جامعة غرداية

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة

دراسة ميدانية على عينة من العاملات الارامل بولاية غرداية

مذكرة مكملة لنيل شهادة مـــاستر تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطالبة :

بلمزوزي فاطمة الزهراء

إشراف الأستاذة:

حنان بلعباس

الاساتذة المناقشين:

د.اولاد حيمودة جمعة

د.مزاور نسيمة

الموسم الجامعي : 2015_ 2016

اهداء

الى والدي الكريمين اطال الله في عمرهما

الى اخوتي وجميع من ساندني في اتمام هذا العمل

والى كل طالب علم.

شكر وتقدير

بدء ا...

أحمد الله تعالى حمد ا كثيرا طيبا مباركا فيه على ما اكرمني به

على إتمام هذه

الدراسة، إلتي أرجو أن تنال رضاه

ثم أتوجه بجزيل الشكر وعظيم الامتنان إلى كلٍ من

الاستاذة الكريمة/ حنان بلعباس، حفظها الله، لتفضلها بالاشراف على هذه الدراسة،

وتكرمها بنصحي وتوجيهيي حتى إتمام هذه الدراسة

أعضاء لجنة المناقشة الكرام

حفظهم الله، لتفضلهم بمناقشة هذه الدراسة

/ أ. معمري، لجهوده المبذولة في التحليل الاحصائي

كما أتوجه بالشكر الجزيل والامتنان إلى صديقتي واختي علوي سعدية التي كانت لي

دعما وسندا حتى

آخر لحظة في إتمام هذه الدراسة

الطالبة بلمزوزي فاطمة

ملخص الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن ما إذا كانت المرأة العاملة الأرملة تعاني من الإحتراق النفسي أم لا، ، والكشف عن الفروق المحتملة ذات الدلالة الإحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تعزى لمتغيرات (السن و نوع الوظيفة و مدة الترمل)، حيث تكونت العينة من (30) إمرأة عاملة أرملة تم اختيـارهن بطريقة قصدية .

وقد تم إستعمال المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة ،كما تم توظيف مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي .

كما تم الإعتماد على برنامج التحليل الإحصائي لمعالجة تساؤلات وفرضيات الدراسة.

وقد أشارت النتائج إلى :

_ تعاني المرأة الأرملة من مستوى مرتفع من الإحتراق النفسي.

_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير السن.

_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير نوع الوظيفة.

_ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير مدة الترمل.

Abstract
The present study aims to reveal whether women working widow suffering from burnout or not, and detect potential differences are statistically significant at the level of burnout among working women widowed due to the variables (age and job type and duration of widowhood), where he formed the sample from (30) a woman worker 's widow were selected deliberate manner.
The use of the descriptive approach suits the nature of the study , as were employed Maslash psychological combustible scale.
It was also rely on statistical analysis program to address the questions and hypotheses .
The results showed :
_ Women's widow suffering from a high level of burnout .
_ There were no statistically significant differences in the level of burnout among working women widowed differences depending on the variable age.
_ There were no statistically significant differences in the level of burnout among working women widowed variable depending on the type of position differences .
_ There were no statistically significant differences in the level of burnout among working women widowed differences depending on the variable duration of widowhood .

فهرس الموضوعات

العنوان	الصفحة
مقدمة	أ،ب،ت
الجانب النظري	
الفصل الاول :الاطار العام للدراسة	
طرح الاشكالية	5
فرضيات الدراسة	8
اهداف الدراسة	8
أهمية الدراسة	9
التعريف الاجرائي لمتغيرات الدراسة	10
الدراسات السابقة والتعقيب عليها	11
الفصل الثاني : الاحتراق النفسي	
تمهيد	29
تعريف الاحتراق النفسي	
الاحتراق النفسي وبعض المتغيرات	31
أسباب الاحتراق النفسي	33
مؤشرات الاحتراق النفسي	35
أعراض الاحتراق النفسي.	36
مراحل الاحتراق النفسي.	38
مستويات الاحتراق النفسي.	39
أبعاد الاحتراق النفسي.	40
بعض النماذج والنظريات المفسرة للإحتراق النفسي.	41

الوقاية من الاحتراق النفسي.	45
خلاصة	46
الفصل الثالث : المرأة العاملة الارملة	
تمهيد	48
تعريف المرأة العاملة.	
المرأة العربية والعمل.	49
مجالات عمل المراة في المجتمع الجزائري	50
أدوار المرأة العاملة.	50
أثار العمل على المرأة.	51
المشاكل التي تواجه المرأة العاملة.	54
أسباب خروج المرأة الارملة للعمل.	56
تعريف المرأة الارملة.	58
المشكلات التي تعاني منها المرأة الارملة.	59
تأثير العمل على المرأة الأرملة نفسيا.	60
خلاصة	62
الجانب التطبيقي للدراسة	
الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية للدراسة	
تمهيد	65
منهج الدراسة	
حدود الدراسة	64
عينة الدراسة.	66
أدوات الدراسة.	69
الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.	73
الخلاصة	74

الفصل الخامس :عرض وتحليل ومناقشة فرضيات الدراسة	
تمهيد	77
عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة .	
عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى.	79
عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية.	80
عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة.	81
الاستنتاج العام	82
مقترحات الدراسة	83
قائمة المراجع	
الملاحق	

فهرس الجداول

رقم الجدول	العنوان	الصفحة
1	يوضح الأثار الفيزيولوجية للاحتراق النفسي على كل من أجهزة الجسم	37
2	يوضح توزيع افراد العينة حسب اختلاف السن.	66
3	يوضح توزيع النساء العاملات الارامل حسب نوع الوظيفة	67
4	يبين توزيع العينة حسب مدة الترمل	68
5	تصنيف مستويات ابعاد الاحتراق النفسي	72
6	يبين قيم ثبات ابعاد الاحتراق النفسي حسب ماسلاش	73
7	يبين قيم ثبات ابعاد الاحتراق النفسي حسب دراسة مقابلة	73
8	يوضح توزيع العينة حسب مستويات الإحتراق النفسي	74
9	يبين نتائج إختبار كا2 لحسن المطابقة للفرضية العامة للدراسة.	77
10	يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الأولى.	79

11	يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الثانية.	**80**
12	يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الثالثة.	**81**

فهرس الاشكال

العنوان	الصفحة
الشكل رقم (1) يوضح مراحل ونتائج الاحتراق النفسي	**39**
الشكل رقم(2)يوضح أبعاد الاحتراق النفسي حسب ماسلاش وجاكسون	**42**
الشكل رقم(3) يوضح مراحل الاحتراق النفسي حسب نظرية سيلي	**43**
الشكل رقم(4)يوضح نموذج تشيرنيس للاحتراق النفسي	**44**
الشكل رقم(5) يوضح نموذج شواب وآخرون للاحتراق النفسي	**45**
الشكل رقم (6)يبين توزيع افراد العينة حسب اختلاف السن.	**67**
الشكل (7)يبين توزيع العينة حسب نوع الوظيفة	**68**
الشكل (8)يبين توزيع العينة حسب مدة الترمل	**69**

مقدمة

إن التحولات التي مست المجتمعات الحديثة ساهمت بشكل كبير في تغيير التركيبة الاجتماعية السائدة بمجتمعاتنا ومنها تغير دور ومكانة المرأة ، بحيث أصبح لديها دور هام تلعبه داخل المجتمع وهذا بدخولها عالم الشغل بقوة وهذا سعيا منها للمساهمة في تنمية مجتمعها ورفع مستواها الاقتصادي وتحقيق ذاتها ، وفي خضم هذا المسعى تجد المرأة نفسها أمام تحديات ومسؤوليات بسبب ازدواج وانقسام أعمالها بين البيت والعمل مما يصعب عليها التأقلم مع هذه الوضعيات وجعلها تعيش الكثير من التوترات والضغوط النفسية (ر .كردية، 2014، ص14).

قد تنشأ الضغوط من داخل المرأة نفسها وتسمى ضغوط داخلية ، أو قد تكون من المحيط الخارجي مثل العمل أو التعرض لموقف صادم ومفاجئ كوفاة الزوج(ك.ابراهيم عبد الفتاح،1984،ص116).

وفقدان الزوج هو من أشد العوامل المؤثرة على الحالة النفسية للمرأة نتيجة الضغوط النفسية فهي تتصارع بداخلها احاسيس فهناك الصدمة والرغبة في البكاء ، ومعها في نفس الوقت الرغبة في التكتم وهاجس البحث عن هوية جديدة وهذه اهم الاحمال الثقيلة التي تواجهها المرأة وتؤرقها بمجرد حملها للقب أرملة(و . عابد، 2008،ص22).

كما ان قيام المرأة الارملة بدور الاب وادائها لمهامه ومسؤولياته يؤدي الى شعورها بالمعاناة والضغوط ، فممارسة مهمتين داخل المنزل وخارجه في حالة كون المرأة تعيل أسرتها هو من العوامل المؤدية الى الاصابة بالأمراض النفسية ولعل من ابرز الاضطرابات التي تتعرض لها المرأة العاملة الارملة هو الاحتراق النفسي الذي يكون نتيجة كل الضغوطات التي تواجهها المرأة الأرملة العاملة في البيت والعمل والمجتمع ،كما يعتبر الاحتراق النفسي شعور عام بالإجهاد

الى درجة عالية تتعرض له المرأة نتيجة للضغوط الكثيرة التي تعيشها في عملها والتي تعوقها عن اداء وظائفها بشكل طبيعي.

وعلى ضوء ما سبق جاءت الدراسة الحالية وتناولت الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة باعتبار أن المرأة العاملة الارملة معرضة للإحتراق النفسي نتيجة للضغوط االتي تعيشها

واحتوت الدراسة على خمس فصول موزعة على جانبين كالتالي :

الجانب النظري: فقد انقسم إلى أربعة فصول هي كالتالي:

الفصل الأول: اختص بالإطار العـام للدراسـة حيث تم التطرق فيه لطرح اشكاليـة الدراسة مع تساؤلاتها وفرضياتها كما تضمن أيضا ذكر أهداف و أهمية الدراسة، و كذا تحديد التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة و أخيرا تم عرض الدراسات السابقة مع التعقيب عليها.

الفصل الثاني : بحيث تم التطرق فيه الى متغير الاحتراق النفسي وتناول تعريف الاحتراق النفسي، الفرق بين الاحتراق النفسي والمصطلحات القريبة منه، أسبابه ، مؤشراته، أعراضه، مراحله، نتائجه، مستوياته، أبعاده، وبعض النماذج و النظريات المفسرة له، والوقاية منه.

الفصل الثالث : إذ تناولنا في هذا الفصل عناصر متغير المرأة الارملة العاملة والمتمثلة في تعريف المرأة العاملة ، المرأة العربية والعمل، مجالات عمل المرأة ، ادوار المرأة العاملة، اثار العمل على المرأة ، المشاكل التي تواجه المرأة العاملة ، اسباب خروج المرأة الارملة للعمل، تعريف المرأة الارملة ، المشكلات التي تعاني منها المرأة الارملة ، تأثير العمل عل المرأة الارملة نفسيا .

الجانب التطبيقي للدراسة فقد تضمن فصلين هما:

الفصل الرابع : بعنوان الإجراءات المنهجية للدراسة من حيث منهج الدراسة وحدود الدراسة وعينة الدراسة وأدوات الدراسة والأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة.

الفصل الخامس.

بعنوان مناقشة النتائج، حيث تضمن عنصر عرض البيانات و التعليق عليها ثم مناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات.

طرح الإشكالية

لا يغفل أحد على أن المرأة هي نصف المجتمع وأحد أركانه الأساسية بحيث لايمكن الإستغناء عنها، ولايمكن الاستهانة بدورها الفعال فيه ، فبدون أن تؤدي المرأة عملها لا يمكن أن تسير عجلة الحياة ، فالمرأة هي شريكة الرجل وسنده فحين يقدم الرجل مايستطيع من جهد في سبيل الإنفاق على اسرته، نجد المرأة تقوم بدورها في بيتها وفي المجتمع بكل قوة وعزيمة لإعداد جيل من الأبناء يحسن التعامل مع مجتمعه .

وبفعل التغيرات التي حصلت على مستوى المجالات الإجتماعية والإقتصادية والثقافية خرجت المرأة الى ميدان العمل لتساهم كذلك في العملية الإنتاجية والإقتصادية وذلك ضمن مختلف القطاعات وفي أوساط تنظيمية تسيرها جملة من القوانين والقواعد تفرض على المرأة العاملة الإحترام والتقيد بها ،ولعل من أهم دوافع خروج المرأة للعمل خارج بيتها هو الحاجة الإقتصادية أو تعرضها لظروف تجبرها على (ر.كردية،2014ص3).

فالمرأة تتعرض في حياتها إلى العديد من الأزمات والصدمات المفاجئة التي قد تسبب لها صعوبات في الإندماج داخل المجتمع أو إلى مشكلات نفسية حادة تنعكس على طريقة عيشها و من بين هده الصدمات وفاة زوجها، لتصبح بعده أرملة وحيدة أمام مسؤولياتها ومعاناتها التي تبدأ بعد أن يلقى كامل العبء على عاتقها في تربية الأبناء والإهتمام بهم، ولاشك أن الزوج هو العائل والسند لها والمرأة حين تفقده يحدث لها عدم اتزان فهي إما أن تنهار أو تتماسك لتقوم بدور الأم والأب والمعيل (و. حسن، 2010،ص75).

فنجدها بذلك تتوجه للعمل لتتعدد بذلك مهامها وتزداد تعقيدا فهي تقوم بدور ربة البيت والأم ودور الأب في نفس الوقت ،هذا اضافة الى دورها كموظفة في قطاع ما.

تواجه المرأة العاملة الأرملة العديد من الضغوطات النفسية والإجتماعية التي تؤثر عليها والتي قد تؤدي الى تعرضها لبعض الأمراض النفسية التي تؤثر على صحتها ،حيث تجد نفسها مضطرة للقيام بوظيفتين واحدة على مستوى الأسرة والأخرى على مستوى المؤسسة التي تعمل بها.

فالعمل الصعب والقاسي يساهم بشكل كبير في إلحاق الضرر بالصحة النفسية للمرأة الأرملة ، وهذا ما أكدته دراسات نظرية وميدانية كثيرة في البيئتين العربية والغربية وفي المجالين الإداري والتربوي مثل دراسة "العقيلي" (1997)،ودراسة "ابوعيشة" (1997) ، ودراسة "كوكس موتو" (1986)، أن العاملين في مختلف المهن الإنسانية والإنتاجية يتعرضون لحالة من التوتر والإحتراق النفسي بسبب ضغوطات العمل النفسية والمهنية والتي تمر بهم خلال ممارستهم الوظيفية، حيث تلعب العلاقات الرسمية وغير الرسمية مع زملاء العمل وقضايا النمو المهني والنفسي والظروف الفيزيقية و الممارسات الإدارية وضغط العمل وعبء الدور وغموضه، وغيرها من المتغيرات دورا رئيسيا في وجود ظاهرة الاحتراق النفسي(ن. رقية ،2012ص1)

والإحتراق النفسي الذي بدأ الإهتمام بدراسته منذ سنوات السبعينات كأحد أهم الأمراض النفسية الناتجة عن الضغوط المهنية والحياتية فهو يعبر عن حالة من الإنهاك والإستنزاف البدني والإنفعالي نتيجة التعرض المستمر للضغوط العالية حيث يشمل مجموعة من المظاهر السلبية من التعب والإرهاق والشعور بالعجز وفقدان الإهتمام بالعمل و العزلة والكآبة و الشك في قيمة الحياة والعلاقات الإجتماعية والسلبية في مفهوم الذات (ن. باوية،2013،ص9).

وعلى هذا الأساس فالإحتراق النفسي قد يكون المحصلة النهائية للضغوطات التي تعيشها المرأة العاملة الأرملة من مصادرها المختلفة ، فهو يعبر عن نتيجة الضغوط العالية التي تواجهها المرأة العاملة الأرملة في بيتها وفي الشارع وفي العمل .

وهذا مابينته نتائج دراسة هون لين(2010)، إذ بينت إرتباط الإحتراق النفسي بالضغوط ، ويدعم ذلك أل مشرف(2002) فقد عرفت الإحتراق النفسي بأنه المحصلة النهائية لضغوط العمل والإجهاد، وكذلك بينت نتائج دراسة كيم وآخرون (2011) أن الاحتراق النفسي بأنه يؤدي الى تدهور الصحة البدنية.(م.ي. المجدلاوي ، 2014،ص214).

بهذا المفهوم فالإحتراق النفسي قد يظهر نتيجة لكثرة الضغوط وشدتها وعدم مقدرة المرأة العاملة على تحملها ومواجهتها في ميدان عملها أو قد يظهر أو يشتد بعد ترملها، أما إذا كانت المرأة عاملة وأرملة فإنها ستعاني من ضغوط نفسية مضاعفة مما يجعلها أكثر عرضة للإحتراق النفسي ولأجل ذلك سنحاول دراسة الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة من خلال طرح التساؤل العام التالي :

التساؤل العام :

هل تعاني المرأة العاملة الأرملة من الإحتراق النفسي؟

التساؤلات الجزئية

1) هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الارملة تبعا لمتغير السن؟

2) هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير نوع الوظيفة؟

3) هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لذى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير مدة الترمل؟

الفرضية العامة :

تعاني المرأة العاملة الأرملة من الإحتراق النفسي.

الفرضيات الجزئية :

1_ توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير السن.

2_ توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير نوع الوظيفة .

2_ توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير مدة الترمل.

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية الى الكشف عن ما اذا كانت المرأة العاملة الارملة تعاني من الاحتراق النفسي أم لا ،كما تهدف ايضا الى :

_ الكشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير السن.

_ الكشف عن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير نوع الوظيفة.

_ الكشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير مدة الترمل.

أهمية الدراسة :

الأهمية النظرية :

وترتكز على الإهتمام بموضوع الإحتراق النفسي وخاصة على شريحة مهمة من المجتمع وهي المرأة العاملة الأرملة بحيث تسعى هذه الدراسة الى الكشف عن ما إذا كانت المرأة العاملة الأرملة تعاني من الإحتراق النفسي، وما طبيعة ومستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة.كما تسلط الدراسة الضوء على عامل آخر مهم قد يكون سببا في الإصابة بالإحتراق النفسي والمتمثل في التعرض لأزمة الترمل وما تسببه من ضغوط نفسية مضاعفة على المرأة.

الأهمية التطبيقية :

وترتبط بما تتوصل إليه النتائج من اضافة علمية بإعتبارها أول دراسة عملت على معرفة مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة وهذا على حد علم الباحثة .

والتي من شانها أن تساعد في :

– وضع حلول مناسبة وممكنة للحد من ظاهرة الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة مع مراعاة اختلاف أسبابها ومصادرها.

– التخطيط بشكل أفضل لتحسين أوضاع هذه الفئة من المجتمع وهي النساء العاملات الأرامل وذلك من خلال وضع برامج ارشادية مهنية ونفسية مناسبة تساعد في تحقيق التوافق بين عمل المرأة الأرملة ودرورها المزدوج في بيتها.

التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

الاحتراق النفسي: هو استجابة انفعالية سلبية وحالة من عدم التوازن النفسي تتعرض لها المرأة العاملة الأرملة ،تعبر عن إنهاك بدني واستنزاف انفعالي نتيجة الضغوط النفسية الشديدة التي تسببها اعباء العمل ومسؤوليتها في بيتها .

ويعرف اجرائيا بالدرجة التي تحصل عليها المرأة العاملة الأرملة على مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي المستخدم في هذه الدراسة.

