

## الإنهاك النفسي لدى تدريسيات جامعة الموصل

أ.م.د. جنان سعيد احمد الرحو

جامعة نينوى- كلية الطب

Janan.alrahoo@uoninevah.edu.iq

أ.م.د. فاطمة محمد صالح البدراني

جامعة الموصل- كلية العلوم الاسلامية

dr.fatima.ms@uomosul.edu.iq

### الملخص

يهدف البحث الى التعرف على الإنهاك النفسي لدى تدريسيات جامعة الموصل والتعرف على بعض الفروق لبعض المتغيرات موضع الدراسة لعينة مكونة من (60) عضو هيئة تدريسية، وتم اعداد أداة لقياس الإنهاك النفسي واستخرج خصائصها السيكومترية بإيجاد الصدق الظاهري والتحليل الاحصائي لفقراته وحساب الثبات بعدة طرق منها الفا كرونباخ اذ بلغ (0.97) وجتمان بلغ (0.95) واعتمد الأساليب الإحصائية المناسبة باستخدام برنامج Spss لإيجاد نتائج البحث والتي اظهرت بوجود مستوى دال احصائيا من الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة ولم تظهر اي فروق في الإنهاك النفسي تبعا لمتغيرات الدراسة وقد تم في ضوءها صياغة عدد من التوصيات والمقترحات .  
الكلمات المفتاحية : الإنهاك النفسي ، تدريسيات الجامعة .

### Psychological Exhaustion among Female teaching staff in Mosul University

Asst. Prof. Dr. Fatima Mohammed Saleh Albadrany \ College of Islamic Sciences University of Mosul \

Asst. Prof. Dr. Janan Saeed Ahmed Alrahoo/College of Medicine \University of Nineveh

### Abstract

The research aims to identify psychological exhaustion among female teachers of the University of Mosul and to identify some differences for some variables under study for a sample of (60) faculty members. Cronbach, which amounted to (0.97) and Gottman (0.95), and adopted the appropriate statistical methods using the Spss program to find the results of the research, which showed the presence of a high level of psychological exhaustion among university teaching staff, and no differences appeared in psychological exhaustion according to the study variables, in the light of which a number of recommendations were formulated. and proposals.

Keys of the study: psychological exhaustion, female teachers of the University.

## مشكلة البحث:

ان ظاهرة العمل النسوي هو افراز نضالات وتطورات ميزت تاريخ المجتمع الانساني ،ولكي تؤدي المرأة دورها في العمل بفاعلية لابد لها من ان تتوفر معطيات اساسية تمكنها من المساهمة الايجابية في مجال عملها .لذا يعد الانهك النفسي لدى تدريسيات الجامعة من الظواهر النفسية التي نالت اهتمام القلة من الباحثين في العراق و الذين تركزت اهتماماتهم بكثرة على موضوع الاحتراق النفسي الذي هو مقارب له وتناولهم فئات من التدريسيين وهم معلمين ومعلمات ذوي الاحتياجات الخاصة لما يبذلون من جهد واهتمام خاص في التعامل مع طلابهم .ويعتبر اساتذة الجامعة عامة والتدريسيات خاصة من اهم عناصر العملية التعليمية في الجامعة لذا فان معاناتهم من أي اضطراب من شأنه ان يؤثر سلبياً على مسار العملية التعليمية وجودة التعليم ...اذ يتوقف نجاح المؤسسة التعليمية على توفر الجو المناسب لمنتسبيها لكي يؤدي عملهم بطرق تتسم بنشاط وفعالية ويتم ذلك من خلال الكشف عن مختلف الاضطرابات التي يعاني منها التدريسيين والعمل على تقادي الظروف المؤدية اليها ومن اهم هذه الاضطرابات (الانهك النفسي) فمعاناة التدريسيات هذه وما تتعرض له من احداث الحياة الضاغطة سواء في البيت مع اسرتها ومتطلبات الاهتمام بالأولاد وضغوط العمل والبيئة الاجتماعية والتي يكشف عنها البحث الحالي بالتساؤلات التالية:

1. ما مستوى الإنهك النفسي لدى تدريسيات جامعة الموصل ؟
2. ما مستوى الإنهك النفسي لدى تدريسيات الجامعة حسب أبعاده (إنهك جسدي ، واجتماعي ، وانفعالي، أحداث الحياة ،ضغوط مهنية )؟
3. هل توجد فروق في الإنهك النفسي تبعاً لمتغيرات البحث ؟

## أهمية البحث :

لقد أثارَت ظاهرة الإنهك النفسي اهتماما بارزا في الدراسات السيكولوجية على مدى السنوات الأخيرة، وذلك نظرا لما تسببه من آثار سلبية تؤدي إلى سوء التوافق ،حيث يتعرض الأفراد لأسباب متعددة لبعض الظروف التي لا يستطيعون التحكم فيها، مما يحول دون قيامهم بدورهم بشكل فعال، الأمر الذي يساهم في إحساسهم بالعجز عن القيام بالمهام المطلوبة منهم، وبالمستوى المطلوب، وهذا الشعور بالعجز مع استفاد الجهد يؤدي بهم إلى حالة من الإنهك الانفعالي والاستنزاف النفسي .

وقد شهدت الدراسات ظهور كم من المقالات البحثية حظيت باهتمام عملي أكثر منه أكاديمي . فيصف الباحثين طبيعة الأنشطة المهنية المسببة للضغوط وما يصاحبها من أعراض وأن هناك بعض المهن تشكل مخاطر أكثر من غيرها ولا سيما المهن التي تستلزم جهد فكري وعقلي ووجداني وعاطفي و تستدعي مسؤولية كبيرة لا سيما تجاه الآخرين؛ كذلك المهن التي فيها غموض أو صراع على الأدوار .ولذلك يتناول البحث الحالي شريحة مهمة من شرائح المجتمع يقع على عاتقها مسؤوليات عديدة وهذه الشريحة هي (تدريسيات الجامعة) .

## هدف البحث الى :

1. التعرف على الإنهاك النفسي لدى تدريسيات جامعة الموصل .
  2. التعرف على الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة حسب أبعاده (إنهاك جسدي ، واجتماعي ، وانفعالي ، أحداث الحياة ، ضغوط مهنية ) .
  3. التعرف على طبيعة الفروق في الإنهاك النفسي تبعاً لمتغير التخصص (علمي - أنساني).
  4. التعرف على طبيعة الفروق في الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة تبعاً للمتغيرات الآتية (الشهادة ، العمر ، سنوات الخبرة التدريسية).
- حدود البحث : يقتصر البحث الحالي على عينة من تدريسيات جامعة الموصل للعام الدراسي (2017-2018).

## تحديد المصطلحات : الإنهاك النفسي عرفه كل من :

- فرويد نبرج Freudenberger ، 1974 : "حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط إضافة إلى عدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة " (6 : Bilge F., 2006).
- سيد مان وزاجر ، 1986 : "نمط سلبي من الاستجابة لأحداث التدريس الضاغطة والطلاب إضافة إلى نقص مساندة الإدارة" (محمد ، 1995 : 1).
- عسكر وأحمد عبد الله ، 1988 : "بأنه حالة تتضمن التغيرات السلبية في العلاقات المهنية للفرد بالآخرين بسبب الضغوط المهنية التي يتعرض لها الفرد في العمل خاصة المهن الاجتماعية ؛ حيث يكثر لتعامل البشري فيها مقارنة بباقي المهن ولذلك فإنهما يرجعان الإنهاك النفسي الى المهن التي تتطلب تفاعلا مع الجمهور كالتدريس مثلا بالنسبة للمعلم ؛ حيث يتصل مباشرة بالطلاب مما يؤثر في حالته النفسية و الصحية وعلاقاته الاجتماعية ويؤدي لزيادة الضغط عليه" (عسكر ، علي و أحمد عبد الله، 1988 : 55).
- ماوس ، Moss ، 1989 : "الشعور العام بالإنهاك الذي ربما يتطور عندما يعيش الفرد الكثير من الضغوط والقليل من الرضا" (النوري، 2011 : 89).
- توفيق ، 2006 وعبد الله ، 2004 : "حالة من الاستنزاف الانفعالي بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط زائدة تؤثر سلبا في كل من الناحية النفسية والعقلية والفسولوجية والاجتماعية" (توفيق، 2006 : 225) و(عبد الله ، 2004 : 315)
- قاموس ، Oxford Dictionary : "التعب المفرط بسبب العمل الكثير" (Samall, 2004 : 150).
- عبد الرحمن، 1992 : "حالة نفسية سلبية تصيب العاملين وأعضاء هيئة التدريس نتيجة مجموعة من الضغوطات المختلفة التي يتعرضون لها ، تتعكس هذه الحالة النفسية لديهم على سلوكهم وممارساتهم اليومية تجاه العمل ، والأفراد الذين يعملون معهم" (عبد الرحمن، 1992 : 3).

