جامعة الدكتور يحي فارس - المدية
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية

الصلابة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مربي اقسام التربية الخاصة

- دراسة ميدانية بمراكز ذوي الاحتياجات الخاصة بولاية المدية-

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطالبتين:

- خلفات فطيمة
- بهوري حورية

إشراف الأستاذ:

- د. حبى عبد المالك

أمام اللجنة المشكلة من السادة:

الإسم و اللقب	الصفة	الجامعة	التاريخ
د. عيسى رمانة	رئيسا	جامعة يحي فارس بالمدية	23 جوان 2024
د. عبد المالك حبى	مشرفا	جامعة يحي فارس بالمدية	
د. أمينة بلحاج	مناقشا	جامعة يحي فارس بالمدية	

السنة الجامعية: 2023-2024

شكر وعرفان

بداية نحمد الله سبحانه وتعالى ونشكره على أنه وفقنا ويسر لنا إتمام هذا العمل

ثم نتوجه بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف **" حبى عبد المالك "** الذي أرشدنا وساعدنا على إنجاز هذا العمل.

شكرا لمن قدم لنا يد المساعدة ولم يبخل علينا في تقديم كل ما نحتاجه لإكمال هذه المذكرة.

شكرا لأعضاء لجنة المناقشة كل بإسمه على قبول مناقشة وإثراء موضوع البحث.

شكر خاص للأخت رتيبة على مساعدتها لنا.

شكرا لجميع الأساتذة الذين ساعدونا في مشوارنا الدراسي بجميع أطواره.

كما لا يفوتنا أن نشكر وبصفة عامة كل من قدم لنا يد المساعدة في إنجاز هذا العمل.

الإهـــــداء

أهدي ثمرة هذا العمل:

إلى من ربتني وأنارت دربي وأعانتني بالصلوات والدعوات، إلى رمز الحب وبلسم الشفاء إلى القلب الناصع **أمي الغالية** رحمة الله عليها.

إلى الذي لا مثيل له كان وسيبقى يعيش في أعماقي وكان وراء كل خطوة خطوتها في طريق العلم **أبي العزيز** رحمه الله.

إلى أختي وسندي الغالية رتيبة.

إلى رفيق دربي وسندي في الحياة مصطفى.

إلى كل إخوتي وأخواتي كل واحد بإسمه.

إلى كل صديقاتي كل واحدة بإسمها.

إلى أستاذي الفاضل الدكتور حبى عبد المالك.

الى زميلتي في المذكرة بهوري حورية

فطيمة

الإهـــــداء

أحمد الله عزّ وجلّ على منّه وعونه لنا في إتمام هذا العمل المتواضع.

وأسأله خير الدعاء وخير النجاح وخير الثواب.

أهدي ثمرة جهدي إلى كل من ساعدني أولهم الأهل خصوصا الأخ الذي

كان خير داعم وزوجته ولكل الأهل.

إلى أستاذي الكريم "حبى عبد المالك " الذي ساعدنا كثيرا ولم يبخل علينا

إلى كل زميلاتي في العمل، ولكل من رافقنا في مشوارنا لإنجاز هذا العمل.

إليكم أهدى ثمرة هذا العمل المتواضع.

حورية

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة، وذلك من خلال دراسة ميدانية شملت كل مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة لولاية المدية، وتم اختيار العينة حسب المجتمع المتاح والبالغ عددها 62 مربي.

حيث اعتمدنا على المنهج الوصفي الارتباطي، تم استخدام مقياس الصلابة النفسية لمخيمر 2002 ومقياس الاحتراق النفسي لماسلاش وجاكسون،مكيف على البيئة الجزائرية من طرف نصراوي صباح مع استخدام المعالجة الإحصائية باستخدام أساليب إحصائية للتحقق من نتائج الدراسة من بينها معامل الارتباط بيرسون spss

لمعرفة العلاقة بين المتغيرات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري، واختبار (ت) لقياس الفرضيات، وبعد عرض البيانات ومناقشتها وتحليل نتائجها تمّ استخلاص النتائج التالية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة المتكفل بها.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي لتربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة المتكفل بها.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس.

Abstract

This study aimed to know the relationship between psychological hardiness and the burnout among special education teachers.

This was done through conducting a survey that in clouded all the centers for people with special needs in the state of médéa.

- The sample was selected randomly and the number of the informants reached 62 teachers if releid on the descriptive correlational approach.
- The Mkhaimer pschological hardiness scale (2002) and Maslach and Jackson scole of the psychological, burnout (1981) were used in this study.
- If relied on the statistical treatment (spss), methods to verify the correlation coefficiend (pearson) so as to know the relationship between variables;arithmetic mean ; standard deviation and test (T) for measuring hypotheses.

After presenting the data, discussing and analyzing it our findings showed that:

1- There is statistical correlative relationship between psychological hardiness and the psychological burnout with the special education teachers.

2- There is no statistical differences at the level of the psychological hardiness with these special teachers due to the variablé type of disability sponsored.

3- There is no statistical defferences at the level of the psychological hardiness with these teachers due to the gender variable.

4- There is no statistical defferences at the level of the psychological burnout with these special teachers due to the variable type of disability sporsored.

5- There is no statistical differences at the level of the psychological burnout with these special teachers due to the gender variable.

الفهـــرس

فهرس المحتويات

شكر وعرفان .....

الإهـــــداء.....

ملخص الدراسة باللغة العربية: .....

ملخص الدراسة باللغة الانجليزية: .....

قائمة الجداول والأشكال و الرسوم البيانية .....

مقدمة: .....Erreur ! Signet non défini.

الـجانـب النظـري

الفصل الأول : إشكالية الدراسة و اعتباراتها

01- الإشكالية: 3

02- فرضيات الدراسة:..... 5

03- أسباب ودوافع اختيار الموضوع::..... 6

04- أهداف الدراسة:..... 7

05-أهمية الدراسة: 8

06- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة:..... 9

07- الدراسات السابقة: 15

الفصل الثاني: الصلابة النفسية

تمهيد:..... 17

1- نشأة الصلابة النفسية: 18

02- تعريف الصلابة النفسية:..... 21

03- خصائص الصلابة النفسية:.....Erreur ! Signet non défini.

04- أهمية الصلابة النفسية:..... 25

05-أبعاد الصلابة النفسية: 29

06- النظريات المفسرة للصلابة النفسية: 32

07- الصلابة النفسية لدى المربي:.....Erreur ! Signet non défini.

خلاصة:..... 34

الفصل الثالث: الاحتراق النفسي

تمهيد : **36**
01- التطور التاريخي لمفهوم الاحتراق النفسي: **37**
02- تعريف الاحتراق النفسي: **40**
03-أعراض الاحتراق النفسي : **43**
01- أسباب الاحتراق النفسي : **47**
05-النماذج المفسرة للاحتراق النفسي: **52**
6-النظريات المفسرة للاحتراق النفسي: **55**
07- مراحل الاحتراق النفسي: **56**
07-الآليات الوقائية والعلاج من الاحتراق النفسي: **57**
08- الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة: **59**
خلاصة الفصل: **60**
الفصل الرابع: مربي ذوي الاحتياجات الخاصة
تمهيد: **62**
01- تعريف المربي ذوي الاحتياجات الخاصة **63**
02- التصنيفات الوظيفية للالتحاق بمهنة المربي ذوي الاحتياجات الخاصة..... **66**
03- شروط الالتحاق بوظيفة المربي ذوي الاحتياجات الخاصة حسب التشريع الجزائري..... **67**
04- أخلاقيات المربي ذوي الاحتياجات الخاصة..... **69**
05- دور المربي نحو الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة..... **70**
06- توجيهات عامة للمربين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة **71**
07- نماذج من مهام المربي **72**
الجانب التطبيقي
الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة
تمهيد: **75**
1-1- الدراسة الاستطلاعية: **75**
1-2- أهداف الدراسة الاستطلاعية: **76**
1-3- الإطار المكاني والزماني للدراسة الاستطلاعية: **76**
1-4- عينة الدراسة الاستطلاعية: **77**
1-5 - نتائج الدراسة الاستطلاعية: **77**
02- الدراسة الميدانية الأساسية: **78**

02-01- مجتمع وعينة الدراسة الأساسية: 80
02-02- الحدود الزمانية والمكانية: 80
02-03- منهج الدراسة: 84
02-04- أدوات جمع البيانات: 85
خلاصة الفصل: 86
الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة
تمهيد 88
01- عرض وتحليل نتائج الدراسة: 90
02- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة 101
الاستنتاج العام: 102
الخاتمة: 104
الاقتراحات: 105
قائمة المراجع 107
الملاحـــق 117

فهرس الجداول

جدول رقم (01): يوضح توزيع عدد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية لمؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة لولاية المدية. 76
جدول رقم (02): يمثل توزيع أفراد عينة المربين حسب الجنس 77
الجدول رقم (03): يوضح توزيع أفراد العينة حسب نوع الإعاقة المتكفل بها 78
جدول رقم (04): يوضح توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة في مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية. 80
جدول رقم (05): يوضح توزيع البنود الموجبة والسالبة في مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية. 80
جدول رقم (06): درجات بدائل مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية 82
جدول رقم (07): توزيع بنود مقياس الإحتراق النفسي حسب أبعاده الثلاثة 84
الجدول رقم (08): يبين طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة. 89
الجدول رقم(09): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الصلابة النفسية تبعا لمتغير نوع الإعاقة لدى عينة الدراسة. 89
الجدول رقم (10): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الاحتراق تبعا لمتغير نوع الإعاقة لدى عينة الدراسة. 91

الجدول رقم (11): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة. 91
الجدول رقم (12): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة. 92

فهرس الأشكال

شكل رقم (01): يوضح مكونات الصلابة النفسية 24
الشكل رقم (2): يوضح نموذج الصلابة النفسية عند مادي 29
الشكل رقم (03): يوضح نموذج تشرنيس للاحتراق النفسي 50
الشكل رقم (04): يوضح أبعاد الاحتراق النفسي حسب ماسلاتش جاكسون. 51
الشكل رقم (05): يوضح نموذج ليتر للإحتراق النفسي : 53
الشكل رقم (06): يوضح مراحل الاحتراق النفسي (البتال،2000،ص26) 56
شكل رقم (07): توزيع أفراد العينة حسب نوع الإعاقة المتكفل بها 78
شكل رقم 08: توزيع البنود الموجبة والسالبة في مقياس الصلابة النفسية 81

فهرس الملاحق

الملحق رقم(1): جدول يوضح مخرجات الحزم SPSS لحساب متغيرات الدراسة و الفروق الفردية 117
الملحق رقم (2): جداول تظهر حساب مستوى الإحتراق النفسي حسب متغير الجنس 118
الملحق رقم (3): جداول تظهر حساب مستوى الإحتراق النفسي حسب متغير نوع الإعاقة 120
الملحق رقم (4): جداول تظهر حساب مستوى الصلابة النفسية حسب متغيرالجنس 122

مقدمة:

تعتبر عملية التربية وتعليم الفئات ذوي الاحتياجات الخاصة من الأعمال الإنسانية، والتي تهدف في جوهرها إلى مساعدة هذه الفئة على التكيف السليم مع البيئة التي يعيشون فيها، وتوفير سبل الرعاية المناسبة وذلك من أجل النهوض بهم وتطوير واستغلال قدراتهم إلى الحد الذي يؤدي بشكل عام إلى الاستقلالية.

إلا أن تربية وتعليم ذوي الاحتياجات الخاصة من المهن المتعبة والشاقة والتي تضع المربي أمام ظروف صعبة في العمل، ونظرا لاختلافهم عن الأفراد العاديين في الجانب العقلي والاختلافات الجسمية والتواصلية والسلوكية والبدنية، لذلك يتطلب العمل معهم خلق أسلوب مناسب للتعامل مع هذه الظروف والتكيف معها، كما يتطلب مستوى عالي من الكفاءات والمهارات ولعلى أهم هذه المهارات الصلابة النفسية التي تجعل المربي يتجاوز الكثير من الضغوط والحواجز المهنية التي تصادفه والتخفيف من وقعها عليه.

فالصلابة النفسية هي الجانب الإيجابي من شخصية المربي فهي تعتبر كمصدر واقي له فتجعله يوازي بين قدراته ومتطلبات المهنة، ويجتاز كل الحواجز والضغوط المهنية التي يلقاها في تعامله مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة.

في المقابل هناك ضغوطات مهنية لا يستطيع المربي تجاوزها وتصل إلى حد تهديد مستقبله المهني ونفسي وعقلي مما تسبب له الاحتراق النفسي الذي يعود سلبا على أداء المربي وتهدد صحته النفسية بالدرجة الأولى.

فالاحتراق النفسي حالة من الإعياء والضعف والوهن التي تصيب جسد المربي وتستنفد طاقته وحيويته، بمعنى تجعله أقل إنتاجية ورغبة أكثر كآبة وعدم الاهتمام بالعمل، وبالتالي فإن ضرورة دعم المربين وتمكينهم للتوفيق بين التزاماتهم الأسرية والاجتماعية والمهنية لضمان توافقهم والزيادة في أدائهم وتحسينه.

لذلك فقد رأينا أهمية دراسة الجوانب الإيجابية في شخصية المربي وهي الصلابة النفسية وعلاقتها في حفظ الاحتراق النفسي الذي يكون من أهم الجوانب السلبية التي يصادفها المربي في حياته المهنية وهذا ما حاولنا التقصي فيه من خلال بحثنا هذا.

فجاءت دراستنا مقسمة إلى خمسة فصول حيث يتضمن الفصل الأول وهو الفصل التمهيدي يحتوي على موضوع الدراسة الإشكالية التي يتم فيها ضبط تساؤلات وفرضيات الدراسة، ومن ثم تسطير أهداف الدراسة وإبراز أهميتها والأسباب التي دفعت بنا إلى اختيار الدراسة مع تحديد التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة والتطرق إلى الدراسات السابقة التي تناولت مواضيع مشابهة لموضوعنا، أما الفصل الثاني فتضمن الصلابة النفسية نشأتها، تعريفها، خصائصها وأهميتها وأبعادها والنظريات المفسرة لها، والصلابة النفسية عند المربي، أما الفصل الثالث فتضمن الاحتراق النفسي التطور التاريخي له، تعريفه، أسبابه وأعراضه والنماذج والنظريات المفسرة له، مراحل الاحتراق وآليات الوقاية منه والاحتراق النفسي لدى المربي.

أما الجانب التطبيقي لموضوع الدراسة ينقسم إلى فصلين، الفصل الرابع الإجراءات المنهجية للدراسة فقد تناولنا فيه الدراسة الاستطلاعية وأدواتها والإطار الزماني والمكاني لها وعينة الدراسة ونتائجها، أما الدراسة الميدانية الأساسية فتم تناول فيها عينة الدراسة ومنهجها، الإطار المكاني والزماني لها وأدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

أما الفصل الخامس فهو فصل عرض ومناقشة نتائج الدراسة وتم فيها عرض وتحليل نتائج الدراسة، مناقشة وتفسير نتائجها، خلاصة نتائج الدراسة.

الـجانـب النظـري

الفصل الأول: إشكالية الدراسة و اعتباراتها

1. إشكالية الدراسة
2. فرضيات الدراسة
3. أسباب ودوافع اختيار الموضوع
4. أهداف الدراسة
5. أهمية الدراسة .
6. التعريفات الإجرائية لمصطلحات الدراسة
7. الدراسات السابقة

01- الإشكالية:

تنطوي حياة الإنسان من بدايتها على سلسلة من التفاعلات المستمرة بين شخصيته والبيئة التي يعيش فيها، ويهدف هذا التفاعل دائما إلى إيجاد التوافق و التوازن في حالته البدنية و النفسية والاجتماعية، وبين ما تتم به الظروف البيئية من صفات تؤثر في صحته ونفسيته وتفاعلاته مع الاخرين، ويؤدي هذا التفاعل إلى أقصى ما يرتقي الإنسان لنفسه من رفاهية ممكنة، وكلما اختل هذا التوافق لسبب من الأسباب بذل جهد لمواصلة توافقه مع البيئة من خلال خبراته في الحياة، وأحيانا يختل هذا التوافق مع البيئة بدرجة كبيرة، مثلما هو حال فئة ذوي الاحتياجات الخاصة، الذي يصعب التعامل معها ومواجهتها وعندئذ تحتاج هذه الفئة إلى خدمات من غيره تساعده على إعادة التكيف والتوافق.(القمش،2010، ص203).

ولقد حظي مجال ذوي الاحتياجات الخاصة اهتماما بالغا في السنوات الأخيرة و يرجع هذا الاهتمام من خلال إنشاء مؤسسات مختصة في رعايتهم و تدريبهم وتأهيل العديد من المختصين لتقديم أفضل الخدمات لهم، حيث يعتبر التكفل من طرف المربي واحد من مجموع الخدمات المقدمة لذوي الاحتياجات الخاصة التي يقوم بها المربي مؤهل وذو كفاءة، حيث لا تقتصر مسؤولياته على الالمام بالإعاقة فقط بل التعرف على الأبعاد النفسية ومساعدتهم على الاندماج في المجتمع و التغلب على ما في البيئة من صعوبات .(معتصم،2005، ص217).

فالتفكير الايجابي الذي يعتبر بلورة وتغيير و اصلاح الاشياء السيئة في حياة البشر ، هذا الأخير ساهم في انتشار مصطلحات ومتغيرات التي لها تأثير على نوعية الحياة عامة والعمل كجزء منها، في هذا الصدد يشير "كوهن و روس" في حديثهما عن المتغيرات المعدلة أو المخففة التي من شأنها أن تخفف من الآثار السلبية الناتجة عن تعرض الفرد لأحداث الحياة الضاغطة منها: المساندة الاجتماعية، و الصلابة النفسية التي أشارت كوبازا(1979) إليها على أنها نمط في الشخصية التي تعرف بالشخصية شديدة الاحتمال

وهو الذي يشجع على التعامل البناء مع الأحداث الضاغطة، فمفهوم الصلابة النفسية يشير على قدرة تحمل الألم و الإحباط الناتج عن تهديد وهذا يعتبر دالة موجبة على تمتع الفرد بصحة نفسية ومظهرا ايجابيا لنمو الأنا.(النابغة،2016،ص 157).

فالصلابة النفسية هي اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية و الاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (مخيمر،2002، ص5).

فالإطار النظري الذي وضعته كوبازا يشير إلى أن الصلابة مركب من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس وهي (الالتزام، التحكم، التحدي) فالأفراد الذين يتصفون بالصلابة لا بد أن تتوفر فيهم هذه الخصائص، ففي دراسة أجرتها كوبازا عن مكونات الصلابة النفسية كمتغيرات سيكولوجية تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة النفسية والجسمية، أكدت النتائج أن الصلابة لا تخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد و لكنها تمثل مصدر مقاومة وصمود ووقاية من الضغوط.(شويطرة ومصطفى،2015، ص49).

فالعمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة يأتي في مقدمة المهن التي يمكن أن تلف مشاعر الإحباط لدى العاملين لما تقضيه من متطلبات وطاقة جسدية ونفسية كبيرة مع فئات متنوعة من الأشخاص غير العاديين، حيث يعتبر كل شخص حالة من الاعاقات الحركية و العقلية و السمعية و البصرية، وهذه الاعاقات تتطلب نمطا من الخدمة والتعليم و التدريب و المساندة هذا كله يولد لدى العاملين الشعور بالإحباط ، فتلك الاحباطات و المجهدات المهنية يترتب عليها اثار سلبية كالفوضى و ارتباك في حياة الفرد (خلاصي،2014،ص24)، وبالتالي التعرض المتكرر للضغوطات الداخلية والخارجية تؤدي بالمربي الوقوع فريسة للاحتراق النفسي التي تعد مشكلة توجد في الكثير من المهن، ولكنها تنتشر بصورة خاصة في المهن الاجتماعية و الانسانية التي تكون موجهة لمساندة الناس، وقد تحدثت كريستينا ماسلاش في هذا الصدد أن الاحتراق النفسي يوجد في الكثير من المهن ذات الطابع الانساني، وتوصلت من خلال دراستهما إلى أن الاحتراق النفسي يظهر على شكل مجموعة من الأعراض من خلال ثلاثة أبعاد هي: الإنهاك العاطفي، تبلد المشاعر و نقص الشعور بالإنجاز، وتتجسد من خلال استنزاف جسمي، وانفعالي وفقدان الاهتمام بعمله وتبلد المشاعر ونقص الدافعية و الأداء النمطي للعمل كما يؤدي إلى افتقاده إلى الدعم الاجتماعي ومهارات التكيف لمستوى الأحداث.(غباري،2015، ص186).

ويمثل الاحتراق النفسي الحالة التي يكون عليها الفرد حينما يقع تحت ضغط داخلي لدوافع العطاء و الالتزام وتقف الظروف الخارجية الخارجة عن إرادته ومركز التحكم لديه حائل دون هذا العطاء أو تحقيقه بالمستوى المرغوب من النجاح (عكاشة،1999، ص97).

وفي ضوء ما تقدم وعلى اعتبار أن مهنة المربي مهنة إنسانية قبل كل شيء، من خلالها يتعامل المربي مع الطفل ذوي الاحتياجات الخاصة في بعديه الذاتي و الموضوعي، وهذا يتطلب من المربي أن يكون من الصفات الايجابية و الصلابة النفسية من التزام بإنسانيته و تحكما في الأحداث الضاغطة و مواجهتها بفعالية و التحلي بالضبط الانفعالي مع الدافعية للإنجاز و النظرة الشاملة والبعيدة لكل ما يتصدى له من واجبات وتحدي كل تهديد مع اقتحامه للمشكلات وحلها، فهذه السمات تجعله عنصرا ناجحا مع ذاته و في تعامله مع الآخرين، والتحلي بقدر عال من الاستبصار لدوافعه و مشاعره و رغباته حتى لا تعرقل رغباته من جراء الانعكاسات السلبية للعمل وبالتالي الاحتراق النفسي الذي له آثار سلبية وخيمة في بعده الشخصي ذاتي و التنظيمي للمؤسسة .

ومن خلال هذه المنطلقات تبرز أهمية دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية و الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة .

ومن هذا التصور لموضوع الدراسة فإن التساؤل الرئيسي لها هو كالتالي :

التساؤل الرئيسي:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة؟

التساؤلات الفرعية:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة للأطفال المتكفل بهم السمعية أو الذهنية ؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير جنس المربي ذكور و إناث؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة للأطفال المتكفل بهم السمعية أو الذهنية؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير جنس المربي ذكور و إناث؟

02- فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة يعزى لمتغير نوع إعاقة الاطفال المتكفل بهم السمعية و الذهنية .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة يعزى لمتغير جنس المربي ذكور و إناث .

3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع إعاقة الأطفال المتكفل بهم السمعية و الذهنية .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير جنس المربي ذكور و إناث .

03- أسباب ودوافع اختيار الموضوع:

هناك جملة من الأسباب التي دفعت بنا إلى القيام بهذه الدراسة:

- أهمية موضوع الدراسة وتناوله لموضوع الصلابة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي الذي يطرح إشكالا جديرا بالدراسة، وكذا الفائدة علمية بالغة في وصف الظاهرتين وتقديم نتائج يستفيد منها الطلبة والمختصين.

- الوصول للتكفل النفسي الجيد لفئة التربية الخاصة والمربين.

- إلقاء الضوء على فئة المربين ومعرفة أهم مشاكلهم النفسية والجسمية بناء على النتائج التي ستتوصل إليها الدراسة من خلال الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لديهم قد تمنحهم فرصة للتعزيز والوقاية .

- التركيز على الجانب الإيجابي في الدراسة لمساعدة المربي على المحافظة على الصحة النفسية ومواجهة الضغوط المختلفة بشكل أفضل وفعال.

04- أهداف الدراسة:

يرتكز أي بحث علمي على مبادئ وشروط تحدد أهداف موضوع الدراسة وتكمن أهداف الدراسة الحالية في:

1- التعرف على طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.

2- التعرف على مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة.

3- التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.

4- معرفة مدى أهمية عامل نوع الإعاقة والجنس في إحداث فروق في العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.

05- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في كونها تتطرق إلى موضوع في غاية الأهمية، ويتعلق الأمر بواقع مربي التربية الخاصة في المؤسسات المتخصصة وتركز على جانبين مهمين في شخصية المربي (الصلابة النفسية والإحتراق النفسي).

كما تسهم الدراسة الحالية في تقديم فهم نظري لظاهرة الاحتراق النفسي والصلابة النفسية وتأثير كل منهما على المربي في المؤسسات المتخصصة.

ومن الناحية التطبيقية فتحاول الدراسة الإسهام فيما تقدمه من نتائج للمساعدة في وضع برامج علاجية ووقائية وبرامج تعزيز للصلابة النفسية لدى المربي .

06- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

06-01- الصلابة النفسية

01- التعريف الإجرائي: تعرف إجرائيا بأنها الدرجة و المؤشرات القابلة للقياس التي يتحصل عليها المربي على مقياس الصلابة النفسية وأبعادها الثلاثة: الالتزام، التحدي التحكم.

06-02- الإحتراق النفسي :

02- التعريف الإجرائي: يعرف إجرائيا بأنه الدرجة التي يتحصل عليها المربي على مقياس الاحتراق النفسي بأبعاده المتمثلة في الإنهاك العاطفي، تبلد المشاعر، نقص الشعور بالإنجاز الشخصي.

07- الدراسات السابقة:

07-01- الدراسات التي تناولت متغير الصلابة النفسية:

01- دراسة 1998M.michelle rowe:

تناولت الدراسة الصلابة النفسية والإجهاد باعتباره عاملا من العوامل المسببة للاحتراق النفسي لدى مقدمي الرعاية الصحية.

هدفت الدراسة للبحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي والإجهاد والقلق استخدمت المنهج الوصفي وقد بلغت عينة الدراسة 264 من مقدمي الرعاية الصحية.

وقد بينت النتائج أن الإحصائية أحادية المتغير، وأن الأفراد الذين يعانون من الاحتراق النفسي أبلغوا عن إجهاد أكبر وصلابة أقل.

02- دراسة (البهاص 2002):

هدفت الدراسة إلى معرفة درجة ارتباط النهك النفسي ودرجة الصلابة النفسية لدى عينة من معلمين ومعلمات في المدارس الخاصة، وكذلك علاقتهم ببعض المتغيرات الديمغرافية مثل الجنس وسنوات الخبرة في التدريس، بلغت العينة 144 معلما ومعلمة و68 معلمة من مدارس التربية الفكرية، ومعاهد النور ومركز تأهيل المعاقين بمدينة الطائفة السعودية.

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين أبعاد النهك النفسي وأبعاد الصلابة النفسية لدى أفراد العينة، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في النهك النفسي في الدرجة الملكية والأبعاد الفرعية، باستثناء بعض الضغوط المهنية يعزى لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح المعلمات، وأنه توجد فروق بين الذكور والإناث في أبعاد الصلابة النفسية لصالح الذكور، وأنه لا يوجد أثر دال للتفاعل بين الجنس ومدة الخبرة في الدرجة الملكية للنهك النفسي.

03 - دراسة بدرو أخرون (2005):

الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل (رسالة ماجستير)، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا الوظيفي، والتحقق من الفروق في الصلابة النفسية التي تعزى لمتغيرات (الخبرة، المرحلة الدراسية التي يعمل بها، مقدار الدخل الشهري، التخصص) لدى معلمي التربية الخاصة.

وتحديد الفروق بين معلمي التربية الخاصة مرتفعي الصلابة النفسية، ومنخفضي الصلابة النفسية في درجة الرضا الوظيفي.

04- دراسة: Jeremiah Brian Schimp(2015)

تناولت الدراسة السلوكات الصحية والصلابة والاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الصحة العقلية.

هدفت الدراسة إلى فحص تأثير السلوكيات الصحية والصلابة بين العاملين في مجال الصحة العقلية على الأبعاد الثلاثة للإرهاق النفسي، وبلغت العينة 223 عامل وعاملة تم استخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس الاحتراق النفسي.

توصلت النتائج إلى أن العاملين في مجال الصحة العقلية أكثر قدرة على الحفاظ على طاقتهم العاطفية والتعاطف مع العملاء من خلال تنمية الصلابة النفسية وإدارة الإجهاد والآثار المترتبة على تطوير المواد التدريبية التي تركز على إدارة الإجهاد والتكيف مع التغيير.

05- دراسة الشمري (2015):

الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى المعلمين بمدارس التربية الخاصة بمنطقة حائل حيث أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات معلمي التربية الخاصة على الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية ومتوسط درجاتهم على الدرجة الكلية لمقياس الرضا الوظيفي.

06- دراسة أحمد محمد علي إسماعيل (2017):

الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، هدفت الدراسة للكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، واختلاف كل منهما باختلاف النوع.

بلغت عينة الدراسة الى 50 معلما ومعلمة واستخدام المنهج الوصفي، وأسفرت النتائج عن وجود ارتباط سالب بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دال إحصائيا في الصلابة النفسية اتجاه الإناث مقارنة بالذكور المعلمين، ووجود فروق دال إحصائيا في الاحتراق النفسي اتجاه الذكور مقارنة بالمعلمات الإناث.

07- دراسة فرزاد أميري وأخرون(2018):

العلاقة بين الصلابة النفسية والمرونة مع الإرهاق الوظيفي، هدفت الدراسة إلى مقارنة العلاقة بين الصلابة النفسية والمرونة مع الإرهاق بين معلمي المدارس العاديين والاستثنائيين في رفسنجان، بلغت عينة الدراسة 160 معلما بواقع (80معلما عاديا و80 معلما استثنائيا) بطريقة عشوائية، ظهرت النتائج أن العلاقة بين المرونة والإرهاق الوظيفي تختلف بين المعلمين العاديين أو الاستثنائيين، وهي أقوى في مجموعة معلمي المدارس الاستثنائيين.

08- دراسة مسعودة بن السائح (2018-2019) الصلابة النفسية لدى العاملات بمدرسة المعوقين سمعيا بالأغواط:

هدفت الدراسة لمعرفة مستوى الصلابة النفسية لعينة من العاملات بمدرسة الإعاقة السمعية بالأغواط، وكذا معرفة الفروق الإحصائية حسب العمر والحالة الإجتماعية .

مستوى الصلابة لدى العاملات بمدرسة المعوقين سمعيا بالأغواط متوسط.

توصلت النتائج إلى لا توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير العمر.

07-02- الدراسات التي تناولت متغير الاحتراق النفسي:

01- دراسة فيمانو بلانتون 1986:

أنجزت هذه الدراسة حول المتغيرات المرتبطة بالضغوط النفسية لدى معلمي التربية الخاصة في السنة الأولى من العمل، والتي هدفت إلى الكشف عن الضغوط والاحتراق النفسي، وقد أشارت هذه الدراسة إلى أن معظم المشكلات المتعلقة بالضغوط والاحتراق النفسي هي مشكلات متداخلة ولم تتمكن الدراسة من الكشف عن مستوياتها، فقد تم ملاحظة مستويات مختلفة من المشكلات في المراحل المختلفة للتطور المهني.

