IJSSP
المجلة الدولية لنشر الدراسات العلمية
المجلد الحادي عشر – العدد الأول – البحث الثالث (ص: 47 - 74)
15 – تشرين الأول – 2021م
www.ijssp.com ISSN: 2707-5184 International Journal of Scientific Studies Publishing

[الاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة وعلاقته بالكمالية]

[إعداد الباحثان]
[الدكتور/ مولاي إسماعيل حافظي علوي، أستاذ بجامعة محمد الخامس بالرباط بالمملكة المغربية، كلية علوم التربية]
[الباحث/ هلال بن سالم بن سلطان الغافري، باحث دكتوراه بجامعة محمد الخامس بالمملكة المغربية، كلية علوم التربية]

الملخص باللغة العربية:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرَّف على الاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة وعلاقته بالكمالية، تبعاً لمتغيرات النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة، كذلك التعرف على درجة الاحتراق النفسي ودرجة الكمالية للمعلمين ومدى الارتباط بينهما، وتكونت عينة الدراسة من(302) معلم ومعلمة، موزعين إلى (129) معلم و(173) معلمة في محافظة جنوب الباطنة واستخدم الباحث مقياس الحاتمي (2014) للاحتراق النفسي، نظرا لتمتعه بخصائص سيكو مترية وتم تطبيقه في البيئة العمانية، وتطبيق مقياس للكمالية قام الباحث بتطويره لعدم وجود مقياس خاص لقياس الكمالية عند المعلمين، وأظهرت النتائج وجود احتراق نفسي بمستوى متوسط للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة حسب مقياس الاحتراق النفسي، كذلك أشارت النتائج إلى وجود مستوى كمالية في مستوى متوسط للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة حسب مقياس الكمالية، وأشارت إلى وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي لصالح الاناث، ووجود علاقة بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة، وتوجد فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين تعزى لمتغير نوع التعليم لصالح معلمي التعليم الأساسي، وتوجد فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وتوجد فروق في مستوى الكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير سنوات الخبرة لصالح الفئة من 10 سنوات فأكثر، ولم تظهر النتائج فروق في مستوى الكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي، ونوع التعليم، والمؤهل العلمي، ولا توجد فروق في مستوى الاحتراق النفسي ومستوى الكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

الكلمات المفتاحية: الإحتراق النفسي – الكمالية.

Abstract:

This study aimed to identify teachers' occupational burnout in Al Batinah South Governorate and its relation to perfectionism according to the variables of gender, type of education, academic qualification and years of experience. It also aimed to identify the degree of occupational burnout and perfectionism and the correlation between them among teachers. The study sample consisted of (302) teachers divided into (129) males and (173) females in Al Batinah South Governorate. The researcher used Al Hatimi occupational Burnout Scale (2014), as it has psychometric features and it was applied on Omani environment. To apply the Perfectionism Scale, the researcher developed it because there is no scale for perfectionism among teachers the results showed that there is an average level of burnout among teachers in Al Batinah South Governorate according to the Occupational Burnout Scale. There is an average level of perfectionism among teachers in Al Batinah South Governorate according to the Perfectionism Scale. There are differences in level of occupational burnout due to gender in favor of females. There is a correlation between Perfectionism and Burnout among teachers in Al Batinah South

Governorate. There are differences in level of occupational burnout among teachers due to type of education favoring primary education teachers. There are differences in level of occupational burnout among teachers in Al Batinah South Governorate due to the variable of years of experience. There are differences in level of perfectionism among teachers in Al Batinah South Governorate due to the variable of the years of experience favoring the category of 10 years and more. There are no differences in level of perfectionism among teachers in Al Batinah South Governorate due to the variables of the gender, type of education and academic qualification. There are no differences in level of occupational burnout and perfectionism among teachers in Al Batinah South Governorate due to the variable of academic qualification.

Key words: Psychological Burnout - Perfectionism

المقدمة:

تعتبر رسالة التعليم رسالة سامية؛ لأهمية الدور الذي تمثله في التنمية الاجتماعية والاقتصادية وفي التطور الحضاري، ولا يمكن إبراز مكانتها في المجتمع ما لم نهتم بشخصية القائم بها ومدى استعداده وتأهيله لهذه المهنة النبيلة، إذ إن المعلم هو الركيزة الأساسية داخل المؤسسة التربوية نظرا لما يقوم به من تحقيق الغايات التربوية والتعليمية، وأصبحت مهنة التعليم كغيرها من المهن الخدماتية تتطلب القدرة على مقاومة الصعاب والتحلي بالصبر والإرادة، والسعي وراء اكتساب خبرات نظرية وميدانية، فالمعلم الكفء عليه أن يملك شخصية قوية قادرة على فهم المشاكل وتقبل العثرات والمعوقات التي تحول دون قيامه بدوره على الوجه الأكمل، لأنه من أكثر الأفراد تأثرا بما يجري حوله من أحداث داخل المجتمع وفي مختلف المجالات وخصوصا المجال المهني والأسري نظرا لما يمر به من ظروف ومواقف وعلاقات قد لا تكون دائما في صالحه وهذا يؤدي حتما إلى تأثيرات وانعكاسات تجعله يعيش حالة من عدم الرضا وحالة من الاضطرابات النفسية التي تشعره بالتعب النفسي والجسدي واستنفاذ الجهد، وحالة من الإنهاك والاستنزاف النفسي الأمر الذي يؤدي به إلى الشعور بالضغوط النفسية والمهنية، وإذا اشتدت هذه الضغوط واستمرت فإنها تصل به إلى ما يعرف بالاحتراق النفسي، وهو حالة نفسية يصل فيها المعلم إلى الشعور بالاستنزاف البدني والإرهاق العاطفي وتكوين اتجاهات سلبية نحو الآخرين مع التقدير السلبي لذاته (شارف,2010).

ويحدث الاحتراق النفسي لدى المعلمين نتيجة لعدد من المشاكل التي ترتبط بشكل مباشر بمهنة التعليم، سواء تعلق منها بالجانب المهني كظروف العمل السيئة وغير المريحة، أو بالجانب العلائقي كسوء العلاقة مع التلاميذ ومع الإدارة التربوية، أو بالجانب التربوي ككثافة البرامج وسرعة تغييرها، ولذا أصبح الاحتراق النفسي الذي يواجه المعلم في مهنته من المواضيع التي تثير اهتمام الباحثين منذ أواخر السبعينات، حيث يعتبر المحلل النفسي الأمريكي هربت فريد نبرجر (Freudenberger 1974) أول من أشار إلى ظاهرة الاحتراق النفسي على أنها حالة من الإنهاك تحصل نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على الأفراد على حساب طاقتهم وقوتهم (Boudoukha,2009)، ثم تلاه كرنس(Chernesse 1980) الذي خص جل كتاباته وأعماله حول الاحتراق النفسي، وبعدها بسنة (1981) قدمت ما سلا ش وجاكسون Maslach & Jackson عملهما المشترك حول الاحتراق النفسي، وهو العمل الذي طورته ما سلا ش إلى أن صممت مقياسا يعرف باسمها MBI (Maslach Burnout Inventory), والذي أصبح مشهورا ويطبقه الكثير من الباحثين في دراساتهم النفسية والتربوية ؛ وهذا من منطلق أن الاحتراق النفسي يؤدي إلى استنزاف بدني وإرهاق عاطفي، واضطرابات نفسية، وأمراض سيكوسوماتية، بالإضافة إلى أنه يؤثر سلبا على اتجاهات المعلم نحو مهنته، وعلى مردوده في التعليم، وتعزو ما سلا ش وليتر (Maslach & Leiter, 1997) أسباب الاحتراق إلى العمل الزائد والمكثف والذي يتطلب وقتا أكثر

يفوق طاقة من يقوم به، ويتسم بالتعقيد، فضلا عن أن المكافآت والأجور لا تعادل مقدار الجهد المبذول، ويتميز الانسان عن باقي المخلوقات بفطرته إلى الكمال الذي يدفع به إلى وضع معايير عالية من أجل الحصول على المكانة المرموقة والتفوق (بركات، 2005)، ويطلب من المعلمين تقديم الكثير مقابل حصولهم على القليل مما يفقدهم المتعة والراحة في العمل، مما يشعرهم أن الأهداف والمعايير العالية التي وضعوها قبل التحاقهم بالوظيفة تتلاشى، مما يؤدي إلى نقد الذات وعدم قبول الأخطاء وانخفاض تقدير الذات والاكتئاب، وأن المعلمين الذين يضعون لأنفسهم اهدافاَ غير واقعية قد يشعرون بالخيبة وعدم الرضا وتكون النتائج عكس ما يتوقعونه وأن سعيه المستمر لتحقيق امور مستحيلة يؤدي به إلى انخفاض مستوى تحصيله وإلى التسويف والمماطلة وقد تصل إلى مستوى الحالة المرضية التي قد تؤدي إلى الشعور بأعراض الاحتراق النفسي، وأن السعي نحو التفوق والكمال كلاهما سمة فطرية للنمو الإنساني تضم جوانب صحية، (كمالية سوية) ويكون دافعها الحصول على فوائد اجتماعيه أو تحسين ورقي المجتمع أكثر من تحسين ورقي الذات (Adler,1956) ، والكمالية أو المثالية في علم النفس هي سمة شخصية تتسم بكفاح الفرد لبلوغ الكمال ووضع معايير عالية جدا للأداء يصحبها تقييمات نقدية مبالغة للذات ومخاوف من تقييم الغير، وتعتبر الكمالية صفة ذات ابعاد ايجابية وسلبية فهي تدفع الفرد إلى تحقيق المثالية وفي صورتها السلبية تؤدي إلى سوء التكيف، ففي الوقت الذي يشعر الافراد فيه بالسعادة قد تصيبهم الكآبة إذا لم يبلغوا أهدافهم (Hewitt & Flett, 2002)، حينئذ تبدأ رحلة المعاناة من حيث الإسراف في لوم الذات ويعاني من ضغوط مختلفة ويكون في ريبه وشك وشديد الحساسية للنقد، دائما لا يرضى عن أي نجاح يحققه وقد يتطور الأمر إلى حالات حادة كتعاطي الخمور والإدمان مما يؤدي إلى الذهان ومحاولة الانتحار، والكمالية هي اعتقاد بانه لابد من تحقيق الكمال في كل عمل يعمله الانسان وكل شيء لا يصل إلى الكمال هو مرفوض وهذه الحالة غير إيجابية (كمالية غير سوية).

مشكلة الدراسة:

رغم اختلاف البيئات إلا أن معاناة المعلم من الاحتراق النفسي تكاد تكون متقاربة، بسبب أهمية وثقل الرسالة التي يحملها والمهام والأدوار التي يقوم بها، وتعد من المهن التي يتعرض أصحابها للإجهاد النفسي والبدني والذهني وبالتالي المعلمون هم من أكثر الأفراد عرضة للاحتراق النفسي (كفافي، 2003)، فطبيعة عمل المعلم تجعله مهيأ للإصابة بالتوتر وبالإحباط والإنهاك، بسبب معاناته اليومية من ظروف العمل غير المناسبة كحجم وعبء العمل المدرسي، وكثافة المنهج الدراسي، والاكتظاظ داخل الفصل، وعدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، وغياب التفاهم مع الإدارة والزملاء، إضافة إلى إنخفاض العائد المادي، والنظرة الإجتماعية المتدنية، وعلى الرغم من الطفرة الكبيرة وتنوع الدراسات التي تتحدث عن الاحتراق النفسي نلاحظ أن معظم الدراسات المتوفرة بحثت الكمالية وأثرها على طلبة الجامعات وطلبة المدارس وأغفلت العنصر المهم في العملية التعليمية وهو المعلم، كذلك توضيح الاثار السلبية للكمالية التي ينادي بها البعض في المؤسسات التعليمية خاصة المدارس وتوضيح مدى قوة الإرتباط بينها وبين الاحتراق النفسي الذي ينتج عنه نتائج سلبية للمعلم والطالب والمؤسسة التعليمية وشعور المعلم بأنه مستنزف جسدياَ وانفعالياً وغير قادر على العطاء الناتج عن القسوة والإهمال وعدم الاحترام والتعاطف وعدم التواصل الإيجابي في مناخ العمل .

وتمثل الدارسة الحالية الاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة وعلاقته بالكمالية جانباَ بسيطاَ لتوضيح هذه العلاقة.

أسئلة الدراسة: تتحدد مشكلة الدراسة في الإجابة على الأسئلة الأتية:
- ما مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟
- ما مستوى الكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟
- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟
- هل توجد فروق في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الكمالية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟

أهمية الدراسة:
تستمد هذه الدراسة أهميتها من طبيعة الموضوع الذي تناولته، وتكمن الأهمية النظرية والتطبيقية على النحو الآتي:

الناحية النظرية: تكمن أهمية الدراسة الحالية بأنها تلقى الضوء على العلاقة بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة، وبما أن وظيفة المعلم تعتبر من الوظائف التي تقدم خدمات إنسانية قد تزيد فيه نسبة التعرض للاحتراق النفسي، وجب الاهتمام بالمعلم وتقديم الدعم اللازم له للاستمرار في تقديم رسالته النبيلة، كما تتضح أهمية الدراسة من خلال طبيعة العينة وهي المعلمين وهم حجر الأساس في المنظومة التربوية، ومن المؤمل والمنتظر من الدراسة أن تثري المكتبات العمانية والعربية، حيث إن الدراسات السابقة التي تطرقت للكمالية عند المعلمين وأثرها عليهم تكاد تكون نادرة وقليلة جدا.