- الجودي، 2009: "هو مرض عاطفي نفسي يتعلق بالعمل ويؤثر على الأشخاص الذين يتعاملون مع الجمهور وينشأ المرض نتيجة لتراكم ضغوط العمل مع مرور الأيام مع العجز عن علاجها او معرفة الطريقة لعلاجها" (الجودي، 2009: 1).

- التعريف النظري للإرهاك النفسي "بأنه مزيج من والإرهاق والتعب الوجداني و التعب الجسدي و الملل المعرفي الناتجة عن الضغوط المهنية أو أحداث الحياة الضاغطة أو العلاقة الإنسانية التي تفشل في تحقيق النتائج المرجوة".

- التعريف الاجرائي للإرهاك النفسي : "بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب بعد إجابته على فقرات المقياس الذي اعد لهذا البحث".

### الإطار النظري :

أن مصطلح الإرهاك يقابل في الإنجليزية (Exhaustion) ويعني التعب والنقص العام في الاستجابة ونضوب الطاقة نتيجة تكرار فعل معين (جابر، وعلاء الدين ، ١٩٩٠ : 1204 )، اما مصطلح (Burnout) يعني استنفاد الطاقة نتيجة التعرض للضغوط الزائدة .ومن مظاهر حدوث الإرهاك النفسي والتي يمكن الاستدلال عليها من الأعراض الآتية :

- الشعور بالإرهاك والتعب الجسدي والنفسي المؤدي لاستنزاف الطاقة النفسية وضعف النشاط والحيوية وفقدان الدافعية والنظرة السلبية للذات والإحساس بالعجز والفشل واليأس .
- الاتجاه السلبي نحو العمل وأدائه بطريقة روتينية مقاومة للتطوير والإبداع ،وضعف الرغبة بالعمل وتجنب التحدث مع الآخرين من الأصدقاء والزملاء في العمل والإحساس باللوم والذنب وتآنيب الضمير والتغيب غير المبرر عن العمل(عمر محمد الخرايشة واحمد عبد الحليم، 2005).

اما مصادر الإرهاك النفسي فهي :

- التنوع في مصادر الضغوط النفسية وتداخلها مع بعضها ومنها البيئة الخارجية والمتغيرات التكنولوجية والاجتماعية والسياسية والمواقف الضاغطة والخوف والتهديد والإحباط تدخل في زيادة الإرهاك النفسي .
- أعباء العمل الزائد عن الحد (Overload) الذي يتضمن نمطين (العبء الكمي Quantitative Overload) المتعلق بكم الأعمال المطلوب من الفرد أدائها و(العبء الكيفي Qualitative Overload) ويتضمن الصعوبة في أداء العمل المطلوب من الفرد الذي ينقصه الكفاءة في أداء العمل أو وجود عدد من العوامل كزيادة المسؤولية وعدم وجود وقت كافي لانجاز العمل.
- نقص المساندة والدعم التي تعتبر من قمة المصادر الوظيفية للإرهاك النفسي ومن أشكال المساندة الإرشادية النصح ومساندة الأهل والأصدقاء .
- الضغوط الاجتماعية كزيادة الأعباء الأسرية وارتفاع مستوى الطموح .
- الضغوط الاقتصادية حين يقارن الفرد بين الجهد في العمل والدخل .

- التعب الجسدي المتمثل ببعض الاضطرابات السيكوسوماتية كالأرق والآم الظهر واضطرابات الهضم ،  
الصداع .... (شعبان ، 2011 : 189) و(علي ، 2008 : 50-59).

### النظريات المفسرة للإنهاك النفسي :

ترى نظرية التحليل النفسي بان الإنهاك النفسي ينتج عن ثلاث جوانب :

- 1-الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد .
  - 2-فقدان وظيفة الأنا المثالية في علاقتها بالآخرين ذوي اتصال مباشر في حياة الفرد .
  - 3-الكف للتفاعلات غير الملائمة او المتعارضة . (متولي ، 2005 : 39-69)
- أما السلوكيين يفسرون الإنهاك النفسي بانه حالة داخلية ناتجة عن عوامل وظروف بيئية مضطربة اذا ما ضبطت امكن تقليل الإنهاك النفسي لذلك يمكن استخدام استراتيجيات تعديل السلوك للتخفيف من آثاره (الحراملة ، 2007 : 4).ومن هذه الاستراتيجيات استخدم (هاكنين واخرون 2006) بعض الفنيات علاجية كالاسترخاء و الضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية ،التعزيز ،اخذ حمامات دافئة(روشان ، 2001 : 497)

اما النظرية الوجودية فيرجع الوجوديون مظاهر الانهاك النفسي الى قلة توافر المعنى في الحياة ،وان التوتر في حياة الفرد فراغ وجودي كما وصفه فيكتور فرانكل (2001) او انه إحباط لإرادة المعنى .

اما لانجلي (2003) اشار الى الانهاك النفسي يحدث نتيجة الامور الاتية :

- تعرض الفرد للصدمة نتيجة انه يبدأ حياته وعمله يمثل اهداف عالية لا يمكن تحقيقها .
- فشل الفرد في تحقيق اهدافه فيفقد نظرتة وتقديره لذاته وكذلك احترام الناس له .
- يشعر الفرد بالفراغ الوجودي نتيجة نقص الطاقة النفسجسمية وفقدان القدرة على التكيف مما يبدد حياة الفرد ويصاب بالإنهاك النفسي (Langle,2003 : 108).

وقدم الباحثين العديد من النماذج للإنهاك النفسي عند المعلمين منها نموذج شواب ( Schwab 1986 )  
( Jackso &Schuler Teacher Burnout Model )

لقد اشار هذا النموذج لنوعين من مصادر الإنهاك النفسي هما :

- 1- عوامل ترتبط بالمؤسسة ذاتها .
- 2- عوامل ترتبط بالمعلم (متغيرات شخصية ونفسية). لاحظ الشكل (1)

المصاحبات السلوكية	مظاهر الإنهاك النفسي	مصادر الإنهاك النفسي
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نية المدرس في ترك المهنة.</li> <li>• زيادة معدل التغيب عن المؤسسة</li> <li>• الجهد الذي تتطلبه مهنة التدريس.</li> <li>• التعب لأقل مجهود.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• استنزاف انفعالي</li> <li>• ضعف الاهتمام بالجانب الانساني.</li> <li>• الشعور بالانجاز النفسي الضعيف.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عوامل ترتبط بالمؤسسة:</li> <li>• صراع الدور ، غموض الدور ،عدم المشاركة في اتخاذ القرار ،</li> <li>• تأييد اجتماعي رديء ،الاستقلالية .</li> <li>• عوامل شخصية:</li> <li>• التوقعات المهنية،متغيرات شخصية (كالجنس والسن والخبرة )</li> </ul>

شكل(1) يوضح نموذج شواب لمصادر الإنهاك النفسي للمدرس ومظاهره ومصاحباته (Byrne,1999: 15- 37)

يتضح من النظريات التي تناولت موضوع الانهك النفسي ان هناك العديد من العوامل والمصادر التي تسبب الانهك النفسي وان معظمها تم الاستفادة منه في بناء ابعاد المقياس حيث اعتمد اطارا نظريا توليفيا بما يخدم البحث الحالي.

