الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
كلية الآداب والعلوم الإنسانية
جامعة باجي مختار-عنابة-
قسم علم النفس

مستوى الاحتراق النفسي
لدى مربي الأطفال ذوى الاحتياجات الخاصة

مذكرة تخرج لنيل شهادة ليسانس
تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطلبة

خليلي عبد الحليم

زهاني نبيل

الهامل د

تحت إشراف

الدكتور/ بوخدير عمار

السنة الجامعية : 2007/2006

المكتبة الالكترونية

أطفال الخليج ذوي الاحتياجات الخاصة

www.gulfkids.com

www.alkottob.com

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر و تقدير

الحمد الله الذي أوصلنا لهذا والشكر له على كل الأحوال .
الشكر الجزيل إلى الأستاذ الفاضل الدكتور/ بوخدير عمار على العون والنصح والتوجيه وسعة قلبه أمام تقصيرنا وقلة باسنا .
ولكل أساتذة معهد علم النفس والى زملاء الدراسة.
الشكر الجزيل إلى كل من ساعدنا سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة في إنجاز هدا العمل وبصفة اخص الدكتور/ علي بن شويل القرني .
الشكر الجزيل إلى كل المربيين الذين تفضلوا بمشاركتنا في إنجاز هذا العمل .
كما نتقدم بالشكر والتقدير الى اعضاء ومشرفي الشبكة العربية لذوي الاحتياجات الخاصة وعلى رئسهم " فتى الخليج" .

www.alkottob.com

الفهرس

المقدمة.....أ

الإطار النظري للبحث

* الفصل الأول:

1 – إشكالية البحث.....1

2- فروض البحث 3

3 - أهداف البحث 4

4 - اهمية البحث 5

5 -الدراسات السابقة 5

6 -مفاهيم البحث 9

* الفصل الثاني : الاحتراق النفسي

1 - تطور مفهوم الاحتراق النفسي.....11

2 - تعريف الاحتراق النفسي.....13

3 - علاقة الاحتراق النفسي بالضغط النفسي.....16

4 - اعراض الاحتراق النفسي.....18

5 - اسباب الاحتراق النفسي 21

6 -الوقاية والعلاج من الاحتراق النفسي 27

الفصل الثالث : الضغوط النفسية

1 -الضغوط النفسية 28

2 - مصادر الضغوط النفسية.....30

3 – النظريات المفسرة لضغوط النفسية.....33

4 – مصادر الضغوط في مهنة المربي.....37

الفصل الرابع : ذوي الاحتياجات الخاصة

1 – ذوي الاحتياجات الخاصة.....38

2 - الاعاقة الذهنية.....39

3 -الاعاقة السمعية.....44

الإطار التطبيقي للبحث

الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للبحث

1 - حدود البحث 48

2 - منهج البحث 48

3 - عينة البحث.....49

4 - أدوات البحث..... ..54

الفصل السادس: نتائج الدراسة الميدانية

1 -عرض و تحليل نتائج البحث..... 57

2 - التوصيات والاقتراحات.....66

3- ملخص الدراسة.....68

- الخاتمة

- المراجع

- الملاحق

www.alkottob.com

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
جدول رقم (1)	توزيع المربين المختصين عبر المراكز	49
جدول رقم (2)	توزيع المربين عبر المراكز	49
جدول رقم (3)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الجنس.	50
جدول رقم (4)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة السمعية حسب الجنس.	51
جدول رقم (5)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الحالة الاجتماعية.	51
جدول رقم (6)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة لسمعية حسب الحالة الاجتماعية.	52
جدول رقم (7)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الخبرة المهنية.	52
جدول رقم (8)	توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة السمعية حسب الخبرة المهنية.	53
جدول رقم (9)	قيم الدرجات الخاصة بالإجابات المتوقعة في الاستمارة .	55
جدول رقم (10)	تصنيف مستويات أبعاد الاحتراق النفسي.	55
جدول رقم (11)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي للمربين في العينتين.	57
جدول رقم(12)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة (ت) لبعد تبلد المشاعر للمربين في العينتين.	58
جدول رقم(13)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت)لبعد شعور بالإنجاز للمربين في العينتين	58
جدول رقم(14)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.	60

www.alkottob.com

جدول رقم(15)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد تبلد المشاعر بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية.	61
جدول رقم(16)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإحساس بالإنجاز بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية	61
جدول رقم(17)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.	62
جدول رقم(18)	خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت)لبعد تبلد المشاعر بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.	63
جدول رقم(19)	) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لبعد الإحساس بالإنجاز بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية	63

www.alkottob.com

المقدمة

يزداد الاهتمام حاليا بتنمية الموارد البشرية في مختلف المهن باعتبارها الثروة الحقيقة والدافع الأساسي لأي تنمية اجتماعية ، هذا ما دفع بالمختصين النفسانيين يهتمون بتمكين الإنسان من الاستفادة من طاقته الكامنة في أحداث التغير والوصول إلى تحقيق أهدافه الخاصة والمهنية .

ومن جهة أخرى تعتبر الضغوط بأنواعها إحدى العوائق الأساسي لكل عملية تغير وتنمية بل تتعدى إلى التأثير على الطاقة الكامنة الدافعة ، هذا ما يعرض الفرد الى الاستنزاف الداخلي والإحساس بالانهيار وعدم القدرة . ويشبه أحد العلماء المختصين في الضغوط النفسية عملية الاستنزاف الداخلي لطاقة الكامنة بالاحتراق النفسي .

وأمام هده الصورة القاتمة لتأثير الضغوط النفسية على البنية النفسية للفرد وعلى استمرارية أدائه المهني وما يتعلق به من سوء توافق اجتماعي .

وقد اهتم الباحثين بدراسة وتتبع تأثير الضغوط النفسية بصفة عامة والاحتراق النفسي بصفة أخص على صحة النفسية للفرد أين لوحظ مدى هذا التأثير ، مما جعل من الاحتراق النفسي موضوع مناسب للعديد من الدراسات وهذا للمزيد من توضيح لطبيعة العلاقة القائمة بين الاحتراق النفسي ونظام العمل و كذا خصوصيات كل مهنة .

وهذا ما دفعنا إلى محاولة البحث في طبيعة هذا الاحتراق النفسي عن طريق اختيار فئة المربين العاملين في مجال رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة كعينة لبحثنا وكالتفاته لهذه المهنة التي تتقاطع مع العديد من المهن الأخرى وخاصة في جانب التعلم والصحة .

هذا ما جعلنا نتساءل عن مستويات الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية وخصص لذلك إطارين نظري وتطبيقي . بحيث تضمن الأول أربعة فصول ، احتوى الفصل الأول على تحديد إشكالية البحث وفروضه وأهدافه وأهميته وكذا الدراسات السابقة وصولا إلى تحديد المفاهيم المتعلقة بالبحث.

www.alkottob.com

أما الفصل الثاني فقد خصص لموضوع الاحتراق النفسي أين تناول كل ما يتعلــق بهــذه الظاهرة ابتداء بتطور التاريخي للمفهوم و تعريف وأعراضه وعلاقته بالضغوط النفــسية وصولا إلى الوقاية والعلاج.

في حين تضمن الفصل الثالث الضغوط النفسية من حيث مصادرها والنظريات المفــسرة لآليات حدوثها وكذا الضغوط النفسية الخاصة بالمربي .

كما خصص الفصل الرابع لتعريف بذوي الاحتياجات الخاصة اين تناول الإعاقة الذهنيــة وخصوصياتها وكذا الإعاقة السمعية وخصوصياتها .

في حين ضم الإطار التطبيقي فصلين ، اين خصص الفصل الخامس لإجراءات البحــث بما فيها حدود الدراسة ومنهجها والعينة والأدوات المستعمل في الدراسة .

بينما تناول الفصل السادس عرض وتحليل لنتائج الدراســة المتوصــل لهــا مــع أدراج التوصيات الخاصة بالبحث وملخص البحث.

www.alkottob.com

الإطار النظري للبحث

الفصل الأول

www.alkottob.com

الإطار النظري للبحث

الفصل الأول

البحث 1- إشكالية

تتميز عملية التكفل بفئة الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بصعوبات كثيرة وهذا لما تطمح لتجسيده من أهداف ذات طابع إنساني واجتماعي وتربوي ، تتطلب توفير عمال المؤهلين في مجال التربية الخاصة مستعدين لتحقيق تلك الأهداف و قادرين على تمكين هذه الفئة إلى الاندماج الاجتماعي.

ونظرا للمتطلبات والاحتياجات المتكررة سواء على الجانب النفسي والجانب الصحي و الجانب المعرفي والجوانب المتعلقة بالحياة اليومية الأخرى التي يتميز بها الأطفال ذوي الاحتياجات والتي تسند بصفة مباشر إلى المربين المشرفين على التكفل بهم داخل المراكز المتخصصة ، ومع زيادة المهام الملقاة على عاتق المربين ونقص الدعم الاجتماعي المشجع وكذا استمرارية الوضعية وعدم وجود مخرج أصبحت عملية التكفل تشكل نوع من الضغوط على المربيين ،و هذا حسب ما يراه " سيلي (1976 Selye) " بأن الضغط هو استجابة غير محدودة لأي نشاط يتطلب التكيف من قبل"(1).

وفي ظل هذه الوضعية اصبح المربين يجدون صعوبات في أداء مهامهم على اكمل وجه مما يدفعهم وبصورة مستمرة إلى المزيد من بذل الجهد بغيت مساعدة الأطفال ومع اتساع المسافة بين ما يطلبه الأطفال أو أسرهم وما يقدمه المربي يجد هذا الأخير انه غير قادر على المزيد من العطاء نظرا لاستنزاف المتزايد للجهد والإحساس بسلبية أدائه يتجه بذلك المربين إلى مرحلة تصنف عادة ضمن الاحتراق النفسي ويرى " فرودنبرجر(Herbert) " في هدا الموقف " ...إن الأشخاص في بعض الأحيان يكونون ضحايا Freudenberger للاحتراق

---

(1) السيد ابراهيم السمادوني (1990)، ادراك المتفوق عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية، بحوث الؤتمر السادس لعلم النفس ، الجمعية المرية لدارسات النفسية. ج1

www.alkottob.com

مثلهم مثل المباني وهذا نتيجة الضغط الناتج عن الحياة في هدا العالم المعقد ، فتتآكل الطاقة الداخلية للإنسان مثل تآكل اللهب مخلف فراغ داخلي هائل " (1).

وبالاهتمام الزائد في السنوات الحالية بالضغوط النفسية بصفة عامة والاحتراق النفسي بصفة أخص وهذا نظرا لما يخلفه من عواقب جسيمة على صحة العاملين.

ارتأينا إلى اختيار فئة المربين العاملين مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة كعينة من العاملين المتعرضين الى الضغوط اليومية في مجال العمل كموضوع للبحث وفق التساؤل التالي:

ما مدى مستوى الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في مجال الإعاقة بنوعيها الذهنية والسمعية ؟

---

(1) freudenberger,HJ (1975) . the staff burnout syndrome in alterantive institution psychotherapy Theory research,and practice 12,13-83

www.alkottob.com

2- فروض البحث

*** الفرضية العامة الأولى/**

- توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والسمعية.

- **الفرضية الجزئية الأولى/** توجد فروق ذات دلاله أخصائية على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والسمعية.

- **الفرضية الجزئية الثانية/** توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والسمعية.

- **الفرضية الجزئية الثالثة/** توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى شعور بالإنجاز بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والسمعية.

*** الفرضية العامة الثانية/**

توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

- **الفرضية الجزئية الأولى/** توجد فروق ذات دلاله أخصائية على مستوى الإجهاد الانفعالي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية.

- **الفرضية الجزئية الثانية/** توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

- **الفرضية الجزئية الثالثة/** توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد شعور بالإنجاز بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

www.alkottob.com

***الفرضية العامة الثالثة /**

توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

- **الفرضية الجزئية الأولى/** توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية .
- **الفرضية الجزئية الثانية/** توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.
- **الفرضية الجزئية الثالثة/** توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد شعور بالإنجاز بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية .

البحث 3-أهداف

:من بين ما يهدف إليه البحث ما يالي

-1- الكشف عن وجود أو عدم وجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والسمعية.

-2- الكشف عن وجود أو عدم وجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

-3- الكشف عن وجود أو عدم وجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

-4- محاولة إبراز مهنة المربي وما يرافقها من آثار نفسية نتيجة الضغوط المهنية

-5- محاولة التوصل إلى وضع مقترحات عملية لتجنب الاحتراق النفسي في هدا المجال

www.alkottob.com

4-أهمية البحث

تتدرج أهمية هدا البحث في إبراز مدى تأثر المربيين العاملين مع الأطفال ذوي الاحتياجات بالاحتراق النفسي وهدا كمحاولة لفتح المجال أمام أبحاث أخرى اكثر تخصص في هدا المجال من اجل مساعدة كل العاملين في مجال رعاية ذوي الاحتياجات الخاصة.

كما يفيد المختصين النفسانيين في اخذ صورة عن حجم ثاثير الضغوط المهنية في البنية النفسية للعمال . مما يدفع لتفكير في آليات للكشف والعلاج النفسي في هذا المجال.

5- الدراسات السابقة

نعرض فيما يلي مجموعة من الدراسات التي اهتمت بدراسة مستويات الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .

*** دراسة "محمود الدبابسه (1993)"**

قام بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في الأردن . وقد شارت في الدراسة (308) معلما ومعلمه من العاملين في مدارس ومراكز التربية الخاصة في الأردن. وقد استخدم الباحث مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي والمطور والمعدل على البيئية الأردنية.

وقد أظهرت النتائج أن معلمي التربية الخاصة يعانون بدرجه متوسطة من الاحتراق النفسي. كما بينت النتائج أن معظم الفروق ظهرت في بعد الإجهاد الانفعالي حيث وجدت فروق في هذا البعد تعزى لمتغير المؤهل العلمي لصالح حملة الشهادة الجامعية ولمتغير الجنس لصالح المعلمين الذكور. ولمتغير سنوات الخبرة لصالح المعلمين ذوي الخبرة القصيرة. ولمتغير نوع الإعاقة لصالح المعلمين الذين يعملون مع الإعاقات الحركية. ولمتغير الدخل الشهري لصالح المعلمين من ذوي الدخل المرتفع.

www.alkottob.com

*** دراسة زيدان السرطاوي (1997)**

قام بدراسة هدفت إلى الكشف عن مستويات ومصادر الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافيه وذلك على عينه من المعلمين في معاهد ومراكز التربية الخاصة في مدينة الرياض السعودية وباستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي تبين أن مستوى الاحتراق النفسي كان معتدلا على بعدي الشعور بالإنجاز والإجهاد الانفعالي في حين كان المستوى متدينا في مستوى تبلد المشاعر.

