

الاحترق النفسي لدى اساتذة جامعة كرميان

ابوبكر يوسف احمد

قسم العلوم التربوية والنفسية، كلية التربية، جامعة كرميان، كلار، اقليم كردستان- العراق

ملخص البحث

هدفت هذه الدراسة الى محاولة الكشف عن مستوى مستويات الاحترق النفسي لدى اساتذة جامعة كرميان للسنة الدراسية (2018-2019) واعتمد الباحث مقياس ماسلاش وزملائها (1996) والذي تم ترجمته الى العربية من قبل العتيبي (2003) وآخرون ويتكون من (22) فقرة مكونة ثلاث ابعاد اعتمد الباحث المنهج الوصفي والاسلوب المسحي في البحث الحالي لما يتطابق مع مشكلة البحث ، تمثل مجتمع البحث جميع اساتذة جامعة كرميان ، والبالغ عددهم (294) للسنة الدراسية (2018-2019) وبلغ عينة البحث (218) من الاساتذة ذكور (76) من الاساتذة الاناث ، موزعين على كليات الجامعة المكونة من (كلية التربية ، كلية العلوم ، كلية التربية الاساسية ، كلية اللغات والعلوم الانسانية ، كلية الزراعة) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من كليات الجامعة . وتوصل الباحث الى عدة نتائج اهمها ان الاحترق النفسي لدى اساتذة الجامعة مرتفع ومتوسط وليس له علاقة بالعمر او الجنس . وفي ضوء نتائج هذه الدراسة يوصي الباحث ان يهتم باساتذه الجامعة للتقليل من شدة الاحترق النفسي.

الكلمات المفتاحية : الاحترق النفسي ، اساتذة، الجامعة

المقدمة

أن الافراد في الحياة المعاصرة والتي شهدت تغيرات عدة في شتى المجالات الحياتية كما ونوعا وصاحبها العديد من مصادر القلق وتلاكتئاب والتوتر والضغط النفسية التي يتعرض لها الافراد يوميا في مواقع العمل والمهن التي يمتنها الافراد في كافة المجالات الحياتية وعلما المستويات المختلفة من حيث التطور الاقتصادي والاجتماعي ، مما جعل العلماء والدارسين ان يولون اهتماما كثيرا بموضوع الضغوط النفسية وذلك بسبب الاثار اللبية على الصحة النفسية والجسدية للفرد والتي تنعكس بدوره على المجتمع الذي يعيش فيه وربما باكثر خطورة وسلبية . (الخرابشة ، 2005، ص: 304)

ولعل انعكاس اثار هذه التغيرات والتطورات في مجالات التكنولوجيا والعلوم المختلفة وطلبعة الاعمال التي يقوم بها الافراد في المجالات الحياتية المختلفة جعلهم يعانون من العديد من حالات التوتر النفسي والاكتئاب وغيرها ، مما ادى ذلك ان يصف بعض علماء ولاسيما المختصون في علم النفس هذا العصر بعصر الضغوط والازمات النفسية . (الخطيب 2005: ص 11)

أن الضغوط النفسية تلعب دورا كبيرا في اصابة الافراد بالعديد من الامراض النفسية والجسدية ولايقف الفرد في هذه الحالة موقفا سلبيا تجاه هذه الازمات والضغوط بل يحاول جاهدا وبشئى السبل في مواجهتها او حلها او التقليل من اثارها .

ويجب ان لانسى بانها ايجاد الحلول لهذه الازمات كيف ما كانت يعتمد في اطارها المرجعي للسلوك على الخلفية الثقافية التي يعتمدها الفرد في مواجهة وحلول مشاكله ومهاراته في التغلب عليها بما يتناسب مع الضغط النفسي .

ان زياده الجهود لمواجهة الضغوط النفسية قد تكون في بعض الاحيان غير مجدية لذا قد يتطلب هذا من الفرد في بعض الاحيان الى تغير مهنته او العمل الذي يقوم به وذلك من اجل التغلب على الضغوط النفسية بالاضافة الى تحقيق اهدافه الشخصية اى الوصول اليها بطرق اخرى . او قد يضطر الفرد الى تغير الهدف التي يطمح من الوصول اليه. (العتيبي ، 2003: ص 351)