الدراسات السابقة : تم عرض الدراسات التي تناولت متغير مقارب لمتغير البحث وهو الاحتراق النفسي نظرا لندرة الدراسات التي تناولت الانهك النفسي للتدريسيات .

• **دراسة دانييلشك 1993 :** هدفت الدراسة الكشف عن مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي بين أعضاء الهيئات التدريسية و الموظفين و العاملين في كليات التربية الرياضية في جامعات أونتريو في كندا ، كما هدفت إلى معرفة أثر كل من متغيرات الجنس ، السن ، الحالة الاجتماعية ، و سنوات الخبرة في التعليم العالي و نوع التعيين على مستويات الاحتراق النفسي. أجريت الدراسة على عينة مفادها (253) فردا وأظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين (39 سنة أو أقل )، والإناث ، وغير المتزوجين ، و المدربين ، و الأفراد غير المثبتين في الخدمة ، عانوا من الإجهاد الانفعالي بدرجة أعلى من نظائريهم . كما أشارت النتائج إلى أن ضغوط العمل و المتمثلة في الحمل الوظيفي الزائد، وفرص العمل مرتبطة بشكل كبير بالإجهاد الانفعالي، في حين أن الهيكل التنظيمي للمؤسسة المتاحة و ضغط الوقت ( time pressure وتطور المصادر الإنسانية Human Resources Development مرتبطان بوضوح بتبلد المشاعر" (جودي، 2006: 15) و (الطحاينة ، وسهى ، 1996 :128).

• **دراسة الدبابسة 1993 :** هدفت الدراسة الكشف عن مستويات الاستنفاد النفسي لدى (308) أستاذ ، و أظهرت النتائج مستوى متوسط الدرجة من الاستنفاد النفسي بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاستنفاد النفسي لمتغير المؤهل العلمي على شدة تكرار الإجهاد الانفعالي لصالح الأساتذة من حملة الشهادة الجامعية. و توجد فروق دالة في درجة الاستنفاد النفسي لمتغير الجنس على شدة الضغط الانفعالي و تكراره و شدة نقص الشعور بالإنجاز وذلك لصالح الذكور . كما ظهرت فروق ذات دلالة في درجة الاستنفاد النفسي لمتغير سنوات الخبرة علي تكرار الضغط الانفعالي لصالح الأساتذة من ذوى الخبرة القصيرة ، بالإضافة إلي ظهور فروق دالة لمتغير الدخل الشهري علي شدة الضغط الانفعالي و شدة تبدد المشاعر لصالح الأساتذة من ذوى الدخل المرتفع" (جودي، 2006: 15).

• **دراسة ال مشرف 2002:** هدفت الى التعرف على مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض للتدريسيات بجامعة الملك سعود على عينة مفادها (45) تدريسية وتم إعداد أداة من واقع التدريسيات وبينت النتائج درجة مرتفعة من الاحتراق النفسي وحصلت مصادر البيئة المادية للتدريس وآثار ضغوط العمل والعلاقات مع الطالبات والإدارة على متوسطات مرتفعة ، كما كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية وفقا لمتغيرات العمر، والدرجة العلمية والتخصص وسنوات الخبرة" (ال مشرف، 2002: 193) .

• **دراسة بن زروال فتيحة 2002 :** "و قد استهدفت هذه الدراسة إلى معرفة مصادر و مستويات الإجهاد لدى الأستاذ الجامعي و استراتيجيات المرشد النفسي في علاجه و الوقاية منه. شملت عينة من أساتذة

بجامعة العقيد الحاج لخضر بباتنة مكونة من (84) أستاذ و(17) مرشد نفسي . استخدمت الباحثة معلومات خاصة (الجنس ، العمر ، الرتبة الأكاديمية ، الخبرة في التدريس الجامعي) ، ويخص الجزء الثاني مصادر و مستويات الإجهاد و يحتوي على(57) عبارة تتوزع على 7 محاور هي: الحوافز ، النظرة الاجتماعية، محتوى العمل، الظروف الفيزيائية للعمل، الإدارة، الطلبة، الزملاء . أما الجزء الثالث منه فكان لأعراض الإجهاد المهني و أشتمل على(42) عبارة موزعة على 4 محاور: الأعراض السيكوسوماتية ، الأعراض النفسية ، الأعراض السلوكية".

" قد جاءت نتائج الدراسة موضحة بأن مستوى الإجهاد كان يميل إلى المتوسط ، وأظهرت عدم وجود فروق جوهرية بين فئات نوع الكلية و فئات متغير العمر في مستوى الإجهاد ، كما أظهرت النتائج فروق جوهرية بين فئات الرتبة الأكاديمية على غرار الفئة الأكبر في السن (16-23) سنة في مستوى الإجهاد لصالحها . وكشفت النتائج ان مصادر الضغط النفسي لأفراد العينة يولون أهمية إلى النظرة الاجتماعية ، فالحوافز ، فالطلبة ، ثم إلى الزملاء كمصادر لشعورهم بالإجهاد" ( بن زروال ، 2002 : 183 ) .

• **دراسة الرفاعي 2010:** "هدفت الدراسة الى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين في جامعة أربيا ، في ضوء متغيرات العمر ، المؤهل العلمي ، التخصص ، سنوات الخبرة في التدريس والجنسية والحالة الاجتماعية ومستوى الدخل الشهري وعدد الطلاب في القاعة الدراسية والنصاب التدريسي في الأسبوع . أجريت الدراسة على عينة تضم (77) تدريسيًا وأظهرت نتائج الدراسة أن الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس كان بدرجة متوسطة على المقياس الكلي وأبعاد عدم الرضا الوظيفي وانخفاض المساندة الإدارية وضغوط المهنة والإجهاد الانفعالي للمدرس ، وبدرجة عالية على بعد الاتجاه السلبي نحو الطلبة ، إضافة لوجود فروق ذات إحصائية لمتغير النصاب التدريسي ولم تظهر فروق للمتغيرات الأخرى" (الرفاعي، 2010 : 297-351).

• **دراسة النوري (2011):** "هدفت الدراسة الى الكشف عن مدى وجود ظاهرة الاحتراق والتعرف على مجالات الاحتراق تبعاً للظروف ذات الدلالة عليها، وقد وزعت الاستبانة على (50) عضو هيئة تدريسية واطهرت النتائج ان الذكور اكثر تعرضا للاحتراق من الاناث وان الاعمار من (46 فاكتر) يتعرضون الى الاحتراق بمستوى اعلى وهو مرتبط بالقدرة الجسدية والتقدم بالعمر وحجم المسؤولية ،وقد اظهرت النتائج ان التدريسيين بمرتبة استاذ مساعد اكثر تعرضا للاحتراق من الاخرين ثم منهم بمرتبة مدرس" (النوري، 2011 : 85-99).

• **دراسة العسكري ورناء (2011):** "هدفت الدراسة لقياس الاحتراق النفسي لدى تدريسيات كلية التربية الجامعة المستنصرية والتعرف على الفروق الفردية في الاحتراق النفسي وفق متغير الحالة الاجتماعية (متزوجة وغير متزوجة) طبق البحث على عينة مفادها (100) تدريسية و تم تبين مقياس صالح 1995 واطهرت النتائج امتلاك التدريسيات مستوى من الاحتراق النفسي اعلى من المتوسط الفرضي للمقياس وان التدريسيات المتزوجات اكثر تعرضاً للاحتراق النفسي" (العسكري ورناء، 2011 : 1-19).

• **دراسة خوين (2018):** "يهدف هذا البحث الى معرفة العلاقة بين الالتزام والأبعاد التي تتكون منه والاحترق النفسي من خلال استبانة وزعت على (52) تدريسي، إظهرت النتائج وجود علاقة مؤثرة بين (المؤهل العلمي والخدمة والعمر) مع الاحترق النفسي وعدم تأثير الجنس والحالة الاجتماعية بذلك" (خوين، 2018: 47-68) .