كما بينت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين استجابات المعلمين المتخصصين وغير المتخصصين في التربية الخاصة على بعد الإجهاد الانفعالي وذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة. ولم تكتشف الدراسة عن وجود أية فروق داله إحصائيا وفق متغيري التخصص ونمط الخدمة وذلك على بعد تبلد المشاعر. في حين كشفت النتائج عن وجود فروق داله إحصائيا وفق نفس المتغيرين على بعد نقص الشعور بالإنجاز وذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة الذين يعانون من مشاعر نقص الشعور بالإنجاز اكثر من غير المتخصصين.

كما كشفت النتائج أيضا عن وجود فروق داله إحصائيا على بعد الإجهاد النفسي لصالح المعلمين الجدد الذين كانوا اثر الفئات احتراقا مقارنة بذوي الخبرات المختلفة. كما بينت الدراسة أن فئة المعلمين العاملين مع الإعاقات العقلية يتعرضون للإجهاد الانفعالي بدرجة داله مقارنه ببقية زملائهم العاملين مع فئات الإعاقات الأخرى.(1)

---

(1) السر طاوي, زيدان(1997)"الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة :دراسة ميدانية" ,مجلة كلية التربية ,جامعة عين شمس المجلد 21العدد1ص57-96.

www.alkottob.com

*** دراسة إبراهيم القريوتي وفيصل عبد الفتاح (1998)**

أجريا دراسة على عينه من معلمي الطلاب العاديين ومعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات , بلغت (224) معلما ومعلمه منهم (149) من معلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة و (95) من معلمي الطلاب العاديين واستخدما مقياس شرنك للاحتراق النفسي وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود زيادة في درجات الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلاب العاديين عن درجات معلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة وان هناك فروقا في درجات الاحتراق النفسي بينهما تعزى لاختلاف مدة الخبرة في حين ان درجات الاحتراق النفسي كانت أعلى لدى المعلمين الذين يتعاملون مع فئات إعاقات أخرى (بصري حركي) مقارنة مع فئة الطلاب المتخلفين عقليا وفئة الطلاب المعاقين سمعيا.(1)

*** دراسة "عدنان فرح 2001 "**

أجريت الدراسة على عينه عشوائية من العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر والتي هدفت إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافيه وباستخدام مقياس "ماسلاش " للاحتراق النفسي تبين أن درجة الاحتراق النفسي الكلية لدى أفراد العينة كانت متوسطة وان الذكور العاملين مع ذوي الاحتياجات اكثر إحساسا بنقص الشعور بالإنجاز. أما بالنسبة لغير القطريين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة فكانوا اكثر تعرضا من القطريين للاحتراق النفسي، كما كشفت النتائج ان المتخصصين في علاج وتدريب ذوي الاحتياجات الخاصة هم اكثر احتراقا (نقص الشعور بالإنجاز الإجهاد الانفعالي) من فئتي المعلمين والمتخصصين في مجال التربية الخاصة كما

-1-القريوتي، إبراهيم – عبد الفتاح، فيصل – 1998 دراسة الاحتراق النفسي لدى عينة معلمي الطلاب العاديين ومعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات العربية المتحدة – مجلة كلية التربية العدد الخامس عشر السنة الثالثة عشر – 1998

www.alkottob.com

أن العاملين مع ذوي الإعاقات المتعددة يعانون من تبلد الشعور اكثر من فئتي العاملين مع الإعاقات العقلية والإعاقات الحسية الحركية.

ولم تظهر الدراسة أية فروق دالة إحصائيا تعزى لمتغير المستوى التعليمي أو لمتغير سنوات الخبرة بين متوسطات درجات أفراد العينة سواء على الدرجة الكلية لاختبار الاحتراق النفسي او على أبعاده الفرعية الثلاثة.(1)

*** دراسة " رائدة حسن الحمر"**

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة مقارنة بالمعلمين العاديين في المدارس والمراكز والمؤسسات ذات العلاقة بمملكة البحرين لمعرفة هل هناك فروق دالة إحصائيا بين معلمي التربية الخاصة والمعلمين العاديين في مستوى الاحتراق النفسي وقد تكونت عينة الدراسة من (84)معلما بينهم (40)من المعلمين العاديين و(44)من معلمي التربية الخاصة وقد كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين معلمي التربية الخاصة والمعلمين العاديين في مستوى الاحتراق النفسي لصالح معلمي التربية الخاصة . (2)

---

(1) الفرح , عدنان (1999) الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة مقدم في ندوة الإرشاد النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص في دولة قطر . بحث الاحتياجات الخاصة . جامعة الخليج العربي . البحرين ذوي.

(2) رائدة حسن الحمر (2006) " دراسة مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة مقارنة بالمعلمين العاديين في مملكة البحرين " مذكرة تخرج في علم نفس تربوي

www.alkottob.com

مفاهيم البحث 6-

***الاحتراق النفسي**

يستعمل مصطلح " الاحتراق النفسي " في كل الدراسات والكتب العربية لدلالة على المصطلح الإنجليزي "burnout" والفرنسي « L'épuisement professional. ".

وقد اعتمدنا في بحدنا التعريف التالي لتوضيح المعنى المقصود للاحتراق النفسي .

الاحتراق النفسي عبارة عن مجموعة من الأعراض المرضية النفسية والجسمية والعلائقية الناتجة عن سلسلة من ردود الأفعال السلبية التي يبديها العامل كمحاولات لتعامل مع الضغوط التي تواجهه في عمله.

الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي :

وفيما يخص الأبعاد الثلاثة الخاصة بالاحتراق النفسي فاتنا اعتمدنا على ما ذكره " عدنان فرح1999" (1)

***الإجهاد الانفعالي:**

شعور عام بالتعب الشديد ينتاب الفرد نتيجة لأعباء العمل والمسؤوليات الزائدة المطلوبة من الفرد.

***تبلد المشاعر:**

شعور يتولد لدى الفرد بسبب ضغط العمل الزائد وينطوي على اللامبالاة والتهكم وعدم الشعور بالقيمة الإنسانية للأشخاص الذين يعمل معهم.

***الشعور بالإنجاز :**

ميل الفرد إلى تقييم نفسه بطريقه سلبية لا سيما في مجال العلاقات الاجتماعية. ويتضمن تدني الشعور بالسعادة والرضا عن الذات.

1- عدنان الفرح , (1999) المرجع السابق

www.alkottob.com

*** المربين**

استعملنا كلمة المربين في بحثنا لدلالة على مجموع العاملين في مجال التربية الخاصة بمختلف تخصصاتهم ، بحيث نجد ثلاث فئات شملتهم دراستنا وهم المربين العاديين(غير متخصصين) والمربين المختصين في الإعاقة الذهنية و المعلمين المختصين في الإعاقة السمعية.

وتجدر الإشارة هنا أن الفئات الثلاثة المذكورة متخرجين من نفس مراكز التكوين المتخصص في هدا المجال .

www.alkottob.com

الفصل الثاني

- تطور مفهوم الاحتراق النفسي

ان مفهوم الاحتراق النفسي كمصطلح علمي لم يستعمل ألا حديثا بينما أعراضه أشير أليها في العديد من الأبحاث باعتبار أن أعراض الاحتراق النفسي تنشئ بمجرد التحاق الفرد بميدان عمله .

فخلال الحرب العالمية الأولى والثانية استعمل مصطلح "تعب المعارك" لدلالة على الأعراض المشابهة لأعراض الاحتراق النفسي المتعارف عليها حاليا.

ونظرا للخصوصية التي تميز أعراض الاحتراق النفسي ، فقد أخذت تجد من اهتمام و الدراسة والبحث و لهدا ستتطرق لاهم ما ورد في الأدبيات العالمية حول الاحتراق النفسي.

(" أول من تطرق إلى المعنى العام للاحتراق Crahem ceen يعتبر " جراهم سين في قصته الصادرة سنة 1960م التي عرض فيها حالة مهندس معماري يعاني من الاحتراق النفسي (1) .

("بأول بحث علمي تطرق إلى الاحتراق Bradleyوفي سنة 1960م قام" برا دلي النفسي باعتباره ناتج عن ضغوط العمل. (2)

وبحلول سنة 1974م اخذ موضوع الاحتراق النفسي يؤخذ قيمته العلمية على وجه التحديد في الدراسات الطبية بفضل الطبيب " فرويدنبرجر (Freudenberger)" و فريقه في عيادته بالولايات الأمريكية المتحدة (3).

---

(1)Peter bugel . Burnout. Sante conjuguee. averil 2005. N/32. p33

(2)Axel Hoffman. Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil 2005. N/32.p37

(3)Axel Hoffman. نفس المرجع السابق

www.alkottob.com

وبعد ذلك أخذت البحوث تهتم بطرق تشخيص وقياس الأعراض المشكلة للاحتراق النفسي.

) " إلى أجاد 1976, C.maslach فعلى سبيل المثال توصلت أبحاث " كرستينا مسلاش (*). BMIووضع مقياس خاص لقياس الاحتراق النفسي يرمز له ب(

في سنة 1980م مقاربة متعددة الأبعاد)" Chernissبالإضافة إلى ذلك قدم " شرنيس ((نفسية وعلائقية وبيئية وتنظيمية) لتشكل الأعراض الاحتراق النفسي.(1)

و أخير يمكن القول أن موضوع الاحتراق النفسي بصفة خاصة اصبح من المواضيع الأكثر اهتمام في مجال البحوث العلمية الطبية والنفسية والاقتصادية والاجتماعية نظرا لارتباطه بالصحة النفسية وبإدارة الموارد البشرية في اغلب المؤسسات ، وهدا ما يدفع لظهور أراء جديدة مفسرة لظاهرة الاحتراق النفسي في المستقبل.

---

(1) Axel Hoffman. Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil 2005. N/32 p37

* BMI يرمز الى Maslach Burnout Inventory

www.alkottob.com

2- تعريف الاحتراق النفسي

لوضع تعرف شامل للاحتراق النفسي ينبغي علينا أن نقوم بقراءة لمختلف التعاريف الواردة عبر مختلف الدراسات التي اهتمت بدراسة الاحتراق النفسي من اوجه مختلفة نفسية وطبية واجتماعية وتنظيمية.

فحسب أبو الاحتراق النفسي الطبيب"هربرت فرودنبرجر(Herbert Freudenberger)" هو مجموعة من ردود نفسية سلبية متعلقة بالضغوط فقد عرف الاحتراق النفسي بأنه المستمرة في محيط العمل " (1) .

أما " لازاروس (Lazarus) " فيعرفه بأنه " عبارة عن حالة إجهاد ناجمة عن أعباء ومتطلبات المتواصلة الزائدة الملقاة على الأفراد تفوق طاقتهم و قدراتهم المهنية "(2)

كما يذهب كل من " بيركان و هارتمان " إلى أن الاحتراق النفسي " انه استجابة إلى الإجهاد الانفعالي الناجم عن الإجهاد النفسي والأداء المنخفض في العمل وكدا أسلوب التعامل مع الآخرين "(3)

بينما يعرفه كل من " بينس و ارونسون و كافري(Pines,Aronson ,Kafry) " بأنه حالة من التعب يتميز بها بصفة اكثر الأفراد العاملين مع الأشخاص الآخرين أو مع الجمهور و العاملين الاجتماعيين وعمال الصحة " (4).

---

(1)Freudenberger,HJ (1975). the staff burnout syndrome in alterantive institution psychotherapy Theory research,and practice 12,13-83

(2 الشيخ,دعد (2002 م) سيكولوجية العلاقة بين الرضا المهني والاحتراق النفسي- المجلة العربية لتربية المجلد 22 العدد 2 ص22

(3) الشيخ,دعد نفس المرجع ص30

(4) Pines A , Aronso , E , Kafry D.(1982) .burnout : se vider dans la vie et au travail . montreal.le jour.1982.p303

www.alkottob.com

) " بعد عدة بحوث إلى Pines وزميلها "بينس( )" Maslachفي حين ذهبت "مسلاش (إعطاء تعريف ذا دلالة اكبر لمفهوم الاحتراق النفسي ، بحيث يعرفانه " على انه حاله من الإنهاك الجسمي والانفعالي للأشخاص الدين لديهم تصور سلبي اتجاه ذواتهم واتجاه الآخرين " (1)

وحسب هذا التعريف فان الاحتراق النفسي يتكون من ثلاثة أبعاد هي – بعد الإجهاد الانفعالي – بعد تبلد المشاعر – بعد الشعور بالإنجاز.

ويعتبر التعريف الأخير هو الأكثر تداولا في اغلب الأبحاث والدرسان المنشورة المتناولة لموضوع الاحتراق النفسي .

)" الاحتراق النفسي على انه" التغيرات السلبية في العلاقات Truch,1980وعرف"ترش (والاتجاهات نحو العمل ونحو الآخرين بسبب ضغوط العمل الزائدة مما ينعكس بشكل رئيسي بفقدان الاهتمام بالأشخاص الذين يتلقون الخدمات والتعامل معهم بشكل آلي" (2)

أن) "Sadman et Zagerوفيما يتعلق بمهنة التعليم فيرى كل من "سيدمان و زاجر(الاحتراق النفسي " "مظاهر سلبية من الاستجابات للضغط المصاحب للتدريس وعملياته والطلاب ونقص دعم الإدارة " (3)

---

(1)Pinesr,A .Maslach.C .characteristics of staff burnout in mental health settings hospital and community psychiatry 29

(2)Freudenberger,HJ (1975) . المرجع السابق

(3) الزغول , رافع (2003)" الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقته بإدراكهم للنمط الكرك من وجهة نظر المعلمين"مؤتة للبحوث والدراسات – سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ,المجلد18, العدد6, ص243.

www.alkottob.com

ومن خلال هذه التعاريف يمكن استنتاج التعريف التالي الذي نراه شاملا وجاملا لأهم ما ورد في التعاريف السابقة.