02- دراسة محمد دبابسة 1993:

أنجزت هذه الدراسة حول مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، اشتملت الدراسة على عينة قدرها 308 من معلمي التربية الخاصة منطلقا من إشكالية حول مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، واعتمدت على المنهج الوصفي وطبق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي. وتوصلت النتائج أن معلمي التربية الخاصة في الأردن يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة.

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لصالح الذكور ومعلمي من جملة المؤهلات الجامعية ومعلمي الأطفال المعاقين حركيا والمعلمين من ذوي الخبرة القصيرة والمعلمين من ذوي الدخل المرتفع ولم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي لشدة الإعاقة على أي بعد من أبعاد الاحتراق النفسي.

03- دراسة السرطاوي 1997:

دراسة حول الكشف عن مستويات ومصادر الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية، وأقيمت على عينة من المعلمين في المعاهد ومراكز التربية الخاصة تابعة لوزارة المعارف السعودية بالرياض، استخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي تبين أن مستوى الاحتراق النفسي كان معتدلا عند بعد الشعور بالإنجاز والإجهاد الانفعالي، في حين كان المستوى متدينا بخصوص تبلد الشعور أو المشاعر، كما أ ظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات المتخصصين وغير المتخصصين في التربية الخاصة على البعد الانفعالي، كذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة.

ولم تكشف الدراسة عن وجود أية فروق دالة إحصائيا وفقا لمتغيري التخصص ونمط الخدمة وذلك عن بعد تبلد المشاعر، في حين كشفت نتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا عن بعد نقص الشعور بالإنجاز، وذلك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة الذين يعانون من مشاعر النقص الشعور بالإنجاز أكثر من غير المتخصصين.

04- دراسة فوزية محمد وآخرون عام 2003:

بسلطنة عمان والتي حملت تحت عنوان مستويات الاحتراق النفسي عند معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التدريبية أثناء الخدمة في سلطنة عمان، وأثر كل من متغيرات الجنس، الجنسية، الخبرة والمؤهل العلمي نوع الإعاقة، تكونت عينة الدراسة (133) معلم ومعلمة هم يشكلون مجتمع الدراسة تقريبا والمتضمن خمس مدارس بسلطنة عمان، استخدم الباحث أداتين للإجابة على الأسئلة هما مقياس ماسلاش وجاكسون للاحتراق النفسي واستبانة الاحتياجات التدريبية التي تطورت من قبل مجموعة من الباحثين وتوصلت النتائج إلى:

- يعاني معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة من الاحتراق النفسي بدرجة معتدلة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تنتسب لمتغير الجنس والخبرة التدريبية في أبعاد مقياس الاحتراق النفسي الثلاث.

05- دراسة حينيت وأخرون 2003:

تحت عنوان الاحتراق النفسي لدى معلمي الأطفال متوحدين وبلغت العينة (64) معلم ومعلمة وأظهرت النتائج انحدار متعدد لمستوى الالتزام والجنس والتخصص والتوجه المهني ووجود الإحتراق النفسي لدى معلمين ومعلمات بمستوى متوسط.

06- دراسة عبد الرحمان خطارة (2018):

تناولت الدراسة موضوع الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة بأصنافها الثلاثة(إعاقة سمعية، إعاقة بصرية، إعاقة عقلية) وهذا بالجزائر العاصمة ضمن مراكز تعليم ورعاية ذوي الاحتياجات الخاصة، وهدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي هذه الفئة وعلاقتها ببعض المتغيرات الوصفية (السن والجنس الأقدمية) وأسفرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين في مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة.

03- الدراسات التي تجمع بين متغيرين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي:

01 - دراسة شان (2008):

حول علاقة الصلابة النفسية بالاحتراق النفسي والضغط على عينة من المربين الصينيين قدر عددهم ب 83 مربيا ومربية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة دالة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى المربين.

02- دراسة نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008):

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، توصلت النتائج على وجود علاقة ارتباطية عكسية سالبة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي وسمات الشخصية.

03- دراسة دافيد شان 2010: هدفت هذه الدراسة لبحث أهمية الصلابة النفسية ودورها في العلاقة بين الضغوط والاحتراق النفسي لدى المعلمين في "هونج كونغ". حيث تم قياس الصلابة والقلق للمعلم والاحتراق لعينة مكونة من (83) من المعلمين، وجاءت نتائج

لتوضيح وجود تأثير رئيسي والدال للصلابة النفسية على التوتر العاطفي والنفسي، وتبدد –

04- دراسة السعدون(2011):

حول الاحتراق الوظيفي لدى الأطباء والممرضين الكويتيين وعلاقته بكل من الصلابة النفسية وتقدير الذات، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين الاحتراق الوظيفي والصلابة النفسية.

الشخصية وعلى الإنجاز الشخصي كمكونات للاحتراق النفسي.

05- دراسة عبد النبي (2012):

برنامج إرشادي لتحسين مستوى الصلابة النفسية لدى المعلمين المحترقين نفسيا لدى معلمي التعليم الابتدائي، وأظهرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاختبار القبلي والبعدي للاحتراق النفسي والصلابة النفسية لصالح المجموعة التجريبية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رت درجات المجموعة التجريبية والضابطة على مقياس الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة (الإجهاد الانفعالي، التبلد الإحساسي، الإنجاز الشخصي) وذلك في القياس البعدي.

06- دراسة إسماعيل أحمد وآخرون عام 2017:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، والكشف عن الفروق إن وجدت في المتوسطات على مقياس كل من الصلابة النفسية والاحتراق النفسي تبعا للجنس، وأجريت الدراسة في مدرسة نور للمكفوفين والمدرسة الفكرية للصم والبكم في جمهورية مصر2017 في جلستين طبق مقياس الصلابة النفسية والثانية مقياس الاحتراق النفسي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم المنهج الوصفي وتكونت العينة من 50 معلما ومعلمة من مدرسة النور للمكفوفين والمدرسة الفكرية للصم والبكم وأدوات القياس تمثلت في مقياس الصلابة النفسية والاحتراق النفسي، وتوصلت نتائج دراسة إلى وجود ارتباط سالب ودال بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيا في الصلابة النفسية

لصالح الإناث مقارنة بالذكور المعلمين، وإلى وجود فروق دالة إحصائيا في الاحتراق النفسي لصالح الذكور مقارنة بالإناث وفي ضوء نتائج قدم الباحثون العديد من التوصيات والاقتراحات حثهم المعلمين في مجال التربية الخاصة على تطوير أنفسهم من خلال دورات تدريبية.

أوجه الإستفادة من هذه الدراسات في الدراسة الحالية :

من خلال ما تّم عرضه من دراسات سابقة حول متغير الصلابة النفسية، هناك دليل على إنّ للصلابة النفسية دور كبير في الحياة النفسية للأفراد، الأمر الذي دفع بغيرنا من الباحثين الانطلاق والبحث في هذا الموضوع سعيا لمعرفة كل ما يتعلق بها لدى فئات مختلفة من المجتمع

وهذ الموضوع خاصة يستدعي دراسة وفقا للمنهج الوصفي، وهذا ما تم الاعتماد عليه في دراستنا الحالية المتمثلة في "الصلابة النفسية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة " لأن طبيعة الموضوع والأهداف والأداة والعينة تستدعي ذلك، وهو المنهج المعتمد لدى أغلب الدراسات التي تم عرضها، حيث نلاحظ أن متغير الصلابة النفسية تم ربطه بالعديد من المتغيرات الأخرى مثل: " الاحتراق النفسي، الرضا الوظيفي، المرونة النفسية، أحداث الحياة الضاغطة" ولكلها متغيرات تؤثر على مستوى الصلابة النفسية لدى الأفراد.

بالنسبة لعينات الدراسات السابقة فقد شملت العديد من شرائح المجتمع منها مربي التربية الخاصة المعلمين والمعلمات، الجامعيين...إلخ، وكان حجم العينة يختلف من دراسة لأخرى.

جل الدراسات اعتمدت على مقياس الصلابة النفسية لعماد مخيمر 2002.

وبالنسبة لأهداف الدراسة فقد هدفت أغلب الدراسات السابقة لإيجاد العلاقة بين المتغيرين

وهو ما تهدف إليه دراستنا الحالية إضافة إلى إيجاد الفروق في مستوى الصلابة النفسية والاحتراق النفسي حسب كل من المتغيرين الجنس ونوع الإعاقة المتكفل بها لدى مربي التربية الخاصة.

الفصل الثاني: الصلابة النفسية

تمهيد

1. نشأة الصلابة النفسية
2. تعريف الصلابة النفسية
3. خصائص الصلابة النفسية
4. أهمية الصلابة النفسية
5. أبعاد الصلابة النفسية
6. النظريات المفسرة للصلابة النفسية
7. الصلابة النفسية عند مربي ذوي الاحتياجات الخاصة

خلاصة الفصل

تمهيد:

الصلابة النفسية حظيت حديثا باهتمام كثيرا من الباحثين، حيث درست على نحو واسع في أعمال كوبازا بهدف معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية والجسمية، فهي تلعب دورا مهما في حياة الإنسان لأنها العامل الرئيسي والأساسي في إبقائه صامدا ومتماسكا في مواجهة الضغوط النفسية والمشكلات التي تواجهه على مدار حياته اليومية، فالصلابة النفسية من أهم العوامل التي من ورائها يحتفظ الإنسان بصحته النفسية والجسمية رغم تعرضه للضغوط النفسية كالقلق والاكتئاب.

وفي هذا الجزء يتم التطرق إلى موضوع الصلابة النفسية، من خلال تحديد مفهومها نشأتها أهميتها، خصائصها، أبعادها، النظريات المفسرة لها، والصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة.

1- نشأة الصلابة النفسية:

يقول مصطفى الحجازي(2014): هناك عدة عوامل التي تعزز بناء المرونة، سواء على الصعيد الفردي أو الجماعي وأنّ أولى هذه العوامل تكمن في متانة الصحة الجسمية والنفسية ومع أنّ متانة الصحة الجسمية تجد أسسها في نوعية الرصيد الوراثي الذي يشكل انطلاقة الحياة، وردف مصطفى الحجازي بالصحة النفسية والجسمية في خلق المثانة والمناعة والمرونة ويقول أن الطمأنينة القاعدية في الطفولة الأولى هي أساس الصحة النفسية، وهذه الطمأنينة تنشأ من خلال التعلق الآمن بالأم والأسرة، وتوفر جو الرعاية النفسية والقبول غير المشروط لكيان الطفل في سنوات عمره الأولى، مع كثافة العلاقة والحوار والتشجيع، وفي الثقة بالنفس وتقدير الذات وروح المبادرة والتجريب، كلها تطلق طاقات النماء والكفاية النفسية كما تحسن ضد الشدائد والمحن (الحجازي، 2012، ص228) .

فالملاحظ أنّ مصطفى الحجازي لم يتكلم عن مصطلح الصلابة النفسية بحذافيره، إلا أنّ هناك لمحة عنه وبالتالي يلتقي كل من مفهوم المرونة والحصانة والمناعة مع مصطلح الصلابة في كينونة التحصين ضد الشدائد، وهذه الأخيرة تكون منشأها في الطفولة الأولى كما يتوافق مادي ومخيمر أيضا هذا الأخير الذي برهن عن نشأة الصلابة النفسية في دراسة

سابقة عام (1996) أنّ العلاقة تتسم بالدفء بين الطفل ووالديه تمثل أهم سند اجتماعي له وتجعله أكثر شعورا بالفاعلية عند مواجهة الضغوط فإدراك الأبناء بالدفء، أي اعتقادهم أنهم محبوبين.

إذًا اقترن هذا الاعتقاد بإعطائهم قدرا معقولا من الحرية في اتخاذ القرارات، فإن هذا يزيد من شعورهم بالثقة والكفاية، ويجعلهم أكثر قدرة على المثابرة والتحدي، مما يجعلهم يعتقدون أن الضغوط التي تواجههم ليست تهديدا لهم بقدر ماهي اختبار لمدى صلابتهم النفسية

وقدرتهم على التحدي (مخيمر، 2002، ص 7).

وتؤكد كوبازا **(1980)** على دور التعلم الاجتماعي من الأسرة والمجتمع في ظهور هذه السمة وكذلك دور القدرة أو النموذج في تكوين هذه السمة منذ الطفولة، فوجود والدين يتسمان بالثقة بالنفس والصلابة النفسية تمثل أساس الارتقاء بهذه السمة لدى الأبناء في المراحل العمرية التالية كما يوضح " بولبي " الدور الرئيسي الذي تلعبه المدرسة في تنمية قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي، وذلك من خلال مشاهدته لسلوكيات يؤديها المعلم، فيبدأ من خلالها الفرد على محاكاة تلك السلوكيات واكتسابها بسهولة بالأخص إذا كانت هذه السلوكيات مدعومة من قبل الآخرين ومطابقة لميولاته واتجاهاته وقدراته ومهاراته الاجتماعية (كالمبادأة والاعتماد على النفس) ومع التقدم في العمر تعتبر هذه السلوكيات الأساس في ظهور القدرة على التحدي والالتزام والتحكم لديه. (حراث، 2020، ص 29-30).

أكد " ماكوبي " أن البيئة الأسرية لها دور بالغ في تكوين سمات الصلابة النفسية، حيث أشار إلى أن العلاقة الأسرية التي تتسم بالدفء والاحترام والتقدير والاهتمام بالطفل، والثقة به تنمي لديه الاعتقاد بأن اختبارات النجاح والفشل ترجع لعمله ومجهوده، أو مدى مثابرته وتحديه للأحداث الشاقة المحيطة به (شويطرة،2017، ص94).

02- تعريف الصلابة النفسية:

02-01-المفهوم اللغوي

يعرف المعجم للغة العربية المعاصرة الصلابة ب: صلُب، صَلْب، صلابة، صفة مشبهة تدل على ثبوت من صُلْبْ، شديد وقوي، رجل صُلْب: ذو صلابة، إرادة صُلبة، هو صلب والصُّلب متين ذو مرونة عالية.

أما قاموس النفسي للصلابة النفسية فيعرفها: الصلابة النفسية تعرف بأنها القدرة على مقاومة الضغوط.(عمره، 2008، ص131).

02-02- مفهوم الصلابة النفسية وفقا لمجموعة من الباحثين:

عرفها مخيمر عام (1996) بأنها: " نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه من حوله، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها، وإنما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديد أو إعاقة له ".

وعرفتها كوبازا عام (1979) بأنها: " مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر أو كواقع لأحداث الحياة الشاقة، وأنها تمثل اعتقادا أو اتجاها عامًا لدى الفرد في قدرته على استغلال كافة مصادره، إمكاناته النفسية، والبيئية المتاحة، كي يدرك أحداث الحياة الشاقة إدراكا غير مشوه، ويفسرها بمنطقية وموضوعية ويتعايش معه على نحو إيجابي، وأنها تتضمن ثلاثة أبعاد رئيسية، هي الالتزام والتحكم والتحدي (عباس، 2010، ص174).

ويعرفها الخالدي (2009) بأنها: "خاصية شخصية تتكون من التحكم والالتزام والتحدي وهذه الخاصية تتصل بالفاعلية الذاتية والاعتقادات الوظيفية والدافعية العامة والمرونة في العمل.

في حين يعرفها المشعان(2010) بأنها: " حالة وسطية مهمة من أوضاع الضغط في العمل أو في الحياة الاجتماعية.

ويعرفها عشعش(2018) بأنها:" اعتقاد عام للفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة إدراكا منطقيا وواقعيا، بحيث يتعايش معها بشكل إيجابي. (الزغيبي، 2020، ص315).

03- خصائص الصلابة النفسية:

يرى تايلور (taylor, 1995) : الإحساس بالالتزام (sense of commitment) أو النية لدفع النفس للانخراط في أي مستجدات تراجعهم.

الإيمان (الاعتقاد بالسيطرة) belief of control) الإحساس بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث الذي حدث في حياته، وأن الشخص يستطيع أن يؤثر على بيئته. الرغبة في إحداث التغيير ومواجهة الأنشطة الجديدة التي تمثل أو تكون بمثابة فرص للنماء والتطوير. (الشمري، 2020، ص32) .

04- أهمية الصلابة النفسية:

إن الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية، التي تقي الإنسان من آثار الضواغط الحياتية المختلفة وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلا وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة، كما وتعمل الصلابة النفسية عامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وقد قدمت "كوبازا" عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد، ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد، وفي هذا الخصوص ترى كل من "مادي وكوبازا "أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

أولا: تعدل من إدراك الأحداث وتجعل يبدو أقل وطأة.

ثانيا: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشيطة أو تنقله من حال إلى حال.

ثالثا: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

رابعا: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة الرياضة.

وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية. (حمادة وأخرون،2002، ص235) .

وتتضح أهميتها كما يشير مخيمر(2002) في كونها تشكل عامل وقاية ومخفف لآثار الضغوط السلبية، بحيث تجعل من تلك الضغوط عامل إثارة للتحدي وليس مصدر مُسهم في زيادة الضغوط وبالتالي حدوث التوتر والقلق لدى الفرد.

بينما يرى بن سعد (2012) أن الصلابة النفسية من العوامل المهمة في الصحة الشخصية وهي ذات دور كبير في تحسين الأداء النفسي والبدني للفرد وذلك لعدة أسباب منها:

1- قدرتها على تمكين الفرد من الصمود والمقاومة والتحدي وإدارة الأزمات.

2- إمكانيتها في تعزيز الفاعلية الذاتية وتقدير الذات لدى الفرد.

3- تشكل مصدرا للضغط الداخلي، فيتمكن الفرد من القيادة والمثابرة، والمواجهة وتأدية العمل بكفاءة. (الزغيبي، 2020، ص315-314).

05-أبعاد الصلابة النفسية:

توصلت كوبازا **(1979)** إلى ثلاثة أبعاد تتكون فيها الصلابة النفسية، وهي الإلتزام، التحكم والتحدي.

05-01-الالتزام:

ويعتبر الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدر المقاومة ميزان المشقة .

01-01 - تعريف الالتزام:

هو اعتقاد الفرد في حقيقة وأهمية وقيمة ذاته، يمكن أن يتضح ذلك من خلال قيمة الحياة التي تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ، والقيم واعتقاده أن لحياته هدفا ومعنى يعيش من أجله، إذاً فالإنسان المتسم بالالتزام يوّد الانخراط مع الناس والأحداث من حوله بدلا من أن يكون سلبيا ويبدو له طريق الحصول على المعنى والتجربة المثيرة ومما يزعجه، أن يغرق في الوحدة والاقتراب ويبدو أن من يتسمون بالالتزام العالي، يؤدون عملهم في حالة من البهجة والجهد القليل. (فهيم، 2007، ص98).

من خلال التعريف السابق تبين أن الالتزام هو تبني الفرد لقيم ومبادئ ومعتقدات وأطراف محددة وتمسكه بها وتحمله المسؤولية اتجاهها واتجاه نفسه ومجتمعه، وهذا يعكس مستوى الصلابة النفسية للفرد.

05-02- التحكم:

أشارت إليه كوبازا (1979) بوصفه اعتقاد الفرد بأنّ مواقف وظروف الحياة المتغيرة التي يتعرض لها هي أمور متوقعة ويمكن التنبؤ بها والسيطرة عليها.

يقول "مخيمر" بأنّ التحكم هو اعتقاد الفرد بالتحكم فيما يلقاه من أحداث، وأنه يتحمل المسؤولية الشخصية عن حوادث حياته، وأنه يتضمن القدرة على اتخاذ القرار والاختيار بين البدائل وتفسير وتقدير الأحداث والمواجهة الفعالة.

أما "محمد" فيشير إلى أنّ التحكم هو اعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة والتحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواء كان ذلك معرفيا أم لا.

ويشير فيكام **(1984)** إلى أنّ التحكم يتضمن اعتقاد الفرد بإمكانية التحكم في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها. (راضي، 2012، ص27).

05-03- التحدي :

عرفت كوبازا **"1979"** أنّ التحدي هو اعتقاد الفرد بأنّ لا تغّير متجدد في أحداث الحياة وهو أمر طبيعي بل حتمي لابد منه، لارتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية .(راضي،2012، ص29).

ويعرفه "توماك وآخرون" (**1996**) بأنه تلك الاستجابات المنظمة التي تنشأ ردًا على المتطلبات البيئية، وهذه الاستجابات تكون ذات طبيعة معرفية أو فيسيولوجية أو سلوكية، وقد تجتمع معا وتوصف بأنها استجابات فعالة. (قاسم، 2001، ص41).

06- النظريات المفسرة للصلابة النفسية:

06-01- نظرية كوبازا:

تعتبر كوبازا (**1979**) أول من اقترحت نظرية حول نمط الشخصية الصلبة (الصلابة النفسية) كمصدر للمقاومة الإيجابية للآثار السلبية لأحداث الحياة المجهدة على الصحة النفسية والجسمية وقد ركزت الدراسات المبكرة على الصلابة وعلاقتها بالمرض وغيره من وسائل تخفيف التوتر بما في ذلك نمط الشخصية " أ" فقد بدأت كوبازا في ورقتها البحثية عن أحداث الحياة المجهدة والشخصية والصحة في التساؤل عن لماذا الأشخاص لا يمرضون تحت وطأة الضغط، وقد قامت بدراسة حول المدراء التنفيذيين الذين يعملون في المستويات الإدارية المتوسطة والعليا، وقد قسمت المجموعتين لفئتين: المدراء الذين تعرضوا لضغوطات كثيرة خلال ثلاث سنوات الماضية والمدراء الذين تعرضوا لضغوطات أقل، وقد ركزت على المجموعة التي تعرضت لضغوط عالية ثم قارنت بين كلا المجموعتين الذين يعانون من أمراض وأولئك الذين لديهم نسبة ضئيلة من الأمراض ومن أجل تفسير ذلك نشرت كوبازا في مجلة عام (**1979**) قدمت من خلالها مفهوم الصلابة النفسية واقترحت أنّ الصلابة النفسية تعمل على تعديل العلاقة بين أحداث الحياة المجهدة والمرض.

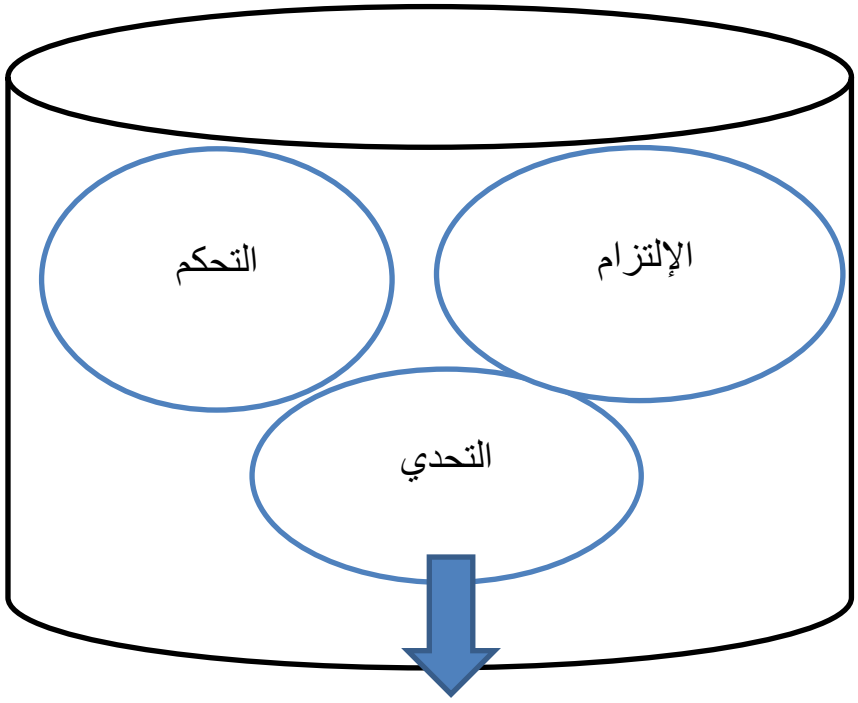
كما افترضت أنّ الأشخاص الذين يعانون من الإجهاد الشديد ويظّلون بصحة جيدة يمتلكون إلى حدّ كبير مجموعة خصائص أكثر من الأشخاص الذين يعانون من الإجهاد الشديد ويمرضون وهذه الخصائص هي:

أ-الاعتقاد بأنهم يستطيعون التحكم في الأحداث والتأثير عليها.

ب- القدرة على الشعور بالمشاركة العميقة في أنهم ملتزمون بأنشطة حياتهم.

ج- توقع التغيير كتحدي وكفرصة للنمو. (كوبازا، 1979، ص414).

إذًا فقد تمكنت كوبازا من استنتاج أن الخصائص الثلاثة وهي الالتزام والتحكم والتحدي هي التي تمكن الفرد بالاحتفاظ بالصحة النفسية والجسدية بالرغم من التعرض للضغوط وأطلقت عليها الصلابة النفسية.



شكل رقم (1): يوضح مكونات الصلابة النفسية (مارية،2022، ص 92).

وقد أوردت كوبازا(1979) مجموعة من المتغيرات التي تساعد على ظهور الصلابة النفسية وتعززها فإلى جانب شخصية الفرد الصلبة والإيجابية تعمل على كل من الوراثة والتدين والدعم النفسي والاجتماعي، والمستوى الاقتصادي المرتفع، والحالة الفيزيولوجية للفرد والتعلم الاجتماعي في ظهورها فهذه العوامل تسمح للفرد بالبقاء بصحة جيدة مهما كانت شدة الضغوط.

وترى كوبازا أنّ الصلابة تنشأ وتتعزز منذ الطفولة الأولى وتتأثر بخبرات التي يتعرض لها الفرد والتجارب المبكرة التي تواجهه. (كوبازا، 1979، ص421).

ارتكزت كوبازا في نظريتها للصلابة النفسية على أعمال بعض العلماء النفسانيين والفلاسفة أمثال "**هايدجر" و" فرانكل" و"بينسواجر" و"أنتوفسكي** " (1974) و"لازروس" و"ماسلوا "و"روجرز" فحسبهم لابد من خلق معنى للحياة حتى لو كانت تلك الحياة مؤلمة.

فوجود هدف ومعنى في حياة الفرد يجعله يتحمل إحباطات الحياة الصعبة معتمدا على إمكاناته الشخصية من خلال امتلاك قدر كبير من الشجاعة لعيشها برغم من وجود الآلام والعثرات .(barton,2012, p5) .

فيوازي مفهوم الصلابة النفسية ومفهوم التماسك الذي قدمه " أنتوفسكي "كما تمت الإشارة إليه فالتماسك أو الترابط العام الذي يعبر عن مدى شعور الشخص بالثقة والديناميكية، فمن خلالها يمكن أن ينظم الفرد الأحداث في محيطه الداخلي والخارجي في مجرى حياته، وتكون هذه الأحداث قابلة للتنبؤ بها وقابلة للتفسير، وتكون الموارد المتاحة للفرد من أجل تلبية متطلبات الناجمة عن هذه الأحداث ولكي تكون المتطلبات مثيرة للتحدي هناك ثلاث مكونات أساسية للتماسك وفقا لـ أنتونوفسكي :

أ- القابلية للفهم والاستيعاب وهي العمليات الحياتية المبنية بشكل موضوعي بحيث يمكن أن تكون قابلة للفهم العقلي أو المنطقي وإمكانية إداراتها.

ب- القابلية للتأثير وذلك يعني يكون الفرد قادر على ضبط أحداث الحياة.

الامتلاء بالمعنى(المعنوية) فالمتطلبات التي يكافح الفرد من أجلها تخلق له الشعور بالمعنى "كار روجرز" أمن بقدرة الفرد على استخدام مصادره الداخلية للتغلب على المتاعب التي تواجهه وعليها فالعلاج الذي أسسه المتمركز حول العميل ما هو إلا طريقة ليختزل علاج الاضطراب في الإرادة الإنسانية. (حنصالي، 2013، ص135).

وبالإضافة قد تأثرت "كوبازا" بأعمال "**ماكوبي** "(1980) الذي أوضحت البيئة الأسرية ودورها في تكوين سمة الصلابة النفسية.

كما أنّ" كوبزا " قد توصلت لمجموعة من النتائج من خلال الطرح التالي: ما هو دور الصلابة النفسية في تعديل الضغط المزمن الذي يؤدي للإرهاق ومن النتائج التي ساعدتها على صياغة أسس النظرية هي:

- التعرض للضغوط أمر حتمي للارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والنفسي والاجتماعي
- الشخصية الصلبة لديها مستوى عالي من القدرة على تحمل الآلام والمشاق والصمود والتوافق والتعامل مع ضغوط الحياة المختلفة.

- أنّ الصلابة النفسية مكتسبة أكثر منها فطرية بناء على نتائج الدراسات التي أجرتها والتي تضمنت مقابلات عن تاريخ الحياة المبكرة للموظفين المشاركين.(هلكا، 2016، ص20-21).

خلاصة القول:

أن كوبازا قد صاغت نظرية الصلابة النفسية على أساس أنها مكونة من ثلاثة أبعاد وهي الالتزام والتحكم والتحدي فالصلابة النفسية تعمل كمورد مقاومة، وكوسيط مهم وعازل في العلاقة بين الإجهاد والصحة، فالأفراد ذو الصلابة العالية هم أكثر قدرة على تحمل الآثار السلبية لضغوط الحياة، وبالتالي هم أقل قدرة على الإصابة بالمرض، فالالتزام يجعل من الفرد يشارك في النشاطات الحياتية بكل اهتمام وفضول، أما التحكم فهو قدرة الفرد على التأثير وتغيير على الأحداث المحيطة به، أما التحدي فيجعل من التغيير أمر طبيعي في الحياة ويشكل فرصا للنمو الشخصي.

06-02- نظرية لازروس(1961):يعد نموذج لازاروس من أهم النماذج التي اعتمدت عليها هذه النظرية حيث أنها نوقشت من خلال ارتباطها بعدد من العوامل وحددها في ثلاثة عوامل رئيسية وهي:

01- البيئة الداخلية للفرد

02-الأسلوب الإدراكي المعرفي

03-الشعور بالتهديد والإحباط. (الزيدان، 2017، ص25).

ذكر لازاروس أنّ حدوث خبرة الأحداث الضاغطة يحددها مدى إدراك الفرد للحدث واعتباره موقفا قابلا للتعايش معه فإدراكه هو الذي يجعل الأفراد يختلفون في استجاباتهم للأحداث الضاغطة.

أما الأساس التجريبي فقد اعتمدت فيه كوبازا على نتائج دراستها التي قامت بها خلال السنوات (1979-1982-1983)على عينات من المناصب الإدارية المتوسطة والعليا وهدفت من خلالها الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية والتي من شأنها مساعدة الفرد على صحته النفسية والجسدية رغم تعرضه لضغوط، وقد توصلت إلى عدد من النتائج ساعدتها في صياغة أسس نظريتها ومن بين أهم هذه النتائج الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الاضطرابات النفسية على الرغم من التعرض لضغوط الحياة الشاقة.(شويطرة، 2017، ص96-97).