• **دراسة ملال ومليكة (2018)** "استهدفت معرفة الاحترق النفسي لدى أساتذة الجامعة، حيث تم إجراء الدراسة على عينة قوامها 200 أستاذة) من جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، استخدام مقياس الاحترق النفسي لماسلاش و جاكسون (ES-MBI) (بعد التأكد من خصائصه السيكومترية، تم التوصل إلى أن أساتذة الجامعة يعانون من مستويات احتراق نفسي متوسطة، كما تم التوصل إلى وجود فروق دالة في مستوى الاحترق النفسي تعزى لتخصص الأستاذ الجامعي، بينما لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاحترق النفسي تعزى لجنس الأستاذ الجامعي".

**تعقيب على الدراسات السابقة :** معظم الدراسات أجريت على المعلمين والمدرسين بالمدارس ومدرسي التربية الخاصة اما التي اجريت بالجامعات فقد تناولت بعضها تدريسي التربية الرياضية، وقد تم عرض الدراسات التي تناولت الكادر التدريسي في الجامعات فقط وهي بدورها تتباين في المتغيرات و أدوات البحث المستخدمة وعدد عيناتها.

**منهجية البحث وإجراءاته**

تم استخدام المنهج الوصفي لتحقيق أهداف البحث والإجابة عن تساؤلاته.

**عينة البحث Research**

تألقت عينة البحث (60) من تدريسيات جامعة الموصل ، تم اختيار عينة بالطريقة طبقية عشوائية متساوية من مجتمع البحث البالغ (1717) تدريسية، لقد فقدت العديد من الاستثمارات بعد توزيعها للأقسام لكون الطرف استثنائي لجامعة الموصل بعد التحرير وهدم العديد من مباني الاقسام العلمية التي يتواجد فيها التدريسيات مما ادى لصعوبة الحصول على الاستجابات المطلوبة ، كما أهملت الاستثمارات غير مكتملة الاستجابة لاحظ جدول(1).

**جدول ( 1 ) توزيع عينة البحث الاساسية من تدريسيات الكليات في جامعة الموصل**

المجموع	العدد	الكلية	التخصص
30	10	التربية العلوم الصرفة	الاقسام العلمية
	10	الهندسة	
	10	الإدارة والاقتصاد	
30	10	التربية للبنات الأقسام الإنسانية	الاقسام الأدبية
	10	العلوم الإسلامية	
	10	الآداب	
60	60		المجموع

أداة البحث **Research Tool**

تم إعداد أداة لقياس الإنهاك النفسي بما يتلاءم مع متطلبات البحث الحالي حيث تم إتباع الخطوات العلمية لإعداد المقاييس النفسية المرجعية المعيار ، والتي ينبغي أن تبدأ بتحديد المنطلقات النظرية التي يستند إليها الباحث في بناء المقياس إذ يشير "كرونباخ Cronbach" إلى ضرورة أن يبدأ الباحث بتحديد المفاهيم البنائية التي تستند عليها أو تتطلق منها إجراءات بناء المقاييس النفسية قبل البدء بإجراءات البناء (530: Cronbach, 1970) وذلك من خلال الإطلاع على الأدبيات والمصادر والمقاييس السابقة التي تناولت الإنهاك النفسي ومكوناته وخصائصه ومؤشرات المطلوب توافرها لدى الشخص لكي نحكم عليه بأنه منهك نفسياً .

كما تم اعتماد المنهج العقلي أو المنطقي (Rational) في بناء المقياس فضلاً عن الاستفادة من منهج الخبرة (Experience) وذلك من خلال الاستعانة بأراء الخبراء والخبرات الشخصية للتدريسيات. وبهذا تم توزيع فقرات المقياس حسب أبعاده الخمسة (انفعالي (20) فقرة، جسدي (20) فقرة، أحداث الحياة (22) فقرة، ضغوط مهنية (20) فقرة، اجتماعي (18) فقرة) المجموع (100) فقرة لاحظ ملحق (1).

**الصدق Validity:**

اعتمد الصدق الظاهري (**Face Validity**) وذلك بعرض الأداة على لجنة من الخبراء ذوي الاختصاص في التربية وعلم النفس \* \* للحكم على صلاحية الفقرات والتحقق من الصدق الظاهري وبعد الاطلاع على آرائهم وملاحظاتهم فقد حصلت الفقرات على نسبة موافقة (80%) فأكثر بعد اجراء بعض التعديلات الطفيفة على بعض الفقرات ، اذ يعد اتفاق المحكمين نوعاً من الصدق الظاهري (Stanly and Kenneth, 1972, p:104) . فالفقرة تعد صادقة (ظاهرياً) عندما يتفق عليها الخبراء بنسبة مقبولة ويفضل ان تكون هذه النسبة (75%) فأكثر ويعتمد ذلك على طبيعة الخاصية المقاسة (العجيلي 2005، ص112) وقد تم حذف وتعديل وإضافة بعض الفقرات وبذلك أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (93) فقرة لاحظ ملحق (2) .

كما اعتمد صدق البناء (**Construct Validity**) ويقصد بذلك النوع من الصدق ، الذي يبين مدى العلاقة بين الأساس النظري للاختبار ، وفقرات الاختبار ويهدف صدق البناء الى تحديد عدد من الصفات التي يتميز بها المقياس وطبيعته التي تشكل اساساً مجموعة من العلاقات او درجات مقياس ما (ملحم، 2005، ص274) فصدق البناء عبارة عن "تحليل معنى درجات المقياس في ضوء المفاهيم النفسية" (الجلبي، 2005، ص102) . ولغرض التحقق من صدق البناء تم اعتماد الاجراءات ادناه:

تم التحقق من القوة التمييزية للفقرات باستعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups من خلال تطبيق المقياس على عينة التمييز البالغة (92) تدريسية، وقد حلت الاستجابات من خلال تصحيح استمارات الاستجابة ، ثم احتسبت الدرجة الكلية لكل استمارة ورتبت جميع الاستمارات تنازلياً وفقاً للدرجات الكلية من اعلى درجة الى ادنى درجة، ولتحديد حجم العينتين المتطرفتين العليا والدنيا تم تصنيف

الاستمارات وذلك لكون العينة اقل من (100) الى (46) من الاستمارات التي حصلت على اعلى الدرجات لتمثل المجموعة العليا وقد تراوحت درجاتها بين (112-224) درجة وكذلك ادنى الدرجات لتمثل المجموعة الدنيا وبلغت (46) استمارة وقد تراوحت درجاتها بين (229-401) درجة (الدليمي وعدنان، 2005: 80). ثم احتسبت القيمة التائية لكل فقرة من الفقرات باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (1.960) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (90) وتبين ان القيم التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية باستثناء (10) فقرات غير دالة هي (40، 16، 72، 71، 80، 82، 81، 83، 85، 87) فقد كانت قيمها التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية وتدل هذه النتيجة على ان هذه الفقرات غير مميزة ولذلك تم حذفها فاصبح المقياس مكون من (83) فقرة والجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) القيم التائية المحسوبة لفقرات مقياس الانهاك النفسي

القيمة التائية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ت	القيمة التائية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	ت
5.961	1.275	3.86	47	3.463	.9128	2.500	46	1
5.961	1.381	2.217		3.463	.8936	1.847	46	
7.014	1.094	4.043	48	3.071	1.032	2.152	46	2
7.014	1.163	2.391		3.071	.861	1.543	46	
4.034	.808	4.543	49	4.132	1.479	2.652	46	3
4.034	1.720	3.413		4.132	.932	1.587	46	
4.567	.779	4.717	50	4.063	1.486	2.543	46	4
4.567	1.559	3.543		4.063	.836	1.521	46	
5.847	.886	4.717	51	6.215	1.234	3.826	46	5
5.847	1.408	3.282		6.215	1.214	2.239	46	
3.974	1.672	3.152	52	4.340	1.177	2.239	46	6
3.974	1.353	1.891		4.340	.678	1.369	46	
4.097	1.534	2.956	53	6.086	1.159	3.108	46	7
4.097	1.250	1.760		6.086	.916	1.782	46	
4.617	1.084	4.391	54	3.950	1.245	3.217	46	8
4.617	1.769	2.978		3.950	1.287	2.173	46	
4.626	1.389	2.739	55	2.691	1.491	2.326	46	9
4.626	1.068	1.543		2.691	1.021	1.608	46	
4.802	1.084	3.608	56	5.078	1.223	3.456	46	10
4.802	1.488	2.304		5.078	1.113	2.217	46	
5.735	1.327	3.717	57	2.587	1.087	3.869	46	11
5.735	1.252	2.173		2.587	1.534	3.152	46	
3.987	1.123	4.065	58	4.743	1.468	2.978	46	12
3.987	1.374	3.021		4.743	1.046	1.7174	46	
6.050	1.219	3.739	59	3.999	1.544	2.543	46	13

