

الإحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في ظل نظام الدمج التربوي "دراسة تشخيصية"

د. رحاب محمود محمد صديق *

يهدف البحث الحالي إلي الكشف عن العوامل المسببة للإحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في نظام الدمج التربوي للأطفال ذوي الإعاقة العقلية البسيطة "المنغوليين" مع الأطفال العاديين، بإستخدام المنهج الإكلينيكي (دراسة الحالة) لثلاث معلمات يعانين من الإحترق النفسي خلال عملهن في نظام الدمج التربوي.

ولتشخيص الإحترق النفسي لديهن تم تطبيق مقياس الإحترق النفسي لمعلمة رياض الأطفال (إعداد: الباحثة) وإختبار تفهم الموضوع (TAT) (إعداد: هنرى موراي).

وأشارت النتائج إلي إرتفاع مستوي الإحترق النفسي لدي الحالات الثلاثة بأبعاده الأربعة (الإرهاق البدني، الضغوط المهنية، عدم الرضا الوظيفي، فقدان المساندة)، وذلك بالإعتماد علي نتائج مقياس الإحترق النفسي وإختبار تفهم الموضوع.

* مدرس الصحة النفسية بقسم العلوم النفسية- كلية رياض الأطفال- جامعة الإسكندرية.

Kindergarten Teachers' Burnout in Educational Mainstreaming System "Diagnostic Study"

=====

The current research aims to Unveiling the factors causing the burnout in kindergarten teachers working in the educational mainstreaming system of kindergarten children with "Down Syndrome" and the normal children, Using a clinical methodology (case study) for three teachers suffering from burnout through their work, was applied a measurement of Burnout for kindergarten teachers (Prepared by: the researcher), and Thematic Apperception Test (TAT) (Prepared by: Murray), The results indicated a high level of burnout in three cases on the four dimensions (physical fatigue, professional stress, career dissatisfaction, loss of support), and those depend on the results of burnout measurement, and Thematic Apperception Test .

مقدمة:

شهدت عملية التربية في الوطن العربي، العديد من التغيرات خلال العشر سنوات الأخيرة من القرن العشرين، وأوائل القرن الحادي والعشرين، حيث توجه التربويون لتحويل الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة من مدارسهم الخاصة إلي المدارس العامة. ليصبح تعليم اليوم أكثر شمولية وإتساعاً للفروق الفردية، وأكثر استعداداً للتغيير كجزء من تنمية المجتمع.

ومن أهم الموضوعات التي فرضت علي الآخرين قبولها، موضوع دمج الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة مع أقرانهم الأسوياء، لأن الدمج يتيح الفرص للأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة للإنخراط في النظام التعليمي كإجراء لتأكيد مبدأ تكافؤ الفرص التعليمية مع الإهتمام بتقديم خدمات مساندة لهم. كل هذا يتطلب إعداد المعلمة وتدريبها علي العديد من الأساليب التربوية حتي تتمكن من الوفاء بإحتياجات كل من الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة والأطفال العاديين، وإلا ستقع المعلمة في الكثير من المشكلات التي قد تؤثر علي تعليم الأطفال وإستيعابهم وفهمهم.

وبالرغم من تقبل الكثير من معلمات رياض الأطفال لفكرة الدمج والعمل مع الأطفال ذوي الإحتياجات الخاصة جنباً إلي جنب مع الأطفال العاديين في قاعة واحدة، إلا أنهم يشعرون برغبة قوية خلال العمل مع هاتين الفئتين من الأطفال، في النجاح مع كل طفل وتلبية إحتياجاته وفق قدراته وهنا قد تعاني المعلمات الكثير من الضغوط النفسية فمهنة التدريس وصفت بأنها من أكثر المهن الخدمية معاناة للضغوط، التي في حال إستمرارها بمساعدة بعض العوامل الأخرى قد

تؤدي إلي حدوث الإحترق النفسي كإستجابة لضغوط المهنة، وللظروف الصعبة المحيطة بها.

والإحترق النفسي من الظواهر النفسية التي حظيت بإهتمام الباحثين وتركزت إهتماماتهم بكثرة علي مهنة التدريس، وذلك لأهمية دور المعلم بشكل عام في التعليم وفي المجتمع ، وكان الهدف من التركيز علي هذه الظاهرة، المساهمة في تحسين الأوضاع الاجتماعية والنفسية للمعلم، وزيادة توافقه مع ذاته ومع الآخرين.

إلا أن تطبيق الدمج التربوي يعد من المتغيرات الحديثة نسبيا في التعليم بشكل عام، وفي مرحلة رياض الأطفال كمرحلة تربوية وتعليمية بشكل خاص، وهذا ما جعل معلمات رياض الأطفال يعانين من بعض المشكلات كإزدياد حجم العمل، ومتطلبات ضبط سلوك الأطفال، إضافة إلي إنخفاض العائد المادي لهن، كل ذلك له تأثيرات سلبية علي المعلمات، التي تظهر أثر المعاناة من الضغوط المستمرة، ومن هذه التأثيرات السلبية التعب والإرهاك وغير ذلك مما يؤثر علي أداء المعلمة خلال عملها مع الأطفال.

ولعلاج مشكلة الإحترق النفسي لابد أن يتم تشخيصها بدقة، فالتشخيص الدقيق يبرز الأسباب التي تؤدي إلي هذه المشكلة، وهذا ما يعني به هذا البحث، بإستخدام أداة لقياس الإحترق النفسي وأداة لكشف أسباب حدوث الإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال اللاتي يعملن في ظل نظام الدمج للأطفال المعاقين عقليا "المنغوليين" مع الأطفال العاديين (كدراسة حالة) هذه الأداة تتمثل في إختبار تفهم الموضوع (TAT).

مشكلة البحث:

يعد الإحترق النفسي Burnout من أكثر المشكلات خطورة التي قد تؤثر علي سلوك المعلم، فأغلب معلمات رياض الأطفال يعانين بشكل واضح من الضغوط وهذا ما قد يزيد من إحتمال معاناتهن من الإحترق النفسي ، فالإحترق النفسي يمثل أعلى مستويات الضغوط النفسية ومن ثم فإنه قد يؤثر علي علاقاتهن الإجتماعية بل وقد يؤدي إلي اضطراب الصحة النفسية.

وقد أشارت (نادية الشرنوبى، ٢٠٠١، ٢٧٢) إلى أن الإحترق النفسي يعد اضطرابا استجابيا للضغوط التي يتعرض لها المعلم، مما يؤثر سلبا في حياته وفي العملية التعليمية كلها، حيث أن ما بين ٥%- ٢٠% من المعلمين لديهم إحترق نفسي. كما بين (Langle, 2003, 108) أن الإحترق النفسي يؤدي إلي مجموعة من الأعراض النفسية الأخرى ومنها القلق، عدم الإلتزان النفسي، بل إنه في أقصى حالاته قد يؤدي للانتحار. وهذا يعني أن الإحترق النفسي يشعر المعلم بعدم الأمن والقلق والتوتر المستمر فتضطرب شخصيته وقد ينتهي به الأمر بعدم الرضا عن حياته والإقبال علي الانتحار.

وقد أشارت نتائج دراسة (Tang and Pang, 2006, 82) إلي أن الإحترق النفسي يؤثر تأثيرا دالا وفقا لنوع المعلم (الذكور، الإناث) وذلك لصالح المعلمات، وأن الإحترق النفسي يزداد مع زيادة الخبرة.

وقد لاحظت الباحثة أن هناك نقصا شديدا في الدراسات والبحوث التي تناولت الإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال بوجه عام ومعلمات الدمج بوجه خاص كما أن هناك نقصا واضحا في البحوث

التي عنيت باستخدام إختبار تفهم الموضوع كأداة إسقاطية في الكشف عن الأسباب المؤدية إلي الإحتراق النفسي، وهذا ما دعا إلي دراسة الحالة للمعلمات عينة البحث الحالي بهذه الأداة، التي توضح عملية الإسقاط المستخدمة للتشخيص.

ويوضح (محمد بركات، ١٩٥٧، ١٨٩) عملية الإسقاط التي تظهر عندما يفسر الشخص بعض المدركات والخبرات التي تصادفه تفسيراً لا يتفق مع الواقع، وإنما يتأثر بما يجري في نفسه، ولذلك فالإسقاط يعد عملية إنعكاس لما يدور داخل النفس علي المدركات الخارجية.

كما أن الإسقاط فيه محاولة للتخلص مما هو غير مرغوب في الذات وحيث أن ينسب الشخص مشاعره وحاجاته ودوافعه إلي أشخاص آخرين أو موضوعات في البيئة الخارجية.

(لويس كامل مليكة، ١٩٩٧، ٦١٦)

يتضح مما سبق أهمية استخدام إختبار تفهم الموضوع كأداة إسقاطية يستخدم للكشف عن جميع العوامل الكامنة وراء ظاهرة الإحتراق النفسي لدي المعلمات.

وتحدد مشكلة البحث الحالي في السؤال التالي:

ما الفائدة الإكلينيكية لإختبار تفهم الموضوع في الكشف عن الأسباب المؤدية للإحتراق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال في ظل نظام الدمج التربوي بإستخدام أسلوب دراسة الحالة؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث الحالي في كونه يهتم بفئة من المعلمين لها أهميتها البالغة من حيث دورها في تشكيل شخصيات الأطفال خلال الست سنوات الأولى من حياتهم، ودورها في إكساب الأطفال الكثير من المعارف والمهارات اللازمة للمراحل التعليمية التالية. والبحث يهتم بموضوع الدمج التربوي وهو محل أنظار جميع التربويين الآن لكي يتم التطبيق بشكل صحيح ليأتي بنتائج مثمرة، فلا بد أن تؤدي معلمة رياض الأطفال دورها علي أكمل وجه، أما إذا أصابها الإحترق النفسي نتيجة تأثيرات الضغوط عليها، فسيؤثر ذلك علي أداء المعلمة ومن ثم أداء الأطفال وتقدمهم. كما أن الكشف عن الأسباب والعوامل الكامنة المؤدية للإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال سيساهم في تخفيف الضغوط عليهن ومن ثم وقايتهن من التأثيرات السلبية للإحترق النفسي ومعالجة المشكلات المهنية وبالتالي تحسين الأداء .

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلي: التعرف علي الفائدة الإكلينيكية لإختبار تفهم الموضوع (TAT) في الكشف عن الأسباب المؤدية للإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال العاملات في نظام الدمج التربوي.

مصطلحات البحث:

- التشخيص:

عرفه (فرج طه وآخرون، ١٩٩٣، ٢٠٢) بأنه بيان نوع المرض وعلته من الناحية النفسية، وغالبا ما يمتد ذلك إلي بيان تاريخ نشأته

وتطوره وأشكاله وأعراضه لدي المريض الذي يشخص والي بيان أفضل أساليب العلاج التي ينصح بها.

التعريف الإجرائي ويقصد بالتشخيص الخطوات الأساسية التي تتضمن الوصف وتحديد الأسباب والتحليل بهدف التوصل إلي إفتراض دقيق عن طبيعة المشكلة وخصائصها والصراعات القائمة لدى معلمات رياض الأطفال العاملات في نظام الدمج التربوي وذلك من خلال إختبار تفهم الموضوع.

- الإحتراق النفسي:

أشار (علي عسكر، ٢٠٠٠، ١١٢) إلي أنه حالة من الاستنزاف البدني الناتج عن التعرض للضغوط القوية والمستمرة ويشمل مجموعة من المظاهر السلبية مثل: التعب، الإرهاق، فقدان الاهتمام بالآخرين وبالعامل، والشك في قيمة الحياة، وفقدان القدرة علي الابتكار.

التعريف الإجرائي ويقصد بالإحتراق النفسي في البحث الحالي الدرجة التي تحصل عليها معلمة رياض الأطفال (التي تعمل في نظام الدمج التربوي) علي مقياس الإحتراق النفسي المستخدم في هذا البحث، والذي يقاس من خلال الأبعاد التالية: الإرهاق البدني - عدم الرضا الوظيفي - الضغوط المهنية - فقدان المساندة .

- معلمات رياض الأطفال في نظام الدمج التربوي:

يقصد بهن في البحث الحالي المعلمات العاملات في المركز التربوي بكلية رياض الأطفال جامعة الإسكندرية وتقوم الباحثة بدراسة حالة لثلاث معلمات وهن اللاتي حصلن علي أعلى الدرجات علي أبعاد مقياس الإحتراق النفسي مقارنة ببقية معلمات الدمج التربوي في المركز

التربوي بكلية رياض الأطفال ، والتي أجريت عليهن دراسة الحالة وطبق عليهن إختبار تفهم الموضوع للكشف عن أسباب الإحتراق النفسي لديهن، حيث أنهن يتعاملن مع الأطفال العاديين والأطفال (المنغوليين) في المستوي الثاني من رياض الأطفال.

الإطار النظري والدراسات السابقة:

تعد الضغوط أحد المظاهر التي تميز الحياة المعاصرة، وهذه الضغوط ما هي إلا رد فعل للتغيرات السريعة التي طرأت علي كل جوانب الحياة، ومعلمة رياض الأطفال ليست بعيدة عن كل ذلك، فمجتمع الروضة جزء من المجتمع، وطبيعة العمل مع الأطفال في مرحلة الطفولة المبكرة بنظام الدمج التربوي بين الأطفال المعاقين عقليا (المنغوليين) والأطفال العاديين، يرتبط به الكثير من المتطلبات والأدوار التي تؤديها المعلمة والكثير من الضغوط. وقد تعاني المعلمة من بعض المشكلات المرتبطة بمهنتها كإزدياد حجم العمل والعبء التعليمي، وعدم القدرة على ضبط سلوك الأطفال، وفقدان التحكم والسيطرة على مجريات أمورها المهنية، إضافة إلى إنخفاض العائد المادي للمهنة، والنظرة الإجتماعية المتدنية للمعلمة.