وتتفق كوبازا مع لازاروس على أنّ الجو الأسري قائم على الاحترام والتواصل والتقدير والتشجيع يجعل الطفل يشعر بالأمان والقيمة الذاتية ويجعله أكثر تحمل للمسؤولية والقدرة على تحقيق أهدافه في مراحل حياته.

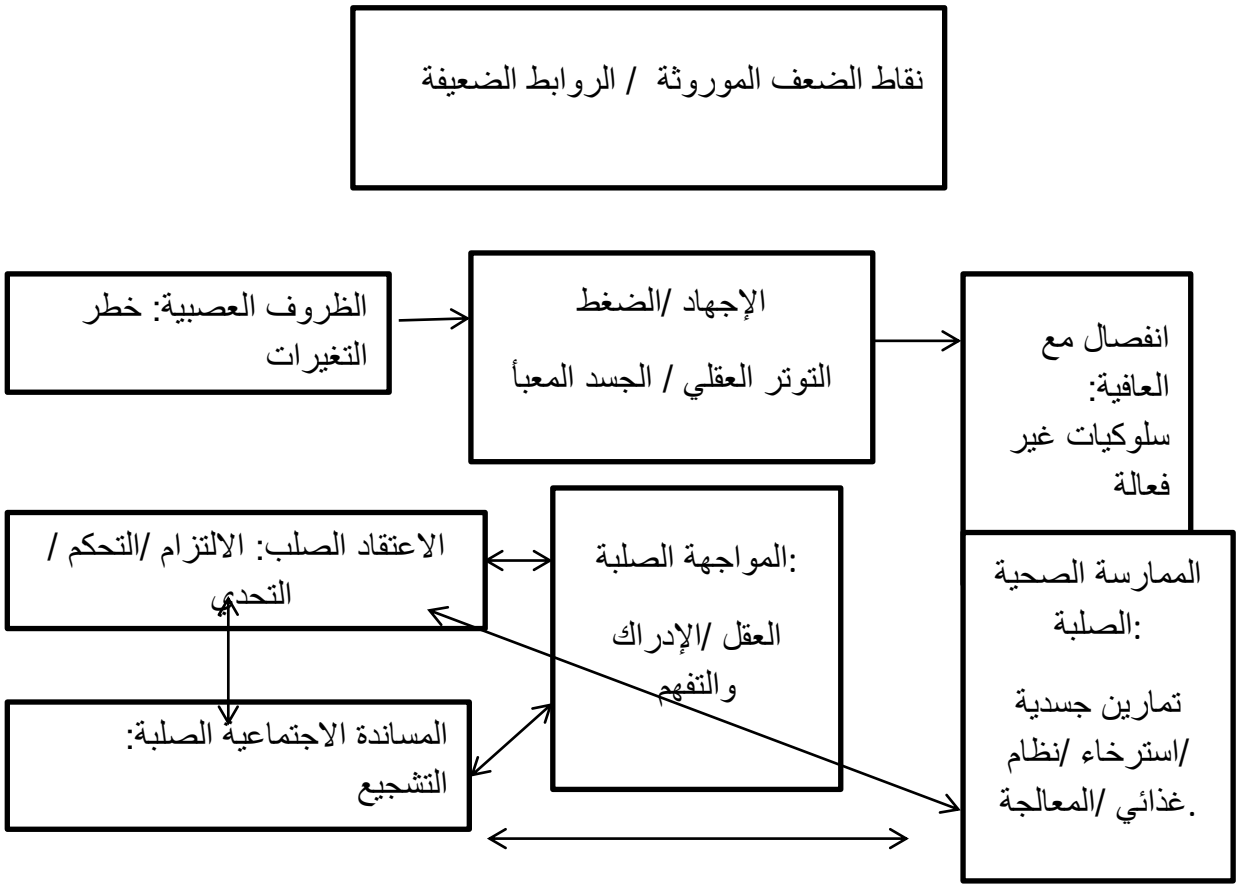
وعليه فقط تأثرت كوبازا بهذا الاتجاه "الاتجاه المعرفي " الذي يرى أن الحياة الضاغطة مهمة في تحديد أسلوب التكيف الإنساني فتقييم الفرد لقدراته بشكل سلبي، واعتبارها غير فعالة وضعيفة وغير ملائمة للتعامل مع ضغوط الحياة تجعل منه يقع فريسة الإحباط والاضطراب والعكس. (هلكا، 2016 ، ص20).

06-03- نظرية مادي: حصل "سالفتور مادي "على درجة الدكتوراه من جامعة هارفارد، وبعد ذلك قام بالتدريس إدارة الإجهاد وعلم النفس الصحة وعلم النفس الشخصية وعلم النفس الإكلينيكي وأسس معهد للصلابة النفسية.

وقد برزت كتاباته عن" الهوية المثالية والشخصية السابقة للمرض" حين برهن أنّ الحالات المزمنة من فقدان المعنى والاغتراب في الوجود الإنساني أصبحت من الملامح النمطية للحياة الحديثة والتغيرات في الثقافة والمجتمع والتطور التكنولوجي حيث أصبح لدى الناس هويات يتم تحديدها بناءا على أدوارهم الاجتماعية. (هلكا، 2016، ص22).

كانت بداية مادي في تحديد الصلابة النفسية مع طلابه في جامعة شيكاغو لأول مرة في دراسة طولية مدتها 12 عاما في شركة **إبتي** للهاتف، تم اختبار على عينة قدرها 450 من المديرين وبعد ست سنوات من التصميم الطولي تمت القيام بتغيرات في الشركة وتعطيل العمل فيها بما في ذلك القوى العاملة فيها وفي ست سنوات الأخيرة أظهرت ثلث العينة علامة تدل على الأداء وانهيار الصحة من نوبات قلبية واكتئاب وتعاطي المخدرات وفي المقابل ثلث العينة الأخرى لم ينجوا فحسب ازدهروا وحافظوا على صحتهم وأدائهم الجيد.

والدراسة اللاحقة استخدم مادي وآخرون نتائج الدراسة لتطوير نموذج الصلابة النفسية الموضح في الشكل التالي:



الشكل رقم (2): يوضح نموذج الصلابة النفسية عند مادي(مارية،2022، ص96).

يوضح المخطط أن تراكم الضغوط الحادة (التغيرات التخريبية) والضغوط المزمنة (الصراعات المستمرة) يؤدي إلى تغذية رد فعل الإجهاد الكائن الحي(القتال أو الهروب) والذي إذا لم يتوقف لفترة طويلة فإنه يستنفذ الموارد الجسدية بشكل كافي أيضا زيادة مخاطر الانهيار في الأداء والصحة منها الاحتراق النفسي والإصابة بالأمراض يمكن أن يؤدي وجود نقاط الضعف الجينية إلى تسريع عملية الانهيار هذه ومع ذلك فإن وجود المواقف والمهارات الصلبة النفسية يمكن أن يؤدي إلى وجهات النظر وأفعال عقلية تقلل من الإجهاد كما أنّ ردود الفعل السلوكية كالاسترخاء وإتباع نظام غذائي يؤدي إلى تحسين الأداء والصحة على الرغم من الضغوط الظرفية.

ومن أجل هذا تمكن مادي من الحصول على الجواب عن الاختلاف بين المجموعتين فالأفراد الذين استمروا في مواجهة الضغوط وبالرغم من ذلك حافظوا على صحتهم هذا من خلال المواقف الثلاثة للصلابة النفسية وهي الالتزام والتحكم والتحدي، فالالتزام قاد هؤلاء الأفراد إلى الخوض في الأحداث دون اللجوء للعزلة والانسحاب، أما التحكم فهو يعبر محاولة الفرد التأثير على النتائج والابتعاد عن السلبية والعجز والاستسلام، أما التحدي فيراه الفرد على أنه فرصة للتعلم جديدة من التجارب سواء كانت إيجابية أو سلبية فكله يعبر عن أنّ الفرد ذو حكمة (مادي وأخرون،2002، ص46) .

06-04- نموذج بارتون:

حصل "بول بارتون" على درجة الدكتوراه في علم النفس والتنمية البشرية في من جامعة شيكاغو عام(1984) عمل كباحث في علم النفس للجيش الأمريكي أولا في معهد "والتر ريد" للجيش للبحوث في واشنطن ثم شغل منصب مدير الوحدة الميدانية لعلم النفس في ألمانيا وبعد ذلك كعالم أبحاث في قسم العلوم السلوكية والقيادة الأكاديمية العسكرية الأمريكية طوال حياته المهنية أجرى العديد من الدراسات حول الإجهاد والصحة والتكيف بين الأفراد العسكريين (بارتون، 1999، ص72).

حاول بارتون البحث عن الحوادث والظروف التي تجعل من الإنسان يحتفظ بمرونته بالرغم من تعرضه المتكرر للضغط من أجل هذا فقد اقترح أنّ فهم هذه العوامل والظروف التي يحافظ الفرد على إثرها بمرونته يمكن من خلالها تطوير هذه المرونة أو حتى الزيادة فيها لدى الأفراد منخفضي المرونة والذين هم عرضة للإجهاد.

وقد بدأ بارتون بالبحث عن طبيعة الضغوطات التي تواجهها القوات في العمليات العسكرية من أجلها تم التطرق للصلابة النفسية مستعينا بالخلفية النظرية وبعض النتائج التجريبية لها التي توضح أنّ الصلابة النفسية تعمل على تخفيف الآثار السيئة للضغط والتوتر التي يكتسبها الفرد.

ويمكن تعزيزها واقتراح أنّ الآلية الأساسية في الصلابة النفسية تكمن كيفية تفسير التجارب المجهدة وفهمها في سياق ظروف الحياة.

واستند على هذه النظرية في التفسير أن القادة العسكريين ذو الصلابة النفسية العالية يسهل عليهم التعامل الإيجابي مع الإجهاد من خلال فهم الأحداث والتجارب المجهدة في إتجاه إيجابي وبناء فارتفاع الصلابة النفسية ترتفع قدرة الجنود على خوض المعارك ومواجهة الضغوط القتالية دون ظهور آثار سلبية على الصحة (بارتون، 2006، ص من 133إلى ص 137) .

فالأشخاص ذو الصلابة النفسية يظلون بصحة جيدة تحت الضغط ويفسرون الخبرات الضاغطة على أنها مظهر طبيعي من الوجود وجزء مهم من الحياة، كما يرى بارتون أنّ هؤلاء الأفراد لهم إحساس قوي بالالتزام اتجاه الحياة والعمل وشعور أكبر بالسيطرة وأكثر انفتاحا على تغيرات وتحديات الحياة ولأن كوبازا تأثرت باتجاه معنى الحياة فقد يقول بارتون أنّ ذو الصلابة العالية تكون الحياة ذات قيمة ومعنى وتستحق أن تعاش.

كذلك التحكم في القدرة على اختيار والتأثير في المستقبل، أيضا التحدي الذي هو التغيير في الحياة والاستمتاع بالمواقف مع الدافع القوي للتحدي والحماسية له.

كما يؤكد بارتون على وجود عوامل لدى الفرد تؤثر في الكيفية التي يستجيب بها للمواقف منعا عوامل فرديه كظروف الاجتماعية والأسرية والشخصية والخبرات السابقة والعوامل المرتبطة ببرامج التدريب والتربية التي تؤثر على الأفراد بطرق متنوعة أيضا عوامل مهنية وقد أطلق بارتون على الصلابة النفسية ب **"نظرة للعالم"** أكثر منها سيمة من سمات الشخصية، والذي يعتبر إطار يفسر من خلال الفرد خبرات حياتهم بأكملها كما واعتبر للصلابة النفسية نمط من الوظائف وأسلوب التي تتضمن السمات المعرفية والانفعالية والسلوكية والعاطفية التي تميز الأشخاص الأصحاء والأسوياء تحت وطأة الضغوط (بارتون، 2012، ص4-5) .

ومما سبق يتضح أن بارتون يرى الصلابة النفسية أكثر من كونها سمة الشخصية بل تتعدى ذلك ليعتبرها نظرة للعالم.

07- الصلابة النفسية لدى المربي:

من خلال الدراسات والبحوث في الصلابة النفسية لدى المربي فقد قسمت إلى قسمين:
أولهما: المربين ذوي الصلابة المرتفعة، والمربين ذوي الصلابة المنخفضة.
وتفترض كوبازا أن الأفراد الذين يتمتعون بصلابة نفسية عالية أكثر قدرة على تحمل آثار السلبية لضغوط الحياة وبالتالي هم أقل عرضة للإصابة بالأمراض.(مادي،2016، ص35).
كما توصلت من سلسلة دراستها.(1979،1982،1983) وكذلك مادي وآخرون 1998 إلى أن أهم خصائص المربين ذوي الصلابة النفسية المرتفعة هي:
- وجود نظام قيمي ديني لديهم يقيهم من الوقوع في الانحراف والأمراض والإدمان.
- وجود أهداف في حياتهم ومعاني يتمسكون بها ويرتبطون بها.
- تكون أكثر مباءة ونشاط ومثابرة.
- بذل الجهد والقدرة على التحمل والعمل تحت الضغط.
- القدرة على الإنجاز والإبداع.
- الميل للقيادة والسيطرة.
- القدرة على اتخاذ القرار وحل المشكلات ومواجهة الأحداث الضاغطة والتكيف معها.
- القدرة على الصمود والمقاومة. (قديري و ونيس، 2017، ص 44).
- قوة الصبر.
- الالتزام بالمبادئ والقيم والتمسك بها.
- المعنى والقيمة الإيجابية لحياتهم.
- التفاؤل والتوجه الإيجابي.
- الشعور برضا عن الذات.
- الصلابة حالة نمو مستمرة فهي تزداد مع التقدم في العمل.(الزيدان، 2017، ص55) .

ونستخلص من خلال الخصائص السابقة أن المربين الذين يتمتعون بصلابة نفسية مرتفعة لهم جل الصفات الإيجابية، التي تجعل منهم يتمتعون بصحة نفسية وجسدية، وصولا لإطلاق طاقات الحياة والعطاء إلى حدودها الفعلي، فالوعي بنقطة الصلابة هو الوعي بالإمكانات ونقاط القوة الذي يشكل نقطة الوعي بأن كل شيء ممكن والقناعة والقدرة عليه.

المربين ذوي الصلابة المنخفضة:

إنّ الأشخاص أقل صلابة يكونون ردة للاضطرابات يشعرون بالعجز، وأنهم أكثر ضعفا في الضبط الداخلي وأكثر نقدا لذواتهم (لوم النفس).

أكثر شعورا وتعميما لخبرات الفشل، لا معنى لحياتهم ولا يتفاعلون مع البيئة الاجتماعية. (خالدي، 2009، ص46) .

ويتضح مما سبق أن ذوي الصلابة المنخفضة يتصفون بـــــ:

-غياب الصبر وعدم تحمل المسؤولية.

- عدم تحمل الصعوبات الحياتية مع قلة المرونة والهروب من مواجهة الضغوطات

- سرعة الغضب والحزن والميل للاكتئاب والقلق.

- وجود أفكار سلبية تشاؤمية عن الذات نقد الذات ولومها والعالم والمحيط بتعميم خبرات الفشل

خلاصة :

تعتبر الصلابة النفسية من أهم المتغيرات الوقائية من الآثار السلبية للضغوط، فهي مزيج من التفاعل بين الالتزام الذي هو ميل للمشاركة وإيجاد الهدف والمعنى في الأنشطة الحياتية والمواجهة بدلا من الشعور بالاغتراب والتحكم على أن السيطرة القوية لما يتعرض إليه الأفراد من تغيرات في مختلف جوانب حياتهم والتحدي من خلال امتلاك القدرة على التعامل مع ضغوط الحياة الخارجية، والتعامل معها دون اعتبارها بأنها مهددة له.

الفصل الثالث: الاحتراق النفسي

تمهيد

1. التطور التاريخي لمفهوم الاحتراق النفسي

2. تعريف الاحتراق النفسي

3. أعراضه الاحتراق النفسي

4.أسبابه الاحتراق النفسي

5.النماذج والنظريات المفسرة للاحتراق النفسي

6. مراحل الاحتراق النفسي

7. آليات الوقاية والعلاج من الاحتراق النفسي

8.الإحتراق النفسي لدى مربي ذوي الاحتياجات الخاصة

خلاصة الفصل

تمهيد :

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي إحدى الظواهر النفسية الخطيرة على الكوادر البشرية العاملة في مؤسسات المهن المساعدة، فهي تؤثر سلبا على جميع جوانب الشخصية الإنسانية لأن لها تأثيرا سلبيا على الجانب الاجتماعي، والصحي والنفسي للأفراد الذين يعانون منها، كما أن لها تأثيرا على أدائهم في المؤسسات التي يعملون فيها، مما يقلل من مستوى إنتاجيتهم أو إنجازهم.

01- التطور التاريخي لمفهوم الاحتراق النفسي:

إن مفهوم الاحتراق النفسي كمصطلح علمي تطور بالتدريج منذ أول ظهور له، بحيث تم الإشارة إلى أعراضه في العديد من الأبحاث، وخلال الحرب العالمية الأولى والثانية استعمل مصطلح " تعب المعارك" (epuisement du geurs) للدلالة على أعراضه المشابهة لأعراض الاحتراق النفسي المتعارف عليها حاليا. (القرني، 2003، ص8).

في فرنسا قام الرائدون بدراسة تعب العمل (la fatigue de travail) تحت مواصفات مختلفة لكن تبقى قريبة مثل: الإرهاق الفكري أو حالات للإنهاك. (M.jallian,2007, p5)

وفي عام **1959** كتب طبيب العقل الفرنسي " claude veil " عن حالات في العمل وذلك في ملتقى طبي حيث رأى أن حالة الاحتراق النفسي هي ناتجة عن التقاء الفرد بخصائصه الفردية بمحيط العمل، ولدراسة هذه الحالة يجب التعمق في الدراسة وتجنب التبسيطات .(m.jallian,2007, p5)

وفي سنة **1969** قام "Bradley " بأول بحث علمي تطرق فيه للاحتراق النفسي، حيث أثار لأول مرة مشكلة "الاكتئاب المرضي " المتعلق بقلق العمل في مقاله treatment for communitg based young adulte affenders (ben farhat,2007, p33).

وفيه أدرج الأعراض الناتجة عن ضغط العمل والتي تماثل أعراض النفس، لكن تحت اسم الاكتئاب المرضي" حيث اعتبر الاحتراق النفسي كنوع من أنواع الاكتئاب، وفي سنوات1970 بالولايات المتحدة الأمريكية برز مصطلح الإحتراق النفسي، حيث تطور هذا الأخير نتيجة للأعمال المقدمة من طرف "H.freudenbreger " المحلل النفسي الأمريكي " Burnout" إلى حيز الاستخدام الأكاديمي وذلك عام 1974 من خلال دراسته عن الضغوط التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات، حيث كتب دراسة أعدها للدورية المتخصصة " journal of social ssue" وناقش في تجاربه النفسية الخاصة على بعض المتطوعين بإحدى العيادات"free clinique "المجانية بمدينة نيويورك للمدمنين"Toxicomaines (القرني، 2003، ص10) .

حيث كشفت الدراسة عن ظهور مجموعة من الأعراض الجسمية مثل التعب المفرط، آلام الرأس، الاضطرابات الهضمية المعوية، الأرق...الخ، وأعراض نفسية مثل: قابلية الإثارة الريبة الإحباط، والتي انعكست على المستوى المهني من خلال تجنب مرض المدمنين.

وفي كتابة " La brule interne" المنشور في كيوبيك في **1980** وضح كيف يكون الأشخاص ضحايا للاحتراق النفسي انطلاقا من خبرته وممارسته، حيث يرى أن الضغوط الناتجة عن الحياة المعقدة تسبب إتلاف الموارد الداخلية للفرد، وتسبب للفرد الاحتراق النفسي حتى لو بدا الفرد سليما من الخارج (ben ferhat ,2007, p34).

وقد كان تعريفه لمصطلح "Burnant" في البداية بمعنى أن الفرد يجهد ويصبح منهكا نتيجة التفاوت بين قدراته ومتطلبات عمله، إلا أن في **1974** أورد تعريفا أكثر شمولية حيث عرفه بأنه " "إفراط الفرد في استخدام طاقاته حتى يستطيع تلبية متطلبات العمل الزائدة على قدرته ".(نشوى،2007، ص23).

فيصبح بذلك الفرد ضحية للاحتراق الداخلي نتيجة استنفاذ كل طاقته(Mark lsriol,2003, p55) .

إلّا أن أعمال" **كريستينا ما سلاك**" أستاذة علم النفس بجامعة بركلي الأمريكية، مثلت الريادة في الدراسة وتطوير مفهوم الاحتراق النفسي، حيث توصلت إلى أن الاحتراق النفسي هو عبارة عن تعب وإستنزاف انفعالي ناتج عن ضغوط العمل، ويؤدي إلى فقدان الاهتمام بالأخريين.

بتعديل مفهوم الاحتراق النفسي ثم قام كل من H.freudenbreger و" "Richelson حيث وجد أنه عبارة عن حالة من التعب، الإحباط والاكتئاب الناتج عن استنفاذ الفرد لطاقاته وفشل توقعاته (ملال، 2010، ص12).

أما "Truch " ومن خلال أعماله توصل إلى أن الاحتراق النفسي هو حالة ناتجة عن ضغوط العمل، ويتمثل في الاتجاهات السلبية نحو العمل والأخرين، وهو ما يؤدي إلى التعامل بشكل آلي مع الأشخاص الذين يتلقون الخدمات (العياصرة، 2008، ص16)

وفي عام 1982 ظهرت أعمال " كرستينا ماسلاك "وزميلتها "سوزان جاكسون " والتي مثلت الركيزة الأساسية لمعظم البحوث والدراسات التي جاءت فيما بعد حيث عرفتا الاحتراق النفسي على أنه عبارة عن زملة أعراض Syndrome " ناتجة عن ضغط العمل ويظهر من خلال: الإجهاد و الاستنزاف الانفعالي تبلد الشخصية والشعور، فقدان الشعور بالإنجاز الشخصي، بالإضافة إلى الشهرة الأداة التي صماماتها لقياس الاحتراق النفسي من خلال أبعاده الثلاثة .Maslosh Brunout inventory أو MBI والتي أطلق عليها اسم:

(D.trouchot,2004, p15)

وقد تطور مفهوم الاحتراق النفسي، واتسع ليشمل مهن أخرى مثل: التعليم، الإدارة الشرطة... إلخ وتم بناء عدة مقاييس لقياسه، كما تطورت الدراسات والبحوث التي تناولته، سواء في العالم العربي أو الأجنبي إلا أن ما يلاحظ أن جميع الباحثين والكتاب قد اقترحوا

الارتكاز على المقاربة العلائقية لفهم الاحتراق النفسي كمحصلة ناتجة عن علاقة الفرد المستمرة والمتبادلة التأثير مع محيط عمله (Benfarhat,2008, p39) .

من رواد هذه المقاربة " Cheriss " الذي يرى أن الاحتراق النفسي هو الحصيلة النهائية لتفاعل المتغيرات الشخصية للفرد العامل مع خصائص بيئة عمله، حيث يؤدي هذا التفاعل إلى ظهور اتجاهات سلبية مثل: عدم الوضوح، أهداف العمل، التناقض بين المثالية والواقع، نقص المسؤولية الشخصية و"مصطفى بوزازوه " الذي يرى أن الاحتراق النفسي هو حالة داخلية ناتجة عن ضغوط العمل الدائمة ولا يتم فهمها إلا ضمن الإطار الكلي للمؤسسة.

وأمــام التقدم التكنولوجي والعلمي المستمر، ومع تغير النظريات النفسية وظهور علم النــفس المعرفي، ولأن الاحتراق النفسي هو ناتج عن التفاعل المتبادل بين مميزات الفرد مع بيئة عمله فإن مفهوم الاحتراق النفسي سيتغير باستمرار، ويتوقف ذلك مع التطورات والتغيرات التي تمس البيئة وعلى كيفية إدراك الفرد لهذه البيئة المجانية بمدينة نيويورك للمدمنين Toxicomanes (القرني، 2000، ص10) .

حيث اكتشفت الدراسة عن ظهور مجموعة من الأعراض الجسمية مثل: التعب المفرط، آلام الرأس، الاضطرابات الهضمية المعوية، الأرق.....الخ أو أعراض نفسية مثل: قابلية الآثار، الريبة ، الإحباط، والتي انعكست على المستوى المهني من خلال تجنب المرضى المدمنين.

وفي كتابة "La brule intene " المنشور في Québec في **1980** وضح كيف يكون الأشخاص ضحايا الاحتراق النفسي انطلاقا من خبرته (ملال، 2010، ص12)

02- تعريف الاحتراق النفسي:

تعريفه وفقا لمجموعة من القواميس :

أ ـ لغة:

يعرف القاموس الفعل to Burnot يُحترق: يفشل وينهار أو يصبح منهكا نتيجة العمل الزائد على الطاقة المقدرة. (عسكر، 2005، ص105).

الحرق: بفتحتين النار، وهو أيضا الاحتراق يصيب الثوب من الحرق(أَحْرَقَهُ) بالنار(حَرَقَهُ) شدد للكثرة، وتحرق الشيء بالنار(احترق) والاسم (الحرقة) والحريق حرق الشيء بالتخفيف برده وحكى بعضه ببعض (فتحية،2012, ص25).

ب- تعريف الاحتراق النفسي اصطلاحا:

الاحتراق النفسي"psychological brunout" من المفاهيم الحديثة نسبيا ويعتبر" فرويد نبرجر" أول من استخدم هذا المصطلح في أوائل السبعينات للإشارة إلى الاستجابات الحسية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهدافهم، حيث قال لقد أدركت أن الأفراد قد يكونون ضحايا حرائقهم مثل البنايات تحت تأثير الضغط الحياة في عالم معقد يستنفذ طاقاتهم، وكأنها تحت النيران.

. (Freud berger,1989)

وهناك اختلاف في التعريفات من ناحية الباحثين والكتاب ويصبح أكثر وضوحا عندما تستند للقاموس حيث يعرفه من الفعل يحترق، بالفشل وينهار أو يصبح منهكا نتيجة العمل الزائد على الطاقة المقدرة، ويشير التغيير أيضا إلى تغيرات سلبية في العلاقات والاتجاهات السلوكية كرد فعل لضغط العمل (الزهواني،2008, ص 13).

وعرفه مجموعة من العلماء:

02-01 - تعريف فرويد نمبرجر:

الاحتراق النفسي هو ظاهرة نفسية مهنية تجعلهم بشكل تدريجي أقل إنتاجية وحيوية وأكثر كآبة وأقل اهتماما ورغبة في العمل(Freud berger,1975, p83) .

02-02-تعريف جولد زروث: الاحتراق النفسي هو حالة تسبب شعور الفرد بأن احتياجاته لم تلبى وتوقعاته لم تتحقق، ويتصف بتطور خيبة أمل يرافقها أعراض نفسية وجسدية التي تؤدي الى تدني مفهوم الذات ويتطور تدريجيا مع الوقت (Gold.noth-1992- p51).

02-03- تعريف ماسلاش وبنس: على أنه حال من الإنهاك البدني والانفعالي للأشخاص الذين لديهم تصور سلبي اتجاه ذواتهم، واتجاه الآخرين (بني أحمد،2008، ص14).

02-04- تعريف كابول: أنه إعياء يصيب الجسم والعواطف والاتجاهات لدى الموظف حيث يبدأ بعدم الشعور بالارتياح وفقدان بهجة التي تبدأ بالتلاشي بشكل تدريجي من حياة العامل (copel,1987,p282)

03- أعراض الاحتراق النفسي :

هناك مجموعة من الأعراض الدالة على وجود الاحتراق النفسي لدى المربي، والتي تتضمن المظاهر الفيزيولوجية، و البدنية والمعرفية والنفسية والاجتماعية والسلوكية، والتي تبين خطورة الاحتراق النفسي على الفرد، بل على المجتمع كله فالمربي ما هو إلا عضو في المجتمع، فقد أشارت نتائج عبد الله **(2003)** إلى أن إصابة المعلم بالاحتراق النفسي يمثل خطرا على العملية التعلمية، وكذلك بالنسبة للمربي فتصبح مهنة المربي مهددة بالدمار، من خلال آثاره السلبية على المربي والتي تجعله يترك عمله، فتخسر عملية التربية الخاصة، جهد هذا المربي الكفء حيث أن الاحتراق النفسي يصيب الأفراد الأكفاء وفيما يلي توضيح تلك المظاهر:

03-01- المظاهر الفيزيولوجية والبدنية:

تشمل العلامات التي تظهر على البدن مثل الاضطرابات السيكوسوماتية، والتي تتمثل فيما يلي:

- الصداع المستمر والاضطرابات المعوية والأرق وضيق التنفس.

- آلام الظهر وبحة الصوت، وفقدان الشهية.

- اضطرابات الأكل والاستخدام المفرط للعقاقير والكحوليات.

- أمراض القلب والقولون العصبي وضغط الدم.

- انسداد الشرايين وأمراض الرئة والسرطان.

- اضطرابات النوم مثل: المشي أثناء النوم، والنوم غير المنعش الأرق.

- اضطرابات الهضم والإمساك.

- توتر العضلات ونقص المقاومة والروماتيزم.

- الضعف الجنسي وغزارة البول والإسهال.

- فقر الدم.

- حب الشباب والتهابات الجلد.

- ضعف الحيوية وقلة النشاط.

02-03 - المظاهر المعرفية:

وتشمل ما يلي:

- البلادة الفكرية وفقدان القدرة على الابتكار.

- التشتت الإدراكي والشرود الذهني (صديق، 2016، ص79) .

- الوسوسة وكثرة الشك والعناد.

- قلة القدرة على الانتباه والتركيز لفترة طويلة.

- عدم القدرة على مواجهة المشكلات بكفاءة.

03-03-المظاهر النفسية الاجتماعية:

وتشمل الاضطرابات النفسية التي يقع فيها الفرد إضافة إلى بعض النواحي الاجتماعية والتي

تتمثل في

- الإحباط والقلق أمام الأزمات وكثرة الغضب.
- عدم الرضا الوظيفي.
- انخفاض تقدير الذات والسخط على الذات والآخرين.
- سرعة البكاء والانفعال الزائد.
- فقدان الاهتمام بالآخرين والكآبة.
- البلادة العاطفية والإجهاد الانفعالي.
- التشاؤم، وضعف القدرة على التحمل.
- عدم الإحساس بالمسؤولية، وعدم الاسترخاء والشد العضلي.