الناحية التطبيقية: تكمن الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في دراسة علاقة الاحتراق النفسي بالكمالية للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة، ومن خلال ما تسفر عنه نتائج البحث التي قد تسهم في توجيه النظر نحو أهمية التخطيط الجيد لبناء استراتيجيات صحيحة وسليمة في التخفيف من الاحتراق النفسي لدى المعلمين وتهتم بالصحة النفسية للموظف والمعلم بخاصة مما يرفع من حالة الأداء والإنتاجية السليمة.

أهداف الدراسة:
أ. الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العمانيين في محافظة جنوب الباطنة.
ب. التعرف على مستوى الكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة.
ج. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الاحتراق النفسي والكمالية لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة.
د. التعرف على الفروق بين كل من: النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة بالنسبة لمستوى الاحتراق النفسي عند المعلمين في محافظة جنوب الباطنة.
هـ. التعرف على الفروق بين كل من: النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة بالنسبة لمستوى الكمالية عند المعلمين في محافظة جنوب الباطنة.

مصطلحات الدراسة: ستتناول هذه الدراسة المصطلحات الاتية:

أ. الاحتراق النفسي "Psychological Burnout"
تعتبر الدراسة التي قدمها العالم هيربرت فرويدنبرجر Freudenberger (1974) عن الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها العاملين بقطاع الخدمات أول ظهور لمصطلح الاحتراق النفسي، وعرف بأنه حالة من الإجهاد البدني، والعقلي، والإنفعالي تحدث نتيجة العمل، والتفاعل المباشر لفترات طويلة في مواقف انفعالية شديدة (Pines &

Aronson1983)، أما كرستين ماسلاش Maslach فذكرت أن الاحتراق النفسي عبارة عن مجموعه أعراض من الإجهاد النفسي والاستنفاد الانفعالي والتبلد الشخصي والإحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني (Maslach, 1982) وأكد على أن المخلصين والملتزمين هم أكثر عرضة للاحتراق النفسي ويعزي ذلك إلى أنهم يكونون تحت ضغط داخلي للعطاء والظروف الخارجة عن إرادتهم تقلل من هذا العطاء مما يعوقهم عن تحقيق أهدافهم المثالية، أما (اسبانيول وكابتو) فقد عرفا الاحتراق النفسي بأنه: عدم القدرة على التكيف مع ضغوط العمل والحياة الشخصية، وأن الاحتراق النفسي لا يسبب أذى للشخص الذي يتعرض للإصابة به فحسب، وإنما إلى المستفيدين الذين يتلقون الخدمة أيضا، وأنه يقلل من الطاقة المتوفرة لمتطلبات العمل والحياة الشخصية بشكل كبير (مهند عبد سليم عبد العلي، 2003)، وعرف تايلر(Taylor) الاحتراق النفسي بأنه: عبارة عن الإرهاق واستنفاد القوة والنشاط (بني أحمد،2007، ص13)، أما محمد حمزة الزيودي (2007) فذكر بأنه: حالة نفسية داخلية يشعر بها الفرد نتيجة لضغوط العمل والأعباء الزائدة الملقاة على عاتقة.

التعريف الاجرائي للاحتراق النفسي:

هي الحالة النفسية التي يشعر بها المعلم نتيجة ضغوط العمل والأعباء الإضافية الملقاة على عاتقة النفسي واستجابته لحالات الشعور بالتوتر والإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز التي سيتم قياسها من خلال مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في الدراسة.

ب. الكمالية "Perfectionism"

ظهر مفهوم الكمالية (Perfectionism) في الدراسات والأدبيات والبحوث الأجنبية منذ ستينات القرن الماضي ويحوي هذا المصطلح على معاني واسعة منها النزوع إلى الكمال أو طلب الكمال، ولا يوجد تعريف متفق عليه بين الباحثين، فقد عرف فروست ومارتن (Frost & Marten ,1990) الكمالية بأنها نزعة نحو الإفراط في النقد الذاتي ووضع مستويات شخصية مرتفعة، وعرفت من قبل هولندر (Holinder, 1965) بأنها: السلوك الذي يطالب فيها الفرد ذاته بأداء مستوى أعلى مما يتطلبه موقف ما، أما فليت وهويت (Flett & Hewitt ,2002) فقد عرفا الكمالية بأنها: الصراع من أجل أداء خالٍ من الأخطاء وترتبط بالأفراد الذين يتقنون التعامل مع المواقف الحياتية، ويعرف لي (Lee ,2007 ,1) الكمالية على أنها: الكفاح بدون أخطاء ونقد الذات ورفع مستوى التوقعات في الأداء، وعرفها فروست وآخرون بأنها: حالة من عدم رضى الفرد عن ادائه أو أن عمله ليس جيداً بالقدر الكافي على الرغم من جودة العمل المقدم من قبله فطموحه وأهدافه عالية جدا (عبدالخالق،2005)، وعرفتها عبدالنبي (2009) بأنها: خاصية تجعل الفرد يهتم بتحقيق الكمال والتمام في كل مظاهر الحياة، وهي اما كمالية مرتفعة غير سوية عصابية أو كمالية معتدلة سوية أو كمالية منخفضة غير سوية(العبيدي، 2015).

التعريف الاجرائي للكمالية:

هي الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الكمالية للدراسة الحالي.

حدود الدراسة:

الحدود الموضوعية: أجرى الباحث هذه الدراسة حول الاحتراق النفسي للمعلمين وعلاقته بالكمالية في مرحلة التعليم الأساسي (الحلقة الثانية) والتعليم العام في محافظة جنوب الباطنة.

الحدود المكانيـــة: مدارس التعليم الأساسي (الحلقة الثانية) والتعليم العام الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة جنوب الباطنة.

الحدود الزمانيـــة: طبقت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من عام 2017/2016 م.

الحدود البشريـــة: المعلمون والمعلمات في مدارس الحلقة الثانية الحكومية التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة جنوب الباطنة.

الإطار النظري للدراسة:

أ. الاحتراق النفسي (Psychological Burnout) : تشير الدراسات بأن أول ظهور لمصطلح الاحتراق النفسي يعود إلى العالم هربرت فريدنبرجر (1974) Freudenberger وذلك من خلال دراسته عن الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها العاملين في قطاع الخدمات، فالضغوط والإستنزاف الإنفعالي والاستنفاد البدني يجعل الفرد غير قادر على الوفاء بمتطلبات المهنة، ويعرف الاحتراق النفسي بأنه حالة من الإجهاد البدني والعقلي والانفعالي تحدث نتيجة العمل والتفاعل المباشر لفترات طويلة في مواقف إنفعالية شديدة (pines & Aronson1983)، وترتبط بالوظائف التي تقدم خدمات أجتماعية كالأطباء والمحامين وافراد الشرطة والممرضين والمعلمين وغيرهم ممن يتعاملون مع أفراد المجتمع بصوره مباشره فالمعلم يتعامل مع عدد كبير من الطلبة والعاملين بشكل يومي مباشر وقد لا يتمكن من توفير وقت كاف لكل منهم وهذا يدفعه إلى عدم الوفاء بمتطلبات وظيفته مما قد يعرضه إلى الاحتراق النفسي (عسكر،2000)، وكثر اهتمام العلماء والباحثين بمفهوم الاحتراق النفسي الذي يتعرض له المعلمين منذ النصف الثاني للقرن العشرين، حيث أن أغلب الدراسات كانت تركز على مهنة التعليم(Bilge,2006)، حيث تعد مهنة التعليم من أكثر المهن التي يظهر من خلالها الاحتراق النفسي نتيجة لتطور الضغوط المختلفة لدى المعلم مثل القلق والاضطرابات التي تؤدي إلى ضعف التركيز وصعوبة اتخاذ القرار ومن ثم يعاني المعلم من الاعباء المرتبطة بأعراض نفس جسدية تتطور في النهاية إلى الاحتراق النفسي (Dunham, 1992)، حيث طور ودرس العديد من العلماء مفهوم الاحتراق النفسي أمثال شفيه Schaufeli، وماسلاش Maslach، ومارك Marek، كنتيجة للتناقض بين العمل والنتيجة على الصعيد الشخصي والمؤسسة (Maslach, Schaufeli, Leiter ,2001)، ويعتبر عام 1981م البداية الحقيقية لتطور مصطلح الاحتراق النفسي حيث عقد المؤتمر الدولي الأول للاحتراق النفسي في ولاية فيلادلفيا الامريكية وشارك فيه الرواد الأوائل للاحتراق النفسي أمثال (Freudenberger) و(Maslach).

1. علاقة الاحتراق النفسي ببعض مصطلحات علم النفس الأخرى :

لابد من توضيح مصطلح الاحتراق النفسي عن بعض المفاهيم الأخرى، لأن له أعراضاً يستدل منها على حدوثه والتي تميزه عن غيره من المصطلحات الأتية:

أ. الاحتراق النفسي والضغط النفسي: كلاهما يعبر عن حالة من الاجهاد، والانهاك النفسي والبدني، فيحدث الاحتراق النفسي نتيجة لاستمرار حالة الضغط النفسي لفترة طويلة مما يؤدي إلى انهيار في أداء الوظائف لدى المعلم، ولذلك يكون الضغط النفسي سببا في حدوث الاحتراق النفسي.

ب. الاحتراق النفسي والاجهاد النفسي: وصف الإجهاد النفسي بأنه أحد مكونات الاحتراق النفسي ويأتي بعد الضغط النفسي مباشرة وهو عبارة عن عبء انفعالي زائد ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة (عبد الحميد، وكفافي،1995).

ج. الاحتراق النفسي والقلق النفسي: قد يتحول القلق إلى احتراق نفسي عندما تزيد حدة الأعراض المصاحبة للقلق من صراع انفعالي غير واع وأفكار ومشاعر مزعجة قد تكون متوسطة أو عالية (المعمري،2001)، إلا أن الشعور بالقلق قد يتكون لدى الفرد منذ مرحلة الطفولة بعكس الاحتراق النفسي الذي يرتبط بالأداء الوظيفي،

ويمكن وصف العلاقة بين الضغط النفسي والاجهاد النفسي والقلق النفسي وعلاقتهم بالاحتراق النفسي بأنها علاقة دائرية أي علاقة سبب ونتيجة (عبد الحميد، وكفافي، 1995).

2. أسباب الاحتراق النفسي: تعقد المناخ التنظيمي في البيئة التعليمية من فصول مكتظة بالطلبة وطلبة ينتمون إلى مستويات وأسر مختلفة يفتقد البعض منهم الدافعية للتعليم وعدم تقيدهم بالقوانين والتربص بالمعلم وبعمله وغياب المساندة والنظرة المتشككة إلى قدراته وولائه وأدائه، وعدم مشاركته في صناعه القرارات والتهميش المقصود عند إدخال تغييرات في العملية التعليمية والصورة السلبية التي يصورها الاعلام الجماهيري عنه، جميعها عوامل تؤدي إلى سلب المعلم هويته المهنية دون غيره من المهن الأخرى في المجتمع ومسببة للاحتراق النفسي (عسكر،2000)، وهناك عوامل عديدة ومتنوعة تسبب حدوث الاحتراق النفسي نذكر منها:

أ. أسباب شخصية متعلقة بالفرد: أن المعلم الأكثر تعرضا للاحتراق النفسي هو الأكثر اخلاصاً والتزاماً وانتماءاً لعمله ووظيفته من غيره (عودة، 1998)، ويعزى ذلك إلى وقوعه تحت ضغط داخلي للعطاء تواجهه ظروفاً خارجية تحبطه، وقدرة المعلم الذاتية على التكيف تساهم في التخفيف من مستوى الاحتراق النفسي لديه.

ب. أسباب خاصة بالجانب الاجتماعي: زيادة توقعات وطموح المجتمع بشكل كبير واعتماده على المؤسسات التربوية والتعليمية يشكل عبء إضافي على المعلم عند حدوث قصور غير متوقع أو يكون خارج عن ارادته مما يسبب شعورا بالإحباط لدى المعلم (عسكر، 1987).

ج. أسباب خاصة بالجانب الوظيفي: للوظيفة دوراً هاما في تحقيق الحاجات الأساسية للمعلم من مسكن وطعام ورعاية صحية، فاذا اتصفت الوظيفة بالرتابة والتكرار وافتقارها للإثارة وزيادة السلبية وقلة الدافعية ونقص فعالية الأداء أدت إلى الاحتراق النفسي إضافة إلى كثرة التغيب عن العمل ولوم الآخرين في حالة الفشل مما يؤثر على الاستقرار الوظيفي للمعلم (محمد، 1999).

ومن خلال ما تم عرضه سابقاً يمكن تلخيص أسباب الاحتراق النفسي فيما يلي:

خصائص شخصية المعلم وسماته الفردية. وضعف الاستعداد وافتقاد المعلم للمرونة في التعامل مع ضغوط العمل. وعبء العمل والتكاليف والمهام البيروقراطية المتزايدة. والنظرة السلبية للمجتمع والتوقعات المبالغ فيها لمهنة المعلم.