(يوسف عبد الفتاح، ١٩٧٠، ١٩٩٩)

وهذا ما أكدته نتائج دراسة (أنسى محمد، ٢٠٠٠) التي هدفت إلى التعرف على مستويات الضغوط النفسية المهنية لمعلمة الروضة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية"الذهانية، العصائية، والإنبساطية" وبعض المتغيرات الديموجرافية "السن، الخبرة، الحالة الإجتماعية". وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) معلمة، وتم استخدام مقياس ضغوط

الحياة المهنية، استبيان أيزنك للشخصية، وقد بينت النتائج إنتشار الضغوط النفسية لدى معلمات الروضة شأنهن شأن معلمى المراحل التعليمية المختلفة، وهذا الإنتشار يمكن رده إلى طبيعة المرحلة التى تتعامل معها المعلمة، وغموض الدور ووجود فجوة بين توقعاتها لأدائها وبين ما تمارسه بالفعل، بالإضافة إلى تدنى مرتبات معلمات الروضة. كما ظهر إرتباط سالب دال بين الضغوط النفسية المهنية وبين الإنبساطية لدى المعلمات، ووجد إرتباط موجب دال بين الضغوط النفسية المهنية وبين كل من الذهانية والعصابية. ووجد أن المعلمات المتزوجات يعانين ضغوطا أكثر بشكل دال عن المعلمات غير المتزوجات، وأن زيادة سنوات الخبرة تزيد من القدرة على التكيف مع العمل فيقل الشعور بالضغوط.

وتمثل الضغوط السبب الرئيسى وراء الإحساس بالآلام النفسية والأمراض العضوية بالإضافة إلي ما يترتب عليها من ضياع أيام للعمل علي مدار العام. (Marks et al, 2000, 99)

وينظر للإحتراق النفسى عند المعلمين على أنه أعراض ناتجة عن الضغوط الجسدية والإنفعالية المتصلة التى يواجهها المعلم، وأكثر هذه الأعراض شيوعا هو ما إقترحه 'Maslach'، وهذه الأعراض هى الإنهاك الإنفعالى وتبلد المشاعر والنقص فى الإنجازات الشخصية. (نصر يوسف، ١٩٩٦، ١١١)

وهذا ما يؤكد (فاروق عثمان، ٢٠٠١، ١٨) حيث يعتبر الإحتراق النفسى زملة من الأعراض البدنية والعاطفية والعقلية المرتبطة بالطاقة الحيوية للفرد وأدائه فى الأعمال التى يقوم بها، وهذه الزملة لها

علاقة سلبية بمفهوم الذات والإتجاهات نحو العمل وفقدان الثقة بالنفس، وفقدان الشعور بالمسئولية تجاه الآخرين.

وبالرغم من أن بعض المعلمات يمتلكن العديد من الأساليب السوية لمواجهة المشكلات والضغوط إلا أن بعضهن لا يمتلكن مثل هذه الأساليب وبالتالي لا يتمكن من الصمود ومواجهة هذه الضغوط المستمرة، فتتضخم الضغوط، وتزيد المشكلات، وتزداد المعاناة النفسية مسببة الإحترق النفسي مما يؤثر علي أدائهن وعلي شخصياتهن.

أسباب الإحترق النفسي:

اغلب أسباب الإحترق النفسي مرتبط ببيئة العمل، وما تنتجه من فرص تساعد على تعظيم مستويات الضغوط والإحباط والقهر لفترات طويلة من الزمن وفي المقابل تكون المكافآت ضئيلة لمواجهة كل هذه الأسباب، ويمكن توضيح هذه الأسباب على النحو التالي: (عبء العمل الزائد- المهام البيروقراطية المتزايدة- الأعمال الكتابية- ضعف التواصل والعلاقات المهنية- نقص المكافآت وغياب الدعم- العمل لفترات طويلة دون الحصول على قسط كاف من الراحة- فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل- الرتابة والملل في العمل- ضعف الإستعداد للتعامل مع الضغوط- الخصائص الشخصية).

(نشوة كرم، ٢٠٠٧، ٣١)

وخلال هذا البحث تتم محاولة كشف أسباب الإحترق النفسي لدي المعلمات اللاتي يعملن في نظام الدمج التربوي عن طريق استخدام أسلوب الإسقاط المتمثل في تفسير وتأويل إستجاباتهن على بطاقات إختبار تفهم الموضوع.

والإسقاط Projection مصطلح نشأ في نظرية التحليل النفسي وهو يعني إسقاط الجوانب السيئة في الشخصية وإصاقها بالعالم الخارجي. (صلاح مخيمر، ١٩٨١، ١٧٠)

ويعد الإسقاط في نظرية التحليل النفسي حيلة دفاعية محددة وينحصر في أن يلصق الفرد بغيره مشاعره الأليمة، ودوافعه الغريزية المستهجنة، وهذا النمط من الحيل الدفاعية قائم علي طرد الأفكار غير المقبولة من الذات إلي العالم الخارجي ويعمل بصفة أساسية في المخاوف المرضية والبارانويا ولكنه يعمل أيضا لدي الأسوياء فهانز الصغير كان يكره أباه ويخاف منه ولكن تم كبت هذه المشاعر وأسقط الكره والخوف علي الخيل. (سامية القطان، ١٩٧٩، ٨٤)

ويذكر (حسين عبد القادر، ٢٠٠٢، ٥٠٧ - ٥٠٨) أن الإسقاط لا ينحصر في كونه آلية من آليات الدفاع كأن يلصق الفرد بغيره مشاعره هو ودوافعه هو، وإنما يقوم علي معاني أخرى تجعل منه معطي للإدراك باعتباره واحداً من تلك العمليات التي يتضمنها ويستند فيها الإدراك إلي ديناميات المجال النفسي فدوافع الشخص وما يغلب عليه من اتجاهاته تجعله يدرك الموضوع أو الموقف أو المثيرات بطريقة خاصة وما أكثر معاني الإسقاط لدي "فرويد" إذ يراه في الحلم تعبيراً خارجياً لعملية داخلية.

وقد ظهرت رؤية التحليل النفسي للإحتراق النفسي، بإنقسامها إلي ثلاث أجزاء:

١- أن الإحتراق النفسي ينتج عن الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد.

٢- أن الإحترق النفسي ناتج عن فقدان وظيفة ومثالية الأنا في علاقتها بالآخرين ذوي الدلالة في حياة الفرد.

٣- أن الإحترق النفسي ناتج من الكف الذي يحدث التفاعلات غير الملائمة أو المتعارضة. (رجوات متولي، ٢٠٠٥، ٦٩)

يتضح من هذه الرؤية للإحترق النفسي، أن الجزء الأول تناول الإحترق النفسي كنتاج عن الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد، ولا يستطيع التكيف معه بطريقة إيجابية مقبولة، ولذا ذكر كل من (Goldberg, Maslach, 1998, 68) أن الإحترق النفسي يحدث نتيجة للإرهاق والضغط الزائد في العمل ونفاذ الطاقة لاسيما الفرد المتحمس حيث أنه يبدأ متحمسا لتحقيق أهدافه فيقابل بضغوط زائدة، هذه الضغوط تكون مستمرة ولا يستطيع الفرد مواجهتها، مما يؤثر فيه سلبا.

وهذا أكده كل من (Hakanen, Ahola, 2007, 105) حيث أشارا إلي أن (Freudenberger) يعتبر الإحترق النفسي عملية تدريجية تأتي علي رأس الضغوط النفسية لهذا نظر إليه علي أنه استمرار مرضي لضغوط العمل مع عدم القدرة علي حلها، لذلك فإنه يرجع جوهر الإحترق النفسي للأنا، حيث أن الفرد صاحب الإحترق النفسي يضغط علي نفسه فترة طويلة مقابل تحقيق الإنجاز في عمله، وذلك علي حساب الأنا.

لهذا فإن الفرد يعلي من قيمة عمله ويهتم به لدرجة أنه يذيب أي شئ مقابل عمله لأنه يجد نفسه فيه، وهذا الوضع لا يستمر طويلا حيث يتعرض للإحترق النفسي.

كما يتضح أن الجزء الثاني يوضح أن الإحترق النفسي يحدث نتيجة فقدان وظيفة الأنا، ومثاليته في علاقتها بالآخرين المؤثرين في حياة الفرد، فالفرد يسعى لأن يتعلق بمن يمثل محطة مهمة في حياته فقد بين كل من (صفاء إسماعيل، ومحمد نجيب، ٢٠٠٤، ٤٠) أن الزوج مثلا يتعلق بزوجته لأنها محطة مهمة في حياته فتمده بالمساندة والدعم اللازمين له في حياته وذلك تعلق وجداني يزيد من إرتباط الزوجين معا. لذلك فالفرد يسعى بالتعلق بمن يمثل له أهمية ويسانده ويدعمه، فالمعلم يتعلق بمديره، والطالب يتعلق بمعلمه حيث يجد لديه المساندة والمثالية التي تبحث عنها الأنا.

معنى ذلك أن الفرد حينما يشعر أن من يتعلق به بدأ يتخلي عنه وأن الأنا فقدت مثاليته في علاقاتها بالآخرين ذوي الأهمية في حياة الفرد، فإنه يكون عرضة للإحترق النفسي مما يؤكد العلاقة بين الإحترق النفسي وفقدان المساندة للفرد.

والملاحظ أن الإحترق النفسي في الجزء الثالث ناتج عن الكف الراجع إلي الدفاعات غير الملائمة حيث يحدث الصراع بين مكونات الشخصية الثلاثة (الهو - الأنا الأعلى) فتضطر الأنا للكبت الدفاعات غير المناسبة . وقد بين (جمعة يوسف، ٢٠٠١، ٦٨) أنه حينما يحدث تعارض بين متطلبات الهو وضوابط الأنا الأعلى، فإن الفرد يكبت الرغبات المحرمة عن طريق الأنا وبذلك تستعيد الأنا جزءا من تنظيمها ثم يبدأ الفرد في تحويل الرغبات المكبوتة إلي أعراض عصابية تعد كإشباعا بديلة للرغبات المكبوتة. ومع نمو الفرد وفشل الكبت كوسيلة لحل الصراع بين مكونات الشخصية نجده يعيش صراعا عصابيا.

ولذلك نجد الفرد الذي يعاني الإحترق النفسي يحاول أن يكبت مجموعة من الرغبات غير الملائمة ولكنها مع مرور الوقت تتحول لأعراض عصابية كوسيلة تنفيسية لهذا الصراع فيظهر الإحترق النفسي كنتيجة لكل ذلك.

مراحل حدوث الإحترق النفسي:

لا يحدث الإحترق النفسي بشكل مفاجيء لدى المعلمات فى نظام الدمج التربوى وإنما يمر بمراحل، وقد بين كل من (فاروق عثمان، ٢٠٠١، ٩٨)، (Brown et al, 2006, 16) أن هناك ثلاث مراحل لحدوث الإحترق النفسي لدى الفرد، كما يلي:

١. **مرحلة الإنذار لرد الفعل: Alarm Stage** ويتضح فيها تغيرات على خصائص الجسم مع بداية مواجهة الضغوط، فيفرز هرمون الإدرينالين ويؤثر على حيوية وطاقة الجسم، فيسبب زيادة افرازه سرعة ضربات القلب، وسرعة واضطراب التنفس، والشد العضلى.

٢. **مرحلة المقاومة: Resistance Stage** تأتي هذه المرحلة كنتيجة لإستمرار مواجهة الجسم للضغوط، وتختفى خلالها التغيرات التى حدثت خلال المرحلة الأولى، فيرجع الفرد لحالته العادية، ولكن إذا استمر الضغط، فسيبدأ الشعور بالتعب مع ضعف القدرة على تحمل أى ضغط آخر.

٣. **مرحلة الإنهاك: Exhaustion Stage** تحقق هذه المرحلة بإستمرار فى المواجهة للضغوط لفترة طويلة، وهنا تظهر التغيرات التى حدثت فى المرحلة الأولى ولكن بشكل أقوى، مما قد يؤدى إلى العديد من الأمراض النفسية أو فى بعض الأحيان قد يؤدى إلى الوفاة. ويصبح

الفرد في هذه المرحلة غير قادر على إتخاذ القرارات أو التفاعل مع المحيطين.

يتضح من هذه المراحل العلاقة بين الجسم والضغط والإنفعالات التي تظهر كإستجابة لمواجهة هذه الضغوط، وأن الضغط النفسي المستمر (إذا لم يتمكن الفرد من التغلب عليه) سببا في حدوث الإحترق النفسي.