03-04-المظاهر السلوكية:

وتشمل مجموعة من الاستجابات الأدائية التي يمكن أن تظهر على سلوك الفرد والتي تتمثل فيما يلي:

- التغيب الطويل عن العمل والتقاعد المبكر.
- النقد الدائم للآخرين والسخرية منهم.
- عدم الالتزام بالعمل.
- العدوانية وفقدان الهوية الشخصية.
- أداء العمل بطريقة روتينية ومقاومة التطوير.
- الاتكالية والاعتداء على حقوق الآخرين.
- البعد عن الموضوعية في الحكم على الأداء الوظيفي.
- الانسحاب والميل للعمل الإداري أكثر من تعامل مع زملاء المربين.
- انتظار أيام العطلات والإجازات للبعد عن العمل.
- الانسحاب من الحياة العائلية وتجنب الأصدقاء.
- تدني القدرة على الإنجاز وعدم الاهتمام بالتحفيز.
- نقص دافعية الأداء والتخلي عن المثاليات وزيادة سلبيات الفرد.

- قلة البحث عن طرق تربوية جديدة والاكتفاء بالطرق القديمة.
- عدم الرغبة في العمل بطواعية.

- زيادة العنف لدى الأزواج وحدوث خلافات زوجية (صديق، 2016، من ص79إلى ص82) .

كما قدم سيد ولابن **(1982)**: في كتابه الاحتراق النفسي في التعليم الحكومي الأعراض والأسباب ومهارات البقاء والمشار إليه في(الراشدان، 1985، ص61-71) تقييما شاملا لأعراض الاحتراق النفسي مشيرا إلى أنه من النادر أن تجد شخصا خاليا من هذه الأعراض والتي أهمها :

01 - الأعراض الجسمية:

وتتمثل في الإجهاد، الاستنزاف وتشنج العضلات والآلام البدنية، وابتعاد الفرد عن الآخرين وارتفاع ضغط الدم وتناول الأدوية والكحول وأمراض القلب والصحة العقلية.

02- الأعراض العقلية (المعرفية):

وتتمثل بضعف مهارات صنع القرار وعيوب في معالجة المعلومات، ومشكلات الوقت، التفكير المفرط بالعمل.

03- الأعراض الاجتماعية:

فيها زواج الوظيفة أي إعطاء للموظف وقته كاملا لعمله على حساب نفسه وعلى حساب بيته، وأيضا الانسحاب الاجتماعي والسخرية والتذمر والفاعلية المنخفضة والدعابة الساخرة وتفريغ الضغط في البيت، وأيضا الارتباطات المنفرة والعزلة الاجتماعية.

04- الأعراض النفسية العاطفية:

وتتمثل في التبرير أو الإنكار والغضب والاكتئاب وجنون العظمة واللامبالاة (اللاإنسانية) وانتقاص الذات (الاستخفاف بها) والاتجاهات المتحجرة والمقاومة الشديدة للتغير.

05- الأعراض الروحية:

عندما يصل الاحتراق النفسي لمرحلة نهائية، فإن الأنا تصبح مهددة من كل شيء تقريبا وتصبح أعراض الضغط الجسدية المنتظمة، وتكون الثقة بالنفس متدنية وكذلك تصبح فعالية العمل ضعيفة، كما تضيع العلاقات الاجتماعية بشكل كبير وتصبح الحاجة إلى التغير أو الهروب من الواقع هي الفكرة الرئيسية التي تسيطر على تفكير الشخص، وعندما لا يدرك الموظف سوى خيارات تقاعد وتغير الوظيفة والعلاج النفسي والحزن والانتحار في بعض الحالات.

ويؤكد سيدولاين Cedoline والمشار إليه (الفرح، 2010، ص249) بأنه يمكن أن نستدل على وجود الاحتراق النفسي بواسطة ثلاث مؤشرات وأعراض بارزة هي:

- شعور الفرد بالإنهاك الجسدي والنفسي مما يؤدي بالفرد بفقدان الطاقة النفسية أو المعنوية وضعف الحيوية والنشاط، وبالتالي الشعور بفقدان الشعور بتقدير الذات
- الاتجاه السلبي نحو العمل والفئة التي تقدم الخدمة(طلاب، مرضى، مرشدين) وفقدان الدافعية نحو العمل.

- النظرة السلبية للذات والإحساس باليأس والعجز والفشل (عوض، 2007، ص12-18) .

وبالتالي يمكن القول بأن الاحتراق النفسي تختلف أعراضه وقد اختلف تقسيمها عند العلماء كل حسب وجهة نظره كما يمكن القول بأن أعراض الاحتراق النفسي تتمثل في أعراض نفسية، اجتماعية، معرفية، بدنية، أي تشمل مختلف جوانب المربي.

04- أسباب الاحتراق النفسي:

لقد اعتبر علماء النفس الضغوط النفسية والمهنية سببا مباشرا يقف وراء حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي، نظرا لوجود العلاقة بين الضغوط النفسية وضغوط العمل من جهة، وبين الاحتراق النفسي من جهة أخرى، وقد أشارت الدراسات الميدانية التي أجريت في بيئات مختلفة إلى عدد كبير من العوامل التي تلعب دورا بارزا في حدوث هذه الظاهرة منه. **يصف جمعة يوسف (2006):** أسباب الاحتراق بأن أغلبها مرتبط ببيئة العمل وما تتيح من فرص تساعد على رفع مستويات الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن، وفي

المقابل تكون المكافأة ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب والتي يمكن تلخيصها فيما يلي:
-عبء العمل الزائد.

- المهام البيروقراطية المتزايدة .

- الأعمال الكتابية.

- التواصل الفعل والمردود الضعيف.

- نقص المكافأة وغياب الدعم (مدورى، 2015، من ص27إلى ص36) .

وتصنف **نشود كرم دردير (2007)**: بعض الأسباب التي يمكن أن تساهم في حدوث الاحتراق النفسي منها :

- العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.
- فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل .
- الشعور بالعزلة في العمل، وضعف العلاقات المهنية .
- الرتابة والملل في العمل.
- ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل .
- خصائص الشخصية للفرد (دردير ، 2007 ، ص33).

كما يمكن تقسيم أسباب الاحتراق النفسي الجوانب الثلاثة التالية:

أ - عوامل خاصة بالجانب الفردي:

هناك شبه اتفاق بين الباحثين على أن:

- الموظف الأكثر التزاما وإخلاصا في عمله يكون أكثر عرضة للاحتراق النفسي وذلك كونه تحت ضغط داخلي للعطاء وفي نفس الوقت يواجه ظروفا خارجية عن إرادته.
- مدى تمتع الموظف من قدرات ذاتية على التكيف ومستوى الطموح لديه، فالموظف الذي يتفانى في عمله ويرغب في تحقيق أهدافه بأعلى درجة من النجاح، يتعرض إلى ظاهرة الاحتراق أكثر من غيره إذا ما واجهته المشكلات. (عوض، 2007، ص15)

- الاعتقادات والقيم وشخصيات العامل ضعيف الثقة في النفس والغير الحازم في تعامله مع الآخرين، والذي يكون غير صبور وغير متسامح وسرعان ما يغضب وشديد التعرض للإحباط من جراء أي عقبات تقف أمامه وتحول دون تقدمه، سيكون أكثر عرضة للاحتراق النفسي، وقد لاحظ الباحثون أن نمط التفكير الذي يتبناه العامل المستمد من معتقداته وقيمه الخاصة يؤثر على طريقة تعامله مع الضغوط التي تواجهه في محيط عمله، وقد أشار **"روتر"** إلى وجود نمطين أساسيين من أنماط التفكير يعتمد عليها الأشخاص في التعامل مع الأشياء من حولهم.

أشخاص ذو التحكم الداخلي: يتميز هؤلاء الأشخاص بنظرة إيجابية واندفاعية ورضا عن النفس مما يجعلهم قادرين على مواجهة الضغوط وتجنبها.

أشخاص ذو التحكم خارجي: الأشخاص هنا يميلون إلى عدم الرضا والسلبية والخضوع الى الظروف الخارجية باعتبارها قدر محتوم، يميلون إلى الانطواء وعدم قدرتهم على مواجهة الضغوط وهذه الفئة أكثر عرضة للاحتراق النفسي (براهمية وآخرون ، 2015 ، ص22 - 23).

ب- عوامل خاصة بالجانب الاجتماعي :

تزايد الاعتماد من طرف أفراد المجتمع على المؤسسات الاجتماعية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة العبء الوظيفي الذي يكون سببا في تقديم خدمات أقل من المستوى المطلوب وهذا من شأنه أن يؤدي إلى شعور الموظف بالإحباط، وبالتالي زيادة الضغوط ومن ثم الوقوع في الاحتراق النفسي (عوض، 2007 ، ص16) .

- الحالة المحيطة ببعض المهن ومنها مهنة المربي، حيث هناك مجموعة من التوقعات والافتراضات الغير واقعية في بعض الأحيان يشترك فيها معظم أفراد المجتمع تتعلق بالمربين منها:

- أن عمل المربين يتصف بالإثارة والتنوع.

- أن روح العمل والتعاون والمحبة متوفر بين جميع المربين من جهة، وبينهم وبين الإداريين من جهة أخرى ومع هذه التوقعات مقبولة نوعا ما إلا أن الواقع الوظيفي في ظل المؤسسات البيروقراطية يحل دون تحقيق ذلك، مما يؤدي إلى توليد ضغط عصبي على المربي فيجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي (العياصرة ، 2008 ، ص99) .

ج_ عوامل خاصة بالجانب الوظيفي:

وقد حددها **"ماسلاش ولينر"**: مجموعة من العوامل التنظيمية التي تؤدي إلى توليد الاحتراق النفسي لدى العاملين على النحو التالي:

- **ضغط العمل**: يشعر الموظف بأن لديه أعمال كثيرة تنتظره وعليه تحقيقها في مدة قصيرة جدا، ومن خلال مصادر شحيحة ومحدودة وهذا يشكل ضغطا كبيرا، ومن ثم يقع في دائرة الاحتراق النفسي.

- **محدودية صلاحية العمل**: إن أحد المؤشرات التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي هو عدم وجود صلاحيات لاتخاذ القرار لحل مشكلات العمل وهذا لوجود سياسات صارمة لا تعطي حرية التصرف للموظف.

- **قلة تعزيز الإيجابي**: المهنيون يأتون إلى أعمالهم متوقعين الكثير، فهم لا يردون زملاء مساندين يقرون بالجميل وعملا مشوقا مثيرا.

نقص العلاقات الاجتماعية: الانغلاق على الذات وانعزال العامل بسبب طبيعة العمل الذي تفرض قلة التواصل بين العمال.

- **سوء التسيير وعدم الإنصاف:** عدم مراعاة خصوصيات وقدرات العمال حيث يكلف العامل بمهام تفوق إمكانياته مما يعرضه إلى عقوبات في حالة ارتكابه للأخطاء.

- **صراع القيم:** الموظف أحيانا يكون أمام خيارات صعبة فقد يتطلب منه عمله القيام بأشياء صعبة لا تكون متوافقة مع قيمه ومبادئه، فمثلا الحارس في السجن قد يضطر إلى استخدام العنف الجسدي وهو ليس ضمن القيم التي نشأ عليها (براهمية وأخرون ،2016 ، ص23-24) .

ومنه نستنتج بأن الاحتراق النفسي لا يأتي محل الصدفة، بل هناك أسباب عديدة أدت إلى حدوثه، وهذه الأسباب تختلف عن كل مربي حيث ترتبط هذه الأسباب بالمربي أو بعمله وبالجانب الاجتماعي وغيره.

05-النماذج المفسرة للاحتراق النفسي :

أ- نماذج المفسرة للاحتراق النفسي:

01- نموذج" 1985 للاحتراق النفسيchermise:

حيث قام " تشرنيس وزملائه" 1980 ظهر النموذج الأول للاحتراق النفسي منذ بإجراء مقابلات مع 28 متخصصا مبتدئا في أربعة مجالات من الخدمة منها: مجال الصحة العقلية، مجال القانون، مجال التمريض في الصحة العامة، مجال التعليم الثانوي، ثم مقابلة كل المفحوصين عدة مرات خلال فترة تتراوح من سنة إلى سنتين، من خلال المقابلات والملاحظات التي أجراها هؤلاء المهنيين، حدد تشرنيس في هذا النموذج تفسير المتغيرات التي تساهم في تطور الاحتراق النفسي، من خلال ثلاث مجموعات من المتغيرات التي تساهم في التطور كما يلي:

أولا- خصائص محيط العمل:

تتفاعل عدد من خصائص محيط العمل مع الأفراد الذين يدخلون الوظيفة لأول مرة ولهم توجهات مهنية معينة، ومطالب زائدة، ويحتاجون إلى مساندات اجتماعية، تؤدي هذه العوامل إلى التعرض لمصادر معينة من التوتر والضغط بدرجات متفاوتة، ويستخدم بعض الأفراد مع هذه العوامل الضاغطة تقنيات واستراتيجيات سلبية في المواقف التي حددها تشرنيس ويحدث الاحتراق النفسي مع مرور الوقت، ويمثل الطريقة الوحيدة للتكيف أو التعامل مع مصادر معينة من الضغوط.

وقد حدد تشرينس خصائص المحيط في ثمانية منبئات للمتغيرات السالبة والتي تشكل الاحتراق النفسي وهذه الخصائص تتمثل في:

التوجه في العمل، عبء العمل، التحفيز أو الاستثارة في العمل، الاستقلالية، الاتصال بالعملاء الأهداف المؤسساتية، الإشراف، العزلة الاجتماعية.

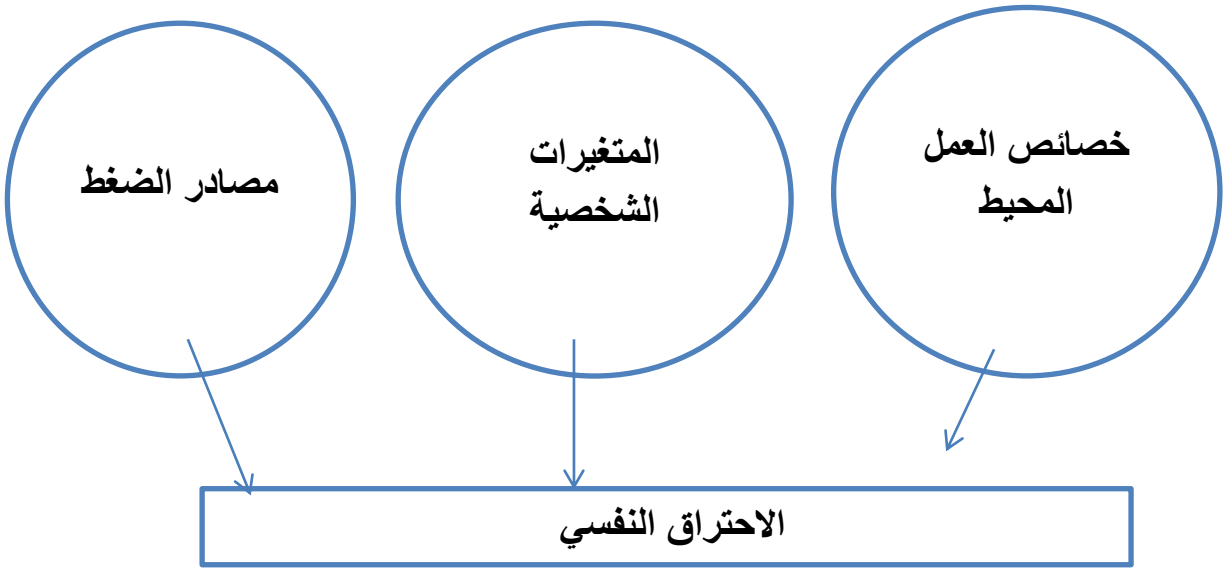
ثانيا- المتغيرات الشخصية:

حيث تؤثر بعض المميزات الفردية عبر مصادر الضغط على الاحتراق النفسي، وهي تضم خصائص الدعم الاجتماعي خارج محيط العمل. (Richarrd, 1995, p32) .

ثالثا- مصادر الضغط:

تنجم مصادر الضغط حسب تشرنيس عن عدم قدرة العامل على احتواء حقيقة العمل من خلال الصدمة بين واقع العمل اليومي، وبمعنى آخر التوقعات الأولية المتعلقة بالعمل، والوهم المهني لممارسات صلاحياتهم، وتلك الخاصة بتعاون الزبائن، استقلالية النشاط وتحقيق الذات والمناخ التنظيمي (Brunette et virian ,2001, p167) .

وقد وضع تشريني خمسة مصادر لضغط كمقدمات للاحتراق النفسي وهي: عدم الثقة بالذات ونقص الكفاءة، مشاكل مع العملاء، التدخل البيروقراطي، نقص التحفيز والإنجاز عدم مساندة (Rishardsen and Bruke, 1995, p30) الزملاء أو الافتقار للزمالة.



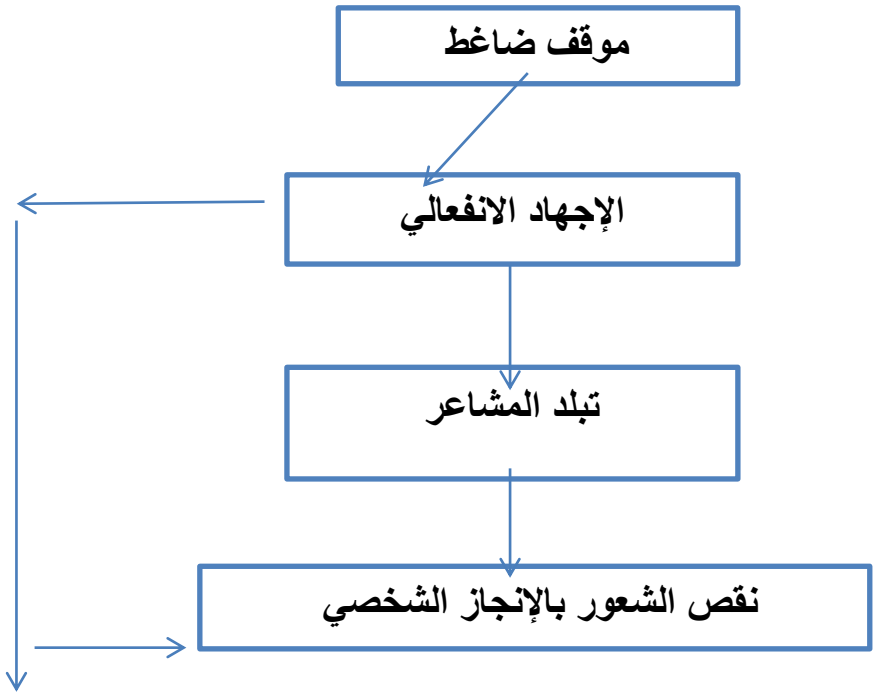
الشكل رقم (03):يوضح نموذج تشرنيس للاحتراق النفسي(مارية،2022، ص 62).

02- نموذج ماسلاتش للاحتراق النفسي:

ويتكون من ثلاثة أبعاد هي:

- الإجهاد الإنفعالي - تبلد الشعور - نقص الشعور بالإنجاز الشخصي

وتشيرIlisabeth gebot (2008) في شرح أبعاد ما سلاتش، بأن الاحتراق النفسي يبدأ بالإجهاد الانفعالي ثم تبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز، وتبرر بأنه يمكن تقييم هذه الأبعاد الثلاثة باستخدام استبيانMaslash .



الشكل رقم (04):يوضح أبعاد الاحتراق النفسي حسب ماسلاتش جاكسون(قربر،2008، ص111).

03- نموذج ليتر للاحتراق النفسي (1989): وقد افترض ليتر افتراضين

الأول هو أن المكونات الثلاثة للاحتراق النفسي تؤثر على بعضها البعض بمرور الوقت.

والثاني هو أن الأبعاد الثلاثة للاحتراق النفسي تختلف علاقتها بالظروف البيئية وخصائص الفروق الفردية، وكان مركز اهتمام Leiter" عام (**1993**) منذ البداية على الإنهاك العاطفي، حيث يعرف هذا النموذج الإنهاك العاطفي على أنه رد فعل الضغوطات المهنية أو الوظيفية، يحاول العامل التعامل مع مشاعر الإنهاك العاطفي من خلال تبلد

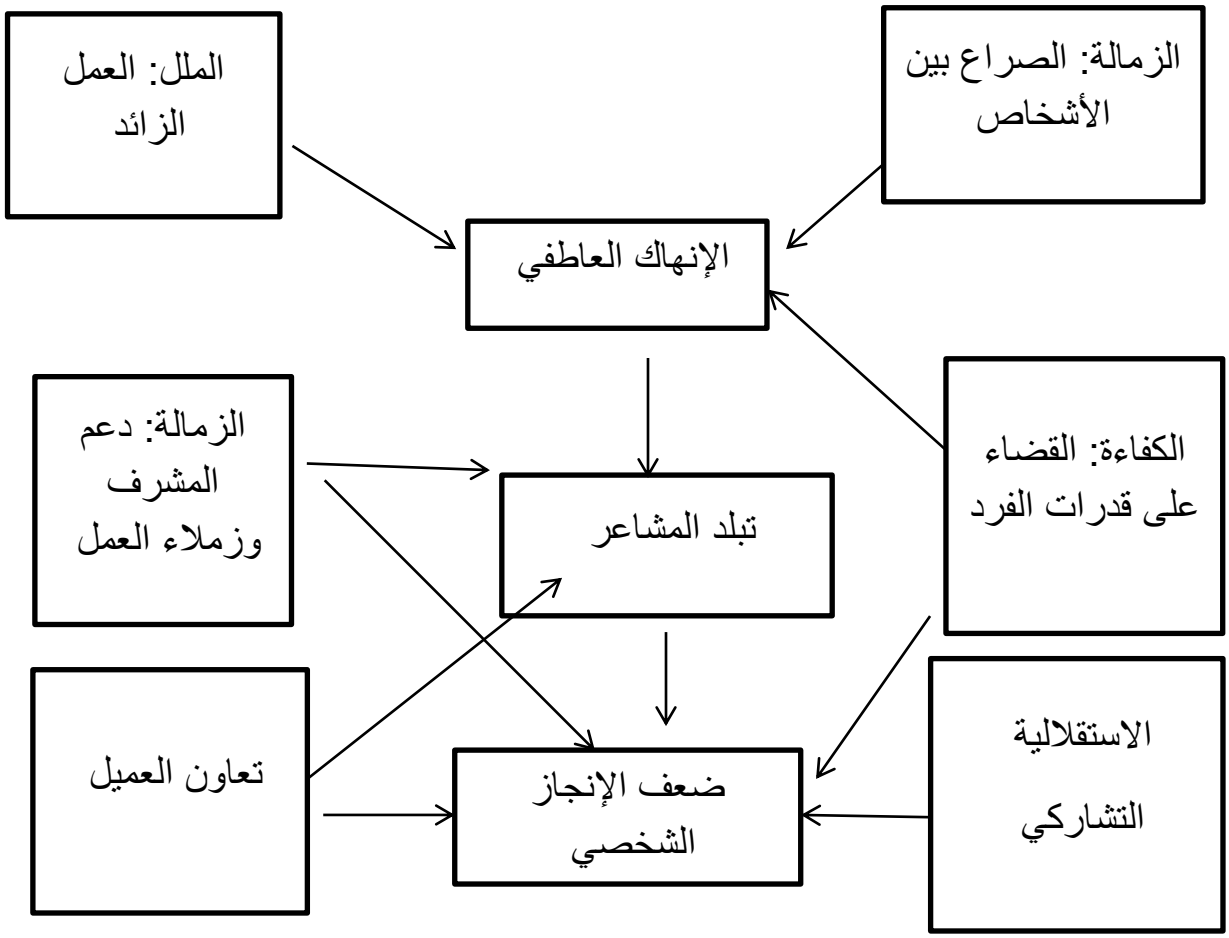
مشاعر(اللاإنسانية) في علاقتهم مع العملاء، عندما يفقد العامل المكون الشخصي في العلاقات مع العملاء وهي(الإنسانية) تتضاءل مشاعر الإنجاز مما يؤدي إلى حالة الاحتراق النفسي.

كما يفترض هذا النموذج أيضا بأن الشعور بالإنجاز المهني يتطور بصفة مستقلة عن الإنهاك الانفعالي حيث أن الارتباط الذي يوجد بينهما يمكن إرجاعه للعلاقة التي يتقاسمانها مع المتغيرات الأخرى (Rishardsen and Bruke, 1995, p35.37).

و يقدم نموذج **ليتر** دورا مركزيا في صراع بين تطلعات الفرد الشخصية والقيود التنظيمية في المؤسسة التي يعمل بها، حيث تساهم الضغوط الملازمة للعمل في زيادة عبء العمل Work overioad وروتين العمل Dull routine الصراع مع زملاء العمل، الإداريين نقطة الاستقلالية وغياب القرار (Zekeriya and selalaiddin, 2019, p93) .

ويكون تأثير هذه الضغوط على تبلد الشعور والإنجاز الشخصي إلى الحد الذي يكون لها تأثير على الإنهاك العاطفي ويقترح أن توفر الموارد المساندة، مثل الدعم الموجود في أماكن العمل والعلاقات الإيجابية من طرف الزبائن ودعم المشرف تؤثر على الإنهاك الانفعالي والشعور بالإنجاز المهني كما تؤثر على الجوانب الأخرى المؤدية للاحتراق.

ولاَقى نموذج **ليتر** دعما كبيرا من خلال العديد من الدراسات حيث وجدت دراسة "lec and arhforth "أن الإنهاك العاطفي كان مقدمة لتبدد الشخصية وكان الإنجاز الشخصي كحالة مباشرة للإنهاك العاطفي، كما لاحظ العلماء أن علاقة الإنجاز الشخصي بمكونات الاحتراق النفسي الأخرى تخضع لتأثير جوانب مختلفة من بيئة العمل (سقطني، 2022، ص60-62).



الشكل رقم (05): يوضح نموذج ليتر للإحتراق النفسي(مارية،2022، ص65).

06- النظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

هناك عده نظريات مفسرة للاحتراق النفسي وهي كالآتي:

6-1- النظرية السلوكية:

تفترض هذه النظرية أن الاحتراق النفسي هو حالة داخلية كالغضب والقلق وهو نتيجة مؤثرات البيئة، فالسلوك هو نتيجة للظروف الفيزيقية والبيئية، ويمكن التحكم فيه من خلال التحكم ببيئة العمل.

ويؤكد سكينر هذا الرأي باعتقاده أن العناية ببيئة الشخص، وسلوكه ستؤدي إلى أن تعتني حالة الفرد الداخلية بنفسها، وبشكل تلقائي ولن تغفل هذه النظرية حقيقة المشاعر والإدراك والأحاسيس والعمليات العقلية الداخلية للفرد بل تعترف بوجودها، وهي تضبط السلوك

وتتحكم به، وتتأثر بالوقت نفسه وبظروف البيئية وأنها نتائج وليست أسباب لها، وعليه يمكن أن نعزو الاختلاف في الإدراكات إلى الاختلاف في الخبرات فكل منا يدرك حدثا أو أمرا ما من خلال تجربته وخبرته الشخصية مع الموضوعات المماثلة، وعليه فإن المخرجات النهائية سببها الرئيس هو الخبرات البيئية.

وحسب النظرية السلوكية فإن عملية الاحتراق ناتجة عن عوامل بيئية، وأنه يمكن التحكم بعملية الاحتراق بالدرجة التي تستطيع فيها التحكم بالظروف البيئية المحيطة (الخرابشة وأخرون، ص304-305).

6-2- النظرية المعرفية:

يفترض أن إدراك الفرد للمواقف السلبية قد يقود إلى الاحتراق النفسي فسلوك الفرد مصدره داخلي نابع من الموقف الذي يتواجد فيه، والاستجابة لنوع الموقف (إيجابي أو سلبي) وهي التي تحدد الرضا أو الاحتراق (السامراتي، 2007، ص256) .

6-3- نظرية التحليل النفسي :

تؤكد هذه النظرية أن السلوك أمر حتمي لا يحدث بصدفة أو بشكل عشوائي وهو خاضع لأسباب طبيعية وقوانين محددة ويعتقد "فرويد" أن أسبابا محددة كامنة وراء الظواهر السلوكية البسيطة مثل: نسيان الأسماء والمواعيد وزلّات اللسان ولابد من وجود تفسيرات طبيعية لهذه السلوكيات، فحاول تفسير السلوك استنادا إلى (الهوا، الأنا، والانا الأعلى) حيث تقود نزوات الهوا للسلوك المتهور. وفي حين نسبت سلوك المنطقي لعمليات الأنا. والسلوك الأخلاقي للانا الأعلى.

وتفترض النظرية أن الصراع الداخلي بين الأنا، الهوا والانا الأعلى تثير حالة من القلق والاكتئاب والتوتر والانفعال والاحتراق مما يؤثر في سلوك الفرد الظاهري. كالإجهاد و الانعزال (السامري، 2007، ص256) .

07- مراحل الاحتراق النفسي:

من خلال تناول هذه الظاهرة يمكن القول أن الفرد لا يصل إلى حالة الاحتراق النفسي

المفاجئ بل هو نتيجة لسياق بطيء، يرى الباحثان(أدلوا يش بر ودسكي) 1982 أن المصاب بالاحتراق النفس يمر بأربعة مراحل هي:

01- **مرحلة الحماس**: يلتحق الشخص بمنصب عمل بآمال عالية و انتصارات غير واقعية وتظهر قدراته المهنية ساطعة وبراقة في مثل هذه الحالات لابد من تعديل المثالية ببرامج تدريبية وتوجيهية لما يمكن للفرد تحقيقه في هذا المركز تفاديا للركود المحتمل.

02- مرحلة الركود: يحدث عندما يبدأ الشخص في الشعور أن الحاجات المادية والمهنية والشخصية لم تشبع ويتم التعرف على هذا بإعادة وملاحظة ترقية من هم أقل منه كفاية إلى مناصب عليا إلى جانب إلحاح العائلة على إشباع المتطلبات المادية المتزايدة وغياب الحوافز الداخلية للأداء الجيد للمهمة، ونشير هنا إلى غياب التعزيز الداخلي والخارجي يدفع المهني إلى مرحلة الإحباط.

03- مرحلة الإحباط: تشير هذه إلى أن الشخص في حالة توتر واضطراب وذلك بالتساؤل عن أهميته وفعاليته وعن تأثير جهوده المبذولة لمواجهة مختلف العراقيل المتزايدة.

04- مرحلة البلادة: تعد البلادة أو تشير إلى اللامبالاة المزمنة أمام الوضعية الراهنة، يصل الشخص فيها إلى حالة قصوى من عدم التوازن والجمود أو الركود، ففي هذه الحالات غالبا يصبح العلاج النفسي أمرا ضروريا. حسب جيلاند جيمي giliand, james (كريبع، 2009، ص95-96) .

أما في سنة 1985 فقد توصل "إيفرلي Everly " إلى أن المناخ البيروقراطي في المنظمة وزيادة الحِمل الوظيفي يعتبران من أكثر المصادر مساهمة في نشوء الحالة ولا يصل الشخص إليه بشكل مفاجئ بل عبر مراحل ثلاثة.