المرأة العاملة : هي المرأة التي تقوم بعمل خارج البيت عددا معينا من الساعات بشكل منتظم وذلك قصد الحصول على أجر شهري .

المرأة الأرملة :هي المرأة التي مات عنها زوجها وتركها لمواجهة أعباء الحياة ونهتم في هذه الدراسة بالأرملة التي لم تعد الزواج.

الدراسات السابقة :

يتناول هذا العرض بعض الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الإحتراق النفسي الذي حاولت الكثير من الدراسات البحث في مستوياته ودرجاته لدى العاملات والعمال باختلاف ميادين ومجالات عملهن ،في حين لم ترد أي دراسة على حسب اطلاع الباحثة تطرقت الى دراسة الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة كما هو الحال في الدراسة الحالية، ومن هذا المنطلق سوف يتم الاستعانة ببعض الدراسات التي تناولت متغير الإحتراق النفسي ومستوياته مرتبطا بظروف العمل والضغوط الحياتية والمتعلقة ببعض المتغيرات ذات الصلة بالدراسة الحالية، وفيما يلي عرض لأهم هذه الدراسات:

1) دراسات في البيئة الجزائرية :

الدراسة الاولى : دراسة بولقرون نورة (2008)م.

عنوان الدراسة :تناذر الإحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم العالي

أهداف الدراسة : هدفت الدراسة الى معرفة مدى تأثير بعض ظروف العمل الضاغطة على ظهور تناذر الإحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم العالي.

عينة الدراسة : أجريت الدراسة على(322) أستاذ دائم بجامعة منتوري بقسنطينة

أدوات الدراسة :مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.

نتائج الدراسة : كشفت نتائج الدراسة عن وجود تأثير سلبي لعدم الرضا المهني لدى الأساتذة بالنسبة لظروف العمل بصفة عامة. كما تم تسجيل مستويات متفاوتة بين أبعاد الإحتراق النفسي لدى عينة البحث (ن.بولقرون،2008)

الدراسة الثانية : دراسة بوقرة مختار ومنصوري مصطفى(2014)م.

عنوان الدراسة : علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى اساتذة التعليم الثانوي .

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي ، وكذلك معرفة ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في علاقة الإحتراق النفسي بالرضا الوظيفي تبعا لإختلاف الجنس .

عينة الدراسة : عينة من أساتذة التعليم الثانوي بولاية معسكر قوامها 337 أستاذا و أستاذة.

أدوات الدراسة : طبق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي ومقياس الرضا الوظيفي .

من أهم نتائج الدراسة:وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي، لا توجد علاقة إرتباطية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي تعزى لمتغير سنوات الخبرة،لا توجد علاقة إرتباطية بين الاحتراق النفسي و الرضا الوظيفي تعزى لمتغير الجنس (م.بوقرة،م.منصوري، 2014. ص83).

الدراسة الثالثة : دراسة نبيلة باوية(2013)م.

عنوان الدراسة : الدعم الاجتماعي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي.

أهداف الدراسة : هدفت الدراسة الى فحص العلاقة بين الدعم الاجتماعي و الاحتراق النفسي لدى المرأة المصابة بسرطان ألثدي والكشف عن الفروق المحتملة في الاحتراق النفسي وفق اختلاف (الحالة الاجتماعية ،مدة الاصابة بالمرض ، المستوى التعليمي) في ظل ارتفاع وانخفاض مستوى الدعم

الاجتماعي ، وكذلك الكشف عن الفروق في أبعاد الإحتراق النفسي باختلاف بعدي الدعم الاجتماعي لدى عينة الدراسة.

عينة الدراسة : وتكونت عينة الدراسة من(230) امرأة مصابة بسرطان الثدي والتي اختيرت بطريقة قصدية.

أدوات الدراسة : وتم تطبيق اداتين من تصميم الباحثة الاولى لقياس الاحتراق النفسي ، والثانية لقياس الدعم الاجتماعي .

من أهم نتائج الدراسة : وجود مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى عينة الدراسة.عدم وجود فروق دالة احصائيا في الاحتراق النفسي بين بين النساء المصابات بسرطان الثدي غير المتزوجات المرتفعات والمنخفضات الدعم الاجتماعي. عدم وجود فروق دالة احصائيا في الاحتراق النفسي بين بين النساء المصابات قديما بسرطان الثدي المرتفعات والمنخفضات الدعم الاجتماعي. (ن. باوية ،2013).

الدراسة الرابعة : دراسة نبار رقية (2012)م.

عنوان الدراسة : الإحتراق النفسي لدى أساتدة التكوين والتعليم المهنيين.

أهداف الدراسة : هدفت الدراسة الى تفحص اذا ماكانت ظاهرة الإحتراق النفسي موجودة بين أساتذة التكوين والتعليم المهنيين ،واذا كانت هده الظاهرة موجودة الاقبال على البحث على البعض من مصادرها ، ثم دراسة الفروق في الإحتراق النفسي التي من الممكن أن تعود الى بعض المتغيرات الديموغرافية لدى العينة كالجنس والسن والرتبة والأقدمية على مقياس الاحتراق النفسي وابعاده.

عينة الدراسة : واشتملت عينة الدراسة على (256) أستاذ متخصص في التكوين والتعليم المهنيين التابعة لولايات الغرب الجزائري.

أدوات الدراسة : تم الإعتماد على مقياس الاحتراق النفسي الذي أخضع لبعض التعديلات ليتلائم مع عينة الدراسة ،ومقياس مصادر الاحتراق النفسي الذي تم إعداده من طرف الطالبة الباحثة.

أهم نتائج الدراسة :أفراد العينة يعانون من الإحتراق النفسي وظهر ذلك في ثلاث مستويات مرتفعي الإحتراق ، متوسطي الاحتراق ،ومنخفضي الاحتراق، وجود مصادر للإحتراق النفسي وتمثلت في مصدرين هما المصادر النفسية والمصادر المهنية ، عدم وجود فروق دالة احصائيا في الإحتراق النفسي وأبعاده لدى العينة يعزى فيها الاختلاف لمتغير الجنس، عدم وجود فروق دالة احصائيا في الإحتراق النفسي وأبعاده لدى العينة عدم وجود فروق دالة احصائيا في الإحتراق النفسي وأبعاده لدى العينة الأكثر والأقل من 38سنة(ر.نبار،2012).

الدراسة الخامسة : دراسة معروف مُحَمَّد(2013).

عنون الدراسة : استراتيجيات التعامل مع الاحتراق النفسي عند أساتذة التعليم الثانوي.

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة الى معرفة بعض معوقات العملية التربوية الى معرفة درجة انتشار الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الثانوي وأيضا معرفة الأبعاد الأكثر تأثيرا من أبعاد الإحتراق النفسي في صفوف أساتذة التعليم الثانوي ، ومعرفة هل هناك فروق في الإحتراق النفسي عند الأساتذة حسب الجنس وحسب الاقدمية.

عينة الدراسة : طبقت الدراسة على عينة قوامها 305 أستاذا منها 171 ذكورا و134 اناث موزعين على 11 ثانوية بولاية تلمسان.

من أهم نتائج الدراسة : عدم وجود ارتباط دال احصائيا بين الدرجة الكلية للاحتراق النفسي لدى العينة،عدم وجود فروق دالة احصائيا في الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس ، (م.معروف ،2013، ص ت).

2) دراسات في البيئة العربية :

الدراسة الاولى : دراسة ختام علي الضمور (2008)م .

عنوان الدراسة : الاحتراق النفسي لدى الأم العاملة وأثره في طريقة تعامل الأم مع الأبناء من وجهة نظر الأمهات العاملات .

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة الى معرفة درجة الإحتراق النفسي لدى الأمهات العاملات في محافظة الكرك على شدة الابعاد الثلاثة لمقياس ماسلاش للإحتراق النفسي ،ومعرفة نمط العلاقة مع الأبناء تبعا لمتغيرات (عدد ساعات العمل ،وعدد سنوات الخبرة ،وعدد الأبناء، ونوع المهنة).

عينة الدراسة : وبلغ حجم العينة(400) أم عاملة،وتم اخيارها بالطريقة الحصصية.

أدوات الدراسة : مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي.

من أهم نتائج الدراسة : أن الأمهات العاملات في محافظة الكرك يعانين من درجة عالية من الاحتراق النفسي على شدة بعدي الاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر ومن درجة متوسطة من الاحتراق النفسي على شدة بعد نقص الشعور بالانجاز ، وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين درجة

الاحتراق النفسي وبين طريقة تعامل الام مع الابناء على شدة الأبعاد الثلاثة للمقياس ،وكذلك أشارت النتائج الى وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين درجة الاحتراق النفسي وبين درجة التعامل مع الأبناء على شدة الأبعاد الثلاثة للمقياس مع متغير نوع المهنة (خ. علي الضمور ،2008 ،ص2).

الدراسة الثانية : دراسة أماني بسام سعيد الجمل (2012)م.

عنوان الدراسة : الاحتراق الوظيفي لدى المرأة العاملة في مؤسسات السلطة الوطنية الفلسطينية في قطاع غزة .

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار ظاهرة الإحتراق الوظيفي لدى النساء

العاملات في مؤسسات السلطة الوطنية الفلسطينية في قطاع غزة، ومدى تأثير متغيرات الدراسة (ضغط العمل، المساندة الاجتماعية)على درجة الإحتراق الوظيفي لديهن، ومعرفة ما إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات المبحوثات تعود لمتغيرات :مكان العمل، العمر، الحالة الاجتماعية ، على السلم الوظيفي.

عينة الدراسة : وطبقت الدراسة على(717) من النساء العاملات في مؤسسات السلطة الوطنية الفلسطينية في قطاع غزة.

أدوات الدراسة : مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

نتائج الدراسة:عدم معاناة النساء العاملات في المؤسسات الحكومية في قطاع غزة من الاحتراق الوظيفي على كلٍ من أبعاده الثلاثة :الإجهاد الإنفعالي، تبلد المشاعر، والإنجاز الشخصي، وجود

علاقة طردية بين درجة الاحتراق الوظيفي بأبعاده الثلاثة وكلٍ من ضغط العمل، نمط القيادة، المشاركة في اتخاذ القرارات ، والمساندة الاجتماعية.

عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في استجابة المبحوثات تعزى إلى كلٍ من : مكان العمل، العمر، الحالة الاجتماعية (أ. بسام سعيد الجمل،2012).

الدراسة الثالثة : دراسة نوال بنت احمد الزهراني (2008)م.

عنوان الدراسة : الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة.

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي و بعض سمات الشخصية ، و كذلك معرفة إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي نتيجة لاختلاف(العمر–الحالة الاجتماعية)

عينة الدراسة : قامت الباحثة بإجراء الدراسة على 150 عاملة تم اختيارهن بطريقة عشوائية .

أدوات الدراسة : مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي

أهم النتائج :

كشفت الدراسة أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الاحتراق النفسي لدى العاملات مع ذوى الاحتياجات الخاصة تعزي لتباين سنوات الخبرة.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاحتراق النفسي، لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لاختلاف العمر،هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات

الاحتراق النفسي لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة نتيجة لاختلاف الحالة الاجتماعية (ن.الزهراني،2008،ص).

الدراسة الرابعة : دراسة أماني عبد الله على(2013)م.

عنوان الدراسة : الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة في افريقيا وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية "دراسة مقارنة بين الخرطوم ونيروبي والقاهرة".

أهداف الدراسة : هدفت الد راسة إلى الكشف عن السمة العامة لمتلازمة الإحتراق النفسي الناتج عن الضغوط النفسية التي تتعرض لها المرأة العاملة في مجال التعليم العالي والمهن

الصحية في كل من الخرطوم ونيروبي والقاهرة. ومعرفة درجة الإختلاف في مستوى الاحتراق النفسي وفقا لأبعاد المقياس ،كما تهدف إلى معرفة تأثر درجة الاحتراق النفسي بالمتغيرات النوعية التالية :المدينة والعمر

والمستوى التعليمي والحالة الاجتماعية(متزوجة /غير متزوجة /مطلقة/أرملة) وسنوات الخبرة ،ونوع الوظيفة(حكومي /خاص).

عينة الدراسة : تكونت من 560 امرأة عاملة، تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة، من النساء الموظفات في كل من الخرطوم ونيروبي والقاهرة.

أدوات الدراسة : مقياس ماسلاش للإحترا ق النفسي.

نتائج الدرسة:

ـ كشفت الدراسة عن وجود مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى العينة .كشفت عن وجود اختلاف في درجة الاحتراق النفسي وفقا لابعاد المقياس الثلاثة هناك اختلاف في درجة الاحتراق النفسي وفقا للمتغيرات النوعية في الدراسة

ويمكن توضيحها كالتالي:

ـ وجود فروق ذات دلالة إحصائية ترجع لمتغير العمر لصالح الفئات الأكبر .

ـ وجود فروق تعزى للحالة الاجتماعية لصالح المتزوجات أكثر احتراقاً من غير المتزوجات.

(أماني عبد الله علي،2013 ،ص1 91).

الدراسة الخامسة : دراسة زينب أحمد مُحَمَّد لملوم(2008).

عنوان الدراسة : الاحتراق النفسي للمعلم بمرحلة التعليم الأساسي بمدينة سبها،

أهداف الدراسة : وكان الهدف من دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي للمعلم التعرف على مظاهر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطور الثاني من مرحلة التعليم الأساسي بمدينة سبها، ومعرفة مدى الاختلاف بين الجنسين منهم على درجة الاحتراق النفسي، وعلاقة كل من العمر –الحالة الاجتماعية – بهذه الظاهرة لديهم.

عينة الدراسة : تمثلت عينة الدراسة من100مفردة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية .

أدوات الدراسة : استبانة الاحتراق النفسي للمعلم.

من أهم نتائج الدراسة:لا توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي للمعلم حسب متغير العمر،لا توجد فروق دالة إحصائيا في درجة الاحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات (ز.أحمد محمد لملوم ،2008).

الدراسة السادسة : دراسة سماهر مسلم عياد ابو سعود (2010)م.

عنوان الدراسة : ظاهرة الإحتراق الوظيفي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة أسبابها وكيفية علاجها.

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مدى انتشار ظاهرة الإحتراق الوظيفي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة و تحديد العلاقة ما بين ظاهرة الاحتراق الوظيفي ومجموعة من العوامل الديموغرافية(العمر المسمى الإداري – الحالة الاجتماعية).

عينة الدراسة : طبقت الدراسة على258 موظف تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة .

أدوات الدراسة : استخدمت الباحثة مقياس ماسلاك للاحتراق بعد إجراء تعديلات بسيطة عليه ليلاءم أغراض البحث ومقياس مصادر الاحتراق الوظيفي.

نتائج الدراسة: أن الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم بقطاع غزة يعانون بشكل عام من مستوى متوسط من الاحتراق الوظيفي على بعديه الإجهاد الانفعالي و عدم الإنسانية فيما كان مستوى الاحتراق منخفضا على بعد الانجاز الشخصي،كما كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق بأبعاده الثلاثة تعزى لكلا من المتغيرات (الحالة الاجتماعية– العمر –المستوى الإداري) (س.ابو مسعود، 2010)

1) الدراسات الاجنبية

الدراسة الاولى: Hogan & Mcknight, (2007)

عنوان الدراسة : "Exploring Burnout Among University Online Instructors: An Initial Investigation"

أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى تحديد ووصف ظاهرة الإحتراق النفسي لدى معلمي التعليم العالي على الإنترنت .

عينة الدراسة : اشتملت عينة الدراسة على 11 من المعلمين الذين يمارسون مهنة التعليم عبر الإنترنت في الولايات المتحدة، وقد تم إجراء دراسة استقصائية ديموغرافية،

أدوات الدراسة : واستخدام مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي لتحقيق أغراض الدراسة ،

من أهم النتائج :المعلمون يعانون من درجة متوسطة من الاحتراق النفسي :درجة متوسطة من الإجهاد العاطفي، درجة مرتفعة من تبلد الشخصية، درجة منخفضة من الإنجا زات الشخصية.

– هناك اختلاف واضح في درجة الاحتراق الوظيفي بين الجنسين، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن الإناث يعانون من درجة عالية من الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة مقارنةً بنظرائهن من الرجال.(اماني بسام سعيدالجمل، 2012،ص87).

الدراسة الثانية : Senter (2006)

عنوان الدراسةsatisfactio Correctional Psychologist burnout, job satisfaction, and life

أهداف الدراسة: هدفت هذه الدراسة إلى قياس مستوى الاحتراق النفسي ، و الرضا الوظيفي و الرضاالمعيشي لدى مجموعة من العلماء النفسيين ،

عينة الدراسة : تم جمع البيانات من 203 دكتور نفسي يعملون بوظائف دائمة موزعين .

أهم النتائج: كل مجموعة من النفسيين أظهرت بشكل عام مستوى متدني من الاحتراق و الرضا،الوظيفي و مستوى عال من الرضا المعيشي. (س. ابومسعود،2010،ص74).

الدراسة الثالثة : (2009) Doganer & Alparslan

عنوان الدراسة :

midwives who work in sivas,Turkey burnout " Relationship between levels of province center and identified socio-demographic characteristics"

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة الاستكشافية إلى التعرف على العلاقة ما بين بعض العوامل الاجتماعية الديموغرافية و المهنية و مستويات الاحتراق النفسي لدى القابلات العاملات مركز مقاطعة شرق تركيا(سايفاس) ،

عينة الدراسة :طبقت الدراسة على147 قابلة .

عينة الدراسة : تم استخدام استبانة مكونة من 28 فقرة وزعت على عينة الدراسة.

و كان من أهم نتائج الدراسة:

هناك تأثير على مستوى الاحتراق النفسي يعود للعوامل الديموغرافية الاجتماعية·

التالية : (الصفات الشخصية – مكان العمل – جدول العمل – مدة التعاقد للعمل– مكان التخرج)في حين لا يوجد تأثير لكلا من العوامل التالية (العمر – الحالة الاجتماعية – عدد المعالين – منطقة العمل) على مستوى احتراق القابلات (س. ابومسعود،2010،ص76).

الدراسة الرابعة :

دراسة برورير ومكمهان" Mcmahan،Brewer **(2003) م.**

أهداف الدراسة : هدفت هذه الدراسة إلى اختبار الضغوط الوظيفية والاحتراق النفسي لدى معلمي التقنيات الصناعية

عينة الدراسة : أجريت الدراسة على عينة قوامها 133 معلماً أكاديمي،

أدوات الدراسة : مقياس الاحتراق النفسي (JSS) الضغوط الوظيفية لماسلاك وجاكسون.

أهم النتائج:سجل المشاركون بالدراسة درجات متوسطة من الاحتراق النفسي.المتغيرات الشخصية لم تظهر اختلافات كبيرة في مستويات الضغوط النفسية أوالاحتراق النفسي (أ. فلاح فهد الهملان،2008،ص88).

التعقيب على الدراسات السابقة

أولا : من حيث الهدف

بالنسبة لدراسات البيئة الجزائرية : يتضح أن هناك إختلاف واضح من حيث الاهداف فمنها من هدفت للكشف عن ظاهرة الإحتراق النفسي ومستوياته بإختلاف أبعاده كدراسة "نبار رقية" ودراسة" نبيلة باوية"،كما هدفت بعض الدراسات لاكتشاف الفروق ذات الدلالة الاحصائية للإحتراق النفسي تعزى لبعض المتغيرات الديموغراية كالسن والجنس والعمل، مثل دراسة "نبار رقية" ودراسة "بوقرة ومنصوري"ودراسة " نبيلة باوية" ودراسة"معروف مُحَّد" .وهدفت دراسة "نبيلة باوية" ودراسة "بوقرة" الى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الاحتراق النفسي ومتغيرات تابعة اخرى.اما دراسة نبيلة باوية" ودراسة "بوبكر دبابي" فقد هدفت الى معرفة مدى تاثير ظروف العمل الضاغطة والمعوقات التربوية في وجود الاحتراق النفسي،ومدى فعالية برنامج ارشادي في خفض مستوى الاحتراق كما في دراسة "بولقرون".