وتؤدي الضغوط التي تتعرض لها المعلمة إلى إستنزاف جسمي وإنفعالي، وأهم مظاهره فقدان الإهتمام بالأطفال وتبدل المشاعر، ونقص الدافعية، والروتين في العمل، ومقاومة التغيير وفقدان الإبتكارية. وإذا لم يكن هناك دعم من الرؤساء والزملاء فإن الكثير من المعلمات وخاصة المبتدئات يملن إلى ترك المهنة. (Schlichel et al, 2005,38)

وقد لاحظت الباحثة التدخل الدائم من قبل أولياء الأمور في عمل المعلمات بالجدال المستمر، إلى جانب تعجلهم في تنمية قدرات أطفالهم ذوى الإحتياجات الخاصة حينما يقارنون بينهم وبين أقرانهم العاديين، وهذه المقارنة والتدخل المستمر عن غير وعى من أكبر وأهم الضغوط التي تعاني منها المعلمة، فأولياء الأمور يتوقعون من المعلمة في نظام الدمج أن تقوم بدور أكبر في تربية وتعليم الأطفال سواء العاديين أو ذوى الإحتياجات الخاصة، دون النظر إلى المدخلات التي تحدد بحجمها إلى حد كبير المخرجات ونواتج التعلم. عندئذ تبدأ المعلمة تتشكك في قدرتها على الأداء والعمل في نظام الدمج، مما يقلل من ثقتها بنفسها ويشعرها كل هذا بأن مهنتها يتدخل بها المخصص وغير المخصص، وهذا قد يسبب شعورها بإنخفاض المكانة المهنية والمكانة الإجتماعية لمعلمة

رياض الأطفال. بالإضافة إلى تدنى دخل هذه المعلمة، فدائماً ماتشعر بنقص التقدير المادى المناسب، وهذا قد يسبب نقص الدافعية والإحباط فى بيئة ضاغطة.

واتفقت ملاحظات الباحثة لمعلمات رياض الأطفال فى نظام الدمج التربوى مع نتائج دراسة (عمر محمد، أحمد عبد الحليم، ٢٠٠٥، ٢٩١) فى أنه يمكن الإستدلال على وجود الإحترق النفسى من خلال ما يلى:

- الإنزعاج من التدريس وضعف مواكبة كل جديد.
- إتخاذ موقف سلبى أو عدائى من الإقتراحات الجديدة.
- الحكم على الأداء الوظيفى بعيداً عن الموضوعية.
- الشعور بالإنزعاج بإستمرار.
- الإنسحاب والميل للعمل الإدارى أكثر من التفاعل مع الأطفال وأولياء الأمور.
- الشعور الدائم بالندم على إختيار المهنة.
- حساب ايام العطلات بصورة مستمرة.

وتم تناول متغير الإحترق النفسى فى العديد من الدراسات منها دراسة (محمد رفقى، ١٩٩٥) والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين التوافق المهنى والإحترق النفسى لدى معلمات رياض الأطفال، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (١٠٥) معلمة، واستخدم الباحث مقياس التوافق المهنى ومقياس الإحترق النفسى للمعلمين، وأوضحت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الممارسة الميدانية (التربية العملية) والممارسة الممتدة (الوظيفة الممارسة) وبين كل من التوافق المهنى والإحترق النفسى لدى المعلمات.

(سهام إبراهيم، ٢٠٠٨، ١١٢)

أما دراسة (عادل عبد الله، ١٩٩٥) التي هدفت إلي التعرف علي أثر بعض سمات الشخصية (الحرص - التفكير الأصيل - العلاقات الشخصية - الحيوية) والنوع ومدّة الخبرة علي درجة الإحترق النفسي لدي المعلمين، وتكونت العينة من (١٨٤) معلمة ومعلم للمرحلة الثانوية، أوضحت أن المعلمين الأكثر خبرة أقل إحترقا عن الأقل خبرة، كما أوضحت عدم وجود فروق دالة بين المعلمين والمعلمات في الإحترق النفسي، بينما وجدت فروق دالة إحصائيا ترجع إلي سمات الشخصية فكلما زاد لدي المعلم الحرص والتفكير الأصيل والعلاقات الشخصية والحيوية إنخفضت درجة الإحترق النفسي.

وأشارت دراسة (زيدان السرطاوي، ١٩٩٧) إلي أن المعلمين الجدد ممن كانت خبرتهم سنة واحدة هم الأكثر إحترقا ممن هم أكثر خبرة حيث أجريت الدراسة علي عينة قوامها (١٩٠) معلما مقسمين إلي (٥١) معلما للتربية الفكرية و (٩٥) معلما للإعاقة السمعية و(٣٢) معلما للمكفوفين و(١٢) معلما في غرف المصادر بالمدارس الابتدائية في مدينة الرياض، كما بينت النتائج أن معلمي المعاقين عقليا أكثر إحترقا نفسيا عن باقي أفراد العينة في بعدي الإجهاد الإنفعالي ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي. وبينت دراسة (فوزية عبد الحميد، وعبد الحميد سعيد، ٢٠٠٣) أن المعلمين الذين يعملون مع الإعاقات المتعددة أكثر شعورا بالإحترق النفسي في بعد الإجهاد الإنفعالي مع عدم وجود فروق دالة في الإحترق النفسي ترجع إلي الجنس أو الخبرة التدريسية وكانت قد أجريت علي عينة قوامها (١٣٣) معلما ومعلمة في التربية الخاصة بسلطنة عمان.

وهدفت دراسة كل من (Butler,Constantine,2005) إلي إختبار العلاقة بين تقدير الذات الجماعي والإحترق النفسي المهني علي عينة مكونة من (٥٣٨) معلم، وبينت النتائج وجود علاقات مختلفة حيث إرتبط تقدير الذات العام سلبيا بالإحترق النفسي وإيجابيا بالإنجاز الشخصي، وإرتبط تقدير الذات للهوية سلبيا بتبلد المشاعر وإيجابيا بالإنجاز الشخصي، وهذا يدل علي أنه كلما ارتفع تقدير الذات قل مستوى الإحترق النفسي.

واهتمت دراسة (عبد الله جاد، ٢٠٠٥) بالتعرف علي العلاقة بين بعض عوامل الشخصية بالإحترق النفسي والكشف عن الفروق في مستوى الإحترق النفسي تبعا لمتغيرات (النوع - المرحلة التعليمية) وتكونت عينة الدراسة من (٢٢٨ معلم ابتدائي، ٢١٦ معلم ثانوي) وأشارت النتائج إلي وجود إرتباط دال سالب بين مستوى الإحترق النفسي للمعلمين وكل من (الثبات الإنفعالي - السيطرة - التنظيم الذاتي) ووجود إرتباط دال موجب بين مستوى الإحترق النفسي للمعلمين وعاملي (التوتر - الاندفاعية) وكان معلمو المرحلة الثانوية أكثر معاناة من الإحترق النفسي عن معلمي المرحلة الابتدائية وكانت المعلمات أكثر احتراقا من المعلمين.

وهدفت دراسة (إبراهيم القريوني وفريد الخطيب، ٢٠٠٦) إلي معرفة ما إذا كانت درجة الإحترق النفسي تختلف بإختلاف الحالة الإجتماعية وفئة إعاقة الطالب وجنس المعلم، وبلغت العينة (١٦٣) معلما للتربية الخاصة، و(٢٨٤) معلما للعاديين من الذكور والإناث، وأوضحت النتائج إلي عدم وجود فروق في الإحترق النفسي ترجع إلي جنس المعلم أو حالته الإجتماعية، بينما وجدت فروقا ترجع لفئة إعاقة

الطالب، فكان معلمو الإعاقة البصرية ومعلمو الموهوبين أعلى في درجة الإحترق النفسي عن بقية الفئات.

وقد حاول كل من (Hakanen, et al, 2006, 496) خفض حدة الإحترق النفسي لدي المعلمين وذلك بإستخدام بعض الفنيات لمنع الإحترق النفسي ومنها فنية التنفيس الإنفعالي، حيث تتيح للمعلم الفرصة ليعبر عن مشاعره وانفعالاته بالطريقة المناسبة له، وهي فنية هامة من فنيات التحليل النفسي وبالفعل تمكنوا من خفض حدة الإحترق النفسي لدي المعلمين عينة البحث

وأشارت دراسة (أماني محمود عبد الله، ٢٠٠٨) إلي معوقات الدمج التي تواجه معلمات رياض الأطفال عند تدريس الأطفال غير العاديين (إعاقة عقلية بسيطة) من وجهة نظر المشرفات والمديرات والمعلمات، وأجريت هذه الدراسة علي عينة مكونة من: (٣) مشرفات، (٦) مديرات، (١٧) معلمة. في روضات مدينتي مكة وجدة بالمملكة السعودية وظهرت المعوقات في نقص الإمكانيات البشرية خلال عملية الدمج أي نقص عدد المعلمات المؤهلات للتعامل مع نظام الدمج وأيضا معوقات بسبب طرق التدريس المستخدمة مع الأطفال العاديين والتي تناسب أيضا الأطفال غير العاديين، وصعوبات في تكيف الأطفال غير العاديين مع أقرانهم في الروضة.

كما أن دراسة (هبة جابر عبد الحميد، ٢٠٠٨) التي أجريت علي عينة قوامها (١٤٨) من معاوني أعضاء هيئة التدريس بجامعة سوهاج من الكليات النظرية والكليات العملية وهدفت إلي التعرف علي الفروق في الضغوط لدي معاوني أعضاء هيئة التدريس تبعا لاختلاف النوع

ونوع الكلية والمستوي الوظيفي، وكشف العلاقة المتبادلة بين الضغوط وعمليات التحمل والرضا عن الحياة لدي عينة الدراسة وكذلك الكشف عن البناء النفسي وديناميات الشخصية لدي معاونات أعضاء هيئة التدريس باختلاف مستوى الضغط لديهن، وقد أوضحت النتائج الفعالية الإكلينيكية لإختبار تفهم الموضوع (TAT) في توضيح العلاقة الإرتباطية المتبادلة بين الضغوط وعمليات التحمل والرضا عن الحياة ودلت النتائج الخاصة بهذا الإختبار علي إختلاف البناء النفسي وديناميات الشخصية لدي معاونات أعضاء هيئة التدريس بإختلاف مستوى الضغوط لديهن (مرتفع - منخفض).

التعليق علي الدراسات السابقة:

يتضح من عرض الدراسات السابقة الاهتمام بالمراحل التعليمية بداية من المرحلة الابتدائية إلي المرحلة الثانوية بينما لم يظهر الاهتمام بدراسة مرحلة رياض الأطفال ومعلماتها سواء للأطفال العاديين أو لغير العاديين إلا في دراسة (محمد رفقى عيسى، ١٩٩٥) التي أشارت إلي العلاقة بين التوافق المهني والإحترق النفسى لدى معلمات رياض الأطفال.

ودراسة (أنسى محمد أحمد، ٢٠٠٠) التي بينت العلاقة بين الضغوط النفسية المهنية وبعض سمات الشخصية والحالة الإجتماعية والسن والخبرة لدى معلمات رياض الأطفال.

وأشارت النتائج إلي أن إنتشار الضغوط لدى معلمات الروضة مثل بقية معلمين المراحل التعليمية الأخرى.

ودراسة (أمانى محمود عبد الله، ٢٠٠٨) التى تناولت معوقات عملية الدمج.

وهذا ما يدعو إلى إجراء المزيد من الدراسات والبحوث في مجال الدمج التربوي خلال مرحلة رياض الأطفال كمرحلة تربوية وتعليمية كمحاولة للكشف عن مشكلات الدمج التربوي ومحاولة معالجة هذه المشكلات.

أما بقية الدراسات فمنها ما اهتم بالمعلمين بشكل عام ودراسة الإحترق النفسي لديهم مثل دراسة (عادل عبد الله، ١٩٩٥) و (Butler, K. and Constine, M, 2005) ودراسة (عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٥).

وكان الإهتمام في هذه الدراسات بالتعرف على الفروق بين المعلمين في المستوي الإحترق النفسي تبعاً للمرحلة السنية الذين يدرسون لها، أو للحالة الإجتماعية للمعلمين أو الجنس ومدّة الخبرة في العمل وأيضاً سمات الشخصية.

ومنها أيضاً ما اهتم بالمعلمين ودراسة الإحترق النفسي لديهم ممن يعلمون في مجال التربية الخاصة كدراسة (زيدان السرطاوي، ١٩٩٧) والتي تناولت أكثر من فئة للإعاقة (السمعية- البصرية- العقلية) بجانب معلمين غرف المصادر.

وأيضاً دراسة (فوزية عبد الحميد، عبد الحميد سعيد، ٢٠٠٣) علي المعلمين الذين يعملون مع الطلاب ذوي الإعاقات المتعددة بجانب التعرف علي الفروق الناتجة عن النوع والخبرة التدريسية.

ودراسة (إبراهيم القريوني وفريد الخطيب، ٢٠٠٦) والتي قارن فيها الباحثان بين معلمين الطلاب العاديين ومعلمين التربية الخاصة في مستوى الإحترق النفسي والتعرف علي الفروق الناتجة عن اختلاف النوع والحالة الاجتماعية.

وقد انفتحت نتائج دراسة كل من (عادل عبد الله، ١٩٩٥) و (فوزية عبد الحميد، عبد الحميد سعيد، ٢٠٠٣) و(إبراهيم القريوني وفريد الخطيب، ٢٠٠٦) علي أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين المعلمين والمعلمات في مستوى الإحترق النفسي أي أنه لا توجد فروق ناتجة عن اختلاف الجنس (النوع) والحالة الاجتماعية إلا أن دراسة (عادل عبد الله، ١٩٩٥) بينت أن المعلمين الأكبر خبرة أقل في مستوى الإحترق النفسي - بينما اختلفت معهم نتائج دراسة (عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٥) حيث أشارت إلي أن المعلمات أكثر إحترقا من المعلمين.

وقد أشارت نتائج الدراسات التي تناولت معلمين التربية الخاصة إلي أن فئة الإعاقة تؤثر علي مستوى الإحترق النفسي مثل نتائج دراسة (زيدان السرطاوي، ١٩٩٧) التي أشارت إلي أن معلمين المعاقين عقليا أكثر إحترقا عن معلمي المكفوفين والمعاقين سمعيا.