أما "غرنيس gherniss" 1980 فيرى أن الاحتراق النفسي للأفراد تطور عبر مراحل مختلفة هي:

01- مرحلة تجنيد المنخفض يصحبه فقدان الأحاسيس الإيجابية اتجاه الأخر واللجوء للمواد المؤثرة على السلوك كالمهدئات، فقدان المشاعر الإيجابية اتجاه العمل والزملاء إلى جنب الإحساس بالاستغلال.

02- مرحلة ردود الأفعال الانفعالية مع الاكتئاب والعدوانية، إرجاع الذّنب على الآخرين وعلى نظام.

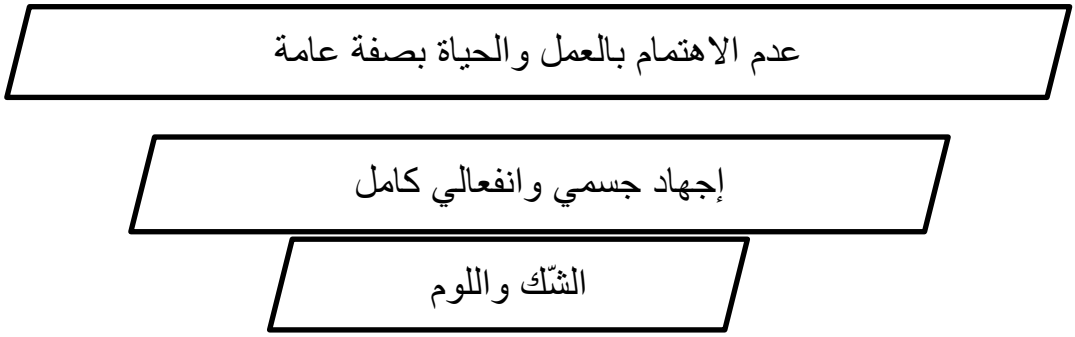
03- مرحلة الانحطاط مع انخفاض القدرات المعرفية، صعوبة التركيز واضطراب الذاكرة بالمعنى الضيق .يرافقها عجز في إعطاء تعليمات واضحة مع فقدان الإبداع وتنفيذ الخدمة

04 - مرحلة ردود الأفعال النفس جسمية.

01- مرحلة فقدان لمعنى العمل يؤدي إلى الإدمان أو الانتحار.

هذه المراحل نتيجة مباشرة للإنهاك الانفعالي ويظهر على شكل اكتئاب وتدهور في العلاقات خصوصا مع من هم بحاجة إلى المساعدة حيث تصاحب هذه الظاهرة لاحتراق النفس حالة من الاكتئاب تتميز بصعوبة في التركيز وانخفاض التحفيز على مواصلة المهام الروتينية ونقص الإحساس بحاجات من يطلبون المساعدة (كريبع، 2010، ص97) .

ويرى " كوهين" أن الاحتراق النفسي وبصفة عامة يحدث على النحو التالي:



الشكل (06): يوضح مراحل الاحتراق النفسي (البتال،2000،ص26).

01 - مرحلة الاستثارة: الناتجة عن الضغوط أو الشّد العصبي الذي يعايشه الفرد في عمله وترتبط بالأعراض التالية:

سرعة الانفعال، ، فترات من الضغط العالي، الأرق، صرير الأسنان أو احتكاكهم بشكل ضاغط أثناء النوم، النسيان، صعوبة في التركيز، الصداع، ضربات القلب الغير عادية.

02- مرحلة الحفاظ على الطاقة: وتشمل استجابات سلوكية مثل انخفاض الرغبة الجنسية التأخير في إنجاز المهام، الامتعاض، زيادة استهلاك المشروبات المخدرة، اللامبالاة

الانسحاب الاجتماعي السخرية والشك والشعور بالتعب في الصباح.

03- مرحلة الاستنزاف أو الإنهاك: وهي مرحلة ترتبط بمشكلات بدنية ونفسية مثل الاكتئاب المتواصل، اضطرابات في المعدة، تعب جسمي مزمن، إجهاد ذهني مستمر صداع دائم الرغبة في هجر الأصدقاء.

وبقى أن نشير أنه ليس من الضروري وجود جميع الأعراض للحكم بوجود حالة احتراق نفسي في كل المراحل بل وجد أن ظهور عنصرين في كل مرحلة يمكن أخذهما كمؤشر على أن الفرد يمر بالمرحلة المعينة من مراحل الاحتراق النفسي.

تذهب الأعمال كثيرا لكل من "كولومبس" 1983 في نفس الاتجاه بوصفهما لعدة مراحل للاحتراق النفسي وأهمها ما يلي:

أ- حماس أولي: راجع إلى الطلبات التي تكون كثيرة في المهن العلائقية المصبوغة بشدة المثالية يعقبه إحباط تدريجي راجع إلى الطلبات والموارد ينجم عنه ضغط يترجم بتعب انفعالي وقلق إزاء وضعيات العمل.

ب- مرحلة العدوانية والتهكم: عند استمرار الفارق بين الطلبات والموارد ينجر الفرد تدريجيا نحو ردود أفعال المواجهة العدوانية وبعدها سلوك التحكم نحو الزملاء والزبائن.

ج- المرحلة النهائية للاحتراق: تتجلى في الابتعاد والانسحاب الانفعالي اللذان يقودان إلى اللامبالاة العامة حيث يكون الفرد قد أتلف كلية ولا يبقى سوى الرماد (أقارب، 2009، من ص70إلى ص 73) .

08-الآليات الوقائية والعلاج من الاحتراق النفسي:

هناك العديد من الاستراتيجيات الوقائية العلاجية التي تم اقتراحها من قبل الكثير من الباحثين بغرض الوقاية من الضغوط وتجنب الاحتراق النفسي:

08-01- استراتيجيات ما قبل الخدمة: أفضل الطرق للتعامل مع الاحتراق النفسي هو محاولة كشفه واتخاذ الخطوات اللازمة منها ومنعه قبل حدوثه، حيث تعتبر هذه الطريقة من أسهل الطرق وأقلها تكلفة لتجنب مشاكل الاحتراق النفسي وتركز هذه الطريقة على البرنامج ما قبل الخدمة وبرامج الدراسة والتدريبات.

أكدت الدراسات أن برامج الوقاية يجب تطبيقها أثناء فترة التدريب وذلك لاعتقاد الباحثين بأن مشكلة الاحتراق النفسي يمكن أن تظهر خلال سنوات الأولى من التحاق الفرد بالمهنة وهذا من خلال ما يلي:

08-02-إستراتيجيات فردية: وذلك من خلال تعلم العمال استراتيجيات فعالة لخفض الإجهاد والضغط النفسي .

- وجوب قدرة العمال على معرفة مصادر الاحتراق.

- قبول فكرة المساعدة من زملاء العمل.

- وجوب معرفة العامل كيفية إدارة الوقت.

- التفاؤل وحب العمل.

08-03- استراتيجيات مهنية: يجب على المدراء إدراك أنه بإمكانهم القيام بدور رئيسي وهام لمنع حدوث الاحتراق النفسي لدى مرؤوسيهم وذلك بتبني وتطوير برنامج لمساعدات عمالهم، في خفض مستويات الضغط النفسي والإجهاد.

- رفع مستوى الاتصال والعلاقات الجيدة.

- استجابة الإدارة لمشاكل العمال.

- تحديد فترة من الوقت للتذمر والشكوى .

- تنويع المهام والأنشطة ودعم التركيز على النشاط واحد.

09- الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة:

ذكر خليل والشمالي والصمادي(2020) في دراستهم أن من الأسباب التي تجعل من مهنة تعليم ذوي الاحتياجات الخاصة والعمل معهم مهنة ضاغطة تدفع بالفرد إلى الاحتراق النفسي هو أن كل حالة يتعامل معها المربي على أنها حالة خاصة إذ تمتاز هذه الفئة بعدم تجانسها، فتحتاج كل حالة إلى تعامل خاص يتلاءم معها، بالإضافة إلى تدخل الأهل المتكرر بعمل المربي، ونقص التدريب المهني والتأهيل الأكاديمي للمربي.

وتعزوا نتائج دراسة سليم (2019) وجود الاحتراق النفسي وارتفاعه عند مربي التربية الخاصة إلى عدة أسباب منها: كثرة الأعمال الكتابية المطلوبة من المربي، نقص الدعم والتقدير والتفهم من الإدارة والزملاء، وصعوبة التعامل مع فئة ذوي الاحتياجات الخاصة.

كما وضح العرايضة(2016) أن مهنة المربي والعمل مع ذوي الاحتياجات الخاصة من أكثر المهن المثقلة بالضغوط، إذ يشعر المربون بالقلق والإحباط فيها جراء ما يقتديه التعامل مع الفئات الخاصة من أعباء إضافية ، لكونهم يحتاجون إلى خطط فردية وأساليب تدريس خاصة، وخدمات مساندة متنوعة بالإضافة لانخفاض القدرات العقلية وتدني التحصيل عندهم مما يؤدي بالمربي إلى الشعور بالعجز وقلة الإنجاز وضعف إمكانياته وهذا ما اتفقت معه دراسة الريماوي (2016) أيضا.

فالاحتراق النفسي يؤثر على إبداع المربي وعلى قدرته في تحديد " المشكلات وحلها، كما يؤثر على شعور المربي بالكفاءة ورغبته في الاستمرارية وضعف دوافعه النفسية نحو المهنة (عبدالجواد وأخرون، 2015، من ص28إلى ص 32) .

كما أشار خليل وآخرون (2020) إلى أن الاحتراق النفسي يؤثر على قدرة المربي على التطوير المهني والإبداع، وعلى التعامل مع العقبات التي تواجهه، والشعور بالإحباط وتدني الطموح، كما يؤثر على الروح المعنوية عند المربي، وعلى جودة ونوعية الخدمات التي يقوم بها، وعلى قدرته على تنظيم العمل وإدارته.

وذكرت الهاشمية (2008) أن للاحتراق النفسي تأثير على صحة المربي وتوافقه الاجتماعي واتجاهاته وعلاقته مع الأخرين، ومن الجدير بالذكر ما يسببه الاحتراق النفسي من تأثير على الصحة، يتمثل غالبا بالتعب المزمن ومشاكل الإدمان والضغط بالإضافة إلى الاضطرابات الانفعالية الناتجة عنه مثل الإحباط والشعور بالذنب والغضب والميل نحو الابتعاد عن الآخرين والعزلة (العزاوي وآخرون، 2018، ص302).

خلاصة الفصل:

من خلال ما يتم إبرازه حول موضوع الاحتراق النفسي، يتضح لنا أن هذه الظاهرة في غاية الخطورة قد تحدث نتيجة لأسباب تتعلق بشخصية الفرد وأخرى تتعلق ببيئة العمل لذلك وجب على الفرد العامل تحديد خطوات ورسم الجهود حتى لا يقع في الاحتراق النفسي.

وبالمقابل وجب أيضا على المؤسسات التنبه إلى هذه الظاهرة ومواجهتها من خلال بناء برامج وإتباع استراتيجيات من شأنها أن تحُول دون تعرض العامل للاحتراق النفسي.

الفصل الرابع: مربي التربية الخاصة

تمهيد

01- تعريف مربي ذوي الاحتياجات الخاصة .

02- التصنيفات الوظيفية للالتحاق بمهنة المربي ذوي الاحتياجات الخاصة

03- شروط الالتحاق بوظيفة المربي ذوي الاحتياجات الخاصة حسب التشريع الجزائري

04- أخلاقيات المربي ذوي الاحتياجات الخاصة

05- دور المربي نحو الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة

06- توجيهات عامة للمربين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة .

07- نماذج من مهام المربي .

تمهيد:

لقد ظهر الاهتمام بالمعاقين بشكل واضح بعد منتصف القرن العشرين ليصبح اتجاها عالميا يدعو لفهم وتوفير الخدمات الصحية والاجتماعية والتربوية والتأهيلية من لأجل تنمية قدراتهم وامكانياتهم لتحقيق الكفاءة الذاتية والاجتماعية ، وهذا هو موقف انساني قبل ان يكون نظرة اقتصادية، وكل هذه الخدمات تقدم من طرف المربي الذي يعد حلقة وصل بين الطفل وباقي أفراد الاسرة وفي المركز والمدرسة فهم يحتجون الى تحقيق التوافق والمساعدة في حل المشكلات والحاجة الى التدريب والتعليم ، ومن هنا سنحاول في هذا الفصل التعريف بشخصية المربي وشروط الالتحاق بمهنته والأخلاقيات التي يجب التحلي لممارسة هذه المهنة ودوره مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة ،و كذلك سنقدم نماذج عن مهام المربي في التعامل مع الأطفال في المراكز.

01- تعريف المربي :

- **حسب التشريع الجزائري (1993) :** استنادا الى ما تنص عليه المادة 34 من المرسوم التنفيذي رقم :102/33 المؤرخ في 1993/04/12 المتعلق بشروط الالتحاق بسلك المربين، أن المربي هو ذلك الشخص المكلف بتقديم تعليم متخصص الى الشباب المعسكرين والمعاقين ذهنيا والمعوقين حسيا، والقيام بكل عمل يتعلق بملاحظتهم واعادة تربيتهم قصد ادماجهم الاجتماعي وضمان اعادة تربية الشباب المعوقين أو غير المتكيفين واعادة تكييفهم ، وكذا تنظيم اعمال التنشيط والترويح للأشخاص المتكفل بهم ومراقبتهم ، وهم مطالبون أيضا بالمشاركة في تحضير البرامج والمتابعة في تطبيقها وفي المداومات، وبحضور الاجتماعات التربوية وتأطير التلاميذ المتمرنين، كما انهم ملزمون بحجم عمل أسبوعي قدره ثلاثون ساعة وباثنين وعشرون ساعة عندما يكلفون بصفة أساسية ودائمة بمهام التعليم .(الجريدة، 1993، ص 13) .

- تعريف فيستياغ فول (1972) :

المربي هو عنصر بارز في عملية التكفل داخل الفرقة البيداغوجية اذ يعمل بتطبيق البرامج البيداغوجية بما يوزعه هذا الأخير من نشاطات تهدف في مجملها الى اعطاء الطفل مكتسبات جديدة.(فيستياغ، 1972 ، ص 8) .

02- التصنيفات الوظيفية للالتحاق بمهنة المربي :

لقد صنف المشرع الجزائري المربين الى أربعة رتب، وذلك حسب ما جاء في المرسوم التنفيذي رقم 353/9 المؤرخ في 2009/11/08 والذي يتضمن القانون الأساسي الخاص بالموظفين المنتمين للأسلاك الخاصة بالإدارة المكلفة بالتضامن الوطني الصادر بالجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية للعدد (64) لشهر نوفمبر من سنة 2009 .

أ- رتبة المربين المساعدين : المربون المساعدون هم الأشخاص المكلفون بمساعدة المربيين المتخصصين فيما يتعلق بالحياة اليومية للتلاميذ المعوقين ذهنيا، كالنظافة والتغذية والحراسة وتأطيرهم أثناء التنقل خارج المؤسسة، كما توكل لهم المهام التالية

- يقوم بالمشاركة في النشاط التربوي والتنشيط وتنظيم الحياة الجماعية للمقيمين مع الفرقة المتعددة الاختصاصات.

- ضمان مرافقة وتأطير الأشخاص المتكفل بهم أثناء نشاطات الاطعام والنظافة الجسدية والهندامية .

- ضمان تأطير ومساعدة الأشخاص المتكفل بهم أثناء انتقالهم داخل المؤسسة وخارجها .

ب - رتبة المربين المتخصصين :

- المربين المتخصصين هم الأشخاص المكلفين برعاية الأطفال والمراهقين والراشدين الذين هم في وضعية اعاقة حيث توكل لهم المهام التالية :

- تطوير نشاطات اليقظة لفائدة الاطفال بالتنسيق مع النفسانيين ومستخدمي التأطير التقني .

- المساهمة في الابداع لدى الاطفال وتشجيع استقلاليتهم وتحسين سلوكم الاجتماعي بالتنسيق مع أعضاء الفريق المتعدد الاختصاصات .

- المشاركة في التحضير المادي للنشاطات التربوية والمسلية والترفيهية التي تطورها المؤسسة .

- تطوير علاقات الثقة مع الاولياء وعائلات الأشخاص المتكفل بهم .

ج -رتبة المربين المتخصصين الرئيسيين : يكلفون بما يلي :

- القيام بالعمل الجواري اتجاه الأطفال والمراهقين والراشدين الذين هم في وضعية اعاقة أو خطر معنوي او عدم التكيف او شدة اجتماعية .

- مساعدة الأطفال والمراهقين الذين هم في وضعية اجتماعية صعبة أو الاعاقة أو المهمشين لاستعادة استقلاليتهم والمحافظة عليها وتنميتها وكذلك اندماجهم الاجتماعي

- المشاركة في اعداد المشاريع الفردية والمؤسساتية بالاتصال مع الفريق المتعدد الاختصاصات وضمان تقييمها .

- تنظيم عمليات التنشيط والترفيه لفائدة الاطفال المتكفل بهم .

- تشجيع تنمية الاستقلالية وقدرات لتعلم لدى الطفل بالاتصال مع الفريق المتعدد الاختصاصات .

د - رتبة المربين المتخصصين الرؤساء: يكلفون بما يلي :

- السهر على تنظيم الأنشطة المشغلة و البدينة والرياضية و الترفيهية لفائدة الأطفال المتكفل بهم بالتنسيق مع الفريق المتعدد الاختصاصات .

- المشاركة في اعداد وتنفيذ برامج التربية المتخصصة ومتابعة نتائجها وتقييمها .

- المساهمة في اعداد وتكييف البرامج و الوسائل البيداغوجية الضرورية للتكفل بالفئات المستقبلية .

- المشاركة في اعداد الأدوات التعليمية الخاصة المرتبطة بممارسة بمهامهم .(الجريدة الرسمية للجمهورية الجزائرية، 2009 ، ص 12/11) .

03- شروط الالتحاق بوظيفة المربي حسب التشريع الجزائري:

03-01- يوظف أو يرقى المربون المتخصصون :

- على أساس الشهادة من بين المترشحين الحائزين على شهادة البكالوريا من التعليم الثانوي الذين تابعو تكوينا متخصصا لمدة أربعة وعشرو شهرا بنجاح في مؤسسة عمومية للتكوين المتخصص .

- عن طريق الامتحان المهني في حدود 30 ٪ من المناصب شغلها من بين المربين المساعدين الذين يثبتون خمس سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

- على أساس الاختيار بعد التسجيل في قائمة التأهيل في حدود 10٪ من المناصب المطلوب شغلها من بين المربين المساعدين الذين يثبتون عشر سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

يخضع الموظفون المقبولون قبل ترقيتهم لمتابعة تكوين بنجاح تحدد مدته ومحتواه وكيفيات تنظيمه بقرار مشترك بين الوزير المكلف بالتضامن الوطني والسلطة المكلفة بالوظيفة العمومية .

03-02- يوظف أو يرقى المربون المتخصصون الرئيسيون :

- على أساس الشهادة من بين المترشحين الحائزين على شهادة البكالوريا التعليم الثانوي الذين تابعو تكوينا متخصصا لمدة ستة وثلاثون شهرا بنجاح في مؤسسة عمومية للتكوين المتخصص .

- عن طريق الامتحان المهني في حدود 30٪ من المناصب المطلوب شغلها من بين المربين المتخصصين الذين يثبتون خمس سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

- على أساس الاختيار بعد التسجيل في قائمة التأهيل في حدود 10٪ من المناصب المطلوب شغلها والذين يثبتون عشر سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

03-03- يرقى المربون المتخصصون الرؤساء :

- عن طريق الامتحان المهني من بين المربين المتخصصين الرئيسيين الذين يثبتون خمس سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

- على أساس الاختيار بعد التسجيل في قائمة التأهيل في حدود 20٪ من المناصب المطلوب شغلها والذين يثبتون عشر سنوات من الخدمة الفعلية بهذه الصفة .

- يخضع الموظفون المقبولون قبل ترقيتهم لمتابعة تكوين بنجاح تحدد مدته ومحتواه وكيفيات تنظيمه بقرار مشترك بين الوزير المكلف بالتضامن الوطني والسلطة المكلفة بالوظيفة العمومية

04- أخلاقيات المربي ذوي الاحتياجات الخاصة :

هناك مجموعة من الأخلاقيات التي ينبغي أن يتقيد بها مربي ذوي الاحتياجات الخاصة نذكر منها :

- موظفو التربية الخاصة مطالبون بتطوير تعليم عالي ونوعي يضمن حياة كريمة للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة .

- مربو التربية الخاصة لديهم مستوى عالي من الكفاءة والامانة في ممارستهم لمهنتهم .

- موظفو التربية الخاصة يمارسون تعديلات مهنية ايجابية في عملهم ومهنتهم .

- موظفو التربية الخاصة يدعمون الأعمال الوظيفية و الأبحاث العلمية التي تفيد الأطفال من ذوي الاحتياجات الخاصة و أسرهم .

- موظفو التربية الخاصة يسعون لإثراء معلوماتهم التي تدعم التعليم .

- يشمل عمل موظفي التربية الخاصة العمل مع الطلاب ومع السياسات الخاصة بمهنتهم (القوانين والانظمة) .

- موظفو التربية الخاصة يسعون جاهدين ليغيروا ويحسنوا القوانين والتشريعات المتعلقة لذوي الاحتياجات الخاصة وكذلك مجال الخدمات و التدريب المتعلقة بمهنتهم متى رأوا ذلك ضروريا .

- موظفو التربية الخاصة لا يشاركون في عمل غير أخلاقي (غير شرعي وغير قانوني) ولا ينتهكون حرمة المعايير المهنية المطبقة .(اللالا و آخرون، ص 55)

05- دور المربي نحو الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة :

إن الدور الذي يلعبه المربي داخل المراكز النفسية البيداغوجية، يعد احد العوامل الأساسية في التوجه التطوري التربوي والتعليمي حيث يكمن دوره فيما يلي :

- تنشيط ذكائهم العام عن طريق الارتقاء بقدراتهم الذهنية تدريجيا .

- تدريبهم على الحياة الاجتماعية وذلك عن طريق ربطهم بالقيم الأخلاقية السائدة في المجتمع وتحبيبها الى أنفسهم و امدادهم بالخبرات اللازمة لهم لاستمرار في حدود قدراتهم .

- تعويد الطفل المعاق ذهنيا على العمل اليدوي من اجراء التصميمات والاعمال اليومية العادية مثل مهارات الخياطة، أشغال الابرة و الأسلاك التجارية وغيرها .

- بث الارادة في نفس الطفل المعاق ذهنيا .

- العمل على ازاحة كافة المعيقات البدينة النفسية والاجتماعية بالتنسيق مع الهيئات المختصة في كل مجال .

- إحاطة الطفل بالحب و الحنان والاهتمام ومساعدته على النمو الذهني .

- تسجيل أي طارئ على الطفل ومستواه العقلي ومدى تحصيله سواءا كانت ايجابية أو سلبية وتقييم درجة الاستجابة وتقييم أساليب التدريب والتعليم في حد ذاتها (الكافي، 2005، ص 133) .

06- توجيهات عامة للمربين العاملين مع ذوي الاحتياجات الخاصة :

لابد للمربين العاملين مع المعوقين أن يتذكروا دائما أبرز الخصائص المميزة للمعوقين خاصة ذات الصلة المباشرة في القدرة على التعلم وتكييف المواد والأساليب التعليمية المقدمة لهم وفيما لي مجموعة من التوجيهات العامة للمربين تهدف الى تسهيل عملية تعلم المعوقين و الوصول بهم الى أقصى أداء ممكن :

أ- التدرج في المهارات التعليمية و التقليل من خبرات الفشل :

يجب أن ينظم الموقف التعليمي بحيث يتيح أكبر فرصة ممكنة للنجاح، مساعدة المعوق عقليا على التغلب على مشكلة توقع الفشل الناجمة عن تراكم خبرات الاحباط وينصح دائما بالبدء في تعليم المهارات السهلة ومن ثم الانتقال الى الأكثر صعوبة وتتنظمن المهمة الواحدة في العادة عدة مهمات فرعية يتطلب أداؤها مهارات مختلفة لذا فعلى المربي أن يقوم بتجزئة تلك المهمات الى أجزائها الفرعية وفق تسلسل أدائها ومن ثم القيام بملاحظة أداء المعوق للمهمة قبل التدريب وتحديد الاجزاء التي لا يتقنها تمهيدا لتدريبه على أدائها تدريجيا، ويعرف هذا الأسلوب المستند الى النظرية السلوكية في التعلم بأسلوب تحليل المهمة .

ب- تقديم المساعدة في الأداء ومن ثم تخفيفها بشكل تدريجي :

على المربي أن يقدم للطفل المساعدة اللازمة للتوصل الى الاستجابة الصحيحة حيث ما برزت حاجة الطفل لذلك، ففي بعض الأحيان قد تكون الاشارة اللفظية كافية كإعطاء دليل أو

مؤشر على الاجابة أو اعادة صياغة التعليمات أو وصف الخطوة الاولى، وفي حالات أخرى يتطلب الموقف تقديم مساعدة جسدية في الأداء مثل مسك يد الطفل أثناء الكتابة أو ارتداء الملابس ويتم تخفيف المساعدة بشكل تدريجي أثناء التعليم الا ان يتم اتقان ارتداء الملابس دون مساعدة .

ج - التكرار:

للتغلب على مشكلة بطء التعلم وصعوبات الذاكرة على المربي أن يقوم بتكرار التعليم لضمان إتقان الطفل للمعلومات أو المهارة التي هو بصدد تعلمها

د- تحسين القدرة على الانتباه و التقليل من المشتتات :

للمساعدة في تحسين قدرة الطفل المعوق عقليا على الانتباه أثناء الموقف التعليمي يجب الإقلال قدر الإمكان من المثيرات المشتتة للانتباه وإبراز العناصر الأساسية فقط وجعل فترة التدريب قصيرة بحيث لا تزيد عن عشرين دقيقة حتى لا يصاب الطفل بالإرهاق الذي يؤدي بدوره الى زيادة قابلية الطفل للتشتت .

هـ- التعزيز للاستجابة الصحيحة :

تشير الدراسات المختلفة إلى أن التعزيز أو المكافأة على الاستجابة أو السلوك المرغوب فيه يؤدي إلى تعلم المعوقين والقيام بتلك الاستجابات بشكل أسرع مقارنة مع غياب التعزيز وهذا يعني أنه من المفيد حين يقوم المعوق بالسلوك الذي نرغب فيه أن نقدم له مكافأة على ذلك وقد تكون شيئا مادي مثل الحلوة ، نقود أو تعزيز معنويا مثل المديح أو اجتماعيا كأن نسمح له أن يلعب مع الآخرين .

07- نماذج من مهام المربي :

إن المربي المتكفل بأطفال يعانون من حالات عدم التكيف مطالب بالقيام بمهام تدور أهدافها حول المساعدة و المصاحبة، و كذا الاستمتاع و الإصغاء إلى الأطفال الذين يعانون من صعوبات نفسية و اجتماعية ويكسبهم درجة من الاستقلالية تجاه متطلباتهم اليومية.

كما يوضح "جكي لاديسوس" (1967) مهام المربي الذي يهتم بنشاطات الحياة اليومية للأطفال المتكفل بهم (نشاطات التربية الإعتيادية) كالإستيقاظ، النظافة، التغذية، إضافة إلى أوقات الفراغ والنشاطات الترفيهية والتي سوف نوضحها فيما يلي :

07-01 - الإستيقاظ:

إن الأطفال المعوقين عقليا يحتاجون إاى تربية خاصة كونهم يعانون من حالات عدم التكيف بحيث يجب أن تبعدهم هذه التربية عن العمل العادي، فمشاطرة المربي الطفل جسميا باستيقاظه يعني فهم ومعرفة الوقت الذي يستغرقه هذا الطفل في تحضير نفسه للذهاب إلى المدرسة ثم بعد ذلك التحسب و إدراك المربي للشعور بالنقص الذي يتولد عند الطفل نظرا لعجز بعض أعضائه، وهذا يتطلب من المربي تكييف التجهيز اللازم له ويكون هذا دون أن يحس الطفل بالسفقة أو الخجل وذلك بفرض عدم وضع الحواجز للأهداف و التصورات التي يصبو إليها، فواجب المربي نحو الطفل هو السماح له بالاعتماد على نفسه في حدود إمكانياته .

07-02- النظافة :

إن النظافة حاجة ضرورية للطفل فهي تزيد في الشعور بالراحة عنده لكن هناك من الأطفال من يرفضون القيام بالاغتسال، وعلى المربي عند مصادفته لمثل هذه المواقف البحث عن السبب الذي جعل الأطفال يرفضون الاغتسال وعد اللجوء إلى العناد و القوة لأن هذا لا يؤدي إلى نتائج إيجابية بل يؤثر سلبا على نوعية العلاقة بينهما ويزيد من إصرار الطفل عن الرفض، ودور المربي يكمن في شرح أهمية النظافة في حياة الطفل وتعريفه بالوسائل المستعملة في عملية الغسل .

07-03- مهارات استخدام المرحاض:

قد يكون ضبط المثانة و الأمعاء مشكلة حقيقية للطفل المعوق والأشخاص القائمين على رعايته، فإن مهارات استخدام المرحاض بشكل مناسب لا تظهر فجأة بل تتطور تبعا لتسلسل نمائي محدد، وقد يكون ذلك بسبب مشكل نفسي أو عضوي ، ومن المؤشرات الرئيسية على استعداد الطفل لتعلم هذه المهارات ما يلي:

- أن يكون له مواعيد معروفة لدخول المرحاض .

- أن تكون ملابسه غير مبللة في أوقات محددة.

- أن تكون لديه القدرة على الحركة بشكل مستقل .

- أن تكون لديه القدرة على التعبير عن رغبته في دخول المرحاض و أن يمتلك المهرات اللازمة لارتداء الملابس وخلعها.

- أن يكون الطفل قادر على استيعاب التعليمات و التوجيهات البسيطة .

ومن مهارات تدريب الطفل على استخدام المرحاض:

- تعليم الطفل بالجلوس بشكل مناسب

- تعليمه الى الذهاب للمرحاض عند الحاجة ، وإذا كان ذلك صعبا علمه أسلوبا معينا للتعبير عن حاجته لذلك .(الخطيب،1998،ص 315)

07-04- إرتداء الملابس وخلعها:

- استخدام ملابس واسعة نسبيا لكي يستطيع الطفل خلعها بسهولة.

- ساعد الوالدين في اختيار وتكييف الملابس بحيث تصبح مناسبة أكثر وتحث الطفل على الاستقلالية في الأداء .

- انتقل تدريجيا من السهل إلى الصعب، فالأطفال مثلا يتعلمون خلع الملابس قبل أن يتعلمون ارتداءها .

- استخدام أسلوب تحليل المهارات فهو مفيد جدا لتعليم هذه المهارات .

07-05- التغذية :

عن وجود المربي على طاولة الغداء أو العشاء أمر له أهمية قصوى فمن خلال هذا التواجد يلاحظ تصرفات الأطفال وسلوكياتهم أثناء الأكل ليتعرف على أذواقهم وعلى درجة استقلاليتهم في الأكل، كما أن من مهما المربي تسهيل عملية الإتصال بين الأطفال وعلى المربي الإنتباه لكل مايصدر أثناء الأكل .