الاحتراق النفسي عبارة عن مجموعة من الأعراض المرضية النفسية والجسمية والعلائقية الناتجة عن سلسلة من ردود الأفعال السلبية التي يبديها العامل كمحاولات لتعامل مع الضغوط التي تواجهه في عمله.

www.alkottob.com

3- علاقة الضغوط النفسية بالاحتراق النفسي

نظرا لارتباط الاحتراق النفسي بالضغوط النفسية ارتباط تكاملي باعتبار أن الأول هو صورة القاتمة لضغوط النفسية في مجال العمل ، هذا ما دفع بعض الباحثين إلى أيضاع العلاقة الرابطة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي ، ومن بين هؤلاء " نيهاوس " الذي يرى أن الاحتراق النفسي هو انعكاس للضغوط النفسية الذي لا يقتصر عليها دون سواها ومن ابرز الخصائص المميزة للاحتراق النفسي التي توصل لها هي:

* إن الاحتراق النفسي يحدث نتيجة لضغوط العمل النفسية المتمثلة في تضارب الأدوار وغموضها وازدياد حجم العمل وظروف العمل وأحواله التي تنطوي على بعض المخاطر.

* إن الاحتراق النفسي يحدث في معظم الأحيان لدى المعلمين الذين يلتحقون بالمهنة برؤية مثالية مؤداها انهم لابد ان ينجحوا في مهنتهم.

* هنالك صلة وثيقة وعلاقة تناسبية متبادلة بين الاحتراق النفسي والسعي إلى تحقيق المهام التي يتعذر تحقيقها. (1)

في حين يرى "فاربر" أن الضغوط النفسية يمكن أن تكون إيجابية أو سلبية وبالمقابل فان الاحتراق النفسي يكون دائما وأبدا سلبياً ويضيف ان الاحتراق النفسي في أحوال كثيرة لا يكون نتيجة للضغوط النفسية المحضة أي لمجرد حدوث الضغوط النفسية و إنما يكون نتيجة للضغوط النفسية التي لا تحظى بالاهتمام ولا تجد المساندة الضرورية على الوجه الذي يؤدي الى تلطيف آثارها والحد من مضاعفاتها .

---

(1) الرشيدي,هارون توفيق(1999)الضغوط النفسية ,طبيعتها,نظرياتها,برامج لمساعدة الذات في علاجها, مكتبة الانجلو المصرية.

www.alkottob.com

وقد تناول أيضا "عسكر" مجموعة نقاط الاختلاف بين الاحتراق النفسي وحالات أخرى مشابهة له والمتمثلة في (1)

*على الرغم من أن التعب أو التوتر المؤقت قد يشكل العلامات الأولية لهذه الحالة إلا إن ذلك ليس كافياً للدلالة عليها وبخاصة إذا كانت قصيرة الأجل فالاحتراق النفسي يتصف بحالة من الثبات النسبي فيما يتعلق بالتغيرات السلبية.

*يختلف الاحتراق النفسي عن التطبيع الاجتماعي حيث يغير الفرد سلوكه واتجاهاته نتيجة للتفاعل مع الآخرين الذي يمكن أن تترتب عليه مظاهر سلوكية سلبية إذا كان الوسط الاجتماعي الذي يحدث فيه ذلك التفاعل يدعم التصرفات غير البناءة أما بالنسبة للاحتراق النفسي فان سلوك الفرد هو محصلة ردود الفعل المباشرة للتعرض لمصادر الضغوط في بيئة العمل.

*حالة عدم الرضا وما قد يصاحبها من غياب للدافعية في العمل لا تعتبر احتراقاً نفسياً ومع ذلك ينبغي أخذها بعين الاعتبار لان استمرارها يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

* الاستمرار في العمل لا يعتبر مؤشراً يعتمد عليه في إصدار حكم بغياب الاحتراق النفسي فالفرد ربما يستمر في عمله بالرغم مما يعانيه من احتراق نفسي لأسباب متعددة منها على سبيل المثال عدم توفر فرص للالتحاق بأعمال أخرى

---

(1) عسكر, علي (2000) , ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها: الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق دار الكتاب الحديث(الطبعة الثانية).

www.alkottob.com

4- أعراض الاحتراق النفسي

نظرا لتركيبة الاحتراق النفسي المتداخلة بين البعد الجسمي و البعد النفسي و البعد المعرفي و البعد العلائقي فان أعراضه بدورها ازدادت اتساعا انطلاق من تأثر الأبعاد السابقة . ولهدا اهتم الباحثون بتحديد مختلف الأعراض كل حسب تخصصه ومجال " الأعراض التي يتميز بها Cedoline " سيدولين (دراسته ، فعلى سبيل المثال يحدد (1):الفرد المحترق نفسيا هي

حدة الطبع ، اضطرابات النوم، الصداع المتواصل ، ضيق التنفس، الاكتئاب .

: ويمكننا حصر اغلب الأعراض الخاصة بالاحتراق النفسي في العناصر التالية

-أ- الأعراض السلوكية/

- تدني مستوى الأداء
- إهمال المظهر العام للجسم
- عدم الاهتمام بالحياة الخاصة
- تجنب الحديث مع الزملاء والغرباء
- مقاومة التغيير

-ب- الأعراض الانفعالية /

- القلق المبالغ فيه اتجاه مهام العمل
- عدم التحكم في الانفعالات
- الإحساس المتكرر بالذنب
- استعمال المفرط للحيل الدفاعية لتجنب الآخرين
- النظرة السلبية إلى الآخرين والى الذات

د عسكر (2003م) المرجع السابق (1)

www.alkottob.com

-ج- الأعراض الانفعالية /

- القلق المبالغ فيه اتجاه مهام العمل
- عدم التحكم في الانفعالات
- الإحساس المتكرر بالذنب
- استعمال المفرط للحيل الدفاعية لتجنب الآخرين
- النظرة السلبية إلى الآخرين والى الذات

<u>-د- الأعراض الفيزيولوجية /</u>

- اضطرابات الهضم
- اضطرابات النوم
- ارتفاع ضغط الدم وتسارع ضربات القلب
- آلام الرأس والظهر
- حساسية جلدية

)"إلى تشكل أعراض الاحتراق النفسي Calamidasكما نشير إلى ما ذكره " كلاميداس (
)1لذى العمال وفق مرحلتين متتابعتين هما (

<u>-أ- مرحلة الأعراض الأولية /</u>

- حرص الموظفين على الإجازات والعطل والأعياد بإبداء الفرحة لها .
- الحديث عن التقاعد ومزاياه للخلاص من العمل .
- السرعة في الذهاب إلى البيت مباشرة بعد نهاية العمل .

د عسكر (2003م) المرجع السابق (1)

www.alkottob.com

-ب- مرحلة الأعراض المتقدمة /

- الإحساس بالإجهاد والقلق اليومي
- عدم التركيز في العمل مع الإرهاق الذهني و الاندفاع نحو العمل بطريقة سلبية
- تجنب التعامل مع الزملاء والانطواء إلى النفس
- التذمر المستمر ورفض المهام الجديدة بحجج غير منطقية

***توهم الأعراض**

)" حول الاعتقاد الزائف Mac Bride 1983 , هنا نشير إلى ماد كره " ماك بريد (
للأعراض بين العمال فهو يقول انه لو رددنا ولعدة مرات أمام مجموعة من العمال بان مهنتهم خطيرة وتسبب العديد من الأمراض فانه سوف يعطون أهمية كبيرة للبحث عن الأعراض لدرجة الاعتقاد بالأعراض .(1)

ولهدا فان جملة الأعراض التي ذكرناه تحتاج إلى تشخيص دقيق لتأكد من صحتها فلا يكفي الإحساس بأحد الأعراض لكي نقول أن الفرد مصاب بأعراض الاحتراق النفسي.

---

(1)MacBride A ,1983, la depression d'epuisement phenomene possible . Sante mental au canada. 31. 1983

www.alkottob.com

5:- أسباب الاحتراق النفسي

يعتبر الاحتراق النفسي محصلة لمجموعة من العوامل الضاغطة على العامل في محيط عمله ، وعليه فان الأسباب المؤدية إلى الاحتراق النفسي يمكن حصرها في الآتي:

1-5. عوامل متعلقة بالفروق الفردية

تلعب الفروق الفردية دورا مهما في تعريض الفرد لضغوط ، على اعتبار أن الفرد الغير قادر على تحمل والتكيف مع أي نوع من أنواع الضغوط هو الفرد الأكثر تعرض لمضاعفات ونتائج هذا الضغط على الصحة النفسية .

وقد اهتمت اغلب البحوث في مجال الاحتراق النفسي بتبيين مدى تأثير الفروق الفردية على التعرض للاحتراق النفسي ، وتوصلت في معظمها الى تحديد العناصر الشخصية التالية:

أ-جنس العامل:

اهتمت الدراسات في إبراز العلاقة القائمة بين جنس العامل وتعرضه إلى الاحتراق النفسي Price et Spencer وهنا نشير إلى ماد كره " بريس و سبينسر ( ) " بان المرأة التي تعاني من تعارض في دورها كعاملة وربة بيت، تكون اكثر تعرضا للاحتراق النفسي . في حين تدفع علاقات العمل والمحيط المهني الرجال إلى التعرض اكثر للاحتراق النفسي.(1)

ب- العمر:

لا يعتبر السن مؤشرا مهما في تعرض العامل للاحتراق النفسي ، بحيث لم يعثر على أي دراسة تعرضت لهذا العنصر في حين أعطية أهمية لسنوات العمل .

---

(1)Axel Hoffman .Questions Reponses sur le Burnout. Sante conjuguee.averil 2005. N/32 p37

www.alkottob.com

ج-الاعتقادات والقيم

اهتم العلماء بدراسة تأثير المعتقدات والقيم التي يتبناها العامل خلال ممارسته اليومية لمهنته ، بحيث لوحظ أن نمط التفكير الذي يتبناه العامل المستمد من معتقداته وقيمه الخاصة يؤثر على طريقة تعامله مع الضغوط التي تواجهه في محيط عمله.

)" بان هناك نمطين أساسيين من أنماط التفكير يعتمد Rotterوهدا ما أشار أليه "روتر((1) :، ويتمثل النمطين فيما يلي عليهما الأشخاص في التعامل مع الأشياء من حولهم

1-internal locus of control- أشخاص ذوي التحكم الخارجي

يتميز هؤلاء الأشخاص بنظرة إيجابية واندفاعية ورضا عن النفس مما يجعلهم قادرين على مواجهة الضغوط وتجنب أعراضها .

2-eternal locus of control- أشخاص ذوي التحكم الخارجي

الأشخاص هنا يميلون إلى عدم الرضا والسلبية والخضوع إلى الضروف الخارجية ، و باعتبارها قدرا محتوم . يميلون إلى الانطواء و عدم قدرتهم على مواجهة الضغوط هده الفئة اكثر عرضة للاحتراق النفسي .

---

(1) د عسكر (2003م) المرجع السابق

www.alkottob.com

2-5. عوامل التنظيمية لنشات الاحتراق النفسي:

" فان نشأت الاحتراق النفسي Maslach et Leiter.1997 ليتر (حسب " مسلاش و (1):مرتبط بالعوامل التنظيمية التالية

أ – ضغوط العمل:

تتجلى في كثرة الأعباء الملقاة على العامل المطالب بإنجازها في وقت قصير، وهذه الأعباء راجعة إلى تقليص العمال وازدياد المهام.

ب – محدودية صلاحيات التدخل العامل:

عدم ترك للعامل حرية لتصرف واتحاد القرارات المناسبة لحل المشكلات التي تواجهه في محيط عمله .

ج – قلة التعزيز الإيجابي:

تغييب الدعم المادي والمعنوي اتجاه ما يبذله العامل من مجهودات .

د – نقص العلاقات الاجتماعية:

انغلاق على الذات وانعزال العامل بسبب طبيعة العمل التي تفرض قلت التواصل بين العمال ونقص في النشاطات الترويحية الخاصة بالعمال.

ه – سوء التسيير وعدم الأنصاف:

عدم مراعاة خصوصيات وقدرات العامل بحيث يكلف العامل بمهام تفوق إمكانياته مما يعرضه إلى عقوبات في حالة الخطا أو عدم الإنجاز.

و – تعارض قيم العمل مع قيم العامل:

صراع بين متطلبات العمل وما يتميز به من قيم مع ما يتبناه العامل وما يعتقد به من قيم.

---

(1) organizations Maslach .Leiter (1997) the truth about burnout : How Stress and what to do about it – s.f:jossey bass publishers

www.alkottob.com

: -6- الوقاية والعلاج من الاحتراق النفسي

تمهيد

الاحتراق النفسي يبقى دائما وفي اغلب المؤسسات شئ غير مصرح به نظرا لعدم وضوح الرؤية حول هذه الأعراض ، فالأفراد العالمين يعانون في صمت ويجدون صعوبات في التصريح المباشر عن هذه المعاناة باعتبارها تصريح بعدم الرغبة في العمل أو اعتراف بالضعف وخاصة عندما نتجاهل الإدارة المسيرة الأسباب الحقيقية لهذه المعاناة ، وأمام هذا الموقف نجد أن اغلب الدراسات اهتمت بالوقاية الجماعية في إطار تنظيم العمل .

:أ – الوقاية من أعراض الاحتراق النفسي

)" فان الوقاية تتجه إلى تكوين Pines A,Aronson,E1988حسب " بينس و ارونسون (فريق عمل فعال ومتماسك مما يمكن أفراده من تجنب الضغوط الداخلية والخارجية بالاعتماد على الدعم و التحفيز المتبادل ، والدخول في علاقات مع فرق عمل أخرى تحت أطر علمية ورياضية وترفهيه . ولتكوين هدا النمط من الفرق ينصح باتباع الاستراتيجيات التالية:(1)

*** استراتيجية تنظيم العمل**

- وضع أهداف عمل واضحة وقابلة للإنجاز وفق مراحل متتابعة .
- إعطاء هوية لمؤسسة العمل وفق إبراز خصوصياتها وأهدافها المستقبلية .
- الانفتاح إلى المجتمع والمشاركة في الفعاليات الثقافية والعلمية والرياضية ...الخ

*** استراتيجية تنظيم المهام والأدوار**

- تقسيم مناسب للأدوار والمهام وفق قدرات وإمكانيات العمال .
- وضح خطط مرحلية لتتقيد الأهداف المسطرة حسب خصوصيات كل مؤسسة .
- ترك مجال لراحة للعمال أثناء أداء مهامهم .