بينما أوضحت نتائج دراسة (إبراهيم القريوني وفريد الخطيب، ٢٠٠٦) إلي أن معلمي المكفوفين ومعلمي الموهوبين أعلي في درجة الإحترق النفسي عن معلمي بقية الفئات الخاصة ومعلمي الطلاب العاديين.

وهذا الاختلاف يثري البحث العلمي في هذا المجال ويدعو لمزيد من الدراسات التي تهتم بهذه الفئة من المعلمين حتي نتعرف علي

احتياجاتهم ومشاكلهم في العمل في ظل نظام الدمج ومحاولة معالجة الإحترق النفسي لديهم لتحسين الأداء في المدارس والروضات.

وما دعا الباحثة لاستخدام إختبار تفهم الموضوع (TAT) هو النقص الواضح الشديد في الدراسات الإكلينيكية في هذا المجال بالرغم من أن أهمية هذا الإختبار في كشف العوامل الكامنة وراء الاضطرابات والكشف عن أسباب الضغوط والإحترق النفسي.

وفي حدود علم الباحثة لم تجد أي دراسة تتناول استخدام هذا الإختبار في الكشف عن الإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال العاملات بنظام الدمج التربوي للأطفال المعاقين عقليا مع أقرانهم من الأطفال العاديين.

وإنما وجدت دراسة هبة جابر عبد الحميد، ٢٠٠٨ التي لم تتناول المعلمين وإنما تناولت فئة معاوني أعضاء هيئة التدريس (١٤٨) منهم من جامعة سوهاج لدراسة الفروق بين معاوني أعضاء هيئة التدريس في تساوي الضغوط وعمليات تحملها وعلاقتها بالرضا عن الحياة.

وكشفت النتائج عن فعالية إختبار تفهم الموضوع (TAT) في الكشف عن اختلاف البناء النفسي وديناميات الشخصية لدي معاونات أعضاء هيئة التدريس باختلاف مستوي الضغوط لديهن.

وبعد الإطلاع علي الدراسات والبحوث السابقة، يمكن وضع فرض البحث علي النحو التالي:

يكشف إختبار تفهم الموضوع (TAT) عن الإحتراق النفسي وأسبابه لدي معلمات رياض الأطفال العاملات في نظام الدمج التربوي.

إجراءات البحث:

تشتمل إجراءات البحث الراهن علي (عينة البحث، منهج البحث، أدوات البحث، الأساليب الإحصائية)

عينة البحث:

- العينة الاستطلاعية: قامت الباحثة بتطبيق مقياس الإحتراق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال العاملات بنظام الدمج التربوي علي عينة قوامها (٣١) معلمة لحساب الخصائص السيكومترية للمقياس.
- العينة الأساسية: تم اختيار (٣) معلمات لمرحلة رياض الأطفال يعملن في نظام الدمج التربوي بين الأطفال العاديين والأطفال المعاقين عقليا (المنغوليين) ومتوسط أعمارهن (٢٣.٦) سنة، وهن خريجات لكلية رياض الأطفال ويعملن منذ تخرجهن في المركز التربوي الملحق بكلية رياض الأطفال - جامعة الإسكندرية وتم اختيارهن بناء على حصولهن علي أعلى الدرجات على أبعاد مقياس الإحتراق النفسي من بين معلمات الدمج التربوي بالمركز التربوي.

منهج البحث:

تم استخدام المنهج الإكلينيكي (دراسة الحالة) لدراسة متغير الإحتراق النفسي لدي أفراد العينة (٣ حالات) من معلمات رياض الأطفال اللاتي يعملن في نظام الدمج التربوي.

أدوات البحث:

١- مقياس الإحترق النفسي لمعلمات رياض الأطفال العاملات بنظام الدمج التربوي (إعداد: الباحثة)

٢- إختبار تفهم الموضوع (TAT) (إعداد: هنرى موراي)

الأساليب الإحصائية:

- معامل الارتباط
- معادلة سبيرمان - بروان في طريقة التجزئة النصفية.
- حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ.

وتم استخدام هذه الأساليب الإحصائية لتوضيح الخصائص السيكومترية لمقياس الإحترق النفسي، وهذا علي النحو التالي:

أولاً: ثبات المقياس: تم حساب ثبات المقياس كما يلي:

أ- طريقة التجزئة النصفية (معادلة سبيرمان - بروان) - Spearman Brown بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية للمقياس علي العينة الاستطلاعية، وكانت قيمة معامل الارتباط (٠.٧٥٩) وهي قيمة دالة عند مستوي (٠.٠١) ومعامل الثبات بلغت قيمته (٠.٨٦٣) وهي قيمة ثبات مرتفعة.

ب- طريقة ألفا كرونباخ:

حيث تم حساب معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لعبارات كل بعد، ولأبعاد المقياس، وللمقياس ككل وذلك يتضح في الجدولين التاليين:

جدول رقم (١)

معاملات ثبات أبعاد مقياس الإحترق النفسي ومعامل الثبات الكلي للمقياس

فقدان المساندة		الضغوط المهنية		عدم الرضا الوظيفي		الإرهاق البدني	
معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة	معامل الثبات	رقم العبارة
٠.٨٢٣	٣	٠.٨٣٨	٤	٠.٧٠٦	٢	٠.٨٤٠	١
٠.٨٣٠	٧	٠.٨١٨	٨	٠.٦٨٩	٦	٠.٨٥١	٥
٠.٨٠٣	١٣	٠.٨٣٨	١٢	٠.٧٠١	١١	٠.٧٩٨	٩
٠.٨٠٩	١٧	٠.٨٥٢	١٦	٠.٧٠٣	١٥	٠.٨٠٣	١٠
٠.٨٠٦	٢٠	٠.٨٣٧	١٩	٠.٦١٦	١٨	٠.٧٩٨	١٤
٠.٨٢٦	٢٤	٠.٨٢٠	٢٢	٠.٦٤١	٢٥	٠.٨١١	٢١
٠.٧٩٣	٢٦	٠.٨٢٦	٢٣	٠.٦٦٨	٢٨	٠.٨١٥	٢٧

جدول رقم (٢)

معاملات ثبات أبعاد المقياس ومعامل الثبات الكلي للمقياس

معامل الثبات	البعد	رقم البعد
٠.٨٤٠	الإرهاق البدني	١
٠.٧١٠	عدم الرضا الوظيفي	٢
٠.٨٥٣	الضغوط المهنية	٣
٠.٨٣٦	فقدان المساندة	٤
٠.٨٦٨	معامل الثبات الكلي	

يتضح من جدولي (١)، (٢) أن قيم معاملات الثبات لعبارات كل بعد علي حده جاءت أقل من أو تساوي معامل الثبات للبعد وهذا يدل علي أن حذف أي عبارة يؤثر سلبا علي المقياس، وقد بلغ الثبات الكلي (٠.٨٦٨) وهو معامل ثبات مرتفع.

ثانيا: صدق المقياس: للتأكد من صدق المقياس تم استخدام الطرق التالية:

أ- الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس علي (٥) من أساتذة علم النفس والصحة النفسية، بجامعة الإسكندرية للتعرف علي مدى انتماء كل مفردة للبعد، وتم حساب نسبة الاتفاق علي كل مفردة وتبين أن هناك عدد (٢) مفردة كانت نسبة الاتفاق عليهم أقل من (٨٠%) وتم حذفها وتم الاتفاق بنسبة تتراوح بين ٨٠% - ١٠٠% علي (٢٨) مفردة مقسمين علي (٤) أبعاد أي يحتوي كل بعد علي (٧) مفردات (عبارات).

ب- صدق المفردات (صدق التكوين):

تم حساب معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس وذلك علي العينة الاستطلاعية والتي بلغ عددها (٣١) معلمة ويتضح ذلك في الجدول التالي:

جدول رقم (٣)

معامل ارتباط كل عبارة بالدرجة الكلية للمقياس

الإرهاق البدني		عدم الرضا الوظيفي		الضغوط المهنية		فقدان المساندة	
رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٥٥٣	٢	٠.٤٨٣	٤	٠.٧٣٩	٣	٠.٦٣٩
٥	٠.٥٤٣	٦	٠.٥٤٣	٨	٠.٨٠٤	٧	٠.٦٠٦
٩	٠.٨٠٩	١١	٠.٥١٦	١٢	٠.٧٣٨	١٣	٠.٧٥٩
١٠	٠.٧٩٦	١٥	٠.٥٥١	١٦	٠.٦٣١	١٧	٠.٧٥٠
١٤	٠.٨١٤	١٨	٠.٧٧٤	١٩	٠.٦٩٩	٢٠	٠.٧٥١
٢١	٠.٧٦٦	٢٥	٠.٧٢١	٢٢	٠.٨٠٥	٢٤	٠.٦٣٢
٢٧	٠.٧٣٣	٢٨	٠.٦١٧	٢٣	٠.٧٩٠	٢٦	٠.٨٣٩

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠١) = ٠.٤٦٣

يتضح من جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوي (٠.٠١) مما يدل علي صدق التكوين لعبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس.

ج- صدق الاتساق الداخلي:

تم إيجاد معاملات الارتباط بين الأبعاد الأربعة للمقياس بعضهم البعض وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٤)

معاملات الارتباط بين الأبعاد الأربعة للمقياس بعضهم البعض وبين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

م	أبعاد مقياس الإحتراق النفسي	١	٢	٣	٤	٥
١	الإرهاق البدنى	١.٠٠٠	**٠.٧٥٥	**٠.٥٨٦	**٠.٨١٥	**٠.٨٩٤
٢	عدم الرضا الوظيفى		١.٠٠٠	**٠.٦٦٢	**٠.٨٠٠	**٠.٩٠٢
٣	الضغوط المهنية			١.٠٠٠	**٠.٦١٨	**٠.٨١٧
٤	فقدان المساندة				١.٠٠٠	**٠.٩١٨
٥	الدرجة الكلية					١.٠٠٠

دالة مستوي (٠.٠١) القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٤٦٣

يتضح من جدول (٤) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوي دلالة (٠.٠١) بين الدرجة الكلية ودرجة كل بعد من الأبعاد الأربعة، وكذلك بين الأبعاد الأربعة بعضها البعض، وجميعها ارتباطات موجبة ودالة عند مستوي (٠.٠١).

تصحيح المقياس:

تم تصميم المقياس بنظام متدرج ثلاثى (غالبا) تحصل فيها المعلمة على ثلاث درجات، (أحيانا) تحصل المعلمة بها على درجتين، (نادرا) وتحصل فيها المعلمة على درجة واحدة. ثم تجمع جميع درجات الأبعاد لحساب درجة الإحتراق النفسى، وتعتبر الدرجة المرتفعة عن المستوى المرتفع للإحتراق النفسى.

- إختبار تفهم الموضوع (TAT)

هذا الإختبار من إعداد (هنرى موارى) ويتكون من إحدى وثلاثين بطاقة بالإضافة إلي بطاقة بيضاء والبطاقات تختلف في درجة غموضها

أو تحديد بنيانها وتعرض البطاقات علي المفحوص واحدة بعد الأخرى ويطلب منه أن يستجيب بذكر القصة التي تخطر علي باله عند رؤية البطاقة وهذا الإختبار يعد من أكثر الإختبارات الإسقاطية شيوعا ويستخدم علي نطاق واسع في المراكز والعيادات النفسية.

والفكرة التي يقوم عليها هذا الإختبار هي أن القمص التي يعطيها المفحوص تكشف عن مكونات هامة في شخصيته علي أساس نزعتين، الأولى نزعة الناس الماضية ورغباتهم الحاضرة وآمالهم المستقبلية. والثانية نزعة كثير من كتاب القمص إلى أن يغترفوا بطريقة شعورية أولا شعورية الكثير مما يكتبون من خبراتهم الشخصية ويعبرون عما يدور بأنفسهم من مشاعر ورغبات

وإستعانت الباحثة بطريقة تفسير موراى مع الحالات الثلاثة للمعلمات، حيث يهتم موراى بتحليل محتوى القصة وذلك بغية معرفة الموضوعات الغالبة في قصص كل شخص، والموضوع عنده هو التكوين الدينامى للحكاية أو عقدة القصة، وتطور الموضوعات في العادة حول بيان:

- البطل الرئيسى الذى ينتمص الفرد شخصيته، وهذا البطل هو الذى يحظى عادة بنصيب كبير تقوم بالدور الرئيسى إذا قورنت ببقية شخصيات القصة، وقد يحدث في بعض الأحيان أن يحتل عدد من الشخصيات المركز الرئيسى في القصة، فيتوحد المفحوص مع شخصية أحدهم، وإذا صعب الأمر فأن الشخصية التي تشبه المفحوص كثيرا في سنه وجنسه وخصائصه تعتبر هي شخصية البطل وغالبا ما تكشف مهنة البطل وميوله وسماته وقدراته عن الصفات القائمة أوالتي يرغب الفرد في تحقيقها. ومن الملاحظ أن

المفحوص قد يتوحد مع أبطال من الجنس الآخر. وليس من العسير تمييز البطل، ففي كثير من القصص قد لانجد سوى شخصية واحدة هي التي البطل الرئيسي الذي يتقمص الفرد شخصيته.

• الحاجات الرئيسية للبطل: ويصل عدد الحاجات عند موراي إلى ٢٠ حاجة ظاهرة و٨ حاجات كامنة، ومن الحاجات التي أعطاها موراي اهتماما كبيرا في تفسيره:

١. **تجنب الأذى:** هل يتخذ الفرد أسلوب الخنوع وقهر النفس، هل يتحمل الضغوط الخارجية الشديدة والظلم دون إحتجاج، هل يخضع للظروف القاسية التي يصعب تحملها، هل يميل إلى تحمل العذاب أو تعذيب نفسه.

