كلية التربية
قسم الصحة النفسية

الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي وبعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا

رسالة مقدَّمة من

حسام محمود زكي علي

المعيد بقسم الصحة النفسية

كلية التربية ــ جامعة المنيا

لاستكمال متطلبات الحصول علي درجة الماجستير في التربية

(تخصص الصحة النفسية)

إشراف

أ.د/ صابر حجازي عبد المولى

أستاذ الصحة النفسية غير المتفرغ وعميد التربية النوعية سابقا كلية التربية ــ جامعة المنيا

أ.د/ مشيرة عبد الحميد اليوسفي

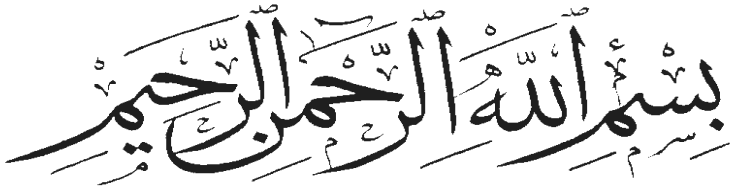
أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية كلية التربية ــ جامعة المنيا

أ.د/ سيد عبد العظيم محمد

أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية ــ جامعة المنيا

ووكيل كلية التربية النوعية لشئون التعليم والطلاب ــ جامعة المنيا

٢٠٠٨ م / ١٤٢٩ هـ



" لا يُكَلِّفُ اللّهُ نَفْساً إِلاَّ وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لا تُؤَاخِذْنَا إِن نَّسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلاَ تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْراً كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلاَ تُحَمِّلْنَا مَا لاَ طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنتَ مَوْلاَنَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ " .

صدق الله العظيم
البقرة آية (٢٨٦)

إهداء

إلى :

نبع الحياة ونبضها وأمنها ...

أبي

دفء الحياة وعطفها وحبها ...

أمي

سند الحياة وظلها وعزها ...

أختي

شمس العلم ونورها ...

أساتذتي

من أرجو لقاءهم في الفردوس الأعلى ...

جدي زكي، وعمي بكري، وماجد

روح أسأل اللهَ أن يرحمها ...

أبي شوقي

أهدي هذا العمل

شكر وتقدير

" ... رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحاً تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ " **سورة النمل آية (١٩)** .

وقال رسول الله ــ صلى الله عليه وسلم ــ : " مَنْ لَمْ يَشْكِرِ الناسَ لمْ يشكرِ اللهَ " **(١٣٢ : ٤٥٥)** *.

الحمد لله الذي تتمُّ به الصالحات ، والشكر له على ما أعطى من نعمات ، عالم السرائر والنيات، فاللهُمَّ إني أحمدك حمدا كثيرا طيبا مباركا كما ينبغي لجلال وجهك ولعظيم سلطانك ، والصلاة والسلام على سيدنا محمد معلم البشرية جمعاء ، فاللهُمَّ ابعثه مقاما محمودا الذي وعدته ، ... وبعد :

لا يسعني وقد بلغ العمل هذه المرحلة إلا أن أشكر أصحاب الفضل في ذلك ، فلم يكن هذا العمل ليصل إلى صورته الحالية لولا توفيق الله أولاً ، ثم جهود كثير من رواد البحث في مجال التربية وعلم النفس ، وأصحاب الفضل ، وفي مقدمتهم أستاذي : الأستاذ الدكتور / **صابر حجازي عبد المولى** ، أستاذ الصحة النفسية غير المتفرغ بكلية التربية ، وعميد كلية التربية النوعية جامعة المنيا سابقا ، هذا الرجل المُعْطَاءُ الذي تتجسَّد في عطائه كل معاني الكرم والمروءة ، له الشكر على ما منحني إياه من الوقت والجَهد ، والذي قاد الخُطى فنعم القائدُ ، وعلى تفضله بالإشراف على ذلك العمل ؛ فكان نعم المُعِينُ فلم يبخلْ عليَّ بجَهدٍ أو مساعدةٍ رغمَ أعبائه المتعددة ، فأسألك اللهُمَّ له النعيمَ المقيمَ الذي لا يحول ولا يزول عنه في الدنيا ولا في الآخرة ، وأدمْ عليه فضلك وسترك يارب العالمين .