مختلف هذه المحاولات التي يتخذها الفرد هي من أجل مواجهه الضغوط والنفسية من جانب والجانب الاخر هو اعادة الاختلال في توازنه الشخصي والذي اختل بسبب تلك الضغوط من ثم الى اعادة التوازن مع البيئة الاجتماعية التي يعيش فيه الفرد او بعبارة اخرى اعادة التوازن النفسي والشخصي مع البيئة المحيطة بالفرد. (البطاينة ، 2004: ص 44)

وقد اكدت العديد من الدراسات النظرية منها والميدانية العربية والاجنبية والتي شملت مجالاتها التربية والتعليم اضافة الى المجالات الادارية الاخرى الى ان العاملين في المهن الانسانية ولاسيما التدريس ومن ضمنهم اساتذة الجامعة يتعرضون الى العديد من حالات التوتر والاحتراق النفسي بسبب ضغوط العمل النفسية والمهنية والتي يمرون بها من خلال ممارسة وظائفهم يوميا . حيث تلعب طبيعة العلاقة بين الزملاء في المهنة ولاسيما التدريس في الجامعة شأنها شأن القطاعات الاخرى في المجتمع دورا كبيرا في خلق الضغوط النفسية لذا نجد ان العلاقة بين اساتذة الجامعة بعضهم مع البعض من ناحية وطبيعة علاقتهم الاجتماعية مع الطلبة والموظفين من جهة اخرى ، الى تعرض الاساتذة في الجامعة يوميا ربما الى الضغوط النفسية . (الجميلي ، 2004 : ص 26)

وقد اكد على هذه الضغوط العديد من علماء النفس وخبراء علم النفس لاسيما تاكيدهم على ظاهرة الاحتراق النفسي من امثلتهم العالم (ماسلاش) وعملوا على دراستها والبحث ف يماهرها المختلفه واسبابها ومكوناتها والطرق النفسية اللازمة لوضع حد لاثارها او التقليل من خطورتها واثارها السلبية التي يتركه على الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه . ومن الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي هي دراسة (سليمان وادريس 2007) بعنوان الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال في محافظة نينوى هدفت لمعرفة مدى انتشار الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال بلغت عينة البحث 76 معلمة موزعين على (13) روضة واطهرت نتائج الدراسة ان افراد العينة ليس لديهم انهمك عاطفي ويظهرون درجات عالية من التعامل الانساني ، ودرجات عالية من الانجاز الشخصي ، مما يعني انهم لا يعانون من الاحتراق النفسي وانه لايشكل مشكلة بالنسبة لهم .

ودراسة (السلخي ، محمود جمال ، 2013) بعنوان مستويات الاحتراق اتلنفسى لدى معلمي التربية الاسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات وهدفت الدراسة في التعرف على مستويات الاحتراق اتلنفسى لدى معلمي التربية الاسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات الجنس ، المؤهل العلمي ، عدد سنوات الخبرة ، والدخل الشهري ، والعمر ، والحالة الاجتماعية والمرحلة التي يدرسها المعلم . وباغت عينة البحث 166 معلما من الجنسين ذكور ، اناث واطهرت نتائج الدراسة ان مستوى الاحتراق النفسي لدي افراد العينة كان معتدلا .

ودراسة (الرافعي والقضاة ، 2010) بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس ف يكلية المعلمين باها في ضوء بعض المتغيرات حيث هدفت الدراسة في التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس ف يكلية المعلمين في ضوء بعض المتغيرات وبلغت العينة 77 عضوا من مجتمع الدراسة الذي بلغ 92 عضوا في كلية المعلمين . واطهرت النتائج ان افراد العينة يتمتعون بمستوى احتراق نفسي متوسط على المقياس الكلي .

ومن الدراسات التي اقيمت في تركيا هدفت قياس مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين (سفر كولو ، يلديز ، يوسل 2014) حيث بلغت عينة واطهرت نتائج البحث ام مستوى الاحتراق النفسي لدي العينة عال وان لبعض المتغيرات لها دور في تحديد مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين .وفقا لما تم ذكره ولاهميه البحث الحالية وعلى حد علم الباحث لم يجد بحث تناول هذا المتغير مع عينة ومجتمع البحث لذا هداف البحث الى قياس مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة جامعة كرميان للسنة الدراسية (2018-2019)

ودراسة (Olorunsola,2013) اقيمت في نيجيريا بعنوان قياس مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة الجامعة وشملت عينة البحث 80 مدرس بلغ عدد الذكور 52 والاناث 28 واشارت النتائج الى ان مستوى الاحتراق النفسي بين الاساتذة مرتع ولم تكون هناك فروق في مستويات الاحتراق النفسي بالنسبة لمتغير العمر والجنس .