٢. **البحث عن الكمال:** هل يسعى بقوة ونشاط وراء أهدافه وهل مستوى الطموح عال؟

٣. **الإعتداء:** ويتضح سواء في الإستجابات الإنفعالية والتعبير اللغوي كالبعث والسب والنقد وتحقير الناس أوفى صورة الإعتداء المادي كالمقاتلة في سبيل الدفاع عن الذات أو عن شخص آخر محبوب والإنتقام والأخذ بالثأر أو صورة الميل كالهدم والتخريب.

٤. **السيطرة:** محاولة التأثير في سلوك ومشاعر وأفكار الغير، ممارسة السيادة أو الضغط على الغير وتقييد حرياتهم.

٥. **العدوان الموجه نحو الذات:** تأنيب الذات وإذلالها والتحقير من شأنها وعانة النقص.

٦. **الإستجداد والشفقة:** والتعبير عنهما فيما يقوم به الفرد من سلوك وأخذ مشاعر الغير في الإعتبار.

٧. **السلبية:** حب الهدوء والنوم والتعب بعد بذل أقل جهد، أخذ إتجاه سلبي، اللامبالاة.
٨. **الجنس:** مصاحبة أفراد من الجنس الآخر والإستمتاع بالتواجد معهم، قيام علاقات جنسية، الحب والزواج.
- الضغوط أو العوامل البيئية والمؤثرات التي تؤثر فى الفرد: وقد أعطاها موراى الأهمية وذلك على النحو التالى:
١. **النزعات الإجتماعية:** ويندرج تحتها الخطاء والأصدقاء والأسرة وهل يحبه هؤلاء، وهل للبطل مغامرات عاطفية.
٢. **الإعتداء:** وقد يأخذ صورة الإعتداء الوجدانى أو اللفظى أو صورة الإعتداء المادى الإجتماعى واللاإجتماعى.
٣. **السيطرة:** هل يوجد من يفرض رأيه بالقوة على البطل، أو هناك من يمنعه من القيام بشىء مرغوب أو يقيد حريته أو يحاول التأثير عليه وإغرائه
٤. **العطف:** هل هناك من يحمى البطل ويعطف عليه ويعفو عن خطاياها.
٥. **النبذ:** هل هناك من ينبذ البطل ولايقبله أو يبالى به، ويقابل مطالبه بالرفض.
٦. **الحرمان والفقء:** ويندرج تحتها الحرمان مما يحتاج إليه من أجل الحياة أو النجاح، أو من أجل أن يصبح بطلا، كما يتضمن فقد أشياء كان يملكها أو فقد شخص عزيز عليه.
٧. **الأخطار المادية:** كتعرض البطل لأخطار مادية من جانب قوى غير بشرية كالحیوانات المتوحشة أو عواصف البحر أو من ناحية فقدان السند القوى الذى كان يعتمد عليه.

٨. الجروح المادية: وجود شخص يهاجم البطل (أى عدوان)، أو وجود حيوان يهاجم البطل أو أن البطل يصاب فى حادثه ما (خطر مادي).

تلك هى الجوانب الرئيسية التى يقيم عليها موراى تفسيره للاختبار، ولكن بالإضافة إلى دراسة كل عامل منها على حدة، يلزم دراسة ما بينها من علاقات. هل ينجح البطل مثلا فى التغلب على العوائق والضغوط أم هل يجد مشقة، وهل يتكيف معها أو يخضع لها، وماذا يفعل للتغلب على عوامل الإحباط. هل يتعاون مع الغير من أجل تحقيق أهدافه أم يتخذ أساليب عدوانية.

(سيد محمد غنيم، ٤٤٠، ١٩٧٥-٤٤٣)

وتم تطبيق الإختبار بعد توجيه التعليمات التالية:

"سأعرض عليك بعض البطاقات المصورة واحدة تلو الأخرى، وعليك أن تكون قصة حول كل منها توضح فيها أحداث القصة وفيما يفكر شخصيات القصة مع وضع عنوان للقصة"
وقد استخدمت الباحثة فى تفسير البطاقات اسلوب التأويل.

عرض ومناقشة النتائج:

يعرض فيما يلي نتائج مقياس الإحترق النفسي وإختبار تفهم الموضوع (TAT) لكل حالة من الحالات الثلاثة (عينة البحث).

- الحالة الأولى:

تاريخ الحالة:

تنسم الحالة بأنها دائمة العناد منذ طفولتها وترفض الواقع الذي تعيشه بصفة مستمرة وتفكر فى الموت بصفة دائمة وتشعر بأنه الحل

والخلاص الوحيد من كل ما تشعر به وهذا الشعور لديها منذ بداية المراهقة، منذ بدأت تشعر بخلافات والديها المستمرة وهذا ترجع إليه مجموعها المتوسط في الثانوية العامة وبالرغم من تفوقها في بداية دراستها بالكلية إلا أنها لم تستطع الحفاظ علي التفوق في السنوات الأخرى، إلا أنها تفكر دائما في البحث عن زوج يحقق لها الراحة ولكنها تفكر في الموت كبديل لهذا الزوج كي تشعر بالراحة، وتعاني بصفة مستمرة من الصداع النصفي والحمول خاصة في فترة الصباح بعد الاستيقاظ.

١- الدرجات التائية علي مقياس الإحترق النفسي:

- الإرهاق البدني ٢١
- الضغوط المهنية ١٩
- عدم الرضا الوظيفي ٢٠
- فقدان المساندة ٢١
- الدرجة الكلية ٨١

وتعتبر الدرجة الكلية درجة مرتفعة تدل علي إرتفاع مستوى الإحترق النفسي لدي الحالة.

٢- الاستجابات علي إختبار تفهم الموضوع (TAT) وتفسيرها:

القصة الأولى (البطاقة ١): (الولد والكمان) في أحد مناطق الإسكندرية كانت تعيش (سالي) مع أبنها الطفل (فيكتور) الذي كان يهوي عزف الكمان، ورأت سالي أنه من الضروري أن يصقل الولد موهبته بالدراسة فقدمت أوراقه إلي معهد الكونسرفتوار ليتعلم العزف علي

أساس علمي إلا أنه كان يذهب كل مرة إلي المعهد وبه حالة ضيق، فهو يرفض أسلوب معاملته من قبل معلمه ولذا قرر عدم الذهاب مرة أخرى. **التفسير:** يتضح في هذه القصة نكوص الحالة لمرحلة الطفولة (ابنها الطفل) ولكنه بدا كمظهر يكشف عن طريقتها في مواجهة المواقف حيث رفضها وعنادها وعدم سماع النصيح، كما يظهر رفضها للواقع الذي تعيشه (يرفض أسلوب معاملته) والحالة كما كانت تذكر دائما لم تكن مطيعة وكانت دائمة العناد والتحدي لمن يحيطون بها من الكبار. والقصة تعكس عدم رضاها ورغبتها في تغيير الوضع.

القصة الثانية (البطاقة ٢): (الأيتام) كانت (سهيلة) امرأة متزوجة من (سمير) الذي توفى و شاء القدر أن يموتن أبنهما أيضا (وائل) وظلت سهيلة وحيدة إلا أنها حاولت أن تشغل فراغها فذهبت لدار (الرحمة) للأيتام وحاولت أن تساعد الأولاد في تكملة تعليمهم وكانت تذاكر لكل الأطفال كل يوم ويقدر ما كانت تشغل فراغها ألا أنها كانت تعاني من بعض الآلام الجسمية نتيجة إرهاق طوال اليوم، ولكنها تحملت ذلك كله في سبيل شغل فراغها وإسعاد الأيتام.

التفسير: تظهر القصة بداية الشعور بالوحدة واليأس (الزوج متوفي) وطغيان الموت وفقدان السند في الحياة، مع استمرار الألم واليأس بصورة ملحة ومتكررة بفقدان الزوج وفقدان الابن بالموت أيضا، وتعكس مشاعر الألم والنقص والضياع. ويظهر استخدام الحيلة الدفاعية اللاشعورية (التعويض) عما ينقصها وما فاتها في الحياة، والمحاولة اليائسة في (مساعدة الأولاد اليتامى) وهي رغبة دفيئة عندها، لأنها تعكس صورتها فهي التي تحتاج إلي مساعدة ويظهر ذلك في إسقاط رغباتها الملحة في حياة كريمة بعيدا عن إحساسها بفقدان السند.

القصة الثالثة (البطاقة ٤): (الحرية) كانت (مي) تحاول إقناع

صديقها (جلال) بأن يتزوجها وأنها ستكون نعم الزوجة إلا أنه لم يستمع إلي كلامها بالرغم من حبها له وكان له رغبة في عدم الوقوع في أي قيود أو مسئولية، وأن الزواج أكبر قيد والأطفال يفعلون ضوضاء وطلباتهم لا تنتهي وهو لا يريد التعب وإنما يريد الراحة والاستمتاع بوقته إلا أن مي تضايقت وبعدت عنه وظل هو حر دون قيود.

التفسير: تعكس القصة المحاولة المستميتة منها في محاولة إعادة

الحصول علي تقدير الذات عن طريق (محاولتها إقناع صديقها أن يتزوجها) ويظهر فقدانها للشعور بالحب والأمن والاستقرار، كما يظهر (التبرير) لهروبه منها عن طريق عدم رغبته في الزواج والأطفال والمسئولية وتظهر المحاولة الفاشلة في استرداد ماء وجهها ورغبتها عن طريق التبرير كحيلة لا شعورية لاسترداد رغبتها في أن تكون مقدره مع شعورها بالفراغ وشعورها بعدم التقدير وعدم الرضا.

القصة الرابعة (البطاقة ٥): (جميلة) كانت (جميلة) طفلة لأسرة

ثرية وشاء القدر وفاة أمها (بهية) ونظرا لظروف عمل أبيها (بهاء) فالتحقت بمدرسة داخلية فأنفق عليها الأب أموالا طائلة لكن بهاء توفي وترك جميلة وحيدة، وبعد هذه الوفاة ساءت أحوال جميلة وتحولت من الغني إلي الفقر، فحولتها المدرسة التي كانت بها طالبة إلي خادمة وفي مرة من المرات ذهبت جميلة لتنظف غرفة من الغرف، فوجدت صديقتها الطالبة القديمة وعاملتها معاملة سيئة وطردتها من الغرفة فقررت أن تدرس بجانب عملها كخادمة حتي تحسن من وضعها وتذكر صديقتها بأنها كما هي.

التفسير: يظهر من خلال القصة خيال (الثراء) وما لبث أن انطفأ من أول لحظة بوفاة الأم مع الشعور بعدم القدرة علي الحياة وسط الأحباب والبعد عن الموضوع عن طريق (المدرسة الداخلية) مع الشعور بالوحدة والضياع وشبح الموت يخيم مرة ثانية (موت أبوها) أي فقدان السند والدعم من جميع النواحي وساءت أحوالها الشعور باليأس والعوز وعدم تقدير الذات والشعور بالدونية (تعمل خادمة) مع عدم قدرتها علي مسايرة المجتمع من حولها والذي تتمنى أن تعايشه ويظهر أيضا إخفاقها في تقدير ذاتها (معاملتها معاملة سيئة وطردتها) وهذا يعكس أيضا عدم الشعور بالأمن والحب والاستقرار والأمل الضائع ومجموعة الأمانى التي لم تتحقق تظهر في نهاية القصة.

القصة الخامسة (البطاقة ١٥): (الصراع) كان الزوجان مريم وأحمد في صراع دائم مع بعضهم لأنهما لم يكونا متفاهمين ولا يسمع أحدهما للآخر وكل منهما كان يحافظ علي كبرياء الآخر وكرامته وفي النهاية وجدوا أنه لا مفر من أن كل منهما يحتوي الآخر ويحافظ علي مشاعر الآخر لأن الحياة لا تقف عند هذا الحد ولأن الحب هو الأبقى دائما فتصالحا وعاشا معا وسط جيران لا يعرفون عنهم الكثير إلا أنهما إستمرا دون انفصال.

التفسير: يظهر في القصة عدم الشعور بالأمن واليأس والصراع الدائم في الحياة وعدم القدرة علي العيش بتوافق مع المحيطين فكل من حولها لا يشعر بها وتظهر الرغبة الدفينة في أن تحيا حياة ناجحة عامرة بالحب والتفاهم ولكن الشعور بالنقص يغلب عليها (وسط جيران لا يعرفون عنهم الكثير) (إلا أنهم استمروا دون انفصال) هنا آمال وأحلام

تراودها في الحياة برغبة في العمل في جو يرضي عن أدائها مع الأطفال خال من الضغوط ولكنها أحلام غير متحققة.

القصة السادسة (البطاقة ١١): (الجبلى) في أحد الأيام كانت (دعاء) الفتاة الجميلة تعيش مع خيالها في انتظار فتى أحلامها علي أمل مقابلته وعندما وجدته أحبته من النظرة الأولى واللقاء الأول، وحاولت أن تغير من نفسها لأجله ولكن مع مرور الأيام وجدت أن الشخص الذي أحبته ليس هو الشخص المناسب وهنا حلمت بأنها في مكان علي الجبل والمكان كله سينهار في خلال دقائق من حولها وعليها أن تحاول إنقاذ نفسها من هذا الموقف بمحاولة التفكير بهدوء وبعمق حتي نجد المخرج المناسب من هذا المأزق الذي قد يقضي علي حياتها.

