جامعة غرداية

كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الإجتماعية

شعبة علم النفس

سمات الشخصية ودورها في ظهور الإحتراق النفسي لدى المربين

دراسة عيادية لخمس حالات بالمركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنياً –تيميمون–

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

إعداد الطالب :

العربي ولد الصديق

إشـراف :

الدكتورة حنان بلعباس

لجنة المناقشة:

الإسم و اللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
د/ يوسف قدوري	أستاذ محاضر أ	جامعة غرداية	رئيسا
د/ حنان بلعباس	أستاذة محاضرة أ	جامعة غرداية	مشرفة
د/ أمال بن عبد الرحمان	أستاذة محاضرة أ	جامعة غرداية	مناقشة

السنة الجامعية : 2017–2018

كلمة شكر

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات أما بعد بتوجه بالشكر الجزيل الى كل من ساعدنا في إتمام هدا العمل المتواضع وأخص بالشكر والتقدير الأستاذة المشرفة د حنان بلعباس التي أعطتني من وقتها الشي الكثير في سبيل إنجاز هدا البحث كما لا يفوتني أن أتقدم بجزيل الشكر والعرفان الى أصدقائي كل باسمه والى كل من أعانني من قريب أو بعيد حتى ولو بالكلمة الطيبة والى كل من يستحق والحمد لله أولا وأخيرا.

العربي

الإهداء

الى النور الذي يضيء لي درب النجاح والذي الغالي .

الى من غمرتني بحنانها وحبها والدتي العزيزة.

الى اخوتي وأخواتي حبا وتقديرا .

الى الأستاذة الفاضلة حنان بلعباس شكرا وعرفانا.

الى من بهم تحلو الحياة وتزداد جمالا أصدقائي الأعزاء.

الى كل من أحب .

العربي

ملخص الدراسة باللغة العربية :

هدفت الدراسة الى معرفة بعض سمات الشخصية ودورها في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين بالمركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين دهنيا –بتيميمون – انطلقنا في دراستنا للموضوع من فرضية مفادها " لسمات الشخصية دور في الاحتراق النفسي الذي يعاني منه المربين العاملين بالمركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا ."

وللتحقق منها اتبعنا المنهج العيادي و تم إختيار خمسة حالات من المربين العاملين بالمركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين دهنيا –بتيميمون – وتتراوح أعمارهم ما بين 23 إلى 45 سنة طبقنا عليهم ثلاثة أدوات وهي المقابلة النصف موجهة ، مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ، مقياس فرايبورج للشخصية.

وبعد تحليل المعطيات الكمّية التي أفرزها المقياسين والمقابلة العيادية، توصّلنا إلى مجموعة من النتائج، والتي سنقتصر على عرض أهمها:

-" يعاني المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا من درجة عالية من الاحتراق النفسي."

- "وجود بعض سمات الشخصية التي لها دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا . وهي (سمة العدوانية ،العصبية ،الهدوء ،الاكتئابية ،الاجتماعية ،القابلية للاستثارة ، الضبط أو الكف)
- الكلمات المفتاحية: سمات الشخصية .الاحتراق النفسي، المربين.

ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية.

The abstract

The aim of the study was to know some personality traits and their role in the emergence of psychological pedagogic center psychological children with mentally handicapped in Timimon. In our study of the subject we started from the hypothesis that personality traits play a role in the psychological combustion experienced by the educators working in the psychological pedagogic center for children with mental disabilities and to verify them we followed the clinical approach and were five cases selected from educators working in the pedagogic center for children with mental disabilities I Timimon ,aged between 23 and 45 years. We applied three tools : the half - scale interview, the masslash index of psychological combustion,and the Freiburg scale of personality. After analyzing the quantitative data produced by the two parameters and the clinical interview, we reached a set of result which are limited to the presentation of the most Important:

Educators working in the pedagogic center psychological children with mentally handicapped suffer from high degree of psychological combustion

The existence of some personality traits that have a role in the emergence of psychological combustion among educators working in the pedagogic center which are (aggression, nervousness, calm, depression, Social, the ability to provoke, and control or stop)

Keywords: personal attributes, stress et burn-out.educators.

-كلمة شكر

-الاهداء

-ملخص الدراسة

فهرس الموضوعات

-مقدمة 01

الجانب النظري

الفصل الأل : الإطار العام للدراسة

1الاشكالية.....05

2-فرضيات الدراسة..... 09

3-أهمية الدراسة.....09

4-أهداف الدراسة 09

5-تحديد مصطلحات الدراسة اجرائيا.....10

6-الدراسات السابقة.....11

7-تعقيب على الدراسات السابقة 15

الفصل الثاني :الاحتراق النفسي

تمهيد.....18

1-تعريف الاحتراق النفسي.....18

2-أعراض الاحتراق النفسي..... 20

3-اسباب الاحتراق النفسي.....21

4-مراحل ومستويات الاحتراق النفسي 22

5-أبعاد الاحتراق النفسي 23

6-النظريات المفسرة للاحتراق النفسي.....24

7-استراتيجيات تفادي الاحتراق النفسي وعلاجه.....24

خلاصة الفصل 26

الفصل الثالث :سمات الشخصية

تمهيد.....**28**

1-تعريف الشخصية.....**28**

2-أبعاد ومكونات الشخصية **29**

3-نظريات الشخصية **31**

4-خصائص الشخصية.....**36**

5-محددات الشخصية.....**37**

6-سمات الشخصية **38**

7-خلاصة الفصل.....**40**

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.....**43**

1-المنهج المتبع **43**

2- الحدود الزمانية والمكانية.....**43**

3-مجموعة البحث

1/3 شروطها **43**

2/3خصائصها.....**44**

4- أدوات البحث

1/4 المقابلة النصف موجهة **44**

2/4 مقياس ما سلاش للإحتراق النفسي.....**45**

3/4 مقياس فرايبورج للشخصية.....**46**

5/ طريقة و ظروف إلاجراء.....**49**

خلاصة.....**49**

الفصل الخامس :عرض ومناقشة النتائج

تمهيد **51**

1/عرض وتحليل الحالات **51**

1/1عرض وتحليل الحالات النمودجية..... **51**

2/1 خلاصة الحالات المتبقة..... **61**

2/ مناقشة وتحليل نتائج الدراسة **66**

1/2 مناقشة وتحليل الفرضية الأولى **66**

2/2 مناقشة وتحليل الفرضية الثانية **69**

خلاصة الفصل **69**

-الاستنتاج العام..... **71**

-الاقتراحات **72**

-قائمة المراجع

- الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	العنوان	الصفحة
.1	جدول يبن خصائص مجموعة البحث	44
.2	جدول يوضح مستويات الاحتراق النفسي	46
.3	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي	52
.4	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية	53
.5	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي	58
.6	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية	58
.7	جدول يبين خصائص الحالات المتبقية	62
.8	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس الاحتراق النفسي	63
.9	جدول يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية	64

.

مقدمة

يزداد الاهتمام في الوقت الحالي بموضوع التربية الخاصة التي تسهم في تقديم الخدمات التعليمية والاجتماعية والاقتصادية للأفراد ذوي الاحتياجات الخاصة حيث ان هذاً الاهتمام يساعد على تحقيق المبادئ المتعلقة بالتعليم للجميع وتساوي الفرص وحقوق الإنسان والمشاركة في حياة المجتمع والعدالة الاجتماعية وقد ساعدت الأشخاص ذوي الحاجات الخاصة على اكتساب مهارات كانت تعد فيما مضى غير قابلة للتحقيق.

ولكن مع كل هذاً الاهتمام بالفئات ذوي الاحتياجات الخاصة الا ان الفئة القائمة على تعليم هذة الفئات اي المربين لم تنل نفس الدرجة من تسليط الضوء والاهتمام كالتي نالتها الفئات ذوي الاحتياجات الخاصة وذلك من حيث الجانب النفسي والمشكلات والضغوط النفسية التي يتعرضون لها والتي ثبت من خلال الدراسات ان لها تاثير على انجاز وكفاءة الفرد في المهن الحيوية في المجتمع كالتدريس مثلاً. حيث تركز الاهتمام بمربي التربية الخاصة في مجال رفع مستوى كفاءاتهم باستمرار.

وبما ان المؤسسات التعليمية والتربوية يعدون من أهم المرافق التعليمية نظراً للدور الكبير الذي تؤديه في استثمار الطاقات البشرية ويعد مربي التربية الخاصة أهم ركائز هذه المؤسسة ولاسباب شتى تبرز معوقات تحول دون قيام المربي بدوره كاملاً الأمر الذي يسهم في إحساسه بالعجز عن القيام بواجبه بالمستوى الذي يتوقعه منه الآخرون وإذاً حدث ذلك فإن العلاقة التي تربط بين المربي وتلميذه تأخذ بعداً سلبياً له آثار مدمرة في العملية التربوية كلها ويؤدي هذاً الاحساس بالعجز مع استنفاد الجهد الى حالة من الإنهاك والاحتراق النفسي .

من هنا برزت الحاجة الى تسليط الضوء على موضوع الاحتراق النفسي الذي يعد إحدى نتائج الازمات النفسية الخطيرة على المربين العاملين في مؤسسات التعليم بشكل عام, والمركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا بشكل خاص والتي تؤثر سلبياً في الجانب الاجتماعي, والصحي, والنفسي للأفراد الذين يعملون مع هاته الفئة .

وقد قمنا بتقسيم هده الدراسة الى جانبين :أولا جانب نظري ويحتوي على ثلاثة فصول :

الفصل الأول: وفيه الاطار العام للدراسة من حيث تحديد اشكالية الدراسة والفرضيات وكدا أهمية وأهداف الدراسة ،ثم تحديد المصطلحات الإجرائية، وصولا الى أهم الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث.

الفصل الثاني :حيث تطرقنا فيه الى الخلفية النظرية للأحتراق النفسي انطلاقا من التعريف بالمصطلح لغة واصطلاحا ، مراحله، أسبابه ،وكذا مرور بمستوياته وابعاده ، ثم أهم الاتجاهات النظرية وصولا الى كيفية الوقاية والعلاج منه.

الفصل الثالث : تطرقنا فيه الى الخلفية النظرية للشخصية وخصائصها ومحدداتها وابعادها ومكوناتها ثم الاتجاهات النظريات المفسرة للشخصية ،وصولا الى سمات الشخصية.

الجانب التطبيقي حيث يحتوي على فصلين : الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية حيث تطرقنا الى المنهج المتبع و إلى تحديد المجال الزماني والمكاني للدراسة، العينة، وتحديد أدوات البحث، إجراءات الدراسة

الفصل الخامس فقد تم فيه عرض وتحليل وتفسير نتائج البحث المتحصل عليها مع مناقشتها وأتممنا الدراسة باستنتاج عام إضافة إلى قائمة المراجع مع الإشارة إلى ملاحق هده الدراسة

الجانب النظري

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

1الاشكالية

2-فرضيات الدراسة.

3-أهمية الدراسة

4-أهداف الدراسة

5-تحديد مصطلحات الدراسة اجرائيا.

6-الدراسات السابقة

7-تعقيب على الدراسات السابقة

الاشكالية

من المعروف ان حالات الضغط التي يتعرض لها الانسان في حياته اليومية وفي عديد المجالات تعود الى عدة عوامل خاصة المهنية منها وشخصية الفرد في حد ذاته وهدا ما يجعله يبحث عن مصادر السند التي تسمح له بالاستمرار و التكيف حيث تعتبر مهنة المربي واحدة من أهم المهن التي تحوي الكثير من الضغوظ وحيث تتميز عملية التكفل بفئة أطفال ذوي الأحتياجات الخاصة بصعوبات كثيرة كون هذه الفئة تستند بصفة مباشرة على المربين المشرفين عليهم داخل المراكز النفسية البيداغوجية المتخصصة.

وفي ظل هذه الوضعية اصبح المربين يجدون صعوبات في أداء مهامهم على اكمل وجه مما يدفعهم وبصورة مستمرة إلى المزيد من بذل الجهد بغيت مساعدة الأطفال ومع اتساع المسافة بين ما يطلبه الأطفال أو أسرهم وما يقدمه المربي يجد هذا الأخير انه غير قادر على المزيد من العطاء نظرا لاستنزاف المتزايد للجهد والإحساس بسلبية أدائه يتجه بذلك المربين إلى مرحلة تصنف عادة ضمن الاحتراق النفسي ويرى وبالاهتمام الزائد في السنوات الحالية بالضغوط النفسية بصفة عامة والاحتراق النفسي بصفة أخص وهذا نظرا لما يخلفه من عواقب جسيمة على صحة العاملين فقد تظهر في هذه المهن ذات الطابع الانساني معوقات و ضغوط مختلفة تحول دون قيام الموظف بدوره المطلوب كما هو وكما يتوقعه الآخرون .

هدا حيث تعرف ماسلاش الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض تتمثل في الإجهاد النفسي و استنفاذ الطاقة الانفعالية و التجرد من النواحي الشخصية والإحساس بعدم الرضا عن الانجاز في المجال المهني، والتي يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس.

يعد الاحتراق النفسي من الظواهر النفسية التي نالت اهتمام الباحثين خاصة في السنوات الأخيرة بحيث تناولها بدراسة لرصد الاسباب وتحديد لاغراصها ووصفها لتاثيراتها السلبية التي تؤدي عادة الى سوء التوافق النفسي والمهني وحتى الاجتماعي وكذا دافعية الإنجاز التي تؤثر بدورها على عمل المربي فتؤدي الى نقص أداءه.

لقد إهتمت مجموعة من الدراسات على ظاهرة الاحتراق النفسي حيث ركزت دراسة كريستينا وسوزان جاكسون (1982) على التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى عينات كبيرة من العاملين في مهن المحماة ، الشرطة، التمريض، الطب النفسي، الارشاد والتعليم، الإدارة، ةالعمل الاجتماعي. وقد خلصت الدراسات الى النتائج التالية:

وجود فروق مهمة بين الذكور والاناث في مختلف أبعاد الاحتراق النفسي، إذا أظهرت الذكور شعور بالانجاز بدرجة أعلى من الاناث على مستوى التكرار والشدة، كما أشارت الدراسة الى وجود فرةق مهمة بين مستويات العمر والاحتراق النفسي وقد أظهر أفراد العينة من فئة صغار السن شعورا سلبيا تجاه العملاء بدرجة أعلى من فئة كبار السن من حيث شدة الاتجاه الانفعالي وأظهرت النتائج أن كلا من غير المتزوجين والمطلقين عانوا من الاجهاد الانفعالي بدرجة أعلى من الافراد المتزوجين عاى مستوى التكرار والشدة (الوابلي س،1995.ص18).

اما دراسة فيمان وبلتون (1986) فكانت حول المتغيرات المرتبطة بالضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في مرحلة التدريب ومعلمي التربية الخاصة في السنة الأولى من العمل والتي هدفت الى الكشف عن الضغوط والاحتراق لدى العينة مكونة من (379) معلم تربية خاصة تحت التدريب و(63) معلم تربية خاصة في السنة الاولي من العمل وقد أشارت نتائج الدراسة الى المعلم المشكلات المتعلقة بضغوط والاحتراق النفسي على انها مشكلات متداخلة، ولم تتمكن الدراسة من الكشف عن مستوياتها وقد تم ملاحظة مستويات مختلفة من المشكلات في مراحل المختلفة للتطور المهني(الجمالي، ف ، وأخرون،2003،ص169).

اما دراسة سيفريني وليبي سنة (1997) ركزت على مقارنة الاحتراق النفسي بين الارشاد النفسي ةالاكاديمي والعلاقة بين عملية الدعم الاجتماعي والتقليد والموافقة والرضا المهني. وهدفت الدراسة الى الكشف عن درجة الاحتراق النفسي من خلال عينة من الاخصائيين النفسانيين والمرشدين الاكاديميين تم اختيارها من الجامعات في كاليفورينا وقد شارك في الدراسة (123) مرشد، واجرى مقارنة مجموعتين من المرشدين النفسانيين في عملية قياس درجة الاحتراق النفسي. وقد أظهرت نتائج الدراسة باستخدام تحليل التباين المتعدد أن المجموعات كانت مختلفة بشكل واضح، في حين أن تحليل التباين الأحادي أظهر أن المرشدين الاكاديميين قد تعرضوا بوضوح لهبوط في تماسك الشخصية، كما دل على ذالك احد أبعاد الاحتراق الفرعية الثلاثة.

وأيضا دراسة زيدان السرطاوي سنة (1997) بالسعودي، هدفت هذه الدراسة للكشف عن مستويات ومصادر الاحتراق النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية على عينة من المعلمين في المعاهد ومراكز التربية الخاصة التابعة لوزارة المعارف السعودية بالرياض وباستخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي نبين ان مستوى الاحتراق النفسي كان معتدلا على بعدي الشغور والانجاز والاجهاد الانفغالي فحين كان المستوى متدنيا بخصوص بعد تبلد المشاعر كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائيا بين استجابات المتخصيين في الترية الخاصة على بعد الاجهاد الانفعالي وذالك لصالح المتخصصين في التربية ولم تكشف الدراسة عن وجود أية دلالة إحصائية وفق

متغيري التخصص ونمط الخدمة وذالك على بعد تبلد المشاعر. في حين كشفت نتائج عن وجود فروق دالة إحصائية وفق نفس المتغيرين على بعد نقص الشعور بالانجاز وذالك لصالح المتخصصين في التربية الخاصة الذين يعانون من مشاعر نقص الشعور بالانجاز اكثر من غير المتخصصين.(السرطاوي، ز،1997،ص،57).

وفي سنة (2008) دراسة بولقرون نورة بقسنطينة بعنوان تنادر الاحتراق النفسي لدي أساتذة التعليم العالي حيث تساءلت الدراسة عن مدى تأثير بعض ظروف العمل الضاغطة على ظهور تناذر الاحتراق النفسي لدي أفراد العينة وقد تم طرح مجموعة من الفرضيات للإجابة على هذا التسؤل عن طريق القيام ببحث ميداني نفس-إجتماعي للتأكد من صحتها وقد إعتمدت الدراسة في ذالك على وسيلتين هما سلم ماسلاش (1981) واستمارته تتضمن أسئلة حول ظروف العمل بصفة عامة وقد تعلق التحقق الميداني ب322 أستاذ دائم بجامعة مونثوري بقسنطينة موزعيين على جميع الفروع وسمحت المعالجة الإحصائية للمعطيات من جهة بتسجيل "إعباء انفعالي" لدي40بالمئة من الأساتذة قيد البحث وفقدان الحس الإنساني لدي 18بالمئة من الأساتذة وإنخفاض الإنجاز الذاتي لدي 47بالمئة، من جهة اخري عكست النتاءج التاثير السلبي لعدم الرضا المهني لدى الأساتذة بالنسبة لظروف عملهم بصفة عامة (بولقرون، ن ،2008، ص98).

وقد ازداد اهتمام علماء النفس في الربع الأخير من القرن الماضي على تحليل ودراسة مفهوم الاحتراق النفسي باتجاه كشف مستوياته لدى الأفراد وتحديد قدراتهم على مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة وأثارها السلبية المتحققة على صحة الفرد النفسية والجسمية.

واحتلت دراسة الشخصية مكانة مهمة، ومما ساعد على تأكيد هذه المكانة النظر إلى الشخصية على أنها محصلة عدة عوامل تعمل في وحدة متكاملة تنتج من تفاعل عدة سمات جسمية ونفسية تحدد أسلوب تعامل الشخص مع مكونات بيئته.

ويعرف عمار كشرود في معجمه بان الشخصية تشير الى الخصائص والسمات التي تتوفر في تركيب بيان وكيان الشخص(كشرود ، ع،1994.ص260).

ويمكن تصنيف الافراد الى نمطين من انماط الشخصية :

-نمط(ا)اكثر قابلية للضغوط. يجب ان ينجز اكبر قدر من الاعمال في اقصر مدة ممكنة ولديه مبالغة في طموحاته ويحب سباق الزمن.

-نمط(ب).(عكس النمط(ا)لديه ثقة وهدوء. ياخذ الامور ببساطة.

وقد استخلصت عموم تلك الدراسات نتيجة دالة ومهمة حول تفاوت واختلاف قدرات الأفراد على التعامل المرن مع أحداث الحياة سواءً الاعتيادية منها أو الطارئة كلٌ حسب تفاوت واختلاف سماتهم وخصائصهم الشخصية والتي هي في واقعها محصلة لتفاعل عوامل التنشئة البيئية المتمثلة أولا بالأسرة , فالمدرسة ثم المجتمع مع التغيرات البيولوجية المتمثلة بالتغيرات الجسمية والجنسية لدى الفرد فضلاً عما يستجد من تطور وتغير في حياته العاطفية والانفعالية والسلوكية.

وان دراسة محاولات الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى المربين تأتي لغرض السيطرة على الضغوط البيئية التي تواجههم، وإثراء خبراتهم وتجاربهم باتجاه شمولية توافقهم وقدرتهم على التصرف المرن والملائم وكذلك إعطاء صورة للمدير المؤسسة عن حالة المربي النفسية كي يرسم من خلالها نوع الإعداد النفسي المطلوب, وكلما ازدادت درجات تلك الضغوط المؤثرة كلما تأثر انجاز المربي سلبا لكن هل إن لسمات شخصيته دورا في ظهور الاحتراق النفسي .

حيث ارتأينا إلى اختيار فئة المربين العاملين مع الأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة كعينة من العاملين المتعرضين الى الضغوط اليومية في مجال العمل وكذا دور سمات الشخصية في ظهور الاحتراق النفسي كموضوع للبحث وفق التساؤل التالي:

- هل يعاني المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للاطفال المعوقين ذهنيا من الإحتراق النفسي؟
- هل لسمات الشخصية دور في ظهور الإحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للاطفال المعوقين ذهنيا؟

2-الفرضيات

- يعاني المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للاطفال المعوقين ذهنيا من درجة عالية من الإحتراق النفسي.
- لسمات الشخصية دورفي ظهور الإحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للاطفال المعوقين ذهنيا.

3- أهمية الدراسة:

- توعية العاملين في هدا المجال بأهمية هده الظاهرة التي يمكن ان تأثر سلبا على أدائهم المهني
- ان دراسة طاهرة الاحتراق النفسي ضرورة من ضرورات الاهتمام بالصحة النفسية خاصة للمربي وذلك لأهمية الدور الذي يقوم به.
- وعي المربي بسمات الشخصية التي يتكون منها الفرد وكذا خصائص كل منها.
- وتعبر هده الدراسة محاولة لإبراز مهنة المربي والصعوبات التي توجهه في اداء واجبه.

4- أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الى التعرف على :

1. معرفة سمات الشخصية لدى المربين
2. معرفة السمات الشخصية الأكثر عرضة للإصابة بالإحتراق النفسي بدرجة عالية
3. التعرف على مستويات الإحتراق النفسي (الإجهاد العاطفي. تبلد المشاعر .نقص الشعور بالإنجاز) لدى المربي العامل في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا

5- التعريف الإجرائي :

- سمات الشخصية:

تعرف سمات الشخصية اصطلاحا على أنها الصفة الجسمية أو العقلية أو الانفعالية أو الاجتماعية الفطرية أو المكتسبة التي يتميز بها الشخص و هي استعداد تابت نسبيا لنوع معين من السلوك (نبيل صالح س ، 2004 ،ص 58)، وتحدد إجرائيا في هذه الدراسة من خلال إجابة المربي على بنود اختبار قائمة " فرايبورج للشخصية " و ذلك باحتساب الدرجة التي يحصل عليها في الأبعاد الثمانية للشخصية و المتمثلة في بعد: (العصبية، العدوانية، الإكتئابية، القابلية للاستثارة الاجتماعية ، الهدوء ، السيطرة ،الضبط أو الكف) ، بحيث الدرجة العالية للبعد و التي قدرها (14) تشير إلى خصائص معينة، و الدرجة المنخفضة و التي قدرها (07) تشير إلى خصائص معينة لنفس البعد لتميز السمة المناسبة للفرد، بحيث تتراوح درجات المقياس بين (45) درجة كحد أدنى و (90) درجة كحد أقصى .

التعريف الاجرائي" الاحتراق النفسي هو حالة من التعب الجسمي تتميز بالاستمرارية وتكوين اتجاهات سلبية نحو العمل ونحو الاخرين. ويظهر في الدراسة الحالة من خلال الدرجة التي يتحصل عليها المفحوص على مقياس ما سلا ش للاحتراق النفسي في ابعاده الثلاثة".

6/الدراسات التي تناولت الإحتراق النفسي وسمات الشخصية :

1-دراسة المحمود(2000)

عنوان الدراسة: مستوى الإحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الإنجليزية في محافظات شمال الضفة الغربية.

-أهداف الدراسة: التعرف على مستوى الإحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الإنجليزية .

-عينة الدراسة : أجريت الدراسة على 400معلم.

-أدوات الدراسة: مقياس ما سلاش للإحتراق النفسي.

نتائج الدراسة: بينت النتائج ان مستوى الإحتراق النفسي لدى معلمي اللغة الإنجليزية كان عاليا في بعض الإجهاد الإنفعالي ومعتدلا في بعدي وتبلد الشعور ونقص اللشعور بالإنجاز.

وان مستوى الإحتراق النفسي يزداد بإزدياد عمر المعلم. وينخفض بإنخفاض مؤهله العلمي (عابدين ،م 2011، ،ص449).

2-دراسة الخرايشة وعربيات(2005)

عنوان الدراسة: الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم.

أهداف الدراسة: التعرف على مستوى الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم.

-عينة الدراسة: شملت العينة66 معلما ومعلمة.

-أدوات الدراسة: تم إستعمال مقياس ما سلاش للإحتراق النفسي.

-نتائج الدراسة: جاءت درجة الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين ذوي صعوبات التعلم متوسطة على بعدي الإجهاد الإنفعالي وتبلد الشعور. وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالإنجاز. مع وجود فروق دالة احصائيا وفقا لمتغير الجنس ولصالح الإناث بالنسبة لبعد نقص الشعور بالإنجاز. وكذا عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية وفقا لمتغير الجنس بالنسبة لبعد الإجهاد الإنفعالي وتبلد الشعور. وكذا وجود فروق ذات إحصائية على الأبعاد الثلاثة بالنسبة لمتغير الخبرة ولصالح ذوي الخبرة من لديهم خمس سنوات فأكثر(أبو مسعود،س، 2010ص70).

3--دراسة القريوني والخطيب(2006).

-عنوان الدراسة: الإحتراق النفسي لدى عنية من معلمي الطلبة العاديين وذوي الإحتياجات الخاصة بالأردن.

-أهداف الدراسة: التعرف على علاقة الفئة التي يتعامل معها المعلم (طلاب عاديين وذوي الإحتياجات الخاصة)بالإحتراق النفسي لديه.

-عينة الدراسة: طبعت على 447معلما.

-أدوات الدراسة: تم إستخدام مقياس شرتك(1996)

-نتائج الدراسة: أظهرت النتائج أن مستوى الإحتراق لدى المعلمين ذوي الدخل المنخفض والمتوسط أعلى مما هو لدى ذوي الدخل المرتفع.

وكذا وجود أثر لتخصص المعلم على إحتراقه النفسي. بخاصة لدى معلمي الدراسات الإسلامية واللغات والبرمجة وإقتراح صاحب الدراسة بإلحاق المعلمين غير المتخصصين بدورات تكوينية قصد التقليل من درجة الإحتراق النفسي لديهم (القريوتي، ب، 2006ص13.14).

4-دراسة عبد الله جاد محمود2005)

-عنوان الدراسة: بعض عوامل الشخصية والمتغيرات الديمقراطية المستهدفة في الإحتراق النفسي لدى عنية من المعلمين.

-اهداف الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على علاقة عوامل الشخصية بالأحتراق النفسي والتعرف على الفروق في مستوى الإحتراق تبعا لمتغيرات (الجنس والمرحلة التعليمية).

-عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسات من 444 معلما في التخصصات الأدبية والعلمية بالمرحلة الإبتدائية والمرحلة الثانوية(228إبتدائي216ثانوي).

-أدوات الدراسة: مقياس التحليل الإكلينيكي(الجزء الأول)(كاتل وكروق 1998)ترجمة وتقنين محمد السيد عبد الرحمن. وصالح أبو عبادة.

-مقياس الإحتراق النفسي للمعلمين

-نتائج الدراسة: خلصت النتائج إلى وجود إرتباط دال سالب بين مستوى الإحتراق النفسي للمعلمين كل من العوامل التالية (الثبات الإنفعالي والسيطرة والتنظيم الذاتي)مع وجود إرتباط دال موجب بين مستوى الإحتراق النفسي للمعلمين وعاملي التوتر و الإندفاعية كما أثارت الدراسة إلى أن معلمو المرحلة الثانوية كانوا أكثر معاناة من الإحتراق النفسي مقارنة بمعلمي المرحلة الإبتدائية.

كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق في الإحتراق النفسي من حيث الجنس ولصالح الإناث حيث كانت المعلمات أكثر إحتراقا من المعلمين (نشوة كرم ،ع، ابوبكر ،د، 2007ص17).

5-: دراسة دواني(1989)

بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن والى الكشف عن الفروق على أبعاد الاحتراق النفسي لمتغيرات الجنس والمؤهل والخبرة لدى المعلمين والتفاعل بينهما. وقد تكونت العينة (309) معلما ومعلمه، طبق عليهم مقياس (ماسلاش) بعد تعريبه واستخراج دلالات الصدق والثبات له.

دلت نتائج الدراسة على أن المعلم الأردني يعاني من احتراق نفسي بدرجه متوسطه، ودلت كذلك على عدم وجود فروق جوهريه بين مستويات المؤهل العلمي، ومستويات الخبرة التعليمية على بعد تكرار الإجهاد الانفعالي وشدته، ولكن أظهرت فروقا مهمة تعزى للجنس على هذا البعد، إذ تبين أن المعلمات اظهرن درجه أعلى من المعلمين في الاحتراق النفسي، كما تبين أن المعلمين من ذوي التأهيل العالي يعانون أكثر من غيرهم من ذوي

المؤهلات الأخرى من نقص الشعور بالانجاز، كما كشفت الدراسة عن وجود تفاعل بين متغيرات المؤهل والخبرة والجنس على بعد شدة الإجهاد الانفعالي(نشوة كرم ،ع، ابوبكر ،د، 2007ص19).

6- دراسة نشوة كرم عمار ابو بكر دردير (2007)

بعنوان نمط الشخصية(ا-ب) والاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات

هدفة الدراسة الى التعرف تاثير نمط الشخصية(ا-ب)واساليب مواجهة المشكلات على مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين .واستخدمت الباحثة مقياس الاحترق النفسي للمعلمين ومقياس بورتز لتحديد نمط الشخصية على عشوائية من المعلمين والمعلمات بجمهورية مصر، وخلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود فروق دالة احصائيا في الدراجة الكلية للاحتراق النفسي لذوي النمط (ا)بين المعلمين الذين يستخدمون اساليب مواجهة إجابية وبين المعلمين الذين يستخدمون اساليب مواجهة سلبية لصالح الطرف الاول.

- عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الدرجة الكلية للإحتراق النفسي لدى المعلين ذوي النمط (ب) ترجع لأساليب مواجهة المشكلات . (نشوة كرم ،ع، ابوبكر ،د، 2007ص33).

7- دراسة بربرا(1991)

بعنوان " العلاقة بين نمط الشخصية ومصادر الموجهة والاحتراق النفسي لدى معلمات المرحلة الابتدائية ".

هدفت الدراسة الى إختيار العلاقة بين اساليب المواجهة والاحتراق النفسي ونمط الشخصية واستخدمت الباحثة مقياس ماسلاش . قائمة الانماط (مايرزبريجزmbti) وقائمة مصادر المواجهة على عينة مكونة من (14)مدرسة عامة بشمال فلوريدا. توصلت هذه الدراسة إلى ان ذوي الشخصية المنبسطة أقل عرضة للإحتراق النفسي إذا ما إستخدم الشخص اساليب مواجهة فعالة ومناسبة، وأكدت الدراسة أيضا على أن أساليب المواجهة الفعالة تقلل من الإحساس بالإحتراق النفسي.(بربرا ،ج، 1991.ص22)

8: دراسة نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008)

بعنوان (الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة)

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة علاقة الإحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية (الثبات الانفعالي، الاجتماعية، السيطرة،المسؤولية) وكذلك معرفة إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات الإحتراق النفسي.

تكونت هذه الدراسة من 150 عاملة تم اختيارهم بطريقة عشوائية، توصلت الدراسة إلى :

- توجد علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الإحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية (الثبات الانفعالي، الاجتماعية ،السيطرة) عند مستوى دلالة معنوية (0.05) كما أثبتت الدراسة أن هناك علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين الإحتراق النفسي وبين المسؤولية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعات ومنخفضات الإحتراق النفسي ،من العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة و في سمة الثبات الانفعالي. بينما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعات ومنخفضات الإحتراق النفسي في سمات (الاجتماعية ،السيطرة، المسؤولية، و الدرجة الكلية)
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الإحتراق النفسي لدى العاملات
- مع ذوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لاختلاف العمر. (بنت عثمان، ن ،2008.ص 02)

-التعقيب على الدراسات السابقة:

حيث يتضح لنا من الدراسات السابقة أهيمة موضوع الاحتراق النفسي موضوع سمات الشخصية كونهم من المواضيع التي أخدت اهتماما كثير من قبل العديد من الباحثين وسنحاول أن نبرز أهم النقاط التي استخلصت منها:

1/ من حيث الهدف :

نلاحظ أن معظم الدراسات المعروضة اهتمت بدراسة ظاهرة الاحتراق النفسي عند المعلمين وعلاقتها بمتغيرات مختلفة مثل دراسة (نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني 2008) ودراسة (القريوني والخطيب 2006) ودراسة (الخرابشة وعربيات 2005) .

- كما كانت هناك دراسات اهتمت بدراسة مستويات الاحتراق النفسي ندكر منها دراسة (المحمود 2000) ودراسة (دواني 1989) .
- أما دراسات الجزء الثاني من البحث المتعلقة بسمات الشخصية فقد تنوعت أهدافها حيث كان الهدف في بعض الدراسات اكتشاف العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية كما هو الحال في دراسة (نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني 2008) ودراسة (بربرا 1991) ودراسة (نشوة كرم عمار أبو بكر دردير 2007).
- و الدراسة الحالية هدفت للكشف عن دورسمات الشخصية في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين .

2/من حيث العينة :

لقد اختلفت العينات في الدراسات السابقة من دراسة الى أخرى سواء من حيث العدد .الجنس .السن . المؤهل الدراسي .سنوات الخبرة وقد تراوح عدد العينة في بعض الدراسات من (80) الى (200) كما هو في دراسة (نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني) وفي دراسة المحمود (400 معلم) وفي دراسة الخرابشة وعربيات (66) وفي دراسة عبد الله جاد محمود 444 ودراسة القريوني والخطيب 447 وفي دراسة دواني (309).

والدراسة الحالية استخدمنا فيها مجموعة بحث تتكون من 05 حالات من المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا .

3/من حيث المنهج و الأدوات :

استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي سواء لدراسة العلاقة الارتباطية أو لأجراء مقارنة وتعددت المقاييس المستخدمة في الدراسة طبقا لهدف الدراسة وعدد العينة فبالنسبة للاختراق النفسي معظم الدراسات استخدمت مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي .

أما الدراسات المتعلقة بسمات الشخصية فقد استخدمت مقياس بورتز لتحديد نمط الشخصية ومقياس التحليل الاكلينيكي .

وفي الدراسة الحالية استخدمنا مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس فرايبورج للشخصية .

4/ من حيث النتائج :

معظم العينات التي شاركت في دراسات الاحتراق النفسي أظهرت درجة متوسطة من الاحتراق النفسي . وأظهرت بعض الدرسات مثل دراسة (نوال بنت عثمان) أنها توجد فروق ذات ذلالة احصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي لدى العاملات مع ذوي الاحتاجات الخاصة نتيجة لاختلاف العمر ودراسة (القريوني والخطيب)أظهرت أن مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين ذوي الذخل المنخفض والمتوسطة أعلى مما هو لدى دوي الذخل المرتفع.

ومن خلال الملاحظات المسجلة على هده الدراسات السابقة يظهر أن الدراسة الحالية تتشابه مع هده الدراسات في المتغير المدروسة والمتمثلة في الاحتراق النفسي وسمات الشخصية وتختلف كذلك في المنهج المتبع لتحقيق أهداف الدراسة فقد اعتمدت أغلب الدراسات السابقة على المنهج الوصفي واعتمدنا في دراستنا الحالية على المنهج العيادي وتظهر كذلك أوجه التشابه في أدوات المستخدمة لقياس مستوى الاحتراق النفسي .

الفصل الثاني :الاحتراق النفسي

تمهيد

1-تعريف الاحتراق النفسي لغة واصطلاحا.

2-أعراض الاحتراق النفسي

3-اسباب الاحتراق النفسي

4-مراحل ومستويات الاحتراق النفسي

5-أبعاد الاحتراق النفسي

6-النظريات المفسرة للاحتراق النفسي

07- استراتيجيات تفادي الاحتراق النفسي وعلاجه

خلاصة الفصل

تمهيد

ان ظاهرة الاحتراق النفسي من الظواهر التي اخذت اهتمام بالغ على مدى الثلاثين عاما الماضية حيث تناولت ظاهرة الاحتراق النفسي في العديد من الابحاث بوصفه ناتجا عن الضغوط المهنية ووصف بانه يظهر عند اصحاب المهن التربوية بكثرة, حيث تركزت ابحاثهم على مهنة التدريس ووصفة هده المهنة بانها من اكثر المهن التي تسبب الضغوط حيث تطرق الباحثون الى مستوياتها وابعادها وطرق الوقاية منها.

وعليه فان دراسة مثل هده الظواهر يمكنه ان يعود بالنفع على المربي والتلميذ وبدلك يمكننا تفادي اثارها السلبية والمساندة في وضع علاقة جيدة بين المربي والتلاميذ وكدا تحسين وضعه المهني.

1- مفهوم الاحتراق النفسي :

1/1 لغة :

مصطلح الاحتراق burnout يعني لا امل في علاجه فهو كالرماد الذي احترق من اثر النار فلا ينفع معه شيء ويربطون ذلك بالدلالة اللغوية للفظ الاحتراق الذي يشير لاثار النار او سوء الخلق واستدلوا بذلك على ما جاء في لسان العرب "لابي الفضل بن منضور"

الا ان مصطلح الاحتراق لا ياخذ معنى الهلاك بالنار فقط فهو يدل كذلك على معاني اخرى ذكرها"ابو الفضل "في معجمه لسان العرب ومنها.

-الحرقة. ما يجده الانسان من لدغة حب او خوف فقدان شيء فيه حرارة او ما تجده في العين من الرمد وفي القلب من الوجع.

-ويقال. يتحرق جوعا عند الاحساس بالجوع.

-ويقال. احرقنا فلان يعني برح بنا واذانا.

-ويقال ايضا. حرق الحديد بالمبرد أي برده وحك بعضه ببعض (ابن منظور، ف ، 2004.ص132)

2/1 اصطلاحا :

يكاد يتفق معظم الباحثين على ان مفهوم الاحتراق النفسي يشير الى حالة من الانهاك او الاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية ويتمثل الاحتراق النفسي في مجموعة من الظواهر السلبية منها التعب والارهاق. والشعور بالعجز. وفقدان الاهتمام بالاخرين وفقدان الاهتمام بالعمل والسخرية من الاخرين والكابة والشك في قيمة الحياة . والعلاقات الاجتماعية والسلبية في مفهوم الذات.

لقد كانت البداية سنة 1974حين قام فرويدنبرجر باقتراح اول تعريف للاحتراق يتمثل في "افراط الفرد في استخدام طاقته حتى يستطيع تلبية متطلبات العمل الزائد عن قدرته فرويدنبرجرثم قام سنة (1980)بالتركيز على حالة الانهاك الذي يمس القدرات الداخلية للفرد. ويؤدي الى انخفاض طاقته وحيويته وكذا قدرته الوظيفية نتيجة بذله لمجهود متواصل يصبوا من خلاله الى تحقيق اهداف صعبة المنال في مجال عمله وخاصة اذا ما تعلق بالمهن والاعمال التي تتميز بتقديم المساعدة للاخرين. واضاف لتعريفه الاعراض المصاحبة للاحتراق والتي تتضمن .الانهاك والمشاعر السالبة نحو المريض بالاضافة الى الاتجاهات السالبة نحو المهنة والزملاء.

-تعريف كرنس (1980) الاحتراق النفسي بأنه "العملية التي ينسحب فيها المهني المعروف بالتزامه السابق بالعمل من ارتباطه بعمله نتيجة ضغوط العمل التي تعرض لها أثناء أداء هذا العمل .(معروف م .2013.ص15)

-تعريف لووريتا برادلي (1969) الاحتراق النفسي عبارة عن ظاهرة نفسية يتعرض لها المهنيون نتيجة عدم قدرتهم على التكيف مع ضغوط العمل ،مما يؤدي الى شعور هم بعدم القدرة على حل المشكلات ،وبالتالي فقدان الاهتمام بالعمل والشعور بالتوتر أثناء أدائه(Evelyne Josse .2008.3)

وقد اعتبر كل من ماسلاش وجاكسون (1981) الاحتراق النفسي مفهوم يتكون من ثلاثة أبعاد :

1. الاجهاد الانفعالي :ويعني أن العمال الذين يصابون بالاحتراق النفسي يكون لديهم زيادة في الشعور بالتعب والارهاق العاطفي .
2. تبلد المشاعر ويعني أن يبدأ العمال ببناء اتجاه سلبي نحو العملاء .
3. شعور النقص بالانجاز ويعني ميل العمال لتقييم أنفسهم سلبيا.(عوض ،ح ،2007.ص15)

ومن خلال ما سبق نصل الى ان ظاهرة الاحتراق النفسي هي ناتجة عن جملة من الضغوط المهنية والعوامل السلبية التي تضغط على الفرد باستمرار مما يتسبب في وصوله الى حالة من التعب والاجهاد الانفعالي وفقدان الاهتمام والشعور بالعجز مما يسبب في تكوين اتجاهات سلبية حول الذات والمحيط من حوله في المناخ المهني مما يفقد الرغبة في الانجاز واداء عمله بطريقة ايجابية.

2- أعراض الاحتراق النفسي :

الاحتراق النفسي عبارة عن صورة مرضية معقدة جدا تلحق الاذى الشديد لسنوات طويلة بحياة المعنيين ونوعية حياتهم اد توجد قوائم طويلة من الاعراض والشكاوي ولا يمكن القول ان واحدة من هذه القوائم تدعي الكمال بذاتها. اذ ان الصورة المرضية معقدة جدا والاعراض الموصوفة يمكن ملاحظتها في امراض واضطرابات اخرى كثيرة ومن ثم فان هذه الاعراض يمكن ان تكون دلالة عن صور امراض اخرى .وعندما يتم في البداية استبعاد كل الاسباب الممكنة والاعراض التفريقية يمكن ان يتم الشك بوجود متلازمة الاحتراق النفسي كالاتي.

1/2 الأعراض الرئيسية.

-انخفاض شديد مع انخفاض للنشاطات المعتادة بحوالي50بالمئة لمدة لا تقل عن ستة اشهر.

-استبعاد كل الامراض التي يمكن ان تقود الى النقطة الاولى.

2/2 الأعراض غير النوعية .

وهي الاعراض الغير خاصة بمتلازمة الاحتراق النفسي وحدها.

-انهاك شديد عند بدل الجهد لم يكن يظهر في السابق

-ضعف في العضلات

-الم عضلي

-الام في المفاصل

-التهاب في البلعوم

-حرارة او برودة

-حساسية العقد الليمقاوية

-اضطرابات نوم .ارق او حاجة شديدة للنوم

-شكاوي عصبية نفسية. خوف من الضوء. فقدان مجال الرؤية. نسيان. ضعف في التركيز والتفكير .قابلية للاثارة. حالات تشتت وضياع .....الخ

-تشنجات معوية (سامر جميل، ر ،2007.ص23)

3- أسباب الاحتراق النفسي :

ويرى جمعة يوسف ان اسباب الاحتراق النفسي اغلبها مرتبط ببيئة العمل وما تتيحه من فرص تساعد على تعظيم مستويات الضغوط والاحباط والقصر لفترات طويلة من الزمن .وفي المقابل تكون المكافات ضئيلة لمواجهة كل هذه الاسباب. ويمكن تلخيص كل هذه الاسباب في.

1-عبء العمل الزائد.

2-المهام البيروقراطية المتزايدة.

3-الاعمال الكتابية.

4-التواصل الضئيل والمردود الضعيف.

5-نقص المكافات وغياب الدعم.(نشوة كرم عمار ابوبكر د 2007،ص17)

اضافة الى الاسباب التي ذكرها سيد يوسف جمعة هناك اسباب اخرى متعلقة بالفرد وشخصيته وسيماته وخصائصه.