3. أعراض الاحتراق النفسي : إن مفهوم الاحتراق النفسي يأخذ أبعاداً أكثر تشعباً وصعوبة اذا تم تناول الأعراض المسببة له والتي تدل على وجوده بعكس ملاحظته ووصفه، فقد أظهرت الدراسات ان الفرد الذي يحدث له الاحتراق النفسي يبدأ في الانسحاب من الاجتماعات والتغيب عنها ويصاب بالعزلة ويتطور لديه الشعور بالاكتئاب والمشاعر السلبية نحو بيئة العمل التي يعمل بها(الشيخ،2002)، ويشير جاكسون وماسلاش إلى أن الاحتراق النفسي ما هو إلا انعكاس لظروف العمل غير المحتملة التي تنتج استنفاد الطاقة النفسية وزيادة السلبية ولوم الآخرين في حالة الفشل (محمد،1999)، وهناك مجموعة متنوعه من أعراض الاحتراق النفسي نذكر منها:

أ. الأعراض الجسمية: وتتمثل في الأرق وكثرة التعرض للصداع واللجوء لعادات سلبية كالتدخين (صالح، 1995) وتظهر كذلك في حالات تشنج العضلات والإجهاد وارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب والصحة العقلية.

ب. الأعراض النفسية الانفعالية: وتتمثل في فقدان الحماس والغضب والملل والاكتئاب وانتقاص الذات وعدم الثقة بالنفس والتفكير المفرط في العمل وعدم الرغبة في الذهاب اليه.

ج. الاعراض السلوكية والاجتماعية : وتظهر في الاتجاهات السلبية نحو العمل والزملاء والميل للانعزال (صالح، 1995)، وتسيطر عليه فكرة الحاجة للتغير والهروب من الواقع مما يؤدي إلى ضياع العلاقات الاجتماعية داخل بيئة العمل وخارجه، وهناك أعراض أخرى خاصة بالمعلم كما حددها الباحث منها: الشعور بالندم على اختياره لوظيفة التدريس، وعدم الرغبة في التطوير والمنافسة. والميل للعمل الإداري أكثر من العمل مع الطلبة. والانزعاج الدائم من المهنة واي قرار أو مقترح جديد. وحساب أيام العطل والتطلع الدائم لإجازة الصيف.

4. مراحل الاحتراق النفسي : أشار (ماتسون وايفانسيفك) إلى أن ظاهرة الاحتراق النفسي تحدث بالتتابع وعلى مراحل تتضمن الآتي (الختاتنة، 2009):

أ. مرحلة الاستغراق أو الشمول Involvement: يظهر الفرد عند العمل مستوى عالي من الرضا متبوعة بحالة من السرور والاستثارة، حتى حدوث عدم اتساق بين توقعات الفرد عن العمل وبين الواقع مما يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

ب . مرحلة الركود أو الكساد Stagnation: يظهر في هذه المرحلة بشكل واضح انخفاض مستوى الرضا عن العمل التي تنعكس على الإنتاجية وانخفاض مستوى أداء الفرد الذي يعاني من اعتلال الصحة النفسية وتتحول اهتماماته من العمل إلى شغل وقت الفراغ بممارسة الهوايات والتواصل الاجتماعي.

ج . مرحلة الانفصال Detachment: يبدا الفرد إدراك ما يعانيه وتظهر عليه إشارات الانسحاب النفسي وينعكس ذلك في ارتفاع مستوى الاجهاد النفسي والإنهاك المزمن واعتلال الصحة النفسية والبدنية.

د. المرحلة الحاسمة Juncture: يختل تفكير الفرد في هذه المرحلة حيث تزداد شكوك الذات والارتياب وبصبح محاصراً بفكرة ترك العمل وعدم القدرة على الاستمرار ويتحول فيها تدريجيا نحو التدمير وحتى التفكير في الانتحار.

أما كوهين(Cohen) فبين أن الاحتراق النفسي وبصفة عامة يحدث كما يوضحه الشكل الاتي:

الشكل (1) مراحل الاحتراق النفسي (البتال، 2000)

والملاحظ من الشكل السابق بأن مرحلة الشك واللوم تسبق مرحلة الإجهاد الجسمي والانفعالي وأن الفرد يبلغ أقصى درجات الاحتراق النفسي في المرحلة الثالثة وهي عدم الاهتمام بالعمل بشكل عام، بينما يمر الاحتراق النفسي من وجهة نظر ماسلاش (Maslach ,2003) في ثلاث مراحل:

1. مرحلة الاستنزاف الانفعالي ويقصد بها الحالة الانفعالية السلبية التي تسيطر على المعلم بسبب أعباء العمل المختلفة التي يتعرض لها في البيئة المدرسية.
2. مرحلة التجرد من الخواص الشخصية وهي ردة فعل المعلم السلبية التي يظهرها في تعامله مع إدارة المدرسة وأولياء الأمور وتجاهله لحل مشكلات الطلبة.

3. مرحلة عدم الرضا عن الإنجاز الشخصي ويقصد بها التراجع في مستوى إنتاجية المعلم وتظهر في عدم التحضير الجيد للدروس وتراجع المستوى التحصيلي للطلبة وكثرة التغيب عن المدرسة.

5. استراتيجيات مواجهة الاحتراق النفسي :

حالة الاحتراق النفسي ليست دائمة وبالإمكان الوقاية منها وتفاديها باتباع عدة خطوات على المستوى الفردي والمستوى المتعلق بمجال العمل.

أ. على المستوى الفردي

إن تمتع المعلم بحياة متوازنة من حيث التغذية والنشاط الحركي والاسترخاء الذهني من الأمور الهامة والحيوية في تفادي الاحتراق النفسي ولابد للمعلم أن يدرك الأعراض التي تشير لقرب حدوث الاحتراق النفسي ووضع أولويات للتعامل مع الأسباب التي تؤدي إليه واتخاذ خطوات لمواجهته منها: تكوين صداقات لضمان الحصول على دعم اجتماعي، إدارة الوقت، تنمية القدرات والهوايات وممارسة الأنشطة الرياضية المختلفة مما يحافظ على الحيوية واستغلال وقت الفراغ بما يعود بالنفع على الفرد (عسكر،2000).

ب. الاستراتيجيات المتعلقة بمجال العمل

إن زيادة الأعباء الملقاة على عاتق المعلم تؤدي إلى إرهاقه وقصور في أدائه لمهامه التربوية والتعليمية وزيادة أعباء أعمال التلاميذ يؤثر على أدائه وتعوقه من التدريس الجيد، ولذلك لابد من تقليل الأعباء الإدارية والمتطلبات المتزايدة على المعلم والتركيز على رفع جودة التدريب المقدم إليه وإشراكه في القرار داخل المدرسة وتنويع المهام حتى يصبح العمل بعيداً عن الروتين واللجوء إلى خلق روح الدعابة والنكت أثناء العمل للتخفيف من الضغوط التي قد تظهر اثناء التدريس (الحراصي،2005).

ج. **الكمالية (Perfectionism) :** تشير الأدبيات إلى وجود تباين واضح بين الباحثين حول مفهوم الكمالية، وتعد محاولة هاماتشيك (Hamachek) الأولى سنة 1978م، التي وصف الكمالية على أنها وضع معايير وأهداف عالية مع ضعف قدرة الفرد على تحقيق تلك المعايير مما يشكل عبء عليه يقلل من جودة أدائه، وأنها مكون ثنائي البعد (كمالية سوية، كمالية عصابية) وخلال السنوات التي تلت محاولة هامتشيك أجمعت معظم الدراسات التي تناولت موضوع الكمالية على كونها ثنائية البعد مع اختلاف المسميات فمنها الكمالية التكيفية والكمالية غير التكيفية (Frost et al,1990) والكمالية الصحية والكمالية غير الصحية (Hamachek,1978) والكمالية النشطة والكمالية السلبية(Flett & Hewitt, 2002) والكمالية الحريصة والكمالية العصابية(Hill et al,2004) ويكمن الاختلاف في العوامل الداخلية(Stoeber & Otto, 2006)، بينما نظر بورنس (Burns) إلى الكمالية على أنها أحادية البعد كما ظهر ذلك في دراسات عديده كدراسة تيري وونس وسلاد وديوي التي ارتبطت فيها الكمالية بالأهداف العالية والتخطيط وفق المعايير التي وضعها الفرد لنفسة وتميزت مشاعره فيها بالرضا عن الذات (Stober,1998)، ويتضح ذلك من خلال نتائج عدة دراسات استعملت فيها أدوات قياس الكمالية متعددة الأبعاد والتي أثبتت أن هناك ثلاث مجموعات للكمالية : مجموعة سوية، ومجموعة عصابية(لا سوية)، ومجموعة ليست كمالية، وأن معظم أدوات قياس الكمالية تصف من يحصل على درجة متوسطة بأنه كمالي سوي، ومن يحصل على درجة مرتفعة بأنه كمالي عصابي، وأما من تنخفض درجته فيوصف بأنه ليس كمالي(Hawkins et al.,2004).

1. خصائص الافراد الذين يتصفون بالكمال :

يمتلك الافراد الكماليين صفات وخصائص تميزهم عن غيرهم، ومن اهم هذه الخصائص:
(Hagan & Housenblas,2003;Hanchon, 2010; Hawkins, Watt & Sinclair, 2006)

أ. **ارتفاع مستوى الأهداف الموضوعة والسعي لتحقيقها:** يظن هؤلاء الافراد أنهم قادرون على تحقيق الأهداف الموضوعة بالرغم من صعوبتها لأنهم يمتلكون قدرات عالية جدا.

ب. **التوافق مع بيئة العمل:** يمتلك الكماليون قدرة عالية على تغير الأساليب وطرق التعامل مع المواقف العملية المختلفة وتبقى أهدافهم ثابتة ولكن طرق الوصول إليها تختلف.

ج. **البعد عن العشوائية وحب التنظيم والترتيب:** يعملون وفق خطط في بيئة يلتزم أفرادها بالقواعد الموضوعة ويتم فيها انجاز الاعمال وفق وقت مخصص لذلك.

د. **الاستمتاع عند العمل والشعور بالرضا:** يبذلون جهداً كاملاً في سعيهم للنجاح، ويصاحبهم نشاط وتفاؤل بتحقيق الأهداف ويدركون ان الأخطاء الصغيرة لا يعني الفشل.

2. نماذج التوجه نحو الكمال : أظهرت نتائج الدراسات في مجال الكمالية العديد من النماذج المفسرة للكمالية أهمها:

أ. نموذج هيوت وفيلت (Hewitt & Flett) :

يتكون هذا النموذج من ثلاثة أبعاد رئيسية للكمال وهي الكمال الموجه نحو الذات، والكمال الموجه نحو الآخرين، والكمال المحدد اجتماعياً، ويعتبر هذا النموذج من النماذج المشهورة التي قدمت وصفاً للكمالية، وفيما يلي توضيح لأبعاد هذا النموذج:

- **البعد الأول: الكمال الموجه نحو الذات (**Self-Oriented Perfectionism) يحأول الفرد في هذا البعد تحقيق الأهداف والمعايير المثالية دون الوقوع في الأخطاء، ثم تقييم الأداء الشخصي ويصاحب ذلك نقد للجهد الشخصي الذي يقوم به.

- **البعد الثاني: الكمال الموجه نحو الآخرين (**Others- Oriented Perfectionism**)** يطلب الفرد من الآخرين العمل على تحقيق الأهداف والمعايير العالية التي وضعها لهم، ومن ثم يقوم بتقييمهم بناءً على تحقيقها.

- **البعد الثالث: الكمال المحدد اجتماعياً (**Socially Prescribed – Perfectionism**)** يقوم الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد بوضع الأهداف والمعايير العالية الأداء ويفرضونها عليه ويطالبونه بالمثالية والكمالية في تحقيقها ويعملون على تقييمها بشكل دقيق(Hewitt & Flett, 1991)، وبحسب هويت وفليت، فإن البعد الأول هو بعد شخصي متعلق بالشخص ويوصف على أنه تكيفي "سوي"، أما البعد الثاني والثالث فهما بعدان خاصان بالعلاقة بين الأشخاص وهما يوصفان بأنهما لا تكيفيان و"لا سويان" (Kubal,2005).

ب. **نموذج سلاني وآخرين للكمال المتعدد الأبعاد (**Slaney,et al., model for Multidimensional Perfectionism**)**

تبدو أهمية نموذج سلاني وآخرين في قدرته على التمييز بين الكمالية التكيفية والكمالية غير التكيفية والأفراد غير الكماليين مقارنة بالنماذج الأخرى للتوجه نحو الكمال، ويتكون من ثلاثة أبعاد هي المعايير العالية، والانضباط والتباين، ويتم توضيحها كالاتي:

- **البعد الأول: المعايير العالية (High standards)** يسعى الفرد في هذا البعد إلى تبني معايير متقدمة لذاته وإنجاز الأعمال بدقة عالية، ومطالبة الآخرين المحيطين به إلى تحري الدقة والالتزام بالمعايير العالية في القيام بالأعمال التي يفرضها عليهم.

- **البعد الثاني: الانضباط (Order)** يشير هذا البعد إلى سعي الفرد إلى الانضباط والالتزام بالأنظمة والقوانين في بيئة العمل.

- **البعد الثالث: التباين(Discrepancy)** من خلال هذا البعد تظهر حالة التباين بين توقعات الفرد وأهدافه وبين ما يحققه من إنجازات على أرض الواقع(Stoeber & Otto , 2006).

3. أدوات قياس الكمالية :

تشير الأدبيات التي تناولت الكمالية إلى تعدد أدوات القياس، ويرجع ذلك إلى وجود تباين واضح بين الباحثين حول مفهوم الكمالية، ومن أهم هذه المقاييس يذكر الباحث:

أ. مقياس فروست المتعدد الأبعاد (Frost Multidimensional Perfectionism) FMPS

يضم المقياس (26) عبارة وأربعة أبعاد رئيسية هي (بعد الاهتمام بالأخطاء، وبعد عدم الثقة، وبعد المعايير الشخصية، وبعد المعايير التنظيمية)، وتم أجراء تحليل عاملي للمقياس في بيئات مختلفة مما أكسب المقياس مكونات عامليه جعلته من أكثر مقاييس الكمالية انتشاراً(Frost et al,1990).