---

(1) Pines A, Aronson ,E (1988) career burnout .Causes and cures New York- free press1988

www.alkottob.com

– تشجيع الإبداع المهني والابتعاد عن المهام الروتينية من خلال بعث جو تنافسي بين العمال .

–التفكير في المسار المهني للعمال بالاعتماد على ترقيات لمناصب جديدة .

*** اخد القرار وحل الصراع**

– وضع آليات لحل الصراعات والتدخل المباشر أثناء حدوثه .

– تحسيس العامل بأشكال الصراعات وطرق تجنبها.

– إشراك العمال في اتخاذ القرارات اليومية المتعلقة بتسير مهامهم.

– تكوين رؤساء عمل قادرين على إدارة الصراع بين العمل.

ب – آليات تجنب الاحتراق النفسي:

" المهتمة بتتبع ملامح شخصية العمال Barbara Brahamحسب " باربرا براهم (المحترقين نفسيا ، فان اسلم الطرق لتجنب التعرض للاحتراق النفسي في محيط العمل هي (1)

1– عدم الانشغال الدائم بمهام العمل والحرص على سرعة إنجازها على حساب التفريط في الحياة الخاصة .

2– تجنب إرضاء رؤساء العمل على حساب تعريض الذات للإبداء و الإحساس بعدم الرضا.

3– عدم التفريط في الحياة الخاصة وجعلها في الدرجة الثانية بعد الحياة المهنية ، بل يجب التوفيق بينهما مع الاهتمام بأوقات الراحة والترويح عن النفس .

4– وضع أولويات للعمل وعدم التسرع في اتحاد القرارات ، بل الاعتماد على خطط مسبقة وفق برنامج زمني محدد .

www.alkottob.com

ج – علاج حالات الاحتراق النفسي :

في عملية العلاج الفردي لا توجد وصفة محدد لكل الحالات إنما لكل حالة مدخل علاجي مناسب لها.ولكن تبقى الأطر العلاجية في اغلبها متشابها بحيث تعتمد على المراحل التالية:

***مرحلة تشخيص الأعراض**

على الرغم من الأعراض المميزة للاحتراق النفسي ذات أبعاد مختلفة (العضوية، النفسية ، العلائقية ، معرفية...) إلا أن الاتجاه العام في التشخيص والعلاج يتجه إلى البعد النفسي باعتباره المحرك الأساس في ظهور الأعراض الأخرى .

التشخيص يتجه إلى دراسة البينية النفسية للعامل وتحليلي العاملي لمختلف سلوكياته داخل وخارج محيط العمل، الاعتماد على المقاييس الخاصة بقياس مستويات الاحتراق النفسي و مقاييس أخرى مدعمة لتشخيص ، وهدا لوضع ملمح واضح لشخصية من خلاله نتمكن من فهم آليات التي ساهمت في تعرض العامل للاحتراق النفسي مما يسهل لنا اختيار المقاربة العلاجية المناسبة .

*** مرحلة العلاج**

بعد تشكيل صورة واضحة عن طبيعة الأسباب المساعدة على تعرض العامل للاحتراق النفسي، وجمع المعلومات الخاصة بمعاش العامل نكون قد وصلنا إلى تحديد الأسلوب العلاجي المناسب للخصوصيات العامل المصاب بالاحتراق النفسي.وعلى الرغم من تنوع الأساليب العلاجية ألانه نرى أن اغلب الدراسات تتجه إلى الأسلوب المعرفي لما يتضمنه من تقنيات مساعدة على مساعدة العامل على أحداث التغير على مستوى ذاته وأساليب معالجته لمحيط عمله.

من بين التقنيات الأكثر استعمال في مثل هذه الحالات نختر على سبيل المثال ما يالي : (1)

---

(1) د عسكر (2003م) المرجع السابق

www.alkottob.com

*** تدعيم الصلابة النفسية**

تتمحور هده التقنية حول تقوية قدرات تحمل شدة الضغوط من خلال تهيئة العامل على المقاومة والتغير .

*** التطعيم الانفعالي**

على خلفية التطعيم الطبي لتقوية مناعة الجسم تتجه التقنية إلى تطعيم الانفعالات لتقوية لمواجهة الضغوط. كان نضع العامل في موقف ضاغط محتمل ونترك له الفرصة لموجهة هذا الموقف مما يجعله قادر على مواجهته مستقبلا.

*** إعادة البرمجة الذهنية**

تعتمد التقنية على إعادة صياغة الأفكار ووضع آليات لتقيمها ومراقبته وتجنب النظرة السلبية لذات والأخريين.

***الاسترخاء**

عبر تقنية الاسترخاء نساعد العامل على إعطاء وقت لسماع جسمه وتفريغ الشحنات الضاغطة عبر تمارين الاسترخاء سواء بعد الإحساس بالتعب أو بعد كل يوم عمل .

www.alkottob.com

الفصل الثالث

الضغوط النفسية

1- الضغوط النفسية

1-1.تعريف الضغط النفسي

تعددت تعاريف الضغط النفسي بحسب اختلاف النظريات والآراء المفسرة لطبيعة هذه الضغوط ، وللوقوف على مفهوم الضغط النفسي نتناول ما يالي:

*** حسب قاموس علم النفس**

" وتعني عاطفة المعاناة والألم أو dstress " وباللاتينية " stressالضغط بالإنجليزية " الحزن العميق والتي استعملت من طرف "سيلي " سنة 1963م لتعبير عن استجابة عامة وغير المحددة للجسم لرد على كل متطلبات الموقف (1)

ولقد ميز "سيلي" عوامل ضاغطة تهدد التوازن الفيزيائي أو النفسي للفرد لأنها تسبب الضجيج ،البرد ،الحزن العميق ، فقدان شخص عزيز ...الخ.:المضرة للكائن الحي مثل إن الحياة بمتغيراتها تسبب الضغط وهذا الأخير يقل بعد الانتهاء أو الخروج من هذه الظروف .

*** تعريف عبد الحفيظ مقدم**

يرى أن الضغط النفسي عبارة عن التوتر الذي يشعر به الإنسان من محاولته لتكيف مع بعض المواقف الجديدة لاستعادة التوازن إلى نفسه.

*** يعرف د فاروق السيد عثمان**

يعرفه على انه مجموعة من الضر وف المرتبطة بالتوتر والشدة الناتجة عن المتطلبات التي تستلزم نوعا من إعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عنه ذلك من آثار جسمية ونفسية .

---

(1)Norber Sillamy (1996),dictionnaire de la psychologie, Larousse référence . France

www.alkottob.com

Lazarus* تعريف لازاروس

يعرفه على انه ظرف خارجي يضع الفرد أعباء متطلبات فائقة ويهدده أو يعرضه للخطر بشكل أو بأخر. (1)

*** تعريف ستورا**

هو عامل خارجي يحس به الفرد في وقت ومكان معين هذا الأخير يستعمل دفعات عقلية لمواجهة والتي ترافقها في أن واحد آليات بيولوجية.(2)

وانطلاق من هذه التعاريف السابقة نجد أن بعض الباحثين يولون أن الضغط عبارة عن التغيرات التي تحدث على الجسم ،و انه تهديد بسبب ظروف خارجية أو داخلية في حين يرى البعض انه التوتر الذي يشعر به الإنسان في محاولته لتكيف واستعادة توازنه النفسي.

---

(1)عثمان علي (2001). القلق وادارة الضغوط النفسية . دار الفكر العربي– القاهرة. ط1

(2) Stora jean benjamin(1991),le stress , edition dahlab

www.alkottob.com

2- مصادر الضغوط النفسية

تعددت مصادر الضغوط النفسية وتنوعت منها ما هو متعلق بشخصية الإنسان وأخرى متعلقة بالحياة العامة والمهنية . نلخص أهم هذه العوامل فيما يلي:

2-1.العوامل النفسية الاجتماعية

وهي متفاوتة من حيث المسؤوليات الحياتية اليومية إلى الأحداث والتغيرات التي يدركها الفرد في اتجاه السلبي أو الإيجابي ،وتنشا نتيجة التفاعل القائم بين الإدراك وعمليات التأهيل الاجتماعي وتتمحور في العناصر التالية (1)

* **التكيف :** من البديهي أن صحة الفرد تعتمد مباشرة على الاحتفاظ بالتوازن بين الجوانب المختلفة (الجانب العقلي.الجانب البيولوجي .الجانب النفسي ..) ويعتمد الجسم على المحافظة على هذا التوازن لمواجهة مختلف المواقف الضاغطة والمتغيرات الحياتية وتكمن خطورة المواقف المذكورة في إمكانية حدوث خلل في توازن الكيميائي والذهني مما يدفع بالجسم إلى اللجوء إلى عملية التكيف للاحتفاظ بالتوازن السابق . وأي خلل في آلية التكيف تؤدي إلى تعرض الجسم للأخطار بصورة دائما .

* **الإحباط :** يصنف ضمن العوامل الأساسية التي تشكل الضغوط النفسية، وهي الحالة التي يشعر فيها الفرد بالعجز عن تحقيقه لأهدافه ومتطلبات حياته وعادة ما ينشا الإحباط نتيجة عوامل داخلية نفسية وخارجية علائقية. وهو الدافع إلى الشعور بالغضب والتسرع إلى العدوان مما يدخل الفرد في سلسلة من الضغوط على مستوى المحيط الذي يعيش فيه.

---

(1) القدافي رمضان محمد (1998) ، جديد الصحة النفسية والتوافق ،المكتبة الجامعي الحديث ، الاسكندرية ، ط1

www.alkottob.com

* **التهديد :** وهو توقع الشخص بان مكروه ما سوف يصيبه أو يتعرض له وكلما ازداد هذا التوقع ازداد أو أرتفع مستوى الشعور بالتهديد. وتهديد يختلف عن الإحباط ، بكونه الأول مرتبط بتوقع حدوث موقف ما للفرد أما الثاني فهو حدوث الموقف فعلا.

* **القلق :** يتميز بدوره الفعال في تشكيل بعض مكونات الضغوط النفسية ، وتكشف لنا ملاحظات لسوك الفرد قبل حدوث الضغوط أو بعدها عن مجموعة من الأعراض الدالة على حالة القلق منها على سبيل المثال اضطراب الكلام وارتفاع ضغط الدم وتغير في إيقاع حركات الجسم وغيرها من المظاهر التي تزيد من تعرض الفرد الضغوط .

2-2.العوامل المهنية :

لقد اصبح موضوع الضغوط النفسية يحتل الصدارة في البحوث النفسية والصحية والمهنية ، و الضغط يستخدم في المجال المهني لدلالة على حالتين ، الأول تتعلق بظروف العمل المادية الاجتماعية المحيطة بالعامل في مكان عمله والتي تسبب له نوع من التوتر والإرهاق أما الحالة الثانية فهي ترجع ذلك الإحساس المحزن الذي ينتاب العامل بسبب العوامل السابق ذكرها .

وللوقوف على طبيعة الضغوط في المجال المهني يمكن حصر أهمها فيما يلي:(1)

* **صراع تعارض الدور:** يحدث الصراع في حالة وجود اكثر من مطلب على العامل ،ففي حالة الاستجابة إلى أحدهم تصعب عليه الاستجابة إلى الأخر فمثلا المشرف الذي عليه تنفيذ طلب رئيسه حول زيارة الإنتاج وفي نفس الوقت يواجه طلب من العمال بتخفيف أعباء العمل عليهم ، وهنا يكون بين مطلبين متعارضين عليه أن يوفق بينهما.

---

(1) عثمان على (2001) المرجع السابق

www.alkottob.com

* **غموض الدور:** ويتعلق بغياب الوضوح حول الدور أو المهمة المطلوب أدائها من طرف العامل ، وخاصة عندما يكون العامل مبتدأ أو غير متخصص في مجال عمله . وباستمرار هذا الغموض يصبح كموقف ضاغط على العامل مما يدفعه إلى عدم الرضا.

* **طبيعة العمل:** أن المهن تتفاوت بطبيعة الحال سواء من حيث المسؤوليات وطرق الأداء وأهدافها وغاياتها العامة ، وهذا الاختلاف يؤدي بدوره إلى اختلاف في درجة وطبيعة الضغوط المتعلقة بكل مهنة فعلى سبيل المثال تزداد الضغوط في المهن المرتبطة بحياة الناس بحيث يزداد قلق العمال مقارنة بالمهن الأخرى .

* **زيادة الحمل الوظيفي:** زيادة المهام المطلوبة على العامل سواء من حيث الكم أو الكيف وباستمرارها تتحول إلى ضغوط تأثر على للعامل .

* **قلة الحمل الوظيفي:** حين تسند إلى العامل مهام اقل من قدراته بحيث تحدث نوع من الصراع الداخلي واختلال الثقة في النفس ، وقد تدفعه إلى النظرة السلبية للعمل والى الذات والى الآخرين أن طلاق من عدم تقدير الآخرين له.

* **الفرص الغير كافية لتطوير المهني:** ويتعلق بغياب التطوير لمهارات العامل وعدم تثمين جهودا ته من خلال ترقيات والحوافز . ومع إحساس العامل بالإهمال والتميز المقصود من طرف رؤساء العمل يتجه بدوره إلى الإحساس بعدم الرضا وعدم الثقة في النفس .

www.alkottob.com

3- النظريات المفسرة لضغوط النفسية

لقد تعددت الآراء والنظريات المفسر لضغوط النفسية وهذا تبعا للأطر النظرية التي يتبنها كل باحث. ويمكن تحديد أهم هذه النظريات فيما يلي :

3-1- النظرية الفيزيولوجية "هانز سيلي H.Seley" :

اعتمد "سيلي " في دراسته لضغوط على دراسة الآليات الفيزيولوجية للجسم وتعاملها مع الضغوط بحيث يرى أن يعيش الفرد بدون ضغوط فذلك يعني الموت ولكن شدة الضغوط والتعرض المتكرر لها يترتب عنها تأثيرات سلبية كالفوضى والارتباك في حياة الفرد والعجز عن اتخاذ القرارات وظهور الأمراض الجسمية ومظاهر لاضطرابات عضوية أخرى . وقد توصل بعد أن طبق تجاربه على الحيوانات باستخدام السم والصدمات الكهربائية وعوامل ضاغطة أخرى ، إلى أن الفرد يستعمل مجموعة من لاستجابات لضغط تؤلف معا ما يطلق عليها " **زمالة التوافق العام General Adaptation Syndrome**" وهي :(1)

***مرحلة الإنذار بالخطر** : وهي تتمثل في الإنذار أو الإحساس بوجود المشكلة يكون الجسم متيقظا ومتحفزا للحالة الوشيكة المؤدية إلى الضغوط النفسية.