1-الشخصية:ويعرفها عمار كشرود في معجمه بانها تشير الى الخصائص والسمات التي تتوفر في تركيب بيان وكيان الشخص(كشرود ع -1994.ص260)

ويمكن تصنيف الافراد الى نمطين من انماط الشخصية

-نمط(ا)اكثر قابلية للضغوط. يجب ان ينجز اكبر قدر من الاعمال في اقصر مدة ممكنة ولديه مبالغة في طموحاته ويحب سباق الزمن

-نمط(ب).(عكس النمط(ا)لديه ثقة وهدوء. وياخذ الامور ببساطة.

2 -الجنس: يعد عامل الجنس من ذكور واناث من خصائص الشخصية المؤثرة في دراسة ضغوط العمل .ومحدوديته الدور الوظيفي الذي يسمع لها به نصابك عن التفرقة في التعامل كونها امراة عند الترقية اواختيارها لمناصب

3-الحالة النفسية والبدنية: لها دور في وجود الضغوط المهنية كعامل استعداد وتهيا للاصابة النفسية والعقلية وكذا الامراض المزمنة سيكوسوماتيك

4 /1-مراحل الاحتراق النفسي :

يتفنن العديد من الباحثين ومن بينهم كسكر و سبانيول وكابيوتو على ان الاحتراق النفسي لايحدث مرة واحدة بل يمربثلاث مراحل اومستويات بحيث يكون لكل مستوى اعرضه وسماته التي من خلالها يمكن التعرف على مستوى الاحتراق الذي يمر به الفرد وهذه المراحل هي كتالي.

– **المرحلة الاولى**. وهي مرحلة الحماس :الموظف المبتدى أو الشخص الذي يبذأ وظيفة جديدة نجد لديه حماس يؤدي به الى تكريس الجسد والروح لما يتطلبه دوام العمل أو الوظيفة التي يقوم بها لتوفير وتطوير توقعات غير واقعية فيما يتعلق بعمله بحيث يزيد من أعباء العمل محاولة منه اثبات مجهوده للأخرين ولكن هذا لايدوم الا في الفترة الأولى مما يؤدي به الى الاصطدام بمتطلبات الواقع (Grebot Elisabeth .2000.119)

–**المرحلة الثانية**. وتعرف بمرحلة توفير والحفاظ على الطاقة وتتمثل في استجابات سلوكية كالتأخر عن العمل. تأجيل الامور. عدم كفاية العطلة الاسبوعية. انخفاض الرغبة الجنسية. التا خر في انجاز المهام الامتعاض. زيادة في استهلاك المشروبات المخدرة. زيادة استهلاك المنبهات. اللامبالاة. الانسحاب الاجتماعي. السخرية والشك والشعور بالتعب في الصباح .

–**المرحلة الثالثة**. او ما يسمى بمرحلة الاستنزاف او الانهاك والتي ترتبط بمشكلات نفسية وبدنية مثل الاكتئاب المتواصل. اضطرابات مستمرة في المعدة تعب جسمي مزمن . اجهاد نفسي مستمر. صداع دائم الرغبة في الانسحاب النهائي من المجتمع وهجرة الاصدقاء وحتى في بعض الاحيان هجرة العائلة

ويشيرevrty(1985)انه ليس بالضرورة ان نجد جميع الاعراض للحكم بوجود حالة الاحتراق النفسي في كل هذه المراحل بل يكفي ان يظهر عنصران او عرضان في كل مرحلة كمؤشر على ان الفرد يميز بالمرحلة المعنية من مراحل الاحتراق النفسي (عسكر، ع ،2003 .ص 126)

2/4 مستويات الاحتراق النفسي :

-اشار سبا نيون (spaniol 1979) الى ان الاحتراق النفسي مشاعر ارتبطت بروتين العمل .وقد حدد له ثلاث مستويات هي .

1-احتراق نفسي معتدل .وينتج عن نوبات قصيرة من التعب والقلق والاحباط والنهج .

2-احتراق نفسي متوسط ينتج عن نفس الاعراض السابقة ولكنها تستمر لمدة اسبوعين على الاقل .

3-احتراق نفسي شديد .ينتج عن اعراض جسمية مثل القرحة والام الظهر المزمنة .نوبات الصداع الشديدة .وليس غريبا ان يشعر العاملون بمشاعر الاحتراق النفسي المعتدلة ومتوسطة من حين لاخر ولكن عندما تلح هذه المشاعر وتظهر في شكل امراض جسمية ونفسية مزمنة عندئذ يصبح الاحتراق مشكلة خطيرة.(علي يدراى، م 1997، ص58)

5 –ابعاد الاحتراق النفسي :

يتطور الاحتراق حسب ماسلاش وجاكسون(1981)الى ثلاثة ابعاد رئيسية اذ يبدا الاحتراق النفسي بالاجهاد الانفعالي وهذه الابعاد هي.

1-بعدالاجهاد الانفعالي (l'epuisemente'motionnel)يتصف هذا البعد بالارهاق والضعف والاستنزاف الانفعالي وفقدان الحيوية . والنشاط لدى المعلم. والاحساس بالعجز عن العطاء. ويعد هذا البعد العنصر الاساسي للاحتراق النفسي ويظهر على شكل اعراض جسمية او ذهنية اوكلاهما.

2-بعد تبلد الشعور(i'ade'personalisation)وهو فقدان العنصر الانساني او الشخصي في التعامل. واعتبار الاشخاص كاشياء مادية بدلا من اعتبارهم كاشخاص . ويتصف المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي في هذه الحالة بالقسوة والتشاؤم وكثرة الانتقاد واللامبالاة والشعور السلبي نحو الاخرين . (ابو مسعود ،س، 2010،ص 41)

3-بعد نقص الشعور بالانجاز الشخصي (ldiminution du sentiment d'accomplissement pensomnel)

وهو ميل المعلم الى تقسيم انجازاته الشخصية بصفة سلبية وتتمثل في مشاعر الاكتئاب والانسحاب وقلة الاداء والشعور بعدم القدرة على القيام بالواجبات المطلوبة منه على احسن حال (الزهواني ، ن،2008.ص16)

6- نظريات المفسرة للاحتراق النفسي:

لقد برزت في ادبيات علم النفس مجموعة اتجاهات ونظريات نذكر منها ما يلي.

1 –النظرية المعرفية " تقوم هذه النظرية على ان المعرفة عامل يتوسط الموقف والسلوك . حيث ان الانسان يذكر في موقف او وضع معين وتكون استجابته لهذا الموقف تعتمد على درجة فهمه وادراكه لهذا الموقف وليست استجابة عفوية وتلقائية (الخرا بشية، ع، وعربيات، أ ،2005،ص305)

2 نظرية التحليل النفسي:

يعتبر الاحتراق النفسي ناتج عن عملية ضغط الفرد على الانا لمدة طويلة، وذلك مقابل الاهتمام بالعمل ،مما قد يمثل جهدا مستمرا لقدرات الفرد مع عدم قدرة الفرد على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية ،او انه ناتج عن عملية الكبت او الكف للرغبات غير المقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية مما ينشا عنه صراع بين تلك المكونات يصل في اقصى مراحله الى الاحتراق النفسي او انه ناتج عن فقدان الانا والمثل الاعلى لها وحدوث فجوة بين الانا والاخر الذي تعلقت به وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها كما انه يمكن استخدام بعض الفنيات لمدرسة التحليل النفسي لعلاج الاحتراق النفسي كالتنفيس الانفعالي (فريحات، ع ، الربضي، و، 2010،ص 64)

3-النظرية السلوكية.

تفسير هذه النظرية السلوك تفسيرا جزئيا ميكانيكيا على اساس العلاقة بين المثير والاستجابة وان الاحتراق النفسي في نظر هذه المدرسة هو اسلوب سلوكي متعلم يصبح مع مرور الوقت عادة يلجا اليها الفرد في التخفيض من القلق والتوتر الذي يصادفه في بيئته وحسب هذه النظرية فانه يمكن التنبؤ بالسلوك النهائي للانسان اذا ما استطعنا التحكم بالظروف البيئة المحيطة كما يفسر الاحتراق النفسي بانه سلوك غير سوي تعلمه الفرد نتيجة ظروف بيئة غير مناسبة. ويمكن استخدام بعض فنيات تعديل هذا السلوك لمقابلة أي مشكلة ومن الفنيات السلوكية المفيدة في التصدي لمشكلة الاحتراق النفسي فنية التعزيز وزيادة الدعم للفرد والضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية على الضغط والاسترخاء واخذ الحمامات الدافئة .(ابو مسعود، س ،2010،ص20)

7- استراتيجيات تفادي الاحتراق النفسي وعلاجه.

تجدر الاشارة الى ان ظاهرة الاحتراق النفسي ليست بالحالة الدائمة وبالامكان تفاديها والوقاية منها .اذ ان قيام الفرد بنشاطاته وواجباته بطريقة متوازنة من حيث التغدية والنشاط الحركي والاسترخاء الذهني قد يساهم بشكل ما في تفادي الاحتراق النفسي ومع هذا يوصي الباحثون باتباع الخطوات التالية.

1-ادراك او تعرف الفرد على الاعراض والمؤثرات التي تشير الى اقتران حدوث الاحتراق النفسي .

2-تحديد الاسباب من خلال الحكم الذاتي او اللجؤ الى الاختيارات التي توضح له الاسباب.

3-تحديد الاولويات في التعامل مع الاسباب التي قدرت في الخطوة السابقة فمن الناحية العلمية يصعب التعامل معها دفعة واحدة.

4-تطبيق الاساليب. واتخاذ خطوات عملية لمواجهة الضغوط منها تكوين صداقات لضمان الحصول على دعم اجتماعي .وادارة الوقت تنمية هوايات مواجهة الحياة كتحدي للقدرات الذاتية .الاستعانة بالمتخصصين والاعتراف الشخصي بوجود المشكلة لزيادة الايجابية في مواجهتها.

5-تقيم الخطوات العلمية التي اتبعها الفرد لمواجهة المشكلة للحكم على مدى فعاليتها واتخاذ بدائل ان لزم الامر(عسكر، ع،2005،ص107)

-اما على مستوى مكان العمل فهناك استراتيجيات تتمثل فيما يلي:

-القدرة على تحديد الاولويات.

-تنظيم الوقت.

-المرونة في التعامل مع الغير.

-ضرورة مواجهة المشاكل.

-وضع برامج زمنية لحل المشكلات.

-السعي الى الاجتهاد وليس الكمال (السيد عثمان ،ف، 2001،ص90) ويضيف الدكتور محمود فتحي عكاشة **اساليب التوافق مع المواقف الضاغطة فيما يلي.**

-اعادة بناء الموقف والتدريب على المواجهة.

-التمارين الرياضية للتخلص من التوتر.

-الراحة والاسترخاء.

-الوعي الذاتي.

-التنفيس الانفعالي من خلال الاصدقاء.

-ممارسة الهويات والاهتمامات الخارجية.

-تبني معرفية او سلوكية للتكيف مع الموقف الضاغط (فتحي عكاشة ،م ، 1999،ص98)

خلاصة

من خلال تطرقنا في هدا الجانب النظري لمصطلح الاحتراق النفسي وأعراضه ومسبباته توصلنا الى أن هده الظاهر تتفشى بشكل كبير وبسرعة هائلة خاصة في مجال المهن التربوية مثل مربي ذوي الاحتياجات الخاصة وعلية وجب اليقظة الى الأعراض الجسمية والنفسية و الاجتماعية التي تظهر على من يعانون من هدا الاضطراب للحيلولة دون وصول هده الظاهرة الى مراحل متقدمة من الإستنزاف والإنهاك الذي يصيب هدا الشخص.

ووجب اعطاء الأهمية للوقاية من الإحتراق النفسي هدا اولا ثم العلاج ثانيا بغرض تمكن المربي من القيام بمهامها بصورة عادية وبصحة نفسية جيدة.

الفصل الثالث :سمات الشخصية

تمهيد

1-تعريف الشخصية

2-أبعاد ومكونات الشخصية

3--نظريات الشخصية

4- خصائص الشخصية

5- محددات الشخصية

6 سمات الشخصية

خلاصة الفصل

تمهيد:

يتضمن مفهوم الشخصية ثلاثة عناصر من خواص الإنسان، وهي أفكاره وأحاسيسه وسلوكه، ولكل فرد نمط خاص في التفكير والإحساس والسلوك، سببه اختلاف العوامل الجينية الموروثة وعوامل البيئة الاجتماعية والثقافية التي تؤثر في التفكير والإحساس والسلوك، وبذلك ينفرد كل شخص عن الأخر بمجموعة متميزة من الخصائص والخصال والسمات وأنماط السلوك ذات الطابع الدائم والمستمر التي ترافقه طوال حياته ما لم يحدث طارئ يغير نمط شخصيته .

فالأصل في الشخصية أن تكون طبيعية و لكن عندما يحدث خلل في أحد أو بعض هذه المكونات يصبح ما يعرف باضطراب الشخصية لينتج لنا طيفاً واسعاً من الأنماط البشرية التي نراها ربما يومياً و يصعب علينا إيجاد تفسير لبعض تصرفاتها. ، لدى سنتناول في هذا الفصل تعريف الشخصية مكوناتها وخصائصها ومحدداتها، و النظريات المفسرة لشخصية، أيضا سنتطرق لتعريف السمة، أنواع السمات خصائص السمات ومعايير تحديدها، تصنيف السمات، النظريات المفسرة لسمات

1-تعريف الشخصية

1/1لغة :

-الشخصية في اللغة " مشتق من كلمة (ش خ .ص)والشخص "كل جسم له ارتفاع و ظهو ر .والمواد بها اثبات الذات فا ستغير لها لفظ الشخصية (ابن منظور، ف ،45.2008ص)

-وفي المعجم الوسط الشخصية "هي صفات تميز الشخصية عن غيره ويقال خلال لا شخصية له "ليس فبه ما يميزه من الصفات الخاصة ويقال فلان ذو شخصية قوية " ذو صفات متميزة وارادة وكيان مستقل محدثة.

2/1التعريف الاصطلاحي.

الشخصية هي ذلك النمط السلوكي يميز الفرد عن غيره وهناك كثير من السمات التي تتشابك وتتفاعل مع بعضها لتعطي الفرد نمطا معينا من الشخصية . كما تبد والسمات شخصية الفرد منذ الطفولة المبكرة فيقال احد الابناء اجتماعي والاخر مشاغب .مزعج ....الخ.(محمد الحسن خالد ،ع ، 2008،ص92)

تعريف البورت للشخصية هي ذلك النظام الكامل بين النزاعات الجسمية والنفسية الثابتة نسبيا والتي تميز فردا معينا والتي تقرر الاساليب المميزة لتكيفه مع البيئة المادية والاجتماعية(فيصل ،ع ،1997، ص.25)

تعريف ايزنك الشخصية هي ذلك التنظيم الثابت والدائم الى حد ما لضياع الفرد ومزاجه وعقله وبنية جسمه والذي يحدد توافقه الفريد لبيئته(محمد ملحم ، س ،2001،ص108)

انطلاقا من التعريفات المذكورة نرى تباين وجهات نظر العلماء وذلك حسب النظريات والتوجهات التي انطلق منها الباحثين. لكن رغم هذا التباين الا انه توجد نقاط اشتراك تمكننا من تحديد تعريف الشخصية على انها متخذ من النزعات النفسية والجسمية التي توجد في مجال حيوي انساني اجتماعي.

2-ابعاد ومكونات الشخصية.

كما اننا نختلف من حيث الصور الجسمية التي تميز كل منا بسمات مادية خاصة. كذلك نختلف من حيث السمات النفسية التي تطبع كل منا بطابع خاص وليست شخصية الفرد في النهاية. لا ذلك "الكل" بامتزاجها الدقيق وتفاعلها الشامل.(عويضة، م، 1996،ص 40).

وقد حاول الكثير من العلماء تقسيم الشخصية وتحليلها الى وحدات اولية رئيسية ثم تحليل هذه الوحدات بدورها الى فروع وعوامل مفصلة الى ان وصلوا الى قوائم طويلة للصفات التي يصح دراستها للحكم على الشخصية حكما شاملا ع جميع النواحي ويتفق العلماء على ان الاولية الرئيسية للشخصية هي .

1-النواحي الجسمية.

والمقصود بها حالة الجهاز العصبي وتاثير الغدد الصماء وحالة الجهاز الهضمي والحواس المختلفة من ناحية حدتها او ضعفها. وكذلك شكل الجسم العام وقوة العضلات وتناسب التقاسيم ورنة الصوت وسرعة الحركة او بطئها فلا يختلف اثنان في صحة الجسم وقوة بنيته وتناسق تكوينه. جديرة جميعها في الظروف العادية. ان تمنح صاحبها من الثقة والاقدام ما لا يمنحه الضعف والمرض وعدم الاتساق والعاهات على وجه الخصوص من التاثير في نفس صاحبها وصداها فيه(حسن الساعاتي،س ، 1983،ص 28)

2-النواحي العقلية والمعرفية.

وهي اما فطرية كالذكاء والقدرات التحصيلية والمواهب الخاصة. اذلا شك ان الذكاء يتفاعل ويتكيف مع البيئة ويقف اغلبهم في المستوى المتوسط .ان الذكاء ينقسم الى عاملين. عامل مشترك في كل العمليات العقلية مع اختلافات في الدرجة. وعامل نوعي خاص بعملية واحدة كالقدرة بسهولة سير النتائج القريبة والبعيدة لعلمه ويقدر خطورة المسؤولية الملقاة على عاتقه . والمعلومات المختلفة أي الثقافة العامة. (عويضة، م ، 1996 ،ص8)

3-النواحي المزاجية .

وهي مجموعة الصفات الانفعالية المميزة للفرد وتتضمن تلك الاستعدادات الثابتة نسبيا والمتشبثة على ما عند الشخص من الطاقة الانفغالية والدوافع الغريزة التي يزود بها والتي تعتبر وراثية في اساسها وهي تعتمد على

التكوين الكيميائي و الغددي والدموي وتتصل اتصالا وثيقا بالنواحي البيولوجية والعصبية وتظهر في الحالات الوجدانية .الطباع . المشاعر والانفعالات من حيث قوتها و ضغفها او ثباتها وتقلبها ومدى المثيرات التي تثيرها

-ومن الصفات الحديثة للشخصية تصنيف "يوتج" الذي يفترض وجود طرازين اساسين هما .

-المنظوري. وهو انسان هادئ. واسع الخيال ينفر من الناس متخلف .بعيد عن الواقع وتسود نظرته النزعة الذاتية .

-المنبسط. وهو انسان يندمج مع الجماعة ويهتم بالحقائق الموضوعية .ويتكيف بسهولة مع البيئة ويؤثرفيها .حيث انه يمثل دورا جريئا على مسرح الحياة .

4-النواحي الخلقية :

ويشمل الصفات الخلقية مثل التعاون. الانانية. الصدق. الذب. الرحمة. العدل. النبل .الكرم الى غير ذلك مما يدخل في نطاق الا تجاهات النفسية المختلفة.(حسن الساعاتي، س، 1983، ص66)

وطبعا من الضروري ان ننظر من هذه النواحي الاربعة في ضوء البيئة الاجتماعية(المنزل .المدرسة .المجتمع)والوسط الثقافي العام الذي تتكون فيه الشخصية وتنمو . (عويضة ،م ،1996 ،ص 07.06)

3-نظريات الشخصية.

1/3: نظرية التحليل النفسي.

اهتمت مدرسة التحليل النفسي وهي احدى مدارس علم النفس بدراسة السلوك الانساني اللا سوي وبذلك ناقضت المدارس الاخرى التي درست الشخصية. حيث ركزت على دراسة الاحساس. والادراك والتعلم من حيث كونها موضوعات رئيسية في علم نفس الشخصية. والجدير بالذكر ان نظرية التحليل النفسي قد وجهت الانظار الى نقطة في غاية الاهمية بدراسة الشخصية الانسانية وهي ان الخبرات الانفعالية في الطفولة المبكرة تترك اثرا باقيا في تكوين الشخصية. وهذا يعني ان بذور الشخصية وتحديد معالمها توضع في فترة الخمس سنوات الاولى من حياة الفرد. ويعتبر رائد هذه النظرية العالم الكبير سيجموند فرويد الذي وقف للكشف عن مجاهل النفس الانسانية في الصحة وفي المرض واضع التحليل النفسي. فلقد قضى ما يقارب من خمسين عاما باحثا ودارسا ومستقصيا مظاهر النفس الانسانية فالشخصية في نظر فرويد هي تنظيم نفسي اشبه بالبناء يتكون طبقة تلو طبقة. وترتكز طبقاته العليا على طبقاته السفلى الى حد بعيد(سمير كامل ،ح،2007،ص15)

ويرى فرويد من خبراته العلاجية وجود ثلاث مستويات من النشاط العقلي هي الشعور. وما قبل الشعور واللاشعور وتعني:

-1الشعورconscious. وهو مستوى التفكير الواضح والفعل الظاهر حيث يمكن استدعاء المواد الموجودة به بسهولة تلبية لمتطلبات البيئة. فهو الجزء الذي نفض اليه تماما من العقل. وظاهرة الشعور هي معرفة النفس او العقل لما تمر به من خبرات. فهي المجموعة الكلية لخبرات الفرد خلال حياته او المجموع الكلي لخبرات الفرد في لحظة ما. ويغير الشعور الفسيولوجيا بانه الاثر المركزي للتنبيه العصبي او الجانب الذاتي لنشاط الدماغ.

-2ماقبل الشعورpre-conscious يتكون من الذكريات والافكار التي رغم حاليا لاشعورية. فانه يمكن استدعاؤها وتصبح شعورية ولكن بشيء من الصعوبة أي بمجهود ارادي يبذله الفرد للتذكر او يبتنها بفكرة مرتبطة بها وهي لذلك طبوغرافيا. منطقة في العقل تتوسط الشعور واللاشعور والمواد الموجودة في كل من الشعور وما قبل الشعور تتفق وتستجيب للواقع.

3-اللاشعور elneonscious.يتكون من الاتجاهات والمشاعر والافكار التي لا تخضع للضبط اللارادي .و لا يمكن استدعاؤها الى سطح الشعور الا بصعوبة بالغة. ان لم يكن بالمرة. بواسطة محلل نفسي وهي غير مقيدة بقوانين المنطق ولا تختص لقيود الزمان والمكان ويتضمن اللاشعور المعاني البدائية التي لم تكن قط شعورية فضلا عن الميول والرغبات والخبرات المكبوتة أي التي كانت شعورية فيما مضى ثم استبعدت من منطقة الشعور نتيجة لما

تحدثه عادة من صراعات مؤلمة. والجانب اللاشعوري من العقل يظل في عمل مستمر اثناء اليقظة والنوم ولا يمكن معرفة مضمونه بطريقة مباشرة بل بواسطة تاويل الترابطات الحرة والاحلام .ويطلق لفظ لاشعوري على العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد على الرغم من عدم شعوره بها(المليجي،ح، 1985، 368 ص.).