وبناء على ماتم ذكره يهدف البحث الى معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة جامعة كرميان للسنة الدراسية (2018-2019) واعتمد الباحث مقياس ماسلاش .

منهجية البحث :

اعتمد الباحث المنهج الوصفي والاسلوب المسحي في البحث الحالي لما يتطابق مع مشكلة البحث ، وشمل مجتمع البحث جميع اساتذة جامعة كرميان والتي تأسست (2010) والبالغ عددهم (294) للسنة الدراسية (2018-2019) وبلغ عينة البحث (218) من الاساتذة ذكور (76) من الاساتذة الاناث ، موزعين على كليات الجامعة المكونة من (كاية التربية ، كلية العلوم ، كلية التربية الاساسية ، كلية اللغات والعلوم الانسانية ، كلية الزراعة) وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية من كليات الجامعة .

بالنسبة لاداة البحث الحالي اعتمد الباحث على النسخة الثالثة من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي Maslash Burnout Inventort (MBI) والمعروف ب Human Services Survry (HSS) لماسلاش وزملائها (1996) والذي تم ترجمته الى العربية من قبل العتيبي (2003) . (العتيبي ، 2003، ص 358) . وقد قام عدد اخر من الباحثين بترجمة هذا المقياس الى العربية في نسخة اخرى ليلائم بيئتهم المحلية وعينة ومجتمع البحث التي يتم فيه تطبيق المقياس ومنهم (مقابلة والرشدان،1993: والطحاينة، 1995: والطوبالة، 1998: والفرح، 2001: عليان وابوزيد، 2002:334:الخرابشة وعربيات، 2005:ص313) .

و يعد مقياس ماسلاش من المقاييس العالمية المعتمد عليها من قبل الباحثين في جمع البيانات خلال اعدادهم رسائل الماجستير واطارح الدكتوراة ، يتكون بنوده من 22 فقرة موزعة على ثلاث محاور هي الاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر والشعور بالانجاز . و اعلى درجة يحصل عليها المفحوص هي الاجهاد الانفعالي ثم التبلد في المشاعر ونقص الشعور بالانجاز تصنف درجة الاحتراق النفسي لدية عالية او معتدلة او منخفضة .

1-الاجهاد الانفعالي ويتضمن الفقرات 1-9 والذي يقيس شعور الفرد بالاجهاد العاطفي واستنزافه في عمله .

2-فقدان التعامل الانساني والشخصي ويتضمن الفقرات 10 -14 والتي تقيس عدم شعور الفرد التدريسي بالانسانية في تعامله مع الاخرين

3-الانجاز الشخصي ويتضمن الفقرات 15 – 32 والتي تقيس احساس الشخص بالكفاءة والانجاز ف يعمله ونجاحه في التعامل مع الاخرين (Faraci, 2018).

وقد بنيت الفقرات على شكل عبارات تسال عن شعور الفرد نحو مهنته. حي ثيطلب من المفحوص الاستجابة مرتين لكل فقرة من فقرات المقياس وتدل المرة الاولى على تكرار الشعور بتدرج يتراوح من (صفر-6) درجات ، واخرى تدل على شدة الشعور بتدرج يتراوح من (صفر-7) درجات . (الخرابشة وعربيات ، 2005، ص 313).

وتحسب درجات كل مقياس فرعي على اساس ضرب عدد عباراته × عدد اوزان المقياس (صفر-6) . وبذلك يتراوح درجات الاحتراق النفسي على كل مقياس فرعي وفقا لمايلي:

1-الانهك العاطفي : من(صفر-54).

2-فقدان التعامل الانساني والشخصي: من (صفر-30).

3- الانمجاز الشخصي : من (صفر-48).

وصنفت ماسلاش وزملائها (1996) مستويات الاحتراق النفسي على المقياس الى ثلاث فئات على النحو الاتي:

1-درجة عالية من الاحتراق النفسي : وتتمثل في حالة حصول الفرد على درجات عالية في كل من مقياس الانهك العاطفي ، ومقياس فقدان التعامل الانساني او الشخصي ، ودرجات منخفضة على مقياس الانجاز الشخصي .

2- درجة متوسطة في الاحتراق النفسي : وتحدث عند حصول الفرد على درجات متوسطة في المقاييس الثلاثة .