	46	دنيا	1.500	.862	3.999		2.239	1.158	6.050
14	46	عليا	2.673	1.476	5.393	60	3.717	1.544	4.731
	46	دنيا	1.391	.649	5.393		2.260	1.405	4.731
15	46	عليا	2.391	1.357	5.254	61	3.347	1.479	5.095
	46	دنيا	1.260	.534	5.254		1.956	1.114	5.095
16	46	عليا	3.717	1.186	1.111	62	3.065	1.496	4.899
	46	دنيا	3.391	1.598	1.111		1.739	1.063	4.899
17	46	عليا	1.913	1.131	2.910	63	3.478	1.441	4.632
	46	دنيا	1.347	.673	2.910		2.195	1.204	4.632
18	46	عليا	2.543	1.471	4.501	64	3.891	1.215	4.409
	46	دنيا	1.413	.858	4.501		2.695	1.380	4.409
19	46	عليا	2.695	1.547	4.394	65	4.391	.906	3.884
	46	دنيا	1.50	1.005	4.394		3.347	1.580	3.884
20	46	عليا	2.891	1.448	5.957	66	3.195	1.408	5.520
	46	دنيا	1.4348	.806	5.957		1.739	1.104	5.520
21	46	عليا	3.06	1.540	4.900	67	4.239	.899	7.664
	46	دنيا	1.673	1.155	4.900		2.413	1.342	7.664
22	46	عليا	2.521	1.683	3.589	68	3.869	1.275	3.339
	46	دنيا	1.478	1.027	3.589		2.891	1.523	3.339
23	46	عليا	2.9565	1.519	3.543	69	4.000	1.154	3.135
	46	دنيا	1.913	1.296	3.543		3.130	1.484	3.135
24	46	عليا	3.50	1.187	7.764	70	3.065	1.289	3.662
	46	دنيا	1.7609	.947	7.764		2.108	1.215	3.662
25	46	عليا	3.695	1.280	8.542	71	3.739	1.289	1.719
	46	دنيا	1.695	.939	8.542		3.217	1.604	1.719
26	46	عليا	3.93	1.143	10.034	72	2.065	1.289	1.439
	46	دنيا	1.760	.923	10.034		1.695	1.171	1.439
27	46	عليا	2.565	1.470	5.610	73	2.391	1.374	3.070
	46	دنيا	1.239	.638	5.610		1.587	1.126	3.070
28	46	عليا	4.043	1.429	2.808	74	1.978	1.238	3.523
	46	دنيا	3.173	1.539	2.808		1.260	.612	3.523
29	46	عليا	3.7391	1.323	7.797	75	2.978	1.483	5.471
	46	دنيا	1.76	1.099	7.797		1.543	.982	5.471
30	46	عليا	2.3913	1.512	3.756	76	2.521	1.471	3.983
	46	دنيا	1.434	.834	3.756		1.543	.780	3.983
31	46	عليا	3.978	1.374	6.123	77	2.652	1.303	5.487
	46	دنيا	2.304	1.244	6.123		1.413	.804	5.487
32	46	عليا	2.217	1.298	5.233	78	3.717	1.515	4.742
	46	دنيا	1.152	.469	5.233		2.217	1.518	4.742
33	46	عليا	2.67	1.383	5.892	79	2.804	1.408	3.441
	46	دنيا	1.304	.756	5.892		1.913	1.050	3.441

34	46	عليا	2.565	1.470	5.258	80	3.173	1.595	1.819
	46	دنيا	1.304	.695	5.258		2.565	1.614	1.819
35	46	عليا	3.543	1.425	7.255	81	2.826	1.387	1.635
	46	دنيا	1.587	1.146	7.255		2.369	1.288	1.635
36	46	عليا	2.304	1.503	4.350	82	3.891	1.320	1.229
	46	دنيا	1.239	.705	4.350		3.500	1.709	1.229
37	46	عليا	3.978	1.164	6.193	83	4.217	1.172	1.689
	46	دنيا	2.369	1.322	6.193		3.695	1.736	1.689
38	46	عليا	3.608	1.201	5.953	84	1.869	1.343	2.587
	46	دنيا	2.108	1.215	5.953		1.282	.750	2.587
39	46	عليا	3.760	1.099	6.101	85	3.913	1.488	1.598
	46	دنيا	2.326	1.155	6.101		3.391	1.639	1.598
40	46	عليا	2.978	1.105	1.002	86	2.934	1.420	5.297
	46	دنيا	2.717	1.377	1.002		1.630	.878	5.297
41	46	عليا	3.130	1.326	3.800	87	1.760	1.099	1.908
	46	دنيا	2.108	1.251	3.800		1.369	.852	1.908
42	46	عليا	1.847	1.349	3.699	88	3.347	1.508	5.498
	46	دنيا	1.087	.354	3.699		1.869	1.024	5.498
43	46	عليا	1.565	1.046	2.687	89	2.021	1.238	2.194
	46	دنيا	1.108	.482	2.687		1.543	.808	2.194
44	46	عليا	1.521	1.069	2.617	90	1.739	1.083	1.999
	46	دنيا	1.087	.354	2.617		1.34	.766	1.999
45	46	عليا	2.108	1.594	3.934	91	1.84	1.365	3.153
	46	دنيا	1.152	.419	3.934		1.173	.485	3.153
46	46	عليا	2.130	1.423	3.228	92	281.47	37.636	14.446
	46	دنيا	1.347	.822	3.228		181.56	27.998	14.446

### الثبات Reliability

وتم احتساب الثبات بعدة طرق وهي طريقة الفا كرونباخ (Cronbach, 1951) بسحب (40) استمارات عشوائية من تطبيق المقياس ، وتؤدي هذه الطريقة إلى معامل اتساق داخلي لبنية المقياس (عودة ، 1999: 355) . وقد بلغت قيمة معامل الفا كرونباخ (0.971) وطريقة جثمان (0.953) وطريقة strictly (0.963), parallel إذ يشير "فوران" Foran إلى أن معامل الثبات الجيد ينبغي أن يزيد عن (0.70) (Foran, 1961:85) كما وجدت الثبات للأبعاد بطريقة الفا كرونباخ وكانت كالاتي : اجتماعي(0.865) ، جسدي (0.923) ، انفعالي(0.858) ، أحداث الحياة(0.856) ، ضغوط مهنية(0.878).

ولغرض تصحيح المقياس وضع مقياس خماسي (تتطبق علي بدرجة كبيرة جداً، تتطبق علي بدرجة كبيرة ، تتطبق علي بدرجة متوسطة ، تتطبق علي بدرجة قليلة ، تتطبق علي بدرجة قليلة جداً) يعطي (5، 4، 3، 2، 1، درجات للقرات وعكسها للقرات الايجابية، أما المتوسط النظري للمقياس فكان (249) درجة .

الوسائل الإحصائية: تم استخدام الوسائل الإحصائية التالية وبمساعدة البرنامج الإحصائي ( SPSS )، معامل الفاكرونباخ وجثمان و strictly parallel ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، الاختبار التائي لعينة واحدة.

نتائج البحث : عرضها ومناقشتها:

أولاً : التعرف على الإنهاك النفسي لدى تدريسيات جامعة الموصل .