2/3 النظرية السلوكية.

تسمى هذه النظرية احيانا بنظرية المثير والاستجابة. فالشخصية في اطار هذه النظرية هي التنظيمات او الاساليب السلوكية المتعلمة الثانية بسبب التي تميز الفرد عن غيره من الناس. ولمفهوم العادة قيمة كبيرة في النظرية السلوكية باعتبار العادات وانحلالها او انحلال اخرى محلها ولهذا فان العادة في راي اصحاب هذه النظرية هي تكوين مؤقت وليس تكوينا دائما. وعادات متعلمة ومكتسبة وليست موروثة ومن خلال ذلك نستنتج ان بناء الشخصية يمكن ان يتعدل او يتغير. فنظريات السلوك والتعليم تعود الى وجهة النظر الفلسفية المعروفة بالمذهب الذي يؤمن بان المعارف تنشا من التجربة ويعتبر جون لوك(1632-1704) الفيلسوف الانجليزي من اقدم الفلاسفة التجريبين. حيث قام ببحث وتطبيق الاختبارات الاستقرائية والطرق العلمية التي استخدمها الفيلسوف البريطاني فرانسيس يكون(1651-1926)في مجال علم النفس. ويؤمن جون لوك بان كل معارفنا تاتي عن طريق حواسنا ومن خلال تجاربنا حيث يعتقد جون لوك ان عقل الطفل اثناء ولادته يكون على شكل لوح املس او اللوح الفارغ ويعتبر جون واطسون الاب الروحي للمدرسة السلوكية حيث توسع في استخدامات الاشتراط الكلاسيكي ليحوله الى النظرية السلوكية. حيث اكد جون واطسون على علم النفس ان يهتم بدراسة السلوك الظاهر. وكما يعتبر العالم اودين ثور نديك له تاثير في تاريخ نظريات التعلم وصاغ عددا من القوانين الهامة في التعلم اهمها قانون الاثر الذي يقول ان السلوك او الاذى المصحوب بالرضا يحدث مرة اخرى ويتصف بالاستمرارية كلارك هول هو الذي طور نظرية نظامية في التعلم التي بنيت على مفهوم ينطفيء اويختفي.

وكذلك العالم كلارك هول هو الذي طور نظرية نظامية في التعلم التي بنيت على مفهوم اختزال او تخفيض الحافز. اما العالم سكنر اشهر رواد النظرية السلوكية الذي اهتم بدراسة الظاهرة السلوكية من خلال دراسة السلوك نفسه(ابو شعيرة ،خ ،2008 ،ص19)

- رأي سكنر.

ركز سكنر على السلوك الاجرائي لدى الكائنات وحيث ان هذا السلوك معقد ولا يعتمد على الارتباط البسيط بين مثير معين واستجابة معينة فقد اهتم سكنر بالاستجابة في ظل ضبط المثيرات او بمعنى اخر ركز على الاستجابات في ظل ضبط المتغيرات وبسبب تعقيد السلوك الاجرائي دون النظر للمثيرات فالاستجابة تنشاعن

المجموع الكلي للمثيرات. وتتلخص نظرية سكنر ان التعلم يحدث عندما تعزز الاستجابات الصحيحة بمعنى انه اذا تم تدعيم الاستجابة لمثير معين بشكل ما فان هذه الاستجابة تقوي وتعزز وتكرر مرة اخرى في وجود المثير.

مسلمات اساسية في نظرية سكنر.

ان السلوك قانوني بمعنى ان الباحث يحاول ان يكشف النظام الذي تتبعه الوقائع السلوكية وما بينهما من علاقات مطردة.

ان السلوك الانساني يمكن التنبؤ به بمعنى ان العالم لا يكتفي بوصف الظاهرة وانما لابد ان يقدر على التنبؤ بها أي انه لا يتناول الماضي فقط وانما المستقبل ايضا.

ان السلوك يمكن ضبطه بمعنى اننا لا نستطيع ان نتنبا بافعال الناس وتصرفاتهم بل ونسيطر عليها الى حد ما(سمير كامل، ح،2007،ص508).

3/3: نظرية الذات.

صاحب هذه النظرية كارل روجرز حيث عرف الذات او مفهوم الذات على انه نموذج منظم ومنسق من الخصائص المدركة "اللانا" مع القيم المتعلقة به ويرى روجزر ان مفهوم الذات ينمو مع الاطفال حينما يلاحظون اعمالهم كما يلاحظون سلوك الاخرين. فخلال سنوات الطفولة الاولى المبكرة يتعلم الاطفال الكثير من السلوكيات ويجددون لانفسهم سمات معينة وهم على درجة عالية من الوعي مثل الغضب والعناد. والغيرة. والعدوانية الطفولية .وكذلك يتعلم هؤلاء الاطفال الكثير من السمات الايجابية مثل التعاون والتقارب. وتقبل الاخر. والتفهم حتى تتكون لديهم (انا) اجتماعية. وهكذا تتطور لديهم مفاهيم الذات ببطء. ادرك روجرز مرحلة الطفولة ادراكا دقيقا وعدها مرحلة حرجة لنمو الشخصية فيما بعد. وهو بذلك يتقارب مع النظريات الدينامية في تقسيمها لا همية مرحلة الطفولة. ويرى فيها مرحلة تكوينات متعددة منها الفكرية والاجتماعية والنفسية والتربوية. فالطفل يتعلم الدفء من الاسرة (والديه واخوانه) ويتعلم القبول والرفض من الاسرة. ويتعلم الاحترام والتقدير الذاتي من نفسه ومن الاخرين في المجتمع.

يقول روجرز ان الاطفال سوف يعملون أي شيء لا شباع هذه الحاجات تتطلب الاشباع واذا ما اشبعت تترك اثرا نفسيا في الذات. اهمها الحرمان او النقص الانفعالي او الاجتماعي فالاسرة تعلم الطفل اشباع حاجات مثل الحب والمعرفة. والفهم. والانتماء. والتفاعل الاجتماعي .والتقدير. والخضوع وتحقيق الذات والمعاضدة. التعاون. ويطبق روجرز لكي يحصل الاطفال على قبول الوالدين عادة ما ينكرون ادراكاتهم الخاصة. وانفعالاتهم واحساساتهم وكذلك افكارهم. ويؤدي هذا الاسلوب الى مشكلات على المستوى البعيد. وفي المستقبل حينما

تتكون الشخصية وتاخذ طابع الخصوصية على الرغم ان روجرز يعترف ان الوراثة والبيئة تحددان الشخصية على نحو ما فانه يركز على الحدود التي تصفها الذات والتي يمكن ان تمتد الى مراحل العمر اللاحقة وتقول عندما يتصرف الفرد بموجب الذات الطفولية فهذا يعني انه يخاطب الافراد بنفس الطريقة التي يخاطب بها الطفل اقرانه او ابويه. وكما ان الذات الطفولية سريعة الغضب و الاستكارة وتكون عادة اتخاذ القرارات لديها غير مدروسة وهو تعبير عن سلوك اناني وحب الامتلاك. وهي بذلك تعبير عن عدم النضج النفسي ويتحكم فيها الانفعال. فالذات الطفلية تطلب كل شيء ولا تعطي شيء. اما في النضج يبدا الناس في تقبل انفسهم ويصبحون اكثر انفتاحا على الاخرين لما اكتسبوه من خبرات وتكون حركتهم في الحياة من اجل تحقيق الذات. وهي ما تسمى بالذات الراشدة او البالغة. وتكون العلاقة بينهم وبين الاخرين ناضجة وتقوم على التفاهم وتسعى نحو تحقيق الاهداف والغايات وتكون لكل انسان غاية وهو قمة الانسجام وهي تعد الشخصية السوية في تعاملها(ابوشعيرة،خ ،2008.ص35).

4/3: نظرية السماتtrait.theories

مسلمات نظرية السمات.

ان لكل شخصية نمطها الفريد من السمات وان هذه السمات تقوم بدور رئيسي في تحديد سلوك الفرد وان السمات انماط سلوكية عامة ثابتة نسبيا وتصدر عن الفرد في مواقف كثيرة. وتعبر عن توافقه للبيئة ولا يمكن ملاحظة السمات مباشرة ولكن يستدل على وجودها من ملاحظة سلوك الفرد خلال فترة من الزمن. ونظريات السمات تستعين بعدد كبير من السمات التي يفترض انها مشتركة بين الناس جميعا في وصف كثير من الفروق الاخرى في الشخصية. ولذلك يعتقد اصحاب هذه النظريات ان هذه الطريقة في تحديد سمات فرد ما هي احسن وسيلة لوصف وتقويم الشخصية (عثمان نجاتي، م ،1408م،ص338)

ومن اشهر نظريات السمات.

1-نظرية جوردون البورت. وتسمى نظرية السمات الانسانية

2-نظرية ريموند كاتل. وتسمى نظرية السمات القياسية النفسية

نظرية جوردن البورت gordon allport

يعتبر البورت عميد سيكولوجية سمات الشخصية. ولقد نظر الى السمات باعتبارها الوحدة المناسبة لوصف الشخصية والسمة لديه ليست صفة مميزة لسلوك الفرد فقط بل انها اكثر من ذلك. انها استعداد او قوة او دافع داخل الفرد يدفع سلوكه. ويوجهه بطريقة معينة .فالشخص الذي يتسم بالكرم مثلا يكون دائما لديه الاستعداد

للتصرف بكرم في جميع الظروف والمواقف ويبحث دائما عن المواقف التي يتصرف فيها بكرم (عثمان تجاني، م ، 1408 ،ص340.339)

توصل البورت للسمات عندما فحص هو وادوبرت قاموسا للغة الانجليزية. فبحثا عن كل كلمة تشير الى صور شخصية للسلوك. فحدد(17953)كلمة من اصل (400000)كلمة. فحذفا كل الكلمات التي تتصل بحالات مزاجية مؤقتة. او التي تعد في اساسها تقويمية اكثر منها صفية. او التي تشير الى صفات جسمية اكثر منها نفسية. فاصبحت قائمة اسماء السمات (4541)كلمة. واعتبرا هذه السمات نقطة البداية لدراسة الشخصية(لازاروس ،ر ،1414،ص56.55).

تقسيمات البورت للسمات.

1-السمات المشتركة والفردية. يميز البورت بين نوعين من السمات هما.

-السمات المشتركة او العامة. ويقصد بها السمات التي يشترك فيها كثير من الناس بدرجات متفاوتة. ويمكن على اساسها المقارنة بين معظم الافراد الذين يعيشون في ثقافة معينة والسمة العامة عادة سمة متصلة. وتتوزع بين الناس توزيعا اعتداليا.

-السمات الفردية وهي السمات الشخصية التي لا توجد لدى جميع الافراد بل خاصة بفرد معين وهي التي يجب اخذها في الاعتبار. اذا اردنا وصف شخصية الفرد وصفا دقيقا .ويعتبر البورت السمات الفردية هي السمات الحقيقية التي تصف الشخصية بدقة. اما السمات العامة فهي شبه حقيقية وهي مظاهر للشخصية يمكن على ضوئها مقارنة الافراد بعضهم ببعض(عثمان نجاتي ، م، 1408 هـ، ص340.339)

2-السمات الرئيسية والمركزية والثانوية. يميز البورت بين ثلاثة انواع من السمات

-السمات الرئيسية.

هي السمة التي تسيطر على شخصية الفرد. عادة بها وهي التي يظهر اثرها في جميع افعاله تقريبا .كسمة الكرم ولكن الذين بهذه السمات من الافراد قليلون.

-السمات المركزية.

هي السمة التي تكون اكثر تميزا للفرد عن غيره وان هذه السمات في العادة قليلة تتراوح ما بين (10.5)سمات ويرى البورت ان السمات المركزية هي سمات ثابتة في الشخصية. وما يشاهد من ثبات في سلوك الفرد انما يرجع الى سماته المركزية.

-السمات الثانوية.

وهي السمات الهامشية او الضعيفة. وهي قليلة الاهمية نسبيا في تحديد الشخص .واسلوب حياته تظهر عادة في ظروف خاصة. كالكريم يتصرف بطريقة لا تدل على الكرم (لازاروس، ر،1414،ص60)

4-خصائص الشخصية:

تجتع في الشخصية اساسين متناقضين لكنهما متكاملين . الاولى تظهر في ثبات الشخصية والثانية في التغير وكلاهما يستمران طيلة الحياة .

1/4-ثبات الشخصية :ويتحقق في نواحي وميادين منها :

-الثبات في الاعمال. وهذا النوع من سلوكيات الانسان المختلفة فالانسان مخلوق مختلف ويبقى مختلفا في جميع المناسبات مثلا.

-الثبات في الاسلوب. يبين "البورت" و "فرنون" في دراستهما عن الحركات التعبيرية ان عددا من هذه الحركات يميل الى الثبات البقاء لدى الفرد حين يمر بمناسبات مختلفة.

-الثبات في الشعور الداخلي. ومعناه هنا وحدة شخصية وثباتها ضمن الظروف التي يمر بها عبر سنين حياته .

-الثبات في البناء الداخلي. وهي الاسس العميقة الثابتة التي تقوم عليها الشخصية وهي مجموعة من الدوافع الاولية والقيم الثابتة في مرحلة معينة من حياة الفرد.

2/4_التغيروالتغير في الشخصية.

من ناحية اخرى يرى البعض ان ثبات الشخصية ليس ثباتا ازليا انما هو في الحقيقة ثبات نسبي ومفهوم دينامكية الشخصية تعبر عن صفات النمو والتغير.

وتتميز الشخصية اما عن غير قصد "التغير" او عن يقصد "التغيير" ويحدث في الشخصية خلال مراحل النمو المتشابهة ويتاثر تغيرها بالعوامل المؤثرة في تكوينها. اي العوامل الجسدية. العقلي النضج .التعليم ومؤسسات التنشئة الاجتماعية اما عن قصد فيقوم على اساس الكثير من مكوناتها وسماتها مكتسبة ومتعلمة. قد تكون سوية تؤدي الى الصحة النفسية. او تكون غير سوية تؤدي الى التفكك والمرض. وهنا يبذل جهدا كبير للتغير بقصد ادارة التلم او محور التعلم وغير ذلك من طرق العلاج النفسي (حامد زهران ،ع ، 1966 ،ص 60)

5/–محددات الشخصية.

تتكون شخصية الفرد من تلك الخصائص الثابتة تتمثل في سلوكه وهذه الخصائص قد تكون نتاجا لتاثير الوراثة او قد تكتسب عن طريق خبرات الشخص الفريدة او بفعل الخبرات التي يشترك فيها الاخرين. اوقد تكون نتاجا لتاثير البيئة الجغرافية والثقافية. وبناءا على ذلك هناك على الاقل اربعة محددات هامة لتكوين الشخصية.

1/5المحددات التكوينية البيولوجية.

يميل البعض الى القول بان الطبيعية الانسانية اجتماعية في اساسها وان المحدد البيولوجي للسلوك يمثل القدر المشترك بين الانسان والحيوانات الاخرى. ومع ذلك يجب ان نؤكد منذ البداية ان التاثيرات الاجتماعية يمكن ان تحدث اثرها في الكائن الحي البيولوجي. مثلما تحدث الاختلافات في التكوين البيولوجي والجسمي للفرد. اختلافات في استجاباته للظروف الاجتماعية التي يعيش فيها. واذا فحتى علم النفس الاجتماعي لا يمكنه ان يعقل اهمية الجوانب البيولوجية في الشخصية ويركز انصار هذا الاتجاه البيولوجي في دراستهم للشخصية اهتمامهم على مجالات متعددة اهمها.

–الوراثية.ان انصار الوراثة لا يذهبون الى ان الشخصية موروثة بل يميلون الى القول بانه ليس ثمة مظهر من مظاهر الشخصية يمكن ان يخلو من تاثيرات الوراثة التي تحملها الجينات ومعنى ذلك ايضا انه ان كانت كل خاصية تتاثر الى حد ما بالجينات فمن الممكن ان تتاثر ايضا بالظروف البيئة المحيطة .مادية واجتماعية ومن هنا يمكن القول بان السمة جسمية او عقلية او مزاجية لايمكن ان تعزى الى العوامل الوراثية وحدها. اوالى العوامل البيئية وحدها. وانما الى تفاعل هذين العاملين معا وهما منضامتان معا مند بداية الحياة.

التوازن الداخلي خلال نشاط الجهاز العصبي المستقل. وكشفت الدراسة عن وجود عمليتين مترابطتين هما اثارة الحافز والقدرة على التحكم في تفريغ الطاقة استجابة لوجود المثير المخيف او المدد وفي ضوء هذه الاستدلالات امكن تصنيف الاشخاص الى نماذج ثلاثة .

اناس تكون استثارة الحافز عندهم قوية وسريعة وقدرتهم على التحكم في تفريغ الطاقة ضعيفة . ومجموعة ثانية تكون استثارة الحافز لديهم ضعيفة وقدرتهم على التحكم في تفريغ الطاقة قوية ونوع ثالث تكون استثارة الحافز لديهم ضعيفة وقدرتهم عل التحكم في السلوك قوية .وحديثا زاد الاهتمام بدراسة هذه الاجهزة العضوية للكائن الحي الانساني. وربطها بشخصية او حالاته المزاجية(غنيم ،م، ص 12).

–التكوين الغددي للفرد.

بالاضافة الى العوامل الوراثية ووظائف الاجهزة العضوية. هناك عامل ثالث يندرج تحت المحددات البيولوجية ونعني به التكوين الغددي وغني عن القول بان الغدد الصماء تلعب دورا بارزا في حياة الانسان السلوكي وعلى الاخص الجانب الانفعالي والدافعي منها . كما يكون لها تاثير مباشر في تشكيل مقاييس جسمه ونمطه الشخصي. ولهذا يميل البعض الى اعتبارها بعض الجوانب الهامة في فهم السلوك البشري حتى ان احدهم وهو لويس برمان بالغ في اهمية افرازات هذه الغدد الصماء في تحديد الشخصية فذهب الى ان علم دراسة الغدد يلعب دورا رئيسيا في تحديد الشخصية يفوق الدور الذي يلعبه أي عامل اخر.(انجلر ،ب، 1991 ،ص 251.250)

2/5-المحددات البيئية.

البيئة الثقافية والاجتماعية. تحتاج الى معرفة تفصيلية عن خبرات الفرد الماضية وبيئة وثقافة التي نشا فيها من اجل الحكم على سلوكه ونمو شخصيته وبدون. هذه المعرفة يتعذر علينا فهم حتى ابرز الخصائص في شخصية الفرد . اما البيئة الطبيعية فيتضح اثرها اذا نظرنا الى اختلاف اساليب تكيف الناس ومعيشتهم وظروف مواجهتهم للحياة في البيئات المختلفة فعلى الرغم من تشابه الناس في حاجاتهم ودوافعهم الاساسية فاننا نلاحظ ان ثمة اختلاف واضحا بينهم في طرق مواجهتهم واشتباكهم لهذه الحاجات .اما البيئة الثقافية فلها تاثير واضح ايضا في نمو الشخصية لايمكن انكاره. والبيئة الثقافية او الحضارة التي تنبع من البيئة تعد في نظر البعض العامل الاساسي في تشكيل الشخصية بالمعنى الدقيق وعملية التطبيع الاجتماعي التي تبدا داخل الاسرة هي التي تحول الفرد من كائن حي بيولوجي الى كائن حي اجتماعي يعيش في مجتمع يؤثر فيه ويتاثر به. والبيئة الاجتماعية لها دورها ايضا في تنمية شخصية الفرد فالجتمع الانساني هو عادة جماعة منظمة تعيش في مكان معين وتشترك في مجموعة من الاتجاه والميول وانماط السلوك والاهداف. وتغير الجماعة الانسانية الاجتماعية بالنسبة للفرد احدى النقاط الهامة في نمو للشخصية

الاسرة. من الامور الاساسية في دراسة الشخصية معرفة الشيء الكثير عن الاسرة التي نشا فيها الفرد. والتي تعكس عليه ثقافة المجتمع الذي نشا فيه. فاسرة الفرد والتي تلعب دورا جوهريا في تشكيل شخصيته. فهي التي تنمي وتحدد في العادة الوسائل العديدة لخبراته. وهي التي من خلالها تتم عملية التطبيع الاجتماعي التي تلعب دورا كبيرا في تشكيل شخصية الفرد .

3/5محددات الموقف.

وثمة محدد رابع يلعب دورا هاما في تحديد الشخصية ونعني به الموقف وما اكثر المواقف التي يتم ربطها في حياته. وما اكثر تاثيرها في شخصيته. وبالطبع لا يمكن النظر الى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف

التي تمر بها او توجد فيها. وليس من شك في ان سلوك الفرد قد يتعدل حسب ظروف الموقف الذي يوجد فيه وقد ذهب البعض الى ان استجاباتنا لاختبارات المواقف او الاستفتاءات او اسئلة المقابلة قد تختلف حسب ظروف المواقف.(غنيم ،م ، ص 45)

4/5 محددات الدور.

العامل الثالث الذي يحدث اثره في تحديد شخصية الفرد هو عامل الدور. وهذا العامل يشير الى كل من الفرد والمحيط الاجتماعي الذي يوجد فيه. فمفهوم الدور يشير الى انه لفهم سلوك فرد ما يجب ان تنتبه في الوقت نفسه الى خصائص شخصيته والى الموقف الاجتماعي الذي يوجد فيه . والدور هو ببساطة ما يتوقعه المجتمع من الفرد الدي يحتل مركزا ما داخل الجماعة والمجتمع يحدد الادوار الاجتماعية التي يتوقع افراده القيام بها في حياتهم العادية والفرد لايرث دوره في الحياة وانما يكتسبه ويتعلمه من خلال حياته وتفاعله مع الاخرين. (سامي، م، القفاس، ع، ص04.14).

6/سمات الشخصية :

ان المقارنة بين شخصين عملية تحليلية تتم بين جوانب معينة لدى الشخص موضوع المقارنة. او المقارنة بين خصائص معينة لدى كل منهما .هذه الخصائص او الجوانب المعينة التي تقارن بينها ما هي الا سمات .

1/6تعريف السمات.