التفسير: يظهر بالقصة محاصرة الخيال لها ورغبتها في انتظار فتى أحلامها والخيال يجعلها تحبه من النظرة الأولى واللقاء الأول إلا أنه يظهر هنا فقدان الأمل عن طريق (ليس هو الشخص المناسب) ثم تواصل الأحلام المليئة بالخوف وعدم الشعور بالأمن والشعور بالتعب (سينهار وهي تحاول أن تتفقد نفسها) من هذا الخيال وهذه الأحلام التي هي الواقع المرير الذي تعيش فيه وتشعر به إلا أن هناك أمل بعيد المنال في النهاية (المخرج المناسب) وهو طريقة التفكير الذي قد يخرجها من المأزق الضغوط المحيطة بها التي ستقضي عليها.

القصة السابعة (البطاقة ١٤): (نزهة) في يوم من الأيام ألح (منير) علي والديه أن يذهبوا إلي نزهة وهم في الطريق كانت تمر سيارة بها مجموعة من الشباب (مني، نزمين، مراد، أحمد، طارق) وكان مراد هو السائق وكانوا جميعا من الشباب المتهور والمندفع وليس لديهم هدف

في حياتهم، سوي الخروج والاستمتاع بضياح الوقت وهنا حدثت حادثة كبيرة حيث اصطدمت السيارة بشجرة في الطريق ثم انقلبت عدة مرات فصدمت الأم والابن الصغير أخو الطفل منير ولكن أبوه (عاطف) نجا من هذه الحادثة وظل منير يتذكر أمه وأخوه مع إشراق شمس كل يوم وكان منير ينظر من النافذة كل يوم علي أمل أن ترجع له أمه (وفية) وأخيه (أنس) وكان أبوه يحاول مده بالحنان والعطف فكان الأب اسم علي مسمي (عاطف) إلا أن منير كان يتذكر دائما مشهد غرفة العناية المركزة وكانت نقطة الأمل الوحيدة لديه انتظار رجوع أمه وأخوه.

التفسير: (الذهاب إلي نزهة) هي محاولة الهروب من ضغوط الروتين اليومي ولكن دون جدوي، كما يظهر الشباب متهور ومنذفع - ليس لهم هدف في حياتهم ثم الاستمتاع بضياح الوقت كل هذا يظهر صيغة الأمل في تحقيق السعادة وإنطلاقها ورغبتها في البعد عن الحياة المليئة بالضغوط والإرهاق فهي غير راضية عن وضعها ويظهر الحرمان من تحقيق الرغبات (صدمة السيارة بالشجرة وانقلابها عدة مرات وصدمة الأم والابن والأخ الصغير)، كما أن (نجا الأب) يدل علي الأمل الوحيد الذي لم يتحقق فالخيال تري فيه مدها بالحنان والعطف، وتنتهي نهاية مأساوية تدل علي الفشل واليأس مع ظهور أحلام اليقظة التي لا تفيد ولكنها هروب من الواقع في محاولة لتحسين الوضع لتحقيق الرضا.

القصة الثامنة (البطاقة ١٥): (الشبح) في يوم من كان يوجد

شبح الموت وهو يقبض علي الأرواح، وذات مرة من المرات كان هذا الشبح وهو يقبض أحد الأرواح رفضت الروح أن تخرج فحدثت مشاجرة بين الروح وشبح الموت ولكنها كانت غير مجدية، فقررت الروح أن

تستدر عطف شبح الموت لكي يتركها ويمهلها فترة أخري تعيشها لعلها تجد السعادة لأن هذه الروح كانت بانسة إلا أنها قابلت أحد الأشخاص (مفيد) الذي كان يساعدها في الفترة الأخيرة ويقوم علي شئونها إلا أن شبح الموت كان يدير وجهه كعدم استجابة لها عندئذ حاولت الروح الهروب واللجوء إلي (مفيد) إلا أنها لم تستطع وقبضها شبح الموت إلا أنها كانت طوال حياتها تنتصر علي الأرواح الشريرة.

التفسير: تكرار شبح الموت الذي يقبض الأرواح، هذا دليل علي فقدان الرغبة في الحياة بوضعها الحالي لعدم الشعور بالأمن والاستقرار بل الرغبة في الهروب مما تعانيه وانتهاء حالة الإرهاق وعدم الرضا، كما تعكس القصة الصراع بين رغبتها في الحياة ورغبتها في الموت (المشاجرة بين الروح وشبح الموت) ولكنها معركة غير مجدية ويظهر أملها في أن تجد السعادة وتذكر في نهاية القصة أحلام تتمناها عن طريق مقابلة أحد الأشخاص ورغبتها الدفينة في أن تحيا حياة سعيدة بدون ضغوط وهذا مغاير للواقع.

القصة التاسعة (البطاقة ١٩): (التليج) كان محمد يدرس مفهوم البيئة في المدرسة فأحب البيئة الجليدية وتمني أن يعيش في هذه الأجواء الباردة وفي يوم من الأيام استيقظ من النوم ووجد ثلج ينزل من السماء فشعر بسعادة كبيرة وشعر أن الثلج يطفئ النار الموجودة في عقله ونفسه بسبب ما يشغل تفكيره وقرر أن يكلم معلميه ويعتذر عن الذهاب للمدرسة بسبب الثلج لكنه كان يريد أن يرتاح هذا اليوم من عناء المدرسة.

التفسير: يظهر بالقصة تخيل الحياة في بيئة جليدية تعكس الرغبة في الحياة الهادئة الخالية من الألم ومن الضغوط وعدم تقدير الآخرين حياة كلها رضا، والبعد عن الحياة التي تعيشها، والقصة تظهر

أحلام اليقظة التي تحاول أن تحقق رغباتها من خلالها إلا أنها أفاقت من الحلم وأدركت أنه لا يمكنها تحقيق ذلك ولازال الصراع قائما بداخلها (النار الموجودة في عقله) كما تعكس رغباتها في الشعور بالراحة بدلا من الإرهاق الذي تشعر به (برتاج)، (عناء).

القصة العاشرة (البطاقة ٢٠): (الحلم) تخرج (هشام) من كلية

الهندسة وحاول البحث عن عمل فعمل في كثير من المهن، وفي يوم قابل أحد أصدقائه (طلعت) فأقنعه بالعمل في الخارج في إحدى دول الخليج إلا أنه كان في صراع بين السفر لتحقيق أحلامه، وبين ترك أهله وحبيبته (مني) لكنه في النهاية قرر السفر لحل المشاكل التي تواجهه في هذه البلدة، وبدأ من جديد في مهنة هو يحبها وترك ما قبل ذلك وتناساه وكان كل ما يتذكر تعبته وشقاه تذكر الجانب الجميل من حياته (مني) ويتمنى الرجوع سريعا ليتزوجها ويسافرا معا بعيدا عن القهر والصراع مع الفقر والضغط المحيطة.

التفسير: يظهر من خلال القصة محاولة الهروب من الواقع

المحيط بها (العمل في الخارج، دول الخليج) كما تظهر الرغبة في الحصول علي المال وانتهاء حالة الفقر والعوز، والرغبة في تقدير الذات عن طريق الحصول علي النقود وتعكس القصة استمرار الحياة في صراع دائم بين عدم تحقيق الآمال والرغبة في الاستقرار والشعور بالراحة (قرر السفر) وفي النهاية كما في القصص السابقة رغبة حاملة وأمني لم تتحقق في ظل الضغوط المحيطة وحالة من عدم الرضا والإرهاق.

القصة الحادية عشر (البطاقة 3GF): (التبني) كانت (علية)

تعيش مع زوجها (سامي) ولا يوجد لديهما أطفال وفي يوم سامي شعر

بالممل من الحياة الروتينية مع عليّة، فقرر السفر لكن عليّة ظلت تبكي وتترجاه حتي لا يتركها وأن يوافق علي أخذها معه، إلا أنه ذهب وتركها تبكي وهنا فكرت أما في الطلاق أو أن تتبنى طفل يملأ حياتها بهجة وسرور إلا أن سامي كان رافضا لفكرة التبني وكان يريد تغيير حياته ويذهب لمكان جديد وزوجة صغيرة جديدة تسعده وتفرح قلبه، وتزوج سامي وترك عليّة معلقة لا طلقها ولا عاش معها.

التفسير: يظهر بالقصة عدم القدرة علي مواجهة الواقع الأليم، والخلاف الدائم للشعور بالروتين مع ظهور الرغبات الكامنة في الحياة الخالية من الإرهاق والتعب، ولكن الظروف المحيطة تطاردها وتزيد من الضغوط عليها مع سيطرة مشاعر القلق والخوف علي جميع جوانب الحياة، وفكرة التبني هي الأمل الذي سيخلصها من الضغوط والتعب ويدخل علي حياتها البهجة والسرور، وتظهر الرغبة الملحة في تغيير الوضع الراهن المؤلم والمرهق (تغيير حياته) زوجة صغيرة جديدة إلا أنها تفيق في نهاية القصة من أحلام اليقظة (معلقة) تدل علي عدم قدرتها علي تغيير الواقع مع عدم الشعور بالرضا والراحة.

القصة الثانية عشر (البطاقة 7GF): (اللعبة) كانت (أمنية) طفلة صغيرة، وكانت تتمنى شراء اللعبة مثل صديقتها (ابتسام) فحاولت أمها (سيدة) أن تقنعها بأن ظروفهم الاقتصادية سيئة للغاية وحاولت الأم تهدئتها وقالت لها أنها سوف تحاول أن تدخر لها بعض المال لشراء هذه الدمية فبكت أمنية وهنا أعطتها الأم دمية قديمة وبدأت تحكي لها حكاية بها قصر وأمير وحصان وأميرة جميلة وأطفال صغار يرقصون ويغنون أغاني الأفراح، وهنا نامت أمنية وظلت تحلم بابتسام والدمية الجميلة دائمة الضحك.

التفسير: يظهر من خلال القصة طغيان (الأمني) تتمني دائما الحصول علي لعبة فهي بحاجة إلي إشباع الحاجات الأولية لديها مع شعورها بالفقر وعدم القدرة علي مسايرة الآخرين كما تظهر مقارنة نفسها بالآخرين من زملائها، واعترافها بأن ظروفها الاقتصادية سيئة للغاية ورغبتها في ادخار مبلغ يدل علي العوز والحاجة وظهور الحيل في النهاية مع الشعور بالضيق والتعاسة (لعبة قديمة) تحاول أن تتخيلها وعن طريق قصة الأميرة الجميلة والأمير والقصر والحصان هذه هي الأمنيات الضائعة المراد تحقيقها لتغيير الواقع المملوء بالضغوط.

القصة الثالثة عشر (البطاقة 8GF): (القهر) كانت (أماني) الفتاة الرشيقة الجميلة تعيش في الريف ولكن أهلها كانوا يرفضون أن تكمل أماني تعليمها وكانوا يريدون لها الزواج والستر، إلا أن أماني فعلت المستحيل لإقناع أهلها وكسر العائق الذي يحول بينها وبين إكمال دراستها ونجحت هذه المحاولة المستمرة وأنهت تعليمها وبدأت في عمل دراسات عليا حتي تحقق أحلامها بتحقيق مكانة علمية أفضل من أصحابها فكان التعليم بمثابة طاقة مفتوحة تنظر أماني منها علي العالم المحيط والمحبط إلا أن بعضه جيد إلي حد ما.

التفسير: يظهر بالقصة تصورها لمحاربة الأهل لها ومحاولة عرقلة طريقها التعليمي (كانوا يرفضون أن تكمل تعليمها كما تنتضح رغبتها في الحصول علي كيان مستقل مستقر يشعرها بالحب وتقدير الذات وتتمني تحقيق الذات، وتتمني الهروب من الواقع المحبط (طاقة مفتوحة) والأمل في تحقيق أحلامها ورغباتها (الدراسات العليا) ويتضح

شعورها بالضغط والألم والإحباط من (العالم المحيط والمحبط) وهذا يتضح أيضا من اسم القصة الذي يعكس شعورها بالقهر.

القصة الرابعة عشر (البطاقة 9GF): (السجن) في يوم من الأيام

كانت (أمل) تعيش في مكان تشعر فيه وكأنها تعيش في سجن لا يقدرها من حولها ويسخرون منها فكانت تحاول أن تتمتع بالحرية ولكن في خيالها وعندما وجدت فرصة للحصول علي الحرية لتحقق وضع اجتماعي أفضل حاولت أن تستغل هذه الفرصة ولكنها وقعت في استغلال الحرية بشكل خاطئ وفي إحدى المرات وهي ذاهبة لعملها (الإداري) أحست أن هناك شخص ما يراقبها فأحست أنها تريد معرفته وسألت المحيطين عن اسمه وقالوا اسمه (جبريل) وكانت بعد ذلك تريد أن يراقبها جبريل حتي لا تقع في أي خطأ حيث أنه كان يوجهها للطريق الصحيح ولكنها اكتشفت في النهاية أن جبريل هو ضميرها فحاولت أن تعود إلى الطريق الصحيح واختارت عمل آخر يدر عليها الریح والمكانة الاجتماعية.