وأتقدم بأرقى عبارات الشكر إلى أستَاذتي الجليلة الأستاذة الدكتورة/ **مشيرة عبد الحميد اليوسفي**، أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنيا ، والتي أفادتْني بحقٍ عِلميا وخُلُقيا، ووجهتْ خطواتي في كل مراحل إعداد هذا العمل منذ بداية الفكرة حتى الانتهاء منه ، ولِمَا غمرتْنِي به منذ دراستي في الدبلوم المهني من حنانٍ أمومي ونصحٍ وتوجيهٍ، وما تحملتْه من أعباء ، وما قدمتْه من عونٍ يَسَّرَ لهذا العمل أن يخرج للنور ، فأسألك اللهُمَّ أن تمنحها من العمر أسعده ، ومن الإحسان أتمَّه ، ومن العمل أصلحه ، ومن العلم أنفعه ، ومن الرزق أوسعه ، فلها من الله خير الجزاء ومن الباحث عظيم الشكر والعرفان .

---

* يشير الرقم الأول إلى رقم المرجع في قائمة المراجع ، ويشير الرقم الثاني إلى رقم الصفحة أو الصفحات .

كما أقفُ احتراما وتقديرا لأستاذي سعادة الأستاذ الدكتور / **سيد عبد العظيم محمد** ، أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية ، ووكيل كلية التربية النوعية لشئون التعليم والطلاب جامعة المنيا ، الذي بمثابة الضلع الثالث في مثلث الإشراف العلمي على هذا العمل ، وإني هنا أسجل شكري وامتناني واعترافي بالفضل لسعادته الذي أحاطني بكرم أخلاقه، وسعة علمه ، وسديد توجيهاته في جميع مراحله ، فله مني الشكر ، ومن الله حسن الثواب على ما قدَّم، وعفواً أستاذي إن كنتُ قد أثقلتُ عليك رغم انشغالاتك الكثيرة حياتيا وعلميا وإداريا ، ولكنِّى تعودتُ منك سَعة الصدر ورحابة العقل وتشجيعك الكبير ، الذي مهما كتبتُ لن أستطيعَ أن أوفيه حقَّه من الشكر والتقدير ، فأرجو أن أكون قد وُفِّقْتُ في تقديم ما يجزله ثوابا ، وما يليق باسمه الكبير الذي كان لي عظيم الشرف أن أضعه على أُطروحتي العلمية ، فاللهُمَّ امنحه عظيم أجرك .

وشكري وتقديري لسيادة الأستاذ الدكتور/ **عادل عبد الله محمد** ، أستاذ ورئيس قسم الصحة النفسية بكلية التربية جامعة الزقازيق على تكرُّمه بقبول سيادته مناقشة تلك الرسالة ، وعلى تحمّله أعباء السفر فنزلتم أهلا ، وحللتم سهلا ، وردَّكم الله إلى دياركم سالمين غانمين ، ونفعنا الله بعلمكم الغزير ، وبأخلاقكم النبيلة ، وسيرتكم الحسنة ، وتوجهاتكم السديدة الحكيمة ، وبارك الله لكم في صحتكم وعلمكم وأهلكم ورِزْقِكُمْ .

كما أتوجه بخالص شكري وتقديري إلى الأستاذ الدكتور/ **فضل إبراهيم عبد الصمد** ، أستاذ الصحة النفسية ومدير مركز الإرشاد النفسي بكلية التربية جامعة المنيا ــ أستاذي منذ مرحلة الليسانس ــ على تفضله بقبول مناقشة هذه الرسالة ، والذي سيسكب لنا من علمه الغزير قطرات من الندى ، لنهتديَ بها ولتنيرَ لنا طريقَ العلم والبحث العلمي ، فأسألك اللهُمَّ أن تمتعه بالصحة والعافية وأن تمنحه خير الجزاء .

وشكر خالص من قلبي لسيادة الأستاذ الدكتور **زياد لطفي الطحاينة** ، نائب العميد ورئيس قسم التربية البدنية بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، الجامعة الهاشمية في الأردن ــ على ما قدَّمه للباحث من عون في الحصول على كثير من الأبحاث العربية والأجنبية ، فأسأل الله أن يبارك له في علمه وأهله وولده ، ويوفقه لِمَا فيه الخير والتوفيق ، كما له من الله حسن الجزاء ، ومن الباحث جزيل الشكر والعرفان الذي تذوب أمامه الكلمات ويعجز القلم عن كتابته .