3-درجة منخفضة في الاحتراق النفسي: عند حصول الفرد على درجات منخفضة في كل من مقياس الانهك العاطفي ،فقدان التعامل الانساني او الشخصي ، ودرجات عالية على مقياس الانجاز الشخصي (العتيبي ، 2003:ص36

نظرا لما يتمتع به مقياس ماسلاش الاصلي بمستوى جيد من الصدق ، وقد اظهرت دلالات من قدرته على التمييز بين فئات مختلفه من العاملين في بيئات مختلفة يعانون من الاحتراق النفسي وبمستويات مختلفه سواء كانت عالية ام متدنية وذلك من خلال الدراسات الالعربية ام الاجنبية ، وبما ان البحث اعتمد النسخة العربية الثالثة من المقياس ، لذا اكتفى الباحث بالصدق الظاهري وذلك من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من خبراء التربية وعلم النفس . تم حساب الثبات باستخدام معادلة

كرونباخ الفا للاتساق الداخلي لكل مقياس فرعي من فروع المقياس وكانت درجة الثبات عالية (سليمان وادريس ، 2007، ص:218).

اما بالنسبة للوسائل الاحصائية استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة ، وتحليل التباين الاحادي ANOVA واختبار توكي للمقارنة البعدية.

نتائج البحث :

تحقيقا لاهداف البحث الحالي قام الباحث بتطبيق مقياس ماسلاش في جامعة كرميان وذلك لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة الجامعة الموزعين على الكليات الخمسة (107) تدريسي كعينة للبحث الحالي والذي يبلغ متوسط الحسابي لاعمارهم 42,6 والانحراف المعياري 9,87 . وبلغ عدد المشاركين بالنسبة للذكور 68% اما الاناث 12% .

جدول (1) مستويات الاحتراق النفسي لدى افراد عينة البحث

المتغير		احتراق منخفض		احتراق متوسط		احتراق عالي	
		النسبة	التكرار	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار
الانهك العاطفي		0%	0	20,3%	26	63,3%	81
فقدان التعامل الانساني والشخصي		0%	0	0%	0	83,6%	107
الانجاز الشخصي		0%	0	82,8%	106	0,8%	1

وفقا للجدول (1) لا يوجد احتراق نفسي منخفض لدى عينة البحث جميعها متوسطه او عالية . واكبرها في التعامل الانساني والشخصي ثم الانهك العاطفي ثم يليه الانجاز الشخصي. بعد التحليل النتائج تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث بالمقارنة بين الجنسين لدى افراد العينة كما هو مبين في الجدول (2) .

الجدول رقم 2 يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث

المتغير		الاناث		الذكور	
		الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الانهك العاطفي		31,20	2,33	30,93	2,81
فقدان التعامل الانساني والشخصي		19,80	1,23	20,02	1,21
الانجاز الشخصي		37,20	1,54	36,96	1,93
المجموع		88,20	3,44	87,91	3,84

نظرا للجدول (2) بصورة عامة النساء نسبة الاحتراق النفسي لديهم اكثر من الرجال ، لذا قام الباحث بمقارنة النتائج بطريقة اعادة الاختبار كما هو مبين في الجدول (3) .

الجدول (3) يوضح الفروق بين الجنسين في مستوى الاحتراق لدى عينة البحث باستخدام الاختبار التائي

المتغير	T	Df	Sig
الانهك العاطفي	0,396	105	0.693
فقدان التعامل الانساني	0.740	105	0.461
الانجاز الشخصي	0.688	105	0.493
المجموع	0.299	105	0.765

وفقا لنتائج الجدول (3) بالرغم من ان النساء حصلوا على درجات اكثر في الاجابة على جوانب المقياس للاحتراق النفسي الا انه لا يوجد اي فروق دالة احصائيا بين عينة البحث ذكور اناث في جوانب المقياس ($p > 0.05$).