التفسير: يتضح من القصة الشعور بالوحدة واليأس والبعد عن

الراحة وفقدان الحب والأمن والسند وعدم القدرة علي الخلاص من الوضع السيئ الضاغط (تعيش في سجن) كما أن اسم بطلة القصة يعكس رغبتها في تحقيق الأمل وهو الحرية والتخلص من الضغوط المحيطة بها، (يسخرون منها) تعكس عدم الشعور بتقدير الذات ومفهوم الذات منخفض مع عدم الشعور بتحقيق الذات وفقدانها احترام الغير لها، ويظهر طغيان الخيال في حياتها المنهارة ومحاولاتها البائسة في استرداد ما فقد منها دون جدوي (منها الوضع الاجتماعي أفضل) وشعورها بالفشل يتضح في القصة (وقعت) ويتضح أيضا صوت الضمير

(يحاول أن يراقبها حتي لا تقع في الخطأ) والأنا الأعلى إلا أنها لا تشعر بإشباع الحاجات الأولية والثانوية وهذا ما يسبب لها الشعور بالفشل ويعكس رغبة في تغيير حالها.

القصة الخامسة عشر (البطاقة 17GF): (الشارع) في أحد مناطق الإسكندرية توجد منطقة عشوائية تكتظ بالسكان ومن بين هؤلاء السكان الذين يشعرون بالفوارق الطبقيّة نتيجة الفقر الشديد، يظهر (ناجي) الذي يجلس بجوار الكوبري الطويل وكان يشاهد منظر جميل لسيارة يتمني ركوبها، وجد فيها رجل يدعي (أحمد) صاحبها وقائدها إلا أن أحمد توقف فجأة ونزل من السيارة وكأن بها عطل ما أوقفها بجوار الكوبري، وكان أحمد ذاهبا لتناول العشاء مع أحد أصدقائه وإذا به يلقي نظرة عابرة تحت الكوبري بعد أن سمع صراخ طفل يدعي (طارق) فوجد بعد أن نظر علي هذا الطفل عالم آخر من الفقر والاضمحلال واليأس والبؤس وقرر وقتها أن يأتي بأصدقائه (مصطفى، سيد، نبيل) ليعملوا أي شئ ينفذوا به هؤلاء الأطفال وبالفعل أحقوهم بدار إيواء حتى لا يتركوا هكذا في الشارع.

التفسير: غلب عليها في القصة الفقر الشديد واليأس من خلال تكرار (منطقة عشوائية - فوارق طبقيّة) كما تكرر ذكر الكوبري كل هذا يعكس الضغوط الشديدة التي تعاني منها ويظهر بالقصة أحلام اليقظة (منظر جميل) يتمني ركوبها وكلها أحلام وخيال لم يحقق (عطلت السيارة بجوار الكوبري) ويتضح تكرار شعورها بالضيق ثم تكرار كلمة صراخ والرغبة في الشعور بإنقاذها من الوضع المرير والضغوط الشديدة

يعملوا أي شئ ينقذوا به الأطفال)، (دار إيواء) كلها آمال وأحلام تريد تحقيقها.

القصة السادسة عشر (البطاقة 18GF): (ناهد) في أحد شوارع المدينة الإسكندرية كانت تعيش (أحلام) وهي فتاة جميلة تحت أحد الكباري بعد رحيل أسرتها وفي يوم من الأيام وجدتها أمراه عجوز تدعي (ناهد) وطلبت منها أن تعيش معها حيث أنها تعيش بمفردها ولكن أحلام رفضت واتفقت معها أن تزورها بصفة مستمرة وفي يوم لم تأتي (ناهد) لزيارة (أحلام) كعادتها فخافت أحلام علي ناهد وقلقت قلقا شديدا وذهبت للاطمئنان عليها فوجدتها مريضة تعاني بشدة من الصداع الذي لم يفارقها منذ فترة فقررت أخذها للطبيب ولكن يشاء القدر موت ناهد العجوز، وهنا صرخت أحلام بشدة لحزنها الشديد عليها وظلت تتذكر اهتمام ناهد بها وعطفها عليها إلي أن تزوجت أحلام ممن تحب فشعرت بالراحة والاطمئنان كما وجدت وظيفة مرموقة كانت تتمناها منذ فترة.

التفسير: تعكس القصة تهديد ومخاطر الضغوط (الفتاة تحت أحد الكباري) (ورحيل أسرتها) تدل علي فقدان الدعم والسند وفقدان الشعور بالأمن والاستقرار وتكثر أحلامها في عثورها علي امرأة عجوز بديلا عن الأم والشعور بالألم ثم نهاية الموت للسيدة العجوز والتي تدل علي سيطرة الحزن الشديد عليها (صرخت) هذه الصرخة هي رغبتها في استرداد وتحقيق بعض أحلامها الخاصة بالحب والاستقرار وفي نهاية القصة (تزوجت - وظيفة مرموقة) هذه هي أحلام اليقظة التي تحاول أن تحققها في واقعها.

القصة السابعة عشر (البطاقة 12F): (الحظ) كانت (شيماء) قد بلغت من العمر ٣٠ سنة وكان كل أصدقائها قد كونوا أسر وأولاد يعيشون في سعادة إلا أنها كانت في انتظار فتي أحلامها قبل أن يفوتها قطار العمر والزواج ولكنها وجدت فرصة للسفر فقررت أن تغير مكانها وعملها حتى يمكنها البحث عن وظيفة أفضل ودخل أكبر وناس أفضل تعمل معهم وتعيش معهم لعل أحدهم يشعر بها ويتزوجها إلا أنها لم تتزوج حتى الآن ولكنها وجدت وظيفة أفضل وكان مديرها يعاملها كأب ولا يخصم لها أيام أو يستاء منها.

التفسير: يظهر الشعور بعدم القدرة علي حياة مستقرة آمنة مثل بقية أصدقائها كما يظهر افتقادها للشعور بالسعادة مع ظهور عدم قدرتها علي إشباع رغبتها في الزواج والإنجاب كما يظهر رغبتها في تغيير كل ما حولها ورغبتها في البحث عن وظيفة أفضل ودخل أكبر والرغبة في الحصول علي تقدير الآخرين لها والتخلص من الفقر والعوز (ناس أفضل) أظهرت انعدام تقدير الآخرين لها وشعورها بالوحدة والفراغ والبرد الناتج عن فقدان مشاعر الحب الدافئة ممن يحيطون بها والرغبة في الحصول علي تقدير الرؤساء (مديرها يعاملها كأب) لا يخصم لها (لا يستاء منها) كلها تدل علي المحاولة الحاملة لتحيا هذه الحياة.

القصة الثامنة عشر (البطاقة ١٦): (الفشل) كان أحمد شاب يحاول أن يكتب ليبيع هذا الكتاب ويحصل علي المال ولكنه كان لا يعرف أن يكتب حرفا تحت ضغط معين يعاني منه إلا أنه كان يأخذ الكتابة كهواية له ألا أن أحمد عاني من الفشل في الكتابة وساءت أحواله فكان يشعر بالقهر المحيط به من كل جانب وظلت الأوراق التي كان سيكتب فيها الكتاب بيضاء إلا أنه كان ينام كثيرا ليحاول أن يحلم بالعديد

من الكتابات التي يأمل في عملها حتى ذهب في يوم إلي الطبيب وأخذ الأدوية التي حسنت من حاله ورجع يكتب مرة أخرى لكن تم ذلك بصعوبة.

التفسير: يظهر في القصة طغيان الخيال والرغبة في إثبات الذات والخلاص من الفقر والعوز والحرمان عن طريق الحصول علي المال، ويظهر لديها الفشل من خلال (عاني من الفشل) (ساءت أحواله) (القهر) أي أنها تشعر بأن الفشل يلاحقها بجانب شعورها بالقهر من الضغوط المحيطة بها كما تعكس القصة الرغبة في الهروب (ينام كثيرا) (يحلم) من الضغوط والقهر المحيط بها، وفي نهاية القصة (أخذ الأدوية) وهي محاولة لاستعادة قدرتها علي مواجهة الضغوط ومحاولة تحقيق ذاتها بالرغم من صعوبة تحقيق أحلامها.

تعليق علي النتائج:

يتضح من خلال تحليل قصص إختبار تفهم الموضوع ما يلي:
 من خلال القصص يلاحظ إتفاق النتائج مع نتائج مقياس الإحتراق النفسي من حيث إرتفاع مستوي الإحتراق النفسي بأبعاده الأربعة حيث عكست القصص الإرهاق البدني في تحليل بطاقات - 2 18GF- 16 كما أظهر تفسير القصص لهذه الحالة عدم الرضا الوظيفي كما في بطاقات 3GF - 20 - 14 - 4 - 2- 1 وظهر أيضا الشعور بنقص الدعم والمساندة وهذا اتضح في تفسير البطاقات - 9GF - 5 - 2 18GF - 12F وكذلك عكس تفسير القصص الضغوط المهنية وذلك في البطاقات - 9GF - 8GF - 7GF - 3GF - 20 - 14 - 11 - 10 - 1 17GF - 16.

وهذا الاتفاق بين نتائج مقياس الإحترق النفسي وإختبار تفهم الموضوع يؤكد الفائدة الإكلينيكية لإختبار تفهم الموضوع في الكشف عن الإحترق النفسي لدي هذه المعلمة.

- الحالة الثانية:

تاريخ الحالة: كانت الحالة تعاني من انخفاض مستواها الدراسي في المرحلة الابتدائية بسبب (هي التي ترجع هذا إلي) المعاقبة المستمرة لها من معلمة الرياضيات منذ التحاقها بالمدرسة الابتدائية إلا أنها في المرحلة الإعدادية بدأت في درس خصوصي لدي معلمة رياضيات حنونة وبدأت تحتويها وتكثف لها الشرح إلي أن أصبحت تحصل علي الدرجة النهائية في الهندسة والجبر، وتمنت منذ ذلك الوقت أن تعمل مدرسة وبالفعل حينما انتهت من دراسة المرحلة الثانوية اختارت في رغبات الالتحاق بالكليات كلية التربية (شعبة عامة) ثم شعبة التعليم الأساسي ثم كلية رياض الأطفال ومجموعها لم يناسب كلية التربية ولذا تحققت الرغبة الثالثة وكان مشهود لها بالدقة في إنتاج الوسائل التعليمية وهي طالبة وحسن تعاملها مع الأطفال خلال التربية العملية إلا أنها بدأت تعاني من الآلام المستمرة بالقولون وبدأت تتغيب بسبب الألم عن الكلية أما عن والديها فهما علي خلاف بين الحين والآخر وهذا ما يضايقها علي حد قولها ويجعلها تنتشام حينما تري فتاة مقبلة علي الزواج بالرغم من معاناتها من الفراغ العاطفي الذي تريد ملئه بفارس الأحلام.

١- الدرجات التائية علي مقياس الإحترق النفسي:

- الإرهاق البدني ١٩
- الضغوط المهنية ٢٠

- عدم الرضا الوظيفي ٢٠
- فقدان المساندة ٢٠
- الدرجة الكلية ٧٩

وتعد الدرجة الكلية درجة مرتفعة تدل علي المستوي المرتفع من الإحترق النفسي لدي الحالة.

٢- الاستجابات علي إختبار تفهم الموضوع (TAT) وتفسيرها:

القصة الأولى (البطاقة ١): (العزف) الولد الصغير (بلبل) غير ناجح في الدراسة بسبب كثرة انشغاله بالعزف علي آلة الكمان ودائما ما تقوم أخته الكبرى (بتعنيفه) بسبب إنشغاله عن عمل واجباته بالكمان، ولهذا قررت أخته كسر الكمان حتى يستطيع أن ينجح في دراسته ويصبح مهندسا ناجحا مثل أبيه، ولكنه رأها وهي تأخذ الكمان وترجاها لتتركه ووعدها بتحسين مستواه في المدرسة.

التفسير: يتضح من القصة إنخفاض مستواها الدراسي حينما كانت في المرحلة الابتدائية وهذا ما ذكرته في تاريخ الحالة واستبدلت الحالة (الأم) ب (تقوم أخته الكبرى بتعنيفه) حيث ذكرت من قبل أن دائما ما كانت أمها توبخها وتعاقبها بشدة للحفاظ علي وقتها والجلوس لفترات طويلة للاستنكار وعمل الواجبات المدرسية بينما كانت تفضل هي اللعب ولهذا حل (الكمان) محل (دميتها) كما تعكس القصة الرغبة في تحسين الوضع الحالي لها (ليصبح مهندسا ناجحا) مما يدل علي عدم رضاها عن وضعها وعكست التوحد مع نموذج الأب، والوعد في نهاية القصة محاولة الرضا والتعايش مع الواقع المليء بالضغط.

القصة الثانية (البطاقة ٢): (ياسمين) كانت (عنايات) تريد أن

تتزوج أبنيتها (ياسمين) كي يخف عنها العبء وكي تطمئن عليها وكانت ياسمين تحاول أن تقنعها أن مستقبلها ليس فقط في أن تتزوج ولكنه في أن يكون لها ذات ودور في الحياة وأن يتبني ذاتها جيدا حتى تكون فيما بعد زوجة ناجحة وأم ناجحة لأطفال أسوياء يرضي عنهم المجتمع وليشغلوا وظائف مرموقة مثل الأم والأب وانتهي النقاش حينما قامت عنايات بتصمص شفاها ولا ترضي عن قول ياسمين.

التفسير: تظهر القصة محاولة يائسة لتحقيق الذات ومحاولة

داخلية بها صراعات بينها وبين المجتمع وبين الموضوع (الأم) هذه الصراعات هدفها تحقيق الذات لترتضي عن نفسها ولكن بلا أمل كما توضح القصة آمال وأحلام تراودها في تحقيق السعادة عن طريق الزواج وإنجاب الأطفال وتربيتهم تربية سليمة كما تظهر محاولاتها البائسة داخل نفسها لتعيد الثقة بينها وبين ذاتها- المنعدمة- وتظهر أيضا رغبتها في أن يقدرها المجتمع ويرضي عنها كما توجد محاولة إسقاط ما تشعر به من النقص الذي تعاني منه في حياتها ويسبب لها ضغط شديد، في أحلامها بإنجاب أطفال لهم قدرات قوية (وهذا ما تشعر أنها محرومة منه) ووظائف مرموقة تعكس الشعور بعدم الرضا عن وظيفتها كما تعكس الصراع بينها وبين الأم لعدم قدرتها علي إرضائها والعداء الداخلي تجاهها.