***مرحلة المقاومة :** وهي محاولة الاستجابة لدواعي التكيف مع المتطلبات الملحة يحاول الجسم عبرها استعادة توازنه والرجوع إلى الوضعية الطبيعية.

***مرحلة الجهاد او الاستنزاف :** وفيها يصل الشخص إلى الإجهاد التام والتعرض المستمر لضغوط النفسية وهي مرتبطة بعدم القدرة على التكيف وأعراضها مشابهة لأعراض المرحلة الأولى وهكذا يصبح الشخص يعاني من الضغوط النفسية بالقدر الذي غير قادر على التكيف مع المتطلبات الملحة.)

---

(1) طلعت منصور وقيولا الببلاوي (1989) , قائمة الضغوط النفسية للمعلمين, مكتبة الانجلو المصرية

www.alkottob.com

3-2- من الجانب الاجتماعي (نظرية موراي):

اهتم " موراي " بدراسة البعد الاجتماعي في تفسيره لضغوط النفسية بحيث يرى أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة , وعلى هذا الأساس يرى بان الضغط صفة لموضوع بيئي او لشخص تيسر او تعوق جهود الفرد للوصول إلى هدف معين ويميز" موراي" بين نوعين من الضغوط هما :

* **ضغط بيتا Beta Stress:** ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

* **ضغط ألفا AlphaStress:** ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالتها كما هي.

ويوضح هنا أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها ويطلق على هذا مفهوم تكامل الحاجة أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة النشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم" ألفا ". (1)

3-3- من ناحية ادراكية (نظرية الجشطلت):

اهتم رواد هذه النظرية بإيجاد علاقة ترابطية بين عملية إدراك المثيرات وتوظيفها في إدراك الضغوط النفسية . ويرون بان أن أدراك الفرد للعناصر الموجودة في المجال الذي يوجد فيه

---

(1)الديري,محمود بن محمد إبراهيم (2005) إدراك الضغوط النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين ,بمدينة الدمام, رسالة ماجستير- غير منشورة,كلية التربية,جامعة البحرين

www.alkottob.com

وكذلك إدراكه للعلاقات التي تربط بين عناصر المجال من شانه أن يؤدي بالكائن الحي إلى إعادة تنظيم المجال في كل او في صورة جديدة وهذا الكل او هذه الصورة هي ما يفسره أصحاب النظرية بالتعلم الذي ينشا عملية الاستبصار.

ويمكن توظيف عملية الاستبصار في إدراك الضغوط النفسية وتحقيق ما يسمى الاستبصار بسمات الحدث الضاغط عن طريق محاولة الإدراك الكلي للحدث الضاغط وما يتضمنه من عناصر أو مكونات كإدراك مسبباته وظروف وقوعه وإدراك أهميته ودلالته ومعناه بالنسبة للفرد وما يتضمنه من تأثيرات إيجابية أو سلبية وإدراك الحلول الملائمة للتعامل معه, ويؤدي الإدراك دوراً حيوياً في عملية إدراك الضغوط وحل المشكلات حيث تمثل وظيفة الإدراك المدخل الأساسي والإطار الثابت الذي يؤدي إلى حل المشكلة او يؤخر حلها فالمفاهيم والمبادئ ما هي إلا صيغ وجشطلتات معرفية تعلن عن الوصول إلى الحل الصحيح والطريق السليم لحل مشكله ما هو تحديد كيف يمكن إدراك هذه المشكلة وفهم متطلباتها وعندئذ سوف نجد الحل سريعا. (1)

ولذلك فالمشكلات من وجهة نظر علماء الجشطلت هي في الأساس مشكلات ادراكية تظهر إلى الوجود عندما يحدث للفرد توتر أو إجهاد نتيجة للتفاعل بين الإدراك وعوامل التذكر عند التفكير بهدف حل مشكلة أو بهدف فحصها من زوايا مختلفة وعند تقليب الأمور إزائها يبرز على السطح وفي لحظة ما اقرب للحظة الفجائية الحل الصحيح وفقا لمبدأ الاستبصار.(2)

---

(1) الشرقاوي,أنور محمد (1988) التعلم,نظريات,تطبيقات,القاهرة,مكتبة الانجلو المصرية.

(2) العنزي,عايش بن سمير معزي(2004) علاقة الضغوط النفسية ببعض المتغيرات الشخصية لدى العاملين في المرور بمدينة الرياض, رسالة ماجستير غير منشورة ,جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

www.alkottob.com

3-4- من الجانب التفاعلي لازاروس LAZARUS:

أعطى" لازروس" تفسير تفاعلي للضغوط بحيث يرى بوجود نوعين من الضغوط , ضغوط خارجية تتعلق بالبيئة المحيط بالفرد وضغوط داخلية تتعلق بالجانب الشخصي و الفروق الفردية .(1)

كما اهتمت النظرية التفاعلية بعملية الإدراك والعلاج الحسي الادراكي بحيث يستند الفرد في تقيمه للموقف على عدة عوامل منها: العوامل الشخصية والعوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية والعوامل المتصلة بالموقف نفسه وتعرف هذه النظرية الضغوط بأنها "تنشا عندما يوجد تناقض بين متطلبات الشخصية للفرد ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين هما:

*** المرحلة الأولى:**

وهي الخاصة بتحديد ومعرفة أن بعض الأحداث هي في حد ذاتها شيء يسبب الضغوط.

*** المرحلة الثانية:**

وهي التي يحدد فيها الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف. (2)

---

(1) Lazarua.et Cohen.(1977) Envieronment Stress.Human behavior and environment .N.Y.Plenum Press

(2) الديري, محمود بن محمد إبراهيم (2005) المرجع السابق

www.alkottob.com

4- مصادر الضغوط في مهنة المربي

تختلف الآراء في تحديد الضغوط التي يتعرض لها المربي والعاملين في مجال رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة دقيقة , بحيث تتفاوت العوامل الضاغطة حسب طبيعة الفئة المتكفل بها, وكذا حول سياسة التكفل الخاصة بكل منطقة.

ونحاول سرد أهم هذه الضغوط حسب إحدى الدراسات التي قام بها " " وفريقه من كندا على عينة من 33 مركز .

وقد حددت العوامل حسب شدتها وفق الترتيب التالي:**(1)**

* **العامل 1:** متعلق بنقص المربين المتخصصين وكذا نقص الوسائل المكيفة حسب قدرات الأطفال وخصوصياتهم.

* **العامل 2:** يخص غموض الأدوار والمسؤوليات .

* **العامل 3:** يخص عدم دعم الأولياء الأطفال.

* **العامل 4:** متعلق بسلوك الأطفال واختلاف احتياجاتهم.

* **العامل 4:** خلل في العلاقة بين المربين وصعوبات الانسجام ضمن فريق متماسك .

---

(1) .Tessier, r et martin .s (1989),stress et santé au travail chez les éducatrices en garderie. Sente mentale au quebec,2,p39-50

www.alkottob.com

الفصل الرابع

ذوي الاحتياجات الخاصة

1-ذوي الاحتياجات الخاصة

1-1.تعاريف :

يعتبر مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة من المفاهيم المستعملة حديثا كبديل لمفهوم المعاقين الذي يحوي دلالة سلبية, ويستعمل مفهوم ذوي الاحتياجات الخاصة لدلالة على الأفراد الذين يعانون من احتياج أو نقص أو تأخر أو ضعف أو زيادة في النمو لإحدى الوظائف العقلية أو الوظائف الحسية و الوظائف الحركية .

1-2.تصنيف الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

تتعدد التصنيفات الخاصة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة وهنا سنتطرق إلى اكبر الفئات المشكلة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة والمتمثلة في:

* **الإعاقات العقلية:** وتشمل مجموعة كبيرة منها: التخلف الذهني , الصرع , صعوبات تعلم , إفراط الحركي , المنغوليين ,...الخ .
* **الإعاقات الحسية:** تضم الصم , المكفوفين , عيوب الكلام , اضطرابات المس , اضطرابات الشم ,....الخ .
* **الإعاقات الجسمية:** ونجد فيها الشلل بأنواعه , تشوهات عضلية , الربو...الخ
* **الإعاقات النفسية:** تشمل كل الاضطرابات الانفعالية وصعوبات التوافق وما يرتبط بالدوافع النفسية المؤثر على تكيف الفرد.
* **الإعاقات الاجتماعية:** تتعلق بالصعوبات التي تعيق اندماج الفرد في المجتمع و آثار التفكك الاجتماعي كالتشرد أو اليتم وغيرها من المظاهر.

---

(1) عبد المطلب القريطى،(1996): سيكولوجية ذوى الأحتياجات الخاصة و تربيتهم، دار الفكر العربى،القاهرة،ص 15.

www.alkottob.com

2-الإعاقة الذهنية

نظرا لخصوصيات التي يتميز بها المعاقين ذهنيا فانه لا يوجد تعريف شامل ولهذا يمكن الاعتماد على بعض التعاريف التالية المبينة لمفهوم الإعاقة الذهنية.

*** تعريف الاتحاد الأمريكي للإعاقة الذهنية The American Association on Mentally Deficiency**

الإعاقة الذهنية أو العقلية تشير إلى وجود أداء عقلي عام تحت المتوسط مرتبط بعيوب في السلوك التكيفي ويمكن ملاحظته أثناء فترة نمو الطفل .(1)

***تعريف حامد عبد السلام زهران**

الإعاقة العقلية بأنها حالة نقص أو تأخر أو تخلف أو توقف أو عدم اكتمال النمو العقلي المعرفي، يولد بها الفرد أو تحدث في سن مبكرة نتيجة لعوامل وراثية أو بيئية تؤثر على الجهاز العصبي للفرد، مما يؤدى إلى نقص الذكاء، وتتضح أثارها في ضعف مستوى أداء الفرد في المجالات التي ترتبط بالنضج والتعلم والتوافق النفسي والاجتماعي.(2)

***فؤاد البهي السيد**

بأنها حالة لا يستجيب فيها الأطفال المعاقين عقلياً استجابات إيجابية صحيحة للمنهج الدراسي القائم، وهم بهذا المعنى يختلفون عن المتخلفين تحصيلياً فى المواد الدراسية المختلفة الذين يستجيبون استجابات صحيحة عندما يعالج تأخرهم الدراسي . (3)

---

(1) Bruner Jerome and Other, (1979) : Mental Retardation, p.12 .

(2) حامد زهران، (1980): التوجيه والإرشاد النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة، ص 83..

(3) فؤاد البهى السيد ، (1972) : الذكاء ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ص 485

www.alkottob.com

2-1.الفرق بين الإعاقة الذهنية والمرض العقلي:

يلاحظ كثيراً من الخلط في استعمال مفهوم الإعاقة الذهنية ومفهوم المرض العقلي وسنحاول إيضاح الفروق بينهما في النقاط التالية:

فالإعاقة العقلية: تتمثل في انخفاض الأداء الوظيفي العقلي للفرد نتيجة تأخر نموه العقلي أو توقفت وعدم اكتماله، وهذا الانخفاض يتلازم مع قصور في سلوكه لتكيفي أثناء السنوات النمائية التكوينية (منذ لحظة الإخصاب حتى سن الثامنة عشر).

أما المرض العقلي: فهو اضطراب عقلي حاد يؤدى إلى تفكك شخصية الفرد وانحلالها، والاختلال الشديد في وظائفه العقلية كالتفكير والإدراك في سلوكه وعلاقاته الاجتماعية ، ويعيش في عالم وهمي خاص به بصرف النظر عن تمتعه بدرجة عادية أو مرتفعة من الذكاء. كما تلعب العوامل والاستعدادات الوراثية دورا كبيرا في نشأته وتطوره إضافة إلى عوامل أخرى نفسية وبيئية تؤدى إلى الكبت والإحباط والصراعات والقلق الشديد.

من زاوية أخرى فإن ظهور الأمراض العقلية – كالفصام والبار انويا والهوس – ليس مقيداً بفترة زمنية أو مرحلة عمرية معينة كما هو الحال بالنسبة للإعاقة العقلية، وإنما قد يحدث في أي وقت خلال سنوات الطفولة أو الرشد أو ما بعدها. وبينما يمكن علاج المرضى العقليين وشفاؤهم باستخدام العلاجات الطبية والنفسية الملائمة، ، كما يتعذر حدوث التحسن خاصة بالنسبة للمعاقين عقليا بدرجة حادة أو جسيمة، على العكس من المعاقين عقلياً بدرجة بسيطة أو متوسطة الذين تتحسن مستويات أدائهم الوظيفي العقلي، وسلوكهم التكيفى عن طريق تعليمهم وتدريبهم وإعدادهم للحياة . (1)

---

(1)عبد المطلب أمين القريطى، (1996): مرجع سابق ص 88، 89.

www.alkottob.com

2-2. تصنيفات الإعاقة العقلية:

نظرا لاختلاف مظاهر الإعاقة الذهنية (العقلية) وبتالي تكون تصنيفاتها أيضا متعددة وسنتطرق إلى أهم تصنيفين هما :**(1)**

* التصنيف المتعدد الأبعاد :وهو تقسيم شامل يا خد في الحسبان الجوانب المتعددة الإعاقة الذهنية بقصد تحديد أنواع البرامج التأهيلية والعلاجية لكل فئة تبعا لدرجة الإعاقة ونسبة الذكاء وفق الأنواع التالية :

أ- **التخلف العقلي الخفيف** : مستوى الذكاء يتراوح من 50-55 حتى 70

ب- **التخلف العقلي المتوسط** :مستوى الذكاء يتراوح من 35-40حتى 50-55

ج- التخلف العقلي الشديد :مستوى الذكاء يتراوح من 20-25 حتى 35.40

د- التخلف العقلي العميق : مستوى الذكاء يتراوح من 20-25 .

و- التخلف العقلي الغير مبين : صعوبات اختبار نسبة ذكائها .

*** التصنيف التعليمي :** ولتحديد البرامج التربوية المناسبة لكل فئة تم تصنيف هذه الفئة إلى ثلاث أنواع هم :

أ- فئة القابلين لتعلم : و يمكن لأفرادها ان يصلوا إلى الصف الرابع ابتدائي ويصل عمرهم العقلي إلى حدود 9 سنوات.