ب. مقياس هوايت وفليت (Hewitt & Flett Multidimensional Perfectionism)HFMPS

يضم المقياس (45) عبارة ويقسم الكمالية من الجانب الاجتماعي إلى ثلاثة أبعاد هي (بعد الكمالية بتوجيه الذات، وبعد الكمالية بتوجيه الآخرين، وبعد الكمالية المكتسبة اجتماعياً) (Hewitt & Flett,1991).

ج. مقياس سلاني (Almost Perfect Scale) APS

يضم (23) عبارة ويقيس أربعة أبعاد رئيسية للكمالية هي (بعد المعايير الشخصية، وبعد الحاجة للنظام، وبعد العمل وفق تعليمات واضحة، وبعد الشعور بالتناقض بين أداء الفرد وتوقعاته) (Slaney et al ,2001).

د. مقياس هيل وآخرون (Perfectionism Inventory) PI

يعتبر من أهم مقاييس الكمالية التي حددت أبعاداً مستقلة للكمالية الإدائية والكمالية المعرفية، ويضم ثمانية أبعاد هي (بعد الاهتمام الزائد بالأخطاء، وبعد الكفاح من أجل التفوق، وبعد المعايير العالية للآخرين، وبعد الحاجة للاستحسان، وبعد إدراك الضغوط الوالدية، وبعد الاستغراق في الماضي، وبعد التنظيم، وأخيرا بعد التخطيط) (Hill et al ,2004).

هـ. مقياس شادية عبد الخالق 2005 .

ويتكون من (30) عبارة ويقيس خمسة أبعاد هي (بعد المماطلة في تنفيذ المهام، وبعد قلق الكمالية، وبعد العلاقة بالآخرين، وبعد العلاقة بالذات، وبعد الاضطرابات السيكوسوماتية) (عبد الخالق،2005).

الدراسات السابقة :

1. دراسات تنولت الاحتراق النفسي :

دراسة بايرن وهال 1989 (Byrne & Hall) : فقد هدفت الدراسة العوامل المساهمة في الاحتراق النفسي للمعلمين في البيئات المدرسية المختلفة بالمراحل الابتدائية والاعدادية والثانوية والتعليم الجامعي وتكونت عينة الدراسة من (98) معلما من معلمي المرحلة الابتدائية و(163) معلما من معلمي المرحلة الإعدادية و(62) معلما من معلمي المرحلة الثانوية و(219) معلما من معلمي التعليم العالي، وأوضحت نتائج الدراسة أن جنس المعلم وعمره من العوامل الأساسية المرتبطة بالشعور بالاحتراق النفسي ويختلف تأثيرها تبعا للصف الدراسي والتخصص كما بينت الدراسة أن الاحتراق النفسي يرتبط في جميع المراحل التعليمية بنوع الإدارة الموجودة في المؤسسة التربوية.

دراسة هيبز وهابلين1991 (Hipps & Haplin) : فقد هدفت الدراسة ضغط العمل الناتج عن تكليف المعلمين بأعباء إضافية وفق متغير الضغط والعمر والجنس ومدى ارتباط هذه العوامل بالرضا الوظيفي والاحتراق النفسي

لدى المعلمين ومديري المدارس وهدفت الدراسة إلى تحديد مقدار التباين بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى معلمي المدارس العامة والمدراء والمرتبطة بالضغط الناتج عن تكليف المعلمين بأعباء إضافية وبين ضغط العمل مع وجهة الضبط والعمر والجنس باعتبارها متغيرات وسطية، وقد تكونت عينة الدراسة من (449) معلما و(128) مديرا من (9) مدارس ذات نظم مدرسية مختلفة وقد استخدم الباحث عددا من المقاييس في دراسته كمقياس الوظيفة بصفه عامة ومقياس مطور للضغوط وقائمة ماسلاش للاحتراق النفسي وكقياس الضبط الخارجي والداخلي واستخدم الباحث ايضا استمارة ديموغرافية تضم العمر والجنس وسنوات الخبرة، وقد توصلت الدراسة إلي وجود علاقة بين الرضا عن العمل والاحتراق النفسي ومجموعه من متغيرات الدراسة وهي ضبط العمل والضغط المرتبط بالتكليف بأعباء إضافية وجهة الضبط والعمر والجنس بالنسبة للمعلمين وأيضا توصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين يعتقدون أن الاحتراق النفسي الناتج عن تكليفهم بأعباء إضافية سببه أن ما تتضمنه هذه الأعباء خارج نطاق تحكمهم وكذلك أشارت الدراسة إلى وجود علاقة دالة احصائيا بين الاحتراق النفسي وبين علاقة الزملاء، كما لم تتوصل الدراسة إلى وجود فروق بين أفراد العينة من ناحية الجنس أو السن بالنسبة للضغط المرتبط بتكليفهم بأعباء إضافية.

وأجرى السرطاوي (١٩٩٧) : دراسة على عينة من المعلمين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة في مدينة الرياض، أظهرت نتائجها وجود فروق دالة إحصائيًا بين استجابات المعلمين المتخصصين وغير المتخصصين في التربية الخاصة، على بعد الإجهاد الانفعالي ولصالح المعلمين المختصين في مجال التربية الخاصة، ولم تظهر الدراسة أي فروق دالة إحصائيًا وفق متغيري التخصص ونمط الخدمة، وذلك على بعد تبلد المشاعر، في حين ظهرت فروق دالة إحصائيًا وفق نفس المتغيرين على بعد نقص الشعور بالإنجاز ولصالح المعلمين المتخصصين الذين يعانون من مشاعر نقص الشعور بالإنجاز أكثر من غير المتخصصين.

دراسة يحي وحامد (2001) : هدفت إلى التعرَف على مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن، وفيما إذا كانت هناك فروق في هذه المصادر تعزى إلى متغيرات جنس المعلم، ومؤهله العلمي، وسنوات خبرته، ودرجَة إعاقة الطلبة، وتكونت عينة الدراسة من (٤٢) معلما، وهم من استجابوا لأداة الدراسة من مجتمع الدراسة الكلي الذي تلف من (٤٥) معلما، استخدمت في الدراسة أداة مطورة لقياس مصادر الاحتراق النفسي، وقد شملت أربعة أبعاد هي: ظروف العمل، وخصائص الطلبة، والخصائص الشخصية للمعلم، والإدارة والزملاء، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن كانت: خصائص الطلبة، وظروف العمل، بينما لم يظهر مستوى يمكن اعتباره مصدرا للاحتراق النفسي على بعِدي الخصائص الشخصية للمعلم، والإدارة والزملاء، كما أشارت نتائج الدراسة أنه لا توجد فروق في مصادر الاحترِاق النفسي تعزى إلى متغيراتْ الجنس، والمؤْهل العلمي للمعلم، وسنوْات خبرة المعلم، بينما وُجدت فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير درجة إعِاقة الطلبة، حيث ازدادت مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة ذوي الاعاقة العقلية الشديدة، وذلك على كل من بعد ظروف العمل، وخصائص الِطلبة، والإدارة والزملاء، ولم تظهر فروق في مصادر الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير درجة إعاقة الطلبة.

أما دراسة أجراها سجويك 2002 (Sedgwiek) بهدف التعرف إلى ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين وتأثره في استخدام المعلم للاستراتيجيات التكيفية مع الضغوط الصفية، أجريت الدراسة على عينة مكونة من (208) معلماً ومعلمة، وكان من بين نتائج هذه الدراسة أن الاحتراق النفسي يؤثر سلباً في مدى استخدام المعلم للاستراتيجيات التكيفية مع الضغوط والمشكلات الصفية، كما أظهرت النتائج وجود فروق في استخدام هذه الاستراتيجيات تبعاً لمتغيرات: الجنس، والمؤهل العلمي، والتخصص، وذلك لصالح المعلمات الإناث، والمعلمين من حملة دبلوم التربية، والمعلمين في التخصصات التطبيقية.

دراسة الحراصي (2003) : هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين في مدارس التعليم العام والأساسي بسلطنة عُمان وفقا لمتغيرات مستقلة (ضغوط العمل، الجنس، المنطقة التعليمية، المؤهل الدراسي، سنوات الخبرة، والتخصص، والمرحلة التعليمية) وتكونت عينة الدراسة من (540) معلم ومعلمة واظهرت نتائج الدراسة أن الفئة الغالبة من المعلمين العمانيين يعانون من احتراق نفسي بدرجات متوسطة، وكان تأثير المتغيرات المستقلة على الاحتراق النفسي في متغير ضغوط مهنة التدريس دال احصائيا، حيث إن الاحتراق النفسي يزيد بزيادة الضغوط وفي متغير الجنس فقد أظهر المتغير تأثيره على الاحتراق النفسي حيث أن الإناث أظهرن احتراقا نفسيا أكثر من الذكور، وفي متغير المنطقة التعليمية فإن المعلمين في محافظة مسقط أكثر احتراقا من المعلمين خارج العاصمة وبالنسبة لمتغير المؤهل الدراسي فقد أثبتت النتائج أن المعلمين من حملة الدبلوم هم الأكثر احتراقا يليهم المعلمين من حملة البكالوريوس فالمعلمين من حملة الماجستير هم الأقل احتراقا.

دراسة فيومينج 2003(Fuming) : هدفت إلى دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق المهني للمعلمين، واستخدم الباحث مقياس الضغوط المهنية ومقياس الاحتراق النفسي، وتم تقديم هذه المقاييس إلى (367) من معلمي المدارس الابتدائية والثانوية، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيا بين الاستنزاف الانفعالي وضغوط الامتحان وضغوط أعباء العمل وضغوط الالتزامات والدور الاجتماعي وضغوط التوظيف وضغوط التطور المهني وضغوط العلاقة بين الأشخاص، كما أكدت الدراسة أن الضغوط المهنية للمعلمين ترتبط بالاحتراق النفسي.

دراسة عثمان (2004) : هدفت إلى معرفة " الإحتراق النفسي وعلاقته بالإكتئاب لدى المعلمين في دولة الإمارات "، واستخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي " لماسلاش " ومقياس الاكتئاب متعدد الأبعاد " لديفيد بيرندت " وقد بلغت عينة الدراسة (216) معلما في المدارس الثانوية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين الاحتراق النفسي والإكتئاب تعزى لمتغير الجنس، والمؤهل العلمي، كما لا توجد فروق دالة إحصائيا في الإكتئاب تعزى للمؤهل العلمي، والخبرة وأيضا لا توجد فروق في الإحتراق النفسي تعزى للخبرة.

دراسة الجمالي وحسن (2005) : هدفت لمعرفة مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التدريبية أثناء الخدمة في سلطنة عُمان، وأثر المتغيرات المستقلة (الجنس والجنسية والمؤهل العلمي ونوع إعاقة الطلبة الذين يعملون معهم) وتكونت عينة الدراسة من (133) معلما ومعلمة وأشارت النتائج إلى أن معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة يعانون من الاحتراق بدرجة متوسطة وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيري الجنس والخبرة التدريسية في أبعاد مقياس ما سلا ش للاحتراق النفسي للمعلمين، كذلك أشارت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين العمانيين أكثر تعرضا من غير العمانيين للاحتراق النفسي في بعدي تبلد المشاعر وتدني الشعور بالإنجاز وأن المعلمين غير المتخصصين في التربية الخاصة والمعلمين الذين يعملون مع الإعاقات المختلفة للكبار أكثر تعرضا للاحتراق في بعد الاجهاد الانفعالي.

دراسة الزيودي (2007) : هدفت إلى الكشف عن" مصادر الضغوط النفسية والإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات "، كالجنس، والعمر، والحالة الإجتماعية، والخبرة التدريسية، والمؤهل العلمي. واشتملت عينة الدراسة على (110) معلم ومعلمة اختيروا بطريقة عشوائية من مدارس جنوب الأردن خلال الفصل الدراسي(2003-2004) ولتحقيق أهداف الدراسة تمت مقابلة أفراد العينة، ثم طبق مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي، حيث تضمن ثلاثة أبعاد موزعة على (22) فقرة، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معلمي التربية الخاصة في جنوب الأردن يعانون من مستويات مختلفة من الضغوط النفسية والاحتراق النفسي تراوحت من المتوسط إلى العالي، وأشارت إلى أن أكثر مصادر الضغوط هي المرتبطة بالأبعاد

الآتية: قلة الدخل الشهري، والبرنامج الدراسي المكتظ، والمشاكل السلوكية والعلاقات مع الإدارة، وعدم وجود التسهيلات المدرسية، وزيادة عدد الطلاب في الصف، وعدم وجود حوافز مادية، وعدم تعاون الزملاء، والعلاقات مع الطلاب، ونظرة المجتمع المتدنية لمهنة التعليم، كما أشارت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين كانوا يعانون من الإجهاد الانفعالي أكثر من المعلمات، كذلك كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير سنوات الخبرة في بعد تبلد الشعور وشدته لصالح المعلمين، كذلك كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الدخل الشهري في بعد نقص الشعور بالإنجاز.