بالنسبة لدراسات البيئة العربية : نلاحظ تنوع اهداف الدراسات العربية فمنها من هدفت الى الكشف عن أو سمة أوطبيعة أومدى إنتشار الاحتراق النفسي أو التعرف على مظاهره مثل دراسة أماني عبد الله ودراسة "ختام علي الضمور" ودراسة "أماني بسام سعيد الجمل" ودراسة "زينب احمد لملوم".كما هدفت كلها لتحديد العلاقة أو التأثير أو معرفة الفروق بين الاحتراق النفسي و متغيرات ديمغرافية مختلفة.

بالنسبة لدراسات البيئة الأجنبية : فنجدها اتفقت من حيث وصف ودراسة مستوى الاحتراق النفسي ومنها من هدفت لدراسة العلاقة مابين الاحتراق النفسي والعوامل الاجتماعية كما ورد في دراسة"Senter" ،ودراسة Dogan et Mckinight.

بالنسبة للدراسة الحالية : اشتركت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة من حيث هدف الكشف عن الاحتراق النفسي و معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين الإحتراق النفسي و المتغيرات الاجتماعية والديموغرافية.

ثانياً :من حيث العينة

اختلفت العينات المشتركة في الدراسات السابقة سواء من حيث العدد أو الجنس أو العمر أو نوع العمل.

بالنسبة لدراسات البيئة الجزائرية :فقد تراوح عددها من337الى 200 ،كما ان بعض الدراسات شملت عيناتها ذكوراً وإناثاً في حين أن دراسة "بوقرة مختار ومصطفى منصوري" اقتصرت عينتها على الذكور فقط، ودراسة "نبيلة باوية" التي تكونت عينتها من النساء فقط وقد تنوعت طرق إختيارها من طبقية عشوائية أو قصدية، ونلاحظ اشتركها في نوع العمل والمتمثل في التعليم بمختلف أطواره من أساتذة التعليم العالي كما في دراسة "بولقرون" واساتذة التعليم الثانوي كما في دراسة "بوقرة ومنصوري" واساتذة التكوين والتعليم المهنيين في دراسة"معروف مُحَمَّد" ودراسة "نبار رقية"، فيما اختلفت دراسة "نبيلة باوية" حيث اقتصرت عينتها على النساء المصابات بسرطان الثدي.

بالنسبة لدراسات البيئة العربية : تراوحت أعدادها مابين 717و 100 مفردة نلاحظ اشتراك بعض الدراسات فيما يخص جنس العينة فكانت تتمثل في المراة العاملة مثل دراسة "ختام على" و"أماني سعيد" و"نوال الزهراني" "وأماني علي" في حين نجد دراسة "سماهر ابو مسعود" اقتصرت عينتها على الذكور

الموظفين فقط، اما دراسة "زينب لملوم" فقد كانت ما بين الجنسين ، وقد كان اختيار أغلبها بطريقة عشوائية.

بالنسبة لدراسات البيئة الأجنبية : تراوحت اعدادها ما بين 11الى 203، واشتركت دراسة " Dogan et Mckinigh" و دراسة"Mcmahan et Brewer" بكلا الجنسين ونوع العمل، واما دراسة "Doganer Alparslan" فقد اقتصرت على الاناث فقط ، ودراسة" Senter"التي اقتصرت عينتها على ذكور، كما شملت العينات مستويات تعليمية واجتماعية وثقافية مختلفة فتضمنت العينات معلمين كدراسة " Mcmahan et Brewer "ودراسةDogan et Mckinigh " أما دراسة" Senter" فتضمنت أطباء دكاترة ،ودراسةDoganer Alparslan فكانت على القابلات.

والدراسة الحالية استخدمت عينة قوامها (30) وأعمار زمنية من 20 الى50سنة وقد اتفقت مع بعض الدراسات من حيث الجنس والعمل .

ثالثاً :من حيث الأدوات.

لقياس الاحتراق النفسي تم استخدام مقياس ماسلاش(MBI) في معظم الدراسات السابقة.

رابعا :من حيث النتائج.

بالنسبة لدراسات البيئة الجزائرية توصلت نتائج غالبية الدراسات على وجود ظاهرة الإحتراق النفسي لدى العينات وبدرجات متفاوتة بين أبعاد الإحتراق النفسي مثل دراسة"بولقرون" ودراسة " ن. باوية" ودراسة "ر.نبار"،كما توصلت نتائج بعض الدراسات الى عدم وجود فروق بين الاحتراق النفسي وبين

متغيرات أخرى كالسن والجنس والحالة الاجتماعية والمؤهل العلمي مثل دراسة "ب. دبابي" ودراسة " ر.نبار" ودراسة " معروف مُحَمَّد" كما بينت دراسة "ر.نبار" وجود مصادر للإحتراق النفسي.

وبينت دراسة "بوقرة مختار" ومصطفى منصوري" وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي.

بالنسبة لدراسات البيئة العربية :اتفقت بعض الدراسات على أن النساء العاملات يعانين من درجة عالية من الاحتراق النفسي بإختلاف أبعاده كدراسة " أماني عبد الله علي" ودراسة (ختام علي الضمور 2008)م التي كشفت أن الأمهات العاملات يعانين من درجة عالية من الإحتراق النفسي.

في حين كشفت دراسة (أ. بسام سعيد الجمل) عدم معاناة النساء العاملات من الاحتراق النفسي كما أشارت بعض الدراسات لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الإحتراق النفسي تعزى لمتغيرات السن ونوع العمل والمؤهل العلمي والحالة الاجتماعية كدراسة" أ. بسام سعيد الجمل"ودراسة"ن.الزهراني" ودراسة " ز.أحمد مُحَمَّد لملوم"، ولم تتفق بعض الدراسات على ذلك إذ كشفت عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات الاحتراق النفسي و تعزى لمتغيرات السن والجنس ونوع العمل والخبرة والحالة الاجتماعية مثل دراسة " أماني عبد الله علي" ودراسة " س.ابو مسعود"، ونجد أن دراسة "ختام على الضمور" كشفت عن وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين درجة الاحتراق النفسي وبين درجة التعامل مع الأبناء على شدة الأبعاد الثلاثة للمقياس مع متغير نوع المهنة.

بالنسبة لدراسات البيئة الأجنبية : اتفقت دراسة " Hogan & Mcknight "مع دراسة Brewer ،Mcmahan " في الكشف عن درجات متوسطة للاحتراق النفسي لدى العاملات ،في حين اظهرت دراسة senter مستوى متدني من الاحتراق ، اما دراسة Doganer & Alparslan كشفت عن تأثير العوامل الديموغرافية على مستوى الاحتراق النفسي.

الفصل الثاني

الاحتراق النفسي

تمهيد

1. تعريف الاحتراق النفسي
2. الاحتراق الفسي وبعض المتغيرات
3. أسباب الاحتراق النفسي
4. مؤشرات الاحتراق النفسي
5. أعراض الاحتراق النفسي.
6. مراحل الاحتراق النفسي.
7. مستويات الاحتراق النفسي.
8. أبعاد الاحتراق النفسي.
9. بعض النماذج والنظريات المفسرة للإحتراق النفسي.
10. الوقاية من الاحتراق النفسي.

خلاصة

تمهيد :

يتناول هدا الفصل تعريف الاحتراق النفسي و ارتباطه ببعض المتغيرات واسبابه ومؤشراته واعراضه ومراحله ومستوياته و ابعاده و بعض النماذج والنظريات المفسرة له والوقاية منه.

1. تعريف الإحتراق النفسي :

1.1 التعريف اللغوي :

يعرف الفعل "يحترق" :يفشل ، ينهار، أو يصبح منهكا نتيجة عدم المقدرة على التحمل فوق الطاقة(ع.عسكر،2005،ص105).

2.1 التعريف الاصطلاحي :

- تعريف ماسلاش "maslach" خبرة انفعالية فردية سلبية تقود الى عملية مزمنة يتم تجربتها كإستنزاف الجهد على المستوى البدني والانفعالي والمعرفي (أ م ع. بني احمد ،2007 ،ص13)

_ تعريف "ليديا ج. قوتاس" الاحتراق النفسي هو حالة من الانهاك العاطفي والجسمي الناتج عن زيادة وطول الضغط النفسي(L.j Goutas,2008,p135)

_ تعريف "مدحت مُحَّد ابونصر" الإحتراق النفسي هو مرحلة متأخرة من التعرض للضغوط النفسية التي تقابل الإنسان في الأسرة وفي الشارع وفي العمل، فالإحباطات المستمرة وعدم الشعور بالتوازن على سبيل المثال بين أعباء العمل وأعباء الأسرة ،تؤدي في الأغلب إلى الإحتراق النفسي للفرد(م.مُحَّد أبو النصر،2002،ص62).

_ كما يعتبر الاحتراق النفسي كذلك، انهيار الفرد تحت وطأة الضغوط والتوترات التي تفوق احتماله في العمل أو في الأسرة أو الظروف التي يتعرض لها(ف.عبد القادر طه، 2008،ص238).

ووفقا **لروجرز** فان الاحتراق النفسي يعتبر عرض أو مجموعة من العلامات والأعراض التي تظهر معا والتي تعبر عن المشاعر ويتم تحديدها من خلال تأثيرها الوجداني والنفسي والفسيولوجي على الأفراد ، وهذه التأثيرات تشتمل على نضوب الطاقة واستنفاذ القدرات الجسدية والنفسية والاستنزاف الوجداني (Rogers.E. 1987:92)

نلاحظ أن كل تعريف من هذه التعريفات قد أسهم بطريقة أو بأخرى باستيعاب ظاهرة الاحتراق النفسي وتؤكد **ماسلاك** أن بعض التعريفات قد تكون محددة ,ومقيدة بينما نجد البعض الأخر منبسط، وبعضها يشير إلى الظروف النفسية بصفة عامة بينما يتناول البعض الآخر سلوك معين، بعضها يصف حالة أو عرض بينما تناول البعض تسلسل جميع مراحل العملية، وبعضها يهتم بالإشارة إلى المسببات وبعضها يهتم بالمؤثرات وبعضها يؤكد على المتغيرات الموجودة في الشخص في حين يؤكد البعض على المتغيرات التي تحدث في البيئة(Maslach, 1982,p31) .

2. الإحتراق النفسي وبعض المتغيرات

لتقارب وتداخل الإحتراق النفسي مع بعض المصطلحات الاخرى من حيث الأعراض والخصائص سوف يتم التفرقة فيما يلي بين مصطلح الإحتراق النفسي والمصطلحات القريبة منه كما يلي :

1.2 الإحتراق النفسي والضغط النفسي :

يعبر كل من الإحتراق النفسي والضغط النفسي عن حالة من الإجهاد أو الإنهاك النفسي البدني لكن الاختلاف يكمن في ان الضغط قد يكون داخليا او خارجيا وقد يكون طويلا او قصيرا وادا طال هذا الضغط فانه يستهلك اداء الفرد ويؤدي الى انهيار في اداء وظائفه.

اما الاحتراق النفسي فهو ظاهرة طويلة المدى ويرتبط حدوثها بالضغوط النفسية وكدا مصادر وعوامل اخرى وعليه فان الضغط النفسي يعتبر سببا في حدوث الاحتراق النفسي ادا ما استمر وام يستطع الفرد التغلب عليه (ن. باوية،2013 ،ص78).

2.2 الإحتراق النفسي والاجهاد النفسي :

يعتبر الاجهاد عبء انفعالي زائد ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة فيؤدي الى الانهاك البدني والنفسي وادا اعتبر قريبا من الاجهاد الانفعالي فانه قد يمثل احدى مكونات الاحتراق النفسي وقد يكون عرضا من اعراضه العديدة.

3.2 الإحتراق النفسي والقلق النفسي :

ان القلق هو حالة شعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوان مضاد لبيئة يدرمها الفرد على انها عدائية ومنه فقد تختلط هده الاعراض بالاحتراق النفسي الذي من مظاهره فقدان الاهتمام بالاخرين والسخرية منهم والشك في قيمة وأهمية الحياة والعلاقات الاجتماعية والفرق يكمن بينهما في أن القلق قد يتكون لدى الفرد منذ الطفولة عكس الاحتراق النفسي الذي يرتبط عادة بالاداء المهني أو الوظيفي أو ما يحدث في مرحلة الرشد عموما.

يمكن الإشارة إلى أن علاقة الاحتراق النفسي بكل من الضغوط النفسية والقلق النفسي وكذا الإجهاد النفسي في علاقة دائرية أي علاقة سبب ونتيجة .

4.2 الإحتراق النفسي والإ نهاك النفسي :

ان الإحتراق النفسي هو حالة تدهور نفسي ناتجة عن زيادة الحساسية نحو الضغوط الإجتماعية مما ينتج عنه أحاسيس سلبية ومنه سلوكيات انسحابية من المجتمع لذك فان الفرق بينه وبين الإنهاك النفسي ان هذا الاخير كما يرى "وندل" هو حالة متقدمة من الإجهاد ويتولد عن زيادة الإجهاد نتيجة التعرض للضوط والخبرات المؤلمة وعدم قدرة الفرد على مواجهتها والإنهاك هنا يعد مرحلة وسيطة الى الإحتراق النفسي حيث الترتيب المتسلسل كما يلي اجهاد نفسي انهاك نفسي وأخيرا الإحتراق النفسي.

الشرح الموجز لهذا التسلسل يكمن في ان الإجهاد ضغوط نفسية تقع على الفرد وتتزايد مع الأيام فتصبح عبء ثقيل ، وقد لايستطيع الفرد التكيف معها فيحدث الإنهاك النفسي فإذا استمرت المعاناة انقلب الإنهاك الى إحتراق ، أي الفرق بينهما في الشدة والحدة.

5.2 الإحتراق النفسي والإكتئاب :

أوضح الباحثون بعد سنوات عديدة من الدراسة الفرق بين الأشخاص اللذين يعانون من الإحتراق النفسي واللذين يعانون من الإكتئاب ، حيث ان من يعانون من الإحتراق النفسي لاينتجون بكثرة الكورتيزون وكان الجسم في حالة اضراب على عكس اللذين يعانون من الإكتئاب لديهم بكثر (ن. باوية، 2013 ،ص ص78 79).

وبالتالي نستنتج انه من الضروري التأكد قبل الحكم على ما يعانيه الفرد وهل هو فعلا إحتراق نفسي أو ربما أعراض لحالات نفسية أخرى

3. أسباب الاحتراق النفسي

توجد نظريات عديدة تدور حول أسباب ومصادر الاحتراق النفسي، وهذه النظريات تركز على ثلاثة مستويات:

1.3 المستوى الفردي :

حيث يعتبر " فرودنبرجر" اول من استخدم تعبير الإحتراق في مؤلفاته مشيرا الى أن الأفراد المخلصين والأكثر التزاما في مجال عملهم هم الأكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي (ع. عسكر ،2005، ص107)

ومن بعض الأسباب الشخصية والفردية مايلي :

- ✓ مدى واقعية الفرد في توقعاته وأماله فزيادة عدم الواقعية تتضمن في طياتها مخاطر الوهم والاحتراق.
- ✓ مدى الإشباع الفردي خارج نطاق العمل فزيادة حصر الاهتمام بالعمل يزيد من الاحتراق.
- ✓ النجاح السابق في مهن ذات تحد لقدرات الفرد.
- ✓ درجة تقييم الفرد لنفسه.
- ✓ الوعي والتبصر بمشكلة الاحتراق النفسي.(ع. عسكر ،2005 ،ص108).

2.3المستوى المهني الوظيفي :

حيث يلعب الجانب المهني دورا كبيرا في عملية الإحتراق النفسي ، والتأثير السلبي والإيجابي على الأداء الوظيفي ذلك كون العمل يؤدي دورا بارزا في حياة الفرد كتحقيق حاجاته الأساسية من سكن

وغداء ورعاية صحية .... اضافة إلى مساهمته في تكوين شخصية الفرد وتحسيسه بالتقدير والإحترام والإستقلالية وإذا كان هذا العمل يفتقر للإثارة ويتميز بالرتابة والتكرار فإنه قد يؤدي حتما الى الإحتراق النفسي فضلا عن عدم الرضا النتائج عن الفشل في تحقيق وتوفير الإحتياجات الشخصية المتوقعة وبالتالي الوصول الى مرحلة الضغط الشديد ومنه الى الإحتراق النفسي.

3.3 **المستوى الإجتماعي**:

هناك عدداً من العوامل الاجتماعية التي تعتبر مصادراً للاحتراق النفسي منها:

أ- التغيرات الاجتماعية الاقتصادية التي حدثت في المجتمع، وما ترتب عليها من مشكلات قد تؤدى إلى هذه الظاهرة.

ب - طبيعة التطور الاجتماعي والثقافي والحضاري في المجتمع؛ التي تساعد على إيجاد بعض المؤسسات الهامشية التي لا تلقى دعماً جيداً من المجتمع، فيصبح العاملون بها أكثر عرضة للإحتراق النفسي (ن. باوية 2013 ص87 88)

ويصف جمعة يوسف (2008) أسباب الإحتراق النفسي بأن أغلبها مرتبط ببيئة العمل، وما تتيحه من فرص تساعد على تعظيم مستويات الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن، وفي المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب ومنها:

- ✓ العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة.
- ✓ فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل و الإنتاج.
- ✓ الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات المهنية.

- ✓ الزيادة في عبء العمل و تعد د المهام المطلوبة.
- ✓ الرتابة والملل في العمل.
- ✓ ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل.
- ✓ الخصائص الشخصية للفرد.

ويعتبر جمعة يوسف السببين الأخيرين مرتبطين بشخصية الفرد، و باقي الأسباب ترتبط ببيئة العمل (ج. يوسف، 2008 ، ص 10).

4. مؤشرات الإحتراق النفسي

هناك أربعة مؤشرات ينبغي أن تؤخد بعين الإعتبار كنوع من التحذير بأن الفرد في طريقه إلى الإحتراق النفسي وهي :

_ الانشغال الدائم والاستعجال في إنهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد لنفسه كل يوم فعندما يقع الفرد في شراك الانشغال الدائم فإنه يضحي بالحاضر وهذا يعني أن وجوده في اجتماع أو مقابلة يكون جسديا وليس ذهنيا ففكرة إما أن يكون في المقابلة السابقة أو فيما ينبغي عمله في اللقاء اللاحق وعادة في مثل هده الحالة ينجز الفرد مهامه بصورة ميكانيكية دون أي إتصال عاطفي مع الأخرين حيث أن الهم الوحيد الذي يشغل باله هو السرعة والعدد وليس الإتقان والإهتمام بما بين يديه.

_ تأجيل الأمور السارة والأنشطة الإجتماعية من خلال الإقتناع الذاتي بأن هناك وقتا لمثل هده الأنشطة ولكن فيما بعد لن يأتي أبدا ويصبح التأجيل القاعدة والمعيار في حياة الفرد.

_ العيش حسب قاعدة (يجب وينبغي) يصبح هو السائد في حياة الفرد، الأمر الذي يترتب عليه زيادة حساسية الفرد لما يظنه الأخرون ويصبح غير قادر على إرضاء نفسه والاخرين فإنه يجد ذلك ليس بالأمر السهل عليه.