لقياس الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة تم استخراج الوسط الحسابي لعينة البحث إذ بلغ (267.3) درجة بانحراف معياري قدره (45.356) وعند مقارنة الوسط الحسابي بالوسط النظري للمقياس البالغ (249) درجة باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ،بلغت القيمة التائية المحسوبة (3.125) درجة وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) وتبين أن الفرق دال إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) هذا يعني رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة ويشير هذا الى وجود فرق دال معنوياً بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري للمقياس ولصالح المتوسط (المتحقق) لاحظ جدول (3) .

جدول (3) الوسط الحسابي والنظري والانحراف المعياري لدرجات الإنهاك النفسي والقيمة التائية المحسوبة والجدولية

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى دلالة
60	267.3	45.356	249	3.125	2	0.05

وهذا يشير إلى أن تدريسيات الجامعة لديهم مستوى عال من الإنهاك النفسي وتعزو الباحثان هذا إلى ضغوط الحياة نظراً لما تعرضت له مدينة الموصل من أحداث احتلال من عصابات داعش وعمليات التحرير إضافة إلى الضغوط المهنية والعمل المتمثلة في الحمل الوظيفي وضغط الوقت وإضافة للضغوط الأسرية والاجتماعية للتدريسيات .وتطابقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من دانيشك (1993)وال مشرف (2002)والعسكري ورننا (2011) إذ توصلت هذه الدراسات إلى وجود مستوى عالي من الإجهاد النفسي ،وقد توصلت دراسة الدبابسة (1993)وبن زورال فتيحة (2002)ودراسة الرفاعي(2010) و دراسة ملال ومليكة (2018)الى درجة متوسطة من الاستنفاد والإجهاد النفسي .

ثانياً : التعرف على الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة حسب أبعاده (إنهاك جسدي ، واجتماعي ، وانفعالي ، أحداث الحياة ،ضغوط مهنية ) .

وتشير النتائج الموضحة في الجدول (4) أعلاه إلى إن أعلى قيم الإنهاك النفسي في بعد الضغوط المهنية دال احصائياً إذ بلغت القيمة التائية (2.927)وهي اعلى من القيمة التائية المحسوبة البالغة(2)وبوسط حسابي (58.266)وهو اعلى من الوسط الفرضي البالغ(54)،ثم الإنهاك الاجتماعي والانفعالي إذ بلغت القيمة التائية(9.977)(5.977) لكنهما غير دالين احصائياً كون المتوسط حسابي(26.433)،(39.73) وهو اقل من الوسط الفرضي البالغ (36)،(48) ومن ثم الإنهاك الجسدي

بوسط حسابي قدره (50.583) و القيمة التائية غير دالة احصائيا إذ بلغت (1.747) وأحداث الحياة بوسط حسابي (55.983) والقيمة التائية غير دالة احصائيا إذ بلغت (0.763) لاحظ جدول (4).

جدول (4) الوسط الحسابي والوسط النظري والانحراف المعياري لدرجات الانهك النفسي حسب ابعاده والقيمة التائية المحسوبة والجدولية

الابعاد	عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط النظري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية (2) عند مستوى (0.05)
انفعالي	60	39.73	10.713	48	5.977	دالة
جسدي	60	50.583	15.151	54	1.747	غير دالة
أحداث الحياة	60	55.983	10.326	57	.763	غير دالة
ضغوط مهنية	60	58.266	11.292	54	2.927	غير دالة
اجتماعي	60	26.433	7.4273	36	9.977	غير دالة

يتضح من النتائج التي تم التوصل اليها ان المجتمع وبالتحديد طبيعة ومتطلبات المجتمع الموصل له تأثير في ارتفاع درجة الانهك للمرأة العاملة عامة والتدريسيات على وجه الخصوص لما يتطلب من المرأة العمل مضاعف من حيث واجبات العمل من تدريس وبحوث وتعامل مع الطلبة فهي تكمل عملها بعد العودة الى المنزل بالأعمال المنزلية من تنظيف واعداد الطعام وتهتم بالأطفال وتربيتهم وتدرسيهم، كل ذلك يستنزف منها جهد عقلي وجسدي اضافي، بينما المرأة في مناطق ودول اخرى قد يسهل عليهم توفر مدبرات المنزل والمربيات للأطفال مما يخفف الجهد عنهن.

لقد تطابقت هذه النتيجة مع دراسة دانيشك (1993) وال مشرف (2002) بارتباط الضغوط المهنية والانفعالية بالإجهاد الانفعالي وأرجعت دراسة بن زورال فتيحة (2002) سبب ذلك الى النظرة الاجتماعية واستخدام آليات الهروب الدفاعية أكثر من آليات المقاومة، أما دراسة النوري (2011) فقد ربطت الإجهاد بالقدرة الجسدية وتقدم العمر وخالفت النتائج دراسة خوين (2018) بعدم تأثير الحالة الاجتماعية بالإنهك النفسي .

**ثالثاً: التعرف على طبيعة الفروق في الإنهك النفسي تبعاً لمتغير التخصص (علمي - أنساني).**

للتعرف على دلالة الفروق في درجة الإنهك النفسي لدى تدريسيات الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي - أنساني) إذ بلغ المتوسط الحسابي للتخصص العلمي (271.0) وانحراف معياري قدره (56.7902) بينما بلغ المتوسط الحسابي للتخصصات الانسانية (263.344) وانحراف معياري قدره (29.120) وعند اختبارهما باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين بلغت القيمة التائية المحسوبة (0.650) هي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (2) وهي غير دالة عند مستوى دلالة (0.05) والجدول (5) الأتي يوضح ذلك.

جدول (5) الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات الانهك النفسي حسب التخصص علمي - انساني والقيمة التائية المحسوبة والجدولية

التخصص	عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة عند (0.05)
علمي	31	271.0	56.7902	0.650	2	غير دال
انساني	29	263.344	29.120			

يشير ذلك الى عدم تأثر الانهك النفسي بنوع التخصص فالظروف التي تعانيها التدريسيات متساوية تقريبا لنفس المجتمع الجامعي من حيث ادائهن للتدريس و تعاملهن مع الطلبة .

وافقت هذه النتيجة دراسة بن زورال فتيحة (2002) حيث أظهرت عدم وجود فروق في نوع الكلية وخالفنت دراسة ال مشرف (2002) و دراسة ملال ومليكة (2018) التي توصلت إلى وجود فروق دالة إحصائية حسب نوع التخصص.

رابعاً: التعرف على طبيعة الفروق في الإنهاك النفسي لدى تدريسيات الجامعة تبعاً للمتغيرات الآتية (الشهادة، العمر، سنوات الخبرة التدريسية) .

جدول (6) الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في مستوى الإنهاك النفسي تبعاً لعدد من المتغيرات (الشهادة- العمر- سنوات الخبرة التدريسية)

متغيرات الدراسة	عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة عند (0.05)
الشهادة	34	266.2353	47.46677	0.206	2	غير دال
	26	268.6923	43.32922			
العمر	12	263.7500	31.91217	0.301	2	غير دال
	48	268.1875	48.37471			
سنوات الخبرة	36	270.3333	46.56854	0.631	2	غير دال
	24	262.7500	44.05851			

وتشير النتائج الموضحة في الجدول (6) أعلاه إلى عدم وجود دلالة إحصائية للمتغيرات (الشهادة، العمر، سنوات الخبرة التدريسية) في الإنهاك النفسي .

وقد وخالفنت نتائج البحث الحالي دراسة دانيلاشك (1993) بوجود درجة عالية من الإنهاك النفسي وفق العمر خاصة الاعمار ما بين (39 - و اقل) و دراسة الدبابسة (1993) حيث اظهرت فروق عالية بمتغير المؤهل العلمي وسنوات الخبرة. اما دراسة بن زورال فتيحة (2002) تطابقت نتائجها مع البحث الحالي بعدم وجود فروق لمتغير العمر وخالفنت نتائجها بوجود فروق بمتغير المؤهل العلمي. وخالفنت نتائج كل من دراسة ال مشرف (2002) والنوري (2011) وخوين (2018) والتي توصلوا الى درجة مرتفعة من الإنهاك النفسي تبعاً لمتغيرات (العمر والتخصص وسنوات الخبرة والمؤهل العلمي).

