٤. التأكيد على تكافؤ الفرص بين التدريسيين للتقليل من ظاهرة الاحتراق النفسي لديهم نتيجة شعورهم بعدم إعطائهم فرص كافية .

٥. التأكيد على تقوية العلاقات الاجتماعية بين التدريسيين والجهة العليا في الإدارة وتفهم مشاكلهم ومحاولة حلها قدر الإمكان.

المصادر:

المصادر العربية:

١. بطاينة، أسامة(٢٠٠٥) الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات غرف المصادر في شمال الأردن، كلية التربية، جامعة اليرموك، بحث منشور في المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، العدد(١) المجلد(١) ،اربد ،الأردن.

٢. البهاص،سيد احمد احمد (٢٠٠٢) النهك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة ، مجلة كلية التربية العدد (٣١) المجلد (١) جامعة طنطا، مصر.

٣. التبال ، زيد (٢٠٠٠) الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة ، الرياض،أكاديمية التربية الخاصة، السعودية.

٤. التكريتي، وديع ياسين والعبيدي ، حسن محمد(١٩٩٩) التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ،مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل.

٥. جيرنس،كاري(١٩٨٦) الاحتراق النفسي لدى المهنيين في المؤسسات الاجتماعية ، مراجعة عسكر علي، مجلة العلوم الاجتماعية ، العدد(١٤) المجلد(٤) ، الكويت.

٦. داؤد،عزيز وآخرون (١٩٩٠) مناهج البحث التربوي ،جامعة بغداد .

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

٧. الزوبعي، عبد الجليل إبراهيم(١٩٨١) الاختبارات والمقاييس النفسية ،مطبعة التعليم العالي، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل.
٨. الشخصي، عبد العزيز والسرطاوي، زيدان (١٩٩٨) الضغوط النفسية لدى أولياء الأمور الأطفال المعوقين وأساليب مواجهتها ، مركز البحوث التربوية ، الرياض.
٩. شقير ،زينب محمود (١٩٩٧) سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي،الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى طالبات الجامعة ،مجلة الارشاد النفسي ،العد (٦) جامعة عين شمس،القاهرة.
١٠. عبدالله، عادل (١٩٩٥)بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين، مجلة دراسات نفسية رابطة الأخصائيين النفسيين ، العدد(٥) المجلد(٢) ، مصر.
١١. العبيدي ،نغم محمود محمد صالح(١٩٩٩) "بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية في محافظة نينوى" ،رسالة ماجستير غير منشورة،كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل.
١٢. العجيلي،صباح حسين واخرون(١٩٩٠) التقييم والقياس ،جامعة بغداد.
١٣. عسكر،علي وآخرون(١٩٨٦) مدى تعرض معلمي الثانوية بالكويت لظاهرة الاحتراق النفسي ،المجلة التربوية ، العدد(١٠) ، المجلد(٣) جامعة الكويت.
١٤. علاوي، محمد حسن ورضوان، محمد نصرا لدين(١٩٨٨) القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط٢، دار الفكر العربي ، مصر.
١٥. علاوي،محمد حسن(١٩٩٨) سيكولوجية الاحتراق النفسي للاعب والمدرب الرياضي،ط١ ، مركز الكتاب للنشر،القاهرة.
١٦. عودة، يوسف حرب محمد(١٩٩٨) "ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية "، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية ، نابلس، فلسطين.
١٧. مقابلة ، نصر والراشدن، مالك (١٩٩٧) "الاحتراق لدى هئية التدريس في الجامعات الاردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات" ،مجلة أبحاث اليرموك(سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية)، العدد(٢) ب، المجلد(١٣)، جامعة اليرموك، الاردن.
١٨. ملحم، سامي محمد(٢٠٠٠)القياس والتقويم في التربية الرياضي وعلم النفسي،ط١ ،دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،عمان،الأردن .