06-07 - أوقات الرفاغ و النشاطات الترفيهية :

هي أوقات من المفترض أن تكون للطفل المعاق فيها حركية كبيرة يختار النشاطات التي تتناسب و أذواقه وطموحاته وهي التي تخرج عن إطار الدراسة الإلزامية، ويتعين على المربي أن يمنح للأطفال إمكانيات تنشيطية تمكنه من التعبير شرط أن تكون هذه الإمكانيات في حدود أدواره المعلومة، وعلى المربي أن يستمع و يتخيل و ينظم و يقترح نشاطات متعددة للأطفال تسمح له بالتعبير عن أنفسهم و إكتشاف مواهبهم و ذلك دون عقدة أو إقصاء وبهذه الكيفية يسمح المربي للطفل المعاق باستغلال أوقات فراغه في نشاطات تتماشى مع قدراته ورغباته .(جاك،1947،ص 30).

خلاصة الفصل:

في الأخير يتبين لنا أن المربي هو ذلك الشخص المكلف قانونا بتنفيذ الخطة العلاجية المعدة مسبقا للأطفال و المراهقين و الراشدين الذين هم في وضعية إعاقة داخل المراكز النفسية البيداغوجية المخصصة لرعايتهم، قصد إكسابهم مهارات جديدة لتكييفهم الإجتماعي و تمكينهم من ممارسة حياتهم اليومية بكل إستقلالية .

الجانـب التطبيـقي

الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد

1.1. الدراسة الاستطلاعية

2.1. أهداف الدراسة الاستطلاعية

3.1. أدوات الدراسة الاستطلاعية

4.1.الحدود الزمانية والمكانية للدراسة الاستطلاعية

5.1. مجتمع وعينة الدراسة الاستطلاعية

1.2. الدراسة الميدانية

2.2. مجتمع وعينة الدراسة الميدانية

3.2. الحدود الزمانية والمكانية للدراسة الميدانية

4.2. منهج الدراسة الميدانية

5.2. أدوات جمع البيانات

6.2. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

لغرض تحقيق أهداف الدراسة كان لابد من تحديد مجتمع البحث واختيار العينة المقبولة الممثلة لها، وكذا توفير الأدوات الصادقة الثابتة لقياس متغيرات موضوع الدراسة، ثم استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة لتحليل البيانات ومعالجتها والتي تعتبر الطريقة العلمية المنظمة للوصول إلى الحقيقة.

1-1- الدراسة الاستطلاعية:

تسعى الدراسة التمهيدية أو الدراسة الابتدائية وتعتبر خطوة مهمة في أي بحث علمي تفيد الباحث في توسيع معلوماته ومعارفه الخاصة بموضوع دراسته.

1-2- أهداف الدراسة الاستطلاعية:

هدفت الدراسة الاستطلاعية:

-التعرف على ميدان البحث من خلال التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى المربين بالمؤسسات المختصة لذوي الاحتياجات الخاصة.

- تحديد مجتمع الدراسة وتحديد العينة من حيث عددهم في كل مؤسسة.

- إمكانية تطبيق أدوات الدراسة التي تم الاعتماد عليها (مقياس الصلابة النفسية، مقياس الاحتراق النفسي).

- الاستطلاع على الظروف التي يعمل بها المربي والمهام التي يقوم بها ونظام العمل وكذلك المشكلات التي تصادفهم .

1-3- الإطار المكاني والزماني للدراسة الاستطلاعية:

1- الإطار المكاني: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة من المربين في ولاية المدية في بعض مؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة الموجودة بالولاية وهي:

1- المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا المدية (ذراع السمار)نظام خارجي.

2- المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا- تمزقيدة نظام داخلي.

3- المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا –البرواقية نظام خارجي

4- المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا – بوغزول نظام خارجي.

5- مدرسة للأطفال المعوقين سمعيا –بني سليمان نظام داخلي.

2- الإطار الزماني :

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية نهاية شهر فيفري 2024.

1-4- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من 62 مربي ومربية من مؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة والجدول التالي يوضح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية.

جدول رقم (01): يوضح توزيع عدد أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية لمؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة لولاية المدية.

إسم المؤسسة	الجنس		العدد الإجمالي
	ذكور	إناث	
- المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا – المدية (ذراع السمار)نظام خارجي.	06	07	13
المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا- تمزقيدة نظام داخلي.	01	12	13
المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا البرواقية نظام خارجي.	07	10	17
المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا – بوغزول نظام خارجي.	03	02	05
مدرسة للأطفال المعوقين سمعيا –بني سليمان نظام داخلي.	08	06	14

1-5 - نتائج الدراسة الاستطلاعية:

توصلنا في نهاية الدراسة الاستطلاعية إلى:

- أن أفراد العينة متواجدين في كل مؤسسة هو متقارب.
- قابلية استعمال مقياس الصلابة النفسية ومقياس الاحتراق النفسي على عينة الدراسة الميدانية الأساسية.
- هناك اختلاف بين الجنسين وكثرة الجنس الأنثوي.

- ظروف عمل المربي عادية في جميع المراكز وتوفر الأماكن المادية لممارسة عملهم.
- وجدنا أربع مراكز إعاقة ذهنية ومركز للإعاقة السمعية .

02- الدراسة الميدانية الأساسية:

02-01- مجتمع وعينة الدراسة الأساسية:

يتكون المجتمع الكلي للدراسة من كل المربين الممارسين بالمؤسسات المختصة لذوي الاحتياجات الخاصة المتواجدة بولاية المدية لعام (2024/2023) والبالغ عددهم 62 مربي ومربية.

أ- عينة الدراسة:

تم تطبيق مقاييس الدراسة على كل أفراد المجتمع الشامل المتاح والبالغ عددهم 62 مربي ممارس في المراكز المختصة لذوي الاحتياجات الخاصة في ولاية المدية، وبعد توزيع 62 استمارة على أفراد العينة تم جمعها كلها وبعد تحليلنا وجدناها كلها صالحة وكاملة في الإجابة، وتجدر الإشارة أن الحد الأدنى المفروض لحجم العينة في الدراسات الارتباطية هو 30 فردا وبالتالي كان عدد الاستمارات الصالحة للتحليل الإحصائي هو 62 استمارة وقد اختيروا بالطريقة القصدية عن طريق نوع الإعاقة المتكفل بها والجنس.

وفي ما يلي تقديم توزيع عينة الدراسة حسب مؤسسة التخصص الممارس بها وحسب الجنس لديهم:

جدول رقم (02):يمثل توزيع أفراد عينة المربين حسب الجنس

عدد المربين	المركز النفسي البيداغوجي للأطفال للمعاقين ذهنيا البرواقية				المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا تمزقيدة				المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا المدية (ذراع السمار)			
	ذكور	النسبة	إناث	النسبة	ذكور	النسبة	إناث	النسبة	ذكور	النسبة	إناث	النسبة
	07	%41.17	10	%58.82	01	%7.69	12	%92.30	06	%46.15	07	%53.84

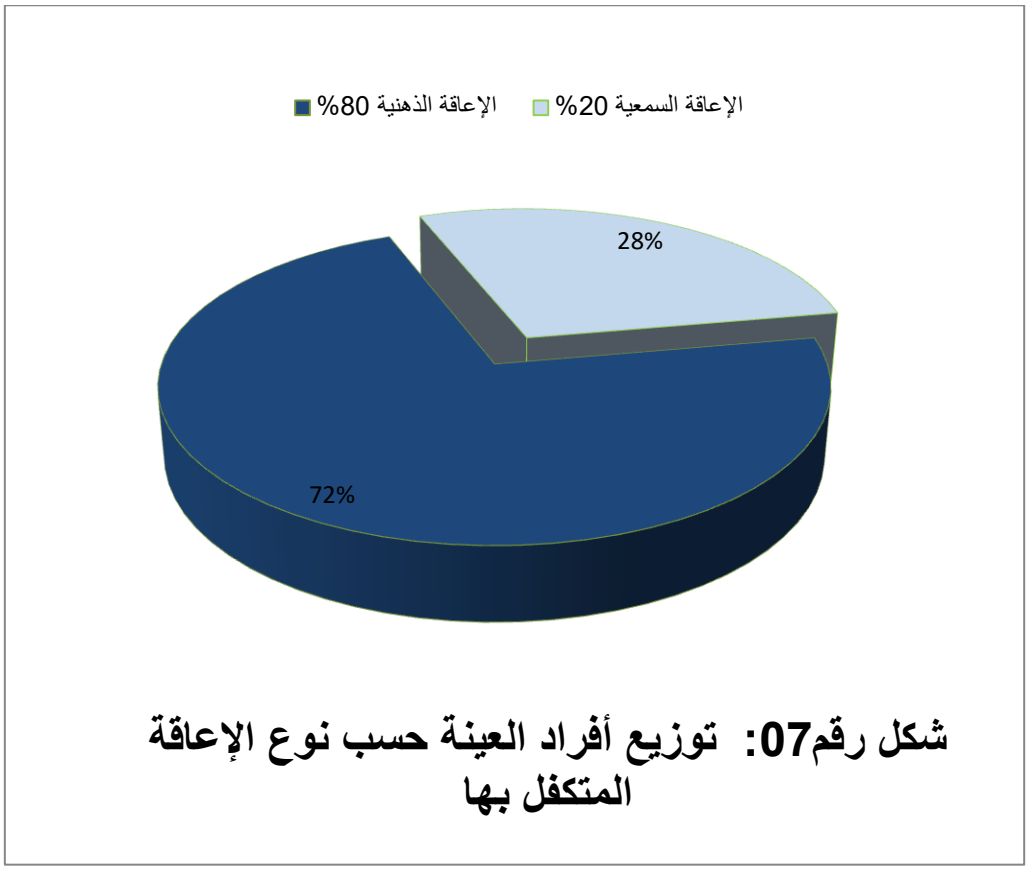
عدد المربين	المركز النفسي البيداغوجي للأطفال للمعاقين ذهنيا بوغزول				المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين سمعيا بني سليمان			
	ذكور	النسبة	إناث	النسبة	ذكور	النسبة	إناث	النسبة
	03	%60	02	%40	08	%57.14	06	%42.85

يوضح الجدول رقم (02): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس حيث بلغ عدد أفراد العينة الإناث 37 مربية أي بنسبة 59.67% من المجتمع الأصلي و25 ذكور مربي أي بنسبة 40.32%.

الجدول رقم (03): يوضح توزيع أفراد العينة حسب نوع الإعاقة المتكفل بها

المتغير	نوع المؤسسة	عدد المؤسسات	النسبة المئوية
مؤسسة التخصص الممارس بها	مؤسسة الإعاقة الذهنية	04	%80
	مؤسسة الإعاقة السمعية	01	%20

يوضح الجدول رقم (03): توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير نوع الإعاقة المتكفل بها حيث بلغ عدد المؤسسات الخاصة بالإعاقة الذهنية أربع (4) مراكز بيداغوجية ومركز واحد (1) للإعاقة السمعية .



شكل رقم07: توزيع أفراد العينة حسب نوع الإعاقة المتكفل بها

شكل رقم07 : توزيع أفراد العينة حسب نوع الإعاقة المتكفل بها(إعداد الطالبيتن)

يتضح من خلال الشكل أن نسبة أفراد الإعاقة الذهنية بلغت:(80%) أما نسبة أفراد الإعاقة السمعية بـلغت:(20%).

02-02- الحدود الزمانية والمكانية:

تحدد الدراسة بالمجالات التالية:

- المجال البشري: شملت عينة الدراسة على 62 من المربين في المراكز والمؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة.

- المجال المكاني: تم تطبيق هذه الدراسة في المراكز والمؤسسات البيداغوجية لذوي الاحتياجات الخاصة الموجودة على مستوى ولاية المدية.

- المجال الزمني: طبقت الدراسة في الفترة الممتدة من 17 مارس إلى 04 أفريل 2024.

02-03- منهج الدراسة:

لأن الغرض من الدراسة هو البحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي استخدمنا المنهج الوصفي الارتباطي، فالمنهج الوصفي ينصب على فهم الظاهرة كما هيا قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها أو بينها وبين الظواهر التعليمية أو النفسية أو اجتماعية أخرى من خلال وصف الحاضر، بتوفير بيانات كافية لتوضيحه وفهمه ثم إجراء المقارنات وتحديد العلاقات بين العوامل وتطوير الاستنتاجات من خلال ما تشير إليه البيانات، وذلك بتحليل البيانات والمعلومات التي جمعها وتحليلها لاكتشاف العلاقة بين المتغيرات وتقديم تفسير ملائم لها .

فالبحوث الوصفية الارتباطية تصف درجة العلاقة بين المتغيرات وصفا كميا، والغرض من جمع البيانات تحديد الدرجة التي ترتبط بها المتغيرات الكمية بعضها بالبعض الآخر.

02-04- أدوات جمع البيانات:

لتحقيق أهداف الدراسة تم إستخدام الملاحظة والمقابلة الموجهة المباشرة، كما تم إستخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس الاحتراق النفسي بغرض جمع المعلومات والبيانات حول أفراد الدراسة وفي ما يلي سيتم تقديم كل مقياس على حدا.

02-04-01- مقياس الصلابة النفسية:

أ- وصف المقياس:

تم استخدام المقياس في صورته النهائية من طرف الباحثتين الذي أعده محمد أحمد مخيمر (2002) ويتكون من 47 بندا منها 14 بندا موجبا و13 بندا سالبا موزعة على ثلاثة أبعاد هي:

أ- الالتزام ويقيسه:16 بندا.

ب- التحكم ويقيسه:16 بندا.

ج- التحدي ويقيسه:15 بندا

يجاب عنها بأسلوب تقريري وتصحح إجابات المفحوصين ضمن 3 بدائل هي:

أبداً وتنال درجة واحدة، أحياناً وتنال درجتين، كثيراً وتنال ثلاث درجات.

جدول رقم (04):يوضح توزيع البنود على الأبعاد الثلاثة في مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية.

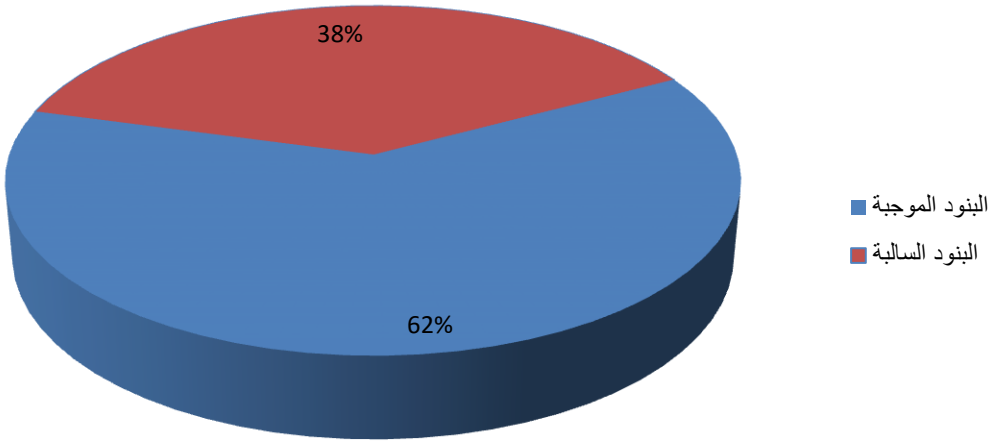
الأبعاد	أرقام العبارات
1- الالتزام	46-43-40-37-34-31-28-25-22-19-16-13-10-7-4-1
2- التحكم	47-44-41-38-35-32-29-26-23-20-17-14-11-8-5-2
3 التحدي	45-42-39-36-33-30-27-24-21-18-15-12-9-6-3

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن بنود المقياس موزعة حسب الأبعاد الثلاثة للصلابة النفسية المعتمد في الدراسة الحالية 16 بندا لكل من الإلتزام والتحكم و15 بندا للتحدي.

جدول رقم (05): يوضح توزيع البنود الموجبة والسالبة في مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية.

البنود	أرقام البنود	العدد الإجما	النسبة المئوية
البنود الموجبة	18-15-14-12-11-10-9-8-5-4-3-2-1 -34-33-31-30-27-26-25-22-19- .45-44-43-40-39-36	29	%62
البنود السالبة	29-28-24-23-21-20-17-16-11-7 -32- 35- 37-38-1-42-46-47.	18	%38
المجموع	كل البنود	47	%100

يتضح من خلال الجدول السابق أن عدد البنود الموجبة أكبر من عدد البنود السالبة في مقياس الصلابة النفسية المعتمد في الدراسة الحالية.



شكل رقم 08:توزيع البنود الموجبة والسالبة في مقياس الصلابة النفسية

شكل رقم 08:توزيع البنود الموجبة والسالبة في مقياس الصلابة النفسية(من إعداد الطالبيتن).

يتضح من خلال الشكل أن نسبة البنود الموجبة المساوية لـ:(62%) تفوق بكثير نسبة البنود السالبة المقدرة بـ:(38%).

تم تطبيق المقياس على أفراد عينة الدراسة المكونة من مربي التربية الخاصة، بحيث يطلب منهم الإجابة على جميع بنود المقياس، وذلك بوضع العلامة (×)أمام أحد البدائل الثلاثة المتاحة (دائما، أحيانا، أبدا)، وبعد إنهاء المربين للإجابة على جميع بنود المقياس، في الوقت المحدد سالفا، يتم استلام الإجابات، ثم إعطاء درجة لكل إجابة، بحسب البديل المختار من طرف المربي.

بحيث تمنح الدرجات على النحو التالي:

ـ بالنسبة للبنود الموجبة:

* تمنح الدرجة 3 للإجابة على البديل الأول دائمًا.

* تمنح الدرجة 2 للإجابة على البديل الثاني أحيانًا.

* تمنح الدرجة 1 للإجابة على البديل الثالث أبدًا.

ـ بالنسبة للبنود السالبة:

* تمنح الدرجة 1 للإجابة على البديل الأول دائمًا.

* تمنح الدرجة 2 للإجابة على البديل الثاني أحيانًا.

* تمنح الدرجة 3 للإجابة على البديل الثالث أبدًا.

والجدول يوضح ذلك بالتفصيل:

جدول رقم (06): درجات بدائل مقياس الصلابة النفسية في صورته النهائية

البدائل	دائما	أحيانا	أبدا
البنود الموجبة	03	02	01
البنود السالبة	01	02	03

ثم يتم حساب مجموع درجات كل فرد من أفراد عينة الدراسة، على كل بنود المقياس بحيث تجمع درجات البنود.

ب- الخصائص السيكومترية للمقياس :

صدق مقياس الصلابة النفسية:

يقصد بالصدق أن يقيس هو أن الاختبار فعلا القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه .

تم قياس صدق المقياس بالاعتماد على صدق المحتوى، صدق التمييزي.

ـ صدق المحتوى:

يقوم هذا النوع من الصدق على فكرة مدى تناسب الاختبار لما يقيسه ولمن يطبق عليهم ويبدو مثل هذا الصدق في وضوح البنود ومدى علاقتها بالقدرة أو السمة أو البعد الذي يقيسه الاختبار.

يتم عرض الأداة على عدد من المحكمين المختصين والخبراء في المجال الذي تقيسه الأداة، فإذا قالو أن هذه الأداة تقيس السلوك الذي وضعت لقياسه، فإن الباحث يستطيع الاعتماد على حكمهم.

تم عرض المقياس بصورته الأولية على 09 محكما متخصصا منهم أستاذ في علم الاجتماع و(03) أساتذة في علم النفس العيادي، و(05) أستاذة علم الاجتماع، و(01) وأستاذ في علم الاجتماع المعرفي.

وبعد ذلك تم تصنيف جميع ملاحظاتهم واقتراحاتهم حسب درجة الاتفاق أو الاختلاف عليها من طرف المحكمين، بحيث تعتبر نسبة (80%) هي النسبة المعتمدة لقبول البند أو رفضه، ثم صياغة المقياس في شكله النهائي بحيث تؤخذ بعين الاعتبار الملاحظات التي تم الاتفاق عليها من طرف المحكمين.

- الصدق التمييزي:

يسمى بصدق المقارنة الطرفية، وفيها يقسم الاختبار إلى قسمين، ويقارن متوسط الثلث الأعلى لمتوسط، وأحيانا يقارن (27%) من الأقوياء بمثلهم من الضعفاء في الاختبار دلّ ذلك على أنّ درجة صدق الاختبار كبيرة.

ثبات مقياس الصلابة النفسية:

ويقصد بالثبات أن يعطي الاختبار نفس النتائج باستمرار إذا ما استخدم الاختبار أكثر من مرة تحت ظروف مماثلة .

وقد تم قياس ثبات المقياس بطريقة ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

مقياس الاحتراق النفسي:

تم في هذه الدراسة استخدام مقياس ماسلاش وجاكسون لقياس مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية والذي قام عدد من الباحثين العرب بتعريبه ليتلاءم مع البيئة العربية ومن بين هؤلاء (داوني وزملاؤه 1989، مقابلة وسلامة 1990، الوا بلي 1995، ونصراوي صباح 2016) كما تم تعديله في دراسة صفاء تركي بإضافة 8 بنود متعلقة بشعور الفرد نحو مهنته سنة2018 .

يتكون هذا المقياس من ثلاثة أبعاد هي:

- الإجهاد الانفعالي (Emotion exhaustion)

– تبلد المشاعر (Depersonalisation)

- نقص الشعور بالإنجاز (Reducing Feeling of personal)

- **وصف مقياس الاحتراق النفسي:** تتكون القائمة بصورتها الأصلية والمعربة من "30 "فقرة تتوزع على ثلاثة أبعاد فرعية هي:

أ- بعد الإجهاد الانفعالي: ويقيس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة الجهد المبذول لمساعدة فئة معينة أو في مجال معين ويتكون من (11) فقرة.

ب- بعد تبلد المشاعر: ويقيس قلة الاهتمام واللامبالاة والشعور السلبي نتيجة العمل مع فئة معينة، ويتكون من (08) فقرات.

ج- بعد نقص الشعور بالإنجاز: ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة والرضا عن عمله ويتكون من (11) فقرة.

جدول رقم (07): توزيع بنود مقياس الإحتراق النفسي حسب أبعاده الثلاثة

البعد	الفقرات	المجموع
الإجهاد الإنفعالي	1-2-3-4-7-8-9-10-11-13-15.	11
تبلد المشاعر	5-6-12-14-16-17-18-19.	08
نقص الشعور بالإنجاز	20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30.	11

وقد تم بناء بنود المقياس على شكل عبارات تسأل عن شعور الفرد نحو مهنته، بحيث يجيب الفرد حسب سلم متدرج من 5 احتمالات تتراوح من (1) (حيث يحدث الشعور كل يوم) إلى غاية الدرجة (5) (حيث لا يحدث الشعور أبدا).

على المربي أن يجيب على كل بند بالتعبير عن شدة ردود أفعاله، وللتنقيط استخدمت أرقام تتراوح ما بين 1 إلى 5 لتدل على درجة هذه الشدة حيث تنقط كالآتي:

أ- العبارات السلبية:

1- نقطة واحدة = يحدث كل يوم.

2- نقطتان = يحدث مرات قليلة في الأسبوع.

3- ثلاث نقاط = يحدث مرات قليلة في الشهر.

4- أربع نقاط = يحدث مرات قليلة في السنة.

5- خمس نقاط = لا يحدث أبدا.

ب- العبارات الإيجابية:

1- نقطة واحدة = لا يحدث أبدا.

2- نقطتان = يحدث مرات قليلة في السنة.

3- ثلاث نقاط = يحدث مرات قليلة في الشهر.

4- أربع نقاط = يحدث مرات قليلة في الأسبوع.

5- خمس نقاط = يحدث كل يوم.

- الخصائص السيكو مترية لمقياس ماسلاش:

من أجل الثقة في النتائج المتحصل عليها خلال دراسة ما على الباحث التأكد من صلاحية الأداة المستعملة في جمع البيانات من حيث صدقها وثباتها في بيئة ميدان الدراسة.

أ- الصدق:

يقصد بالصدق أن يقيس الاختبار الخاصية التي صمم لقياسها فعلا، و الاختبار الصادق هو ذلك الاختبار القادر على قياس السمة أو الظاهرة التي وضع لأجلها(العزاوي، 2008، ص129)

وهو الدرجة التي من خلالها يستطيع الاختبار أن يحقق أهداف معينة(التميمي، 2013، ص199)

02-05- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

بغرض تحليل بيانات البحث والتحقق من صحة الفرضيات المقترحة تمّ الاستعانة بالحاسب الآلي في معالجته عن طريق البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss)

حيث استخدم مجموعة من الأساليب الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية استخدمت لوصف وتصنيف خصائص العينة.

- معامل الارتباط بيرسون لمعرفة دلالة العلاقة بين مختلف المتغيرات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

اختبار (T-TEST.) لقياس درجة الفروق

خلاصة الفصل:

تم في هذا الفصل التطرق لمنهجية الدراسة وإجراءاتها الميدانية، بدءاً بالدراسة الاستطلاعية بكل مراحلها ثم الدراسة الأساسية وعينة البحث ومنهج الدراسة وأخيرا الأساليب الإحصائية

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1. عرض بيانات وإحصائيات الدراسة
2. تحليل ومناقشة نتائج الدراسة
3. خلاصة نتائج الدراسة

الفصل السادس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

قبل عرض النتائج نشير إلى أننا حرصنا أن تتم الإجابة على المقاييس في أحسن الظروف الممكنة، كما تأكدنا من فهم أفراد العينة لتعليمة المقاييس، خصوصاً ما تعلق بالهدف من عملية القياس بمعنى ضرورة أن تعكس إجابة المبحوث المطلوب في كل بند من بنود المقياس ما هي عليه الأمور في الواقع لا كما يتمنى أن تكون عليه، ولا كما يتوقع أننا ننتظره، وبعد الانتهاء من عملية التطبيق والتأكد من احترام أفراد العينة للتعليمة في شطرها المتعلق بالإجابة على كل بند من بنود المقياس، وضرورة تفادي الإجابة النمطية كاختيار الخيار الأوسط في الإجابة عن كل البنود مثلاً، أو الإجابات الناقصة غير المكتملة، قمنا بعملية التصحيح، ثم شرعنا في المعالجة الإحصائية لكافة البيانات المجمعة للتحقق من صحة فرضيات الدراسة. وعليه سنتناول في ما يلي عرض وتحليل النتائج المتعلقة بكل فرضية من فرضيات الدراسة في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري الذي يُفسر متغيرات الدراسة

01- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:

لفحص ودراسة الفرضية العامة التي مفادها " **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة** حيث تم الاعتماد على معامل الارتباط بيرسون لمعرفة طبيعة العلاقة بين النتائج المتحصل عليها في مقياس الصلابة النفسية والدرجات المحصل عليها في مقياس الاحتراق النفسي في الدراسة الحالية، حيث تحصلنا على النتائج التالية، والتي يمكن تمثيلها في الجدول التالي:

الجدول رقم (08): يبين طبيعة العلاقة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.

المؤشرات / المتغير	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الصلابة النفسية / **الإحتراق النفسي**	507,0-	**0,01**

يبين الجدول رقم(08): قيمة الارتباط بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي باستخدام معامل بيرسون والتي قدرت بـ 0.507- وهي دالة عند 0.01 وبالتالي فهو ينص على وجود علاقة ارتباطية دالة بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة بمعنى أن هناك علاقة عكسية سالبة بمعنى أنه كلما ارتفع مستوى الصلابة النفسية انخفض مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة، والعكس صحيح كلما انخفض مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة أدى ذلك إلى زيادة مستوى الاحتراق النفسي لديهم.

وبناء على ما سبق نقبل بفرضية البحث التي تنص على أنه: **توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.**

1-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

لفحص ودراسة الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة"**، وللتحقيق من صحة هذه الفرضية قمنا بالاعتماد على المعالجة الإحصائية T-TEST لدلالة الفروق بعد التأكد من التجانس بين المجموعتين، قمنا بحساب الفروق في مقياس الصلابة النفسية والأبعاد المكونة له، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم(09): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الصلابة النفسية تبعا لمتغير نوع الإعاقة لدى عينة الدراسة.

الجنس / المقياس	ذهنية ن=48		سمعية ن=14		درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الصلابة النفسية	108,22	7,074	111,78	8,26	60	-1,461	0 غير دال160,

يبين الجدول رقم (09): بلغ المتوسط الحسابي للإعاقة الذهنية 108.22 والانحراف المعياري 7.074، وبلغ المتوسط الحسابي للإعاقة السمعية 111.78 والانحراف المعياري 8.26 إلا أنّ قيمة (ت المحسوبة =1,461-)، وهي غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) مما يثبت أن الفروق المشاهدة بينهما غير جوهرية

وعليه فإننا نرفض فرضية البحث التي تنص على أنه: **"توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة "**. ونقبل بفرضية البحث الصفرية التي تنص على أنه: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة "**.

1-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

لفحص ودراسة الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة"**، ولتحقيق من صحة هذه الفرضية قمنا بالاعتماد على المعالجة الإحصائية T-TEST لدلالة الفروق بعد التأكد من التجانس بين المجموعتين، قمنا بحساب الفروق في مقياس الاحتراق النفسي والأبعاد المكونة له، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم (10): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الاحتراق تبعا لمتغير نوع الإعاقة لدى عينة الدراسة.

الجنس / المقياس	ذهنية ن=48		سمعية ن=14		درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الاحتراق النفسي	111,04	8,59	111,04	9,58	60	-0,668	0 غير دال512,

يبين الجدول رقم (10): أنّ المتوسط الحسابي للإعاقة الذهنية بلغ 111.04 والانحراف المعياري 8.59 أما بالنسبة للإعاقة السمعية فبلغ المتوسط الحسابي 111.04 والانحراف المعياري 9.58 إلا أنّ قيمة (ت المحسوبة =0,668-)، وهي غير دالة عند مستوى الدلالة (0.05) مما يثبت أن الفروق المشاهدة بينهما غير جوهرية

وعليه فإننا نرفض فرضية البحث التي تنص على أنه: **" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة "**. ونقبل بفرضية البحث الصفرية التي تنص على أنه: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة "**

1-4- عرض وتحليل ونتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

لفحص ودراسة الفرضية الجزئية الثالثة التي مفادها " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس"**، ولتحقيق من صحة هذه الفرضية قمنا بالاعتماد على المعالجة الإحصائية T-TEST لدلالة الفروق بعد التأكد من التجانس بين المجموعتين، قمنا بحساب الفروق في مقياس الصلابة النفسية والأبعاد المكونة له، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم (11): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الصلابة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.