كما أتقدم بخالص الشكر والتقدير للسادة الأساَتِذة جميع أعضاء هيئة التدريس بقسم الصحة النفسية وزملائي المدرسين المساعدين والمعيدين بالقسم بكلية التربية جامعة المنيا ، والشكر لسيادة الأستاذ الدكتور / **رأفت عطية باخوم** ، أستاذ علم النفس التربوي بكلية التربية جامعة المنيا ، على ما قدَّمه للباحث من إفادة فيما يتصل بالجانب الإحصائي ، وكذلك الدكتور / **ناصر سيد جمعة** ، مدرس الصحة النفسية بكلية التربية جامعة المنيا على ما زود به الباحث من أبحاث ومن عون صادق فاللهُمَّ اجزهم عني خيرا .

وكذلك أشكر السادة الأساتذة الذين تفضلوا بتحكيم مقياس الإنهاك النفسي لمعلمي الفئات الخاصة وهم : الأستاذ الدكتور/ **عبد الرقيب أحمد البحيري** ، أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية جامعة أسيوط ، الأستاذ

الدكتور / **إبراهيم علي إبراهيم** ، أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية النوعية بالمنيا ، والأستاذ الدكتور / **محمد حسن عبد الله** ، أستاذ ورئيس قسم علم النفس بكلية الآداب جامعة كفر الشيخ ، والدكتور / **عاشور محمد دياب** ، أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية التربية جامعة المنيا ، والدكتور / **أحمد رفعت عبد الواحد** ، مدرس علم النفس بكلية الآداب جامعة المنيا ، فالشكر لهم جميعا على ما قدَّموه من عون وتوجيه ، وما أسدوا إليَّ من نصحٍ ، فاللهُمَّ اجزهم عني خير الجزاء .

كما أتقدم بخالص شكري وتقديري لكل من السادة الزملاء **المدرسين المساعدين والمعيدين والباحثين** الذين قاموا بمساعدة الباحث في إنجاز هذا العمل في أي مرحلة من مراحله ، فاللهُمَّ أجزل لهم الثواب يارب العالمين ، خاصة أخي وصديقي سيادة الزميل **مصطفى علي خلف** ، المعيد بقسم علم النفس التربوي على مراجعته ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية . والشكر والعرفان لكافة **مدراء مدارس الفئات الخاصة وإخواني المعلمين** ، على ما بذلوه من جهد وتعاون صادق طوال فترة التطبيق رغبةً منهم في إتمام هذا العمل فجزاهم الله عني خير الجزاء ، وأدامهم لفعل الخير إنه على كل شيء قدير ، وجعل ذلك في ميزان حسناتهم .

كما لا يفوتني تقديم الشكر والتقدير **لفضيلة الشيخ الجليل محمود عبد العظيم فؤاد** ، على ما قدَّم من عون ومساعدة للباحث في توثيق بعض المراجع ، وكذلك فالشكر موصول **لإدارة كلية التربية عميدا ووكلاء وأعضاءً** ، وكذلك **لكل العاملين** بكلية التربية جامعة المنيا لصادق تعاونهم ، فلهم مني عظيم الشكر والتقدير، ومن الله حسن الثواب وأجْزَلُه .

ومسك الختام توجيه الشكر والتقدير **إلى والديَّ الحبيبين** ، على تشجيعهما الدائم ليَّ ، وبذلهم كثيرا من عطاء نفسهما الفيَّاضة ، وإلى جميع أفراد أسرتي و**إخواني : أحمد** ، **ومحمد** ، **ولمياء** ، **وأسماء** ، **ودعاء، وهناء** ، الذين شجعوني وآزروني لحظةً بلحظة ، وأحاطوني بعواطفهم ، ومنحوني حبَّهم ، وضحوا بكثير من أجلي ، لهم منيَّ قبلةٌ فوق الجبين وشكرٌ يعجز عنه التعبير ، وإني أرفع كفيَّ بالدعاء أن يجزيَ الله كلَّ من ساعدني خيرا ، ويمنحه من الجزاء ما هو أهل له .

ومعذرةً فإن كنتُ قد قصرتُ فمن نفسي ، وإن كنتُ قد وُفِّقْتُ فالفضل من الله تعالى ، وعلى الله قصد السبيل وهو نعم المولى ونعم النصير ، كما أن الكمال لله وحده والعصمة لرسوله ــ صلى الله عليه وسلم ــ وصدق القائل :

وَمَنْ ذَا الذي مَا سَاءَ قَط　　وَمَنْ له الحُسْنَى فَقَط

سِوَى طه النِبي عَلَيه　　الأمِينُ جِبريلُ هَبَط

فاللهُمَّ تقبلْ منا هذا العملَ خالصاً لوجهك الكريم ، واجعله نافعا لنا ، ولا تؤاخذنا بما نسينا أو أخطأنا ، ولا تحمِّلنا ما لا طاقة لنا به فنحن عبيدك ، وأنت حسبنا ونعم الوكيل ، وآخر دعوانا أن الحمدُ لله رب العالمين .