#### التوصيات :

- 1- الكشف عن الإنهاك النفسي لدى التدريسيات من خلال أعراضه الاولية للوقاية منه والتقليل من آثاره من خلال البرامج الإرشادية للحد منه حيث أظهرت النتائج وجود درجة إنهاك نفسي متوسطة لدى التدريسيات .
- 2- اعداد دورات وندوات خاصة بأعضاء الهيئة التدريسية تتعلق بكيفية مواجهة ضغوط الحياة بصورة عامة والعمل الوظيفي بصورة خاصة لاجل التكيف مع مشاكل التي تواجهه وكيفية التعامل معها .
- 3- تنظيم بعض الأنشطة الاجتماعية والترفيهية والسفرات التي تخفف من ضغوط العمل واهتمام الإدارة بالأقسام على العلاقات الاجتماعية بين أعضاء الهيئة التدريسية .

- 4- ضرورة ان يحظى موضوع الإنهاك النفسي باهتمام عمادات الكليات في جامعة الموصل والتخفيف من آثاره السلبية من خلال منح الحوافز المادية والمعنوية لأعضاء هيئة التدريس وتسهيل فرص الترقيات العلمية والتطوير الأكاديمي من خلال تسهيل مهام البحث العلمي .
- 5- الاهتمام بالنواحي الصحية والثقافية والاجتماعية.... وكذلك ان تضم المؤسسات الجامعية مجموعة متكاملة من السكن ورياض الاطفال والمدارس لكي تضمن التدريسيات تواجد افراد اسرهن بالقرب منهن وبهذا يرفع عن كاهلهن التفكير بمكان تواجدهم ووقت المدارس العامة الذي لا يتلائم مع دوام المؤسسات الجامعية .

#### المقترحات :

- 1- إجراء دراسات مسحية لمعرفة أسباب الإنهاك النفسي والظروف التي تسببه .
- 2- استخدام المقياس الحالي لإجراء دراسات لأعضاء الهيئة التدريسية في جامعات أخرى.
- 3- إجراء دراسات مقارنة لعينات مختلفة من التدريسيات لجامعات مختلفة .
- 4- ربط الإنهاك النفسي بمتغيرات نفسية واجتماعية .

## المصادر العربية :

- احمد ، إيمان شعبان (2011) الانهاك النفسي للام ذات الطفل التوحدي وعلاقته بإدارة موارد الأسرة، المؤتمر السنوي (العربي السادس - الدولي الثالث) تطوير برامج التعليم العالي النوعي في مصر والوطن العربي للفترة من 13-14 ابريل ،كلية التربية النوعية بالمنصورة .
- آل مشرف ، فريدة عبد الوهاب (2002) مصادر الاحتراق النفسي التي تتعرض لها عينة من عضوات هيئة التدريس بجامعة الملك سعود ، مجلة دراسات الخليج ، المجلد 28 ، العدد 105.
- عبد الرحمن ، علي (1992) مستويات الاحتراق النفسي لدى المشرفين التربويين في الاردن وعلاقته ببعض المتغيرات ، رسالة ماجستير ،جامعة اليرموك ، اربد ، الأردن .
- النوري ،مرتضى جبار (2011)قياس أبعاد الاحتراق النفسي وعلاقته بالمتغيرات الديموغرافية عند أعضاء الهيئة التدريسية في بعض كليات ومعاهد بغداد ،مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية ، العدد 86 ،(85-99) .
- بن زروال، فتيحة (2002) مصادر مستويات الإجهاد لدى الأستاذ الجامعي واستراتيجيات المرشد النفسي في علاجه والوقاية منه، مذكرة ماجستير غير منشورة، قسم علم النفس، جامعة الحاج لخضر - باتنة، ص318.
- توفيق، احمد(2006) تخلص من الأفكار والضغط النفسية، عمان، دار عالم الثقافة.
- جابر ،عبد الحميد جابر وعلاء الدين كفاقي ( ١٩٩٠ ) معجم علم النفس والطب النفسي ،الجزء ( ٣ ) ، القاهرة : دار النهضة العربية.
- جوادى، يوسف (2006) مصادر ومستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي دراسة ميدانية بجامعة قسنطينة ، رسالة ماجستير كلية العلوم الاجتماعية والعلوم الإنسانية ،جامعة الاخوة منتوري-قسنطينة .
- الحراملة ، احمد عبد الرحمن علي (2007) علاقة مفهوم الذات وبعض المتغيرات الديموغرافية بالاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في مدينة الرياض ، رسالة ماجستير ، كلية الدراسات العليا - الجامعة الاردنية .
- خوين ، سندس رضويوي (2018) علاقة بعض المتغيرات الديموغرافية في الاحتراق النفسي دراسة تحليلية لآراء أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية / الجامعة المستنصرية ، مجلة كلية بغداد للعلوم الاقتصادية ،المجلد: 0، العدد 55، (47-68) .
- الدليمي، احسان عليوي، وعدنان محمود المهداوي(2005) القياس والتقويم في العملية التعليمية ،ط2، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي .
- الرفاعي ، يحيى عبد الله و محمد فرحان القضاة (2010)مستويات الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات ،مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية ،المجلد الثاني-العدد الثاني .297-351.

- رجوات عبد اللطيف متولي (2005) الاحتراق النفسي لدى عينة من المحامين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والمهنية . رسالة دكتوراه ، كلية الاداب – جامعة المنيا .
- الروسان ، فاروق (1999) أساليب القياس والتشخيص التربوية الخاصة ، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع 33 .
- روشان ، آرثور (2001) دليلك للتعامل مع الضغط النفسي ، ترجمة امينة اليتون ، القاهرة ، الثقافة المصرية.
- الطحائية ، زياد لطفي ، وسهى أديب عيسى ( 1996 ) مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن و علاقتها ببعض المتغيرات " ، مجلة العلوم التربوية ، مج 23 ، ع 1 ، عمادة البحث العلمي ، الجامعة الأردنية ، ص128 .
- عبدالله ، محمد قاسم ( 2004 ) مدخل الى الصحة النفسية، عمان ، دار الفكر .
- العجيلي ، صباح حسين حمزة (2005) القياس والتقويم التربوي ، ط3، مكتبة التربية للطباعة والنشر ، صنعاء اليمن.
- عسكر ، علي وأحمد عبد الله (1988) مدى تعرض العاملين لضغوط العمل في بعض المهن الاجتماعية . مجلة العلوم الاجتماعية - جامعة الكويت ، المجلد (16) ، العدد ( ٤ ) ٦٥ - ٨٨ .
- العسكري ، كفاح يحيى ورناء عبد المنعم العباسي ( 2011 ) الاحتراق النفسي لدى تدريسيات كليات التربية الجامعة المستنصرية ، مجلة آداب مستنصرية المجلد :0 العدد :54 ، (1-25) .
- علي ، حسام محمود زكي (2008) الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمين الفئات الخاصة بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير كلية التربية جامعة المنيا .
- عمر محمد الخرايشة واحمد عبد الحليم عريسات (2005) الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم -مجلة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية -المجلد السابع عشر- العدد الثاني.
- المعموري ، ناجح (2011) الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الأسري ، لدى الممرضين العاملين في المستشفيات محافظة بابل ،مجلة العلوم الإنسانية -كلية التربية للعلوم الإنسانية، (175-18).
- ملحم ، سامي محمد (2005) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط3، دار المسيرة للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان الاردن.
- Nunnally, J. C. (1978). Psychometric Theory. New York: Mcgraw-Hill.
- Cronbach, J- (1970), Essential of Psychological Testing, New York, Acmition, Publishing.Co. inc.
- Langle, A. (2003) . Burnout – Existential meaning and possibilities of prevention . European psychotherapy, 4 (1) , 107-122