_فقدان الرؤية أو المنظور الذي يؤدي إلى أن يصبح كل شيئ عنده مهما وعاجلا وتكون النتيجة بأن ينهمك الفرد في عمله لدرجة يفقد معها روح المرح ويجد نفسه كثير التردد عند إتخاد القرارات (ز. السرطاوي ،1997، ص235).

5. أعراض الإحتراق النفسي :

قدم سيدولاين في كتابه الإحتراق النفسي في" التعلم الحكومي" تقيما شاملا لأعراض الإحتراق النفسي، مشيرا إلى أنه من النادر أن تجد شخصا خاليا من أي من هذه الأعراض والتي من أهمها:

1.5 الأعراض الجسمية :

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

2.5 الأعرا ض المعرفية :

تتمثل بضعف مهارات صنع القرار وعيوب في معالجة المعلومات، ومشكلات الوقت، والتفكير المفرط بالعمل.

3.5 الأعراض الإجتماعية :

منها التعلق بالوظيفة، أي إعطاء الموظف وقته كاملا لعمله على حساب نفسه و حساب بيته، وأيضا الانسحاب الاجتماعي، والسخرية والتذمر

والفاعلية المنخفضة والدعابة الساخرة، بالإضافة إلى الارتباطات المنفرة والعزلة الاجتماعية.

4.5 الأعرا ض النفس –عاطفية :

تتمثل في التبرير والإنكار والغضب والاكتئاب وجنون العظمة واللامبالاة، وانتقاص الذات(الاستخفاف بها) والاتجاهات المتحجرة والمقاومة الشديدة للتغيير.

5.5 الأعراض الروحية:

عندما يصل الإحتراق النفسي إلى مرحلته النهائية فإن الأنا تصبح مهددة من كل شيء تقريبا، وتصبح أعراض الضغط الجسدية منتظمة و تكون الثقة بالنفس متدنية ،و كذلك تصبح فعالية العمل ضعيفة، وتضيع العلاقات الإجتماعية بشكل كبير وتصبح الحاجة إلى التغيير والهرب من الواقع هي الفكرة التي تسيطر على تفكير الشخص وعندما لايدرك الموظف سوى خيارات التقاعد أو تغير الوظيفة والعلاج النفسي والحزن والانتحار في بعض الاحيان (أ. م. عوض ،2007،ص18).

ويوجد تصنيف آخر للأعراض وضعه كل من **شوفلي وانزمان** حيث صنفت الأعر اض النفسية للاحتراق إلى خمسة نماذج هي :

أولا : الأعراض النفسية

وتتمثل في بزوغ التشاؤم والحزن والإحباط، وعلى المستوى الشخصي يصنف الشخص كسريع الغضب ومفرط الحساسية إلى جانب تصنيفه على أنه هادئ وغير وجداني، وانخفاض الوجدانية يقلل التعاطف مع العملاء والذي يسمح بانفجار الغضب وهذه إشارة تزايد الشعور بعدم الراحة في بيئة العمل وقلة الرضا الوظيفي.

كما أنه من المحتمل أن يشعر الشخص الذي يعاني من الاحتراق النفسي بالعجز واليأس والضعف وقد يعتقد انه لا يسيطر على مشاعره ويصبح الفرد كثير النسيان ويقدم
على اقتراف العديد من الأخطاء الأساسية تاركاً مساحة قليلة لتفسير الأحداث الكئيبة، وتصبح عملية صناعة القرار لديه أكثر تعقيد اً وتتزايد عزلة الفرد بين زملائه في العمل في الوقت الذي يتزايد الميل إلى عدم التعامل مع الواقع.

ثانياً :الأعراض الجسمية والفسيولوجية

يزيد الاحتراق النفسي الذي يواجهه الفرد من الإجهاد البدني والذي يأخذ أشكال عديدة وتتضمن شكا وى الإجهاد البدني كما حددها **شوفلي وانزمان** :كلا من الصداع، الغثيان، الدوار، الإرهاق، التقلصات العصبية والآلام العضلية خاصة في الرقبة والجزء الأسفل من الظهر وكذلك جفاف الزور وخفقان القلب السريع والتعرق الكثيف.

إضافة لميل الأفراد ذوي الاحتراق النفسي إلى نزلات البرد والأنفلون او زيادة القابلية للعدوى الفيروسية وعودة الأمراض التي كانت موجودة مسبقا مثل الربو، السكر أو الالتهابات المفصلية إلى جانب أن المستويات الأعلى من الكولسترول ترتبط بالاحتراق النفسي.
(Schaufeli et Enzmann, 1998,p25) .

الجدول رقم (1) يوضح الأثار الفيزيولوجية للإحتراق النفسي على كل من أجهزة الجسم المختلفة.

أجهزة الجسم	الآثار التي يسببها الاحتراق النفسي
جهاز الأوعية الدموية والقلب	أمراض الشريان التاجي، اضطرابات القلب، زيادة ضغط الدم.
الجهاز الحركي	الروماتيزم – أمراض التهاب الأنسجة.
الجهاز التنفسي	الربو.
الجهاز العضلي	توتر العضلات، ضيق تجويف الصدر، تقلصات في البلعوم، آلام الظهر، توتر في الرقبة.
جهاز المناعة	نقص المقاومة، أمراض التسمم.
الجلد	الإكزيمات، حب الشباب، التهاب الأعصاب.
الجهاز الهضمي.	الأمراض المزمنة الحادة، الإسهال ، الإمساك ، التهاب القولون.
الجهاز التناسلي	البرود الجنسي، العجز الجنسي.
الجهاز البولي.	غزارة البول.

(Beech,et.al , 1982,p12)

6. مراحل الإحتراق النفسي:

مراحل الإحتراق النفسي

يرى "ماتيسون وانفاسيفيش Matteson & Ivancevich 1987" أن ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة وإنما تتضمن المراحل الآتية:

1.6 مرحلة الاستغراق Involvement:

وفيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفعاً، ولكن إذا حدث عدم اتساق بين ما هو متوقع من العمل وما يحدث في الواقع يبدأ مستوى الرضا في الانخفاض.

2.6 مرحلة التبلد Stagnation :

هذه المرحلة تنمو ببطء، وينخفض فيها مستوى الرضا عن العمل تدريجياً، وتقل الكفاءة، وينخفض مستوى الأداء في العمل، ويشعر الفرد باعتلال صحته

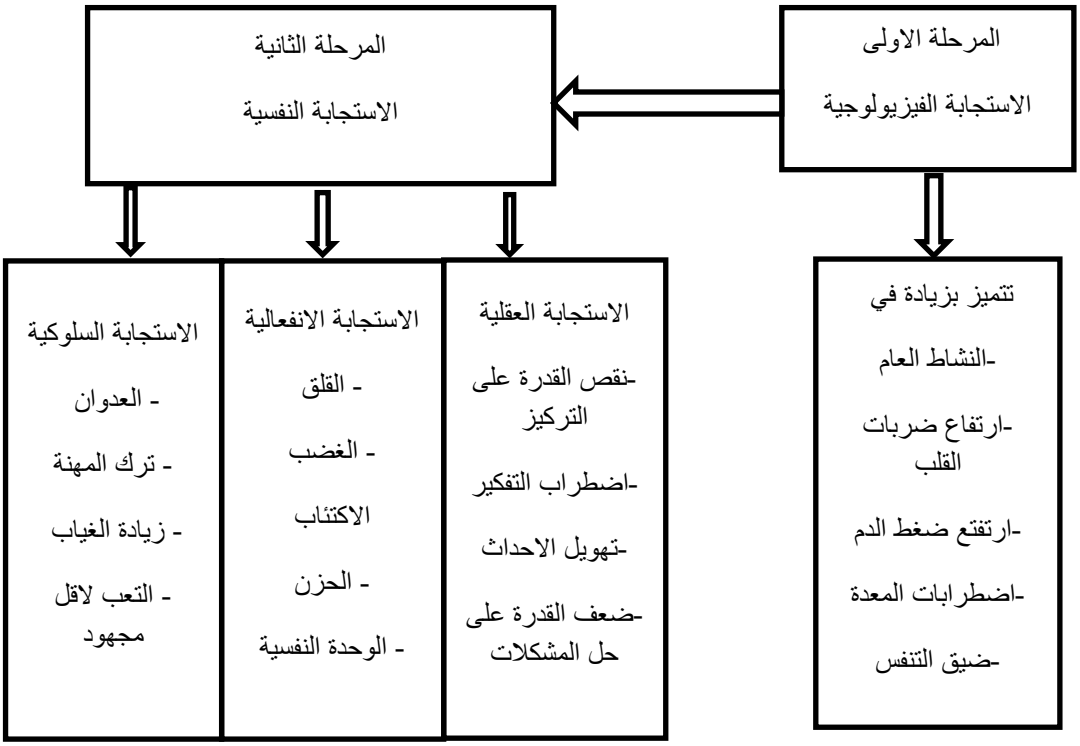
البدنية، وينقل اهتمامه إلى مظاهر أخرى في الحياة؛ كالهوايات والاتصالات الاجتماعية وذلك لشغل أوقات فراغه.

3.6 مرحلة الانفصال Detachment

وفيها يدرك الفرد ما حدث، ويبدأ في الانسحاب النفسي، واعتلال الصحة البدنية، والنفسية، مع ارتفاع مستوى الإجهاد النفسي.

4.6 المرحلة الحرجة Juncture

وهى أقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي، وفيها تزداد الأعراض البدنية، والنفسية، والسلوكية، سوء وخطراً، ويختل تفكير الفرد، نتيجة شكوك الذات ويصل الفرد إلى مرحلة الاجتياح ويفكر الفرد في ترك العمل ،
وقد يفكر في الانتحار (ز. السرطاوي، 1998، ص 11)



الشكل رقم (1) يوضح مراحل ونتائج الاحتراق النفسي

.(Cunningham,1982,p244)

7. مستويات الإحتراق النفسي:

اشار سبانيول spanhiol (1979) الى أن الاحتراق النفسي مشاعر ارتبطت بروتين العمل، وقد حدد له ثلاثة مستويات هي:

1.7 احتراق نفسي متعادل:

وينتج عن نوبات قصيرة من التعب، والقلق، والإحباط، والتهيج.

2.7 احتراق نفسي متوسط:

وينتج عن نفس الأعراض السابقة، ولكنها تستمر لمدة أسبوعين على الأقل.

3.7 احتراق نفسي شديد:

وينتج عن أعراض جسمية، مثل القرحة، وآلام الظهر المزمنة، ونوبات الصداع الشديدة (بدران، 1997،ص57).

8. أبعاد الاحتراق النفسي:

طبقا لماسلاش وزملائها Maslach et al 1976, 1978 فإن صدام المهن الضاغطة يسبب مشاعر التوتر الشديد والدائم مع الناس، والذي يقود إلى فقدان الاهتمام، وعدم الالتزام، وهما عكس اتجاهات العامل الأصلية، وتظهر هذه المشاعر في صورة ثلاثة أبعاد هي:

1.8 الاستنزاف الانفعالي Emotional Exhaustion

بما أن المشاعر الانفعالية قد استنزفت فإن العاملين لا يستطيعون أو ليس لديهم القدرة على العطاء كما كانوا من قبل، وتتمثل هذه المشاعر في شدة التوتر والإجهاد، وشعور العامل بأنه ليس لديه شيء متبق ليعطيه للآخرين على المستوى النفسي.

2.8 فقدان الآنية Depersonalization:

ويوضح الاتجاهات السلبية تجاه من يعمل معهم العامل المحترق نفسياً، وهذه الاتجاهات السلبية والتي تكون أحيانا تهكمية) ساخرة (لا تمثل الخصائص المميزة هذا البعد)Maslach & Pines للعامل، وتعرف كل من ماسلاش وبينز) 1977من الاحتراق النفسي بأنه " :إحساس بالإنسانية والسخرية من العملاء، و الذي يظهر في صورة تحقير أثناء المعاملة.

3.8 نقص الإنجاز الشخصي Lack of personal Achievement:

وهذا البعد يحدث حينما يبدأ الأفراد في تقييم أنفسهم تقييماً سالباً، وحينما يفقدون الحماس للإنجاز، وعندما يشعر العامل بأنه لم يعد كفء في العمل مع عملائه، وبعدم قدرته على الوفاء بمسؤولياته الأخرى (ن. بن احمد الزهراني ،2008 ، ص26).

9. بعض النظريات والنماذج المفسرة للاحتراق النفسي

نظريات الإحتراق النفسي :

النظرية السلوكية

يرى واضعو هده النظرية ان السلوك هو نتاج الظروف الغير المهياة ولم تتجاهل هده النظرية مشاعر واحاسيس الانسان مثلما لم تتجاهل العمليات العقلية الداخلية له مثل الاداة والحرية والعقل وحسب السلوكية فان الاحتراق النفسي هو حالة داخلية والعقل وحسب السلوكيين فان الاحتراق النفسي هو نتيجة لعوامل بينية وادا ما تم ضبط تلك العوامل فان من السهولة بمكان التحكم بالاحتراق النفسي وهدا ماتؤمن به العديد من النظريات والدراسات العلمية حاليا في اهمية وضرورة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الاداء والانتاجية في مختلف مجالات العمل.

النظرية المعرفية

يرى المعرفيون ان المصدر الذي يحدد سلوك الانسان هوة مصدر داخلي بحيث يخالفون بذلك النظرية السلوكية وهدا يعني عندما يكون في موقف معين فانه سوف يفكر بالضرورة في هدا الموقف ويسعى الى الاستجابة من اجل الوصول الى الاهداف التي يحددها وادا كان هدا الانسان قد استطاع ان يدركا ايجابيا فان دلك سيقود بالضرورة الى حالة من الرضا والمعنوية العالية والتكيف الايجابي معه في حين ادا ادرك هدا الانسان هدا الموقف ادراكا سلبيا فان النتيجة الحتمية لهدا الادراك السلبي فان النتيجة الحتمية لهدا الادراك السلبي ظهور اعراض الاحتراق النفسي عليه.

النظرية الفرويدوية

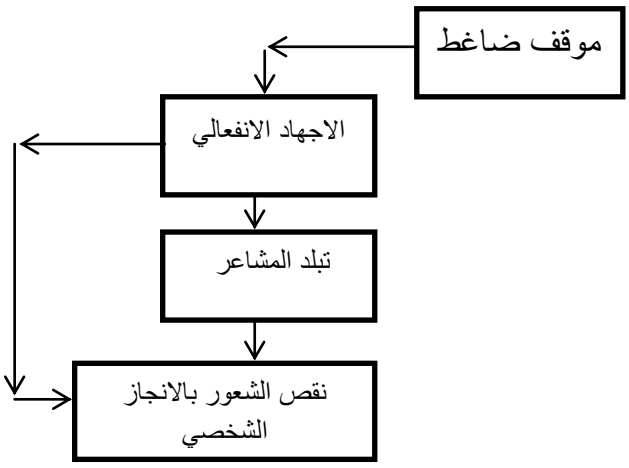
يلتقي الفرويدويون مع المعرفيون في تفسيرهم لسلوك الانسان يرى هؤلاء ان القوى الدافعة للسلوك هي قوى داخلية وتسبب الصراع الداخلي بين مكونات الانا والهو الذي يسبب القلق والاكتئاب والاحتراق وحسب رأي الفرويدويون فإن العمليات النفسية كالإنفعال والقلق والاكتئاب والتوتر والإحتراق هي مصادر السلوك الظاهري للإنسان مثل تبلد الشعور الاجهاد و الإنعزال عن الآخرين (ن.ياوية،ص256).

نماذج الإحتراق النفسي :

نمودج ماسلاش للإحتراق النفسي :ويتكون من ثلاث أبعاد هي :

1. الإجهاد الانفعالي.
2. تبلد الشعور.
3. نقص الشعور بالانجاز الشخصي.

حيث تشير"إليزابيث" (2008) في شرح أبعاد ماسلاش بأن الإحتراق النفسي يبدأ بالإجهاد الإجهاد الإنفعالي ثم يستمر مع تبلد الشعور ونقص الشعور بالإنجاز(Elisabet.G ,2008,P111).



.(Elisabet.G ,2008,P111)

شكل رقم(2)يوضح أبعاد الإحتراق النفسي حسب ماسلاش وجاكسون

نموذج "سيلي" :

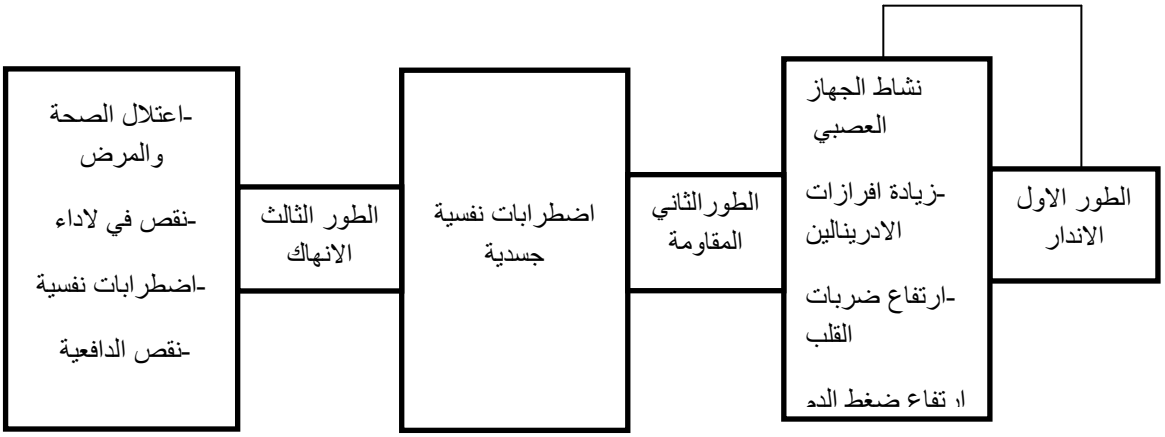
الذي قدم زملة التكيف العام، حيث ان الاحتراق وفق هذا النموذج لايحدث فجأة بل يحدث عقب إرهاصات، كما أنه يمر بثلاث مراحل هي :

مرحلة الإندار أو التنبيه.

مرحلة الإستجابة للإندار والمقاومة.

مرحلة الإحتراق النفسي.

بحيث يمر الفرد في المرحلة الاولى بنشاط الجهاز العصبي الذي يتمثل في زيادة إفراز الأدرينالين وإرتفاع ضربات القلب والضغط مصحوبة بإضطرابات في المعدة وضيق في التنفس ثم تليها المرحلة الثانية وهي مرحلة الاستجابة للإندار ويدخل الفرد في المقاومة من جراء معاناته من إضطرابات نفس جسمية ، ثم تتطور إلى المرحلة الأخيرة وهي مرحلة الإحتراق النفسي حيث تعتل صحة الفرد ويصبح يشعر بالانهاك مع نقص في الأداء والدافعية والإكتئاب، والتي تتضح من الشكل التخطيطي التالي.



(Pelletier.k, 1977.pp.75-81)

شكل رقم(3) يوضح مراحل الإحتراق النفسي حسب نظرية سيلي.