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
عنوان الدراسة	أ
آية قرآنية	ب
الإهداء	ج
مستخلص الدراسة	د
قرار لجنة الحكم والمناقشة	هـ
شكر وتقدير	و ـ ح
فهرس المحتويات	ط ـ م
قائمة الجداول	ن
قائمة الملاحق	س
الفصل الأول ـ مدخل إلى الدراسة :	**١ – ١٠**
أولاً ـ المقدمة	٢
ثانياً ـ مشكلة الدراسة	٤
ثالثاً ـ أهداف الدراسة	٧
رابعاً ـ أهمية الدراسة	٨
خامساً ـ حدود الدراسة	٨
سادساً ـ مصطلحات الدراسة	٩
الفصل الثاني ـ المفاهيم الأساسية و الإطار النظري :	**١١ – ٨٣**
أولا ـ الإنهاك النفسي Burnout :	١٢ – ٥٩
أ ـ المقدمة	١٢
ب ـ تعريف الإنهاك النفسي :	١٢
١ ـ المفهوم المعجمي للإنهاك النفسي :	١٣
(أ) المفهوم في المعاجم اللغوية	١٣
(ب) المفهوم في موسوعات علم النفس	١٤
٢ ـ المفهوم السيكولوجي للإنهاك النفسي	١٥
(أ) المجموعة الأولى	١٥

ـــ تعقيب	١٨
(ب) المجموعة الثانية	١٩
ـــ تعقيب	٢١
(ج) المجموعة الثالثة	٢١
ـــ تعقيب	٢٢
ج ـــ مراحل تطور مفهوم الإنهاك النفسي :	٢٣
١ ـــ المرحلة التنويرية	٢٣
٢ ـــ المرحلة التجريبية	٢٤
ـــ تعقيب	٢٥
د ـــ الإنهاك النفسي وبعض المفاهيم الأخرى :	٢٦ – ٢٩
١ ـــ الضغوط	٢٦
٢ ـــ القلق	٢٧
٣ ـــ التعب	٢٨
٤ ـــ التدريب الزائد	٢٨
٥ ـــ الإعياء العاطفي	٢٩
هـــ ـــ مراحل حدوث الإنهاك النفسي ومستوياته :	٢٩ – ٣٢
١ ـــ الفريق الأول .	٢٩
ـــ تعقيب	٣٠
٢ ـــ الفريق الثاني .	٣١
ـــ تعقيب	٣٢
و ـــ نظريات الإنهاك النفسي :	٣٢ – ٣٦
١ ـــ نظرية التحليل النفسي	٣٢
٢ ـــ النظرية السلوكية	٣٤
٣ ـــ النظرية الوجودية	٣٥
ـــ تعقيب	٣٦
ز ـــ مصادر الإنهاك النفسي :	٣٧ – ٥١
١ ـــ المصادر الوظيفية والمؤسسية	٣٧
ـــ تعقيب	٤٥
٢ ـــ المصادر الشخصية	٤٦

ـــ تعقيب	٤٩
٣ ـــ المصادر الاجتماعية	٤٩
٤ ـــ المصادر الطبيعية	٥٠
٥ ـــ المصادر الاقتصادية	٥٠
ـــ تعقيب	٥١
ح ـــ مظاهر الإنهاك النفسي :	٥١ – ٥٤
١ ـــ المظاهر الفسيولوجية والبدنية	٥٢
٢ ـــ المظاهر المعرفية .	٥٢
٣ ـــ المظاهر النفسية ـــ الاجتماعية .	٥٣
٤ ـــ المظاهر السلوكية	٥٣
ط ـــ الوقاية من الإنهاك النفسي والتخفيف من آثاره	٥٤
ثانيا ـــ التوافق الزواجي Marital Adjustment :	٥٩ – ٨٣
أ ـــ المقدمة	٥٩
ب ـــ مفهوم التوافق الزواجي :	٦١ – ٦٣
١ ـــ المفهوم المعجمي للتوافق الزواجي :	٦١
(أ) المفهوم في معاجم اللغة	٦١
(ب) المفهوم في موسوعات علم النفس	٦١
٢ ـــ المفهوم السيكولوجي للتوافق الزواجي	٦٢
ـــ تعقيب	٦٣
ج ـــ مظاهر التوافق الزواجي	٦٤
د ـــ المتغيرات المؤثرة في التوافق الزواجي :	٦٥ – ٧٢
١ ـــ الجانب العاطفي الجنسي	٦٥
٢ـــ الحب المتبادل	٦٦
٣ ـــ الشخصية	٦٧
٤ ـــ صراع وتغير الأدوار الاجتماعية	٦٨
٥ ـــ سن ومدة الزواج	٦٩
٦ ـــ الاختيار الزواجي	٧٠
هـــ ـــ التوافق الزواجي من منظور إسلامي	٧٢ – ٧٤