- Byrne, B. (1999): The Nomological Network of Teacher Burnout: A literature Review and Empirically Validated Model , In Vandenberghe, R. and Huberman, M. (1999): Understanding and Preventing Teacher Burnout:, A Sourcebook of International Research And Practice, Cambridge University press, pp. 15-37.
- Bilge, F. (2006): Examining the burnout of Academics in relation to job satisfaction and other factors, social behavior and personality, Available on [www.sbp-journal.com](http://www.sbp-journal.com).
- Samall, A., (2004), "A comparison of the Construed Validity of two Burnout Measures in two Group of Professionals", International Journal of Stress Management, Vol. 1 , No. 2.
- Stanley, C. J. & Kenneth, K. D. (1972). Educational and psychological measurement and evaluation, New York. Prentice-Hall.
- 
- References:
- Ahmed, Iman Shaaban (2011) "The psychological exhaustion of the mother of the autistic child and its relation to managing the resources of the family". The annual conference (the sixth Arab – the third international) the development of higher education programs in Egypt and the Arab world for the period April: 13-14.
- Abdullah, Mohammed Qassem (2004) Introduction to Mental Health. Dar Al-Fikr. Amman. Jordan.
- – Al-Dulaimi, Ihsan Aliwi, and Adnan Mahmoud Al-Mahdawi (2005) Measurement and Evaluation in the Educational Process, 2nd Edition, Ministry of Higher Education and Scientific Research.
- Ali, Hossam Mahmoud Zaki (2008) "psychological exhaustion and its relationship to marital compatibility and some demographic variables in a sample of teachers of special groups in Minia Governorate" Unpublished Master's thesis. Faculty of Education. Minia University.
- Al Musharraf, Farida Abdel Wahab (2002) The Sources of Psychological Burnout to which a Sample of Female Faculty Members at King Saud University are exposed, Journal of Gulf Studies, Volume 28, Issue 105.

- Abdel Rahman, Ali (1992) Levels of psychological burnout among educational supervisors in Jordan and its relationship to some variables, Master's thesis, Yarmouk University, Irbid, Jordan.
- Askar, Ali and Ahmed ,Abdullah (1988) "The Extent of Exposure of Workers to the Stress of Working in Some Social Professions". Journal of Social Sciences. Kuwait University. Kuwait 16 ( 4): 65-88
- Asker, KifahYahya & Al-Abbasi ,Rana Abdel-Moneim (2011) "Psychological combustion in the teaching of the faculties of education University of Mustansiriya". Journal of literature Mustansiriyah . ( 54): 1-25.
- Ben Zeroual, Fatihah (2002)" Sources of levels of stress in the university professor and the strategies of the psychological guide in his treatment and prevention". Unpublished Master's thesis. Department of Psychology. University of Haj Lakhdar .Batna: 3-8.
- Bilge, F. (2006)" Examining the burnout of Academics in relation to job satisfaction and other factors, social behavior and personality". Available on [www.sbp-journal.com](http://www.sbp-journal.com).
- Byrne, B. (1999) The Nomological Network of Teacher Burnout: A literature Review and Empirically Validated Model . In Vandenberghe, R. and Huberman, M. (1999) Understanding and Preventing Teacher Burnout. A Sourcebook of International Research And Practice. Cambridge University press: 15-37.
- Cronbach, J. (1970) Essential of Psychological Testing. Acmtion. Publishing.Co. inc New York.
- Al-Hramalah, Ahmed Abdul Rahman Ali (2007)" the relationship of the concept of self and some demographic variables in the psychological combustion of secondary school teachers in the city of Riyadh". Unpublished Master's thesis. Faculty of Graduate Studies . University of Jordan.
- Jaber, Abdel-Hamid Jaber &Kafafi, Alaeddin (1990) Dictionary of Psychology and Psychiatry. Part (3). Dar Al-Nahda Al Arabiya. Cairo.
- Jawadi, Youssef (2006) "Sources and Levels of Psychological Stress at the University Professor, a field study at the University of Constantine" .Unpublished Master's thesis. Faculty of Social Sciences and Humanities. Al-Akhwa University Mentori. Constantine.

- Al-Kharabsheh ,Omar Mohammed & Aresat, Ahmed Abdel-Halim (2005)" Psychological combustion among teachers with students with learning difficulties ".J. of Umm Al-Qura for educational, social and humanitarian sciences . 17. ( 2) :308.
- Khoen,Sundes Rudewe (2018)" Relationship of some demographic variables in psychological combustion Analytical study of the views of faculty members in the Faculty of Education". Journal of Baghdad College of Economic Sciences. University of Mustansiriya. (55) : 47-68.
- Langle, A. (2003) " Burnout – Existential meaning and possibilities of prevention" . European psychotherapy. 4 (1) :107-122
- Al-Mamouri, Najah (2011) "Psychological exhaustion and its relation to family adjustment, among nurses working in hospitals– Babil province" Journal of Human Sciences . Faculty of Education for Human Sciences :175-18
- Al-Mushrif, Farida Abdul Wahab (2002) "Sources of Psychological Burnout to a Sample of Female Members of the Teaching Staff at King Saud University". Journal of Gulf Studies. 28. Issue (105):194.
- Al-Noori, Murtada Jabbar (2011) "Measurement of the dimensions of psychological combustion and its relation to demographic variables in the faculty members of some colleges and institutes of Baghdad". Journal of Baghdad College of Economic Sciences. (86) : 85-99.
- Nunnally, J. C. (1978). Psychometric Theory.Mcgraw-Hill. New York
- Rafi'i, Yahya Abdullah & Al-Qudah ,Mohammed Farhan (2010)"Levels of psychological combustion among faculty members in the Teachers College in Abha in the light of some variables". Umm Al Qura University Journal of Educational and Psychological Sciences. II. (2): 297-351.
- Ragwat , Abdel Latif Metwally (2005) "Psychological combustion in a sample of lawyers and its relationship with some psychological and professional variables". Unpublished Ph.D thesis. Faculty of Arts. Minia University.
- Rousan, Farouk (1999) Methods of Measurement and Diagnosis Special Education. 1ed . Dar Al-Fikr for printing, publishing and distribution : 33
- .Roshan, Arthur (2001) Your Guide to Dealing with Stress. translated by Amina Elton, Egyptian Culture. Cairo

- Samall, A. (2004) "A comparison of the Construed Validity of two Burnout Measures in two Group of Professionals". International Journal of Stress Management 1. (2) .
- Stanley, C. J. & Kenneth, K. D. (1972). Educational and psychological measurement and evaluation, New York. Prentice–Hall.
- Tahayneh, Ziad Lotfi, & Issa, SuhaAdeeb (1996)"Levels of Psychological Burnout among Physical Education Teachers in Jordan and their Relation to Some Variables". Journal of Educational Sciences Deanship of Scientific Research, University of Jordan . 23 .(1):128
- Tawfiq, Ahmed (2006) Get rid of ideas and psychological pressure. Amman, Dar world of culture –Abdul Rahman, Ali (1992)" levels of psychological combustion of educational supervisors in Jordan and its relationship to some variables". Unpublished Master's thesis .Yarmouk University. Irbid. Jordan.

## ملحق (1)

## لجنة الخبراء في التربية وعلم النفس لمقياس الانهك النفسي

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	الجامعة	الكلية
1	استاذ	د. الهام الجماس	نينوى	الطب
2	استاذ	د.أسامة حامد محمد	الموصل	التربية
3	أستاذ	د. أحمد محمد نوري	الموصل	التربية الأساسية
4	أستاذ مساعد	د. سمير يونس	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
5	أستاذ مساعد	د.صبيحة ياسر مكحوف	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
6	أستاذ مساعد	د فضيلة عرفات	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
7	أستاذ مساعد	د.ذكرى يوسف جميل	الموصل	التربية الأساسية
8	أستاذ مساعد	د. علي سليمان حسن	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
9	أستاذ مساعد	د. ياسر محفوظ حامد	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
10	أستاذ مساعد	د قيس محمد علي	الموصل	التربية للعلوم الانسانية
11	أستاذ مساعد	د باسمة فارين السراج	الموصل	الأداب / علم اجتماع
12	أستاذ مساعد	د ايمان عبد الوهاب	الموصل	الأداب / علم اجتماع