نموذج تشرنيس (1980) :

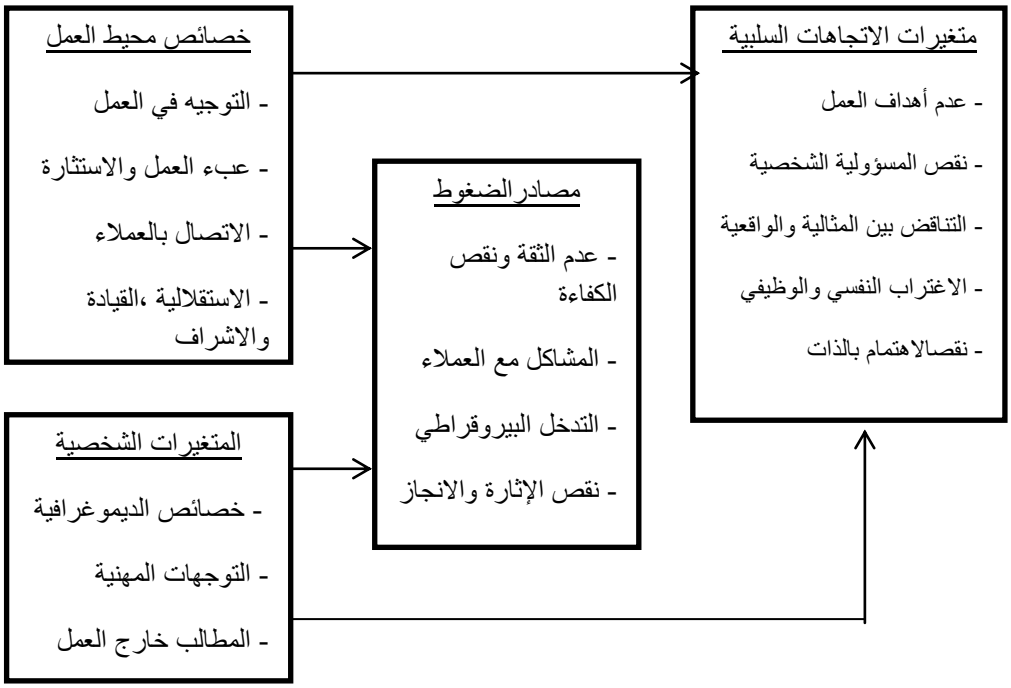
أشار تشيرنيس الى أن الإحتراق النفسي ينشأ نتيجة تفاعل أربع عمليات هي :

1_ خصائص محيط وبيئة العمل.

2_ المتغيرات الشخصية للفرد.

3_ مصادر الضغوط.

4_ متغيرات الإتجاهات السلبية.



شكل رقم(4)يوضح نموذج تشيرنيس للإحتراق النفسي (م.معروف ،2014،ص26)

نموذج شواب وجاكسون شيلر(1986) :

يحدد هذا النموذج مصادر الإحتراق النفسي ومظاهره ومصاحباته السلوكية ويحصر هذا النموذج مصادر الإحتراق النفسي في جانبين هما :

1) عوامل ومتغيرات شخصية : تتمثل في الجنس والسن وسنوات الخبرة والمستوى التعليمي والتوقعات المهنية.

2) عوامل خاصة أو مهنية : تتمثل في صراع الدور وعدم المشاركة في القرار وتأييد إجتماعي رديئ

الاحتراق النفسي	
مصادره	
- عوامل خاصة _صراع الدور _غموض الدور _عدم المشاركة في القرارات	-عوامل ومتغيرات شخصية _الجنس السن الخبرة _المستوى التعليمي _ التوقعات المهنية
مظاهره(ابعاده) 1 استنزاف انفعالي 2 فقدان الهوية الشخصية 3 نقص فيالانجاز الشخصي	المصاحبات السلوكية 1 ترك المهنة 2 زيادة معدل الغياب 3 التعب لاقل مجهود

شكل رقم(5) يوضح نموذج شواب وآخرون للإحتراق النفسي.

(ن.الزهراني،2008،ص52).

تعقيب : من خلال عرض هذه النماذج يلاحظ أن نموذج "تشيرنيس "ونموذج"شواب" ونموذج "ماسلاش" هي نماذج متقاربة في توضيحها لمصادر ومراحل الإحتراق النفسي ومصاحباته السلوكية ، غير أن نموذج ماسلاش لايزال النموذج الأكثر قبولا وإستعمالا من قبل أغلب الباحثين وذلك يرجع حسب إعتقاد الباحثة لوضوح أبعاده.

10. الوقاية من الإحتراق النفسي:

يورد "جمعة يوسف"(2006)م، أحد الإستراتيجيات التي يمكن إتخادها للتعامل مع الإحتراق النفسي ومحاولة التغلب عليه، وذلك من خلال عدد من الخطوات ، التي اذا اتبعها الشخص المتعرض للإحتراق النفسي فبإمكانه تفاديه والتغلب عليه ،وهي :

- ✓ فهم الشخص لعمله،وكذلك أساليبه في الإستجابة للضغوط، لأن فهم الفرد لإستجاباته بشكل كامل سوف يساعده على التعرف على أنماط السلوك غير الفعالة ، وبالتالي محاولة تغييرها
- ✓ إعادة فحص الفرد لقيمه وأهدافه وأولوياته ، فالأهداف غير الواقعية للوظائف والأداء ستعرض الفرد للإحباط والإرتباك ، أو بمعنى آخر التأكد من أهدافنا للتنفيذ.
- ✓ تقسيم الحياة الى مجالات : العمل، المنزل، الحياة الإجتماعية، والتركيز قدر الإمكان

على كل مجال نعيشه، وألا نسمح لضغوط مكان أن تؤثر على مكان آخر.العمل على بناء نظام للمساندة الإجتماعية(ن.أ. دردير،2007،ص40).

خلاصة :

ومن خلال ما سبق تم التوصل إلى أن الإحتراق النفسي هو حالة من الإنهاك والاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض للضغوط ، حيث تبين لنا مجموعة من الأعراض والتي تمثلت في أعراض جسمية وأعراض اجتماعية وأعراض عقلية وأخرى النفس العاطفية ومن بين أسباب الإحتراق النفسي أسباب خاصة بالجانب الفردي وأسباب خاصة بالجانب الاجتماعي وأخري خاصة بالجانب الوظيفي حيث ينقسم إلي ثلاث مراحل ،ومن بين نظريات الاحتراق النفسي النظرية السلوكية والمعرفيةو الفرويدية وفي الأخير تعرضنا إلي بعض الاستراتيجيات الوقائية من الاحتراق النفسي.

الفصل الثالث

المرأة العاملة الأرملة

تمهيد

1. **تعريف المرأة العاملة.**
2. **المرأة العربية والعمل.**
3. **مجالات عمل المرأة الجزائرية.**
4. **أدوار المرأة العاملة.**
5. **أثار العمل على المرأة.**
6. **المشاكل التي تواجه المرأة العاملة.**
7. **أسباب خروج المرأة الارملة للعمل.**
8. **تعريف المرأة الارملة.**
9. **المشكلات التي تعاني منها المرأة الارملة.**
10. **تأثير العمل على المرأة الأرملة نفسيا.**

خلاصة

تمهيد :

في هذا الفصل سوف نتطرق لتعاريف المرأة العاملة والأرملة وبعض التفاصيل المتعلقة بها, والمتمثلة في المراة العربية والعمل وادوار المراة العاملةو اثار العمل على المراة و المشاكل التي تواجه المراة العاملة كما ادرجنا اسباب خروج المراة الارملة للعمل والمشكلات التي تعاني منها وتاثير العمل على المراة الارملة نفسيا

1. تعريف المرأة العاملة :

2.1 لغة :

هي النسق الثاني من الإنسان المعمر لهذه الأرض ولفظة "المرأة" في اللغة العربية مشتقة من فعل "مرأ" ومصدرها "المروءة" وتعني كمال الرجولة أو الإنسانية ، ومن ل كان " المرء" هو الإنسان والمرأة هي مؤنث الإنسان(ح.حاج علي ، 2014،ص13)

3.1 إصطلاحا :

ـــهي المرأة التي تمارس نشاطا مكافأ وتتقاضى مقابله مبلغا ماليا ،بخلاف العمل المنزلي الغير مأجور

ـــوتعرف كذلك على أنها المرأة التي تعمل خارج نطاق الأسرة سواء في مؤسسات القطاع الحكومي أو الخاص التي تتيح لها العمل في مقابل أجر مادي (ح.حاج علي ، 2014،ص14)

ـــ وحسب إحسان مُحَّد الحسن أن المرأة العاملة لا نعني بها المرأة التي تشتغل بالأعمال اليدوية الماهرة وغير الماهرة ،التي تعمل بالمزارع بل نعني بها المرأة التي تعمل خارج البيت مهما يكن عملها يدويا أو مهنيا أو

إداريا أو علميا، إن المرأة العاملة تشغل دورين اجتماعين متكاملين هما دور ربة البيت ودور العاملة أو الموظفة خارج البيت (إ. مُحَمَّد الحسن ، 2008 ، ص 75).

ـــوعرفت د كميليا : المرأة العاملة بأنها المرأة التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مقابل عملها وهي التي تقوم بدورين أساسين في الحياة دور ربة البيت ودور الموظفة (ك.إ. عبد الفتاح، 1983 ، ص 55).

يتضح من التعاريف السابقة للمرأة العاملة أنها من تقوم بجهد إرادي تؤجر عليه خارج بيتها في مؤسسة أو قطاع حكومي أو خاص أجرا ماديا .

2. المرأة العربية والعمل :

إن المرأة العربية كانت ولاتزال تعمل في الريف لتؤمن حاجيات أسرتها وهي الآن تعمل في المدن مع ظهور الصناعة لتساهم في تنمية إقتصاد أسرتها ومجتمعها معا .

إلا أن طبيعة العمل وأسلوب أدائه يختلف بإختلاف البيئة الإجتماعية التي تعيش فيها المرأة فالمرأة الريفية تقوم بكل الأ عمال الأنثوية من ترتيب المنزل وغسل وطهي وتشارك زوجها في الأعمال الزراعية والصناعات التقليدية ، وبما أن الظروف في المدينة تختلف عما هو في الريف ،فإن عمل المرأة في المجتمعات الحضرية والصناعية يختلف كثيرا عما هو في الريف كحصول المرأة على درجات علمية معتبرة مكنها من اقتحام سوق العمل ، لتعمل في مهن مختلفة منها المهن المتخصصة علميا والأعمال الفنية والكتابية التدريس والإدارة والطب .....إلخ(ح.حاج علي ، 2014،ص145).

3. مجالات عمل لمرأة في المجتمع الجزائري :

إلى يومنا هذا لازالت المرأة الجزائرية تتجه نحو المهن التي لا تتعارض مع دورها في المجتمع ، والحاصل أن عمل المرأة يكاد ينحصر في مجالات تقليدية معينة هي : التعليم والطب والتمريض والعمل الإداري والمكتبي ، ولا يملن كثيرا إلى الأعمال التي تتطلب التسيير والسلطة والقيادة إلا القليلات منهن ، وسبب ذلك أنه ليس للمرأة الثقة الكافية في نفسها لإتخاد مثل هذه المسؤوليات ، كذلك فإن المجتمع يعتبر المسؤول الأول عن هذه الوضعية التي آلت إليها المرأة ، حيث أنه لم يهضم بعد حقيقة تمكن المرأة من القيام بأعمال كانت مخصصة للرجال فقط، وعلى هذا الأساس فإن للوسط الإجتماعي والثقافي الذي تعيش فيه المرأة الجزائرية تأثير على نوعية النشاطات التي تقوم بها المرأة ، فالوسط العائلي يوجه المرأة للتخصص في بعض المهن ويبعدها عن أخرى إلا أن الظروف الإجتماعية الصعبة التي يتخبط فيها المجتمع والأوضاع الاقتصادية غير المستقرة جعلت أنماط التفكير بدأت تميل إلى التغيير ، والسياسات تغير مجراها اتجاه مشاركة المرأة في الحياة العامة ، وأمام إمتلاء المجالات التقليدية ، وعدم قدرتها على استيعاب المزيد من الخريجات ، ووجود فائض كبير من العمالة النسائية المتعلمة ، السبب الذي أدى الى وجود بطالة مقنعة، ومنه كان على الدولة أن تجد مخرجا يتمثل في فتح مجالات عمل جديدة تحارب من خلالها البطالة من جهة ، ومسايرة الإقتصاد العالمي من جهة أخرى (ح.حاج علي،ص152).

4. أدوار المرأة العاملة

مما لا شك فيه أن المرأة تقوم بأدوار عديدة ومتنوعة وتسهم بشكل كبير في تنمية المجتمع، ولذلك نوجز كل من دورها الاقتصادي والاجتماعي في مايلي:

1.4. الدور الاقتصادي للمرأة العاملة:

لقد لعبت المرأة دورا اقتصاديا كبيرا قبل الثورة الاقتصادية في كل المجتمعات حيث

كانت الأسرة هي وحدة الإنتاج يتعاون كل أفرادها بغض النظر عن جنسهم، في سبيل

إنتاج احتياجاتهم (أ.ب. الوحيشي،1998، ص 177).

وتؤكد العديد من الدراسات على أن من بين مؤشرات تقدم المجتمع مساهمة نسائه في النشاط الاقتصادي، بل إن هناك آراء ترى أن أي خطة تنموية لابد أن تعتمد في جهودها على مشاركة المرأة بجانب الرجل، بوصفها نصف القوى البشرية في المجتمع (فيصل حسونة، بدون سنة، ص 231)

فالمرأة تساهم في العديد من الصناعات التمويلية مثل صناعة الدواء، والمأكل والملبس والحياكة والأشغال اليدوية والزخرفة والنسيج الرفيع وصناعة اللبن والجبن، وتربية الدواجن والعمل بالزراعة والحقل والبيع الشراء بالسوق ....الخ مشاركة بذلك في تحقيق الانتعاش الاقتصادي لأسرتها (عصام نور، 2002 ص 39).

2.4 . الدور الاجتماعي للمرأة العاملة:

مما لاشك فيه أن المرأة العاملة تشرف على القيام بأدوار اجتماعية عديدة نوجزها في:

ـ دورها في الأسرة حيث تقوم بدور المربي الأول للأطفال بالتعاون مع زوجها في إعداد وتربية أبنائها إعدادا صالحا للحياة.

ـ دورها في المدرسة بمختلف مراحل التعليم من الحضانة إلى مرحلة الثانوي حيث تسهم في تربية النشء في هذه السن الخطيرة (عبد الرحمن عيسوي، 1989 ، ص 304).

5. أثار عمل المرأة

لقد تناول الباحثون والمفكرون آثار عمل المرأة من منظورين، يتعلق الجانب الأول بالأثر السلبي لعمل المرأة ويتعلق الثاني بالأثر الايجابي لعملها وعموما، سنتناول آثار عمل المرأة في الجوانب التالية:

1.5. أثار عمل المرأة على صحتها النفسية والجسمية:

إن لعمل المرأة أثار على صحتها النفسية والجسمية وهذه الآثار تتأرجح بين رأيين هما:

الرأي الأول (الجانب السلبي) :

المرأة المعاصرة خرجت للعمل مدفوعة بعدة عوامل(اقتصادية، اجتماعية، نفسية) فأصبحت تواجه عددا كبيرا من العوامل المتغيرة والمحيطة بها ،مما جعل دورها معقدا ومرهقا نتيجة ازدواجية عملها داخل البيت وخارجه وهذا ما جعل دورها الحديث والمديد يعود بالسلب على نفسيتها، ويسبب لها الكثير من المتاعب النفسية كالقلق والاكتئاب لأن خروجها للعمل خارج المنزل فتح الباب لهموم متنوعة، تبدأ من معاناتها مما يفوق طاقتها أحيانا وتؤدي بها في النهاية إلى حالة الاضطراب النفسي، وقد ثبت أن المرأة العاملة تكون أكثر عرضة للقلق والاكتئاب خاصة إذا كانت أم لأطفال صغار، فهي تدفع ثمن عملها من راحتها وأعصابها (ل. ع. شربيني ،بدون سنة، ص 297).

والمسؤوليات الجديدة التي تتحملها المرأة جعلتها عرضة للاضطراب النفسي والتوتر الشديد والقلق الدائم، حيث أنها تعمل كل يوم ثماني ساعات ثم ترجع إلى البيت مجهدة الجسم متعبة النفس، لتجد في انتظارها شلالا من المسؤولية، فالمنزل بحاجة إلى ترتيب وتنظيم، والأطفال ينتظرون من يعد لهم الطعام ويهيئ لهم جو الطفولة وغيرها من الوظائف، والعناية بالزوج مما يجعلها جسميا ونفسيا عرضة في النهاية لكثير من الأمراض كالأمراض الجسدية، وعلى رأسها أمراض القلب والدورة الدموية والصداع والتشوه الجسمي والإحصائيات باتت تؤكد أن (78 %) من نسبة الأدوية المهدئة تصرف للنساء العاملات،ففي المجتمع الألماني مثلا تشير الإحصائيات أن نسبة وجع الرأس الدائم عند العاملات هو

أكبر سبع مرات من تلك اللائي بدون عمل، والمرض الجنسي من موت الجنين أو الولادة قبل الأوان هو عند العاملات بشكل مرعب، ويرجع ذلك إلى الوقوف الدائم والجلوس المنحني أمام منضدة العمل، كما يعود التشويه الجسمي عند النساء كتضخم الرجلين أو تضخم البطن إلى الحالات النفسية (ح. مصطفى ، 2004 ، ص116 115).

كما أننا نجد المرأة من الناحية الجسمية تتميز بضعف البنية ويصيبها التعب والملل نظرا لروتينية وكثرة الأعمال التي تؤديها مقارنة بالأعمال التي يؤديهاالرجل، حيث أشارت إحدى الإحصائيات أن نسبة (72 %) من النساء العاملات بألمانيا مصابات بالأمراض العصبية وحالات الضعف العام (م.أ. شحيمي، 1997 ، ص،63).وخروج الام لميدان العمل وتركها لأطفالها دون رعايتها واهتمامها وحبها وحنانها يولد لدى أغلب الأمهات شعور بالذنب، لأنها تدرك مدى ضرورة تواجدها مع أطفالها كما أنها تعي تأثير غيابها على تربية أولادها وخطورة إهمالها لهم، حيثعلى مجموعة من الأمهات الغير newenglandأجريت دراسة في نيو أنجلند مشتغلات وقد أظهرت الأمهات العاملات بعض الذنب بسبب احتمال إهمال أطفالهن بينما لا يواجهن اهتماما كبيرا فيما يخص إهمالهن لأعمال البيت (ك. عبد الفتاح،1990،ص102).

الرأي الثاني(الجانب الإيجابي)

المرأة المعاصرة ترغب في العمل خارج المنزل لأن تخصص المرأة في العمل المنزلي يجعلها منعزلة في معظم الأحيان، ولا يوجد أمامها مجال كافي للتفاعل مع الآخرين، وهذا بلا شك يقلل من إشباعها، كما أن الأعمال المنزلية التي تتسم بالرتابة والروتينية قد تحقق إشباعا أكثر إذا قام بها فردان من الأسرة بدلا من

فرد واحد، ولذلك فإن عمل المرأة يحقق رفاهية للأسرة في ظل الأوضاع السائدة ،خاصة إذا فقد الزوج وظيفته أو تراجع مستوى كسبه لسبب أو لآخر (ي. زيتون، 2000 ، ص 25).

إن المرأة المشتغلة إنما تعمل مدفوعة برغبة في تأكيد ذاتها وتحقيق إمكانياتها، والمساهمة في تطوير المجتمع أي أن لديها رغبة في القيام بدور ايجابي نشيط في الحياة، ونتيجة إحساس المرأة بذاتها القوية وقدرتها على القيام بالأدوار المختلفة فإنها تصبح أكثر استقرارا من الناحية النفسية عن المرأة غير المشتغلة، فاشتغال المرأة يساعد على ترك المخاوف والسيطرة عليها، إذ يعتبر سلوكا ايجابيا سويا والذي من خلاله تستطيع أن تحقق ذاتها والذي يعطي الإحساس بالأمن، هذا الإحساس الذي تفقده بدرجةكبيرة غير المشتغلات، فالمرأة العاملة تريد عن طريق اندفاعها إلى العمل أن تثبت للمجتمع ولنفسها كم هي كفء للقيام بدور إيجابي فعال، لابد أن يخرج عن الدور الأنثوي داخل جدران المنزل (ك. عبد الفتاح ، 1990 ، ص 275).المرأة المشتغلة تربط أبناءها بالواقع العلمي لأنها خبيرة وتعطيهم دائما الخبرة وتشجعهم نحو الاستقلال (س. مصطفى الخشاب،1983،ص111).