و ــ نظريات التوافق الزواجي :	٧٥ –٧٩
١ ــ نظرية التحليل النفسي	٧٥
٢ ــ النظرية السلوكية	٧٦
٣ ــ نظرية الذات لروجرز	٧٦
٤ ــ نظرية التبادل الاجتماعي	٧٧
٥ ــ نظرية الربح النفسي الروحي	٧٨
ــ تعقيب	٧٩
ز ــ معوقات التوافق الزواجي	٨٠
ح ــ مقترحات لتحقيق التوافق الزواجي	٨٢
الفصل الثالث .الدراسات السابقة وفروض الدراسة :	**٨٤ – ٩٤**
أولاً ــ الدراسات السابقة :	٨٥ – ٩٢
أ ــ دراسات تناولت العلاقة بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي	٨٥ –٨٨
ــ تعقيب	٨٨
ب ــ دراسات تناولت العلاقة بين الإنهاك النفسي وبعض المتغيرات الديموجرافية	٨٩ – ٩٣
ــ تعقيب	٩٣
ثانيا ــ فروض الدراسة	٩٤
الفصل الرابع .إجراءات الدراسة :	**٩٥ – ١١٠**
أولاً ــ الدراسة الاستطلاعية :	٩٦ – ١٠٨
أ ــ هدفا الدراسة الاستطلاعية	٩٦
ب ــ عينة الدراسة الاستطلاعية	٩٦
ج ــ أدوات الدراسة الاستطلاعية :	٩٧
١ ــ مقياس الإنهاك النفسي	٩٧
٢ ــ مقياس التوافق الزواجي	١٠٧
ثانياً ــ الدراسة الأساسية :	١٠٨ –١١٠
أ – عينة الدراسة الأساسية	١٠٨
ب– أدوات الدراسة الأساسية	١٠٩
ثالثاً : خطوات الدراسة	١٠٩

رابعاً : الأساليب الإحصائية	١١٠
الفصل الخامس ـ نتائج الدراسة ومناقشتها :	**١١١ – ١٣١**
أولاً ــ نتائج الدراسة ومناقشتها :	١١٢ – ١٢٠
أ ــ نتيجة الفرض الأول ومناقشتها	١١٢
ب ــ نتيجة الفرض الثاني ومناقشتها	١١٤
ج ــ نتيجة الفرض الثالث ومناقشتها	١١٦
د ــ نتيجة الفــرض الرابع ومناقشتها	١١٨
ثانيا ــ توصيـــات الدراسة	١٢٠
ثالثا ــ البحــوث المقترحــة	١٢١
مراجــع الدراســـة	١٢٢ – ١٤٥
ملاحق الدراسة	١٤٦ – ١٦٠
ملخص الدراسة باللغة العربية	١٦١ – ١٦٥
ملخص الدراسة باللغة الأجنبية	١٦٦