دراسة الوحشي(2008) : فقد هدفت دراسة العلاقة بين الضغوط المهنية والاحتراق النفسي والأداء الوظيفي لدى معلمي التعليم الأساسي في سلطنة عُمان، كذلك هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين ضغوطات مهنة التدريس والاحتراق النفسي وكذلك التعرف على العلاقة بين ضغوطات مهنة التدريس والأداء الوظيفي للمعلمين، تألفت عينة الدراسة من (200) معلم ومعلمة موزعين على (10) مدارس منها (5) مدارس للذكور و(5) مدارس للإناث، ومن أهم الأدوات التي استخدمتها الدراسة مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين ومقياس الضغوط النفسية ومقياس الأداء الوظيفي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط المهنية ومجموعه أبعاد الاحتراق النفسي، وإلى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين مجموعة أبعاد الضغوط المهنية والأداء الوظيفي، وكذلك أشارت الدراسة إلى عدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي بأبعاده الأربعة والأداء الوظيفي للمعلم.

دراسة الشيخ خليل (2008) : هدفت إلى معرفة " مدى شيوع الإحتراق النفسي لدى المعلمين بالإضافة إلى معرفة الفروق في الإحتراق النفسي "، التي تعزى إلى متغيرات (الجنس، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والمرحلة الدراسية التي يعمل بها المعلم)، وقد اشتملت عينة الدراسة على(360) معلمًا ومعلمه منهم (180) معلمًا و(180) معلمة في قطاع غزة، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي من إعداد الباحث، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ضعف شيوع الإحتراق النفسي لدى المعلمين، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإحتراق النفسي تعزى لمتغيرات (الجنس، والمؤهل العلمي، وسنوات الخبرة، والمرحلة الدراسية التي يعمل بها المعلم)، بينما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإحتراق النفسي تعزى للمؤهل الدراسي لصالح حملة البكالوريوس.

دراسة الظفري والقريوتي (2010) : هدفت إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذي صعوبات التعلم بسلطنة عُمان، ومدى اختلاف هذه المستويات بناء على التخصص والمؤهل الدراسي، والحالة الاجتماعية للمعلمات، بالإضافة إلى الكشف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي وكل من الخبرة التدريسية والدورات التدريبية للمعلمات والمستويات الاقتصادية لطلاب المدرسة، حيث تكونت العينة من (200) معلمة من معلمات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي بسلطنة عُمان واستخدم الباحثان مقياس ما سلاك وجاكسون للاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة :الإجهاد الانفعالي، وتبلد الشعور ونقص الإنجاز، وأشارت النتائج إلى وجود مستوى منخفض من الاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة، وأن مستويات الاحتراق اختلفت باختلاف التخصص (لصالح التخصصات العلمية) والمؤهل الدراسي (لصالح حملة البكالوريوس مقارنة بحملة الدبلوم العالي)، بينما لم توجد فروق دالة إحصائيا تعزى للحالة الاجتماعية للمعلمة، كما دلت النتائج على أن جميع أبعاد الاحتراق لدى المعلمات ترتفع كلما انخفض المستوى الاقتصادي لطلاب المدرسة، بينما لم توجد علاقة لمعظم أبعاد الاحتراق بالخبرة التدريسية والدورات التدريبية.

دراسة الحاتمي(2014) : هدفت إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العمانيين بمحافظة الظاهرة وإلى معرفة العلاقة بين أساليب مواجهة المشكلات ومستوى الاحتراق النفسي للمعلمين وكذلك على

العلاقة بين كل: نوع التعليم والجنس والمؤهل العلمي وعدد سنوات الخبرة وبين مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة تم استخدام مقياسين هما: مقياس الاحتراق النفسي من إعداد الحراصي (2005)، ومقياس أساليب المواجهة من إعداد الوشلي (1996)، وقد تألفت عينة الدراسة من (84) معلما و(137) معلمة موزعين على (5) مدارس للإناث و(4) مدارس للذكور تم اختيارها عشوائيا وبالتعاون مع مديرية التربية والتعليم بمحافظة الظاهرة ومن أجل الإجابة على أسئلة الدراسة قام الباحث باستخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وكذلك استخدم اختبار ألفا كرو نباخ للتأكد من ثبات أدوات الدراسة واختبار الانحدار المتعدد التدريجي واختبار العينة المستقلة واختبار التباين الأحادي لاختبار فرضيات الدراسة وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المستوى العام للاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة الظاهرة بسلطنة عُمان هو متوسط المستوى وأن مستوى استخدام أساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين بمحافظة الظاهرة متوسطة المستوى.

تعقيب على الدراسات السابقة التي تناولت الاحتراق النفسي :

يلاحظ بعد الاطلاع على الدراسات السابقة تباين النتائج التي تم الحصول عليها، فبعضها توصل إلى نتيجة أن الإناث أكثر ميلاً نحو الاحتراق النفسي من الذكور، وهذا ما أشارت اليه دراسة سجويك (2002) ودراسة الحراصي (2003) ودراسة الظفري والقريوتي (2010) وأشار كلاً من السرطأوي (1997) وفيومينج (2003) وساري (2004) والزيودي (2007) إلى أن الذكور أكثر ميلاً نحو الاحتراق النفسي من الاناث وأشارت دراسات أخرى إلى اعتدال أو توسط الاحتراق النفسي بين الذكور والإناث كما في دراسة هيز وهابلين (1991) ودراسة يحي وحامد (2001) ودراسة الجمالي وحسن (2005) ودراسة الحاتمي (2014).

2. دراسات تناولت الكمالية :

تناولت دراسة فليت وهويت وهيليت (Flett,Hewitt & Hallett, 1995) العلاقة بين أبعاد الكمالية ومؤشرات الإجهاد الوظيفي وتصورات الدعم التنظيمي لدى المعلمين، وتكونت العينة من 62 معلما، وأظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية منتشرة بين الكمالية الموصوفة اجتماعيا والمؤشرات المختلفة لإجهاد المعلم، بما في ذلك كثافة وتواتر الضائقة المهنية، والمظاهر العاطفية، والمظاهر الفسيولوجية، كما تم الكشف عن ارتباط كبير بين الكمالية الموصوفة اجتماعيا وانخفاض الرضا الوظيفي.

دراسة سورطي (2000) : هدفت إلى التعرف على المشكلات التي تواجه المعلمين في المدارس الحكومية في سلطنة عُمان واستقصاء علاقة تلك المشكلات بجنس المعلم ومؤهلة العلمي وتخصصه وسنوات خدمته، وتكون مجتمع الدراسة من المعلمين العمانيين والمعلمات العمانيات في المدارس الحكومية في المنطقة الداخلية في سلطنة عُمان وبلغت عينة الدراسة 155 معلما ومعلمة تم اختيارهم عشوائيا، وأظهرت نتائج الدراسة أن أهم المشكلات التي يعاني منها المعلمون هي المشكلات الطلابية تليها المشكلات المتعلقة بالمناهج الدراسية والإدارة والإشراف التربوي ثم المشكلات المتعلقة بالمدرسة، وأخيرا المشكلات المتعلقة بمهنة التدريس، كما أظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المشكلات للمعلمين تعزي إلى الجنس وسنوات الخدمة والتخصص العلمي، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات المشكلات تعزي إلى المؤهل العلمي.

دراسة ستوبر وريبارت (Stoeber & Rennert, 2008): فقد هدفت للتعرف أن العديد من معلمي المدارس يعانون من الإجهاد والإرهاق، والكمال هو سمة الشخصية التي ارتبطت مع زيادة التوتر، والتكيف غير الملائم، والإرهاق، ومع ذلك تظهر النتائج الأخيرة أن الكمال له جوانب إيجابية وسلبية على السواء، ولتحقيق كيفية ارتباط هذه الجوانب بالإجهاد والتكيف والاحتراق عند المعلمين، تكونت عينة الدراسة من(118) من معلمي المدارس

الثانوية، وأظهرت تحليلات الانحدار المتعدد أن السعي لتحقيق الكمال كان مرتبطا بشكل إيجابي بتقييمات التحدي والتكيف النشط وعكسيا لتقدير التهديد / الخسارة، وتجنب المواجهة، والإرهاق في حين كانت ردود الفعل السلبية على النقص ذات صلة إيجابية لتقديرات التهديد / الخسارة، وأظهرت الضغوط المتصورة أن تكون مثالية العلاقات التفاضلية اعتمادا على مصدر الضغط: في حين أن الضغط من الطلاب كان مرتبطا إيجابيا بتقييمات الخسارة والضغط من الآباء الطلاب كان مرتبطا بشكل إيجابي إلى الإرهاق، وكان الضغط من الزملاء عكسيا على تقييم التهديد والإرهاق، وتشير النتائج إلى أن السعي لتحقيق الكمال والضغط المتصور من الزملاء لا يسهم في الإجهاد والإرهاق في المعلمين، في حين أن ردود الفعل السلبية على النقص والضغط المتصور من الطلاب والوالدين الطلاب قد تكون عوامل مساهمة.

دراسة سكوينك (Schwenke, 2012) : هدفت إلى دراسة العلاقة بين الكمالية والتعامل مع الضغوط وأساليب المواجهة لدى (238) من معلمي ومترجمي لغة الإشارة، واستخدمت الدراسة أربعة مقاييس هي: سلاني وأخرين للكمالية وكوهين واخرين للضغوط وماسلاش وجاكسون وماثيني وكورلتين لأساليب المواجهة، وكشفت النتائج وجود علاقة بين الكمالية غير التكيفية والاحتراق النفسي.

دراسة شيلدز وستوبر (Childs & Stoeber, 2012) : هدفت لمعرفة ما إذا كانت الفروق الفردية في الكمالية الموصوفة اجتماعيا (تصورات الأفراد أن الآخرين لديهم توقعات الكمال منهم) تسهم في الإجهاد والتنبؤ بزياده في أعراض الإرهاق (الإرهاق والسخرية وعدم الكفاءة)، وتكونت عينة الدراسة من (195) معلم من معلمي المدارس في المملكة المتحدة على مدى فترة ثلاثة أشهر، واظهرت توقعت الكمالية المنصوص عليها اجتماعيا أيضا زياده في الإرهاق والسخرية مع مرور الوقت، وتشير نتائج الدراسة إلى أن الفروق الفردية في الكمالية الموصوفة اجتماعيا قد تكون عاملا مساهماً في الإجهاد والإرهاق في مكان العمل.

دراسة أيغون ويلديز بيس وأيغون (A. Aygün , Yıldızbaş & B. Aygün, 2014) : هدفت إلى دراسة العلاقة بين مستويات كمال المعلمين في مرحلة ما قبل المدرسة ومتغيراتهم الديموغرافية، استخدم الباحث طريقة الفرز العلائقي في الدراسة، وتألفت عينة الدراسة من (80) معلماً لمرحلة ما قبل المدرسة يعملون في مؤسسات عامة أو خاصة في مركز مدينة اسطنبول في 2013-2014، واستخدم الباحث خلال جمع البيانات عدة طرق منها الاستبيان الديموغرافي(8 استجوابات) تم تطويرها من قبل الباحث وفقا للأدب ذات الصلة، ومقياس فروست متعدد الأبعاد للكمالية، وتم تحليل البيانات من خلال تحليل أنوفا في اتجاه واحد واختبار t من أجل تحديد أي تغييرات في الكمال والأبعاد الفرعية (القلق بشأن الخطأ، المعايير الشخصية، توقعات الوالدين، النقد الأبوي، والشكوك حول الإجراءات والتنظيم) وفقا للمتغيرات الديموغرافية، واظهرت النتائج أن درجات الكمال من معلمي مرحلة ما قبل المدرسة تختلف اختلافا كبيرا وفقا لخصائصهم الديموغرافية مثل (العمر، ودرجة التخرج، والخبرة المهنية، ونوع المدرسة، والخبرة المهنية في المؤسسة الحالية) ولكن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الفئة العمرية من الأطفال.

دراسة العزّام (2014) : هدفت إلى الكشف عن مستوى الكمال وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الوسطية بالأردن، وتكونت عينة الدراسة من (391) معلماً ومعلمة، (168) معلم و(222) معلمة، ولأغراض جمع المعلومات طوّر الباحث مقاييس لكل من التوجه للكمال والاحتراق النفسي، واظهرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع من الكمال لدى معلمي ومعلمات لواء الوسطية.

دراسة ها وكيم (Ha & Kim, 2015) : هدفت إلى معرفة ما إذا كانت المتغيرات الفردية ومرونة الأنا، والكفاءة الذاتية، والكمال لمعلمي الرعاية النهارية قبل الخدمة يمكن التنبؤ بالقلق حول صدمة الواقع بعد أن يكون من

معلمي الرعاية النهارية، وتكونت عينة الدراسة من (176) طالب من طلاب الجامعات الذين يرغبون في أن يصبحون من معلمي الرعاية النهارية، تم التحقق من البيانات باستخدام اختبار t، أنوفا، تحليل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار الهرمي، وأظهرت نتائج الدراسة أن كلما كان العام الدراسي أعلى كان القلق أعلى من صدمة الواقع، وأن هناك ارتباط كبير بين مرونة الأنا، والكفاءة الذاتية، والكمال، والقلق حول صدمة الواقع على وجه التحديد، كما أن مرونة الأنا والفعالية الذاتية أقل والكمال هو أقوى، والقلق حول صدمة الواقع وجد أنه أعلى.