تم احتساب الفروق في مستوى الاحتراق النفسي الى اربع مجاميع حسب العمر { كالاتي (30-40 ، 41-50 ، 51-60) سنة بطريقة تحليل التباين الاحادي ANOVA للفروق على مقاييس الاحتراق النفسي

الجدول (4) نتائج التحليل الاحادي للفروق في مستوى الاحتراق النفسي حسب متغير العمر

طوراوة كان	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
الانهك عاتيفي	Between Groups	4	2.688	.353	.842
	Within Groups	102	7.620		
	Total	106	787.963		
فقدان تعامل انساني	Between Groups	4	2.887	2.039	.094
	Within Groups	102	1.416		
	Total	106	155.963		
الانجاز الشخصي	Between Groups	4	.201	.104	.981
	Within Groups	102	1.943		
	Total	106	198.991		
نمردي طشي	Between Groups	4	10.009	.700	.594
	Within Groups	102	14.303		
	Total	106	1498.916		

يشير النتائج الى ان الاحتراق النفسي يزيد عند الافراد مع التقدم في العمر وبالنسبة لعينة البحث بالرغم من الاختلاف في العمر تبين انه لديهم مستوى متوسط او عال من الاحتراق النفسي الا انه غير دالة احصائيا .

تفسير النتائج :

هدف البحث الحالي في التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى اساتذة جامعة كرميان للسنة الدراسية (2018-2019) وشملت عينة البحث من (107) تدريسي من اساتذة الجامعة من كلا الجنسين (ذكور ، اناث) من كليات الجامعة المختلفة وتم الاستجابة من قبل افراد العينة على فقرات مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ، وظهرت نتائج الدراسة ان افراد العينة لا يوجد لديهم مستوى منخفض في مجالات مقياس الاحتراق النفسي بل كانت مستوياتهم متوسطة او عالية خاصة في التعامل الانساني والشخصي ثم يليه الانهك العاطفي ثم الانجاز الشخصي .

وبمقارنة نتائج الدراسة مع الدراسات السابقة اظهرت بانها تتفق مع نتائج كل من ودراسة (الرافعي والقضاة، 2010) (السلخي ، محمود جمال 2013) و(دراسة سفر كولو، 2014) (ودراسة Olorunsola 2013) ولكنها تختلف مع نتائج (دراسة سليمان وادريس 2007) .

ويرجع الباحث السبب في مستوى الاحتراق النفس لدى عينة البحث الى الظروف الاقتصادية والسياسية والاجتماعية لاسيما السنوات الاخيرة والتي شهدت العديد من التغيرات في مختلف الجوانب لاسيما العلاقات الاجتماعية حيث تشهد الكثير من التغيرات رغم كثرتها وتنوعها حيث نجد ان الافراد يعانون من المشاكل والاضطرابات النفسية او الشخصية والوحدة النفسية بالرغم من علاقاتهم الاجتماعية وقد توصل العديد من الباحثين الى استنتاج بان الاحتراق النفسي يعد مشكلة تنظيمية وشخصية في أن واحد ولها تأثيرات سلبية على الفرد وكذلك ذات تائيؤات سلبية على ادائه المهني اضافة الى الاضطرابات النفسية والجسمية التي يتركها (Picrce C. and Molley , G . 1990 , P . 114) كما دلت العديد من الدراسات على ذلك فمثلا دراسة (النوري، 2011) الوسط الجامعي اليوم وفي العديد من الجامعات نجد ان الهيئات التدريسية قد تجد نفسها تحت تأثيرات العديد من الضغوط المختلفة ربما تكون قسما منها خارج الجامعة والاستاذ الجامعي في غنى عنها الا انه بسبب البيئة الاجتماعية وطبيعة العلاقات يجد الفرد نفسه امام كذا من المشاكل والصراعات هذا بالاضافة الى المنافسه بين الاساتذه انفسهم او المشاكل مع الطلبة في الكثير من الاوقات هذه الامور وغيرها ادت الى ان تكون مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة البحث مرتفعة مقارنة مع عينات الدراسات الاخرى .

وبمقارنة نتائج الدراسة مع الدراسات السابقة وفق متغير الجنس وبالنسبة لمناقشة نتائج الدراسة الحالية مع السابقة اظهرت بانها تتفق مع نتائج كل من ودراسة (الرافعي والقضاة، 2010) (السلخي ، محمود جمال 2013) ، (ودراسة سفر كولو، 2014) (ودراسة Olorunsola 2013) ولكنها تختلف مع نتائج (دراسة سليمان وادريس 2007).