قائمة الجداول

الجدول	العنوان	الصفحة
جدول(١)	توزيع أفراد العينة الاستطلاعية .	٩٦
جدول(٢)	الاتساق الداخلي لمقياس الإنهاك النفسي .	١٠٠
جدول(٣)	أبعاد مقياس الإنهاك النفسي وعدد عبارات كل بعد ، والجذور الكامنة لها .	١٠١
جدول(٤)	معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الإنهاك النفسي .	١٠١
جدول(٥)	معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الإنهاك النفسي .	١٠٢
جدول(٦)	بنود البعد الأول لمقياس الإنهاك النفسي وتشبعاتها .	١٠٢
جدول(٧)	بنود البعد الثاني لمقياس الإنهاك النفسي وتشبعاتها .	١٠٣
جدول(٨)	بنود البعد الثالث لمقياس الإنهاك النفسي وتشبعاتها .	١٠٤
جدول(٩)	بنود البعد الرابع لمقياس الإنهاك النفسي وتشبعاتها .	١٠٥
جدول(١٠)	بنود البعد الخامس لمقياس الإنهاك النفسي وتشبعاتها .	١٠٦
جدول(١١)	معامل الارتباط بين درجة أبعاد مقياس التوافق الزواجي والدرجة الكلية.	١٠٨
جدول(١٢)	توزيع أفرد العينة الأساسية حسب الجنس .	١٠٨
جدول(١٣)	توزيع أفرد العينة الأساسية حسب نوع الفئة التي يدرس لها المعلم .	١٠٩
جدول(١٤)	توزيع أفرد العينة الأساسية حسب عدد سنوات الخبرة .	١٠٩
جدول(١٥)	قيمة معامل الارتباط بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي .	١١٢
جدول(١٦)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) للفروق بين الذكور والإناث من عينة الدراسة على مقياس الإنهاك النفسي .	١١٤
جدول(١٧)	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيم (ت) للفروق بين قليلي وكثيـــري الخبرة التدريسية من عينة الدراسة على مقياس الإنهاك النفسي .	١١٨
جدول(١٨)	نتيجة تحليل التباين الأحادي لمعرفة دلالة الفرق بين معلمي الفئات الخاصة .	١١٨

قائمــة الملاحـق

الملحق	العنوان	الصفحة
ملحق (١)	قائمة بأسماء السادة المحكمين لمقياس الإنهاك النفــسي لمعلمــي الفئات الخاصة	١٤٧
ملحق (٢)	الصورة النهائية لمقياس الإنهاك النفسي لمعلمي الفئات الخاصة	١٤٩
ملحق (٣)	خطاب الموافقة على تطبيق أدوات الدراسة الاستطلاعية	١٥٣
ملحق (٤)	خطاب الموافقة على تطبيق أدوات الدراسة الأساسية	١٥٥
ملحق (٥)	مصفوفة العوامل قبل التدوير وكذلك بعد حذف التشبعات الأقل من (٠,٣)	١٥٧
ملحق (٦)	مصفوفة العوامل بعد التدوير وكذلك بعد حذف التشبعات الأقــل من (٠,٣)	١٥٩

أولا ــ المقدمة :

يعيش الفرد اليوم كثيرا من الضغوط ، والتي تمثل عبئا يزيد فتوره ، إن لم يستطع مقابلتها في الوقت المناسب بالطرق المناسبة ، ولذلك فإن العصر الذي نعيشه لم يكن سهلا ، نظراً لتعقد متطلباته بل لقد تعقدت الحياة عامة ، مما جعل أغلب الأفراد ــ ومن بينهم الزوجين ــ يخرجون لسوق العمل ، ومن هنا نشأ صراع الدور ، فنجد الفرد المعلم ــ مثلا ــ قد تعددت أدواره بين معلم وأب وزوج ، وكذلك الأم التي تعمل خارج المنزل ، مما قد يساهم في التعرض لِمَا يُسَمَى الإنهاك النفسي Psychological Burnout .

وقد يرتبط الإنهاك النفسي ويعاني منه الذين يعملون في المهن التي تتطلب التعامل مع الجمهور؛ لما قد يمثله هذا التعامل من ضغوط علي الفرد ، ومن تلك المهن : مهنة التدريس ، لاسيما التدريس للفئات الخاصة بما تحمله من ضغوط مختلفة المصدر ، كما إنه قد يصيب العاملين في باقي المهن ، أي المهن التي لا تتطلب التعامل المباشر مع الجمهور ، أي يصيب كل من يتعرض للضغوط بدرجة شديدة ، مما قد يؤثر على سلوكيات الفرد المختلفة ، فتضطرب علاقاته بنفسه وبمن حوله ، وأول من حوله زوجه الآخر وشريك حياته ، فتظهر بعض الخلافات بينهما ، والتي غالبا ما تكون لأسباب غير منطقية ، كما تقل قدراتهما على تحمل سلوكيات بعضهما ، مما ينذر بسوء التوافق الزواجي بينهما منعكسا على الأبناء الذين هم الثمرة الأساسية للعلاقة الزواجية .