كما تعدد تعريفات علماء النفس للشخصية. كذلك تختلف تعريفاتهم للسمات تبعا لاختلاف نظرتهم ونظرياتهم في الشخصية بل ان المؤلف الواحد احيانا ما يبدل ويعدل من تعريفه للسمات من مرجع لاخر .ويرى كاتل ان سمة مجموعة ردود الافعال او الاستجابات ان توضع تحت اسم واحد. ومعالجتها بالطريقة ذاتها في معظم الاحوال .اما جيلفورد فيرى ان السمة هي أي جانب يمكن تميزه و"ذودوام" نسبي وعلى اساسه يختلف الفرد عن غيره ويعرف ايزيك السمات بانها مجموعة من الافعال السلوكية التي تتغير معا. اما محمد عبد الخالق فيرى ان السمة أي حصلته او خاصيته ذات دوام نسبي .يمكن ان يختلف فيها الافراد فتميز بعضهم عن بعض أي ان هناك فروقا فردية فيها .وقد تكون السمة وراثية او مكتسبة. ويمكن ان تكون كذلك جسمية او معرفية او انفعالية او متعلقة بواقف اجتماعية(عبد الخالق ،ح،1987 ،ص 67.66)

2/6انواع السمات.

يقسما جيلفورد من وجهة عامة الى انواع ثلاثة هي .

السمات السلوكية والفيزيولوجية والمورفولوجية. وهو يركز في مجال الشخصية على السمات السلوكية.

-اما كاتل فيميز من وجهة عامة ايضا بين ثلاثة انواع اساسية من السمات هي.

-السمات المعرفية. القدرات وطريقة الاستجابة للموقف

-السمات الدينامية. ويتصل باصدار الافعال السلوكية وهي التي تختص بالاتجاهات العقلية او بالدافعية والميول . كقولنا شخص طموح او شغوف بالرياضة او له اتجاه ضد السلطة او هكذا.

-السمات المزاجية. وتختص بالايقاع والشكل والمثابرة وغيرها فقد يتسم الفرد مزاجيا بالبطء او المرح او التهيج او الجراة وغير ذلك ويفضل جوردن البورت بين نوعين من السمات وهي السمات العامة والسمات الخاصة.

-السمات العامة.

وهي المشتركة او الشائعة بين عدد كبير من الافراد في حضارة معينة او في حضارات كثيرة. وقد تشيع بين الادميين على وجه العموم ومتالها في المجال المعرفي الذكاء الذي يوجد بدرجات لدى جميع الادميين. اما الوجداني والاجتماعي وغيرها كثير . وللسمات المشتركة الشكل ذاته لدى كل شخص أي انها توجد لدى الجميع ولكن بدرجات متفاوتة. فالفارق كمي لا كيفي.

-السمات الخاصة .

اما السمات الخاصة او الفريدة فهي تلك التي تخص فرداما بحيث لا يمكن ان نصف اخر بالطريقة ذاتها وهي اما قدرات او سمات دينامية. وقد ذهب البورت على ضوء نظريته في السمات الى ان كل سمة للفرد تعد سمة فريدة تتميز في قوتها واتجاهها ومجالها عن السمات الاخرى المتشابهة الموجودة لدى الافراد الاخرين(عبد الخالق ،ح،1987، ص 69.68).

خلاصة :

لقد تطرقنا في هذا الجانب إلى سمات الشخصية وخصائصها ومكوناتها والمحددات التي تقوم عليها هذا بالنظر الى النظريات المفسرة لها ، حيص تبرز كل نظرية مسلماتها ودورها في تكوين السمات التي تتحكم في الفرد وسلوكه ، وعليه وجب علينا معرفة هذه السمات ودورها في سلوكات المربي .

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1- المنهج المتبع

2- الحدود الزمانية والمكانية

3- مجموعة البحث

1/3 شروطها

2/3 خصائصها

4- أدوات الدراسة

1/4 المقابلة النصف موجهة

2/4 مقياس ما سلاش للإحتراق النفسي

3/4 مقياس فرايبورج للشخصية

5/ طريقة و ظروف الاجراء

خلاصة

تمهيد:

سنحاول في هذا الفصل عرض أهم الإجراءات المنهجية المتبعة بدءا بالمنهج المتبع، ثم تحديد مجموعة البحث و خصائصها ، وتحديد مكان و زمان إجراء الدراسة، ثم عرض أدوات الدراسة ، وفي الأخير عرض طريقة وظروف إجراء الدراسة الأساسية.

1-منهج الدراسة:

ان طبيعة البحث ومتغيرات الدراسة هي التي تحدد المنهج المتبع كما هو معلوم لنا وبما ان موضوع الدراسة هو بعض سمات الشخصية ودورها في ظهور الاحتراق النفسي فإن المنهج الملائم لهذه الدراسة هو المنهج العيادي الدي يسمح بدراسة الحالات دراسة شاملة ومعمقة حتى نفهم متغيرات الدراسة أي كيف يظهر الاحتراق النفسي وماهي سمات شخصية المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين دهنيا

تم الاعتماد على المنهج العيادي بصفته يعالج الحالات الفردية بطريقة علمية موضوعية مقصي بقدر الإمكان العوامل الذاتية التي من شأنها التأثير على نتائج البحث وبفعاليته في فهم السلوك العادي والمرضي ودوافعه المستترة

2-تحديد حدود الدراسة:

1/2 المجال المكاني

- أجريت الدراسة في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا تيميمون.

2/2المجال الزماني

- أجريت الدراسة ما بين 15/02/2018 الى غاية 2018/04/26

3-مجموعة البحث :

1/3شروطها :

حتى ينتمي أي فرد الى مجموعة بحثنا يجب أن تتوفر فيه الشروط التالية :

-أن يكون مربي عامل في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا تيميمون.

-أن يكون دو خبرة مهنية تفوق السنة الواحدة الى غاية 15 سنة لأن المربي الدي لم يعمل في المهنة أكثر من سنة واحدة يمكن أن يكون له عدم تأقلم مع جو العمل أو ضغوط نفسية فقط.

-ويكون السن مابين 23 الى 45 سنة لأن هده الفقرة تكون للفرد انشغالات كثيرة مما يمكن أن يكون لها تأثير على الحالة النفسية للفرد .

2/3خصائصها :

جدول رقم (01) يبين خصائص مجموعة البحث

الحالات	السن	مدة الخبرة المهنية
سفيان	31	06 سنوات
حورية	25	03 سنوات
خالد	35	03 سنوات
أسماء	28	02 سنتين
حياة	25	02 سنتين

من خلال الجدول يتضح أن عدد الدين شملتهم الدراسة (05) حالات من كلا الجنسين (03) اناث و(02) ذكور حيث تتراوح أعمارهم بين 25 سنة الى 35 سنة ونلاحظ أن هاته الحالات تختلف أيضا من حيث الخبرة المهنية حيث تتراوح من (02) سنتين الى (06) سنوات .

4-ادوات الدراسة:

1/4المقابلة :

تعريف المقابلة العيادية : ويعرف لويس كامل مليكة 1980 المقابلة العيادية بصورة عامة على انها تتضمن عمليتي التشخيص والعلاج مؤكدا على ان عملية التشخيص في الطب النفسي وعلم النفس تتطلب عمليات خاصة بتقويم السمات المختلفة لشخصية المريض مما يساعد على فهم مشكلاته بناء على تجميع تلك المعلومات المتاحة واللازمة عنه وتحليلها ودراستها.

واشار الى ان عملية التنبؤ عبارة عن رسم ومباشرة خطة العلاج النفسي للمريض ومتابعتها وتقويمها (عمر ،م ،ص 83).

وتسمح المقابلة الإكلينيكية النصف الموجهة للوصول إلى دينامية العمليات النفسية حيث يستطيع العميل تنظيم حديثه. كما يسمح هذا النوع من المقابلات بتبادل المعلومات حول موضوع بحثا مع العميل دون الخروج من إطاره العام والسير في إتجاه واضح مع المحافظة على حديث التعبير(أبو شعيرة، خ ، 2008 ،ص 69).

والهدف من استخدام المقابلة النصف موجهة هو توجيه المربي بغرض جمع المعلومات الكافية حول معرفة سمات الشخصية التي لها دور في ظهور الاحتراق النفسي بحيث أن المقابلة النصف موجهة تسمح لنا بالكشف عن المكنونات الداخلية للمربي وأيضا بهدف تطبيق مقاييس الدراسة.

وقد تم استخلاص أسئلة المقابلة على أساس متغيرين الأول هو الإحتراق النفسي والثاني هو سمات الشخصية وقد جاءت الأسئلة لقياس دور سمات الشخصية في ظهور الإحتراق النفسي أنظر الملحق رقم (01)

يتطلب البحث الحالي استخدام اداتان للقياس وهما " مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي " و "مقياس فرايبورج للشخصية .

2/4مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي :

لقد اعتمدنا في اجراء هذه الدراسة على مقياس (ماسلاش –جاكسون) للاحتراق النفسي.

-مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (M.B.I):

يعد مقياس ماسلاش الأكثر استخداما لقياس الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات و المهن المساعدة، حيث تم توظيفه في عدة دراسات منذ وضعه من قبل كريستينا ماسلاش و جاكسون (Maslach , Jackson) عام 1981م. و لقد قام عدد من الباحثين بتعريب المقياس ليتلاءم مع البيئة العربية منهم (البتال، 1999) ، (دواني و زملائه 1989) و (مقابلة و سلامة. 1990) و (الوابلي. 1995).

-أبعاد المقياس و فقراته:

يتكون المقياس من (22) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، حيث يطلب منه الاستجابة على كل فقرة مرة واحدة تدل على تكرار الشعور الذي يتدرج من صفر إلى 6 درجات كالتالي:

0 = أبدا.

1 = بضع مرات في السنة.

2 = مرة في الشهر أو أقل.

3 = بضع مرات في الشهر.

4 = مرة كل أسبوع.

5 = بضع مرات في الأسبوع.

6 = كل يوم تقريبا.

و لقد صمم المقياس ليقيس ثلاثة أبعاد رئيسية للاحتراق النفسي هي:

1) الإجهاد العاطفي : ويقيس مستوى الإجهاد و التوتر الانفعالي و العاطفي الذي يشعر به نتيجة العمل مع فئة معينة أو في مجال معين، و يقيس هذا البعد (9) فقرات.

2) تبلد المشاعر : يقيس مستوى الاهتمام أو اللامبالاة نتيجة العمل مع فئة معينة حيث يصبح الفرد في حالة تتولد لديه مواقف سلبية و ساخرة و تهكمية تجاه العملاء، بحيث يتعاملون معهم و كأنهم أشياء بدون قيمة إنسانية، و يقيس هذا البعد (5) فقرات.

3) نقص الشعور بالانجاز الشخصي في العمل : يقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه و مستوى شعوره بالكفاءة و الرضا في عمله، و يقيس هذا البعد (8) فقرات.

و يمكن توزيع فقرات المقياس من خلال الجدول الآتي:

جدول رقم (02) يوضح مستويات الاحتراق النفسي

أبعاد الإحتراق	البنود	مجموع الفقرات	منخفض	معتدل	مرتفع
الإجهاد العاطفي Epuisement Emoitionnel	1-2-3-6-8- 13-14-16- 20	9 فقرات	أقل من 17	ما بين 18 و 29	أعلى من 30
تبلد المشاعر Déschumanisation	5-10-11- 15-22	5 فقرات	أقل من 5	ما بين 6 و 11	أعلى من 12
نقص الشعور الشخصي بالإنجاز في العمل Accomplissement personnel au travail	4-7-9-12- 17-18-19- 21	8 فقرات	أعلى من 40	مابين 34 و 39	أُقل من 33

***ملاحظة** : عماً إن المقياس يتمتع بصدق وثبات عاليين ، حيث تبلغ قيمة صدق تمييزي 8.33 وصدق الاتساق الداخلي تتراوح مابين 0.50 إلى 0.3 ، اما بالنسبة للثبات بلغت قيمته 0.75 اما بالنسبة للثبات في طريقة التجزئة النصفية بلغت 0.75، ومعامل الثبات الفا كرونباخ بـ 0.70 (بلعقون ، س ، 2017 ، ص 55).

3/4 مقياس فرايبرج للشخصية: " Freiburger Personlichkerts Inventar "

تعريف المقياس:

وضعت قائمة فرايبرج للشخصية من طرف مجموعة من أساتذة علم النفس بجامعة فرايبرج بألمانيا سنة 1970 وهم: "جوكن فارنبرج Fahrenberg "، و" هربت سليج Selg "، و" راينز هامبل R. Hampel ".

أعد الصورة العربية للمقياس " محمد حسين علاوى "، تهدف القائمة إلى قياس تسعة أبعاد عامة للشخصية بالإضافة إلى ثلاثة أبعاد فرعية، وتتضمن 212 عبارة، كما أن لها صورتين أ و ب، وقد قام " ديل Diehl " أستاذ علم النفس بجامعة "جيسن بألمانيا" بتصميم صورة مصغرة للقائمة، تضم الأبعاد الثمانية الأولى من القائمة الأصلية وتتضمن الصورة العربية للمقياس 56 عبارة سبعة عبارات لكل بعد، والأبعاد التي تقيسها الصورة المصغرة هي:

العصبية: تميز الدرجة العالية للبعد الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية ونفسجسمية، مثل اضطرابات الهضم، والتنفس، والتوتر، والحساسية للتغيرات الجوية... الخ.

أما الدرجة المنخفضة فتميز الأفراد الذين يتسمون بقلة الاضطرابات الجسمية، والاضطرابات العامة النفسجسمية، ويتضمن بعد العصبية سبعة عبارات كلها ايجابية وأرقامها هي: (03 – 04 – 15 – 18 – 23 – 38 – 54).

العدوانية: تميز الدرجة العالية الأفراد الذين يقومون تلقائيا بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفضية أو التخيلية والذين يستجبون بصورة انفعالية، أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى قلة الميل التلقائي للعدوان و التحكم الذاتي و السلوك المعتدل ويتضمن البعد، سبعة عبارات ايجابية وهي: (07 – 10 – 26 – 27 – 41 – 44 – 49).

الإكتآبية: تميز الدرجة العالية الأفراد ذو التذبذب المزاجي والتشاؤم، الشعور بالتعاسة، عدم الرضا، الإحساس بمخاوف غير محددة، الوحدة وعدم فهم الآخرين لهم، عدم القدرة على التركيز الميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.... أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى المزاج المعتدل، والقدرة على التركيز، والاطمئنان والأمن والثقة بالنفس والقناعة.... يتضمن بعد الإكتآبية سبعة عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (21 – 25 – 34 – 37 – 40 – 52 – 55).

القابلية للاستثارة: تميز الدرجة العالية لهذا البعد الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية، وشدة التوتر، وضعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية، والانزعاج، وعدم الصبر، والغضب، والاستجابات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر والحساسية... أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى الهدوء والمزاج المعتدل، والقدرة على ضبط النفس، وتحمل الإحباط... يتضمن هذا البعد سبعة عبارات ايجابية وهي: (05 – 31 – 33 – 36 – 39 – 46 – 53).

الإجتماعية: تميز الدرجة العالية للبعد الأفراد ذو القدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب للناس، وسرعة عقد الصداقات، ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية وحضور البديهة... والدرجة المنخفضة تشير إلى قلة الحاجة للتعامل مع الناس، وقلة الحيوية، وتجنب الآخرين وتفضيل الوحدة، وقلة التحدث... يتضمن بعد الإجتماعية:

أربعة عبارات سلبية أرقامها: (02 – 14 – 47 – 51).

وثلاثة عبارات ايجابية أرقامها: (12 – 28 – 48).

الهدوء: تشير الدرجة العالية لهذا البعد إلى الأفراد الذين يتسمون بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر والهدوء واعتدال المزاج والبعد عن السلوك العدواني والدأب عن العمل.... أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى سرعة الاستثارة، و الغضب والضيق، وعدم القدرة على سرعة اتخاذ القرارات والتشاؤم... يتضمن بعد الهدوء سبعة عبارات ايجابية وهي: (01 – 20 – 29 – 42 – 43 – 45 – 56).

السيطرة: تميز الدرجة العالية الأفراد الذين يستجيبون بردود أفعال عدوانية والارتياب في الآخرين وعدم الثقة فيهم والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم... والدرجة المنخفضة تشير إلى الاعتدالية، واحترام الآخرين ورفض أسلوب العنف، والعدوانية، والميل للثقة بالآخرين... ويشمل هذا البعد على سبعة عبارات ايجابية وهي: (09 – 11 – 16 – 22 – 24 – 30 – 50).

الضبط أو الكف: تشير الدرجة العالية إلى صعوبة التفاعل والتعامل مع الآخرين في المواقف الجماعية، وعدم القدرة على سرعة اتخاذ القرارات، والخوف وسهولة الارتباك، خاصة عند مراقبة الآخرين لهم، وتميز الدرجة المنخفضة الأفراد الذين لديهم القدرة على التعامل والتفاعل مع الناس، والثقة بالنفس، قادرين على التحدث، و المخاطبة... عبارات هذا البعد ايجابية وهي: (06 – 08 – 13 – 17 – 19 – 32 – 35).

- و حسب المقياس فهو يتمتع بصدق و ثبات بدرجة عالية .

طريقة التصحيح مقياس فرايبرج للشخصية:

يطبق مقياس فرايبرج للشخصية على الإناث والذكور ابتدء من 16 سنة فأكثر يجيب المفحوص على العبارات في مقياس فرايبرج للشخصية بنعم أو بلا وقد تم تنقيط.

- العبارات الايجابية ب: 2 درجة عند الإجابة ب "نعم" و 1 درجة عند الإجابة ب"لا".
- العبارات السالبة ب: 1 درجة عند الإجابة ب "نعم" و 2 درجة عند الإجابة ب"لا".

تتراوح درجات مقياس فرايبرج للشخصية والتي هي عبارة عن مجموع درجات كل بعد على حدا بين 45 درجة كحد أدنى و 90 درجة كحد أقصى (نبيلة ،خ ، 2006 ، ص . 76 – 80).

***ملاحظة:** المقياس يتمتع بصدق وثبات عاليين ،ولحساب صدق المقياس عرض على عدد من السادة الخبراء وتحصل على نسبة إتفاق 100%.أما الثبات فاستخدم طريقة التجزئة النصفية ومعادلة سبيرمان براون،حيث بلغ معامل الثبات 0.88.

5/ طريقة و ظروف إجراء الدراسة الأساسية:

بداية العمل الميداني كانت من خلال لقاء مع رئيس المصلحة البيداغوجية ، والاخصائية النفسانية لتحديد سير عملية الدراسة و كيفية التعامل مع مجموعة البحث، تم مرافقتنا من طرفهم ، كما وعدونا بتوفير كل الظروف الملائمة لإجراء الدراسة بمساعدتنا في تحديد العينة من خلال المعلومات المتوفرة لديهم و الخاصة بمجموعة البحث، طريقة تطبيق المقاييس من خلال شرح التعليمة و الهدف من الدراسة بالتركيز على سمات الشخصية و الاحتراق النفسي ، أيضا كيفية القيام بالمقابلة النصف موجهة بحيث تتم دون المساس بمشاعر أفراد مجموعة البحث أو التشهير بهم كأفراد عينة ، وقد تمت المقابلات مع جميع الحالات في متكب الاخصائية النفسانية وهدا بعد شرح الغرض من المقابلات والهدف منها وذلك بعد تطبيق المقايسس وشرحها.

خلاصة

تطرقنا في هذا الفصل إلى الهدف من اعتمادنا للمنهج العيادي، أيضا قدمنا شروط وخصائص مجموعة البحث وحددنا المجال المكاني والزماني للدراسة وعرضنا للأدوات المستعملة في الدراسة والمتمثلة في المقابلة النصف موجهة والمقياسين مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ، ومقياس وفرايبرج للشخصية ، وفي الأخير شرحنا طريقة وظروف إجراء الدراسة.

الفصل الخامس :عرض ومناقشة النتائج

تمهيد

1/عرض وتحليل الحالات

1/1عرض وتحليل الحالات النموذجية

2/1 خلاصة الحالات المتبقية

2/ مناقشة وتحليل نتائج الدراسة

1/2 مناقشة وتحليل الفرضية الأولى

2/2 مناقشة وتحليل الفرضية الثانية

خلاصة الفصل

تمهيد:

للتحقق من صحة الفرضيات أو عدمها التي تتمحور حول الدراسة الحالية سنحاول من خلال هذا الفصل تحليل و تفسير ومناقشة النتائج التي توصلنا إليها من خلال تطبيق المقابلة النصف موجهة، و المقياسين "مقاس ماسلاش للاحتراق النفسي "، و " مقياس فرايبورج للشخصية " في ضوء الإطار النظري، و الدراسات السابقة.

1/عرض وتحليل الحالات

الحالة الأولى: سفيان

1/تقديم الحالة :

الحالة سفيان يعيش وسط عائلة محافظة ذات مستوى معيشي متوسط عدد اخوته 05وهو يحتل المرتبة 03 بين اخوته سنه 31 سنة الحالة الاجتماعية أعزب دو مستوى تعليمي حاصل على شهادة ليسانس، تمت المقابلات في مكتب الاخصائية حيث دامت حوالي 45 دقيقة ومرة في ظروف جيدة بحيث كانت الحالة متعاونة معنا الى حد كبيركما كان يبدو عليه علامات التحمس بشان موضوع الدراسة ونوعية الاسئلة المطروحة .

2 /عرض نص المقابلة:

الحالة سفيان يشرف على تدريس قسم التوحد وسنوات الخبرة لديه حوالي ستة سنوات وفي سؤالنا له عن معانا ة العمل يتحدث ويقول عند دخولي للمركز لم أجد مشكلة في الاندماج في جو العمل بحكم أن بعض المربين والأخصائيين أعرفهم مسبقا وهدا ما جعلهم يساعدنني لدخولي في جو العمل بشكل تلقائي

وفي سؤالنا عن خصال المربي فأجاب " باه تخدم هدا الخدمة لازم يكون عندك قلب كبير او تصبر على الصغار أو الكبار" أما من ناحية الصعوبات التي أواجها تكمن في توفير امكانيات العمل وبطبيعة الحال بحكم الفئة التي نتعامل معها.ومن ناحية التعليمات الادارية فهي جارية في كل المؤسسات.

هل ترى أن عملك يجعلك مفعم بالطاقة أم يستنزف كامل طاقتك ؟نوعان ما لان العمل مع هاته الفئة امر متعب لكن عندم تراهم يتحسن هذا ما يجعلك تبذل مجهود مضاعف من أجل اسعدهم. والتعب كله يأتي في أخر الأسبوع .