بالنسبة لمتغير الجنس يرى الباحث ان عمل المرأة في السنوات الاخيرة شأنها شأن الرجل وبسبب ضغوط العمل المختلفه التي يتعرض لها اثناء ممارسة عملها خارج المنزل ادت الى هذه النتائج حيث ان الشعور بالاحتراق النفسي ليست المشكلة الوحيدة التي تعاني منها المرأة في الوقت الحاضر بل اصبحت تعاني من العديد من الاضطرابات النفسية نتيجة ضغوط العمل في جميع المجالات ليس بالنسبة للاستاذة وهذا ما اكدته دراسة (القيسي، 201) حيث اظهرت نتائج عالية للاحتراق النفسي لعينة الدراسة والتي شملت مشرفين تربويين من كلا الجنسين هذا بالنسبة لضغوط العمل اما بالنسبة للرعاية بالاسرة وتربية الابناء من الجانب الاخر لاسيما في البيئات الاجتماعية التي يتعرض فيها المرأة شأنها شأن الرجل حيث ان هذه الضغوط شهدتها الكثير من المجتمعات في بلدان مختلفه بسبب التغيرات الاجتماعية التي شهدتها والاحتراق النفسي تمثل احداها ، والحروب التي شهدتها الكثير من الشعوب والتهجير للكثير من العوائل وعمليات القتل التي ادت الى زيادة عدد الارامل في المجتمع وصعوبة الازواج الاقتصادية والاجتماعية ادت الى الاختلال في الازواج الاسرية والنسق الاجتماعي للاسرة ، وقد اظهرت نتائج دراسات اخرى ان كلا الجنسين يتعرضون للاحتراق النفسي حال تعرضهم لضغوط العمل منها دراسة (خديجة ، 2017) (

اما بالنسبة لمتغير العمر اظهرت نتائج الدراسة بانها تتفق مع نتائج كل من ودراسة (الرافعي والقضاة، 2010) (السلخي ، محمود جمال 2013) و(دراسة سفر كولو، 2014) (ودراسة Olorunsola 2013) ولكنها تختلف مع نتائج (دراسة سليمان وادريس 2007).

ويرى الباحث ان السبب في زيادة مستوى الاحتراق النفسي بسبب تزايد العمر ياتي من المسؤوليات الكبيرة التي يقع على عاتق الفرد بسس التقدم في العمر وانشغاله بمتطلبات الحياة اليومية وغيرها هذا يعني ان الافراد الاكبر سنا اكثر عرضة من الاصغر سنا للتعرض للاحتراق النفسي .

واجبة الباحث خلال قيامه بالبحث بسبب ضيق الوقت عدد من الصعوبات حال دون قدرته بالمقارنة بين متغير البحث ومتغيرات اخرى مثل التخصص العلمي والحالة الاجتماعية. لذا يوصي الباحث العمل على تهيئة بيئة عمل مناسبة تسهم في مساعدة الاستاذ الجامعي على تجاوز مشكلاته والتي تسبب له الاحتراق النفسي. انشاء مراكز للتنمية المهنية في الجامعة لتبادل الخبرات ووضع حلول للمشاكل التي قد يواجهها الاساتذه اثناء ممارسه مهامهم اليومية.

المقترحات

- 1- اجراء دراسات اخرى تتناول العلاقة بين الاحتراق النفسي مع متغيرات اخرى مثل الصحة النفسية وغيرها من المتغيرات
- 2- اقامة دورات او ندوات تساعد الاساتذة لمواجهة ضغوط العمل اثنا ممارسة مهنة التدريس
- 3- فتح فضاءات الترفيه للاساتذ في الوسط الجامعي .
- 4- اجراء الدراسة مشابهة على عينات اخرى من العاملين في المجالات المختلفة لمعرفة اسباب الاحتراق النفسي .

وختام البحث الحالي يوجهه الباحث شكره الى كل من مد يد العون لانمام هذا العمل المتواضع واخص الدكتورة بكاه علي مردان والدكتور رامال احمد مصطفى .

المصادر:

- 1-الخرابشة، عمر محمد عبدالله وعربيات ، احمد عبدالحليم (2005) الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الطلبة ذوى صعوبات التعلم في غرف المصادر، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والانسانية، المجلد17، العدد الثاني، جمادى الاول ، يوليو، ص 290-331.
- 2- الخطيب ، فريد مصطفى والقريوني، ابراهيم امين .(2005). الاحتراق النفسي لدى الطلبة العاديين والموهوبين وذوي صعوبات التعلم والاعاقات الشديدة ، المؤتمر العلمي الرابع لرعاية الموهوبين والمتفوقين ، للفترة من 16-17/7، عمان ، الاردن .
- 3- الجميلي ، خولة حسين . (2004). النسق القيمي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى مدرسي المرحلة الثانوية في كركوك ، (رسالة ماجستير غير منشورة) ، جامعة الموصل ، كلية التربية .
- 4- العتيبي ، ادم غازي ، (2003). الاحتراق الوظيفي لدى العاملين في قطاع الخدمة المدنية الكويتي وعلاقته بنمط الشخصية أ والرغبة في ترك العمل ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد 31، العدد2، ص 347-390.
- 5- البطاينة ، أسامة والجورانة ، المعتصم بالله . (2004) . مسنويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في محافظة اربد ، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، مجلد 2، العدد2، ص 48-76 .
- 6- الرافي ، يحيى عبدالله والقضاة ، محمد فرحان . (2010) مسنويات الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بابها في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية ، مجلد 2، العدد 2، يوليو 2010، ص 298-351 .
- 7- خالد، الغبشي وسليم ، القيسي (2015) الاحتراق النفسي وعلاقته باستراتيجيات التكيف مع المواقف الضاغطة لدى اساتذة التربية البدنية والرياضية ، دراسة ميدانية ، رسالة ماجستير منشورة ، 'جامعة قاصدي مرباح ، معهد العلوم والتقنيات ، قسم النشاط البدني والرياضي التربوي .
- 8- سليمان ، عباس سليمان وادريس ، عائشة (2007) الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الاطفال في محافظة نينوى ، مجلة ابحاث كلية التربية الاساسية ، مجلد 4، العدد 1، ص 205-224.
- 9- السلخي جمال محمود (2013) مسنويات الاحتراق اتلنفسى لدى معلمي التربية الاسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات
- 10- خديجة معروف (2017) الاحتراق النفسي لدى اطباء الجراحين دراسة ميدانية ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، رسالة ماجستير غير منشورة .
- 11- القيسي ، لى ماجد (2010) درجة الاحتراق النغفسي لدى المرشدين التربويين في مدارس محافظة الطفيلة ، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التلابوية والنفسية ، العدد1، 231-251

- 12- الفرح ، عدنان (2001) الاحتراق النفسي لدى العاملين مع الاشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة في دولة قطر، مجلة دراسات تربوية ، مجلد 28، العدد2، ص 247-271.
- 13- طوالبية ، محمد عبدالرحمن (1999) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي الحاسوب في المدارس المتابعة لمحافظة اربد والمفرق وعجلون وجرش ، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، المجلد 14 ، العدد 2، ص 169 - 195.
- 14- الطحاينة ،زيد لطفي وعيسى ، سهى اديب (1996) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الاردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة دراسات العلوم التربوية ، مجلد 23، العدد1، ص 131-148.
- 15- عليان ، ربيعي وابوزيد ، محمد خير (2002) ضغوط العمل لدى العاملين في المكتبات الجامعية الحكومية والخاصة في الاردن ، مجلة دراسات العلوم التربوية ، مجلد 29، العدد2، ايلول ، ص334 - 350.
- 16- مقابلة ، نصر والرشدان ، مالك (1997) الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعات الاردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات ، مجلة ابحاث اليرموك للعلوم الانسانية والاجتماعية ، مجلد13، العدد2، (ب) ، ص 37- 56 .
- 17- النوري ، مرتضى جبار ، (2011) قياس ابعاد الاحتراق النفسي وعلاقته بالمتغيرات الديموغرافية عند اعضاء الهيئة التدريسية في بعض كليات ومعاهد بغداد ، مجلة الادارة والاقتصاد ، العدد 86، ص 85- 99 .
- indicators of burnout and investigation of the 10- seferoglu. S.S, Yildiz. H., Yucel. U.A. (2014). Teachers" burnout: indicators in term of different variables. Education and Science, 39(174): 348-364.
- . TESTING FOR THE DIMENSIONALITY OF THE MASLACH BURNOUT INVENTORY (MBI) ON A 11- Faraci, P(2018 SAMPLE OF HIGH SCHOOL TEACHERS . Clinical Neuropsychiatry 15, 1, 50-59
- . AN APPRAISAL OF BURNOUT AMONG THE UNIVERSITY LECTURERS IN EKITI .)12- Olorunsola, E.O(2013 JOURNAL OF EDUCATIONAL AND DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY.3(2).. 133-138 .
- 13-pierce – C and Molley G. (1990) Psychological and Biographical differences between secondary school teachers experiencing high and low levels , of burnout , British Journal of educational psychology 60-37-51.