وإزاء تلك الآثار الخطيرة الناجمة عن التعرض للإنهاك النفسي Burnout ، فإن الباحثين اختلفوا فيما بينهم في تسميته وترجمته ، فبعضهم أطلق على " Burnout " مصطلح " الاحتراق النفسي " ، ومنهم من أطلق عليه " الإنهاك النفسي " ، وفريق ثالث أشار إلى أنه " الاستنزاف النفسي "، وفريق رابع أطلق عليه " المشقة النفسية " ، وهكذا تتعدد الترجمة أمام مصطلح واحد . ومن الجدير بالذكر أن التعرض للإنهاك النفسي لا يقتصر علي الرجال فقط ، بل قد يصيب المرأة بصفة عامة ، والمرأة العاملة بصفة خاصة ؛ نظراً لزيادة ما عليها من أعباء مهنية إضافة إلي الأعباء الأسرية .

ثانيا ــ مشكلة الدراسة :

وتتضح مشكلة الدراسة فيما يلي :

أ ــ ما طبيعة العلاقة بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي لدي عينة الدراسة ؟

ب ــ هل يختلف الإنهاك النفسي باختلاف جنس المعلم لدى عينة الدراسة ؟

ج ــ هل يختلف الإنهاك النفسي باختلاف عدد سنوات الخبرة التدريسية للمعلم في الدراسة الحالية ؟

د ــ هل يختلف الإنهاك النفسي باختلاف الفئة التي يدرس لها المعلم في الدراسة الحالية ؟

ثالثا ــ أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف ما يلي :

أ ــ طبيعة العلاقة بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي لدى عينة الدراسة .

ب ــ الفروق بين الجنسين في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة .

ج ــ الفروق في الإنهاك النفسي طبقاً لسنوات الخبرة لدي المعلم في الدراسة الحالية .

د ــ الفروق في الإنهاك النفسي طبقاً لنوع الفئة التي يقوم المعلم بالتدريس لها .

رابعا ــ أهمية الدراسة: تتضح أهمية الدراسة من خلال ما يلي :

أ ــ أهمية الدور الذي يمكن أن يلعبه الإنهاك النفسي في تحقيق التوافق الزواجي للمعلم ، ومن ثم انعكاس ذلك علي أدائه في الفصل وتعامله مع التلاميذ .

ب ــ تنبع الأهمية من العينة التي تناولتها الدراسة ، وهي عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا من أجل تحقيق أكبر قدر من التوافق النفسي والزواجي لهم ، مما ينعكس على ما يقدمونه من رعاية لتلك الفئات .

ج ــ يمكن أن تسهم ما تتوصل إليه الدراسة من نتائج في وضع برامج إرشادية للتعامل مع مشكلة الإنهاك النفسي ومحاولة تخفيفها .

د ــ إعداد أداة لقياس الإنهاك النفسي لدي معلمي الفئات الخاصة للاستفادة به في الدراسة .

خامسا ــ فروض الدراسة :

أ ــ توجد علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائيا بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي لدى عينة الدراسة .

ب ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة .

ج ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطي درجات المعلمين ذوي الخبرة الأقل من ثمان سنوات والمعلمين ذوي الخبرة الأكثر من ثمان سنوات في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة .

د ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطات درجات معلمي الفئات الخاصة (الصم ، والمكفوفين ، والمعاقين عقليا) في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة .

سادسا ــ حدود الدراسة :

أ ــ العينة :

تتكون من (٢٠٠) معلما من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا (مغاغة ، وبني مزار ، ومطاي ، وسمالوط ، والمنيا ، وملوي) متنوعي الخبرة التدريسية ، ومن ثلاث فئات من مدارس

التربية الخاصة (صم ، ومعاقين عقليا ، ومكفوفين) في العام الدراسي (٢٠٠٧ / ٢٠٠٨) خلال الفصـــل الدراســـــي الثاني ، منهم (١١٢) معلما ، و(٨٨) معلمة ، و(١١٩) معلما للتلاميذ الصم ، و(٥١) معلما للتلاميذ المعاقين عقليا ، و(٣٠) معلما للمكفوفين ، وكذلك كان منهم (٨٧) معلما حديث الخبرة التدريسية (من يوم ــ ٨ سنوات) ، و (١١٣) معلما كثير الخبرة (٨ سنوات فأكثر) .

ب ــ متغـــــيرات الدراســـة :

المتغير المستقل هو الإنهاك النفسي ، أما المتغيرات التابعة فكانت (التوافق الزواجي ، والجنس ، والخبرة التدريسية ، ونوع الفئة التي يدرس لها المعلم) .