هل انت راض عن عملك ؟ نعم انا راضي عن عملي لأنني احب عملي وهذا ما يجعلني امارس هاته المهنة وحبي لي هاته الفئة بشكل خاص واسعى جاهدا الى أن يصل التلميد الى مستوى جيد من الاستقلالية حيث أن االتلميذ يدخل في بداية السنة في مستوي معين ثم بالعمل عليه تجده يتحسن تدريجيا.

هل تتلقى تعاونا من طرف زملائك في العمل ومن المسيرين ؟نعم اتلقي تعاوننا من طرف زملائى ومن بعض المسييرين لان مهنتنا تستدعي ذالك فتجعلني أتحدث مع زملائي عن مشاكل العمل وأستفيد من توجهاتهم

كيف تتعامل في موقف الغضب؟ "في الحقيقة ما نزعفش فسع بصح اذا زعفت مانعرفش نتصرف وأنا نبغي نتعامل بالمثل مع لي غلط معايا كما دار لي ندير ليه "

3/عرض نتائج الاختبارين :

1/3عرض نتائج اختبار الاحتراق النفسي:

بعد تطبيقنا اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي تحصل الحالة على النتائج التالية :

الجدول رقم (03) يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

الرقم	الأبعاد	النتيجة المتحصل عليها
01	الاجهاد الانفعالي	17
02	تبلد المشاعر	07
03	نقص الشعور بالإنجاز	40

نلاحظ من خلال الجدول أن مستوى الاحتراق النفسي عند سفيان في بعد الاجهاد الانفعالي 17 درجة إي منخفض وفي بعد تبلد المشاعر 07 درجة إي معتدل وفي بعد نقص الشعور بالانجاز 40 درجة إي أن النتيجة منخفضة .

2/3عرض نتائج اختبار سمات الشخصية:

نتائج اختبار فرايبورج للشخصية حيث كانت نتائجه كالتالي:

الجدول رقم (04) يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبرج للشخصية.

رقم البعد	الأبعاد	الدرجة المتحصل عليها
01	العصبية	09
02	العدوانية	09
03	الاكتئابية	08
04	القابلية للاستثارة	09
05	الاجتماعية	09
06	الهدوء	14
07	السيطرة	13
08	الضبط أو الكف	09
المجموع الكلي		80

نلاحظ من خلال المبين لنتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبوج للشخصية أن الأبعاد التي تحصلت على أعلى درجات هي "سمة الهدوء "حيث تحصل على 14درجة وبعد "السيطرة "13 درجة أما الأبعاد التالية أخدت 09 درجات وهي "سمة العصبية والعدوانية والقابلية للاستثارة والاجتماعية والضبط أو الكف والاكتئابية"

4/تحليل نتائج المقابلة:

تمت المقابلة مع الحالة في ظروف جيدة ولم تواجهنا اي صعوبات حيث ظهر جد اجتماعي ،ويظهر من خلال محتوى المقابلة بأن الحالة لا يعاني من مشاكل في العمل وبأنه راض عن عمله حيث يظهر هدا من خلال قوله" أصلا نبغي الخدمة تاعي بزاف " وفي قوله بأن العمل كان رغبته وهدا الرضى ربما راجعا الى سنوات الخبرة لديه حيث يظهر في الدراسة التي قام بها" الخرابشة وعربيات 2005 " الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم حيث أظهرت الدراسة أنها توجد فروق ذات دلالة احصائية على الأبعاد الثلاثة بالنسبة لمتغير الخبرة ولصالح دوي الخبرة من لديهم خمس سنوات فأكثر.(أبو مسعود س .2010.ض40)

أما في ما يخص مصادر المعاناة في العمل فتبين أن الحالة ليست لديه صعوبات بمعنى الكلمة إلا أن طبيعة العمل تقتضي ذلك حيث أن العمل مع هده الفئة أمر متعب ويظهر هدا من خلال قوله "العمل مع هاته الفئة أمر صعب ومتعب" ،الحالة لديه إتزان حيث يستطيع التفريق بين العمل وأمور الشخصية وهدا ما يتنافى أو يتعارض مع ما جاء في الجانب النظري في مراحل الاحتراق النفسي الذي يقتضي أن المرحلة الأولى يشعر فيها الشخص بوجود ضغط مستمر وعدم التوازن بين متطلبات العمل وقدراته وهاته المرحلة التي تسمى بمرحلة الاستثارة الناتجة عن الضغوط وتتميز بالأعراض التالية سرعة الانفعال .القلق الدائم .وفترات عن ضغط الدم العالي .الأرق ،حيث أن كل هده الأعراض غير متوفرة في الحالة ويتبين ذلك في المحور السادس القابلية للإستثارة حيث يقول عن نفسه "أنا ما نزعفش فسع "وليست له اضطرابات صحية .

من جانب السمات الشخصية الغالبة على الحالة فنجده يحب السيطرة واجتماعي حيث يظهر هدا في سؤالنا له مادا يفعل ادا أساء أحد ا معاملته وكيف يتعامل معه ؟ فقال "نتعامل بالمثل مع لي غلط معايا كيما دار لي ندير له " ويبدو إجتماعي في قوله "نعم كثيرا ما أتحدث مع زملائي في صعوبات العمل والمشاكل التي أواجهها " زيادة على فإن الحالة دو شخصية منبسطة حيث تظهر الدراسة التي قامت بها بربرا التي تهدف الى اختبار العلاقة بين أساليب المواجهة والاحتراق النفسي ونمط الشخصية وتوصلت الى أن ذوي الشخصية المنبسطة أقل عرضة للاحتراق النفسي ، وعليه نستنتج مما سبق أن الحالة له درجة متوسطة من الاحتراق نفسي .

5/ تحليل نتائج الاختبارين :

1/5 تحليل نتائج اختبار الاحتراق النفسي:

ان نتائج اختبار الاحتراق النفسي للحالة الاولى كانت مرتفعة في محور الاجهاد العاطفي حيث تحصل الحالة على 17 درجة اي أن النتيجة كانت في مجال أقل من 17 اي أن الدرجة منخفضة بالنسبة لمستويات المقياس التي وضعتها ماسلاش .

تحصل الحالة على 07 درجة في محور تبلد المشاعر اي أن النتيجة كانت في مجال 6-11 اي أن الدرجة متوسطة بالنسبة لمستويات المقياس .

أما في ما يخص محور نقص الشعور بالإنجاز كانت الدرجة 40هدا ما يعني أن النتيجة كانت في مجال أعلى من 40 أي أن الدرجة منخفضة بالنسبة لمستويات المقياس

هدا وحيث أن أعراض الاحتراق النفسي لم تظهر بشكل واضح لدى الحالة كما وضعته ماسلاش حيث كان هناك انخفاض في محور تبلد المشاعر ومتوسطة في محور الاجهاد العاطفي ومنخفضة في محور نقص الشعور

بالإنجاز وبالتالي فإن الحالة لا يعاني من احتراق نفسي بصورة واضحة حيث اتفقت نتائج هده الدراسة مع نتائج بعض الدراسات كدراسة عبد الله جاد محمود على بعض عوامل الشخصية والمتغيرات الديمغرافية المستهدفة في الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين وهدفت الدراسة الى التعرف على علاقة عوامل الشخصية بالاحتراق النفسي والتعرف على الفروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعا لمتغير (الجنس والمرحلة التعليمية).

2/5 تحليل نتائج اختبار سمات الشخصية :

*بعد تطبيق مقياس "فرايبوج للشخصية" وجمع درجات أبعاده تحصل سفيان على مجموع درجات قدرها(80)درجة وهي تقارب درجة الحد الاقصى التي قدرها(90)درجة وحسب القيم المتحصل عليها في الابعاد حددت في المرتبة الاولى "سمة الهدوء" لحصول الحالة على درجة قدرها(4)درجة وهي تميز الافراد الذين يتسمون بالثقة بالنفس ،الهدوء ،اعتدال المزاج ،والبعد عن السلوك العدواني وفي المرتبة الثانية حددت "سمة السيطرة" لحصول سفيان على درجة قدرها (13) درجة وهي تشير في البعدين الى الافراد الذين يتسمون بردود افعال عدوانية، الميل للسلطة ومحاولة فرض اتجاهاتهم. كما حددت في المرتبة الثالثة "سمة العصبية وسمة العدوانية والقابلية للاستشارة وسمة الاجتماعية والضبط او الكف" حيث تحصل الحالة على (9)درجات وهي تقارب درجة الحد الادنى وهي تشير للأفراد الذين يتسمون بقلة الاضرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفسية كما تميز في بعد العدوانية على الافراد الذين يستحيون بصورة انفعالية وسمة القابلية للاستشارة حيث تميز الافراد الذين يتسمون بالاستشارة العالية وعدم الصبر، وضعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية .وتتميز في بعد "سمة الاجتماعية" وهي تميز الافراد الذين لديهم القدرة على التفاعل مع الاخرين ومحاولة التقرب من الناس والثقة بالنفس قادرين على التحدث والمخاطبة اما المرتبة الرابعة حددت "سمة الاكتئابية "الذين لديهم مخاوف غير محدودة التذبذب المزاجي ،عدم الرضا .....من خلال ما سبق لوحظ اختلاف في مستوى بعض سمات الشخصية لسفيان وهذا الاختلاف قد يرجع لعوامل مشتركة عوامل وراثية وبيئية وهذه العوامل يكمل بعضها البعض وتشكل شخصية الفرد وتجعله متميزا عن الاخرين.

وهدا مادهب اليه (حامد زهران)في تحديده لخصائص الشخصية حيث يربان ثبات الشخصية ليس ثباتا ازليا انما هو في الحقيقة ثبات نسبي ومفهوم ديناميكية الشخصية تعبر عن صفات النمو والتغير.

وتتميز الشخصية عن غير قصد "التغير" او عن قصد "التغيير" ويحدث في الشخصية خلال مراحل النمو المتشابهة ويتاثر تغيرها بالعوامل المؤثرة في تكوينها. اي العوامل الجسدية. العقلي النضج .التعليم ومؤسسات التنشئة الاجتماعية اما عن قصد فيقوم على اساس الكثير من مكوناتها وسماتها مكتسبة ومتعلمة. قد تكون سوية تؤدي

الى الصحة النفسية. او تكون غير سوية تؤدي الى التفكك والمرض. وهنا يبذل جهدا كبير للتغير بقصد ادارة التلم او محور التعلم وغير ذلك من طرق العلاج النفسي (حامد زهران ،ع ،1996 ،ص 60)

6/خلاصة الحالة :

من خلال المقابلة النصف موجهة ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس فرايبوج للشخصية نخلص أن سفيان لديه مستوى منخفض من الاحتراق النفسي حيث أنه لم تظهر عليه أعراض الاحتراق النفسي والمتمثلة في إنخفاض شديد للنشاطات المعتادة بحوالي 50 بالمئة لمدة لاتقل عن ستة أشهر واستبعاد كل الأعراض التي يمكن أن تعود الى العرض السابق ذكره الأول و الانهاك الشديد عند بدل الجهد لم يكون يظهر في السابق ألام في المفاصل حيث أن هده الأعراض لم تبدو بشكل واضح وهدا ما تم تأكيده من خلال النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس الاحتراق النفسي بحيث أن سفيان تحصل على درجة منخفضة في بعد الإجهاد الإنفعالي على 17 درجة وفي بعد تبلد المشاعر على 07 درجات وفي بعد نقص الشعور بالانجاز على 40 درجة وتعتبر كل هاته الدرجات درجات منخفضة مما يجعلنا نقول أن معدل الاحتراق النفسي عند الحالة منخفض .

أما عن نتائج مقياس فرايبورج للشخصية أظهرت أن سفيان يتميز ب "سمة الهدوء "في الدرجة الأولى وهدا يفسر ما تم استنتاجه من خلال المقابلة أن الحالة يتسم بالثقة بالنفس وعدم الارتباك وفي الدرجة الثانية "سمة السيطرة "ويظهر هدا في المقابلة من خلال الأرتياب في الأخرين والميل للسلطة حيث يقول "أتعامل بالمثل " إي أسلوب الإنتقام ،وفي الدرجة الثالثة تأتي "سمة العصبية والعدوانية والقابلية للاستثارة والإجتماعية وسمة الضبط أو الكف والإكتئابية "بدرجة متساوية حيث يظهر هدا أيضا في قدرة التفاعل مع الأخرين وفي بعد القابلية يتسم بالاستثارة العالية وفي بعد "الضبط أو الكف " عدم القدرة على سرعة اتخاد القرارات في بعد "العصبية" يعانون من الحساسية للتغيرات الجوية و عدم الرضاء.

ومن خلال ما سبق نستنتج أن هناك تطابق بين نتائج المقابلة النصف موجهة والاختبارين وتم استنتاج عدم تحقق فرضيات بحثنا أن المربي يعاني من احتراق نفسي بدرجة عالية وأن لسمات الشخصية دور في ذلك وظهر هذا من خلال الدرجة المنخفضة التي تحصل عليها الحالة في مقياس الاحتراق النفسي والتي تقابلها في الدرجة الأولى من مقياس فرايبوج للشخصية "سمة الهدوء "وسمة السيطرة "في الدرجة الثانية وعليه نستطيع القول أن المربي الدي يمتاز بهاته السمات تكون له درجات منخفضة من الاحتراق النفسي .

الحالة الثانية :حورية

1/ تقديم الحالة الثانية

حورية ذات مستوي علمي واخلاقي متحصلة على شهادة الماستر تعيش مع والديها واخوتها لها 05اخوة وتحتل الرتبة 03 بينهم لها 25 سنة ومن عائلة ذات مستوي معيشي متوسط ومحافظ ، تمت المقابلات في مكتب الاخصائية حيث دامت حوالي 45 دقيقة ومرة في ظروف جيدة بحيث كانت الحالة متعاونة معنا كما كان يبدو عليها علامات الخجل والتخوف بشان موضوع الدراسة ونوعية الاسئلة المطروحة .

2/عرض نص المقابلة :

حورية تشرف على تدريس قسم التوحد وسنوات الخبرة لديها حوالي 03 سنوات في سؤالنا لها عن الوسط المهني الذي تعمل فيه تجيب "كي ذخلت لسونطر أول خطرة كانت الخدمة زينة او فوتنا عامين ملاح بصح في الآونة الأخيرة ماتلاتش كيما كانت "

وترى أن خصال الشخصية التي تجدها ضرورية للممارسة هده المهنة هي الصبر حيث أن هاته المهنة تحتاج الكثير من الصبر لأنها تحوي الكثير من الصعوبات وهذه الصعوبات توجها مع الكبار أكثر من الصغار حيث تقول "خاطرش أنت تدير بروقرام أو منبعد يجي واحد أخر يخسر ليك لبروقرام تاعك "

وفي سؤالنا لها هل ندمت على اختيارها لهاته المهنة تقول أنها لم تندم لكنها تتعب كثيرا لأنها وعلى حسب قولها أنها تعمل بكل طاقتها .

كيف كانت عواطفك وتطلعاتك في بداية الممارسة ؟وهل تغيرت؟ "كنت نحلم ندير بزاف صوالح مع لولاد أو كانوا عندي أفكار بصح ما قدرت نطبقها خاطرش لقيت عراقيل من ناحية الادارة "

وترى أنها ليست راضة عن عملها حيث تقول " للأسف ماشي راضية نحس روحي مقصرة " وفي سؤالنا عن ما هو الدافع الدي يتركك تمارس هده المهنة؟" خاطرش نبغي هدا الفئة بزاف و خاطرش أنا نفرغ المشاكل تاعي كلها في الخدمة مام حتى في الدار نشغل روحي بزاف ما نبغيش نقعد هكا "

هل تتلقي تعاونا من طرف زملائك في العمل ومن المسيرين ؟ "واه بصح ماشي كامل كاين الي يحفزوني أو كاين الي ما نتفاهمش معاه أصلا قليل الي نحكي أمعاهم خاطرش ماندیرش ثقة في الي جاء "

ادا أساء احدا المعاملة معك كيف تتعاملين معه ؟ "نحاول نتجنبو او ما ندخلش معاه في مشاكل وكيما ما نبغيش الي يتمسخربيا ما نبغي نتمسخر بحتى واحد".

3/عرض نتائج الاختبارين :

1/3 عرض نتائج اختبار الاحتراق النفسي :

بعد تطبيقنا اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي تحصل الحالة على النتائج :

الجدول رقم (05) يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

الرقم	الأبعاد	النتيجة المتحصل عليها
01	الاجهاد الانفعالي	35
02	تبلد المشاعر	22
03	نقص الشعور بالإنجاز	28

نلاحظ من خلال الجدول الذي يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس الاحتراق النفسي أن الحالة حورية أحذت في بعد الاجهاد الانفعالي 35 درجة وهي درجة مرتفعة وفي بعد تبلد المشاعر 22 درجة وهي أيضا درجة مرتفعة وتحصلت في بعد نقص الشعور بالإنجاز 28 درجة وهي درجة مرتفعة.

2/3عرض نتائج اختبار سمات الشخصية :

نتائج اختبار فرايبورج للشخصية حيث كانت نتائجه كالتالي

الجدول رقم (06) يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبرج للشخصية.

رقم البعد	الأبعاد	الدرجة المتحصل عليها
01	العصبية	12
02	العدوانية	11
03	الاكتئابية	14
04	القابلية للاستثارة	13
05	الاجتماعية	09
06	الهدوء	12
07	السيطرة	10
08	الضبط أو الكف	14
المجموع الكلي		92

ومن خلال الجدول الذي يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية أن الحالة حورية تحصلت في الأبعاد على درجات مرتفعة في أبعاد مختلفة مثل بعد الاكتئابية ب 14 درجة وبعد الضبط أو الكف ب14 درجة وفي المرتبة الثالثة بعد القابلية للاستثارة ب 13 درجة وبعد العصبية والهدوء أيضا ب12 درجة ثم في المرتبة الرابعة بعد العدوانية ب 11 درجة ثم بعد السيطرة ب 10 درجات وأخيرا بعد الاجتماعية ب 09درجات .

4/تحليل نتائج المقابلة:

تمت المقابلة مع الحالة في ظروف جيدة ولم تواجهنا اي صعوبات مع الحالة حيث ظهرت جد متحمسة ،ويظهر من خلال محتوى المقابلة في م مصادر المعاناة في العمل بأن الحالة متعبة من عملها وتواجه صعوبات كثيرة من تدخل الأخرين في عملها ويظهر هدا في قولها "أنت تدير بروقلام أو منبعد يجي واحد أخر يخسرو لك " ويظهر أيضا في سؤالنا لها هل ندمت على اختيارها لهده المهنة؟ تقول "ما ندمتش بصح تعبت بزاف " وهدا ما دهب اليه(سامر جميل رضوان.2007) في تحديده للأعراض الاحتراق النفسي حيث يرى أن الاعراض الرئيسية هي انخفاض شديد للنشاطات المعتادة بحوالي50بالمئة لمدة لا تقل عن ستة اشهر، الاعراض غير النوعية

انهاك شديد عند بدل الجهد لم يكن يظهر في السابق وضعف في العضلات وا لم عضلي و الام في المفاصل والنسيان و ضعف في التركيز والتفكير وقد يظهر هدا جليا في قولها أن عملها يستنزف كامل طاقتها تقول " واه خاطرش أنا نفرغ المشاكل تاعي كلها في الخدمة مام حتى في الدار نشغل روحي بزاف ما نبغيش نقعد هكا ".

أما في ما يخص السند في العمل والعلاقات الاجتماعية فيبدو أن الحالة ليس لها سند كافي من طرف زملائها وهدا بحكم أن علاقاتها محدودة وترى أنها سبب في مشاكلهم حيث تتعامل معهم بجفاء ويظهر هدا في قوله" قليل الي نحكي ليهم خاطرش ماندیرش ثقة في الي جاء "هدا مادهب اليه (ابو مسعود 2010ص 41) في تحديده لبعد تبلد الشعور وهو فقدان العنصر الانساني او الشخصي في التعامل. واعتبار الاشخاص كاشياء مادية بدلا من اعتبارهم كاشخاص . ويتصف المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي في هذه الحالة بالقسوة والتشاؤم وكثرة الانتقاد واللامبالاة والشعور السلبي نحو الاخرين .

حيث أن هده العناصر متوفر في الحالة .

وفي ما يخص القابلية للاستثارة وحب السيطرة التي تميز سمات الشخصية تقول الحالة أنها تتجنب من يحاول وضعها في مشاكل و تقول "أنا مشكلتي نزعف فسع أو نرجع فسع " ومنه نرى أن السمات البارزة على

الحالة هي الضبط أو الكف والاكتابية وحسب القيم المتحصل عليها في الابعاد حددت في المرتبة الاولى "سمة الاكتئابية " ب 14 درجة حيث يتسم الأفراد الذين لديهم مخاوف غير محدودة التذبذب المزاجي ،عدم الرضا .و"سمة الضبط او الكف" حيث تحصل الحالة على (14)درجة وهي تشير الى صعوبة التفاعل والتعامل مع الأخرين في المواقف الجماعية وعدم القدرة على سرعة اتخاد القرارات والخوف وسهولة الارتباك خاصة عند مراقبة الأخرين لهم.

5/ تحليل نتائج الاختبارين:

1/5 تحليل نتائج اختبار الاحتراق النفسي:

نتائج اختبار الاحتراق النفسي للحالة االثاتية كانت مرتفعة في محور الاجهاد العاطفي حيث تحصلت الحالة على 35درجة اي أن النتيجة كانت في مجال 18-29 اي أن الدرجة مرتفعة بالنسبة لمستويات المقياس التي وضعتها ماسلاش .

تحصل الحالة على 22 درجة في محور تبلد المشاعر اي أن النتيجة كانت في مجال 6-11 اي أن الدرجة معتدلة بالنسبة لمستويات المقياس .

أما في ما يخص محور نقص الشعور بالإنجاز كانت الدرجة 28 هدا ما يعني أن النتيجة كانت في مجال أعلى من 40 أي أن الدرجة مرتفعة بالنسبة لمستويات المقياس .

ان اعراض الاحتراق النفسي تبدو من خلال الدرجات المتحصل عليها صريحة عند الحالة.