الجنس / المقياس	ذكور ن=21		الإناث ن=41		درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الصلابة	108,52	8,40	109,29	6,99	60	-0,360	0 غير دال721,

النفسية							

يبين الجدول رقم (11): أن المتوسط الحسابي للذكور بلغ 108.52 والانحراف المعياري 8.40 كما بلغ المتوسط الحسابي للإناث 109.29 والانحراف المعياري 6.99 إلا أنّ قيمة "ت " المحسوبة بين المجموعتين (الذكور والإناث) في مستوى الصلابة النفسية بلغت (ت المحسوبة =0,360-)، وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) مما يثبت أنّ الفروق المشاهدة بينهما غير جوهرية، وأنّ المربين الذكور كانوا أم المربيات الإناث متكافئين في مستوى الصلابة النفسية.

وعليه فإننا نرفض فرضية البحث التي تنص على أنه: **" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس "**. ونقبل بفرضية البحث الصفرية التي تنص على أنه: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس "**

1-5- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:

لفحص ودراسة الفرضية الجزئية الرابعة التي مفادها " **توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس"**، ولتحقيق من صحة هذه الفرضية قمنا بالاعتماد على المعالجة الإحصائية T-TEST لدلالة الفروق بعد التأكد من التجانس بين المجموعتين، قمنا بحساب الفروق في مقياس الاحتراق النفسي والأبعاد المكونة له، حيث تحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم (12): يوضح نتائج اختبار (ت) للفروق في مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.

الجنس / المقياس	ذكور ن=21		إناث ن=41		درجة الحرية	ت المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
الاحتراق النفسي	112,95	9,03	110,70	8,64	60	0.940	0,353 غير دال

يبين الجدول رقم (12): أنّ المتوسط الحسابي بالنسبة للذكور بلغ 112.95 والانحراف المعياري بـ 9.03 أماّ بالنسبة للإناث فبلغ المتوسط الحسابي 110.70 والانحراف المعياري 8.64، إلا أنّ قيمة "ت " المحسوبة بين المجموعتين (الذكور والإناث) في مستوى

الاحتراق النفسي بلغت (ت المحسوبة =0.940)وهي غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05) مما يثبت أنّ الفروق المشاهدة بينهما

وعليه فإننا نرفض فرضية البحث تنص على أنه: **" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس "**.

ونقبل بفرضية البحث الصفرية التي تنص على أنه: **"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير الجنس"**.

02- مناقشة وتفسير نتائج الدراسة

02-01- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية العامة:

افترضت الدراسة أنّه توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة بالمؤسسات المختصة لذوي الاحتياجات الخاصة، وقد أسفرت نتيجة معالجة هذه الفرضية كما يلي:

وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة، وجاءت العلاقة عكسية سالبة بمعنى أنه كلما ارتفع مستوى الصلابة النفسية انخفض مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة والعكس صحيح، فكلما انخفض مستوى الصلابة النفسية أدى ذلك إلى زيادة مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة.

تتفق هذه النتيجة مع دراسة (علي إسماعيل،2017) ودراسة (البهاص،2002) فكلها تشير إلى وجود ارتباط سالب ودال بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي.

نستنتج من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة حول وجود علاقة عكسية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة إلى أهمية هذه السمة في التعامل مع ضغوط العمل في هذا المجال العالي التحديات(Arian et al, 2023)

فتُعرَّف الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط والأزمات في الحياة(Bartone et al, 2022) وتتكون من ثلاثة مكونات رئيسية هي الالتزام، والتحكم، والتحدي(Chan, 2003) .

فالأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية لديهم التزام قوي تجاه أهدافهم ومبادئهم، ويشعرون بالتحكم في حياتهم ومواجهة التحديات بدلاً من الشعور بالعجز، ويرون التغييرات (2003, Beasley et al) والضغوط كفرص للنمو والتعلم بدلاً من التهديدات هذه السمات تساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع ضغوط العمل، مما يقلل (Park et al, 2017) من خطر الاحتراق النفسي، كما أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية لديهم مهارات التكيف والمرونة الأفضل، مما يساعدهم على التعامل مع الضغوط بطريقة صحية وفعالة باستخدام استراتيجيات مواجهة إيجابية مثل حل المشكلات والبحث عن الدعم الاجتماعي بينما يميل الأفراد ذوو الصلابة المنخفضة إلى استخدام استراتيجيات تكيف سلبية (Simoni & Paterson, 1997) كالتجنب والإنكار مما يزيد من إرهاقهم العاطفي ويعرضهم لخطر الاحتراق علاوة على ذلك، ترتبط الصلابة النفسية بمستويات أعلى من الرفاهية النفسية والصحة العقلية مما يساعد الأفراد على التعامل بشكل أفضل مع الضغوط المهنية والحد من خطر الاحتراق النفسي لذلك فإن تعزيز الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة من خلال البرامج التدريبية والتوجيهية المصممة لتطوير مهاراتها، مثل التفكير الإيجابي والتحكم في الضغوط والتركيز على الأهداف، يمكن أن يساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع تحديات عملهم وتقليل مخاطر الاحتراق النفسي مما يعزز صحتهم النفسية ويحسن جودة التعليم الذي يقدمونه لأطفال ذوي الاحتياجات (Ying et al, 2016) الخاصة

02-02- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

والتي نصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية تعزى لمتغير نوع الإعاقة المتكفل بها.

وكشفت الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية حسب متغير نوع الإعاقة المتكفل بها، أي ليس هناك فرق بين الإعاقة الذهنية أو الإعاقة السمعية.

التي أوضحت أنه لا توجد فروق في(F Buran,1992) تتفق هذه النتيجة مع دراسة مستوى الصلابة النفسية، كما أنها تتعارض مع دراسة (فرزاد أميري 2018) ودراسة (أحمد فتحي 2011).

تفسر الباحثتين هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة إلى أن مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة لا يختلف باختلاف نوع الإعاقة التي يتكفلون بها لدى الأطفال، وهذا يتماشى مع العديد من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الصلابة النفسية في مجالات العمل الضاغطة والمليئة بالتحديات فالصلابة النفسية

كما أشار كوبازا (1979) هي مجموعة من السمات الشخصية التي تجعل الفرد أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط والأزمات في الحياة.

وتتكون من ثلاثة مكونات رئيسية هي الالتزام، والتحكم، والتحدي حيث يتميز الأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية بالتزام قوي تجاه أهدافهم ومبادئهم، والشعور بالتحكم في حياتهم ومواجهة التحديات بدلاً من الشعور بالعجز، والنظرة إلى التغييرات والضغوط كفرص للنمو والتعلم بدلاً من التهديدات (Bartone et al, 2022)

ففي سياق العمل في مجال التربية الخاصة، يواجه المربون تحديات كبيرة تتعلق بالتعامل مع احتياجات متنوعة للأطفال ذوي الإعاقات الخاصة، بغض النظر عن نوع الإعاقة. فهم يحتاجون إلى مهارات عالية في التواصل والتعامل مع السلوكيات الصعبة، وتكييف المناهج والأساليب التعليمية لتلبية احتياجات كل طفل بالإضافة إلى ذلك، قد يواجهون ضغوطًا إضافية (Arian et al, 2023)

مثل: نقص الموارد والدعم، وعبء العمل الزائد، والتعامل مع أولياء الأمور القلقين لذلك، فإن الصلابة النفسية تلعب دورًا حاسمًا(Frey et al, 2018) في مساعدة مربي التربية

الخاصة على التعامل بفعالية مع هذه التحديات المشتركة، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها، فالتزامهم القوي برسالتهم التعليمية وشعورهم بالتحكم في المواقف الصعبة وقدرتهم على رؤية التحديات كفرص(Park et al, 2017) للنمو تساعدهم على الصمود والتكيف بشكل أفضل.

كما تشير الدراسات إلى أن الصلابة النفسية ترتبط بمستويات أقل من الإرهاق العاطفي والاحتراق النفسي لدى العاملين في المجالات الضاغطة، بما في ذلك مجال التربية الخاصة

وهذا يعني أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية يكونون أقل عرضة للاحتراق النفسي، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها(Simoni & Paterson, 1997)

علاوة على ذلك، تشير بعض الدراسات إلى أن الصلابة النفسية تساعد في التكيف مع الضغوط الناجمة عن التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، بغض النظر عن نوع الإعاقة فهي تساعد المربين على التعامل بشكل أفضل مع السلوكيات الصعبة، والتحديات التعليمية (Potard et al, 2018) والتكيف مع احتياجات الأطفال المتنوعة

بناءً على ذلك، يمكن تفسير النتيجة التي توصلت إليها الدراسة بأن الصلابة النفسية هي سمة شخصية عامة تساعد المربين على التعامل مع التحديات المشتركة في مجال التربية الخاصة، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها، فهي تزودهم بالموارد النفسية اللازمة للتكيف والصمود أمام الضغوط والمواقف الصعبة التي يوجهونها في عملهم اليومي، مما يجعلهم أقل عرضة للاحتراق النفسي وأكثر قدرة على تقديم تعليم عالي الجودة لجميع الأطفال(Cherng et al, 2022)

2-03- تفسير و مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

والتي نصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تعزى لمتغير نوع الإعاقة المتكفل بها.

تشير النتيجة التي توصلت إليها الدراسة إلى عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لنوع الإعاقة التي يتكفلون بها وهذه النتيجة تتوافق مع العديد من الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي في مجال التربية الخاصة تتفق مع دراسة (العطية، و عيسوى، 2007)

يُعرَّف الاحتراق النفسي بأنه حالة من الإرهاق العاطفي والنفسي الناتجة عن التعرض المطول للضغوط في بيئة العمل ويتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي الإرهاق الانفعالي، وتبلد المشاعر، وانخفاض الشعور بالإنجاز الشخصي(Maslach & Jackson, 1981) .

ففي سياق مجال التربية الخاصة، يواجه المربون العديد من الضغوط والتحديات المشتركة بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها، فهم يتعاملون مع أطفال لديهم احتياجات

متنوعة وقد يعانون من سلوكيات صعبة، مما يتطلب منهم مهارات عالية في التواصل والتعامل مع هذه السلوكيات كما قد يواجهون ضغوطًا إضافية مثل عبء العمل الزائد، ونقص الموارد والدعم، والتعامل مع أولياء الأمور.(Arian et al, 2023) القلقين

هذه الضغوط المستمرة والمشتركة يمكن أن تؤدي إلى الإرهاق العاطفي والنفسي لدى المربين، وبالتالي زيادة خطر الاحتراق النفسي، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها، فالتعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، بشكل عام يعتبر عملًا عالي الضغط والتحديات، حيث يتطلب جهدًا عاطفيًا وذهنيًا كبيرًا(Danet, 2021). .

علاوة على ذلك، تشير الدراسات إلى أن العوامل الشخصية والبيئية الأخرى، مثل نقص الدعم الاجتماعي، وعبء العمل الزائد، والضغوط المالية، والصراعات مع الإدارة، لها تأثير أكبر على مستويات الاحتراق النفسي لدى المربين مقارنة بنوع الإعاقة التي يتعاملون معها (Stankovic et al, 2022) .

من ناحية أخرى، تؤكد بعض الدراسات على أهمية العوامل الشخصية، مثل الصلابة النفسية والمرونة، في الحد من خطر الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة بغض النظر عن نوع الإعاقة فالأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية والقدرة على التكيف مع الضغوط يكونون أقل عرضة للاحتراق النفسي، حتى في مواجهة التحديات المشتركة في هذا المجال

.(Park et all, 2017)

بناءً على ما سبق، يمكن تفسير النتيجة التي توصلت إليها الدراسة بأن الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة يعتمد أكثر على العوامل البيئية والشخصية العامة، مثل الدعم الاجتماعي، وعبء العمل، والصلابة النفسية، بدلاً من نوع الإعاقة التي يتعاملون معها، فالتحديات والضغوط المشتركة في هذا المجال هي التي تلعب دورًا رئيسيًا في زيادة خطر الاحتراق النفسي، بغض النظر عن نوع الإعاقة المحددة.

لذلك، من المهم أن تركز الجهود على تحسين بيئة العمل وتوفير الدعم اللازم للمربين، وتعزيز مهاراتهم الشخصية في التعامل مع الضغوط، بدلاً من التركيز على نوع الإعاقة

فقط، فهذا من شأنه أن يساعد على الحّد من خطر الاحتراق النفسي لدى جميع مربي التربية الخاصة، ويحسن جودة التعليم الذي يقدمونه للأطفال.

2-04- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة :

ونصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة يعزى لمتغير الجنس.

توصلنا إلى نتيجة تقول أنه لا توجد فروق في مستوى الصلابة النفسية حسب متغير جنس المربي، انطلاق من الدراسات السابقة، التي توصلت إليها الدراسة والتي تشير إلى عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لمتغير الجنس، وتتماشى مع بعض الدراسات السابقة في هذا المجال نذكر منها دراسة (الرجيبي 2018) ودراسة (الرفوع 2019) ودراسة (الرئيسي 2016)، فعلى الرغم من أن العديد من الأبحاث وجدت إختلافات بين الذكور والإناث في مستويات الصلابة النفسية، إلا أن هناك دراسات أخرى لم تجد فروقًا جوهرية تعزى للجنس.

تُعرَّف الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط والأزمات في الحياة (Bartone et al, 2022) وتتكون من ثلاثة مكونات رئيسية هي الالتزام، والتحكم، والتحدي حيث يتميز الأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية بالتزام قوي تجاه أهدافهم ومبادئهم، وشعور بالتحكم في حياتهم ومواجهة التحديات بدلاً من الشعور بالعجز، ونظرة إلى التغييرات والضغوط كفرص للنمو والتعلم بدلاً من التهديدات.

في سياق الفروق بين الجنسين، تشير بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق كبيرة في مستويات الصلابة النفسية بين الذكور والإناث ويمكن تفسير ذلك بأن الصلابة النفسية هي سمة شخصية عامة تتأثر بمجموعة متنوعة من العوامل، بما في ذلك العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية والثقافية، والتي قد تختلف تأثيرها على الذكور والإناث-Merino (Tejedor et all, 2015).

على سبيل المثال، على الرغم من أن الدراسات تشير إلى أن الذكور لديهم مستويات أعلى من هرمون التستوستيرون، الذي يرتبط بزيادة التحدي والمخاطرة، إلا أن الإناث قد يكون لديهن مستويات أعلى من الصلابة النفسية بسبب العوامل النفسية والاجتماعية، مثل مواجهة ضغوط إضافية في الحياة والتكيف مع التمييز الجنساني (Kamboj & Garg, 2021).

في سياق مجال التربية الخاصة، يواجه المربون العديد من الضغوط والتحديات المشتركة، مثل التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وعبء العمل الزائد، ونقص الموارد والدعم هذه التحديات المشتركة قد تؤدي إلى تطوير مستويات مماثلة من الصلابة النفسية لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم (Arian et al, 2023).

علاوة على ذلك، قد تلعب العوامل المهنية والتدريبية دورًا أكبر في تحديد مستويات الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة مقارنة بالجنس، فالتدريب المكثف على التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، واكتساب المهارات اللازمة لمواجهة التحديات في هذا المجال، قد يساهم في تطوير الصلابة النفسية لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم (Michinov, 2022).

كما تشير بعض الدراسات إلى أن استراتيجيات التكيف والمواجهة التي يستخدمها الأفراد في مواقف الضغط قد تلعب دورًا أكبر في تحديد مستويات صلابتهم النفسية مقارنة بالجنس (Beasley et al, 2003) فاستخدام استراتيجيات إيجابية مثل حل المشكلات والتفكير العقلاني يمكن أن يساعد في تعزيز الصلابة النفسية لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم.

في الختام، يمكن تفسير النتيجة التي توصلت إليها الدراسة حول عدم وجود فروق في مستوى الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لمتغير الجنس، من خلال التأثير المتداخل للعوامل المتعددة التي تؤثر على تطوير هذه السمة الشخصية. فالتحديات والضغوط المشتركة في مجال التربية الخاصة، إلى جانب العوامل المهنية والتدريبية، قد تلعب دورًا أكبر في تحديد مستويات الصلابة النفسية مقارنة بالجنس وحده.

2-05- تفسير ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة :

ونصها: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة يعزى لمتغير الجنس.

النتيجة التي توصلت إليها الدراسة والتي تشير إلى عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لمتغير الجنس، تتوافق مع بعض الدراسات السابقة في هذا المجال منها: دراسة (فوزية محمد وعبد الحميد سعيد 2003) ودراسة (ذياب عواد 2010) كذلك دراسة (إبراهيم القيبوني وفريد الخيب 2006) فعلى الرغم من أن العديد من الأبحاث وجدت اختلافات بين الذكور والإناث في معدلات الاحتراق النفسي، إلا أن هناك دراسات أخرى لم تجد فروقًا جوهرية تعزى للجنس.

يُعرَّف الاحتراق النفسي بأنه حالة من الإرهاق العاطفي والنفسي الناتجة عن التعرض المطول للضغوط في بيئة العمل ويتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي الإرهاق الانفعالي وتبلد المشاعر، وانخفاض الشعور بالإنجاز الشخصي. (Iacovides et al, 1997).

في سياق الفروق بين الجنسين، تشير بعض الدراسات إلى عدم وجود فروق كبيرة في مستويات الاحتراق النفسي بين الذكور والإناث ويمكن تفسير ذلك بأن الاحتراق النفسي هو حالة تتأثر بمجموعة متنوعة من العوامل، بما في ذلك العوامل البيئية والمهنية والشخصية، والتي قد تتجاوز تأثير الجنس وحده.

على سبيل المثال، في سياق مجال التربية الخاصة، يواجه المربون العديد من الضغوط والتحديات المشتركة، مثل التعامل مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة، وعبء العمل الزائد، ونقص الموارد والدعم هذه التحديات المشتركة قد تؤدي إلى تطوير مستويات مماثلة من الاحتراق النفسي لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم.(Arian et al, 2023) .

علاوة على ذلك، قد تلعب العوامل المهنية والبيئية دورًا أكبر في تحديد مستويات الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة مقارنة بالجنس. فالدعم الاجتماعي والموارد المتاحة، وبيئة العمل الإيجابية، وفرص التطوير المهني، قد تساعد في الحد من الاحتراق النفسي لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم.(Frey et al, 2018) .

كما تشير بعض الدراسات إلى أن العوامل الشخصية، مثل الصلابة النفسية والمرونة، قد تلعب دورًا أكبر في تحديد مستويات الاحتراق النفسي مقارنة بالجنس فالأفراد ذوو الصلابة النفسية العالية والقدرة على التكيف مع الضغوط يكونون أقل عرضة للاحتراق النفسي، بغض النظر عن جنسهم.(Simoni & Paterson, 1997).

بالإضافة إلى ذلك، قد تلعب استراتيجيات التكيف والمواجهة التي يستخدمها الأفراد في مواقف الضغط دورًا مهمًا في تحديد مستويات احتراقهم النفسي، بدلاً من الجنس (Beasley et al, 2003) فاستخدام استراتيجيات إيجابية مثل حل المشكلات والتفكير العقلاني يمكن أن يساعد في الحّد من الاحتراق النفسي لدى المربين، بغض النظر عن جنسهم.

في الختام، يمكن تفسير النتيجة التي توصلت إليها الدراسة حول عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لمتغير الجنس، من خلال التأثير المتداخل للعوامل المتعددة التي تؤثر على تطوير هذه الحالة. فالتحديات والضغوط المشتركة في مجال التربية الخاصة، إلى جانب العوامل المهنية والبيئية والشخصية، قد تلعب دورًا أكبر في تحديد مستويات الاحتراق النفسي مقارنة بالجنس وحده.

الاستنتاج العام:

بناءً ا على النتائج التي توصلت إليها الدراسة حول العلاقة العكسية بين الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة، وعدم وجود فروق في مستويات الصلابة النفسية والاحتراق النفسي تبعًا لنوع الإعاقة التي يتعاملون معها أو جنس المربي، يمكننا استنتاج أن الصلابة النفسية تلعب دورًا حاسمًا في الحد من خطر الاحتراق النفسي لدى هؤلاء المربين المتعاملين مع التحديات الكبيرة في هذا المجال.

الصلابة النفسية، كما تشير الدراسات السابقة، هي مجموعة من السمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط والأزمات في الحياة وتتكون من ثلاثة مكونات رئيسية هي الالتزام القوي تجاه الأهداف والمبادئ، والشعور بالتحكم في مواجهة التحديات، والنظرة إلى التغييرات والضغوط كفرص للنمو والتعلم هذه السمات تزود الأفراد بالموارد النفسية اللازمة للتكيف والصمود أمام المواقف(Bartone et al, 2022) الصعبة مما يقلل من خطر الاحتراق النفسي.

في سياق مجال التربية الخاصة، يواجه المربون تحديات كبيرة تتعلق بالتعامل مع احتياجات متنوعة للأطفال ذوي الإعاقات الخاصة، بغض النظر عن نوع الإعاقة. فهم يحتاجون إلى مهارات عالية في التواصل والتعامل مع السلوكيات الصعبة، وتكييف المناهج والأساليب التعليمية لتلبية احتياجات كل طفل بالإضافة إلى ذلك، قد يواجهون ضغوطًا إضافية مثل نقص الموارد والدعم، وعبء العمل الزائد، والتعامل مع أولياء الأمور القلقين.

.(Frey et al, 2018)

لذلك، فإن الصلابة النفسية تلعب دورًا حاسمًا في مساعدة مربي التربية الخاصة على التعامل بفعالية مع هذه التحديات المشتركة، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها. فالتزامهم القوي برسالتهم التعليمية وشعورهم بالتحكم في المواقف الصعبة وقدرتهم على رؤية التحديات كفرص للنمو، تساعدهم على الصمود والتكيف .(Park et al, 2017) بشكل أفضل

كما تشير الدراسات إلى أن الصلابة النفسية ترتبط بمستويات أقل من الإرهاق العاطفي والاحتراق النفسي لدى العاملين في المجالات الضاغطة، بما في ذلك مجال التربية الخاصة، وهذا يعني أن الأفراد ذوي الصلابة النفسية العالية يكونون أقل عرضة للاحتراق النفسي، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها.

علاوة على ذلك، تشير النتائج إلى عدم وجود فروق في مستويات الصلابة النفسية والاحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة تبعًا لمتغير الجنس، وهذا يتماشى مع الدراسات التي تشير إلى أن العوامل المهنية والبيئية والشخصية، مثل الدعم الاجتماعي، وعبء العمل، والصلابة النفسية، واستراتيجيات التكيف، قد تلعب دورًا أكبر في تحديد مستويات الصلابة النفسية والاحتراق النفسي مقارنة بالجنس وحده (Merino-Tejedor et al, 2015).

في الختام، تؤكد هذه النتائج على أهمية تعزيز الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة من خلال البرامج التدريبية والتوجيهية المصممة لتطوير مهاراتها، مثل التفكير الإيجابي والتحكم في الضغوط والتركيز على الأهداف، فهذا من شأنه أن يساعدهم على التعامل بشكل أفضل مع تحديات عملهم وتقليل مخاطر الاحتراق النفسي، بغض النظر عن نوع الإعاقة التي يتعاملون معها أو جنسهم.

بالإضافة إلى ذلك، يجب على إدارات المؤسسات التعليمية وصناع السياسات توفير بيئة عمل داعمة وآمنة لمربي التربية الخاصة، وتزويدهم بالموارد والتدريب اللازم للتعامل مع التحديات المختلفة التي يوجهونها في هذا المجال. كما يجب عليهم تعزيز ثقافة الدعم المتبادل والتعاون بين المربين، حيث أن الدعم الاجتماعي يلعب (Frey et al, 2018) دورًا مهمًا في الحد من الاحتراق النفسي.

من خلال تبني هذه الاستراتيجيات والتركيز على تعزيز الصلابة النفسية والعوامل الداعمة الأخرى، يمكن للمؤسسات التعليمية والمجتمع ككل المساهمة في تحسين الصحة النفسية لمربي التربية الخاصة، وبالتالي تحسين جودة التعليم الذي يقدمونه للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

الخاتمة:

عبر هذه الدراسة حاولنا التطرق إلى أحد الجوانب الإيجابية، وسمات الشخصية تخفف من أعباء العمل وهي الصلابة النفسية لدى مربي التربية الخاصة.

فالمربي في المراكز المتخصصة يعتبر ركنا من أركان الصحة النفسية ودوره لا يقل أهمية عن دور الآخرين، نظرا للخدمة التي يقدمها في التكفل بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة حيث تعتبر هذه المهنة من المهن الشاقة نظرا لما تفرضه من ضغوط خاصة فيما يخص التواصل مع الطفل الخاص، والذي يتطلب جهدا و استعداد نفسي كبير، فالعمل في مثل هذه المراكز يحمل في طياته الكثير من المواقف الضاغطة قد تصل إلى درجة الاحتراق النفسي، والتي تؤثر على الجانب النفسي للمربي، فنجده يسعى إلى التخفيف من حدتها أو تجاوزها من خلال استعمال سمات وخصائص توجد في شخصيته مثل الصلابة النفسية التي هي عنصر هام في تجاوز الاحتراق النفسي.

وهذه الدراسة نراها محاولة لفتح المجال لدراسات أخرى أكثر تخصصا، وتشمل عينات كبيرة وهذا من أجل وضع برامج وقائية والدعم النفسي الإرشادي بغية مساعدة العاملين في مجال الرعاية وبقية المجالات الأخرى.

الاقتراحات:

بناء على ما ورد في هذه الدراسة من نتائج نقترح جملة من الاقتراحات وسيتم عرضها فيما يلي:

1- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للمربين العاملين في مؤسسات ذوي الاحتياجات الخاصة، وتوفير لهم الوسائل اللازمة للتكفل في ظروف أحسن.

2- تعزيز وتكثيف البحث العلمي في هذا المجال للوصول إلى نتائج تفيد الجهات المسؤولة والقيام بمبادرات وندوات مشعة على تكوين الصلابة النفسية لدى المربي.

3- عدم اقتصار دور النفسانيين العيادين على الاهتمام فقط بالأطفال بل التوجه أيضا بالاهتمام بفئة العاملين والساهرين على تربيتهم.

4- ضرورة بناء برامج ودورات نفسية للحد والوقاية من الاحتراق النفسي وتطبيقها على نطاق واسع على جميع المربين العاملين في جميع المجالات الخاصة بالأطفال

5- زيادة الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية لدى المربين وربطه بمتغيرات أخرى لها علاقة بالاحتراق النفسي لم يتم التطرق إليها سابقا.

6- القيام بدورات تدريبية في كيفية تطبيق البرامج الخاصة بالأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة.

7- تأهيل المربين في هذا الميدان وتدريبهم على مهارات التحمل وكيفية أدارة ضغوط العمل، والتعامل معها بكفاءة والتحلي بالصلابة النفسية التي تحد من العوامل السلبية في مجال العمل منها الاحتراق النفسي.

قائمة المراجع

أولا: قائـــــمة الكتـــــب

- أبوحويج، مروان وإبراهيم وسمير أبو مغلي الخطيب (2002): **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس،** عمان الأردن، الطبعة 1، دار العلمية الدولية ودار الثقافة.

- بني أحمد، محمد عوض (2007): **الإحتراق النفسي والمناخ التنظيمي في المدارس،** عمان الأردن ، الطبعة 1، دار الحامد .

- حجازي، مصطفى (2012): **إطلاق طاقات الحياة قراءات في علم النفس الإيجابي** بيروت ، التنوير للطباعة والنشر والتوزيع .

- راضي، محمد سامي (2012): **منهج البحث العلمي في المجال الإداري**، الإسكندرية، الطبعة 1 دار التعليم الجامعي.

- سعد، عبد الرحمان(1998): **القياس النفسي من النظرية والتطبيق،** الطبعة 3، القاهرة دار الفكر العربي.

- صديق، رحاب محمود (2016): **الإحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال،** مصر، الطبعة 1، دار المعرفة الجامعية.

- عكاشة، محمود فتحي.(1999):**علم النفس الصناعي .** (د.ط) ،مصر،مطبعة الجمهورية الإسكندرية .

- علي عسكر (2005): **الأسس النفسية والإجتماعية للسلوك في مجال العمل،** الكويت، دار الكتاب الحديث .

- عمره، أحمد مختار(2008): **معجم اللغة العربية المعاصرة،** المجلد الأول، القاهرة، الطبعة 1 .

- غباري، ثائر أحمد و أبو شعيرة، خالد محمد (2015): **التكيف مشكلات وحلول،** الطبعة1، عمان، مكتبة المجتمع العربي .

- محمد، قاسم عبد الله (2001): **الطفل التوحدي أو ذوي الانطواء حول الذات ومعالجته**، حلب سوريا ، الطبعة 1، دار الفكر .

- مخيمر عماد(2002): **إستبيان الصلابة النفسية "دليل إستبيان"**، المصرية، القاهرة مكتبة الأنجلو.

- معتصم، ميموني و بدرة (2005): **الإضطرابات النفسية و العقلية عند الطفل و المراهق**، الطبعة 2، الجزائر، الديوان الوطني للمطبوعات الجامعية.

- معن محمود، أحمد العياصرة (2008): **الإشراف التربوي والقيادة التربوية وعلاقتها بالإحتراق النفسي**، عمان :الأردن ، دار حامد للنشر والتوزيع.

- نوفل، محمد بكر(2015): **التفكير والبحث العلمي**، الطبعة 2، عمان :الأردن، دار المسيرة .

- التميمي، محمود كاظم محمود (2013): **منهجية كتابة البحوث والرسائل في العلوم التربوية والنفسية**، عمان: الأردن، دار الصفاء للنشر والتوزيع .

- الخطيب، جمال، الحديدي منى (1998): **التدخل المبكر في التربية الخاصة في الطفولة المبكرة**، الطبعة 1، عمان: الأردن، دار الفكر للنشر .

- الخالدي، (2009).**المرجع في الصحة النفسية نظرية جديدة**، الطبعة 3، الأردن ، دار وائل للنشر .

- السامراتي، نبيهة صالح (2007): **علم النفس الإعلامي**، عمان الأردن، دار المناهج الطبعة 1.

- الشمري، صاحب(2020).**المناعة الفكرية في ضوء النظرية المعرفية**، العراق ، دار الرسالة للطباعة والنشر، الطبعة1 .

- الطبيب، أحمد محمد (د ت): **التقويم والقياس النفسي التربوي**، الإسكندرية، المكتب الجامعي الحديث .

- العزاوي، رحيم يونس كرو(2008): **مقدمة في منهج البحث العلمي**، عمان الأردن، ، دار الدجلة ، الطبعة 1.

- العياصرة، معن محمود أحمد.(2008).**الإشراف التربوي و القيادة التربوية وعلاقتها بالإحتراق النفسي**، الأردن ، دار الحامد ، الطبعة 1.

- القمش، مصطفى نوري(2010): **الإعاقة العقلية النظرية و الممارسة**، الطبعة1، عمان، دار المسيرة للنشر و التوزيع .

- الكافي، عبد الفتاح إسماعيل(2005): **فن التعامل مع ذوي الإحتياجات الخاصة** ،(ب.ط)، الإسكندرية: مصر، مركز الإسكندرية للكتاب .