دراسة غور بانزاده ورضائي (Ghorbanzadeh & Rezaie, 2016) : هدفت إلى دراسة العلاقة بين معلمي اللغة الإنجليزية والكمال، وإرهاق المعلم، وفعالية المعلم. ولأغراض الدراسة بلغت عينة الدراسة(114) معلما تم اختيارهم من منطقة تباد كان ومشهد، وكان (83) من المشاركين من الإناث و(31) من الذكور مع تخصصات مختلفة في اللغة الإنجليزية، استخدم الباحث ثلاثة استبيانات وهي مقياسSELTP ومقياس Maslach، ومقياس فاعلية المعلم، لجمع البيانات عن المتغيرات قيد البحث، وتم تحليل البيانات باستخدام الاحصاءات الارتباطية واختبار (ت)، وأشارت النتائج التي تم الحصول عليها أن هناك علاقة إيجابية عالية بين الكمالية وإرهاق المعلمين والفعالية، وأن المعلمات أكثر فاعلية من المعلمين الذكور، وأن حجم ارتباط المعاملات أعلى بالنسبة للمشاركين الذكور.

دراسة غيمي وفارد (Ghaemi & Fard, 2016) : هدفت إلى دراسة العلاقة بين خصائص رئيسية للمعلمين وهي الكمال، والقيادة والتمكين، بين معلمي اللغة الإنجليزية والرياضيات، ولتحقيق ذلك تم اختيار مجموعتين من المعلمين الإيرانيين للمشاركة في الدراسة، وتكونت المجموعة الأولى من(177) معلماً في تخصص الرياضيات، والمجموعة الاخرى تكونت من (200) معلم تخصص لغة إنجليزية، جميعهم من مقاطعة خراسان ورضوي، سواء في المدارس الثانوية أو في المعاهد، واستخدم الباحث لجمع البيانات اللازمة، ثلاثة استبيانات (الاستبيان المنقح للتقييم المثالي تقريبا، استبيان تمكين المشاركين في المدارس، وجرد الممارسات القيادية) وبعد تحليل البيانات، وجد الباحثون أن الارتباط بين الجميع كانت في ثلاثة متغيرات ذات دلالة إحصائية لكل من معلمي الرياضيات واللغة الإنجليزية، ومع ذلك كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين معلمي الرياضيات واللغة الإنجليزية فيما يتعلق بالقيادة والتمكين، في حين لم يتم العثور على فرق ذو دلالة إحصائية بين معلمي الرياضيات ومعلمي اللغة الإنجليزية فيما يتعلق بالكمال.

دراسة غلوشكوف وآخرون (Gluschkoff, et al, 2017) : هدفت إلى دراسة علاقة الكمال مع أعراض الاكتئاب، وتكون مجتمع الدراسة من (76) من معلمي المدارس الابتدائية في فنلندا (87٪ من الإناث) الذين استجابوا لمقاييس الكمال (متعدد الأبعاد)، واستخدم في الدراسة استبيان (استبيان تجربة الاسترداد)، واستبيان أعراض الاكتئاب (استبيان بيك للاكتئاب)، وشكلت الكمالية أبعادا تكيفية وغير ملائمة، وتشير نتائج الدراسة إلى أن السعي إلى الكمال والضغط المدرك ليكون مثاليا قد لا تسهم في أعراض الاكتئاب في التدريس، وقد يكون المعلمون الذين يعانون من ردود فعل سلبية في خطر لتطوير أعراض الاكتئاب مستقبلاً، وإن إيجاد طرق للفصل النفسي عن العمل قد يفيد المعلمين الذين يتميزون بردود فعل سلبية.

دراسة نافاتيني ودانالوفين (Navaitiene & Danilovien, 2017) : دراسة العلاقة بين الاحتراق النفسي والكمالية لدى المعلمين، وشملت الدراسة 136 معلما من مدارس التعليم العام ومدارس التعليم الخاص، واستخدمت الدراسة الاستقصائية للمعلمين لتحليل الاحتراق النفسي، في حين تم تطبيق مقياس الكمالية المتعدد الأبعاد لدراسة الكمالية، وأظهر تحليل بيانات المسح أن المعلمين يعانون من الاحتراق النفسي في العمل وأن الكمالية الذاتية المنحى هي الأكثر شيوعا للمعلمين، في حين أن الكمالية الموصوفة اجتماعيا هي أقل شيوعا، وكشف تحليل

المعلمين في مدارس التعليم العام والتعليم الخاص للمعلمين والكمالية بأن هناك فرقا في الاحتراق النفسي بين معلمي مدارس التعليم العام ومعلمي التربية الخاصة.

تعقيب على الدراسات السابقة التي تناولت الكمالية:

من خلال الاطلاع على الدراسات السابقة التي تناولت الكمالية، أشارت دراسة غور بان زاده ورضائي (2016) في نتائجها إلى أن الاناث أكثر توجها نحو الكمال من الذكور، كذلك اظهرت بعض الدراسات اعتدال أو توسط في الكمالية بين الذكور والإناث كما في دراسة سورطي (2000)، وأشارت بعض الدراسات إلى أن الاحتراق النفسي قد لا يرتبط بالكمالية كما في دراسة ستوبر وريبارت (2008) ودراسة غلوشكوف وآخرون (2017)، بينما أشارت دراسة فليت وهويت وهيليت (1995) ودراسة سكوينك (2012) ودراسة شيلدز وستوبر(2012) ودراسة نافاتيني ودانالوفين (2017)، إلى وجود علاقة بين الكمالية والاحتراق النفسي عند المعلمين. علمًا بوجود صعوبة واجهت الباحث في البحث عن دراسات تتناسب مع المتغيرات المبحوثه حيث أن معظم الدراسات تتحدث عن طلبة المدارس أو طلبة الجامعات، وندرة الدراسات التي تتحدث عن الكمالية عند المعلمين.

منهجية الدراسة : استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي المقارن لملائمته لطبيعة الدراسة، التي تبحث الاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة جنوب الباطنة وعلاقته بالكمالية.

مجتمع الدراسة : تكون مجتمع الدراسة من المعلمين والمعلمات في مدارس التعليم الأساسي والتعليم العام التابعة لمديرية التربية والتعليم بمحافظة جنوب الباطنة من سلطنة عُمان، الذين كانوا على رأس عملهم في العام الدراسي 2016-2017م والبالغ عددهم (6731) معلما ومعلمة وذلك طبقا لإحصاءات وزارة التربية والتعليم لنفس السنة .

عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة الأساسية من (302) معلم ومعلمة، (129) معلم و(173) معلمة، تم اختيارهم بطريقة متيسرة بنسبة (5%) من مجتمع الدراسة، أما بالنسبة للمدارس فقد تم اختيارها من قبل المديرية التربية والتعليم بمحافظة جنوب الباطنة بطريقة متيسرة بعد أن قام الباحث بتحديد عدد المدارس اللازمة للتطبيق حيث بلغت (9) مدارس منها (4) مدارس للذكور و(5) مدارس للإناث موزعه على مدارس التعليم الأساسي والتعليم العام.

أدوات الدراسة(المقاييس) :

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام وتطبيق مقياسي: مقياس الاحتراق النفسي ومقياس الكمالية .

1. مقياس الاحتراق النفسي:

وصف المقياس : قام الباحث باختيار هذا المقياس كأداة من أدوات دراسته، (ملحق رقم 1)، وجاء المقياس مؤلفاً من (27) فقرة، ويتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

أ. الاجهاد الانفعالي (12) فقرة.

ب. تبلد المشاعر نحو التلاميذ (8) فقرة.

ج. نقص الشعور بالإنجاز الشخصي (7) فقرات

حيث قام (الحاتمي) بحساب الصدق الظاهري والاتساق الداخلي وفي المقابل تم حساب الثبات باستخدام معادلة الفا كرو نباخ حيث بلغت من معامل الثبات (0,74).ولم يقم الباحث بأجراء دراسة سيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي، وذلك باعتبار أنه سيتم تطبيقه في نفس البيئة (البيئة العمانية)، وله مؤشرات للصدق والثبات ولفقراته تمييز مقبول ومناسب، ويكون المقياس في صورته النهائية(ملحق1) نسخه مكررة من المقياس الذي تم عرضه على أعضاء لجنة التحكيم.

2. مقياس الكمالية:

قام الباحث بمراجعة الدراسات والأدبيات السابقة التي استخدمت مقياس الكمالية (فروست وهندرسون1990، فليت وهويت 1991، هيل وآخرون 2004، ستوبر وريبارت 2008، عبد النبي 2009)، وتم اعتماد المقياس المستخدم في دراسة (عبد النبي 2009) في أعداد مقياس للدراسة الحالية.

نتائج الدراسة :

أولاً: الإجابة على السؤال الأول: ما مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟

للإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة لمقياس الاحتراق النفسي للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة من وجهة نظر أفراد العينة.كما تم اعتماد سلم تصنيفي لتوضيح درجة استجابات أفراد عينة الدراسة من خلال تقسيم المدى (1- 5) على خمس مستويات كما يوضحه الجدول (1).

جدول (1) مستويات درجة استجابات أفراد عينة الدراسة لمقياس الاحتراق النفسي

الدرجة	المدى	المستوى
1	1.5 – 1.0	منخفضة جداً
2	2.5 – 1.5	منخفضة
3	3.5 – 2.5	متوسطة
4	4.5 – 3.5	مرتفعة
5	5.00 – 4.5	مرتفعة جدا

ويوضح الجدول السابق قياس الدرجات في مقياس الاحتراق النفسي، ويبين أن النتائج الواقعة بين المدى (1.0 – 1.5) تدل على حالة منخفضة جداً من الاحتراق النفسي، ويشير المدى (1.5 – 2.5) على وجود حالة منخفضة من الاحتراق النفسي، بينما يدل المدى (2.5 – 3.5) إلى وجود حالة احتراق نفسي متوسطة، ويشير المدى (3.5 – 4.5) إلى وجود حالة مرتفعة من الاحتراق النفسي، والمدى (4.5 – 5.00) يشير إلى حالة مرتفعة جدا من الاحتراق النفسي.

ثانياً: الإجابة على السؤال الثاني: ما مستوى الكمالية للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟

للإجابة عن هذا السؤال قام الباحث باستخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتقديرات أفراد عينة الدراسة لمستوى الكمالية للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة من وجهة نظر أفراد العينة.

كما تم اعتماد سلم تصنيفي لتوضيح درجة استجابات أفراد عينة الدراسة من خلال تقسيم المدى (1- 3) على ثلاث مستويات كما يوضحه الجدول (2).

جدول (2) مستويات درجة استجابات أفراد عينة الدراسة لمقياس الكمالية

الدرجة	المدى	المستوى
1	1.66 – 1	منخفضة
2	2.23 – 1.67	متوسطة
3	3 – 2.24	مرتفعة

ومن خلال الجدول السابق الذي يوضح كيفية قياس الدرجات في مقياس الكمالية، يتبين أن النتائج الواقعة عند المدى (1 – 1.66) تدل على حالة منخفضة من الكمالية، ويشير المدى (1.67– 2.23) على وجود حالة متوسطة من الكمالية، بينما يدل المدى (2.24 – 3) إلى مستويات مرتفعة من الكمالية، وتم استخدام مدى ثلاثياً في هذا المقياس لان معظم المقاييس التي تم الاطلاع عليها في الدراسات السابقة استخدمت مدى ثلاثياً.

ثالثاً: الإجابة عن السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة؟

للإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد العلاقة الارتباطية بين الكمالية والاحتراق النفسي بواسطة ارتباط بيرسون كما يوضح الجدول رقم (3).

جدول (3) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجة الكمالية وابعادها ودرجة الاحتراق النفسي وابعاده مع الدرجة الكلية لكل بعد

المقياس		البعد الأول: المستويات العالية والمبالغ فيها للأداء	البعد الثاني: الخوف من الفشل	البعد الثالث: عدم الرضا بشكل عام	البعد الشعور وعدم بالنفس	الرابع: بالنقص الثقة	الكمالية
الاحتراق النفسي	ارتباط بيرسون	-.04	.35**	.13*	.27**		**.23**
	مستوى الدلالة	.47	.000	.020	.000		**.000**
	العدد	302	302	302	302		**302**

**** دالة عند مستوى دلالة (0,01)** *** دالة عند مستوى دلالة (0,05)**

ويوضح الجدول (3) نلاحظ أنه يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين مقياس الكمالية ومقياس الاحتراق النفسي، ارتباط بيرسون (**.23)، مستوى الدلالة (.000)

رابعاً: الإجابة عن السؤال الرابع: هل توجد فروق في الاحتراق النفسي تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟

تمت الإجابة عن هذا السؤال باستخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة للتعرف على دلالة الفروق في تقدير أفراد العينة لمستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير النوع ومتغير نوع التعليم، واختبار تحليل التباين الأحادي لمتغيرات سنوات الخبرة والمؤهل العلمي .

خامساً: الإجابة عن السؤال الخامس: هل توجد فروق في مقياس الكمالية تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟

تمت الإجابة عن هذا السؤال باستخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة للتعرف على دلالة الفروق في تقدير أفراد العينة لمستوى الكمالية لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي ومتغير نوع التعليم، واختبار تحليل التباين الأحادي لمتغيرات الخبرة والتخصص، والمؤهل العلمي .