2/5 تحليل نتائج اختبار سمات الشخصية :

بعد تطبيق مقياس "فرايبوج للشخصية" وجمع درجات أبعاده تحصلت حورية على مجموع درجات قدرها(92)درجة وهي تفوق درجة الحد الاقصى التي قدرها(90)درجة وحسب القيم المتحصل عليها في الابعاد حددت في المرتبة الاولى "سمة الاكتئابية " ب 14 درجة حيث يتسم الأفراد الذين لديهم مخاوف غير محدودة التذبذب المزاجي ،عدم الرضا .و"سمة الضبط او الكف" حيث تحصل الحالة على (14)درجة وهي تشير الى صعوبة التفاعل والتعامل مع الأخرين في المواقف الجماعية وعدم القدرة على سرعة اتخاد القرارات والخوف وسهولة الارتباك خاصة عند مراقبة الأخرين لهم وفي المرتبة الثانية حددت "سمة القابلية للاستشارة" بدرجة (13) حيث تميز الافراد الذين يتسمون بالاستشارة العالية وعدم الصبر، وضعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية، كما حددت في المرتبة الثالثة "سمة الهدوء وسمة العصبية" لحصول الحالة على درجة قدرها(12)درجات وهي تميز الافراد الذين يتسمون بالثقة بالنفس ،الهدوء ،اعتدال المزاج ،والبعد عن السلوك العدواني .المرتبة الرابعة"سمة العدوانية "وتحصلت على (11) درجات كما تميز على الافراد الذين يستجيون بصورة انفعالية كما

تأتي "سمة السيطرة والاجتماعية "في المرتبة الخامسة لحصول حورية على درجة قدرها (10) درجة وهي تشير في البعدين الى الافراد الذين يتسمون بردود افعال عدوانية، الميل للسلطة ومحاولة فرض اتجاهاتهم..وتتميز في بعد "سمة الاجتماعية" وهي تميز الافراد الذين لديهم القدرة على التفاعل مع الاخرين ومحاولة التقرب من الناس والثقة بالنفس قادرين على التحدث والمخاطبة.....من خلال ما سبق لوحظ اختلاف في مستوى بعض سمات الشخصية لحورية و تبين أن السمة الغالبة لدى نور هي سمة الإكتآبية و هذا ما يؤدي إلى الشعور بعدم الأهمية و التقليل و الحط من قيمة الذات، كذلك الشعور بالتشاؤم و هذا ما تم استخلاصه من خلال نتائج المقابلة النصف موجهة.

6/خلاصة الحالة :

من خلال المقابلات النصف الموجهة ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس فرايبورج للشخصية يظهر لنا أن حورية لديها مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي وهذا ما تم استنتاجه من خلال تحليل المقابلة النصف الموجهة بحيث ظهر عليها أعراض الاحتراق النفسي كما أشارت إليها ما سلاش بصورة واضحة والمتمثلة في احتراق الفرد بالاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر وانخفاض الإنجاز الشخصي في العمل والتي يمكن أن تحدث لدى الأشخاص الذين يؤدون ويمارسون الأعمال التي تقضي التفاعل المباشر مع الناس ومن خلال الاعراض التي أشار إليها (سامر جميل رضوان) وهي انخفاض شديد للنشاطات المعتادة بحوالي 50 بالمئة لمدة لا تقل عن ستة أشهر وانهاك شديد عند بذل جهد لم يكن يظهر في السابق ضعف في العضلات ألام في المفاصل اضطرابات نوم، أرق، أو حاجة شديد للنوم، نسيان وضعف في التركيز.

كما أن تصريحات حورية تدل على أن لها مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي وهذا لنظرتها السلبية وانعدام ثقتها بالآخرين ويظهر هذا جليا من خلال نتائج مقياس فرايبورج للشخصية حيث تحصلت على درجة عالية تقدر ب92 درجة هي درجة تفوق الحد الأقصى التي قدرها 90 درجة حيث تأتي "سمة الاكتئابية الضبط أو الكف " في المرتبة الأولى حيث يتسموا أفراد هذه الفئة بمخاوف غير محدودة والتذبذب المزاجي وعدم الرضا وصعوبة التفاعل والتعامل مع الآخرين في المواقف الجماعية والخوف وسهولة الارتباك.

أما بخصوص سمة القابلية للاستشارة فقد أتت في المرتبة الثانية ب13 درجة حيث .تميز الأفراد الذين ينتسمون للاستثارة العالية وعدم الصبرو ضعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية.

وفي المرتبة الثالثة سمة الهدوء وسمة العصبية ب 12 درجة وفي المرتبة الرابعة سمة العدوانية و أما في الأخير تأتي سمة السيطرة والاجتماعية ب10 درجات حيث يتسمون أفراد هذه الدرجة بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب للناس ويستجيبون بردود أفعال عدوانية وعدم الثقة في الآخرين.

ومنه يتبين لنا وجود تطابق بين ما تم استنتاجه من المقابلة النصف الموجهة و بين نتائج الاختبارين وهذا يؤدي إلى تأكيد فرضيات بحيثنا " يعاني المربي العامل في المراكز البداغوجية النفسية للأطفال المعاقين ذهنينا من الاحتراق النفسي ووجود بعض سمات الشخصية التي لها دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربي وفي حالة حورية الدرجة المرتفعة في مستويات الاحتراق النفسي يقابلها في الدرجة الأولى سمة الاكتئابية وسمة الضبط أو الكف وبالتالي تعتبر السمات التي لها دور بشكل مباشر في ظهور الاحتراق النفسي وفي الدرجة الثانية تأتي سمة القابلية الاستشارة وفي الدرجة الثالثة سمة الهدوء والعصبية وفي الدرجة الرابعة سمة العدوانية وفي الدرجة الخامسة والأخيرة تأتي سمة السيطرة والاجتماعية .

ملخص عن الحالات المتبقية:

1/1تقديم الحالات:

جدول رقم (07): يبن خصائص حالات المتبقية

رقم الحالة	03	04	05
الاسم	خالد	أسماء	حياة
الجنس	ذكر	أنثى	أنثى
السن	35	28	25
الخبرة المهنية	ثلاث سنوات	سنتين	سنتين

من خلال الجدول نلاحظ إن الحالات تتراوح أعمارهم مابين 25 سنة إلى 35 سنة ، ومن كلا الجنسين (02)إناث ، (01) ذكر، وتتراوح سنوات الخبرة لديهم بين 03 ألى 02 سنة .

2/1عرض نص المقابلات نصف الموجهة:

حسب تصريحات الحالات عن الوسط المهني الذي يعملون فيه والصعوبات التي تواجههم كانت إجابة خالد إن لديه بعض المشاكل مع زملائه فقط ، أما التلاميذ فلا يجد معهم أية مشكلة ، أما بالنسبة للآخرين فليست لديهم مشاكل لكنهم يشعرون بالتعب من العمل .

أما عن خصال الشخصية التي يجب توفرها في المربي فقد اتفقوا على ان الذي يعمل في هدة المهنة يجب أن يتحلى بالصبر وسعة الصدر .

وبخصوص الصعوبات التي تواجههم أثناء القيام بعملهم يقول خالد أن الصعوبات تكمن في تفهم الاخرين والادارة للعمل الذي يقوم به ، أما الحالة أسماء وحياة يقولون إن الصعوبات تكمن في القسم الذي يشرفون عليه بحيث أن أسماء تشرف على قسم التأهيل المهني وكلهم كبار وهي تعمل لوحدها أما حياة تشرف على قسم الملاحظة .

ترى الحالات أن عواطفهم وتطلعاتهم تغيرت في العمل ، حيث أن معظم الحالات قالو إنهم قد دخلو بطموحات كبيرة لكنها تحطمت ولم تحقق .

وعن الرضى عن العمل الذي يمارسونه أجاب خالد إنه راض عن عمله إنه يحب العمل مع هاته الفئة ، أما الحالات المتبقية فقد أجابت بعدم الرضى .

وفي سؤلنا هل يتلقون تعاوناً من طرف زملائهم في العمل ومن المسيرين ، تقول معظم الحالات إنهم لا يتلقون تعاوناً من طرف زملائهم ولا من طرف المسيرين في العمل لان علاقتهم ليست جيدة .

وعن كيفية التعامل مع من يسيء اليهم يقول خالد " أعامله بالمثل حيث أنني لا أستطيع السيطرة على أعصابي " وتقول أسماء تغضب بسرعة ولا تحب مضايقة الاخرين لها، اما حياة تقول أنها لا تسامح من يسيء معاملاتها وتنتقم منه .

2/عرض نتائج الاختبارين

1/2عرض النتائج المتحصل عليها في مقياس الاحتراق النفسي:

جدول رقم (08)يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس الاحتراق النفسي:

	درجات الحالات		
رقم الحالة / الابعاد	03	04	05
الإجهاد الإنفعالي	38	33	36
تبلد المشاعر	18	18	18
نقص الشعور بالإنجاز	21	25	28

نلاحظ أن درجات الحالات جاءت كالآتي:

-في بعد الاجهاد الانفعالي تحصل خالد على 38 درجة وأسماء على 33 درجة وحياة على 36 درجة .

-أما في بعد تبلد المشاعر فكانت الدرجة 18 لكل الحالات وجاءت متساوية .

-وعن بعد نقص الشعور بالإنجاز فكانت عند خالد ، 21 درجة وأسماء 25 درجة وحياة 28 درجة وهي درجات مرتفعة عند كل الحالات .

2/2عرض النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية:

الجدول قم (09)يبين النتائج المتحصل عليها في مقياس فرايبورج للشخصية:

رقم البعد	رقم الحالات / الابعاد	درجات الحالات		
		03	04	05
.1	العصبية	10	13	13
.2	العدوانية	08	10	09
.3	الأكتئابية	09	14	12
.4	القابلية للإستثارة	12	13	10
.5	الإجتماعية	05	08	04
.6	الهدوء	12	14	13
.7	السيطرة	09	13	10
.8	الضبط أو الكف	09	13	10
المجموع:		74	98	81

من خلال الجدول نلاحظ أن الحالات تراوحت من 81 إلى 98 وتحصل خالد على 12 درجة في بعد الهدوء وأسماء تحصلت على 14 درجة كذلك في بعد الهدوء أما حياة فأخذت 13 درجة في بعد الهدوء إيضاً وجاءت هاته السمة في المرتبة الأولى ثم تليها العصبية وبالتالي يحتل بعد الهدوء والسيطرة المرتبة الاولى .

3 تحليل نتائج المقابلة :

نستنتج من المقابلة نصف الموجهة المجراة مع الحالات المتبقية النقاط التالية :

- إن المشاكل التي يعانون منها في العمل راجعة إلى عدم تخصصهم وتكوينهم الجيد في هدا العمل وهدا ما أتفق مع الدراسة التي قام بها (القريوني والخطيب 2006) بعنوان الاحتراق النفسي لى عينة من معلمي الطلبة العاديين وذوي الاحتاجات الخاصة ونتائج الدراسة وجود أثر للتخصص المعلم على أحتراقه النفسي خاصة لدى معلمي الدرسات الاسلامية واللغات والبرمجة وإقترح صاحب الدراسة بإلحاق المعلمين غير المتخصصين بدورات تكوينية قصد التقليل من درجة الاحتراق النفسي لديهم (القريوتي ، ب ،والخطيب، ف ، 2006 ، ص 13 -14).

- أما فيما يخص الصعوبات والمعاناة في العمل نجد أن خالد يتلقى صعوبات من ناحية الطاقم البيداغوجي و الادارة حيث كانت له طموحات كبيرة لكنها تحطمت وعن أسماء لكونها تعمل وحدها مع تلاميذ كبار بحيث لا تستطيع التحكم فيهم .

- وعن الرضى عن العمل كانت كانت إجابة معظم الحالات بعدم الرضى عن أنفسهم وهذا ما ذهب إليه (سامر جميل رضوان)في تحديده لأعراض الاحتراق النفسي حيث يرى أن الاعراض الرئيسية هي إنخفاض شديد للنشاطات المعتادة حوالي 50% لمدة لا تقل عن 06 أشهر، أعراض غير نوعية : إنهاك شديد عند بذل جهد لم يكن يظهر في السابق وضعف في العضلات وألم عضلي وألم في المفاصل والنسيان وضعف التركيز ويظهر هذا جلياً عند أسماء حيث تقول " أن عملها يستنزف كامل طاقتها ".

- أما فيما يخص السند في العمل والعلاقات الاجتماعية فيبدو أن أغلب الحالات ليس لديهم سند في العمل من طرف زملائهم وهذا بحكم أن علاقاتهم مع بعضهم ليست جيدة وهذا ما ذهب اليه (أبو مسعود) في تحديده لبعد تبلد المشاعر وهو فقدان العنصر الانساني أو الشخصي في التعامل واعتبار الاشخاص كأشياء مادية بدلاً من إعتبارهم كأشخاص ، ويتصف المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي في هذه الحالة بالقسوة والتشاؤم وكثرة الانتقاد واللا مبالاة والشعور السلبي نحو الاخرين حيث أن هذه العناصر متوفرة في الحالات .

4/ تحليل نتائج الاختبارين:

1/4تفسير النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس الاحتراق النفسي :

حيث أن جميع الحالات تشاركت في مستوى تبلد المشاعر فأخذو 18 درجة إي أن النتيجة كانت في مجال 06 – 11 أي أن الدرجة مرتفعة بالنسبة لمستويات المقياس.

أما عن بعد الإجهاد الإنفعالي فتحصل خالد على 38 درجة وأسماء على 33 درجة وحياة على 36 درجة أي أن النتيجة مرتفعة بالنسبة لمستويات المقياس .

أما عن بعد نقص بالشعور عن الانجاز فتحصل خالد على 21 درجة وأسماء على 25 درجة وحياة 28 درجة هذا ما يعني أن النتيجة كانت في مجال أقل من 30 أي ان النتيجة مرتفعة بالنسبة لمستويات المقياس .

ومنه نستنتج أن جميع الحالات كانت لها درجات مرتفعة في جميع الابعاد وعليه فأن الحالات لها مستوى عالي من الاحتراق النفسي .

2/4تفسير النتائج المتحصل عليها من تطبيق مقياس فرايبورج للشخصية :

الدرجة الكلية للحالات في مقياس فرايبورج للشخصية تراوحت مابين 81 درجة و 98 درجة من خلال جمع درجات الابعا د التي تحصلوا عليها الحالات .

والسمات التي ميزت جميع الحالات في المرتبة الاولى هي " سمة الهدوء" لحصول خالد على 12 درجة وأسماء على 14 درجة وحياة على 13 درجة ، هذا وقد أشتركوا في هاته السمة جميعاً .

وقد جاءت سمات أخرى في المرتبة الاولى حيث تحصل خالد في بعد القابلية للأستثارة على 12 درجة وفي بعد السيطرة والضبط أو الكف والاكتئابية على 09 درجات أما عن بعد العدوانية جاء في المرتبة الثالثة بـ 08 درجات وفي الاخير بعد الاجتماعية حيث تحصل الحالة على 05 درجات .

أما أسماء ميزتها " سمة الاكتئابية والهدوء" في المرتبة الاولى لحصولها على 14 درجة ثم في المرتبة الثانية "سمة العصبية والقابلية للأستثارة والسيطرة والضبط أو الكف "حيث تحصلت على 13 درجة وفي المرتبة السادسة " سمة العدوانية " بـ 10 درجات " سمة الاجتماعية " لحصولها على 08 درجات .

وعند حياة ميزتها " سمة الهدوء والعصبية " لحصولها على 13 درجة في المرتبة الاولى وفي المرتبة الثانية تحصلت على 12 درجة في "سمة الاكتئابية" وتاتي في المرتبة الثالثة " سمة القابلية للأستثارة "و" سمة السيطرة والضبط أو الكف "لحصولها على 10 درجات وفي المرتبة الرابعة "سمة العدوانية " بـ 09 درجات وفي الاخير " سمة الاجتماعية " لحصولها على 04 درجات .

ومنه نستنتج ان الحالات كلها تشاركت في المرتبة الاولى في " سمة الهدوء"وف المرتبة الاخيرة "سمة الاجتماعية ".

5خلاصة الحالات المتبقية :

من خلال المقابلة النصف الموجهة التي اجرات مع الحالات وتطبيق المقياسين" الاحتراق النفسي و مقياس فرايبوج للشخصية " تبين أن الحالات لديهم مستوى عالي من الاحتراق النفسي وأكدت هذه النتيجة المتحصل عليها في مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي بحيث أن الحالات كانت لها درجات مرتفعة في أبعاد المقاييس الثلاثة الاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالانجاز وهذا ما يتطابق مع نتائج المقابلة النصف الموجهة حيث تطابقه نتائجها مع في الجانب النظري في مراحل الاحتراق النفسي الذي يقتضي ان المرحلة الأولى يشعر فيها الشخص بوجود ضغط مستمر وعدم التوازن بين متطلبات العمل وقدراته والمرحلة الثانية تعرف بمرحلة توفير والحفاظ على الطاقة وتتمثل في استجابات سلوكية كتأخره عن العمل والمرحلة الثانية أو ما يسمى بمرحلة

الاستنزاف والانهاك والتي ترتبط بمشكلات نفسية وبدنية وهجرة الأصدقاء وحتى في بعض الأحيان هجرة العائلة (عسكر ، ع، 2008 ،ص 126)

وعن نتائج مقياس "فرايبورج للشخصية " جاءت متوافقة مع نتائج مقياس الاحتراق النفسي والمقابلة النصف الموجهة بحيث تحصلت معظم الحالات على درجات عالية بالنسبة "لسمة الهدوء" والتي تشير إلى الأفراد الذين يتسمون بعدم الارتباك واعتدال في المزاج والبعد عن السلوك العدواني. كما جاءت في المرتبة الأخيرة سمة الاجتماعي بحسب أن كل الحالات أخذت درجات منخفضة في هذا البعد الذي يشير إلى قلة الحاجة للتعامل مع الناس وقلة الحيوية وتجنب الآخرين وتفضيل الوحدة وقلة التحدث .

ومنه نستنتج أن هناك تطابق بدرجة عالية من نتائج المقابلة النصف موجهة والمقاييس الذين اشتركوا في تأكيد فرضيات بحثنا "أن المربي يعاني من الاحتراق النفسي" و دور بعض السمات التي لها المتدخلة في ظهور الاحتراق النفسي

والسمات التي لها دور مباشر في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربي هي "سمة الهدوء و الاكتئابية و العصبية والقابلية الاستشارة بحيث كونها جاءت في المراتب الأولى في مقياس فرايبورج للشخصية.

2/مناقشة وتحليل الفرضيات:

من خلال النتائج المتحصل عليها للحالات الخمسة عن طريق المقابلات العيادية النصف موجهة وكذا تطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس فرايبورج للشخصية تحصلنا على العديد من العوامل المتدخلة في خصائص الشخصية و السمات التي يمكن من خلالها تحديد دورها في ظهور الاحتراق النفسي عند كل حالة وكذا نفي أو اثبات الفرضيات .

1/2 مناقشة الفرضية الأولى :

تنص الفرضية الاولى على مايلي :"يعاني المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا من الاحتراق النفسي"

دلت النتائج على تحقق الفرضية لدى أربع حالات أي يعاني أغلب المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا حيث تظهر النتائج أن تنادر الاحتراق النفسي يظهر بشكل واضح لدى بعض افراد مجوعة البحث كما وضعته ماسلاش. حيث كان هناك ارتفاع في مستويات الاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر وارتفاع مستوى نقص الشعور بالإنجاز وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع بعض نتائج الدراسات كدراسة

.الخرابشة وعربيات (2005) عنوان الدراسة الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم، حيث هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم.

وتوصلت الى النتائج التالية حيث جاءت درجة الإحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين ذوي صعوبات التعلم متوسطة على بعدي الإجهاد الإنفعالي وتبلد الشعور. وبدرجة عالية على بعد نقص الشعور بالإنجاز. مع وجود فروق دالة احصائيا وفقا لمتغير الجنس ولصالح الإناث بالنسبة لبعد نقص الشعور بالإنجاز. وكذا وجود فروق ذات إحصائية على الأبعاد الثلاثة بالنسبة لمتغير الخبرة ولصالح ذوي الخبرة من لديهم خمس سنوات فأكثر(أبو مسعود، س ،2010،ص70).

وهذا يدل على ظهور الأعراض النوعية للاحتراق النفسي حسب ماسلاش حيث يمكن الاستدلال من خلال ذلك بما يظهر لدى المربين من الصعوبات التي يوجهها في الوسط المهني ومن خلال ابداء مرونة في المشاعر والحضور الدائم رغم أن هناك اجهاد واستنزاف عاطفي .

-ضف إلى ذلك الفئة التي يشرف المربي على تدريسها تحتاج الكثير من الطاقة والصبر كون أن التخلف العقلي من الاعاقات والاضطرابات التي يصعب التعامل معها إن كانت حالة واحدة فما بالك إذا كانت (08) أو(10) حالات في القسم الواحد، والتعامل معهم يكون بشكل يومي مما يتطلب منه جهد كبير في التوفيق بين عمله وبين حياته الشخصية

ومن خلال ما سبق نستنتج أن أربع حالات من المربين العاملين في المراكز البيداغوجية النفسية للأطفال المعاقين ذهنيا يعانون بدرجة عالية من الاحتراق النفسي.

2/2 مناقشة الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه : " لسمات الشخصية دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز النفسي البيداغوجي للأطفال المعوقين ذهنيا"

أما عن السمات التي أظهرت احتراق نفسي في الدراسة لدى المربين وهذا لكونها تكرت عند أغلب المربين بدرجات مرتفعة فكانت كالأتي :

- سمة الهدوء :تشير الدرجة العالية لهذا البعد إل أن الافراد الذين يتسمون بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر والهدوء واعتدال المزاج والبعد عن السلوك العدواني وهذه السمة يشترك فيها جميع المربين حتى أننا

نراها في المرتبة الأولى بحكم المنطقة المحلية بحيث أن أهل المنطقة يمتازون بالهدوء وربما هدا راجعا للوازع الديني المنتشر في المنطقة .

- وسمة الاجتماعية: وتتميز الدرجة العالية للبعد الأفراد والقدرة على التعامل مع الخرين ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف كما يتميزون بالمرح والحيوية وحضور البديهة مما ينتج عن محدد السمة انه لم يكون لهم درجة عالية من الاحتراق قبل دخولهم للعمل وهذا ما يظهر جليا في اكتسابهم لهذه السمة.

- سمة السيطرة: حيث تميز الدرجة العالية الأفراد الذين يستجيبون بردود أفعال عشوائية والارتياب من الآخرين وعدم الثقة فيهم والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاول فرض اتجاههم حيث يظهر هذا في تصريحاتهم في المقابلة النصف موجهة حيث نرى أن لديهم استجابات أفعال عدوانية وعدم الثقة بينهم.

وسمة العدوانية حيث تميز الدرجة العالية الأفراد الذين جسمية ونفسجسمية يقومون تلقائيا الأعمال العدوانية البدنية واللفظية أوالذين يتسمون بصورة انفعالية

- سمة الضبط أو الكف: تشير الدرجة العالية إلى صعوبة التفاعل والتعامل مع الآخرين في المواقف الجماعية وعدم القدر على سرعة اتخاذ القرارات والخوف وسهولة الارتباك.