- اللالا، وآخرون، (ب.س): **أساسيات التربية الخاصة**، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة .

- النابغة، فتحي محمد(2016): **من ضغوط الحياة اليومية إلى الهناء النفسي**، القاهرة ، دار غريب للطبع و النشر و التوزيع .

ثانيا: الرسائل العلمية الجامعية .

- أبو بكر دردير، نشوة كرم(2007): **الإحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ،ب) و علاقته بأساليب مواجهة المشكلات**، جامعة الفيوم، مصر، رسالة ماجستير (غير منشورة) كلية التربية.

- أقارب، فريدة (2010/2009): **الإحتراق النفسي لدى مستشار التوجيه المدرسي والمهني**، جامعة الجزائر، رسالة ماجيستير في علوم التربية .

- براهمية، أميرة عزيزي مفيدة (2016/2015): **الإحتراق النفسي وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى معلمي التربية الخاصة**، قالمة ، مذكرة ماستر (غير منشورة)، جامعة 8 ماي 1945 الوادي.

- تلالي، نبيلة (2017/2016): **الإحتراق النفسي وعلاقته بالتوافق المهني لدى الزوجة العاملة،** جامعة بسكرة،الجزائر، أطروحة دكتوراه في علم النفس التنظيم والعمل.

- حراث، علي (2020): **الصلابة النفسية وعلاقتها بإستراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة ماستر علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا،** جامعة عمار ثليجي دراسة ميدانية بمدينة الأغواط، رسالة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة.

- حنان قديري، ودلال ونيس (2017): **الصلابة النفسية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى أمهات أطفال التوحد،** دراسة وصفية إرتباطية ببعض المراكز المتخصصة، ولاية الوادي.

- خلاصي، مراد (2014): الاحتراق النفسي لدى الإطارات وعلاقته بالمجهدات المهنية، جامعة قسنطينة2، أطروحة دكتوراه .

- شويطرة، خيرة و يوب مصطفى الزناقي، نادية (2015): الصلابة النفسية لدى الأمهات العاملات بقطاع التعليم بوهران، دراسة نفسية و تربوية .

- شويطرة، خيرة (2017): إستراتيجيات **مواجهة الضغوط النفسية لدى الأمهات على ضوء متغيري الصلابة النفسية والمساندة الإجتماعية،** دراسة ميدانية على عينة من ولاية وهران، رسالة دكتوراه، جامعة وهران 2.

- قميحة، سعد الدين صديق محمود (2012): **الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الأساسية وعلاقته بتقدير الذات وبعض المتغيرات الديمغرافية،** جامعة أم درمان، السودان مذكرة ماجيستير(غير منشورة) .

- مارية سقطني (2023/2022): **الإحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الأخصائيين النفسانيين الممارسين بالمؤسسات المختصة لذوي الإحتياجات الخاصة،** جامعة أم البواقي ، أطروحة دكتوراه في علم النفس العيادي .

- محمد كريبع، **الرضا الوظيفي وعلاقته بالإحتراق النفسي لدى المربين،** رسالة ماجيستير في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية تخصص إرشاد نفسي رياضي، جامعة محمد خيضر، بسكرة .

- ملال خديجة (2010/2009): **تقنين مقياس الإحتراق النفسي لماسلاك وجاكسون في الوسط شبه الطبي**، جامعة وهران.

- مدوري يمينة (2015/2014): **الإحتراق النفسي وعلاقته بأنماط الشخصية وبطبيعة الممارسات المهنية**، جامعة أبو بكر بلقايد، تلمسان، رسالة دكتوراه (غير منشورة)، .

- نعيمة، طايبي(2013/2012): **علاقة الإحتراق النفسي ببعض الإضطرابات النفسية الجسدية لدى الممرضين**، جامعة الجزائر 2، رسالة دكتوراه (غير منشورة)،.

- نوال، بنت عثمان بن أحمد الزهواني، **الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الإحتياجات الخاصة**، المملكة العربية السعودية، رسالة ماجيستير، كلية التربية قسم علم النفس.

- نصراوي، صباح (2015): **تكييف مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي على البيئة الجزائرية**، جامعة العربي بن مهيدي، أم البواقي، رسالة دكتوراه.

- هلكا، عمر(2016).**الصلابة النسية وعلاقتها بكل من تحمل الضيق و الأبعاد الأساسية للشخصية لدى عينة من المراهقين اللبنانيين**، جامعة بيروت العربية ، رسالة دكتوراه .

- البتال، زيد محمد (2000): **ضغوط العمل النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة**، الرياض ، سلسلة إصدارات أكاديمية التربية الخاصة.

- الرشدان مالك (1985): **الإحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعة الأردنية الحكومية وعلاقتها ببعض المتغيرات**، الأردن، رسالة ماجيستير(غير منشورة)، جامعة اليرموك .

ثالثا: المجلات العلمية :

- حنصالي، مريومة و بلوم محمد(2013).**المقاربة النظرية لأحدى سمات الشخصية المناعية: الصلابة النفسية، مجلة علوم الإنسان و المجتمع.** جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.

- دكتور محمد، أحمد الزغيبي (2020).**الإحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى المرشدين و المرشدات بأدارة تعليم صبيا،** مجلة أبحاث، كلية التربية، جامعة الحديدة.

- عباس، مدحت(2010).**الصلابة النفسية كمنبئ يخفض الضغوط النفسية و السلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية،** مجلة كلية التربية.

- عبد الجواد، وفاء محمد، حسين، رمضان عاشور(2015).**الذكاء الروحي وعلاقته بالرضا الوظيفي و الإحتراق النفسي لدى عينة من معلمي ذوي الإحتياجات الخاصة العاديين،** مجلة علوم التربية .

- **مجلة البحث العلمي في التربية**: (2017)، مصر.

- الخرابشة، عمر محمد عبد الله وعربيات أحمد عبد الحليم (2005): **الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع طلبة ذوي صعوبات التعلم،** مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والإجتماعية والإنسانية، مجلد 17 (عدد 2)، السعودية.

- الزيدان، أحمد سعيد (2017): **الصلابة النفسية ومستوى الطموح كمنبئات يالأنشطة الإبداعية لدى طلاب المدارس الثانوية،** دراسة سيكومترية – إكلينيكية، مجلة كلية التربية العدد 22، جامعة بور سعيد..

- السرطاوي زيدان (1997): الإحتراق **النفسي لدى المعلمين والمعلمات وعلاقتهم بإدراكهم للنمط الحرك من وجهة نظر المعلمين،** مؤلف البحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والإجتماعية، المجلد 18، العدد 4.

- الفرح عدنان (2010): **الإحتراق النفسي لدى العاملين مع الأشخاص ذوي الإحتياجات الخاصة في دولة قطر،** مجلة دراسات العلوم التربوية، المجلة 28.

- القرني، علي شويل (2003): **الإعلام و الإحتراق النفسي دراسة عن مستوى الضغوط المهنية في المؤسسات الإعلامية في المملكة العربية السعودية،** مجلة جامعة الملك سعود للأداب، جامعة الملك سعود.

رابعا: القوانين والنصوص التشريعية:

- **الجريدة الرسمية الجزائرية** لسنة(1993):العدد، 25 .

- **الجريدة الرسمية الجزائرية** لسنة (2003): العدد، 64 .

خامسا: المراجع الأجنبية

- Arian, M Jamshidbeigi, A, Kamali, A, Dalir, Z & Ali-Abadi, T. (2023). **The prevalence of burnout syndrome in nursing students**: **A systematic review and meta-analysis**. Teaching and Learning in Nursing, 18(4), 512-520. https://doi.org/10.1016/j.teln.2023.04.015

- Bartone, P. T. McDonald, K, Hansma, B. J & Solomon, J. (2022). **Hardiness moderates the effects of COVID-19 stress on anxiety and depression**. Journal of Affective Disorders, 317, 236-244. https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.08.045

- Beasley, M. Thompson, T & Davidson, J. (2003). **Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness**. Personality and Individual Differences, 34(1), 77-95. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00027-2

- Chan, D. W. (2003). **Hardiness and its role in the stress–burnout relationship among prospective Chinese teachers in Hong Kong**. Teaching and Teacher Education, 19(4), 381-395. https://doi.org/10.1016/S0742-051X(03)00023-4

- Cherng, C. F. G. Sher, J. S., Chu, H., & Yu, L. (2022). **The Relationship Between Civil Pilots' Resilience**, **Psychological Well-being and Work Performance**. Transportation Research Procedia, 66- 16-25. https://doi.org/10.1016/j.trpro.2022.12.003

- Frey, R, Robinson, J, Wong, C & Gott, M. (2018). Burnout, **compassion fatigue and psychological capital: Findings from a survey of nurses delivering palliative care**. Applied Nursing Research, 43- 1-9. https://doi.org/10.1016/j.apnr.2018.06.003

- Kobasa, S. C. (1979). **Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness**. Journal of Personality and Social Psychology, 37(1), 1-11. https://doi.org/10.1037/0022-3514.37.1.1

- Maddi, S. R. (2002). The story of hardiness: **Twenty years of theorizing, research, and practice. Consulting Psychology Journal**: Practice and Research.

- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). **The measurement of experienced burnout. Journal of Organizational Behavior**, 2(2), 99-113. https://doi.org/10.1002/job.4030020205

- Park, J. H Lee, E. N Kong, K. R & Jang M. J. (2017). **Hardiness Mediates Stress and Impact Level in ED Nurses Who Experienced a Violent.**

- Beasley, M, Thompson, T & Davidson, J (2003). **Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardiness. Personality and Individual Differences**, 34(1), 77-95. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00027-2

- Danet, A. (2021). **Psychological impact of COVID-19 pandemic in Western frontline healthcare professionals. A systematic review**. Medicina Clínica (English Edition), 156(9), 449-458. https://doi.org/10.1016/j.medcle.2020.11.003

- Iacovides, A. Fountoulakis, K. Moysidou, C. & Ierodiakonou, C. (1997). **Burnout in nursing staff: A clinical syndrome rather than a psychological reaction?** General Hospital Psychiatry, 19(6), 419-428. https://doi.org/10.1016/S0163-8343(97)00070-4

- Kamboj, K. P, & Garg, P. (2021). **Teachers' psychological well-being role of emotional intelligence and resilient character traits in determining the psychological well-being of Indian** school teachers. International Journal of Educational Management, 35(4), 768-788. https://doi.org/10.1108/IJEM-08-2019-0278

- Simoni, P. S, & Paterson, J. J. (1997). **Hardiness and its role in the stress–burnout relationship among.**

- Merino-Tejedor, E, Fernández-Antón, A, Del-Rey, R., & Maldonado-Muñoz, M. (2015**). Hardiness as a moderator variable between the Big-Five model and Burnout syndrome**. Anales de

Psicología, 31(1), 179-185.
https://doi.org/10.6018/analesps.31.1.161551

- Stankovic, T. Mandic, N. & Sudic S. (2022). **The Importance of Nurses' Gender and Work Experience for Burnout Syndrome**. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(18), 11280. https://doi.org/10.3390/ijerph191811280

- Ying, L, Wang, Y. Lin, C & Chen, C. (2016**). Trait resilience moderated the relationships between resilience and posttraumatic stress disorder symptoms, anxiety and depression symptoms among children indirectly exposed to the Boston Marathon bombing**. Health and Quality of Life Outcomes, 14, 135. https://doi.org/10.1186/s12955-016-0539-1

الملاحـــق

الملحق رقم(1):جدول يوضح مخرجات الحزمspss

متغيرات الدراسة والفروق الفردية

```
CORRELATIONS

  /VARIABLES=الصلابة_النفسية الإحتراق_النفسي
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Corrélations

Remarques

Sortie obtenue		02-MAY-2024 13:29:12
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	62
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques associées à chaque paire de variables sont basées sur l'ensemble des observations contenant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES=الإحتراق_النفسي الصلابة_النفسية /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,06
	Temps écoulé	00:00:00,12

```
[Jeu_de_données0]
```

Corrélations

		الإحتراق_النفسي	الصلابة_النفسية
الإحتراق_النفسي	Corrélation de Pearson	1	-,507
	Sig. (bilatérale)		,000
	N	62	62
الصلابة_النفسية	Corrélation de Pearson	-,507	1
	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	62	62

الملحق رقم (2): جداول تظهر حساب مستوى الإحتراق النفسي حسب متغير الجنس

```
T-TEST GROUPS=الجنس(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=نقص_الإنجاز تبلد_المشاعر الإجهاد_الإنفعالي الإحتراق_النفسي
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test T

Remarques

Sortie obtenue		02-MAY-2024 13:29:42
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	62
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1)الجنس(/MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= الإحتراق_النفسي الإجهاد_الإنفعالي تبلد_المشاعر نقص_الإنجاز /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,00
	Temps écoulé	00:00:00,02

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الإحتراق_النفسي	1,00	21	112,9524	9,03037	1,97059
	2,00	41	110,7073	8,64073	1,34946
الإجهاد_الإنفعالي	1,00	21	35,7619	10,08913	2,20163
	2,00	41	30,2439	7,83830	1,22414
تبلد_المشاعر	1,00	21	32,5714	6,24157	1,36202
	2,00	41	33,8537	6,06861	,94776
نقص_الإنجاز	1,00	21	44,6190	5,30543	1,15774
	2,00	41	46,6098	5,16661	,80689

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الإحتراق_النفسي	Hypothèse de variances égales	,057	,812	,954	60	,344	2,24506	2,35407	-2,46378	6,95390
	Hypothèse de variances inégales			,940	38,881	,353	2,24506	2,38836	-2,58632	7,07644
الإجهاد_الإنفعالي	Hypothèse de variances égales	1,946	,168	2,376	60	,021	5,51800	2,32223	,87286	10,16315
	Hypothèse de variances inégales			2,190	32,714	,036	5,51800	2,51906	,39123	10,64478
تبلد_المشاعر	Hypothèse de variances égales	,058	,810	-,780	60	,439	-1,28223	1,64410	-4,57092	2,00646
	Hypothèse de variances inégales			-,773	39,434	,444	-1,28223	1,65932	-4,63734	2,07288
نقص_الإنجاز	Hypothèse de variances égales	,000	,985	-1,423	60	,160	-1,99071	1,39896	-4,78905	,80764
	Hypothèse de variances inégales			-1,411	39,490	,166	-1,99071	1,41118	-4,84396	,86254

الملحق رقم (3): جداول تظهر حساب مستوى الإحتراق النفسي حسب متغير نوع الإعاقة

```
T-TEST GROUPS=نوع_الإعاقة(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=نقص_الإنجاز تبلد_المشاعر الإجهاد_الإنفعالي الإحتراق_النفسي
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test T

Remarques

Sortie obtenue		02-MAY-2024 13:30:21
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	62
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=نوع_الإعاقة(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES= الإحتراق_النفسي الإجهاد_الإنفعالي تبلد_المشاعر نقص_الإنجاز /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,02

Statistiques de groupe

	نوع الإعاقة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الإحتراق_النفسي	1,00	48	111,0417	8,59975	1,24127
	2,00	14	112,9286	9,49870	2,53863
الإجهاد_الإنفعالي	1,00	48	32,3542	9,04243	1,30516
	2,00	14	31,2857	9,03352	2,41431
تبلد_المشاعر	1,00	48	33,2708	6,00262	,86640
	2,00	14	33,9286	6,66177	1,78043
نقص_الإنجاز	1,00	48	45,4167	5,45322	,78710
	2,00	14	47,7143	4,21405	1,12625

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
									Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الإحتراق_النفسي	Hypothèse de variances égales	,125	,724	-,706	60	,483	-1,88690	2,67367	-7,23505	3,46124
	Hypothèse de variances inégales			-,668	19,648	,512	-1,88690	2,82585	-7,78829	4,01448
الإجهاد_الإنفعالي	Hypothèse de variances égales	,068	,795	,389	60	,699	1,06845	2,74602	-4,42440	6,56131
	Hypothèse de variances inégales			,389	21,208	,701	1,06845	2,74451	-4,63567	6,77257
تبلد_المشاعر	Hypothèse de variances égales	,010	,922	-,352	60	,726	-,65774	1,86848	-4,39525	3,07977
	Hypothèse de variances inégales			-,332	19,582	,743	-,65774	1,98005	-4,79370	3,47823
نقص_الإنجاز	Hypothèse de variances égales	1,027	,315	-1,452	60	,152	-2,29762	1,58246	-5,46301	,86777
	Hypothèse de variances inégales			-1,672	27,017	,106	-2,29762	1,37404	-5,11683	,52159

الملحق رقم (4): جداول تظهر حساب مستوى الصلابة النفسية حسب متغير الجنس

```
T-TEST GROUPS=الجنس(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=الصلابة_النفسية بعد_الإلتزام بعد_التحكم بعد_التحدي
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test T

Remarques

Sortie obtenue		02-MAY-2024 13:30:48
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	62
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=2 1(الجنس) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=الصلابة_النفسية بعد_الإلتزام بعد_التحكم بعد_التحدي /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,02
	Temps écoulé	00:00:00,01

Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصلابة_النفسية	1,00	21	108,5238	8,40011	1,83306
	2,00	41	109,2927	6,99730	1,09279
بعد_الإلتزام	1,00	21	37,1429	2,93744	,64100
	2,00	41	37,6829	2,95329	,46123
بعد_التحكم	1,00	21	35,7619	4,25329	,92814
	2,00	41	36,6098	3,05678	,47739
بعد_التحدي	1,00	21	35,6190	3,24771	,70871
	2,00	41	35,0000	2,88097	,44993

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 % Inférieur	Supérieur
الصلابة_النفسية	Hypothèse de variances égales	1,274	,264	-,382	60	,704	-,76887	2,01102	-4,79151	3,25376
	Hypothèse de variances inégales			-,360	34,560	,721	-,76887	2,13408	-5,10326	3,56551
بعد_الإلتزام	Hypothèse de variances égales	,095	,759	-,683	60	,497	-,54007	,79109	-2,12248	1,04234
	Hypothèse de variances inégales			-,684	40,626	,498	-,54007	,78969	-2,13533	1,05519
بعد_التحكم	Hypothèse de variances égales	3,227	,077	-,902	60	,370	-,84785	,93957	-2,72727	1,03157
	Hypothèse de variances inégales			-,812	30,901	,423	-,84785	1,04372	-2,97681	1,28111
بعد_التحدي	Hypothèse de variances égales	1,198	,278	,767	60	,446	,61905	,80723	-,99566	2,23376

	Hypothèse de variances inégales			,737	36,413	,466	,61905	,83947	-1,08280	2,32090

الملحق رقم (5): جداول تظهر حساب مستوى الصلابة النفسية حسب متغيرنوع الإعاقة

```
T-TEST GROUPS=نوع_الإعاقة(1 2)
  /MISSING=ANALYSIS
  /VARIABLES=بعد_التحدي بعد_التحكم بعد_الإلتزام الصلابة_النفسية
  /CRITERIA=CI(.95).
```

Test T

Remarques

Sortie obtenue		02-MAY-2024 13:31:00
Commentaires		
Entrée	Jeu de données actif	Jeu_de_données0
	Filtre	<sans>
	Pondération	<sans>
	Fichier scindé	<sans>
	N de lignes dans le fichier de travail	62
Gestion des valeurs manquantes	Définition de la valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme étant manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur les observations ne comportant aucune donnée manquante ou hors plage pour aucune variable de l'analyse.
Syntaxe		T-TEST GROUPS=نوع_الإعاقة(1 2) /MISSING=ANALYSIS /VARIABLES=الصلابة_النفسية بعد_الإلتزام بعد_التحكم بعد_التحدي /CRITERIA=CI(.95).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,03
	Temps écoulé	00:00:00,02

Statistiques de groupe

	نوع_الإعاقة	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
الصلابة_النفسية	1,00	48	108,2292	7,07480	1,02116

	2,00	14	111,7857	8,26651	2,20932
بعد_الإلتزام	1,00	48	37,0833	2,85712	,41239
	2,00	14	38,9286	2,84103	,75930
بعد_التحكم	1,00	48	36,1458	3,10106	,44760
	2,00	14	36,9286	4,69802	1,25560
بعد_التحدي	1,00	48	35,0000	3,05273	,44062
	2,00	14	35,9286	2,78635	,74468

Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes					
								Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Inférieur	Supérieur
الصلابة_النفسية	Hypothèse de variances égales	,945	,335	-1,593	60	,116	-3,55655	2,23236	-8,02193	,90884
	Hypothèse de variances inégales			-1,461	18,909	,160	-3,55655	2,43390	-8,65241	1,53931
بعد_الإلتزام	Hypothèse de variances égales	,028	,868	-2,129	60	,037	-1,84524	,86678	-3,57906	-,11141
	Hypothèse de variances inégales			-2,136	21,288	,044	-1,84524	,86406	-3,64066	-,04981
بعد_التحكم	Hypothèse de variances égales	6,303	,015	-,734	60	,466	-,78274	1,06593	-2,91493	1,34945
	Hypothèse de variances inégales			-,587	16,441	,565	-,78274	1,33300	-3,60242	2,03694
بعد_التحدي	Hypothèse de variances égales	,182	,671	-1,020	60	,312	-,92857	,91033	-2,74951	,89237
	Hypothèse de variances inégales			-1,073	22,919	,294	-,92857	,86528	-2,71888	,86174

الملحق رقم (6):الصورة النهائية لإستبيان الإحتراق النفسي الموجه لعينة الدراسة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الدكتور يحي فارس المدية

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته مربي (ة) الفاضل:

في إطار إعداد مذكرة تخرج لنيل شهادة الماستر تخصص علم النفس العيادي تحت عنوان:" الصلابة النفسية وعلاقتها بالإحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة "، نضع بين أيديكم هذا المقياس الذي يتضمن عددا من بنود حول **مستوى الإحتراق النفسي.**

ويرجى منك الإجابة على جميع العبارات بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة بكل صدق وصراحة لأن إجابتكم سوف تقودنا إلى نتائج حقيقية، ونحيطك علما بأن تعاونك في ملء هذا الإستبيان دعما للبحث العلمي، علما بأن المعلومات المتحصل عليها سيتم التعامل معها بسرية تامة، مع الشكر المسبق على حسن تعاونك معنا في إنجاز هذا العمل متمنين لك التوفيق والنجاح

البيانات الشخصية:

الجنس:ذكر أنثى:

السن: أقل من 30 سنة بين 30 و40 سنة أكثر من 40 سنة طبيعة

التكوين:التكوين الجامعي تكوين معهد متخصص

سنوات الخبرة:أقل من ثلاثة سنوات أكثر من ثلاثة سنوات

نوع الإعاقة المتكفل بها: إعاقة سمعية التخلف العقلي

الرقم	العبارات	كل يوم	مرات قليلة في الأسبوع	مرات قليلة في الشهر	مرات قليلة في السنة	أبدا
01	أتعامل بكل هدوء مع المشاكل الإنفعالية والعاطفية في أثناء ممارسة لمهنة المربي (ة)					
02	إن العمل بشكل مباشر مع الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة يؤدي بي إلى ضغوط شديدة					

03	أشعر أنني أعمل في هذه المهنة بإجهاد كبير					
04	التعامل مع ذوي الإحتياجات الخاصة يسبب لي الإنزعاج					
05	أخشى أن يجعلني هذا العمل قاسيا					
06	حقيقة لا أهتم بما يحدث مع الأطفال من ذوي الإحتياجات الخاصة من مشاكل					
07	أشعر بالإجهاد حينما أستيقظ في الصباح وأعرف أن علي مواجهة يوم عمل جديد					
08	أشعر أن طاقتي مستنفدة من كثرة العمل مع الفئات ذوي الإحتياجات الخاصة في نهاية كل يوم					
09	أشعر أن عملي في المراكز ذوي الإحتياجات الخاصة يستفدني إنفعاليا					
10	التعامل مع هذه الفئة طوال يوم العمل يتطلب مني جهدا كبيرا					
11	التعامل مع أولياء الأطفال في عملي يسبب لي التوتر					
12	أشعر أنني أتعامل مع بعض الحالات وكأنهم لا بشر					
13	أشعر بالإحتراق النفسي مع ممارستي هذه المهنة					
14	أصبحت أقل شعورا بالناس منذ إلتحاقي بهذه المهنة					
15	أشعر بالإحباط من ممارستي للعمل في هذا المجال					
16	أشعر أن أسر أطفال ذوي إحتياجات الخاصة يلومونني عن بعض مشاكل أبنائهم					
17	لم أعد أهتم بتقديم المساعدة للأشخاص الذين يحتاجون لمساعدتي في العمل					
18	نادرا ما أكترث للمشاكل التي يتعرض لها الأشخاص المحيطون بي					
19	أنا قلق من كون عملي يجعلني متبلد المشاعر					
20	أجد صعوبة في فهم مشاعر أطفال ذوي الإحتياجات الخاصة					
21	أتعامل بفعالية عالية مع المشاكل التي يواجهها أطفال ذوي الإحتياجات الخاصة					
22	أشعر أن لي تأثيرا إيجابيا في حياة الأطفال					
23	أستطيع بكل سهولة أن أخلق جوا نفسيا مريحا مع الحالات التي أتعامل معها					
24	أستطيع بسهولة تهيئة جو نفسي مريح هذه الحالات					
25	أشعر بالسعادة والراحة بعد إنهاء العمل مع ذوي الإحتياجات الخاصة					
26	لقد أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في هذه المهنة					

27	أتقبل جميع المشاكل الإنفعالية والعاطفية في أثناء ممارسة مهنة المربي (ة)					
28	يشعرني عملي بالرضا عن نفسي					
29	أشعر بالحيوية والنشاط خلال ممارستي هذه المهنة					
30	أنجزت أشياء كثيرة ذات قيمة وأهمية في العمل في مراكز ذوي الإحتياجات الخاصة					

الملحق رقم (6):الصورة النهائية لإستبيان الصلابة النفسية الموجه لعينة الدراسة

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة الدكتور يحي فارس المدية

كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته مربي (ة) الفاضل:

في إطار إعداد مذكرة تخرج لنيل شهاد الماستر تخصص علم النفس العيادي تحت عنوان:" الصلابة النفسية وعلاقتها بالإحتراق النفسي لدى مربي التربية الخاصة "، نضع بين أيديكم هذا المقياس الذي يتضمن عددا من بنود حول **مستوى الصلابة النفسية**، ويرجى منك الإجابة على جميع العبارات بوضع علامة (X) في الخانة المناسبة بكل صدق وصراحة لأن إجابتكم سوف تقودنا إلى نتائج حقيقية ونحيطك علما بأن تعاونك في ملء هذا الإستبيان دعما للبحث العلمي، علما بأن المعلومات المتحصل عليها سيتم التعامل معها بسرية تامة، مع الشكر المسبق على حسن تعاونك معنا في إنجاز هذا العمل متمنين لك التوفيق والنجاح.

البيانات الشخصية:

الجنس:ذكر ☐ أنثى: ☐

السن: أقل من 30 سنة ☐ بين 30 و40 سنة ☐ أكثر من 40 سنة ☐

التكوين:التكوين الجامعي ☐ تكوين معهد متخصص الخبرة:أقل من ثلاثة سنوات ☐ أكثر من ثلاثة سنوات ☐

نوع الإعاقة المتكفل بها: إعاقة سمعية ☐ التخلف العقلي ☐

الرقم	العبارت	دائما	أحيانا	أبدا
01	تحقيق أهدافي لا يتوقف على حجم العراقيل			
02	أتخذ قراراتي بنفسي ولا تملي عليّ من طرف آخر			
03	متعة الحياة تتوقف على قدرة الفرد في تقصيها			
04	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم			
05	عندما أحدد خططي المستقبلية أكون متأكداً من قدرتي على تنفيذها			
06	أستبق حلولا للمشاكل قبل وقوعها			
07	أحيانا يضيع وقتي بدون جدوى			
08	لتحقيق النجاح في أمور (دراسة، عمل)أعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة			
09	أسعى إلى الإستطلاع ومعرفة ما لا أعرفه			
10	أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى أعيش لأجله			
11	النجاح صدفة وليست نتيجة عمل وكفاح			
12	أعتقد أن حياة المثابرة هي التي تنطوي على مشاكل أستطيع مواجهتها			
13	أتمسك بقيمي ومبادئي ولا أقبل تغييرها			
14	أعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه			
15	لدي القدرة على حل المشاكل التي تواجهني تشجعني على المثابرة			
16	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها			
17	أعتقد أن ما يحدث لي هو غالبا نتيجة لتخطيطي			
18	المشاكل تحث قدراتي على التحدي			
19	لا أتردد في الإستجابة بالمشاركة في أي نشاط يخدم المجتمع الذي أعيش فيه			
20	لا يوجد أصلا شيء إسمه الحظ			
21	أشعر بالخوف والتهديد لما قد يحصل لي في حياتي			

22	أسارع بالوقوف إلى جانب الآخرين عند مواجهتهم لأي مشكلة				
23	أعتقد أن الصدفة والحظ يلعبان دورا هاما في حياتي				
24	عند حلي لمشكلة أجد متعة في السعي لحل مشكلة أخرى				
25	أعتقد أن البعد عن الناس غنيمة				
26	أستطيع التحكم في مجرى حياتي				
27	أعتقد أن مواجهة المشاكل هي إختبار قوة تحملي وقدرتي على المثابرة				
28	إهتمامي بنفسي لا يترك لي فرصة للتفكير في أي شيء آخر				
29	أعتقد أن سوء الحظ يعود لعدم التخطيط الجيد				
30	لدي حب المغامرة والرغبة في إستكشاف ما يحيط بي				
31	أبادر بعمل أي شيء أعتقد أنه يخدم أسرتي				
32	أعتقد أن تأثيري ضعيف على ما يقع لي من أحداث				
33	أبادر إلى مواجهة المشاكل لأني أثق في قدرتي على حلها				
34	أهتم كثيرا بما يدور حولي من أحداث وقضايا				
35	أعتقد أن حياة الأفراد تتأثر بقوى خارجية لا سيطرة لهم عليها				
36	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي				
37	الحياة بكل ما فيها لا تستحق أن نحياها				
38	أؤمن بالمثل "قيراط حظ ولا فدان شطارة "				
39	أعتقد أن الحياة التي لا تحتوي على تغيير هي حياة مملة وروتينية				
40	أشعر بالمسؤولية أمام الآخرين حين يستنجدون بي				
41	أعتقد أن لي تأثيرا قويا على ما يجري حولي من أحداث				
42	أتخوف من تغييرات الحياة فكل تغيير قد ينطوي على تهديد لي ولحياتي				
43	أهتم بقضايا الوطن وأشارك فيها بكل ما أمكن				
44	أخطط لأمور حياتي ولا أتركها للحظ والصدفة والمؤثرات الخارجية				
45	التغيير هو مبدأ الحياة والمهم هو القدرة على مواجهتها بنجاح				

46	أغير قيمي ومبادئي اذا دعت الظروف لذلك			
47	أشعر بالخوف من مواجهة المشاكل حتى قبل أن تحدث			