6. المشاكل التي تواجه المرأة العاملة:

تعاني المرأة العاملة من مشاكل عديدة على الصعيد المهني والشخصي والاجتماعي جراء العمل نذكر أهمها:

1.6. مشكلات خاصة بسبب العمل:

وهي المتعلقة بالمشاكل الشخصية التي تعاني منها المرأة العاملة بسبب عملها خارج البيت، حيث أن المرأة العاملة تعاني مشكلة التأخر في الوصول إلى البيت، وكذا توترات نفسية نتيجة العمل والإجهاد

البدني بسبب العمل والضغوطات العائلية ومشكلة التقصير في أداء الواجبات المنزلية ، وكذا افتقاد الوقت اللازم لرعاية الأبناء، وكذا طبيعة العمل ذاتها تؤثر على المرأة وقد تسبب لها التوتر والضيق، وكثيرا ما يأتي الضيق للمرأة العاملة عن طريق ظروف العمل نفسها، فهي بحاجة للتوافق مع هذه الظروف، وبحاجة للتوافق مع زملاء العمل، وبالقدر نفسه بحاجة إلى الحفاظ على مكانتها المهنية، وإثبات قدرتها في مواقع العم(mewreply.p,44) .

2.6 . مشكلات داخل العمل:

وهي المتعلقة بنوعية المشاكل التي تواجه المرأة العاملة في محيط عملها، وتبين أن المرأة تعاني من مشكلات التعامل مع المواطنين، ومشكلة قلة الأجور مقارنة بالرجل وكذا مشكلة من يعملن خارج مجال تخصصهن، وكذا مشكلة طول وقت العمل

Shamtosham.my goo-net/t 1044.topic

3.6 . مشكلة التحرش الجنسي:

ونعني به تصرف شخص معين بطريقة مؤذية وغير ملائمة مع شخص أخر، أومجموعة من الأفراد بسبب جنسه، وتعتبر المضايقات الجنسية المظهر الأكثر بروزا وهو سلوك غير مرغوب فيه ذا صبغة جنسية، وقد ازداد الاهتمام بالتحرش الجنسي نظرا لأن المرأة المتحرش بها تخاف من استمرار هذا التحرش سواء في مكان العمل أو في المدرسة، حيث تشير الدراسات أن التحرش الجنسي أو المضايقات الجنسية تبدأ من المراحل الابتدائية و الثانوية.

www .ahewar.org /debat/show.art.asp ?aid =1079 17/04/2016

4.6. مشكلة غياب الأم عن الأبناء:

إن تحمل الأم للمسؤولية الاجتماعية والتربوية والصحية والغذائية لأطفالها ، هي مسؤولية فريدة من نوعها لا يجيدها سواها ، إذ حتى المؤسسات التربوية المعاصرة لا تستطيع تقديم ما تقدمه الأم لأطفالها بنفس الأداء والكفاءة لذلك على الأم العاملة أن ترعى أطفالها وتربيهم تربية صحيحة ، فلقد كفل الإسلام رعاية الأطفال منذ ميلادهم إلى أن يبلغوا سن الرشد ، وأول هذه الرعاية ولاية الحضانة ، حيث تنمو عواطف الطفل وغرائزه البشرية ، وجعل هذه الولاية كاملة للمرأة (غ. سيد وآخرون ، 1995 ،ص 103)

5.6 . المشكلات الناتجة عن التداخل بين مسؤوليات المرأة:

إن عمل المرأة ومساهمتها في النشاط الاقتصادي واتساع نشاطها وخروجها عن إطار الواجبات والمهام الأسرية ، يعكس تغيرات نوعية في العلاقات الأسرية ، وعلاقات الإنتاج في المجتمع ، واختيار المرأة لدورها في الحياة أصبح معقدا إلى حد كبير ، وذلك لتعرضها لضغط قوى عديدة ، فهي من ناحية تخضع لضغط التقاليد والطبيعة البيولوجية التي تدفعها إلى الأعمال المنزلية والأمومة ، ومن ناحية أخرى تنجذب إلى الفرص التي أصبحت متاحة أمامها في عالم الوظيفة والعمل، والأجر ويواجه اختيار المرأة بالعقبات نتيجه لأربعة عوامل هي الزواج ،الأعمال المنزلية ، إنجاب الأطفال وتربيتهم ، والوظيفة وعند قيام الزوجة بكل هذه الأدوار يخلف لديها مشكلات وصراعات بينها وبين زوجها ، لأن المرأة من خلال تعليمها وعملها اكتشفت ذاتها وقدراتها وهذا ما أدى إلى تغيير في نوعية العلاقات الأسرية، وبالتالي إلى مشكلات من نوع جديد في الأسرة (س. الخولي ،د س ،ص 90)

7. أسباب خروج المرأة الأرملة للعمل:

ويعد الترمل من الأسباب الرئيسية في تولي النساء إعالة الأسرة فالأرامل هن نساء فقدن أزواجهن بسبب الموت، فإن هؤلاء النساء هن معيلات لأسرهن إذا كن يعتمدن تماماً أو بالأساس على دخلهن الخاص من أجل العيش دون الإعتماد على دخل أبنائهن أو أقاربهن ، ويعطي هذا الدور للأرملة وضعاً اجتماعياً أرقى وسط عائلتها ومجتمعها لو امتنعت عن الزواج من أجل تربية الأطفال.

و مع التغيرات المجتمعية فإن وفاة الزوج تؤدي بالزوجة إلى تحمل مسئولية الأسرة وتتحمل أعباء اضافية مما ينتج عنه مجموعة من المشاكل المرتبطة بالحالة الاقتصادية حيث أنه سوف ينخفض دخل الأسرة ومن ثم فهي تحتاج إلى زيادة دخلها فتخرج المرأة للعمل إما لتأكيد ذاتها وإثبات شخصيتها، ورغبتها في الحفاظ على المستوى المعيشي المرتفع أو لإضطرارها للكفاح في مواجهة مشقة الأحوال الاقتصادية، وغلاء الأسعار بالحصول على قدر من المال المرتفع ليرفع من دخل الأسرة، وتحمل عبء الأسرة بمفردها إذا كانت هناك أسباب قاهرة تدعوها إلى ذلك كالانفصال عن زوجها بالوفاة (ع. السيد ، س. الأوثراني 2008 ص50).

وفيمايلي بعض اسباب خروج المرأة الارملة للعمل :

1.7. الأسباب الاقتصادية :

أن أهم دوافع خروج المرأة الارملة للعمل هو الحاجة الاقتصادية، فخروج المرأة للعمل ضرورة ألزمتها الحاجات المتزايدة للمجتمع الصناعي الحديث.

والمقصود بالدافع الاقتصادي لخروج المرأة للعمل هو الحاجة الملحة للمرأة لكسب قوتها أو حاجة الأسرة إلى دخل المرأة، فهناك بحوث بينت أن عمل المرأة يمثل حاجة حقيقية إلى المال بينما بينت بحوث أخرى

أن عمل المرأة لا يعتبر ضرورة قصوى وإنما يساعد في رفع المستوى الاقتصادي والثقافي للأسرة (ك. إبراهيم عبد الفتاح، 1998 ، ص84)

2.7. الأسباب النفسية:

أصبحت المرأة تشارك بالعمل في جميع مجالات الحياة العملية والنظرية، حيث أن العمل يحقق لها إشباعا نفسيا واجتماعيا وشعورا بالقيمة والمكانة والأمن، كما يساهم في تحقيق التكامل الأسري وارتفاع مستوى النضج الاجتماعي، كما أنه من دوافع خروج المرأة للعمل القيادي هو تأكيد الذات والرغبة في المشاركة في الحياة العامة وشغل وقت الفراغ، والرغبة في إحساس المجتمع بها وبذاتها ككيان له وجود مستقل، وبنيل الإعجاب من طرف المجتمع وإثبات قدرتها على الإنتاج والمشاركة في بناء المجتمع (ب. محمد ولي، م. جاسم محمد، 2004 ، ص 478)، والقيام بالعمل يشعر المرأة بالرضا والسرور والنجاح، وفي ذلك مكافأة هامة وتدعيم لثقتها بنفسها من النواحي النفسية(www.saida city.com on.php)

8. تعريف المرأة الأرملة :

هي المرأة التي توفي زوجها ولم تتزوج بعده . يقال أرمل فلان إذا نفد زاده وافتقر وأرملت المرأة إذا مات عنها زوجها.

والعلاقة بين نفاد الزاد والافتقار والترمل علاقة وثيقة فإن الأرملة تفقد كل شيء في لحظة واحدة ، فهي :

تفقد الزوج :الحبيب والانيس ورفيق العمر وشقيق الروح الذي يشبع حاجتها العاطفية.

تفقد السند المادي :حيث أن الزوج كان ينفق على الاسرة وهي الآن لاتدري ماذا سيكون في الغد.

تفقد ايضا لقب الزوجة وتصبح أرملة ، وعليها ان تتكيف مع هدا وتصبح وحيدة دون لرجل.

تفقد كذلك الاحساس بالإستقرار والأمان والتقبل لذاتها ،وتجد نفسها على إحساس بأنها نصف مبتور نزع منها كل شئ . انها نصف لا معنى لوجوده من دون نصفه الآخر الذي رحل (و. حسن، 2010ص75).

9. المشكلات التي تعاني منها المرأة الأرملة :

1.9. مشكلات نفسية :

تواجه المرأة الارملة العديد من المشكلات التي تدفع بها نحو عديد من الامراض النفسية من اشهرها القلق والاضطراب الدائمان وهده الامراض من اهم اسبابها التوابع الاولية لوفاة الزوج وهي مواجهة الحياة بدون سند وايضا تتعرض لفراغ عاطفي وكذلك الابناء نتيجة لغياب الاب .وهنا تأتي حاجة المرأة الى الزواج لتسد هدا الفراغ مما يجعلها تواجه مشكلات نتيجة ضغوط المجتمع والخوف على الابناء فتعيش في صراع بين حاجتها وخوفها على ابنائها وقد يتغلب حبها لإبنائها وخوفها عليهم على رغبتها في الزواج أو تتطور الصراعات بداخلها الى قلق وإحباط وإكتئاب (و. على حسن ،2010 ،ص79).

2.9. مشكلات اجتماعية : ان نظرة المجتمع للمراة التي بلا زوج تبدأ بالشفقة لأنها فقدت العائل لظرف خارج عن إرادتها وتواجه الارامل عدة مشاكل منها :

أولا :من ناحية اهل الزوج فلو ارادت ان تتزوج ولديها ابناء تبدأ مشاكل الحضانة واحيانا يطلب منها اهل الزوج الزواج مناحد افراد العائلة ودلك من اجل الا ولاد كما انها تصبح مصدر قلق لنساء العائلة خوفا على ازواجهن.

ثانيا : ومن ناحية اهل الزوجة فانها تخضع لرقابة صارمة خوفا عليها .

ثالثا :سوء علاقات الجوار والصداقة الى حد كبير وتخشى أي امراة ان ينظر زوجها الى هده الارملة.

ثالثا :سوء علاقات الجوار والصداقة الى حد كبير وتخشى أي امراة ان ينظر زوجها الى هده

الارملة(ر.كردية،ص23).

3.9 . مشكلات اقتصادية :

تعاني الأرملة بعد وفاة زوجها معنويا وماديا وهي الآن وحيدة بلا معين أو كفيل، وهذا بحد ذاته يمثل كارثة بالنسبة للأرملة لاسيما ربة البيت غير العاملة فهي لا تعرف إلى مذا سينتهي أمرها وكيف ستؤمن متطلبات أولادها التي لا تنتهي .

مسؤولية تحتم عليها إعادة حساباتها والإستعداد لوضع مادي مختلف يتطلب منها الحكمة والإقتصاد أو ربما التقشف ولو لفترة مع مراعاة حقوق يتاماها المالية شرعا وقانونا فهم أمانة ومسؤولية كبيرة تشغل كاهل الأرملة، فهناك بطون يجب ان تشبع واجساد يجب ان تلبس وتنام وتتعلم و..... فكيف بها أن كانت في وضع مادي متعسر .ولم يترك لها الزوج شيئا تستند عليه في حياتها المقبلة من مال أو ملك وغيرها وهذا أغلب ما تعانيه المرأة بعد فقدان زوجها (ر.كردية،2014،ص25).

10. تأثير العمل على المرأة الأرملة نفسيا :

ومن المعروف أن المرأة العاملة إن تعرضت للإجهاد الجسدي واختلال الصحة الجسدية بشكل عام سوف يؤثر بشكل كبير على صحتها النفسية والعكس ، حيث أكدت جميع الدراسات السيكولوجية

أن المرأة العاملة تواجه جملة من الاضرا بات النفسية نتيجة خروجها إلى ميادين ولعل من أبرز هذه الاضطرابات:

1.10. الإكتئاب والإحساس بالذنب :

تشعر المرأة العاملة الأرملة بالإكتئاب والإحساس بالذنب نتيجة ضغط بعض العوامل النفسية والاجتماعية على شخصيتها فهي مشتتة الفكر ما بين عملها وضرورة تأديته على أكمل وجه وما بين أسرتها وأطفالها ومنزلها وضرورة القيام بواجباتها كاملة اتجاههم ، إن هذه الحالة تجعلها فريسة التوتر النفسي المستمر الذي يهدد بناء شخصيتها فينعكس على سلوكياتها وتصرفاتها فهي مكتئبة وقانطة حينا، وهي عرضة للإحساس بالذنب حينا آخر ويرا فق هذه المشاعر بعض الأعر ا ض الثانوية مثل فقدان الشهية والارق والبكاء المتكرر واذا ما اشتدت حالة الاكتئاب تحولت مرض (أ.بسام سعيد الجمل،2012ص26).

2.10. القلق والخوف

– يتولد القلق والخوف عند المرأة العاملة الأرملة نتيجة للعوامل التالية:

–إن للمرأة العاملة الأرملة صلات اجتماعية لعل أبرزها الصلة الأسرية فهي مسؤولة عن أطفالها ورعايتهم وهذا ناتج من دوافع الأمومة لديها وان عدم قدرتها على إرضاء هذا الدافع بسبب طول الوقت الذي تقضيه في العمل على حساب الوقت المخصص لحياتها الاجتماعية فإنه سوف يولد لديها قلق نفسيا دائما واضطر ابا عاطفيا يتجلى في صورة مخاوف متعددة .

– يتولد القلق والخوف للمرأة العاملة عن طريق ظروف العمل نفسها وأنظمته فهي بحاجة إلى التوافق مع أنظمة وظروف العمل واثبات قدراتها العملية في مجال العمل، تشعر المرأة العاملة الأرملة بالقلق عن طريق شعورها بالنقص في أدائها لعملها نتيجة لكثرة غيابها وشعورها بعدم القدرة على العطاء نتيجة لانشغال تفكيرها بأبنائها شؤون منزلها الأمر الذي يجعلها قد تفكر بترك العمل أو التوقف المؤقت عنه.

3.10. **الانفعال**

إن المرأة العاملة الأرملة غالبا ما تكون تحت ضغط حالة من التوتر والانفعال في كافة المجالات سواء في العمل أو البيت لتحملها المسؤولية كاملة وخاصة إذا ما كانت أم اً ولديها أطفال. وتلعب الانفعالات دورًا ضارا على الوظائف العقلية وعلى الجسم خاصة أمراض القلب وبعض حالات الإمساك والإسهال المزمن والتهاب المفاصل الروماتزمي وتضخم الغدة الدرقية وكثيراً من حالات الصداع النصفي والطفح الجلدي والبول و السكري.

3.10 . **الصراع العاطفي والتأزم النفسي** في جميع الحالات تكون المرأة العاملة الارملة عرضة للوساوس والمتاعب وعرضه للإرهاق العصبي حيث تنتابها الأوجاع ويلازمها الإرهاق، أما إذا كانت أم فهي دائمة التفكير مهمومة مشغولة البال وقلقة الخاطر تخاف على أطفالها أثناء غيابها عن المنزل لتواجدها في مقر عملها وتود التواجد في بيتها وبين أفرا د أسرتها، وهكذا تقع المرأة العاملة الارملة فريسة للصراع العاطفي حيث تبدأ في الشعور بالكراهية لعملها الذي يمثل مصدر الإبعاد عن بيتها وأولادها بل وحتى المرأة العاملة التي لم ترزق بأطفال فهي دائمة التفكير في مسؤوليات البيت التي تنتظرها بعد عودتها من عملها وتشعر عندها بأن حياتها تتخللها التعاسة والشقاء(أ.بسام سعيد الجمل،2012 ، ص 27).

خلاصة :

كثير من النساء يكتب عليهن القدر مواجهة الحياة ومعانتها بمفردهن بعد ذهاب رفيق العمر ،فتتحملن مسؤولية الأب والأم معا ومنه فإن عمل المرأة هو ضرورة ملحة في حياتها، وفي هدا الصدد تطرقنا في هدا

الفصل الى تحديد تعريف للمرأة العاملة والمرأة الارملة وحاولنا ادراج عناصر كالمرأة العربية والعمل ومجالات عمل المرأة و الادوار التي تلعبها المرأة العاملة والمشاكل التي تواجهها واسباب خروج المرأة الارملة للعمل والمشكلات التي تعاني منها المرأة الارملة وفي الاخير تناولنا تأثير العمل على المرأة الارملة نفسيا.

الفصل الرابع

الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد

1. منهج الدراسة.
2. حدود الدراسة.
3. عينة الدراسة.
4. أدوات البحث.
5. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

الخلاصة.

تمهيد :

سوف يتم التطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات المنهجية للدراسة من حيث المنهج المتبع و الحدود الزمانية والمكانية للدراسة، والعينة وخصائصها ، مع تحديد الأدوات والأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.

منهج الدراسة :

نظرا لطبيعة الدراسة والتي تدرس مستوى الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الذي يعتبر من أهم المناهج المستخدمة في دراسة المشكلات المتعلقة بالمجالات الإنسانية والذي يدرس ماهو قائم في الواقع ومحاولة تفسيره وهو يهتم بتحديد والعلاقات التي توجد بين الوقائع ومن ثم تحليلها وتفسيرها حيث يستخدم في هدا المنهج أساليب القياس والتصنيف والتفسير واستنتاج العلاقات دات الدلالة الاحصائية بالنسبة لمشكلة الدراسى المطروحة وتحليلها للوصول الى ادراك طبيعتها وذلك من أجل الحصول على نتائج وتفسيرها بطريقة علمية (و.حسن علي خويطر،2010،ص109).

حدود الدراسة :

الحدود المكانية :

أجريت الدراسة على مستوى مختلف ميادين العمل (الادارية والتربوية والاستشفائية والصناعية) لولاية غرداية حيث يمكن ان تتواجد نساء ارامل يعملن فيها. ولقد تجنبنا التدقيق أكثر في الاماكن حتى لا نترك ما يستدل به على الحالات.

الحدود الزمانية :

قمنا بتطبيق الدراسة خلال شهر مارس من سنة 2016 .حيث تم توزيع الاستمارات على المرأة عاملة أرملة حيث استغرقنا مدة 25 يوم في البحث عن العينة المطلوبة .