وهذا يتفق مع أعراض الاحتراق النفسي انهاك شديد عند بذل الجهد لم يكن يظهر في السابق ضعف العضلات اضطرابات نوم وأرق ضعف التركيز عدم التفاعل مع الآخرين

سمة القابلية للاستثارة: تمييز الدرجة العالية لهذا البعد الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وشعف القدرة على مواجهة الاحباطات اليومية العادية والانزعاج وعدم الصبروالغضب والاستجابات العدوانية وسرعة التأثر حيث يظهر هدا جليا في المقابلة النصف موجهة وهو راجعا إلى الضغوط المستمرة والمتكررة في العمل .

- سمة الاكتئابية : تميز الدرجة العالية الأفراد والتذبذب المزاجي التشاؤم والشعور بالتعاسة عدم الرضا الإحساس بمخاوف غير محدودة الوحدة وعدم فهم الآخرين لهم حيث تقول الحالات أنهم ليست لهم ثقة في من بينهم وهذا راجع حسب ... إلى عدم التفاعل القائم بينهم فكل حالة تعمل لوحدها ولا تبالي بالآخر.

- أما عن السمة التي لم تتكرر عند أغلب الحالات ولم تظهر احتراق نفسي لدى المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا فكانت سمة العصبية حيث تميز الدرجة العالية الأفراد الذين يعانون من الاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفسية مع هذه الفئة يجعل المربي مع كل هاته الضغوط يصاب بالاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفسجسمية مثل اضطرابات الهضم والتنفس والتوتر والحساسية

للتغيرات الجو بحيث أن التعامل مه هذه الفئة يجعل المربي مع كل هاته الضغوط يصاب بالاضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة والنفسجسمية وهذا الذي لم يظهر لدى مجموعة البحث لأن تفريغ مشاكل العمل يكون في الجسم في حد ذاته حيث أننا نرى أن هذه السمة لم تظهر مما يجعلنا نستنتج أن تحويل مشاكل العمل الى الجسم يخفف من ظهور الاحتراق النفسي لكن يجعل الشخص معرض الى الاضطرابات النفسية.

حيث دلت النتائج على تحقق الفرضية اي لسمات الشخصية دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين بمعنى أن هناك سمات شخصية لها درجات أعلى من سمات أخر، وبما أن هده السمات متعلقة بالفرد الدي تحكم شخصيته خصائص عدة منها الجنس والتفرد ..... لها الأثر في ظهور الاحتراق النفسي تبعا لمتغير السن وهدا ما أتفق مع النتائج المتحصل عليها في بعض الدراسات مثل دراسة نوال بنت عثمان بن أحمد الزهواني (2008) بعنوان الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة حسب توصل الدراسة الى أنه لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين مرتفعات ومنخفضات الاحتراق النفسي من العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة وفي سمة الثبات الانفعالي بينما كشفت الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مرتفعات ومنخفضات الاحتراق النفسي في سمات (الاجتماعية .السيطرة .المسؤولية والدرجة الكلية). وتوجد فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي لدى العاملات ومع دوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لاختلاف العمر (بنت عثمان ن 2008ص02)

وعليه نستنتج مما سبق أن الفرضية القائلة أنه "لسمات الشخصية دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين "فرضية محققة وقد تحققت في دراستنا هاته حيث أن أغلب السمات من "سمة الضبط أو الكف وسمة الاجتماعية .و"سمة السيطرة "."وسمة العدوانية ".و"سمة الهدوء" .و"سمة القابلية للاستثارة ".و"سمة الاكتئابية ." كانت لها تكرارات عند جميع المربين ما عاد" سمة العصبية" التي يمكننا استبعاد دورها في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز البيداغوجي للأطفال المعاقين ذهنيا .

خلاصة الفصل

وفي الأخير نخلص الى أننا قد تطرقنا في هدا الفصل الى عرض فرضيات الدراسة وعرض أهم النتائج المتوصل اليها وتم تحليلها ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والاطار النظري بشكل عام.

الإستنتاج العام:

هدفت الدراسة الحالية لمعرفة ما إذا كان المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا ،يعانون من الاحتراق النفسي ،وللكشف عن بعض سمات الشخصية والتي لها دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا، وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على المنهج العيادي بصفته يعالج الحالات الفردية بطريقة علمية وموضوعية وبصورة معمقة بفعالية في السلوك العادي والمرضي ودوافعه المستترة.

ومن بين الادوات التي أستخدمنا في الدراسة المقابلة النصف موجهة و"مقياس ماسلاش لاحتراق النفسي" ومقياس "فرايبوج للشخصية" وقد توصلت نتائج الدراسة الى التحقق من الفرضية الاولى يعاني المربين العاملين في المركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا من الاحتراق النفسي. حيث وجد ان أغلب المربين يعانون من الاحتراق النفسي حيث اظهرت ابعاد المقياس الاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز، مستويات مرتفعة ودرجات عالية ايضا تحققت الفرضية الثانية لسمات الشخصية دور في ظهور الاحتراق النفسي لدى المربين العاملين بالمركز البيداغوجي النفسي للأطفال المعاقين ذهنيا.

حيث حددت "سمة العصبية" و"سمة الاجتماعية" و "سمة السيطرة" و"سمة العدوانية" و"سمة الهدوء" و"سمة القابلية للاستشارة" و "سمة الاكتئابية" كانت المرتبة الاولى لتكرارها(2)وتأتي في المرتبة الثانية وكانت السمة الوحيدة من بين جميع السمات التي لم تتكرر سوى مرة واحدة وهي "سمة العصبية".

الاقتراحات :

وفي الاخير ينبغي الاشارة الى الصعوبات الكبيرة التي وجدناها اثناء اجراء هذه الدراسة حيث لم يكن من السهل اقناع المربين بالمشاركة في هذه الدراسة واستنادا الى ذلك يمكننا القول بان نتائج الدراسة الحالية قد حققت اهداف غنية في تنوعها وتعددها يمكن ان تترجم الى اقتراحات .

1-التعمق في دراسة موضوع نسمات الشخصية التي لها تأثير كبير على حياة الفرد بشكل عام .

2-إتاحة الفرصة امام المربي للشعور بمتعة الإنجاز والوصول الى الحلول .

الصحيحة وذلك من خلال توفير البرامج التدريبية اللازمة والتي تساهم في توسيع مداركهم وقدراتهم في التعامل مع المشكلات.

3-توفير الخدمات والوسائل والمرافق التي من شأنها ان تغير المربين في أداء واجبه.

4-إجراء تكوينات وتربصات في التخصص من أجل كسب الخبرة ومعرفة كيفية التعامل مع الحالات.

5-توفيرالجو المناسب للمربين من خلال الدعم المادي والمعنوي لتحقيق درجة من الرضا المهني ومنه الابتعاد عن الواقع في الاحتراق النفسي.

6-ضرورة متابعة الاخصائي النفساني المتواجد في المركز في كل مرة .

7-القيام بأنشطة ترفيهية للأطفال بغرض كسر الروتين اليومي

قائمة المراجع

الكتب باللغة العربية

01)ابن منظور.ف .(2008)، لسان العرب، دار الفكر للطباعة والنشر ، بيروت.

02)ابو شعيرة .خ .(2008)، تأثر علم النفس العام ،مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ،عمان.

03)أحمد الحسن خالد.ع.(2008)، حقيقة الاضطرابات النفسية ،السعودية مركز التنمية الاسرية بالأحياء.

04)الرفاعي،ن ،(1997)، شخصية المعلم. دار الشروق.

05)السيد عثمان .ف.(2001) ، القلق وادارة الضغوط النفسية ،دار الفكر العربي، القاهرة.

06)المليحي ،ح،(1975)، علم النفس المعاصر مطبعة الجمهورية ،الاسكندرية .

07)انجلر، ب .(1991) ،مدخل الى نظريات الشخصية ،دار الحارثي للنشر، بيروت.

08)حامد زهران .ع .(1966)،التوجيه والارشاد النفسي ، ط3 ، لندن .

09)سامر جميل .ر . (2007)،الصحة النفسية ، دار المسيرة ، ط2 ،عمان .

10)سفيان .ن .(2004) ،المختصر في الشخصية والارشاد النفسي ،ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع ،القاهرة مصر.

11)سيجموند .ف. الموجز في التحليل النفسي ، ترجمة سامي ، م ، القفاش،ع ، دار مكتبة الاسرة

12)سيدغنيم .م . الشخصية ، دار المعارف ،القاهرة .

13)عبد الخالق .ح.(1987)، الابعاد الاساسية للشخصية ، دار المعرفة الجامعة الاسكندرية، الاسكندرية .

14)عثمان تجاني.م . (1408)،علم النفيس في حياتنا اليومية ،دار العلم ،الكويت .

15)عسكر .ع.(2003) ،ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث ،القاهرة.

16)عوض.ح .(2007) ،الاحتراق النفسي المناخ التنظيمي في المدارس ،دار حامد للنشر والتوزيع.ط1 .الأردن.

17)عويضة .م.(1991) ،علم النفس الشخصية ، دار الكتب العلمية ، ط1 ،لبنان.

18)غياري .م . (2009) ،الخدمة الاجتماعية المدرسية واهدافها التنموية ، دار الوفاء لطباعة والنشر،الاسكندرية

19)فتحي عكاشة.م.(1999) ، علم النفس الصناعي ،مطبعة الجمهورية ،الاسكندرية .مصر.

20) فيصل .ع . (1997)الشخصية،دار الفكر العربي، بيروت .

21)كشرودة .ع. (1994)، معجم مصطلحات علم النفس الصناعي والتنظيمي والادارة.دار الكتب الوطنية.ليبيا .

22)لازورس . ر.(1414) ترجمة سيد غنيم. م، الشخصية ،دار النشر. بيروت .

23)محمد ملحم .س .(2001)، علم الارشاد والعلاج النفسي، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، الاردن .

24)مير كامل.ح . (2007) ، سيكولوجية الشخصية، مركز الاسكندرية للكتاب ،الازاريطة.

الرسائل:

25) ابو مسعود .س.(2010)،ظاهرة الاحتراق الوظيفي لدى الموظفين الاداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة، رسالة ماجستر،كلية الدراسات العليا في الجامعة الاسلامية، غزة.

26) البطانية.س. الجوازنة .م.(2004)، مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة ومعلماتها في محافظة أربد وعلاقتها ببعض المتغيرات ،مجلة اتحاد والجامعات العربية للتربية وعلم النفس، جامعة دمشق.

27) الزهواني.ن. (2008)،الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستر، جامعة ام القرى.

28) القريوتي .ب. والخطيب .ف. (2006) الاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الاحتياجات الخاصة بالأردن ،مجلة كلية التربية عدد 23،جامعة الامارات العربية المتحدة.

29) معروف .م.(2013) ،استراتيجات التعامل مع الاحتراق النفسي عند اساتدة التعليم الثانوي، رسالة ماجيستر .جامعة وهران .

30)الحرابشة .ع. وعربيات. ح.(2005)الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر .مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والانسانية .

31)حسن الساعاتي.س. الثقافة والشخصية ،دار النهضة ،ط2،بيروت.

32)منى علي بدران. (1997)،الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ،جامعة القاهرة.

33)نشوة كرم عمار ابو بكر .د. (2007)، الاحتراق النفسي للمعلمين ذو النمط(ا.ب)وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات،رسالة ماجستر، كلية التربية، جامعة الغيوم،مصر.

المجلات والمقالات العربية :

34) الجمالي .ف . (2003) ،مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة واحتياجاتهم التربية بسلطنة عمان،دراسات عربية في علم النفس ،المجلد 02، العدد01 ،عمان .

35) دواني ،ك، أخرون (1986)،مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن ،المجلة التربوية .

36)السرطاوي ،ز، (1997)الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة دراسة ميدانية .مجلة كلية التربية جامعة عين شمس.المجلد 21.العدد الأول.

37)الفريحات .ع. والريضي. و. (2010)،مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون .مجلة جامعة النجاح لأبحاث العلوم الإنسانية

38)عابدين .م.(2011)،الاحتراق النفسي لدى المشرفين التربويين في مديريات التربية والتعليم في الضفة الغربية .مجلة الجامعة الاسلامية .سلسلة الدراسات الانسانية.

39)عبد الله جاد، م،(2005)،بعض عوامل الشخصية والمتغيرات الديموجرافية المسهمة في الاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين .مجلة كلية التربية بالمنصورة.

الكتب باللغة الأجنبية :

40)Grebote Elisabeth (2008) stress et burn-out au travail, édition d'organisation, Paris.

41)Josse Evelyne (2008) , le burn-in et le burn-out, édition 15 Paris.

الملاحق

الجانب النظري

مقدمة

الجانب التطبيقي

ملحق رقم (1)

نموذج المقابلة :

سوف نجري اليوم مقابلة نريد من خلالها الحصول على معلومات حول المهنة التي تمارسها عن طبيعتها وبعض خصائصها والصعوبات التي تواجهها وكذلك بعض سمات الشخصية المتعلقة بك ومدى تأثيرها على مهنتك وعلى حياتك بشكل عام وهاته المعلومات سوف تستعمل لأعراض علمية لاغير .

المحور الأول : محور البيانات العامة

كم تبلغ من العمر ؟

ما هو مستوك التعليمي؟

ما هو المستوى الذي تشرف على تدرسه ؟

كم هي سنوات الخبرة لديك ؟

ما هو وضعك الاجتماعية ؟

المحور الاول :طبيعة العمل وخصائص النشاط المهني

تحدث لي عن الوسط المهني الدي تعمل فيه؟

كيف تنظر لعملك كمربي ؟

هل هناك خصال شخصية تراها ضرورية للممارسة هده المهنة؟

المحور الثاني :مصادر المعاناة في العمل

ماهي الصعوبات التي تواجهك في عملك؟

هل يتدخل الاخرون في عملك ؟

هل ندمت على اختيارك لهده المهنة

المحور الثالث: المخاطر والقلق في وسط العمل

كيف كانت عواطفك وتطلعاتك في بداية الممارسة ؟وهل تغيرت؟

هل اثر عملك اليومي على شخصيتك ؟

هل تجد ان عملك يستنزف كامل طاقتك؟

المحورالرابع : الارتياح في العمل

هل انت راض عن عملك ؟

ما هو الدافع الدي يتركك تمارس هده المهنة؟

هل تتغيب عن العمل بشكل متكرر؟

المحور الخامس : السند في العمل والعلاقات الاجتماعية

هل تتلقى تعاونا من طرف زملائك في العمل ومن المسيرين ؟

هل ترى أنك تتعامل مع بعض زملائك بجفاء؟

هل ترى انك سبب في مشاكل بعض زملائك ؟

المحور السادس : القابلية للإستثارة وحب السيطرة

كيف تتعامل في موقف الغضب؟

ادا أساء احدا المعاملة معك كيف تتعامل معه ؟

هل قمت بأشياء خطيرة بغرض المغامرة؟

هل تستطيع السيطرة على اعصبك ؟

الملاحق: رقم(02) مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

جامعة غرداية

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

في إطار تحضير مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر علم النفس العيادي وبصفتك مؤهلا لتزويدنا بالمعطيات الضرورية من أجل تحقيق أهداف هذه الدراسة، نرجو منك قراءة كل بنود المقياس بعناية و الإجابة عنها بموضوعية، وذلك بوضع علامة (X) في الخانة التي تراها مناسبة لك.

وتأكد (ي) أن هذه المعطيات لا تستعمل إلا لغرض البحث العلمي.

و شكرا على تعاونكم معنا في إنجاز هذا البحث.

البيانات:

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

السن:.....

التأهيل العلمي: ليسانس ☐ ماجستير ☐ ماستر ☐ دكتوراه ☐

مدة الخبرة المهنية:.....

مكان العمل:.....

التعليمة:

بين التردد الذي تحس به أمام كل فقرة تقرأها قم (ي) بوضع علامة (×) في الخانة العددية المناسبة لك.

التردد:

0	1	2	3	4	5	6
أبدا.	بعض الأحيان في السنة على الأقل.	مرة في الشهر على الأقل	بعض الأحيان في الشهر.	مرة في الأسبوع.	بعض الأحيان في الأسبوع.	كل يوم.

الرقم	الفقرة	0	1	2	3	4	5	6
.1	أشعر بأنني استنزفت عاطفيا من طرف عملي							
.2	أشعر باستنفاذ كامل طاقتي في نهاية اليوم الذي أقضيه في عملي							
.3	أشعر بالإرهاق حينما أصحو في الصباح لمواجهة يوم عمل آخر							
.4	أستطيع بسهولة أن أفهم ما يحس به عملائي							
.5	أشعر أنني أتعامل مع بعض عملائي بطريقة غير شخصية و كأنني أتعامل مع							
.6	العمل مع الناس طوال اليوم يتطلب مني الكثير من الجهد.							
.7	أتعامل بفعالية مع مشاكل عملائي							
.8	أشعر بالاختناق بسبب عملي							
.9	أشعر من خلال عملي أنه لدي تأثير إيجابي على الآخرين							
.10	أصبحت عديم الإحساس (أكثر) تجاه الناس منذ بدأت هذا العمل							
.11	أخشى أن يسبب لي هذا العمل قسوة وتبلدا في مشاعري							
.12	أشعرأنني مفعم بالطاقة							
.13	أشعرأنني محبط بسبب عملي							
.14	أشعر أنني أعمل بكل كد في عملي							
.15	لا أبالي لما يحدث لبعض عملائي							
.16	العمل المباشر مع الناس يسبب لي ضغطا شديدا							
.17	أستطيع بسهولة أن أخلق جوا مريحا مع عملائي							
.18	أشعر بالانتعاش في عملي عندما أكون قريبا من عملائي							
.19	أنجزت الكثير من الأشياء المهمة في هذا العمل							
.20	أشعر بالاختناق و قرب النهاية							
.21	في عملي أعالج المشاكل العاطفية بهدوء							
.22	أشعر أن عملائي يعتبرونني مسؤولا عن بعض مشاكلهم							

الملحق رقم 03 عنوانه: مقياس فرايبورج للشخصية

- التعليمة
- أخي الطالب / أختي الطالبة
- أرجو منكم الإجابة على هذه الفقرات المقترحة بكل صدق وموضوعية والتي تشرح في إطار البحث، وذلك بوضع علامة (X) في الإجابة المختارة من طرفكم بكل موضوعية، وللتأكد من الإجابة على جميع الفقرات.
- ملاحظة: إن المعلومات سرية، ولن تستخدم إلا لغرض البحث العلمي، وشكرا لتعاونك

الجنس .....

السن .....

ولاية الإقامة .....

العبارات	نعم	لا
1- أنا دائما مزاجي معتدل.....		
2- يصعب علي أن أجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس.....		
3- أحيانا تسرع دقات قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل جهد عنيف.....		
4- أشعر أحيانا أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل شاقا.....		
5- أفقد السيطرة على أعصابي ولكني أستطيع التحكم فيها بسرعة أيضا.....		
6- يحمر أو يتغير لوني بسهولة.....		
7- أحيانا أجد متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الآخرين.....		
8- في بعض الأحيان لا أحب رؤية بعض الناس في الشارع أو في مكان عام.....		
9- إذا أخطأ البعض في حقي فإنني أحب أن يصيبهم الضرر.....		
10- سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاح.....		
11- إذا اضطررت لاستخدام القوة البدنية لحماية حقي فإنني أفعل ذلك.....		

12- أستطيع أن ابعث المرح بسهولة في سهرة مملة.....

13- أرتبك بسهولة أحيانا .....

14- أعتبر نفسي غير لبق في التعامل مع الآخرين.....

15- أشعر أحيانا بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر.....

16- أتخيل أحيانا بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي ارتكبها.....

17- أخجل في الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون.....

18- معدتي حساسة(أشعر بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي) .....

19- يبدو علي الاضطراب و الخوف أسرع من الآخرين.....

20- عندما أصاب أحيانا بالفشل فإن ذلك لا يثيرني.....

21- أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد.....

22- الشخص الذي يؤذيني أتمنى له الضرر.....

23- أشعر كثير بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات.....

24- عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس أدفعه إلى الانتقام منهم.....

25- كثيرا ما أفكر في أن الحياة لا معنى لها.....

26- يسعدني أن اظهر أخطاة الآخرين.....

27- يدور في ذهني غالبا عندما أكون في وسط جماعة كبيرة أحداث مشاجرة ولا أستطيع مقاومة هذا التفكير.....

28- يبدو علي النشاط والحيوية.....

29- أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة وبدون تعقيد.....

30- عندما يحاول البعض إهانتي فإنني أحاول أن اتجاهل ذلك.....

31- عندما أغضب أو أثور فإنني لا أهتم بذلك.....

32- ارتبك بسهولة عندما أكون مع أشخاص مهمين أو مع رؤسائي.....

33- لا أستطيع غالبا التحكم في ضيقي وغضبي.....

34- أحلم لعدة ليالي في أشياء أعرف أنها لن تتحقق.....

35- يظهر علي التوتر والارتباك بسهولة عند مواجهة أحداث معينة.....

36- أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة.....

37- غالبا ما تدور في ذهني أفكار غير هامة تسبب لي الضيق.....

38- أجد صعوبة في محاولة النوم.....

39- أقول غالبا أشياء بدون تفكير وأندم عليها فيما بعد.....

40- كثيرا ما يراودني التفكير في حياتي الحالية.....

41- أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية.....

42- أنظر غلبا إلى المستقبل بمنتهى الثقة.....

43- عندما تكون كل الأمور ضدي فإنني لا أفقد شجاعتي.....

44- أحب التنكيت على الآخرين.....

45- عندما أخرج عن شعوري فأنني أستطيع غالبا تهدئة نفسي بسرعة.....

46- كثيرا ما أستثار بسرعة من البعض.....

47- أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفي.....

48- أستطيع أن أصف نفسي بأنني شخص كثير الكلام.....

49- أفرح أحيانا عند إصابة بعض ممن أحبهم.....

50- أفضل أن تلحق بي إصابة بالغة على أن أكون جبانا.....

51- أميل إلى عدم بدأ الحديث مع الآخر.....

52- في أحيان كثيرة أفقد القدرة على التفكير.....

53- كثيرا ما أغضب بسرعة من الآخرين.....

54- غالبا ما اشعر بإنهاك وتعب وتوتر.....

55- أحيانا يراودني التفكير بأنني لا أصلح لأي شيء.....

56- عندما أفشل فإنني أستطيع تخطي الفشل بسهولة.....