مناقشة النتائج :

مناقشة نتائج السؤال الأول: ما مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟

أظهرت النتائج وفقا لما ورد بالجدول (2)، أن مستوى مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين بصورة عامة جاء بالمستوى المتوسط وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة الحراصي (2003) التي جاءت نتائجها: أن الفئة الغالبة من المعلمين العمانيين يعانون من احتراق نفسي بدرجات متوسطة، ودراسة الحاتمي (2014) التي أظهرت نتائجها أن المستوى العام للاحتراق النفسي لدى المعلمين في محافظة الظاهرة هو متوسط المستوى، ودراسة العزّام (2014) التي أشارت نتائجها عن وجود مستوى متوسط للاحتراق النفسي عند المعلمين في لواء الوسطية، وقد يعزى ذلك إلى شعور المعلمين بالتقدير الاجتماعي والرضا ولو بقدر قليل عن البيئة المدرسية التي يعملون بها وقلة الأعباء الإدارية التي يكلف بها المعلم بسبب ظهور وظائف جديده مسانده للهيئات الإدارية داخل المدارس وما تتضمنه هذه الأعباء من جهد مضاعف وعدم المساواة في بعض الأحيان بين أقرانهم في الحصص والأعمال الإضافية الموكلة إليهم، كذلك التحسن الملحوظ في الحوافز المادية مقارنة بالسنوات الماضية واستجابة وزارة التربية والتعليم لبعض المطالب والحاجات التي يطالب بها المعلمين ومحاولة رعاية المعلم من جميع الجوانب والاهتمام بالجانب الصحي له مما انعكس على الحالة النفسية للمعلمين، وجاءت استجابة أفراد عينة الدراسة منصبة على العبارات الإيجابية في مقياس الاحتراق النفسي، حيث حصلت الفقرة " بإمكاني فهم مشاعر طلبتي وبما يحيط بهم من أشياء بسهولة" على أعلى متوسطة حسابي وقد يعزى ذلك أن المعلمين لا يقيمون أداءهم بسلبية نظرا لما يبذلونه من جهد رغم الضغوط التي يتعرضون لها وإلى الخبرة التي يمتلكها المعلمون في التعامل مع التلاميذ، تليها الفقرة "استمتع كثيرا في الحديث مع الناس الموجودين معي في المدرس "، ويعزى ذلك إلى السلوكيات الطيبة للعاملين، وطلبة المدارس في محافظة جنوب الباطنة غالبا، وانتشار ثقافة الترحيب بالأخر والانفتاح التي تميز الشخصية العمانية بشكل عام، واختلفت الدراسة مع دراسة الحايك(2000) التي أظهرت درجة مرتفعة من الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب ودراسة الشيخ خليل (2008) والظفري والقريوتي (2010)، التي أشارت نتائجهما إلى وجود مستوى منخفض من الاحتراق النفسي لدى المعلمين، وحصول المعلمين في على المستوى المتوسط قد يفسر أنه في المستوى المقبول وفى الحالة الطبيعية أذ أن القطاع التعليمي في المجتمع العماني لازال في مرحلة البناء والتجديد المستمر الذي يحتاج إلى سنوات للوصول إلى مستويات الرضى التام عنه ولا نستطيع مقارنته بدول قطعت شوط كبير في القطاع التعليمي .

مناقشة نتائج السؤال الثاني: ما مستوى الكمالية للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة؟

أظهرت النتائج وفقا لما ورد بالجدول (4) أن مستوى الكمالية للمعلمين في محافظة جنوب الباطنة جاء بالمستوى المتوسط، واختلفت نتائج الدراسة مع دراسة العزّام (2014) التي اشارت إلى وجود مستوى كمالية مرتفع لدى المعلمين في لواء الوسطية بالأردن، وبسبب ندرة الدراسات السابقة التي أجريت للتعرف على مستوى الكمالية الخاصة بالمعلمين، فقد أعزى الباحث ذلك إلى أن بعض المعلمين ينظر إلى أدائه بأنه مميز بالقدر الكافي أحياناً على الرغم من المعايير والاهداف العالية التي يتطلع اليها أو وضعها للنجاح ودائما ما ينشد تحقيق مستوى أعلى في أنجاز الاعمال المكلف بها، وحصل البعد الأول " المستويات العالية والمبالغ فيها للأداء " على أعلى درجة، كما يوضح الجدول رقم(5)، وقد يعزى الباحث ذلك إلى التسهيلات التي يحصل عليها بعض المعلمين من قبل المؤسسة التعليمية لتوفير فرص اكمال دراستهم العليا على حساب الوزارة وتوفير فرص رحلات استجمام في الاجازات مدفوعة الاجر، الامر الذي قد يترك انطباع إيجابي لدى بعض المعلمين (الكمالية السوية)، يليه البعد الثالث: "عدم الرضا بشكل عام " كما يوضح جدول رقم(11) وحصل البعد الثاني: "الخوف من الفشل " على أدنى متوسط حسابي، كما يوضح الجدول رقم(10)، ففي البعد الأول أظهرت النتائج: ان المعلمين ينشدون الأفضل دائما ويحبون الحصول على مستويات عالية ويكرهون المستويات المتدنية في انجاز الاعمال، اما في البعد الثاني أظهرت النتائج: أن المعلمين يخافون من الفشل بدرجة كبيرة ولا يشعرون بالقلق أو التوتر قبل بدء عمل ما

ويخافون من عدم الاستمرار في النجاح حيث أن الفشل حسب رأيهم سوف يفقد احترام الآخرون وحبهم لهم، وفي البعد الثالث أظهرت النتائج: أن المعلمين يحسنون أدائهم حتى ينجزوا ما هو أفضل ولا يشعرون بالرضا أذا كان هناك أي عمل ناقص ويبذلون قصارى جهدهم كي يكون العمل تام وكامل، وفي البعد الرابع "الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس"، أظهرت النتائج كما يوضح الجدول رقم (12): أن المعلمين يوجهون النقد لأنفسهم سعياً للكمال ويشعرون بأنهم في حاجة لأن يكونوا متميزين ليحترمهم الآخرون.

مناقشة نتائج السؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة؟

أظهرت النتائج في الجدول رقم (3) بأنه يوجد ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01) بين مقياس الكمالية ومقياس الاحتراق النفسي، وقد يعزى ذلك إلى أن المعلمين الذين يسعون لا شعوريا نحو الكمال يمتازون بالتنظيم والترتيب والتخطيط المستمر لكافة الاعمال المدرسية بشكل يومي، ويقيمون أداءهم بشكل مستمر خوفاً من الوقوع في الخطاء، ولان المعلمين يتفاعلون مع العديد من الأفراد الذين قد تتعارض أفكارهم واهدافهم فلابد من الوضع في الحسبان التوتر والقلق الذي سيترتب على ذلك، بسبب الأهداف الغير واقعية التي وضعوها ويحاولون الوصول إليها وهذا ما يعرضهم إلى الشعور بالخيبة وعدم الرضا وربما حدوث الاحتراق النفسي مستقبلاً، والمعلم الكمالي دائما يحرص على أن يكون في مستوى توقعات الآخرين، وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة فليت وهويت وهيليت (Flett,Hewitt,Hallett,1995) التي أظهرت نتائجها: وجود علاقة إيجابية بين الكمالية الموصوفة اجتماعيا والمؤشرات المختلفة للاحتراق النفسي المعلم، ودراسة سكوينك (Schwenke,2010)التي كشفت نتائجها: وجود علاقة بين الكمالية والاحتراق النفسي، ودراسة شيلدز وستوبر (Childs & Stoeber ,2012) التي أظهرت نتائجها: أن الفروق الفردية في الكمالية الموصوفة اجتماعيا قد تكون عاملا مساهما في الاحتراق النفسي في مكان العمل، ودراسة غور بانزاده ورضائي (Ghorbanzadeh , Rezaie ,2016) التي أشارت إلى: أن هناك علاقة إيجابية مرتفعة بين الكمالية والاحتراق النفسي للمعلمين وأن المعلمات أكثر فاعلية من المعلمين الذكور، واختلفت الدراسة مع دراسة تاشمان وتننبوم واكلند(Tashman,Tenenbaum & Eklund,2010) التي أشارت إلى عدم وجود علاقة مباشرة أو غير مباشرة بين الكمالية والاحتراق النفسي لدى المدربين الجامعين.

مناقشة نتائج السؤال الرابع: هل توجد فروق في مقياس الاحتراق النفسي تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟

أظهرت النتائج في الجدول رقم(14) بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير النوع الاجتماعي عند مستوى دلالة (0.05) لصالح الإناث واتفقت الدراسة مع دراسة الحراصي (2003) حيث أكدت الدراسة أن الاحتراق النفسي يزيد بزيادة الضغوط وفي متغير النوع الاجتماعي فقد أظهر المتغير تأثيره على الاحتراق النفسي حيث أن الاناث أظهرن احتراقا نفسيا أكثر من الذكور، وقد يعزى ذلك إلى أن المعلمات أكثر عرضه للاحتراق النفسي لأسباب تعود إلى الثقافة السائدة والعادات في محافظة جنوب الباطنة حيث الالتزامات الأسرية والعناية بالأبناء ورعايتهم والظروف الصحية المعروفة عند الإناث والصعوبات التي قد تعانيها في التوفيق بين متطلبات الاسرة والمجتمع من جهة ومتطلبات الوظيفة من جهة أخرى، وبعد مكان العمل عن المنزل في بعض المدارس الواقعة في المناطق الجبلية، واختلفت الدراسة مع دراسة محمد(1995) التي اشارت إلى أن الاحتراق النفسي يرتفع مع المعلمين على حساب المعلمات ودراسة العتيبي(2002) التي اشارت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الإحساس بالاحتراق النفسي ودراسة زهانج

وساب(Zhang & Sspp ,2009) التي أشارت إلى أن المعلمين الذكور أكثر معاناة من الإناث بالنسبة للاحتراق النفسي، ودراسة كوركلو وفيوزغلو وكاريمات واليدغ (Koruklu,Feyzioglu,Kiremit & Aladag,2012) التي إشارت إلى أن الاحتراق النفسي يحدث عند المعلمين الذكور أكثر من الإناث، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير نوع التعليم عند مستوى دلالة (0.05) لصالح معلمي التعليم الأساسي كما يظهر في الجدول رقم(15) وقد يعزى ذلك إلى تعامل المعلمين مع طلبة أكبر سناً وأكثر تطلباً في مدارس التعليم الأساسي نظراً للمرحلة العمرية الهامة التي يمرون بها من حيث إثبات الشخصية وبداية فترة المراهقة كذلك الكثافة الطلابية في المدارس وداخل الصف الدراسي تكون غالبا أكثر في مدارس التعليم الأساسي عن غيرها والأعباء الوظيفية المصاحبة لذلك عديده ومتنوعه، وقد يضطر المعلم إلى بذل جهد أضافي في عملية التدريس بسبب الممارسات التي يمارسها طلبة التعليم الأساسي، بينما مدارس التعليم العام وغالباً ما تتكون من الصفوف الأولى فأن الطلبة يكونون في مرحلة الكمون مما ينعكس على سلوكهم في التعلم من خلال الانضباط والتكيف والتنظيم، فيكون معظم جهدهم منصب على استقبال المعلومات، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الاحتراق النفسي ومقياس الكمالية لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير المؤهل العلمي عند مستوى دلالة (0.05) كما يظهر في الجدول رقم(16) واتفقت الدراسة مع دراسة يحي وحامد (2001) ودراسة عواد(2010) ودراسة أبو هواش والشايب (2012) التي اشارت إلي عدم وجود فروق تعزى لمتغير المؤهلات العلمية وقد يعزى ذلك إلى تشابه الظروف في البيئة المدرسية المحيطة بالمعلم والقوانين المنظمة لوظيفته، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير سنوات الخبرة عند مستوى دلالة (0.05) لصالح الفئة من 6 -10 سنوات، كما يظهر في الجدول رقم (17) و(18) وقد يعزى ذلك إلى أن الاحتراق النفسي ينشأ بسبب عوامل تتعلق بشخصية الفرد وبيئة العمل فالمعلم بطبيعة وظيفته يتعرض لضغوط مختلفة ومطالب تتزايد بشكل مستمر، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة بايرن وهال (Byrne&Hall, 1989) والتي جاءت نتائجها أن النوع الاجتماعي للمعلم من العوامل الأساسية المرتبطة بالشعور بالاحتراق النفسي ويختلف تأثيرها تبعا للصف الدراسي والتخصص، ودراسة الخطاب(2010) التي وجدت فروقا في متغير الخبرة لصالح فئة المعلمين الأقل خبرة ودراسة الحربي (2013) التي أشارت إلى وجود فروقاً في درجة الاحتراق النفسي لمعلمات التربية الخاصة حسب سنوات الخبرة، واختلفت الدراسة مع دراسة الجمالي وحسن (2005) حيث جاءت النتائج بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغيري الجنس والخبرة التدريسية ومع دراسة الظفري والقريوتي (2010).