ب- فئة القابلين لتدريب : ولديهم صعوبة في التحصيل الأكاديمي بينما يمكن تدريبهم على مهن يدوية ويصل عمرهم العقلي إلى حدود 6 سنوات.

ج- الفئة الثالثة : يحتاجون إلى رعاية دائمة طيلة حياتهم ويمكن تدريبهم على الاستقلالية والعناية بالنفس.

---

(1) محمد ابراهيم عبد الحميد(1999) ، تعليم الانشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقليا، دار الفكر العربي مصر

www.alkottob.com

2-3. الخصائص العامة للمعاقين عقلياً:

يتميز المعاقين عقليا بالفروق الفردية وبعدم تجانسهم أو تطابقها من حيث ما يتمتعون به من استعدادات ويتصفون به من سمات وخصائص، ومع ذلك فإنه توجد عدة خصائص عامة تميز هذه الفئة تتمثل فيما يلي :

*** الخصائص العقلية المعرفية:**

- أداء منخفض عن المتوسط في اختبارات الذكاء.
- ضعف القدرة على التركيز والانتباه لفترة طويلة.
- ضعف الذاكرة، وقصور المقدرة على الملاحظة وإدراك العلاقات.
- قصور الفهم والاستيعاب وتدنى القدرة على التحصيل الدراسي.
- الجمود والتصلب العقلي (نقصان المرونة العقلية).
- تأخر النمو اللغوي وقصور اللغة اللفظية.
- القصور في تكوين المفاهيم والتفكير المجرد والتخيل والإبداع.

*** الخصائص الجسمية أو النفس حركية :**

- أقل وزناً وأصغر حجماً من العاديين.
- أكثر عرضه للإصابة بالأمراض من غيرهم.
- القصور الحسي وخاصة (السمعي والبصري).
- قصور الوظائف الحركية كالتوافق العضلي، العصبي، والتآزر الحسي حركى، والتحكم والتوجيه الحركي.
- عيوب النطق والكلام كالإبدال والحذف والتاتاة.
- فرط النشاط الحركي أو زيادته.

---

(1)إبراهيم بن حمد النقيثان، (1989): دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين الأطفال المعاقين عقليا والأسوياء، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.

www.alkottob.com

*** الخصائص النفسية الانفعالية :**

- قد يغلب على سلوكهم التبلد الانفعالي واللامبالاة وعدم الاكتراث بما يدور حولهم، أو الاندفاعية وعدم التحكم في الانفعالات.
- يؤثرون الانعزال والانسحاب في المواقف الاجتماعية.
- عدم الاكتراث بالمعايير الاجتماعية، والنزعة العدوانية والسلوك المضاد للمجتمع.
- سهولة الانقياد وسرعة الاستهواء.
- الشعور بالدونية والإحباط وضعف الثقة بالنفس.
- الرتابة وسلوك المداومة (النزعة الى التشبث بفكرة أو نشاط وتكرير الاستجابة والإصرار عليها بدون سبب واضح وبصرف النظر عن تغير المثير).
- التردد وبطء الاستجابة.

www.alkottob.com

3-الإعاقة السمعية

3-1. تعريف الإعاقة السمعية:

الإعاقة السمعية أو القصور السمعي (Hearing Impairment) مصطلح عام يغطى مدى واسع من درجات فقدان السمع(Hearing Loss) يتراوح بين الصمم أو الفقدان الشديد الذي يعوق عملية تعلم الكلام واللغة، والفقدان الخفيف الذي لا يعوق استخدام الأذن في فهم الحديث وتعلم الكلام واللغة، وهكذا يمكن التمييز بين نوعين من المعوقين سمعياً هما:

*** الأطفال الصم:**

وهم أولئك الذين لا يمكنهم الانتفاع بحاسة السمع في أغراض الحياة العادية سواء من ولدوا منهم فاقدين السمع تماما، أو بدرجة أعجزتهم عن الاعتماد على آذانهم في فهم الكلام، وتعلم اللغة.

*** ثقيلوا (ضعاف) السمع:**

هم أولئك الذين يكون لديهم قصور سمعي أو بقايا سمع ومع ذلك فإن حاسة السمع لديهم تؤدى وظائفها بدرجة ما ويمكنهم تعلم الكلام واللغة سواء باستخدام المعينات السمعية أم بدونها، ويعنى ذلك أن الأصم يعانى عجزا أو اختلالا يحول دون استفادته من حاسة السمع لأنها معطلة لديه، ويتعذر عليه أن يستجيب استجابة تدل على فهم الكلام المسموع ومن ثم فهو يعجز عن اكتساب اللغة بالطريقة العادية، أما ضعيف السمع فبإمكانه أن يستجيب للكلام المسموع استجابة تدل على إدراكه لما يدور حوله شريطة أن يقع مصدر الصوت في حدود مقدرته السمعية (1).

---

(1) مصطفى فهمى، (1985): أمراض الكلام، ط5، مكتبة مصر، القاهرة.

www.alkottob.com

3-2. تصنيفات الإعاقة السمعية:

تم تصنيف الإعاقة السمعية من وجهات نظر متعددة و أهمها التصنيف الفسيولوجية والتصنيف التربوية، وهما وجهتان مكملتان لبعضهما البعض، فوجهة النظر الفسيولوجية تقوم على أساس كمي تتحدد فيه درجة الفقدان السمعي بوحدات صوتية معينة تسمى) أما التصنيف التربوي فيقوم على أساس وظيفي يعنى بالنظر إلى Decibel(الديسبل درجات فقدان السمع من حيث مدى تأثيرها على فهم الكلام ، واستعدادات الطفل لتعلم اللغة والكلام ، ومدى ما يترتب على ذلك من احتياجات تربوية خاصة .(1)

*** التصنيف الطبى:**

أ- صمم توصيلى Conductive:

وينتج عن وجود عائق يحول دون انتقال الصوت من خلال الأذن الخارجية أو الأذن الوسطى إلى الأذن الداخلية، فمن المعروف أن الأصوات تدخل إلى الأذن الخارجية، وتمر من خلال مجرى الأذن إلى طبلة الأذن، وطبلة الأذن هذه عبارة عن غشاء رقيق يهتز عند وصول الصوت، ثم تقوم عظيمات الأذن الثلاث بنقل هذه الاهتزازات إلي الأذن الداخلية، ويرجع إلى مرض يمنع عظيمات الأذن من القيام بوظيفتها .

ب- صمم حسى – عصبى Sensorineural :

ينتج هذا النوع عن الإصابة فى الأذن الداخلية أو حدوث تلف في العصب السمعي الموصل إلى المخ مما يستحيل معه وصول الموجات الصوتية إلى الأذن الداخلية مهما بلغت شدتها , ومن بين أهم أسباب هذا النوع من الصمم الحميات الفيروسية والميكروبية التي تصيب الطفل قبل أو بعد الولادة .

---

(1) أحمد حسين اللقانى وأمير القرشى، (1999): مناهج الصم (التخطيط والبناء والتنفيذ)، عالم الكتاب، القاهرة، ص 17

www.alkottob.com

ج- صمم مركزي Central:

يرجع إلى إصابة المركز السمعي في المخ بخلل ما لا يتمكن معه من تميز المؤثرات السمعية أو تفسيرها. وهو من الأنواع التي يصعب علاجها.

د- صمم مختلط أو مركب Mixed::

وهو عبارة عن خليط من أعراض كل من الصمم لتوصيلي والصمم الحسي العصبي. ويصعب علاج هذا النوع نظراً لتداخل أسبابه وأعراضه حيث إذا ما أمكن علاج ما يرجع منها إلى الصمم لتوصيلي فقد يبقى الاضطراب السمعي على ما هو عليه نظراً لصعوبة علاج النوع الحسي العصبي.

*** التصنيف التربوى:**

يعنى أصحاب هذا التصنيف بالربط بين درجة الإصابة بفقدان السمع وأثرها على فهم وتفسير الكلام وتميزه فى الظروف العادية، وعلى نمو المقدرة الكلامية واللغوية لدى الطفل، وما يترتب على ذلك من احتياجات تربوية وتعليمية خاصة، وبرامج تعليمية لإشباع هذه الاحتياجات. وهناك عدة أنواع

أ- الصم:

ويقصد بهم أولئك الذين يعانون من عجز سمعي (70 ديسبل) فأكثر ، لا يمكنهم من الناحية الوظيفية من مباشرة الكلام وفهم اللغة اللفظية ، وبالتالي يعجزون عن التعامل بفاعلية فى مواقف الحياة الاجتماعية.

ب- ثقيلي السمع:

وهم أولئك الذين يعانون من صعوبات أو قصور فى حاسة السمع يتراوح ما بين 30 وأقل من 70 ديسبل لكنه لا يعوق فاعليتها من الناحية الوظيفية فى اكتساب المعلومات اللغوية سواء باستخدام المعينات السمعية أم بدونها. (1)

---

(1)) فتحى السيد عبد الرحيم وحليم السعيد بشاى، (1980): سيكولوجية الأطفال غير العاديين واسترتيجيات التربية الخاصة، دار العلم، الكويت، ص 60.

www.alkottob.com

3-3. الخصائص العامة للمعاقين سمعيا:

تختلف الخصائص العامة باختلاف طبيعة الصمم ، ومع ذلك فإنه توجد عدة خصائص عامة تميز هذه الفئة تتمثل فيما يلي : (1)

*** الخصائص العقلية المعرفية:**

- أداء المتوسط في اختبارات الذكاء.
- ضعف القدرة على التركيز والانتباه لفترة طويلة.
- صعوبات في الفهم والاستيعاب وضعف في التحصيل الدراسي عند البعض.
- القصور في تكوين المفاهيم والتفكير المجرد والتخيل والإبداع.

*** الخصائص الجسمية أو النفس حركية :**

- يمتازون بتوافق في النمو العام للجسم .
- صعوبات على مستوى الأداء الحركي الدقيق.
- صعوبات في التنسيق العام .
- فرط النشاط الحركي أو زيادته.

*** الخصائص النفسية الانفعالية :**

- الاندفاعية وعدم التحكم في الانفعالات.
- صعوبات في التواصل والانسجام مع المواقف الاجتماعية.
- الشعور والإحباط وضعف الثقة بالنفس.
- ا لتردد وبطء الاستجابة.
- القلق والهروب من المواقف المحبطة.

---

(1) فتحى السيد عبد الرحيم وحليم السعيد بشاى، (1980): المرجع السابق

www.alkottob.com

الفصل الخامس

الاجراءات الميدانية للبحث

1- حدود البحث

أجريت هذه الدراسة بثلاثة مراكز خاصة برعاية الأطفال الغير مؤهلين ذهنيا بالإضافة إلى مدرسة لصغار الصم بولاية عنابة والتي تتضمن طاقم بيداغوجي متعدد التخصصات يتراوح عدهم 150 فرد.

تتبع هذه المؤسسات نظام النصف الداخلي أين يتم التكفل بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة من الجوانب التربوية والنفسية والصحية

تمت الدراسة وفق مرحلتين فترة استطلاعية امتدت من شهر جانفي إلى شهر مارس 2007م تمثلت في المعايشة اليومية مع المربين العاملين في المراكز المختلفة .

أما الفترة الثانية الممتدة من شهر افريل إلى غاية شهر ماي 2007م فقد خصصت لتوزيع الاستمارات الخاصة بالبحث على جميع المربين والمربي المختصين ، بعدها تم تفريغ المعطيات المتضمنة للاستمارات .

2- منهج البحث

نظرا لطبيعة البحث التي تتميز بالمقارنة بين عينتين فيما الفروق ذات دلاله إحصائية اعتمدنا على المنهج الوصفي ودراسة مقارنة الذي يلائم ملائم لموضوع الدراسة .

www.alkottob.com

3- عينة البحث

تم اشتقاق عينة البحث من مجتمع المربين العامل بالمراكز الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية ،و الجدول رقم (1) ورقم(2) التاليان يوضحان توزيع أفراد مجتمع البحث عبر المراكز المدروسة وحسب التخصص.

الجدول رقم (1) توزيع المربين المختصين عبر المراكز

المؤسسة	التخصص	التكرار	النسبة
مراكز الإعاقة الذهنية	المربين المختصين	11	%28.20
مراكز الإعاقة السمعية	المربين المختصين	10	%25.64
مجموع أفراد العينة المدروسة	المربين و المربين المختصين	39	%100

الجدول رقم (1) توزيع المربين عبر المراكز

المؤسسة	التخصص	التكرار	النسبة
مراكز الاعاقة الذهنية	المربين	13	%33.33
مراكز الاعاقة السمعية	المربين	5	%12.82
مجموع افراد العيتة المدروسة	المربين و المربين المختصين	39	%100

www.alkottob.com

3-1. طريقة اختيار العينة

تم اختيار عينة البحث بطرقة مقصودة انطلاق من إجمالي المربين العاملين مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة في مجال الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية على مستوى ولاية عنابة . وقد بلغ عدد أفراد العينة 39 مربي وهذا العدد يقترب من العدد الحقيقي العامل على مستوى المراكز المدروسة.

3-2. خصائص العينة

: تتميز عينة البحث من الخصائص التالية

أ- الجنس:

تم حصر التوزيع الخاص بجنس أفراد العينتين وفق الجدول (3) والجدول (4).
بحيث يلاحظ وجود نسبة كبيرة للإناث تفوق نسبة الذكور العاملين في مجال الإعاقة الذهنية عكس المربين العاملين في مجال الإعاقة السمعية أين يتفوق الذكور .

جدول رقم (3)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة
الذكور	6	%25
الإناث	18	%75
المجموع	24	%100

www.alkottob.com

جدول رقم (4)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة السمعية حسب الجنس

الجنس	التكرار	النسبة
الذكور	10	%66.66
الإناث	5	%33.33
المجموع	15	%100

ب-

الحالة الاجتماعية:

تم حصر التوزيع الخاص بالحالة الاجتماعية لأفراد العينتين وفق الجدول(5)والجدول(6). أين يلاحظ وجود نسبة كبيرة للمتزوجين تفوق نسبة العزاب العاملين في كل من مجال الإعاقة الذهنية و مجال الإعاقة السمعية .