عينة الدراسة :

تتكون العينة من 30 امرأة عاملة ارملة تم اختيارها بطريقة قصديه تتوفر فيها الشروط التالية:

- ان تكون المرأة عاملة خارج البيت بأي قطاع .
- ان تكون أرملة ولم تعد الزواج. توفي عنها زوجها منذ مدة لأتقل عن سنة ولاتتجاوز 15سنة .
- أن يتراوح سنها ما بين 20الى 50سنة.

2.3.وصف خصائص العينة :

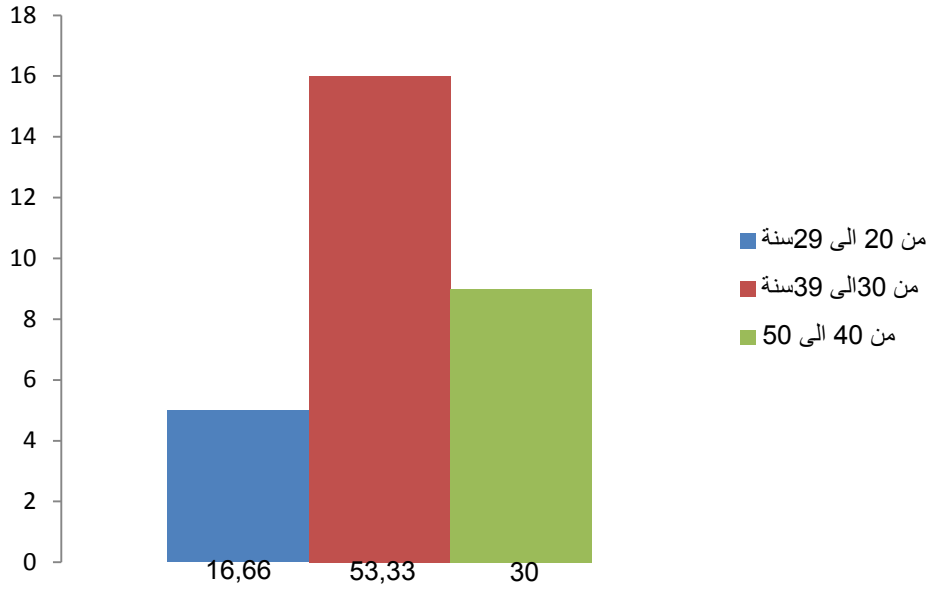
وفي مايلي سيتم توضيح أفراد العينة حسب المتغيرات المدروسة :

جدول رقم (2) يوضح توزيع افراد العينة حسب اختلاف السن.

السن	التكرار	النسبة المئوية
من 20سنة الى 29سنة	5	16.66%
من 30سنة الى 39 سنة	16	53.33%
من 40سنة الى 50سنة	9	30%
المجموع	30	99.99%

يتضح من الجدول ان أقلية افراد العينة بالنسبة للسن تتكون من 5 نساء تتراوح اعمارهن من 20 الى 29سنة بنسبة(16.66%) بحيث تتكون أغلبية افراد العينة من 16 امرأة بين 30الى 39سنة

وبنسبة (53.33%) ، اما من تتراوح اعمارهن ما بين 40 الى50 سنة فعددهن 9 نساء بنسبة (30%).ولتوضيح معطيات الجدول بدقة نستعين بالاعمدة البيانية الموضحة في الشكل الموالي:



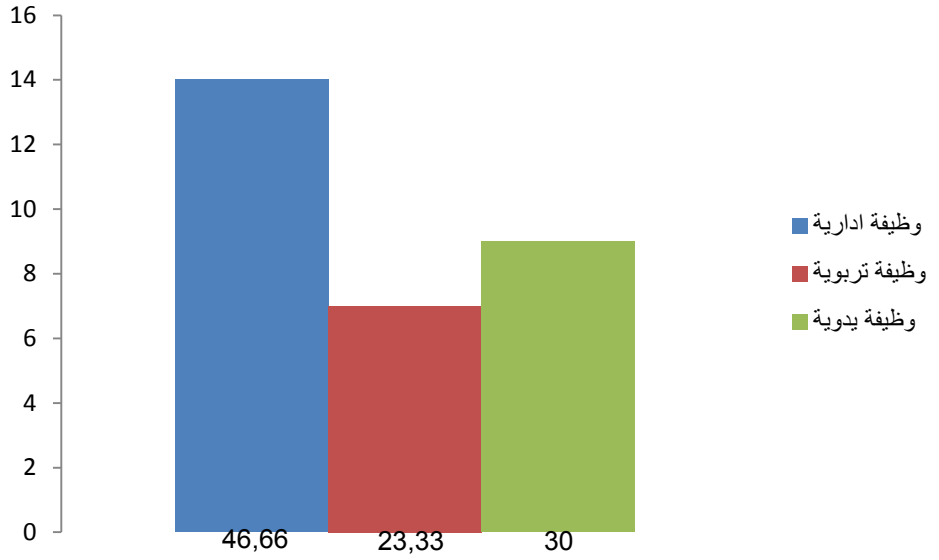
شكل رقم (6)يبين توزيع افراد العينة حسب اختلاف السن.

جدول رقم(3) يوضح توزيع النساء العاملات الارامل حسب نوع الوظيفة

نوع الوظيفة	التكرار	النسبة المئوية
وظيفة ادارية	14	46.66%
وظيفة تربوية	7	23.33%
وظيفة يدوية	9	30%
المجموع	30	100%

يتضح من الجدول ان النساء الأرامل اللواتي يعملن في الوظائف الإدارية هن الأكثر عددا في عينة الدراسة بنسبة(46.66%)، أما النساء اللواتي يعملن في المؤسسات التربوية هن الأقل عددا في

العينة فيمثلن نسبة (23.33%)، أما الوظائف اليدوية من أشغال صناعية أوتنظيف فقد كانت النسبة (30%). ولتوضيح معطيات الجدول بدقة نستعين بالاعمدة البيانية الموضحة في الشكل الموالي:



شكل رقم (7)يبين توزيع العينة حسب نوع الوظيفة

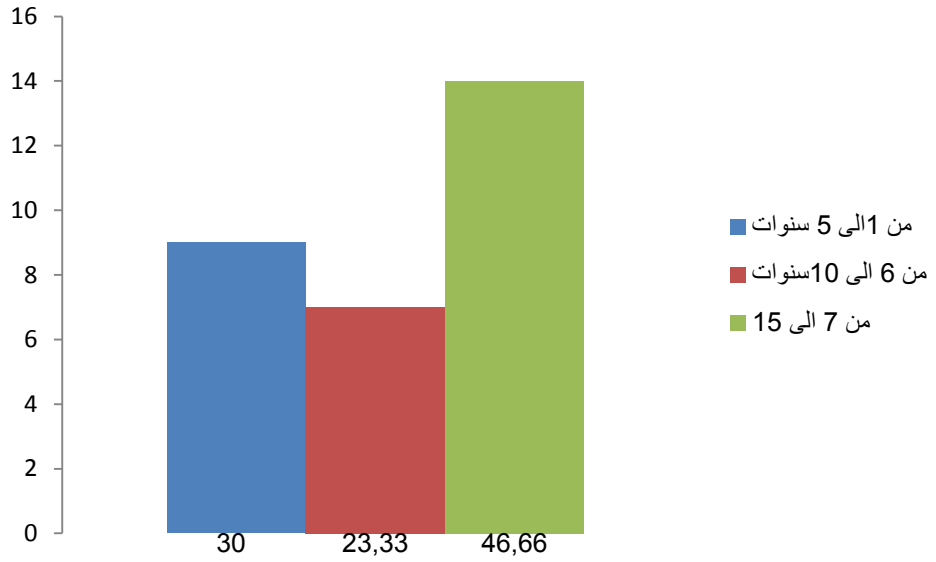
جدول رقم (4) يوضح توزيع النساء العاملات الارامل حسب مدة الترمل

مدة الترمل	التكرار	النسبة المئوية
من1الى 5سنوات	9	30%
من6الى 10سنوات	7	23.33%
من 7الى 15سنة	14	46.66%
المجموع	30	100%

نلاحظ من خلال الجدول ان النساء الارامل اللواتي يعملن في المدة مابين1 سنة الى 5 سنوات من الترمل عددهن 9 نساء وبنسبة(30%).واللواتي تصل مدة ترملهنا من 6الى 10 سنوات

هن الاقل عددا في العينة اذ يبلغن 7 نساء بنسبة(23.33%).وبالنسبة لمن كانت مدة ترملهن من 7 الى 15 سنة هن الأكثر عددا فبلغ عددهن 14 امراة بنسبة (46.66%)من جموع العينة.

ولتوضيح معطيات الجدول بدقة نستعين بالاعمدة البيانية الموضحة في الشكل الموالي:



شكل رقم (8)يبين توزيع العينة حسب مدة الترمل

4. أدوات الدراسة :

1.4. الإستمارة : نظرا لطبيعة المتغير الذي أردنا قياسه وهو الإحتراق النفسي وكذا عدد أفراد العينة المدروسة اخترنا الإعتماد على الإستمارة كوسيلة مناسبة لهذا البحث.

إعتمدنا في إنجاز الإستمارة على المعطيات الواردة في النسخة العربية لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي المعدلة والخاضعة لإجراءات المصداقية والثبات والمطبقة في البيئة العربية من طرف الدكتور "زيد البتال" و آخرون.تشمل الإستمارة على جزأين ، يتضمن الجزء الاول معلومات عامة كالسن و نوع الوظيفة ومدة

الترمل. في حين يتضمن الجزء الثاني ثلاث محاور تتمثل في : الإجهاد الإنفعالي و تبلد المشاعر و الشعور بالإنجاز، تحوي على 22 بند.

2.4. مقياس الاحتراق النفسي maslach burnout inventory 1997 .mbi

اعتمدت الد راسة الحالية في قياس الاحتراق النفسي على المقياس الذي أعدته ماسلاش وزملائها في (1997) والمعروف ان هذا المقياس من أشهر المقاييس و أوسعها انتشارًا في دراسات الاحتراق النفسي.

وصف المقياس

يتكون هدا المقياس من 22 فقرة بنيت على شكل عبارات تسأل عن مشاعر الشخص المهنية .ويطلب من المفحوص الاجابة عن شدة شعوره بهده الفقرة .وتدرجت الإجابة من (1-7) حيث الرقم 1 يعني ان شعور الفرد بمحتوى الفقرة ضعيفة جدا .والارقام مابين(7-1)تعطي تدرجات الشعور من قوية جدا الى ضعيفة جدا.

ويحتوي المقياس على ثلاثة أبعاد للاحتراق النفسي وهي :

1 – بعد الاجهاد الانفعالي (Emotional Exhaustion) :ويقيس مستوى الاجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة العمل في مجال معين ويقيس هدا البعد 9 فقرات هي (20,16,14,13,8,6,3,2,1) وتكون مدلولات الدرجات على هذا البعد كالتالي :

عالي الشدة 40 فما فوق

متوسط الشدة 26 -39

منخفض الشدة 9 – 25

2 بعد تبلد المشاعر (Depersonalization) :ويقيس مستوى عدم الاهتمام او اللامبالاة نتيجة العمل في مجال معين ويقيس هذا البعد 5 فقرات هي (22,15,11,10,5).

وتكون مدلولات الدرجات على هذا البعد كالتالي :

عالي الشدة 15 فما فوق

متوسط الشدة 9 – 14

منخفض الشدة 5 – 8

3 بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي (Lack of personal accomplishment):

ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة والرضى في عمله ويقيس ثمان فقرات(4-7-9-12-17-18-19-21)

وتكون مدلولات الدرجات على هذا البعد كالتالي :

- عالي الشدة من8الى36
- متوسط الشدة من37الى43
- منخفض الشدة من 43 فما فوق.

جدول رقم(5) تصنيف مستويات ابعاد الاحتراق النفسي :

البعد	عالي الشدة	متوسط الشدة	منخفض الشدة
الاجهاد الانفعالي	40 فما فوق	من 26 الى 39	من 9 الى 25
تبلد المشاعر	15 فما فوق	من 9 الى 14	من 5 الى 8
الشعور بعدم الانجاز	من8 الى 36	من37 الى 43	من 43 فما فوق

صدق المقياس

اشار الباحثون اللذين استخدموا مقيا س ماسلاش للإحتراق النفسي إلى أن هذا المقياس يتمتع بصدق عالى فقد قامت ماسلاش بالتأكد من صدقه التمييزي وذلك عن طريق تمييزه بين العاملين اللذين يعانون من احتراق نفسي عالي وعاملين يعانون من احتراق نفسي متدن .

وقام (داوني والكيلاني وعليان 1989) بايجاد دلالات صدق المقياس عن طريق عرضه على عشرة محكمين بهدف التأكد من مناسبة الفقرات لهدف الدراسة.

كذلك قام (مقابلة وزميله 1993) بالتحقق من صدق المقياس وملائمته البيئة العربية عن طريق اراء المحكمين وبناءا على ملاحظاتهم تم تعديل عدد من الفقرات والابقاء على الفقرات التي اجمع المحكمون على سلامتها من جميع الوجوه.

وقام (البدوي 2000)بالتحقق من صدق المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين وعدلت من المحكمين وعدلت الفقرات التي اجمع عليها 20بلمئة من المحكمين الا انه تم الاخد برأي المحكمين من حيث تعديل السلامة اللغوية.(خ. علي الضمور 2008ص30)

ثبات المقياس

قامت مسلاش وجاكسون بحساب معامل الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ الفا لشدة الابعاد الثلاثة لمقياس ماسلاش وكانت على النحو التالي :

جدول رقم (6) يبين قيم ثبات المقياس خسب ماسلاش

البعد	ثبات الشدة
الاجهاد الانفعالي	0.87
تبلد المشاعر	0.78
نقص الشعوربالانجاز	0.73

ـ وفي دراسة (مقابلة 1996) بلغت معاملات الثبات للمقياس باستخدام معامل الفا كرونباخ لكل بعد وعلى المقياس ككل كمايلي في الجدول التالي

جدول رقم (7) يبين قيم ثبات المقياس

البعد	ثبات الشدة
الاجهاد الانفعالي	0.86
تبلد المشاعر	0.59
نقص الشعور بالانجاز	0.74

5. الأساليب الاحصائية المستخدمة في الدراسة

-واعتمدنا في حساب التقنيات على البرنامج الإحصائي في العلوم الاجتماعية

_ التكرارات والنسب المئوية

_اختبار كا2 لحسن المطابقة الأحادي

_التباين الاحاديَ Anova

خلاصة الفصل:

لقد تطرقنا في هذا الفصل إلى المنهج المتبع في هذه الدراسة وهو المنهج الوصفي ، لأنه يتناسب مع متغيرات الدراسة ، و تحديد المدة التي أجريت خلالها الدراسة والمكان الذي أجريت فيه، بالإضافة إلى العينة وشروط اختيارها وخصائصها وتوزيعها ، كما تعرضنا الحديث على الأدوات المستخدمة في جمع البيانات المتمثلة في إستمارة مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي ، وقد تطرقنا إلى الأساليب الإحصائية المناسبة للفرضيات .

الفصل الخامس

عرض وتحليل و مناقشة نتائج الفرضيات

تمهيد.

1. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية العامة .
2. عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات الجزئية.
3. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الأولى.
4. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثانية.
5. عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الجزئية الثالثة

تمهيد :

يتناول العرض الحالي تحليل ومناقشة النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية بعد تطبيق أدوات البحث المعتمدة في الدراسة و قيامنا بالتحليلات الإحصائية المناسبة لفرضيات الدراسة والتي تمثلت في الفرضية العامة وثلاث فرضيات جزئية ، وسوف يتم عرضها وتحليلها ومناقشتها بالتفصيل في هذا الفصل.

1. عرض و تحليل ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات :

2.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

نص الفرضية العامة : تعاني المرأة العاملة الأرملة من الإحتراق النفسي.

جدول رقم(7) يوضح توزيع العينة حسب مستويات الإحتراق النفسي.

مستوى الإحتراق النفسي	التكرارت	النسبة المئوية
مرتفع	17	%56.7
متوسط	10	%33.3
منخفض	3	%10.0
المجموع	30	%100

يتضح من الجدول رقم(5) أن النساء اللواتي يعانين من مستوى مرتفع من الإحتراق النفسي هن الأكثر عددا في عينة الدراسة و بنسبة(56.7%) ،وأن اللوالتي يعانين من مستوى متوسط يمثلن 10نساء من العينة بنسبة(33.3%)، وأما بالنسبة للمستوى المنخفض من الإحتراق النفسي فقد كانت 3 نساء فقط ممن لديهم مستوى منخفض وبنسبة(10.0%).

وفي مايلي سوف يتم عرض نتائج إختبار حسن المطابقة لمعرفة مدى تحقق الفرضية العامة .

جدول رقم (9) يبين نتائج إختبار كا2 لحسن المطابقة للفرضية العامة للدراسة.

مستوى الإحتراق النفسي	التكرارات	كا2	الدلالة الإحصائية
مرتفع	**17**	**9.80**	**دال عند0.01**
متوسط	**10**		
منخفض	**3**		
المجموع	**30**		

يتضح من خلال الجدول رقم (9) الذي يبين نتائج إختبار كا2 لحسن المطابقة للفرضية العامة،

وجود درجات متفاوتة بالنسبة لمستويات الإحتراق النفسي لعينة الدراسة الذي كان بتكرار 17 إمراة تعاني من إحتراق نفسي مرتفع ، و10 نساء ممن يعانين من إحتراق نفسي متوسط ، و3نساء فقط يعانين من مستوى منخفض في الإحتراق النفسي ، وتكشف نتائج إختبار كا2 لحسن المطابقة أنه يوجد مستوى مرتفع للإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة ، وذلك يظهر من خلال قيمة(كا2=9.80) وهي دالة إحصائيا عند(0.01)،ومنه تتحقق الفرضية العامة للدراسة وبالتالي فإن المرأة العاملة الأرملة تعاني من الإحتراق النفسي.

3.1. مناقشة و تفسير نتائج الفرضية العامة:

وقد بينت نتائج هذه الدراسة من خلال الجدول رقم(9) الذي يبين نتائج اختبار كا2 لحسن المطابقة التي تكشف عن معاناة المرأة العاملة الأرملة من الإحتراق النفسي ، ويمكن ارجاع هذه النتيجة الى الظروف التي تعيشها المرأة العاملة الأرملة وما تسببه من مواقف ضاغطة على نفسيتها مما أدى إلى ظهور الإحتراق النفسي بمستوى مرتفع لديها، نتيجة لضغوط الإحتياجات الشخصية والتعارض بين مطالب البيت وارتباطات العمل التي تجعلها عرضة لضغوط نفسية مضاعفة. وبما أن عينة الدراسة تمثلت في النساء العاملات الأرامل كانت تحوي على نساء أرامل معلمات و إداريات وفي مختلف المهن الأخرى ، فإنه سوف يتم الإستعانة لمناقشة النتائج بدراسات سابقة تخص المرأة العاملة فقط وهذا نظرا لعدم وجود دراسة حول المرأة العاملة الأرملة حسب إطلاع الباحثة.

هذا وقد اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة (رقية نبار،2012)م التي كشفت عن ، وجود ظاهرة الإحتراق النفسي وبدرجات متفاوتة بين أبعاد الإحتراق النفسي والتي كانت على الأساتذة بكلا الجنسين ، ودراسة (أماني عبد الله على،2013م) التي كشفت عن وجود مستوى مرتفع للإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة، ودراسة (ختام علي الضمور، 2008) التي كشفت أن الأمهات العاملات يعانين من درجة عالية من الاحتراق النفسي. و دراسة(بولقرون نورة2008م) والتي كانت على الأساتذة إذ تم تسجيل مستويات متفاوتة بين أبعاد الإحتراق النفسي على العينة.