ج ــ أدوات الدراســـــة :

١ ــ مقياس الإنهاك النفسي لمعلمي الفئات الخاصة (إعداد : الباحث) .

٢ ــ مقياس التوافق الزواجي إعداد : راوية دسوقي (١٩٨٦) .

د ــ الأساليب الإحصائيـــــة :

تشمل الأساليب الإحصائية المستخدمة للتحقق من فروض الدراسة الأساليب الآتية :

١ ــ اختبار " ت" t – test لاختبار صحة الفرضين الأول والثالث .

٢ ــ معامل الارتباط لبيرسون لاختبار صحة الفرض الثاني .

٣ ــ تحليل التباين أحادي الاتجاه لاختبار صحة الفرض الرابع .

سابعا ــ مصطلحات الدراسة :

أ ــ الإنهاك النفسي Burnout لمعلمي الفئات الخاصة :

يمكن تعريف الإنهاك النفسي بأنه حالة تصيب الفرد نتيجة الضغوط والعبء الزائد وعدم قدرته على التوافق معها ، مما يؤدي لظهور زمّلة من المظاهر المتعددة ؛ حيث تشمل أغلب جوانب الحيـــاة ، مما يؤثر في نظرة الفرد لنفسه وللآخرين ، ويُعرَّفُ إجرائيا بأنه درجة الفرد المعلم التي يحصل عليهـــا في مقياس الإنهاك النفسي المستَخدَم في الدراسة الحالية ، والتي تقاس من خلال الأبعاد التالية : الإجهاد البدني ، وقلة الرضا الوظيفي ، والضغوط المهنية ، ونقص المساندة والدعم ، وسوء العلاقة بالتلاميذ .

ب ــ التوافق الزواجي Marital Adjustment :

إن التوافق الزواجي قد يبدأ قبل الزواج ــ الفعلي ــ من خلال إجراءات الزواج المتعارَف عليها (الاختيار المناسب ، والخطوبة ...) لهذا فهو عملية دينامية تبدأ من لحظة التفكير في الزواج والإقبال عليه والاختيار المناسب ، وتستمر لتدخل مرحلة الزواج الفعلي فيتواءم الزوجان فكريا وجنسيا ووجدانيا ... وتظهر مظاهره في مجموعة من الأمور : التعاون والحب المتبادل ، والإشباع الجنسي ، وتحمل المسؤولية الزواجية ،

وحل المشكلات بأسلوب مناسب في الوقت المناسب ، وينتج عن ذلك حالة من الرضا عن الحياة الزواجية ، وتتحقق السعادة الزواجية، ويُعرَّفُ إجرائيا بأنه درجة الفرد المعلم التي يحصل عليها في مقياس التوافق الزواجي المستخدم في الدراسة الحالية ، والتي تقاس من خلال الأبعاد التالية : الخطوبة والاختيار الزواجي ، والتوافق الأسري ، والنضج الانفعالي والعاطفي ، والعلاقات الشخصية ، والعلاقات الاجتماعية ، والتوافق الجنسي .

ج ــ المتغيرات الديموجرافية :

وتشمل ثلاثة متغيرات وهي :

١ ــ متغير الجنس (معلم ذكر ، معلمة أنثى) .

٢ ــ متغير الخبرة التدريسية (معلمي الفئات الخاصة الأقل خبرة من ثمان سنوات ، والأكثر من ثمان سنوات) .

٣ ــ متغير نوع الفئة التي يدرس لها المعلم (معلمي التلاميذ الصم ، ومعلمي التلاميذ المعاقين عقليا ، ومعلمي التلاميذ المكفوفين) .

ثامنا ـ نتائج الدراســة :

توصلت الدراسة إلى النتائج الآتية :

أ ــ توجد علاقة ارتباطية سلبية بين الإنهاك النفسي والتوافق الزواجي لدى عينة الدراسة .

ب ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متــوسطي درجات المعلمين و المعلمات في الإنهاك النفسي .

ج ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متــوسطي درجات المعلمين ذوي الخبرة الأقل من ثمان ســنوات و المعلمين ذوي الخبرة الأكثر من ثمان سنوات لدى عينة الدراسة في الإنهاك النفسي .

د ــ لا يوجد فرق دال إحصائيا بين متوسطات درجات معلمي الفئــات الخاصــة (الــصم ، والمكفــوفين ، والمعاقين عقليا) في الإنهاك النفسي لدى عينة الدراسة .