جدول رقم (5)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسبة
متزوجين	20	%83.33
عزاب	4	%16.66
المجموع	24	%100

www.alkottob.com

جدول رقم (6)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة لسمعية حسب الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	التكرار	النسبة
متزوجين	10	%66.66
عزاب	5	%33.33
المجموع	15	%100

ج

الخبرة المهنية:

تم حصر التوزيع الخاص بالخبرة المهنية لأفراد العينتين وفق الجدول (7) والجدول (8). بحيث يلاحظ وجود نسبة كبيرة لذوي الخبرة اكثر من خمس سنوات تفوق نسبة ذوي خبرة اقل من خمس سنوات للعاملين في كل من مجال الإعاقة الذهنية و مجال الإعاقة السمعية .

جدول رقم (7)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية حسب الخبرة المهنية

الخبرة المهنية	التكرار	النسبة
اقل من 5 سنوات	4	%16.33
اكثر من 5 سنوات	20	%83.66
المجموع	24	%100

www.alkottob.com

جدول رقم (8)

توزيع عينة المربين العاملين في مجال الإعاقة السمعية حسب الخبرة المهنية

الخبرة المهنية	التكرار	النسبة
اقل من 5 سنوات	2	%13.33
اكثر من 5 سنوات	13	%86.66
المجموع	15	%100

www.alkottob.com

4-أدوات البحث

: من اجل قياس متغيرات الدراسة اعتمدنا على الأدوات التالية

أ-الاستمارة:

نظرا لطبيعة المتغير الذي أردنا قياسه وهو الاحتراق النفسي وكدا عدد أفراد العينة المدروسة اخترنا الاعتماد على الاستمارة كوسيلة مناسبة لهذا البحث .

اعتمدنا في إنجاز الاستمارة على المعطيات الواردة في النسخة العربية لمقياس مسلاش للاحتراق النفسي المعدلة والخاضعة لإجراءات المصداقية والثبات والمطبقة من طرف الدكتور " زيد البتال " من جامعة الرياض السعودية. (1)

تشمل الاستمارة على جزأين. يتضمن الجزء الأول معلومات عامة كالجنس والخبرة والحالة العائلية و التخصص و عدد الأطفال المتكفل بهم . في حين يضم الجزء الثاني ثلاث محاور تدور حول : الإجهاد الانفعالي و تبلد المشاعر و الشعور بالإنجاز.

تحوي 22 بند موزعة وفق ما يالي : (انظر الملحق)

* **محور الإجهاد الانفعال:** يشمل على البنود التالية .20.16.14.13.8.6.3.1

* **محور تبلد المشاعر:** يشمل على البنود التالية .22.15.11.10.5

***محور شعور بالإنجاز:** يشمل على البنود التالية .21.19.18.17.12.9.7.4

1- ضغوط العمل النفسية لذى معلمي ومعلمات :- البتال زيد بن محمد(2000) . الاحتراق النفسي التربية الخاصة.الرياض: سلسلة إصدارات أكاديمية/ التربية الخاصة.

www.alkottob.com

تقييم هده البنود انطلاق على اساس مجموع النقاط المحصل عليه انطلاق من سلم سباعي كما هو مبين في الجدول رقم (9) التالي :

جدول رقم (9)

قيم الدرجات الخاصة بالإجابات المتوقعة في الاستمارة

الإجابة الؤشر عليها	أبدا	مرات على الأقل في السنة	مر ة في الشهر على الأقل	مرات في الشهر	مرة في الأسبوع	مرات في الأسبوع	كل يوم
قيمة درجة	0	1	2	3	4	5	6

أما فيما يخص تقييم المحاور الثلاث فيتم وفق أجمالي الدرجات المحصل عليه في كل محور أين تصنف مستويات كل محور وفق الجدول رقم (1)10).

)10جدول رقم (

تصنيف مستويات أبعاد الاحتراق النفسي

البعد	عالي	متوسط	منخفض
الإجهاد الانفعالي	27 فأكثر	26-17	16 فأقل
تبلد المشاعر	13 فأكثر	12-7	6 فأقل
الشعور بالإنجاز	31 فأقل	38-32	39 فأكثر

(1) Maslach, Christina & Susan E. Jackson (1986) Maslach Burnout Inventory Manual. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press, Inc.

www.alkottob.com

ب-أساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة:

اعتمدنا على رزمة البرامج الإحصائية المستخدمة في العلوم الاجتماعية (SPSS) في عملية المعالجة وهي:

- حساب المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- جدول التكراري
- اختبار (ت)

www.alkottob.com

الفصل السادس
نتائج الدراسة الميدانية

-عرض وتحليل النتائج

تناول البحث ثلاث فرضيات عامة ضمت كل واحدة ثلاث فرضيات جزئية , وقد كانت نتائج وفق ما يالي:

عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:أولا

الفرضية العامة الأولى مرتبطة في تحليلها بنتائج الفروض الجزئية الثلاثة التالية :

* **الفرضية الجزئية الأولى** تنص على " توجد فروق ذات دلاله أخصائية على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية".

جدول رقم (11) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي للمربين في العينتين.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين في الإعاقة الذهنية	24	28.88	12.47	1.58	0.20
المربين في الإعاقة السمعية	15	22.4	12.42		

بالنظر إلى الجدول (11) يتبين لنا وجود فروق ذات دلالة أخصائية بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية في بعد الإجهاد الانفعالي .

حيث أن قيمة(ت) المحسوبة عند مستوى الدلالة (0.20) اكبر من قيمة (ت) المجدولة مما يؤشر على وجود هذه الفروق .

www.alkottob.com

***الفرضية الجزئية الثانية** تنص على " توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية".

جدول رقم (12) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة (ت) لبعد تبلد المشاعر للمربين في العينتين.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين في الإعاقة الذهنية	24	7.04	5.45	0.81	
المربين في الإعاقة السمعية	15	5.6	5.44		

من خلال البيانات الواردة بالجدول (12) أن قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) الجدولة مما يؤكد عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد تبلد المشاعر لصالح المربيين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية مقارنة بالمربيين العاملين في مجال الإعاقة السمعية.

* **الفرضية الجزئية الثالثة** تنص على "توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى شعور بالإنجاز بين المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية".

جدول رقم (13) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت)لبعد شعور بالإنجاز للمربين في العينتين

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين في الإعاقة الذهنية	24	30.44	6.78		
المربين في الإعاقة السمعية	15	31.9	7.96	0.62	

www.alkottob.com

من خلال الجدول (13) نلاحظ ان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) المجدولة وهدا يبين بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الشعور بالإنجاز بين المربيين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية والمربيين العاملين في مجال الإعاقة السمعية.

**** تحليل نتائج الفرضية العامة الأولى***

يمكننا القول انطلاق من المعطيات السابقة بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الإجهاد الانفعالي لصالح المربين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية بينما لا توجد أي فروق فيما يخص بعدي تبلد المشاعر و الإحساس بالإنجاز وهذا يجعل الفرضية العامة تتحقق في إحدى فروضه الجزئية فقط ويتعلق الأمر بالفرضية التي تأكد وجود فروق في بعد الإجهاد الانفعالي. هذا يتوافق مع الدراسات السابقة(السرطاوي1997) (عدنان فرح2001)(إبراهيم القريوتي1998) .

ويعود ذلك ربما إلى متغيرات متعددة منها عدم وضوح الأدوار وكثرت المهام وغموض الغاية نهائية لتكفل في الإعاقة الذهنية بالإضافة إلى نقص الدعم الاجتماعي و مساعدة اسر الأطفال للمربين عكس نظرائهم المربين العاملين مع الأطفال الصم الذين يخضعون إلى نظام شبيه بنظام التعليم العادي أين يتم تقييم أدائهم وفق نتائج الدراسية للأطفال وكذا وضوح الأدوار والمهام مع وجود مساندة ودعم من طرف اسر الأطفال .

www.alkottob.com

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:ثانيا

بدورها نتائج هذه الفرضية متعلقة بنتائج فرضيات الثلاث الجزئية التالية

* **الفرضية الجزئية الأولى** تنص على " توجد فروق ذات دلاله أخصائية على مستوى الإجهاد الانفعالي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية".

جدول رقم (14) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين م في الإعاقة الذهنية	11	31.54	10.78	1.22	
المربين م في الإعاقة السمعية	10	25.3	11.48		

الملاحظ من الجدول رقم (14) ان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) المجدولة في بعد الإجهاد الانفعالي بين المربيين المختصين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية مقارنة بالمربيين المختصين العاملين في مجال الإعاقة السمعية .هدا ما يؤكد بعدم وجود لفروق ذات دلاله إحصائية .

www.alkottob.com

***الفرضية الجزئية الثانية** تنص على " توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية ".

جدول رقم (15) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد تبلد المشاعر بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين م في الإعاقة الذهنية	11	7.45	5.29	0.22	
المربين م في الإعاقة السمعية	10	7.5	5.66		

تشير نتائج الجدول (15) إلى ان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قمة (ت) المجدولة مما يدل على عدم وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية في هدا البعد .

* **الفرضية الجزئية الثالثة** تنص على" توجد فروق ذات دلاله إحصائية على مستوى بعد شعور بالإنجاز بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية ".

جدول رقم (16) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإحساس بالإنجاز بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت القيمة	مستوى الدلالة
المربين م في الإعاقة الذهنية	11	30.63	5.98	0.43	
المربين م في الإعاقة السمعية	10	32.1	8.56		

من خلال النتائج المبينة في الجدول (16)نجد بان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) المجدولة وهذا يدل على عدم وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية في بعد شعور بالإنجاز.

www.alkottob.com

*** تحليل نتائج الفرضية العامة الثانية**

من خلال المعطيات السابقة يتضح لدينا بعدم وجود أي فروق ذات دلالة إحصائية عبر مختلف أبعاد الاحتراق النفسي الثلاث بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية وبتالي عدم تحقق الفرضية الثانية في كامل فروضه الجزئية.

<u>عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:ثالثا</u>

نتائج الفرضية الثالثة مرتبطة بنتائج الفرضيات الثلاث التالية

*** الفرضية الجزئية الأولى** تنص على " توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية " .

جدول رقم (17) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) لبعد الإجهاد الانفعالي بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية	13	27.53	13.32	1.48	0.20
المربين الغير متخصصين في الإعاقة السمعية	5	16.6	13.42		

يتضح من البينات الواردة بالجدول (17) حيث أن قيمة(ت) المحسوبة اكبر من قيمة (ت) المجدولة عند مستوى الدلالة (0.20) مما يؤشر على وجود هذه الفروق في بعد الإجهاد الانفعالي بين المربين الغير متخصصين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية مقارنة بالمربين الغير متخصصين العاملين في مجال الإعاقة السمعية .

www.alkottob.com

* **الفرضية الجزئية الثانية** تنص على "توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد تبلد المشاعر بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.

جدول رقم (18) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت)لبعد تبلد المشاعر بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية	13	7.23	5.62	2.01	0.10
المربين الغير متخصصين في الإعاقة السمعية	5	1.8	2.16		

بالنظر إلى البينات الواردة بالجدول (18) يتبين لنا أن قيمة(ت) المحسوبة عند مستوى الدلالة (.010) اكبر من قيمة (ت) المجدولة مما يؤشر على وجود فروق ذات دلاله إحصائية بين المربين الغير متخصصين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و المربيين الغير متخصصين العاملين في مجال الإعاقة السمعية في بعد تبلد المشاعر.

* **الفرضية الجزئية الثالثة** تنص على " توجد فروق ذات دلاله إحصائيا على مستوى بعد شعور بالإنجاز بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية" .

جدول رقم (19) خاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (ت) لبعد الإحساس بالإنجاز بين المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية و الإعاقة السمعية.

	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة ت	مستوى الدلالة
المربين الغير متخصصين في الإعاقة الذهنية	13	29.23	6.73	0.62	
المربين الغير متخصصين في الإعاقة السمعية	5	31.6	7.53		

www.alkottob.com

من خلال النتائج المبينة في الجدول (19)نجد بان قيمة (ت) المحسوبة اقل من قيمة (ت) المجدولة وهذا يدل على عدم وجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المربيين الغير المختصين العاملين في مجال الإعاقة السمعية والمربيين المختصين الغير العاملين في مجال الإعاقة الذهنية. في حين لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في هدا البعد .

**** تحليل نتائج الفرضية العامة الثالثة***

انطلاق من المعطيات السابقة توجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر لصالح المربين الغير متخصصين العاملين في مجال الإعاقة الذهنية و المربيين الغير المختصين العاملين في مجال الإعاقة السمعية بينما لا توجد أي فروق فيما يخص بعد الإحساس بالإنجاز وهذا يجعل الفرضية العامة لا تتحقق الا في إحدى فروضه الجزئية فقط ويتعلق الأمر بالفرضية التي تأكد وجود فروق في بعد الإحساس بالإنجاز. هذا يتوافق مع الدراسات السابقة(السرطاوي1997) (عدنان فرح2001)(إبراهيم القريوتي1998) .

ويعود ذلك ربما إلى نفس متغيرات التي ذكرناه في تحليل نتائج الفرضية العامة الأولى بالاظافة إلى وجود فروق في بعد تبلد المشاعر بالنسبة لصالح المربين الغير مختصين العاملين في الإعاقة الذهنية وهدا ربما راجع إلى كثرة الأعباء والمتطلبات التي يتعرض لها المربي بالإضافة إلى صعوبة التعامل مع فئة الإعاقة الذهنية .

www.alkottob.com

-2- التوصيات والاقتراحات

من خلال النتائج المتوصل أليه في هذه الدراسة ، فإننا نقدم مجموعة من التوصيات التي يمكن الاستفادة منها في مجال تجنب أو مواجهة اعرض الاحتراق النفسي داخل المركز المتخصصة برعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .

*** توصيات إلى المربيين**

1-ضرورة الوعي بالهوية المهنية للمربي من خلال تحديد المهام والأدوار بدقة .

2-القدرة على التحكم في الانفعالات الخاصة أثناء مواجهة انفعالات الآخر وعدم الخلط بينهما .

3-الابتعاد عن الأحكام المسبقة في التعامل مع الآخر وعدم التسرع في إصدار الأحكام .

4 – تنظيم وقت العمل وفق خطط مدروسة مسبقا تعتمد على المرحلية في الإنجاز وعدم التسرع.

5- التعامل مع واقع العمل كما هو ووفق الإمكانيات المتاحة مع التفكير في التجديد الواقعي .

6- الاهتمام بالعلاقات خارج إطار العمل وذلك للترويح عن النفس .

7- تفعيل الاتصال والتواصل الفعال بين المربيين وإدارات المراكز وأولياء الأمور والمؤسسات المجتمعية .