ودراسة (Mcmahan، Brewer2003) التي كشفت عن درجات متوسطة للإحتراق النفسي لدى المعلمات ودراسة(سماهر مسلم عياد ابو سعود، 2010) التي كشفت عن معاناة النساء العاملات في الإدارة من مستوى متوسط من الإحتراق النفسي.

ولم تتفق نتائج دراستنا مع دراسة (أماني بسام سعيد الجمل ،2012) التي توصلت لعدم معاناة النساء

العاملات في المؤسسات الحكومية من الإحتراق النفسي .

4.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

نص الفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير السن.

الجدول رقم(10) يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الأولى.

السن	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الإحصائية
(29-20)	بين المجموعات	152.33	2	304.667	0.824	0.44
(39-30)	داخل المجموعات	184.785	27	4989.200		
(50-40)	المجموع		29	5293.867		

يتضح من خلال إختبار تحليل التباين أحادي العامل (Anova) نتيجة المعامل (F=0.8) وهي غير دالة إحائيا عند (0.44) وهذا يعني عدم تحقق الفرضية الجزئية الأولى ،التي تنص عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير الوظيفة..

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تعزى إلى متغير السن، وتعزو الباحثة ذلك إلى أن المرأ ة الأصغر سناً تكون أكثر حماساً واندفاعاً نحو العمل، إلا أن ذلك يقابله قدرة أقل في مقاومة الضغوط لنقص الخبرة في ذلك، في حين أن المرأة الأكبر سناً

تكون أقل اندفاعاً نحو العمل، إلا أن ذلك يقابله قدرة أكبر في مقاومة الضغوط وذلك لزيادة خبرتها في العمل وفي شؤون الحياة بشكل عام.

وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (أماني بسام سعيد الجمل ،2012م) حيث كشفت عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى متغير العمر لدى المرأة العاملة. ودراسة"ن.الزهراني" ودراسة " ز.أحمد مُحَّد لملوم"، ولم تتفق بعض الدراسات على ذلك إذ كشفت عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مستويات الاحتراق النفسي و تعزى لمتغير السن مثل دراسة " أماني عبد الله علي"

5.1.عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

الجدول رقم(11) يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الثانية.

نوع الوظيفة	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمةF	الدلالة الاحصائية
وظيفةإدارية	بين المجموعات	867.549	2	433.775	2.646	0.08
وظيفة تربوية	داخل المجموعات	4426.317	27	163.938		
وظيفة صناعية	المجموع	5293.867	29			

يتضح من خلال إختبار تحليل التباين أحادي العامل (Anova) نتيجة المعامل (F=2.64) وهي غير دالة إحائيا عند (0.8) وهذا يعني عدم تحقق الفرضية الجزئية الثانية ، التي تنص عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تبعا لمتغير الوظيفة.

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تعزى إلى متغير نوع الوظيفة وهذا راجع لعدم تأثير مكان العمل أو المؤسسة التي تعمل بها المرأة الأرملة على درجة تعرضها للإحتراق النفسي ، نظراً لتشابه بيئة وظروف العمل في جميع المؤسسات والضغوطات التي تواجهها فيها، وهذا ما توصلت إليه نتائج دراسة (أماني بسام سعيد الجمل ،2012م) ودراسة (رقيةنبار،2012)حيث كشفت بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى الى متغيرنوع العمل لدى المرأة العاملة.

6.1. عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

الجدول رقم(12) يبين تحليل التباين أحادي العامل (Anova) للفرضية الجزئية الثالثة.

مدة الترمل	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	الدلالة الاحصائية
(1–5)	بين المجموعات	78.597	2	39.298	0.2	0.8
(6–10)	داخل المجموعات	5215.270	27	193.158		
(11–15)	المجموع	5293.867	29			

يتضح من خلال إختبار تحليل التباين أحادي العامل (Anova) نتيجة المعامل (F=0.2) وهي غير دالة إحائيا عند (0.8) وهذا يعني عدم تحقق الفرضية الجزئية الثالثة ، التي تنص عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحتراق النفسي تبعا لمتغير مدة الترمل لدى المرأة العاملة الأرملة.

مناقشة و تفسير نتائج الفرضية الجزئية الثالثة :

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإحترق النفسي لدى المرأة العاملة الأرملة تعزى إلى متغير مدة الترمل، وهذا نظراً لتماثل حجم الأعباء والمهام الوظيفية الملقاة على عاتق المرأة ، نظرا لأن المرأة العاملة الأرملة تعيش عدة أدوار اجتماعية ، فهي ام ومدبرة منزل وموظفة بحيث لكل دور او وظيفة متطلباتها ، والتي قد لاتنسجم مع متطلبات الوظائف الأخرى بل وربما تتعارض معها ،ما يجعلها تعيش صراعات عميقة يمكن ان تحرمها من الاستقرار الاجتماعي والنفسي وقد يكون لذلك صدى على إرتفاع مستوى الإحتراق النفسي لديها بغض النظر عن طول أو قصر مدة الترمل.

الاستنتاج العام:

إن الحياة التي تحياها المرأة مليئة بالمتاعب والمنغصات والضغوط ليست فقط الناجمة عن العمل بل وضغوط الحياة عموما و الدراسة كشفت على أن المرأة العاملة الأرملة تعاني من الإحتراق النفسي الذي يعبر عن تزايد وتراكم هذه الضغوط عليها ، كما اظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق في الاحتراق النفسي لدى المرأة العاملة الارملة تعزى لمتغيرات السن ،ونوع الوظيفة ،ومدة الترمل، فهي تتألم وتحبط جراء ما تحتويه بيئة العمل من مشاكل وكذا الضغوط المترتبة عن قيامها بأدوار عديدة ، فالمرأة سواء أكانت ممرضة أو معلمة أو إدارية فإنها تخبر قدرا كبيرا من الضغوط المهنية، التي تحمل أثارها معها إلى بيتها تاركة الأثر الواضح على نفسية المرأة وعلى صحتها الجسدية ناهيك عن الأثر الذي يخلفه رحيل زوجها عنها ،حيث تكونت العينة من (30)امرأة عاملة أرملة و تم استعمال المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة ، كما تم توظيف مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي وتم الاعتماد على برنامج التحليل الإحصائي لمعالجة تساؤلات وفرضيات الدراسة .

وفي الاخير قدمنا بعض الدراسات كمقترحات وآفاق مستقبلية.

مقترحات وافاق الدراسة :

من خلال نتائج الدراسة الحالية يتبين مدى أهمية الوقوف إلى جانب العاملات الارامل لمساعدتهن في تخفيض ما يعانونه من ضغوط مهنية وما تخلفه من آثار عضوية ونفسية تتجسد في الاحتراق النفسي، وذلك من خلال زيادة المساندة والاهتمام الاجتماعي وحتى التدخل الإرشادي، سواء عن طريق إعداد برامج ارشادية أوحملات تحسيسية وغيرها .و منه

تقدم الباحثة بعض الاقتراحات الآتية:

-دراسة مستويات الاحتراق لدى عينات أخرى من الارامل في مهن أخرى وحتى الغير عاملات منهن.

-إجراء دراسات حول فاعلية برامج إرشادية لدى العاملات الاراملة.

- إجراء العديد من الدراسات حول موضوع الإحتراق النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الاخرى لدى المراة الارملة العاملة.
- دراسة مستوى الاحتراق النفسي لدى المراة العاملة الارملة ثم مقارنتها بنتائج الدراسة الحالية.
- دراسة مستوى الاحتراق النفسي واثره على العلاقات الاجتماعية لدى المراة الارملة.

المراجع:

الكتب:

1. **أجمد مُحَّد عوض بني احمد (2007)، الاحتراق النفسي والمناخ التنظيمي قي المدارس ، دار الحامد ، عمان، الاردن.**

2. **إحسان مُحَّد الحسن(2008)،علم الاجتماع المرأة، دراسة تحليلية عن دور المرأة في المجتمع المعاصر، ط1 ، دار وائل للنشر، بيروت.**

3. **جمعة السيد يوسف، (2008)، ادارة الضغوط، مركز تطوير الدراسات العليا والبحوث ،كلية الهندسة، القاهرة.**

4. **سامية مصطفى الخشاب (1993) النظرية الاجتماعية ودراسة الأسرة، دار الفكر العربي، القاهرة.**

5. **محمود أيوب شحيمي(1997) ، الارشاد النفسي والتربوي والاجتماعي لدى الأطفال، دار العيفا اللبناني، لبنان.**

6. **عبد الرحمان العيسوي(1989)، الايمان والصحة النفسية ،المكتب العربي ، القاهرة**

7. **علي عسكر(2005)، الاسس النفسية والاجتماعية للسلوك قي مجال العمل، دار الكتاب الحديث، الكويت.**

8. **علي سيد، سماح الأثراني(2008) ، دور المدرسة والأسرة في التنشئة الإجتماعية عند الطفل، ط 1 دار الرفيق للنشر، بيروت لبنان.**

9. **فيصل حسونة(بدون سنة)، إدارة الموارد البشرية، دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.**

10. **كاميليا إبراهيم عبد الفتاح (1984) ، سيكولوجية المرأة العاملة ، دار النهضة العربية ، بيروت**

الرسائل والدراسات :

11. اماني بسام سعيد الجمل(2012)، الاحتراق الوظيفي لدى المراة العاملة في مؤسسات السلطة الفلسطينية في قطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، فلسطين.

12. اماني عبدالله علي (ب،س) الاحتراق النفسي لدى المراة العاملة في افريقيا، جامعة الخرطوم

13. مُحَمَّد معروف(2013)، استراتيجيات التعامل مع الاحتراق النفسي عند اساتدة التعليم الثانوي، جامعة وهران.

14. ماهر يوسف المجدلاوي (2014)، مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من السائقين، مجلة جامعة الاقصى ،المجلد18، العدد2.

15.مختار بوقرة، مصطفى منصوري (2014)، علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى اساتدة التعليم الثانوي ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، العدد17.

16. نوال بنت عثمان الزهراني (2008)، الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوى الاحتياجات الخاصة، رسالة ماجستير،جامعة ام القرى، السعودية.

17.نبيلة باوية(2013)، الدعم الاجتماعي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى النساء المصابات بسرطان الثدي، رسالة دكتورا،جامعة قاصدي مرباح ،ورقلة، الجزائر.

18.نشوة كرم دردير(2001) الاحتراق النفسي لدى المعلمين ذوي النمط(أ)و(ب)وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات، رسالة ماجستير، جامعة الفيوم، مصر.

19.حكيمة حاج علي(2014)، تأثير التحرش الجنسي على الاستقرار المهني للمرأة العاملة ،رسالة ماجستير، جامعة مولود معمري،تيزي وزو.

20. ختام علي الضمور(2008)،الاحتراق النفسي لدى الام العاملة واثره في طريقة تغامل الام مع الابناء من وجهة نظر الامهات العاملات،رسالة ماجستير،جامعة مؤتة، الاردن.

21.فريدة أل مشرف(2002)مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض لها عينة من عضوات هيئة التدريس ،جامغة الملك سعود، مجلة دراسات الخليج والجيزة العربية، العدد105

22.سماهر مسلم ابو مسعود(2010)، ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الموظفين الاداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة،فلسطين.

23.رامية كردية(2014)،عمل المراة الارملة ومعوقاته في ظل الثورة السورية، مركز سوريا للبحوث والدراسات ، سوريا.

24.رقية نبار (2012)، الاحتراق النفسي لدى اساتدة التكوين والتعليم المهنيين،رسالة ماجستير،جامعة وهران،الجزائر.

25.زينب أحمد مُحَمَّد الملوم(2008)، الاحتراق النفسي لدى الشق الثاني من مرحلة التعليم الاساسي بمدينة سبها.

26.زيدان السرطاوي(1998)، الاحتراق النفسي ومصادره لدى معلمي التربية الخاصة، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس عدد(21)جزء1.

27.وفاء حسن علي خويطر(2010)، الامن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى المرأة الفلسطينية(المطلقة والارملة) وعلاقتهما ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير، الجامعة الاسلامية، فلسطين.

28.وفاء عابد(2008)، علاقة الشعور بالوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء بكل من المساندة الاجتماعية والالتزام الديني ، الجامعة الاسلامية،غزة.

29.على عبد العزيز عبد القادر(1995) ، اتجاهات طالبات جامعة الملك فيصل مجلة الأول، العدد ، 02 المجلد الاجتماعية، العلوم مجلة السعودية، المرأة عمل نحو

المراجع الاجنبية:

30. Cunningham , W.G. (1992) , ***Teacher burnout : Stylish fad or proffer problem***. Planning & changing

31. -Elisabeth Grebot :Stress et burnout au travail, paris, Eyrolles, 2008.

Maslach, Christina & Michael P. Leiter (1982), "***The Truth About Burnout: How Organizations CausePersonal Stress and What To DO About It***". San Francisco: Jossey-Bass Publishers.

32. Schaulfeli, et enzmann, (1998), ***"Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study"***, Journal of Cross-Cultural Psychology, Vol. 33, No. 5.

33. 32Leiter. M. P. & Maslach. C. (1988): "The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment
,Journal of Occupational Behavior, VOL. 9, PP 297-308.

34. 33Lydia j. Goutas(2008) burnout, the write stuff, no3, vol 17.

35. Robert. J. Tom. H.& Richard. H.(1991): "Burnout in Youth Sport"
The Elementary School Journal ,VOL. 91, NO. 5, PP 421-

36. 37. Rogers. E.(1987): "Professional burnout;A review of concept"
Clinical Supervisor, VOL. 5, NO. 3, PP 91-

المواقع الالكترونية:

Shamtosham.my goo-net/t 1044.topic

www .ahewar.org /debat/show.art.asp ?aid =1079 17/04/2016

www.saida city.com on.php

الملاحق

الملحق رقم(1)

الاستمارة

1) معلومات عامة :

_ العمر.....

من 20الى 29 ☐ من 30 الى39 سنه ☐ من 40الى50سنة ☐

_ مدة الترمل

من 1سنة الى5سنوات ☐ من 6الى سنوات10 ☐ من 11 الى 15سنة ☐

_ نوع الوظيفة

ادارية ☐ في المجال التربوي ☐ صناعة يدوية او اشغال تنظيف ☐

مقياس الاحتراق النفسي (mbi)

اختي الموظفة .....

تحية منا وبعد.....

نرجو منك التكرم بمساعدتنا بملاء الاستبيان المرفق علما بانه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة

والمطلوب منك وضع علامة (×)امام الخيار الدي يعبر عن شعورك الحقيقي لكل عبارة كما هو

موضح بالمثال التالي العبارات	لايحدث ابدا	يحدث قليلا في السنه	مرة او اقل في الشهر	مرات قليلة في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات قليلة في الاسبوع	يحدث يوميا
اشعر بانني مستنزف من ممارستي للمهنة			×				
اشعر بان طاقتي مستنفدة في نهاية يوم العمل					×		

الرقم	العبارة	لايحدث ابدا	يحدث قليلا في السنه	مرة او اقل في الشهر	مرات قليلة في الشهر	مرة في الاسبوع	مرات قليلة في الاسبوع	يحدث يوميا
1	اشعر بانني مستنزف من ممارستي للمهنة							

2	اشعر بان طاقتي مستنفدة في نهاية يوم العمل							
3	اشعر بالقلق عندما استيقظ من نومي واعرف ان علي مواجهة عمل جديد							
4	استطيع ان افهم بسهولة مشاعر الاخرين نحو الاشياء							
5	اشعر باني اتعامل مع بعض الاشخاص وكانهم اشياء لابشر							
6	حقا ان العمل مع الناس طوال يوم العمل يسبب لي الاجهاد والتعب							
7	اتعامل بفاعلية عالية مع مشاكل الاخرين							
8	اشعر بالاستنزاف النفسي من ممارستي لهده المهنة							
9	اشعر انني اؤثر ايجابيا في حياة كثير من الناس							
10	اصبحت اكثر قسوة مع الناس بعد التحاقي بهده المهنة							
11	احس بالانزعاج والقلق لان هده المهنة تزيد من قسوة عواطفي							
12	اشعر بالحيوية والنشاط							
13	اشعر بالارهاق بسبب ممارستي لهده المهنة							
14	اشعر بانني اعمل في هده المهنة باجهاد كبير							
15	حقيقة لااهتم او اكترث بما يحدثمع الاشخاص الاخرين من مشكلات							
16	ان العمل بشكل مباشر مع الناس يسبب لي ضغوطا نفسية شديدة							
17	استطيع بكل سهولة ان اخلق جوا نفسيا مريحا مع الاخرين							
18	اشعر بالراحة والسعادة بعد العمل مع الناس							
19	لقد انجزت اشياء كثيرة وذات قيمة واهمية في هده المهنة							
20	اشعر وكانني على حافة الهاوية من ممارستي لهده المهنة							
21	اتعامل بهدوء مع المشاكل الانفعالية والعاطفية للناس اثناء ممارستي لهده المهنة							
22	اشعر بان الناس يلومونني على بعض المشاكل التي تواجههم							

الملحق رقم(2) نتائج التحليل الاحصائي للفرضيات

نتائج الفرضية العامة

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
VAR00005	30	2.4667	.68145	1.00	3.00

Chi-Square Test

Frequencies نتائج إختبار كا2 لحسن المطابقة (دال إحصائيا)

Test Statistics

	VAR00005
Chi-Square	9.800[a]
df	2
Asymp. Sig.	.007

a. 0 cells (.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 10.0.

Frequencies التكرارات والنسب المئوية

VAR00005

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.00	3	10.0	10.0	10.0
	2.00	10	33.3	33.3	43.3
	3.00	17	56.7	56.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

نتائج الفرضية الجزئية الاولى

الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير السن (غير دالة إحصائيا) Oneway

Descriptives

الاحتراق

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum
					Lower Bound	Upper Bound	
1.00	5	89.4000	11.41490	5.10490	75.2265	103.5735	74.0
2.00	16	82.0000	8.87694	2.21923	77.2698	86.7302	71.0

3.00	9	87.6667	20.26697	6.75566	72.0881	103.2452	70.0
Total	30	84.9333	13.51100	2.46676	79.8882	89.9784	70.0

ANOVA

الاحتراق

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	304.667	2	152.333	.824	.449
Within Groups	4989.200	27	184.785		
Total	5293.867	29			

نتائج الفرضية الجزئية الثانية

الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير نوع الوظيفة (غير دالة إحصائيا) Oneway

Descriptives

الاحتراق

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum
					Lower Bound	Upper Bound	
7.00	14	81.8571	8.83052	2.36005	76.7586	86.9557	70.0
8.00	7	80.5714	8.58015	3.24299	72.6361	88.5067	74.0
9.00	9	93.1111	19.27073	6.42358	78.2983	107.9239	75.0
Total	30	84.9333	13.51100	2.46676	79.8882	89.9784	70.0

ANOVA

الاحتراق

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	867.549	2	433.775	2.646	.089
Within Groups	4426.317	27	163.938		
Total	5293.867	29			

نتائج الفضية الجزئية الثانية

الفروق في الاحتراق النفسي تبعا لمتغير مدة الترمل (غير دالة إحصائيا)Oneway

Descriptives

الاحتراق

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum
					Lower Bound	Upper Bound	

4.00	9	85.7778	10.99747	3.66582	77.3244	94.2312	70.0
5.00	7	87.1429	22.71144	8.58412	66.1383	108.1474	74.0
6.00	14	83.2857	9.41708	2.51682	77.8485	88.7230	71.0
Total	30	84.9333	13.51100	2.46676	79.8882	89.9784	70.0

ANOVA

الاحتراق

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	78.597	2	39.298	.203	.817
Within Groups	5215.270	27	193.158		
Total	5293.867	29			