المصادر الأجنبية:

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

19. Conway,C.S,(1984) Astudy of situational, demographic and personality factors associated with burnout in school counselors, the catholic University of America in partal fulfillment of the Requirements for the degree doctor of philosophy.
20. Danylchuk,k.(1993). The presence of occupational Burnout and Its correlatesin University physical Education personnel, Journal of sport managemet. Vol,No.2.
21. Friedman,I.A.(1995): student behavior contributing to teacher burnout .The J journal of Educational Research ,88(5).
22. Maslach,C .(1986).Maslach burnout Inventory Manual,(2nd ed) palo Alto, CA :consulting psychologists press.
23. Weiskopf,P.E,(1980). Burnout Among teachers of Exceptional ,Exceptional children, Vol. 47 ,No.1

ملحق (١)

جامعة الموصل

كلية التربية الرياضية

استمارة الاستبيان

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

الأستاذ الفاضل ..... المحترم.

في النية إجراء البحث الموسوم(**دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى بعض تدريسيي كلية التربية الرياضية/ جامعة الموصل)** ، ولكونكم المعنيين بذلك يرجى التفضل بالإجابة على مجموعة الفقرات الخاصة بالاحتراق النفسي (شدة الشعور،تكرار الشعور)والتي تعتقد أنها تنطبق عليك ،فإذا لم يسبق ان انتابك هذا الشعور فضع صفرا(٠) تحت عدد مرات وصفرا (٠) تحت شدة الشعور.وإذا سبق ان انتابك هذا الشعور فضع عدد مرات حدوثه باختيار احد الأرقام المبينة من (١-٦) وفي حالة تحديد شدته اختار احد الأرقام المبينة في الشدة من (١-٦) أيضا والذي يفترض ان تشير الى أفضل وصف لهذا الشعور وذلك بوضع علامة (صح) تحت البديل في الاستمارة المرفقة طيا .

شاكرين حسن تعاونكم مع التقدير

التوقيع:

الاسم:

المرتبة العلمية:

الاختصاص:

التاريخ:

٢٠٠٧ م **١٤٢٨هـ**

مقياس الاحتراق لمدرسي التربية الرياضية

عدد مرات الشعور(تكرار الشعور)

صفر	١	٢	٣	٤	٥	٦
لا يوجد	مرات قليلة خلال السنة	مرة في كل شهر	مرات قليلة خلال الشهر	مرة في كل أسبوع	مرات قليلة خلال الأسبوع	كل يوم

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com

شدة الشعور

صفر	١	٢	٣	٤	٥	٦
لا يوجد	ضعيف جدا	ضعيف	متوسط	شديد نوعا ما	شديد	شديد جدا

ت	العبارات	عدد مرات الشعورصفر – ٦	شدة الشعور صفر–٦
١	اشعر بأنه لا قيمة لأي عمل رياضي أقوم به		
٢	أشعر بالملل عند التوجه إلى عملي		
٣	اشعر بان تدريس مادة التربية الرياضية ذو اثر ايجابي على الآخرين		
٤	اشعرا نني لا احصل على أية نوع من الإثابة خلال عملي		
٥	اشعر إن دافعيتي للعمل تقل تدريجيا مع مرور الأيام		
٦	اشعر بعدم الرغبة في الحديث عن أي شيء يساهم في تطوير التربية الرياضية		
٧	اشعر بالتوتر كلما توجهت إلى المحاضرة		
٨	اشعر باعتزاز بمهنتي كأستاذ للتربية الرياضية.		
٩	اذهب إلى عملي متثاقلا بدون أي دافع لانجاز عملي.		
١٠	اشعر إن عملي يضيف البهجة والسرور لطلبتي في أثناء الدرس.		
١١	أقدم كل ما اقدر عليه عندما يحتاج إلى ذلك الآخرين.		
١٢	لم اعد اهتم بغرفتي ومحتوياتها لعدم رغبتي في العمل		
١٣	اشعر بالسعادة عندما أتناقش مع طلبتي في الأمور التي تخص التربية الرياضية.		
١٤	اشعر بإمكانية رفع مستوى الطلبة الرياضي بمضاعفة الجهد.		
١٥	أتعامل مع قضايا الطلبة الرياضية بموضوعية في أثناء عملي.		
١٦	اشعر بتفهم كامل بيني ومابين طلبتي عندما أنفذ درس التربية الرياضية.		
١٧	لم تعد لدي الرغبة في العمل باليوم التالي.		

PDF created with pdfFactory trial version www.pdffactory.com