8- إيجاد فرص ملائمة للترويح عن النفس لدى المربيين عن طريق الرحلات ونشاطات الترفيهية .

9- عدم تحميل الذات مسؤولية تفوق قدراتها الحقيقية في تعامل مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة بتحديد ما يجب فعله بواقعية .

10. تبادل الخبرات مع الزملاء و إشراكهم في أجاد حلول لمشاكل الأطفال ومحيط العمل .

www.alkottob.com

- **<u>توصيات لفريق العمل</u>**

1- تكوين فريق متماسك يعتبر صمام آمان لكل فرد يقيه من الضغوط ويضمن له الدعم والمساندة .

2- الصراعات داخل أي فريق لا تعبر بالظرورة عن الفشل و إنما يمكن استغلالها في تقوية الفريق .

3- الفريق الناجح هو الذي يعتمد على المصارحة والمكاشفة بين أفراده في جو من التقييم البناء والاستماع الجيد إلى الآخر بدون إقصاء .

4- تنظيم اجتماعات دورية لتقييم النتائج وتحديد الأدوار وحل الصراعات وتبادل الأفكار .

5- التعامل مع واقع العمل كما هو ووفق الإمكانيات المتاحة مع التفكير في التجديد الواقعي .

<u>* توصيات لمسيري المراكز</u>

1- إعطاء أهمية إلى قيمة المربي من خلال تفعيل دوره ودفعه إلى الإبداع المهني.

2- الحرص على المحافظة على سلامة العاملين النفسية وهدا بتجنيبهم الضغوط المفتعلة .

3- التفكير في ترقية المربي وعدم تثبيته في نفس القسم ومع نفس الأطفال لسنوات عديدة .

4- السماح للمربين في إبداء آرائهم حول أنماط التسير المتعلقة بوضع البرامج و أهداف التكفل بالأطفال.

5- عدم الاهتمام بزيادة عدد الأطفال في الأقسام على حساب طاقة المربي .

www.alkottob.com

3- ملخص الدراسة

أجريت هذه الدراسة بثلاثة مراكز خاصة برعاية الأطفال الغير مؤهلين ذهنيا بالإضافة إلى مدرسة لصغار الصم على مستوى ولاية عنابة – الجزائر– ، وتكونت من 39 مربي ومربية.

يهدف هذا البحث إلى التعرف الفروق في مستويات الإحتراق النفسي لدى المربين العاملين مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، وذلك بالاعتماد على استمارة تضمنت نفس البنود المستعملة في مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي .

وقد توصلنا إلى انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في بعد الإجهاد الانفعالي لصالح المربين العاملين مع فئة المتخلفين ذهنيا مقارنة بالعاملين مع فئة الصم ، و فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى بعد الإجهاد الانفعالي و بعد تبلد المشاعر لصالح للمربين الغير متخصصون العاملين مع الأطفال المتخلفين ذهنيا مقارنة بزملائهم المربين الغير متخصصين العاملين مع الصم.في حين لا توجد أي فروق ذات دلالة إحصائية في مختلف الأبعاد بين المربين المختصين في الإعاقة الذهنية والإعاقة السمعية.

www.alkottob.com

الخاتمة

عبر هذا البحث حاولنا التطرق إلى إحدى العوائق التي تعيق المربين العاملين في مجال رعاية الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ، والمتمثلة في الضغوط النفسية المستمرة والتي اخد شكل الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة .

وهذا البحث المتواضع نراه محاولة لفتح المجال للخوض في بحوث أخرى اكثر تخصص وتشمل عينات كبيرة وهذا من اجل الوصول إلى نتائج اكثر مما يسمح للمختصين في هذا المجال بصفة عامة والمختصتين النفسانيين بصفة أخص من وضع برامج للوقاية ولدعم النفسي والإرشادي بغيت مساعدة العاملين في مجال الرعاية وبقية العاملين في مجالات أخرى .

www.alkottob.com

1- المراجع بالعربية

(1) إبراهيم بن حمد النقيثان، (1989): دراسة مقارنة لمفهوم الذات بين الأطفال المعاقين عقليا والأسوياء، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الملك سعود، السعودية.

(2) أحمد حسين اللقانى وأمير القرشى، (1999): مناهج الصم (التخطيط والبناء والتنفيذ)، عالم الكتاب، القاهرة، ص 17

(3) البتال، زيد بن محمد (2000) الاحتراق النفسي: ضغوط العمل النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، ماهيته- أسبابه- علاجه. الرياض: سلسلة إصدارات أكاديمية/ التربية الخاصة.

(4) البطاينه ,أسامة والجوارنه, المعتصم بالله(2004) "مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ومعلماتها في محافظة اربد وعلاقتها ببعض المتغيرات" ,مجلة اتحاد الجامعات العربية,المجلد2العدد , ص 48-76.

(5)الجمالي,فوزية عبد الباقي(2003)"مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة",دراسات عربية في علم نفس,المجلد 2العدد1ص151-211.

(6)الحسيني, عبد العزيز بن عبد الله (2000) ضغوط الحياة ,أسبابها ,الوقاية من آثارها , أساليب التعايش معها, الرياض, دار اشبيليا للنشر.

(7) حامد زهران، (1980): التوجيه والإرشاد النفسي، ط2، عالم الكتب، القاهرة، ص 83..

(8)الديري,محمود بن محمد إبراهيم (2005) إدراك الضغوط النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من المعلمين بمدينة الدمام, رسالة ماجستير- غير منشورة,كلية التربية,جامعة البحرين.

www.alkottob.com

(9) رائدة حسن الحمر (2006) " دراسة مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة مقارنة بالمعلمين العاديين في مملكة البحرين " مذكرة تخرج في علم نفس تربوي
(10)الرشيدي,هارون توفيق(1999)الضغوط النفسية ,طبيعتها,نظرياتها,برامج لمساعدة الذات في علاجها, مكتبة الانجلو المصرية..
(11) الزغول , رافع (2003)" الاحتراق النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقته بإدراكهم للنمط الكرك من وجهة نظر المعلمين"مؤتة للبحوث والدراسات – سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ,المجلد18, العدد6, ص243.
(12)السرطاوي,زيدان(1997)"الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة :دراسة ميدانية" ,مجلة كلية التربية ,جامعة عين شمس المجلد 21العدد1ص57-96.
(13)سلامة,كايد و مقابلة ,نصر (1990). "ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين الأردنيين في ضوء عدد من المتغيرات".مجلة جامعة دمشق,9(33).
(1) السيد ابراهيم السمادوني (1990)، ادراك المتفوق عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية، بحوث الؤتمر السادس لعلم النفس ، الجمعية المرية لدارسات النفسية. ج1
(14)الشرقاوي,أنور محمد (1988) التعلم,نظريات,تطبيقات,القاهرة,مكتبة الانجلو المصرية.
()الشيخ,دعد (2002) "سيكولوجية العلاقة بين الرضا المهني والاحتراق النفسي" المجلة العربية للتربية,المجلد 22,العدد 2,ص 9.
(15)عبد المطلب القريطى،(1996): سيكولوجية ذوى الأحتياجات الخاصة و تربيتهم، دار الفكر العربى،القاهرة،ص 15.
(16)عثمان ,فاروق السيد (2001) القلق وإدارة الضغوط النفسية ,القاهرة, دار الفكر العربي.
(17)عثمان علي (2001). القلق وادارة الضغوط النفسية . دار الفكر العربي– القاهرة. ط1

www.alkottob.com

(18)عسكر, علي (2000) , ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها: الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق دار الكتاب الحديث(الطبعة الثانية).
(19) فتحى السيد عبد الرحيم وحليم السعيد بشاى، (1980): سيكولوجية الأطفال غير العاديين واسترتيجيات التربية الخاصة، دار العلم، الكويت، ص 60.)
(20)الفرح , عدنان (1999) الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر . بحث مقدم في ندوة الإرشاد النفسي والمهني من أجل نوعية أفضل لحياة الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة . جامعة الخليج العربي . البحرين .
(21)القريوتي، إبراهيم – عبد الفتاح، فيصل – 1998 دراسة الاحتراق النفسي لدى عينة معلمي الطلاب العاديين ومعلمي الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة بدولة الإمارات العربية المتحدة – مجلة كلية التربية العدد الخامس عشر السنة الثالثة عشر – 1998
(22) فؤاد البهى السيد ، (1972) : الذكاء ، دار الفكر العربى ، القاهرة ، ص 485
(23) القدافي رمضان محمد (1998) ، جديد الصحة النفسية والتوافق ،المكتبة الجامعي الحديث ، الاسكندرية ، ط1
(24) مصطفى فهمى، (1985): أمراض الكلام، ط5، مكتبة مصر، القاهرة.نجيب ,رنا و يحي,خوله (2001)"مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقلياً في اليمن",مجلة مركز البحوث التربوية,المجلد10العدد20ص97.
(25) محمد ابراهيم عبد الحميد(1999) ، تعليم الانشطة والمهارات لدى الأطفال المعاقين عقليا، دار الفكر العربي مصر
(26) طلعت منصور وقيولا الببلاوي (1989) , قائمة الضغوط النفسية للمعلمين, مكتبة الانجلو المصرية

www.alkottob.com

2-المراجع الأجنبية

(1)Axel Hoffman. Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil 2005. N/32.p37 .

Axel Hoffman .Questions Reponses sur le Burnout. Sante (2) conjuguee.averil 2005. N/32 p37

)3(Axel Hoffman. Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil 2005. N/32 p37

(4) Bruner Jerome and Other, (1979) : Mental Retardation, p.12

(5)Freudenberguer, H.J. (1975).The staff burnout syndrome in alternative institutions. Psychotherapy. Theory Research, and Practice, 12, 73-83

(6) Lazarua.et Cohen.(1977) Envieronment Stress.Human behavior and environment .N.Y.Plenum Press.

(7)organizations Maslach .Leiter (1997) the truth about burnout : How Stress and what to do about it – s.f:jossey bass publishers

(8)Maslach, Christina & Susan E. Jackson (1986

Maslach Burnout Inventory Manual. Palo Alto, California: Consulting Psychologists Press, Inc

(9) MacBride A ,1983, la depression d'epuisement phenomene possible . Sante mental au canada. 31. 1983

(10)Norber Sillamy (1996),dictionnaire de la psychologie, Larousse référence . France

(11) Peter bugel . Burnout. Sante conjuguee. averil 2005. N/32. p33

(12)Pines A, Aronson ,E (1988) career burnout .Causes and cures New York- free press1988

(13)Pinesr,A .Maslach.C .characteristics of staff burnout in mental health settings hospital and community psychiatry 29

(14) Pines A , Aronso , E , Kafry D.(1982) .burnout : se vider dans la vie et au travail . montreal.le jour.1982.p303

(15)Stora jean benjamin(1991),le stress , edition dahlab

www.alkottob.com

(16).Tessier, r et martin .s (1989),stress et santé au travail chez les éducatrices en garderie. Sente mentale au quebec,2,p39-50

www.alkottob.com

www.alkottob.com

الملاحق

تحية طيبة... وبعد

نحن بصدد دراسة بحث بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مربي الاطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ".

نرجو من سيادتكم التكرم بمساعدتنا وذلك بملأ الاستبيان حيث يرجى قراءة كل عبارة والإجابة عنها وذلك بوضع إشارة(×) على الخانة الدالة على الاجابة

نشكر تعاونكم البناء ونعلمكم بان جميع الإجابات ستحاط بالسرية التامة ولهذاً الغرض لم نطلب سوى بعض المعلومات العامة التي تساعد في فرز الإجابات وتحليلها.

بطاقة معلومات عامة:

1- الجنس: ذكر □ أنثى□

2- الحالة العائلية: اعزب□ متزوج□

3- الخبرة المهنية: اقل من خمس سنوات □ خمس سنوات فأكثر□

4- المؤهل العلمي: بدون دبلوم□ دبلوم(cnfph)□

5- التخصص: □ مربي □ مربي متخصص □مساعد مربي □ تخصص آخر.

6- نوع الاعاقة التي تعمل معها: ذهنيا□ سمعيا □

www.alkottob.com

ضع إشارة(×) على الخانة الدالة على الاجابة

1- أشعر بأنني منهك بسبب ممارستي لهذه المهنة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

2- اشعر بأنه من الصعب أن اهدأ وأحس بالاسترخاء بعد يوم أقوم فيه بالعمل

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

3- أشعر بالإرهاق المستمر عندما استيقظ من نومي واعرف أن علي مواجهة يوم جديد

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

4- باستطاعتي فهم مشاعر الاطفال نحو الأشياء بكل سهولة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

5- أشعر بأني أتعامل مع بعض الاطفال وكأنهم أشياء لا بشر

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

6- إن التعامل مع الاطفال طول اليوم الدراسي يسبب لي الإجهاد والتعب

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

7- أتعامل بفاعلية عالية مع مشكلات الاطفال

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

www.alkottob.com

-8- اشعر بالضغط النفسي بسبب ممارستي لهذه المهنة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-9- أشعر أني أؤثر ايجابياً في حياة كثير من الناس من خلال ممارستي لهذه المهنة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-10- أشعر أنني أصبحت أكثر قسوة مع الناس بعد التحاقي بمهنتي

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-11- إنني قلق لان هذه الوظيفة تحجر عواطفي

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-12- أشعر بالحيوية والنشاط

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-13- أشعر بالإحباط بسبب ممارستي لمهنة التدريس

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-14- اشعر باني اعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

www.alkottob.com

-15- لا أكترث لما يحدث مع الاطفال من مشكلات

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-16- إن التعامل المباشر مع الاطفال يسبب لي ضغوطاً نفسية شديدة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-17- استطيع بكل سهوله أن أخلق جواً نفسياً مريحاً مع الاطفال

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-18- احس بالراحة عندما اتعامل بود مع الاطفال

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-19- لقد أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في هذه المهنة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-20- اعتقد إن الضغوط التي تواجهني في عملي هي سبب ما أعانيه من أمراض جسمية

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

-21- أتعامل بهدوء مع المشكلات الانفعالية الاطفال أثناء ممارستي لهذه المهنة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

www.alkottob.com

-22- باستطاعتي فهم مشاعر الاطفال نحو الأشياء بكل سهولة

ابدا	مرات على الاقل في السنة	مر ة في الشهر على الاقل	مرات في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات في الاسبوع	كل يوم

www.alkottob.com