مناقشة نتائج السؤال الخامس: هل توجد فروق في مقياس الكمالية تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي ونوع التعليم والمؤهل العلمي وسنوات الخبرة؟

يظهر من خلال الجداول رقم (19) و(20) و(21) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى مقياس الكمالية لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي، ونوع التعليم، والمؤهل العلمي عند مستوى دلالة (0.05)، ويرجع الباحث ذلك إلى تشابه الظروف من حيث المتطلبات الوظيفية والقوانين التعليمية المتبعة والتعامل مع العاملين في المدارس من معلمين وطلبة، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة غيمي وفارد (2016) التي هدفت إلى دراسة العلاقة بين خصائص رئيسية للمعلمين؛ وهي الكمالية، والقيادة والتمكين، بين معلمي اللغة الإنجليزية والرياضيات، وأظهرت نتائجها على عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية بين معلمي الرياضيات ومعلمي اللغة الإنجليزية فيما يتعلق بالكمالية، واختلفت مع دراسة العزّام(2014) التي أشارت نتائجها إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية في متغير النوع الاجتماعي لصالح الاناث، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الكمالية في البعد الثالث "عدم الرضا بشكل عام" لدى المعلمين بمحافظة جنوب الباطنة تعزى لمتغير

سنوات الخبرة عند مستوى دلالة (0.05) وأن الفروق في البعد الثالث " عدم الرضا بشكل عام بين الفئة (1-5) والفئة من (10سنوات فأكثر) كان لصالح الفئة من 10 سنوات فأكثر كما هو موضح في الجدول رقم (22) و(23)، ونظرا لعدم توافر دراسات سابقة تدعم إجابة السؤال ونتيجته الخاصة بالبعد الثالث ففسر الباحث ذلك أن الخبرة التي اكتسبها المعلم في الفئة من (10سنوات فأكثر) والثقة بالنفس توفر له قدرة اكبر في التعامل مع المشاكل والمواقف التي يتعرض لها في المدرسة بشكل لا يشعره بعدم الرضا، ويختلف الوضع عند المعلمين من بين الفئة (1-5) فنقص الثقة بالنفس وقلة الخبرة تؤدي به إلى الفشل أو عدم القدرة على التعامل مع المواقف والمشاكل التي قد يتعرض لها في المدرسة .

التوصيات: في ضوء نتائج الدراسة يمكن الوصول لبعض التوصيات الهامة للمعلمين:

- توصي الدراسة بإجراء تعديلات على أنظمة رعاية الموظفين وخاصة المعلمين في وزارة التربية والتعليم.
- توصي الدراسة بإجراء دراسات تهدف للتعرف على الكمالية وذلك بسبب نقص الدراسات العمانية والعربية التي تتحدث عنها.
- توصي الدراسة بتخفيف الأعباء الإدارية والوظيفية على المعلمين والتحفيز والتشجيع الدائم لهم ماديا، ومعنويا.
- توصى الدراسة بأهمية خلق فرص عمل قريبه من الاسرة ومكان الاستقرار بالنسبة للمعلمات خاصة.
- توصى الدراسة بضرورة توفير الظروف المهنية المناسبة التي تقلل من شعور المعلمين الأكثر خبرة بنقص الشعور بالإنجاز.
- توصى الدراسة بضرورة توفير المناخ الإيجابي للعمل داخل المؤسسة التعليمية.

الدراسات المقترحة: انطلاقا من أهمية موضوع الاحتراق النفسي والكمالية لدى المعلمين، وفي ضوء ما توصلت إليها الدراسة وتوصيات، تقترح الدراسة إجراء عدد من البحوث في المجالات التالية:

1. إثر برنامج ارشادي جمعي في خفض مستويات الاحتراق النفسي لمعلمي محافظة جنوب الباطنة.
2. الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدي معلمي محافظة جنوب الباطنة.
3. إثر الكمالية والتشوهات المعرفية في رفع مستويات الاحتراق النفسي لدي المعلمين.

المصادر والمراجع:

أولا: المراجع العربية

باظه، آمال (2002). **استبيان الميول الكمالية العصابية** (كراسة التعليمات). مكتبة القاهرة، الانجلو المصرية.

بتال، زيد (2000). **الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة**. الاكاديمية العربية للتربية الخاصة، الرياض، السعودية.

بدران، منى. (1997). الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القاهرة، **معهد الدراسات والبحوث التربوية والنفسية**.

بركات، زياد (2005). تأثير التنشيط الذاتي للذاكرة على التحصيل العلمي، دراسة تجريبية لدى الطلبة باستخدام مساعدات التذكر وقاد حات الذاكرة. **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**.

بني أحمد، أحمد (2007). **الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس**. عمان: دار الحامد للنشر والتوزيع.

الجمالي، فوزية، وحسن، عبد الحميد. (2002). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة. **دراسات عربية في علم النفس**، 2(1)، ص151-211.

الحاتمي، سليمان بن علي. (2014). الاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عُمان. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة نزوى. سلطنة عُمان.

الحراصي، فهد (2005). الاحتراق النفسي لدى المعلمين وبعض العوامل المحددة له بمدارس التعليم العام والاساسي بسلطنة عُمان، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السلطان قابوس ،سلطنة عمان .

الختاتنة، سامي (2009). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية، مجلة جامعة مؤته للبحوث والدراسات، **سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية**، المجلد (24) العدد (2) الكرك، المملكة الأردنية الهاشمية.

الرافعي، يحيى والقضاة، محمد (2010). مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات. **مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية**،2(2).

الزيودي، محمد حمزة (2007). مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. **مجلة جامعة دمشق، 34، ع2، 189-219.**

سامر عبد الكريم سعيد سلمان. (2003). مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته بمركز الضبط لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في مديريات محافظات شمال الضفة الغربية / فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، **جامعة القدس**، القدس – فلسطين.

السرطاوي، زيدان، والشخص، عبد العزيز. (1998). **بطارية قياس الضغوط النفسية وأساليب المواجهة والاحتياجات لأولياء أمور المعوقين (دليل المقاييس)**. الامارات العربية المتحدة، العين: دار الكتاب الجامعي.

شارف، خوجة مليكة. (2011). مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين. دراسة مقارنة في المراحل التعليمية الثلاثة. رسالة ماجستير: **قسم علم النفس وعلوم التربية**، جامعة تيزي وزو.

الشيخ خليل، جواد محمد. (2008). **الاحتراق النفسي لدى المعلمين وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية، 135 –158.**

الشيخ، دعد. (2002). سيكولوجيا العلاقة بين الرضاء المهني والاحتراق النفسي. **المجلة العربية للتربية** 22(2)، ص25-36.

الظفري، سعيد، والقريوتي، ابراهيم. (2010). الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عُمان. **المجلة الاردنية في العلوم التربوية**،6(3)، ص175-190.

عادل عبد الله محمد. (1999). بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين، **مجلة دراسات نفسية**، رابطة الأخصائيين النفسيين، القاهرة.

عبد الحميد، جابر، وكفافي، علاء. (1995). **معجم علم النفس والطب النفسي**. الجزء السابع، القاهرة: دار النهضة العربية.

عبد الخالق، شادية (2005). **استخدام نظرية الاختيار وفنيات العلاج بالواقع في خفض اضطراب الكمالية.** المجلة المصرية للدراسات النفسية، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، المجلد الخامس عشر، العدد السادس والاربعون، ص215-216.

العبيدي، عفراء إبراهيم خليل. (2015)، **الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة،** مجلة علوم الانسان والمجتمع (14).

عثمان، أكرم مصباح (2004)، **الاحتراق النفسي وعلاقته بالاكتئاب لدى المعلمين الوافدين بالإمارات العربية المتحدة.** رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، الإمارات العربية المتحدة.

العزّام، معاذ عبد المجيد. (2014). التوجه نحو الكمال وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين في لواء الوسطية في ضوء بعض المتغيرات. **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة اليرموك، الأردن.

عسكر. على 2000م، **ضغوط الحياة وأساليب** مواجهتها، الطبعة الثانية، دار الكتاب الحديث، الكويت.

عسكر. على، (1987)، **ضغوط العمل وتأثيرها المتمثل في ظاهرة الاحتراق النفسي، السلوك التنظيمي في المجال التربوي،** الطبعة الأولي، دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

كفافي، علاء الدين. (2003). الصحة النفسية والإرشاد النفسي، **دار النشر الدولي**، الرياض.

مالك أحمد على الرشدان. (1995). الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الحكومية في الأردن، **المجلة التربوية**، الكويت.

المعمري، عالية بنت على. (2001). ضغوط العمل لدى مديري المدارس الثانوية بسلطنة عُمان، رسالة ماجستير غير منشورة، **جامعة السلطان قابوس**، مسقط.

الوحشي، سلوى بنت خليفة. (2008). العلاقة بين الضغوط المهنية والاحتراق النفسي والأداء الوظيفي لدى معلمي التعليم الأساسي في سلطنة عُمان. **رسالة ماجستير غير منشورة**، معهد البحوث والدراسات العربية، القاهرة.

يوسف حرب عودة. (1998). ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الحكومية في الضفة الغربية، رسالة **ماجستير غير منشورة،** جامعة النجاح الوطنية، نابلس، فلسطين.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

Abdel Halim Boudoukha: Burnout et traumatismes psychologiques , Paris, Dunod, 2009.

Adler , A.(1956). The neurotic disposition .In H., Ansbacher &R. Anshabcher(Eds.), **The individual psychology of Adler** (pp.239-262).New York: Harper.

Bilge, F. (2006)**.** "**Examining the Burnout of Academics in Relation to job Satisfaction and other Factors"**. Social Behavior and Personality Available on line:,www.sbp-journal.com.

Childs, J. H., & Stoeber, J. (2012). **Do you want me to be perfect? Two longitudinal studies on socially prescribed perfectionism, stress and burnout in the workplace**. Work & Stress, 26(4), 347-364.

Dunham, Jack, (1992). Stress in Teaching,2nd ed., Biddles Ltd., **Guilford and King's Lynn**, Great Britain.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Hallett, C. J. (1995). Perfectionism and job stress in teachers. **Canadian Journal of School Psychology**, 11(1), 32-42.

Flett, G., & Hewitt, P. (2002). Perfectionism: Theory, Research & Treatment. Washington, DC: **American Psychological Association**. threat. Cognitive Therapy and Research, 14, 559-572.

Frost, R. , & Marten, P. (1990). **Perfectionism and evaluative**.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. **Cognitive therapy and research, 14**(5), 449 -468.

Fuming, Xu. , (2003). A study on Teachers Occupational Stress and Burnout. **Chinese Journal of Clinical psychology**. (11), 3. PP 195 -197.

Ghaemi, H., & Sadeghi Fard, M. J. (2016). A Comparative Study of English and Math Teachers' Perfectionism:Leadership a Empowerment. **International Journal of Foreign Language Teaching and Research**, 4(13), 109-128.

Ghorbanzadeh, A., & Rezaie, G. (2016). The Relationship between English Language Teacher Perfectionism, Efficacy, and Burnout. **International Journal of Foreign Language Teaching and Research**, 4(14), 97-106.

Gluschkoff, K., Elovainio, M., Hintsanen, M., Mullola, S., Pulkki-Raback, L., Keltikangas-Jarvinen, L., & Hintsa, T. (2017). **Perfectionism and depressive symptoms: The effects of psychological detachment from work**. Personality and Individual Differences, 116, 186-190.

Hagan, A. L., & Hausenblas, H. A. (2003). The relationship between exercise dependence symptoms and perfectionism. **American Journal of Health Studies, 18** (2/3), 133.

Hanchon, T. A. (2010). The relations between perfectionism and achievement goals. **Personality and Individual Differences, 49**(8), 885-890.

Hawkins, C. C., Watt, H. M., & Sinclair, K. E. (2006). Psychometric properties of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale with Australian adolescent girls: Clarification of multidimensionality and perfectionist typology. **Educational and psychological measurement, 66(**6), 1001-1022.

Hawkins,C. C; Watt, H. M. G& Sinclair, K (2004). Psychometric properties of the Frost multidimension perfectionism scale for Australian adolescent girls clarification of multidimensionality and perfectionist type. **American Psychological Association 5 th Edition**.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. **Journal of personality and social psychology, 60**(3), 456.

Hipps & Haplin. G. (1991). **Jop Stress, Stress Related to Performance**

Hollender, M. H (1965). Perfectionism. **Comprehensive Psychiatry**, 6,(2), pp 94-103.

Kubal, A. (2005): Perfectionism Among Women Seeking help for Deliberate Self-harm and/ or Eating Disorders: A Comparative Study, PhD, Department of Counseling, **Michigan State University**, Umi,3204743.

Lee ,L.(2007).Dimensions of Perfectionism and life stress :predicting symptoms of Psychopathology .PHD in Psychology ,**Queen's University Kingston**, Ontario, Canada.

Maslach ,C..,Schaufeli , W & Leiter M.(2001). Job burnout, **Annual Review of psychology**,52.397-422.

MASLACK CHRISTINA (1982) Burnout: The cost Of Caring. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice Hall .- Potter, B. A. (1987), Preventing Job Burnout: Transforming Work Pressures into Productivity. Palo Alto: **Consulting Psychologists Press**.

Navaitienė, J., & Daniloviene, V. (2017). **The Relationship between Teachers' Job Burnout and Perfectionism**. Educational Psychology, 28.

Pines ,A , & Aronson, E.(1983).**Combating burnout children, and youth. Services Review, 5, 263-273**.

Rice K G. ,Vergara ,D.T ., & Aldea ,M . A .(2006) . Cognitive- affective mediators of perfectionism and college student adjustment, Personality and Individual Differences ,40,463-473.

Schwenke, T. J. (2012). **The Relationships between Perfectionism, Stress, Coping Resources, and Burnout among Sign Language Interpreters.**

Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised almost perfect scale. **Measurement and evaluation in counseling and development, 34(**3), 130.

Stoeber, J., & Rennert, D. (2008). **Perfectionism in school teachers: Relations with stress appraisals, coping styles, and burnout**. Anxiety, stress, and coping, 21(1), 37-53.

Stoeber,J. & Otto,K.(2006).**Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. Personality and Social Psychology Review**,10,4295-319.

Stoltz, K., & Ashby,J.S.(2007).Perfectionism and lifestyle: personalty differences among adaptive perfectionists, Maladaptive perfectionists and Non perfectionists .**The Journal of Individual Psychology** ,63,4,414-423.

to Teacher Burnout**. Paper Presented at Annual Meeting of the American Educational Research Association, San Francisco**.March. PP 27- 31.