القصة الثالثة (البطاقة ٤): (تهاون) مثله كمثل أي رجل من

الرجال يشعر (أشرف) دائما بالغرور والكبرياء نحو زوجته فكان دائما ما يخطئ في حق (ليلي) زوجته، وكعادة كل النساء تقوم ليلي بالتهاون في الحصول علي حقها من أجل أن تسير الحياة ويعيش أبناءها الثلاثة في

أمان، فكانت دائما تحاول أن ترضيه وهو لا يبالي ولا يهتم وكان دائما يتهمها بالتقصير في أداء أدوارها، بالرغم من أنها كانت تبذل كل جهدها، ودائما كانت تدعو إلي الله أن يشعر بها أشرف ويقدرها.

التفسير: تعكس القصة الشعور بعدم الرضا والحاجة إلي الأمن النفسي، والرغبة في حياة متكافئة كما تظهر مشاعر النقص والمهانة والشعور بعدم تقدير الذات والشعور بأنها تتهاون في حقوقها هذه المشاعر تدل علي الشعور بالدونية وأنها أقل من الآخرين كما تظهر رغبتها الحاملة في الحياة بهدوء كما يظهر بالقصة لجوئها إلي الله دائما وصحوة ضميرها وفي نهاية القصة (يشعر بها ويقدرها) هو الحلم المراد تحقيقه بتقدير الذات ومدتها بالدعم والسند.

القصة الرابعة (البطاقة ٥): (القضية) عادت (أحلام) من يومها في العلم إلي المنزل فبدأت في القيام بإعداد الغداء لزوجها (محمود) وحينما فرغت منه ذهبت لكي تتادي عليه من مكتبه فكان يقوم بدراسة أحد القضايا التي سوف يتراجع عنها غدا في المحكمة وهي قضية رأي عام كبيرة تشغل كل الناس وكانت أحلام تريد تهدئته حتى لا يؤثر قلقه علي أدائه في المحكمة وبالفعل شجعتة وقرأت له آيات من القرآن هدأته وبدأ في مواصلة عمله بجد واجتهاد.

التفسير: تعكس القصة الرغبات والأمنيات بتحقيق حياة هادئة مستقرة بجوار الشخص الذي يساندها وتحاول أن تضحى من أجله لكي تستمر الحياة كما يظهر في الأحداث رجوعها الدائم إلي الله وسيطرة الضمير علي استجابتها والإيمان بالله (تريد تهدئته) (حتى لا يؤثر قلقه علي أدائه) تعكس شعورها بالقلق نتيجة الضغوط الواقعة عليها.

القصة الخامسة (البطاقة ١٥): (الصديق) دائما ما كانت تشعر (سماح) بالخوف ولكنها في وجود صديق لها كانت تشعر بالأمان وكان هذا الصديق (أسامة) يحاول إشباع رغباتها خاصة رغبتها في الإحساس بثقتها بنفسها وتقديرها لذاتها وشعورها بالاحترام فكان يتناقش معها في كثير من الموضوعات الخاصة بعملها ويشجعها علي إتقان العمل حتى تقدر من قبل المدير وهذا ما كان يشعرها بالأمان.

التفسير: تعكس القصة المشاعر الصريحة للخوف من عدم تقدير المجتمع لها وشعورها المتدني بمفهومها عن ذاتها وعدم شعورها بالأمن هذا المجتمع المليء بالضوضاء مع عدم الإحساس بالثقة بالنفس وشعورها الدائم بعدم تقديرها لذاتها وأن المحيطين بها لا يقدرن جهودها ولا يحترمونها بشكل مقبول وتشعر بعدم تقدير رؤسائها لها ولديها آمال وأحلام في وجود من يشعرها بالأمن والتقدير.

القصة السادسة (البطاقة ١١): (أيام البرد) في يوم من أيام البرد القارس أدت الرياح الشديدة إلي تضارب أمواج البحر بعد أن كان هادئا مما أدي إلى أن يسترجع (أمير ذكرياته في هذا المكان مع حبيبته نهي) حيث أن شخصيتها ثائرة فهي مندفة ومتهورة في قراراتها إلا أنها طيبة القلب وحنونة وهي التي دائما تمتص غضب أمير ولذا يلجأ إليها دائما إلا أنه تركها بعد فترة نظرا لظروفه المادية القاسية تزوجت ثم تعلق بأخرى تسمى (إيمان) وطاب قلبه لها لكن تضارب أمواج البحر جعله يتذكر نهي مرة أخرى وتذكر كلماتها التي كانت تعالج عصبية وغضبه وكان يشرب من يديها الشاي الذي يساعده في زيادة تركيزه في عمله الصعب.

التفسير: يظهر بالقصة صراع قوي داخل النفس، مع تضارب في المشاعر وخوف من فقدان الموضوع (الحبيب) مع محاولة فاشلة ليلتئم الصدع النفسي المحطم، مع الثورات داخل النفس يدل عليها (رياح شديدة) (تضارب أمواج البحر) بعد أن كان (هادئاً) يدل علي رغبة في الاستقرار فهي في صراع دائم بين ذاتها وبين الظروف المحيطة بها والتي تشكل ضغطاً كبيراً مع ظهور قسوة الظروف الاقتصادية تتضح من (ظروفه المادية القاسية) (تركها) وهي هنا تتمنى استعادة الحلم الجميل والرغبة في الاستقرار بدون ضغوط ولديها محاولة للتخفيف عن نفسها بأنها مقبولة ومقدرة اجتماعياً ونفسياً فهي تحلم بتقدير الذات وتحتاج الدعم من المحيطين.

القصة السابعة (البطاقة ١٤): (الحياة) كان (علي) شاباً مثل أي شاب يحلم بأنه يحقق آماله ولكن الظروف التي كانت تحيط به كانت تحطمه وبالرغم من هذه الظروف إلا أنه كان يشعر أن هناك أمل ما وكان يفكر في أن يترك المجال لهذا الأمل لكي يمر عبر حياته فكان علي يريد تغيير حياته كاملة حتى يشعر بقيمته الذاتية ويشعر بقبوله لدي المحيطين به وتقديرهم له وبالفعل ظل يعمل بجدية إلي أن تحقق كل ما يريده وتزوج وانتقل لمنزل واسع.

التفسير: توضح القصة رغبات دفيئة كامنة لا شعورية لتحقيق السعادة والرضا وتحقيق بعض الآمال. والرغبة الحاملة في ترك العمل ومجتمع العمل المحيط الملئ بالضغوط وعدم التقدير أو المساندة، فهذه ظروف محبطة محطمة، وتظهر الرغبات الشديدة في تحقيق وتقدير الذات والقبول من المحيطين، وفي النهاية أمل حالم في الاستقرار والنجاح في العمل وتأثيث منزل.

القصة الثامنة (البطاقة ١٥): (العالم الآخر) كان (إبراهيم) أب لأسرة سعيدة تعيش في أمان وفي يوم من الأيام حدث أمر محزن، توفي إبراهيم في حادث ولكن ظلت روحه متعلقة بين عالمين عالما هذا والعالم الآخر لكي تطمئن علي الأسرة وكانت روحه دائما تحاول أن تحافظ عليهم وتحميهم وعندما اطمئن إبراهيم أو إطمئنت روحه عليهم أدركت روحه أن الوقت قد حان ليستريح ويذهب إلي العالم الذي تنتهي إليه روحه.

التفسير: يظهر خلال القصة الشعور بالعدوان وعدم الرضا عن الموضوع (الأب والأم) ورغبة أحدهما، ولكن بقايا من (الأنا الأعلى - الضمير) تداعبها في أن تحلم بأن هذه الروح لم تذهب كما تظهر لديها رغبة كامنة في حياة سعيدة وآمنة ولكن شبح الفقر والحزن وعدم الرضا يسيطر عليها ولديها محاولة بائسة من الأحلام في تحقيق حياة مستقرة بدون ضغوط.

القصة التاسعة (البطاقة ١٩): (الرفاهية) كان (حسام) يتذكر الجو الذي يعيش فيه قبل أن ينتقل إلي مكان سكنه الجديد بالقرب من عمله، لأنه كان يريد سكن قريب من العمل حيث أن راتبه صغير ولا يكاد يكفيه طول الشهر أو كل شهر ولكن كان دائما يسرح ويتخيل أن يسكن علي النيل ويركب سيارة فاخرة ويتزوج من شابة غنية تساعده في حل مشاكله ألا أنه كان يفيق علي صوت زملائه في العمل وهم يشكون بصفة مستمرة من طابور العيش وغلو أسعار الفاكهة واللحوم.

التفسير: يتضح من القصة المعاناة وصعوبة العيش داخل هذا المجتمع الذي تحيا خلاله الحالة وتعكس القصة الشعور بالعوز والحاجة وعدم القدرة علي تحقيق الأهداف والآمال والرغبة في ترك الحاضر بكل

ما فيه والانتقال إلي مكان آخر ربما يتحقق فيه كل الأهداف التي لم تحقق كما أن الحالة لديها شعور دائم بأن الحياة وهم فهي تتمني حياة عاجزة عن تحقيقها والوصول إليها (الغني- السيارة- السكن- الزواج) ثم تفتيق من أحلامها علي ضغوط المجتمع المحيط التي تحاصرهما مما يجعلها تشعر بعدم الأمان ونقص الدعم وترغب في حياة سوية.

القصة العاشرة (البطاقة ٢٠): (الصدقة) خرج جورج من عمله

وكان ينتظر زميله عادل لكي يذهب إلي محل في المول القريب لكي يشتري كل منهما هدية لزوجاتهما ولكن جورج تعرض لسرقة المحفظة في طريقه مع عادل للمول واضطر لعدم شراء الهدية التي كان يتمني أن يقدمها خلال هذا اليوم لأنه يقدر جهود زوجته ووقوفها بجانبه في كل الأزمات التي يمر بها حيث أنه يعاني من الإهمال من مديره في عمله برغم أنه يبذل كل الجهد إرضاء لضميره ووعدها بأنه سيحضر لها الهدية في الشهر القادم بعد قبض المرتب.

التفسير: تعكس في القصة إحساسها بالعوز والحاجة الملحة

الشديدة إلي المال وشعورها بضياع جميع الآمال بسبب سوء الظروف الاقتصادية والمحاولات لتحقيق حياة سعيدة إلا أن العوز والفقر والقهر يسيطرون علي الأحلام فهي تشعر بالتعاسة وتفشل في المصالحة بين نفسها وبين المجتمع المحيط، (تعرض للسرقه) تعكس أن كل ما ترغب فيه من الأمن والسكينة والاستقرار والمساندة والتقدير غير محقق ويهدم عند ظهور الضغوط فالمجتمع يسرق أحلامها ولا يشبع حاجاتها وشعورها بالرضا ويظهر الضمير مرة أخرى في نهاية القصة ولكن معه أيضا

إحساس بالاضطهاد من الرؤساء وأنها مغلوبة علي أمرها ولا يوجد من يقدرها أو يقدر جهودها في العمل.

القصة الحادية عشر (البطاقة 3GF): (أسماء) قامت (أسماء) في يوم من الأيام من نومها مفزوعة مسرعة إلي غرفة أبنائها كي تطمئن عليهم كعادتها، ولكنها كانت شديدة الخوف والقلق عليهم لدرجة أنها كانت تذهب بهم للطبيب كل أسبوع كي يؤكد لها أنهم أصحاء وكان هذا يضايق زوجها (صالح) الذي كان يرفض كل هذا القلق وقال لها مرة أنه يمثل السلطة في البيت وسوف يأمرها بعدم فعل ذلك لأنه تعب نفسيا وماديا من كل ذلك، ألا أنها بدأت تستدين من جيرانها لتذهب للطبيب دون علم (صالح) واستمرت في قلقها كما هي.

التفسير: الحياة هنا تحتوي علي عدم القدرة علي مواجهة الواقع الأليم، وعدم الشعور بالسعادة والخلافات الدائمة والشعور بالنقص والعوز وتظهر هنا الرغبات الكامنة في أن تحيا حياة سوية تسعد فيها بكل ما حولها وسيطرة مشاعر القلق والخوف علي جميع نواحي حياتها خاصة النواحي المادية التي تضطرها للاستدانة حتي تعيش حياة خالية من القلق فلا يوجد لديها أي شئ يكفيها لا مال ولا رضا ولا سعادة ولا تقدير. ويظهر رفضها (للسلطة) لرؤسائها في العمل (يأمرها) عدم التقدير أو المساندة.

القصة الثانية عشر (البطاقة 7GF): (القصة) في ليلة ما طلبت (خلود) من والدتها (أمينة) أن تروي لها قصة قبل أن تنام ويبدو أن خلود مندمجة تماما مع أحداث القصة التي ترويها أمها لها وكانت خلود تتخيل أنها واحدة شجاعة من أبطال القصة يمكنها أن تبوح بما داخلها من مشاعر سلبية وإيجابية نحو كل شئ وانتهت القصة ونامت خلود

وظلت تحلم بمعركة غير متكافئة ألا أن جميع الأطراف قرروا أخذ هدنة حتى يستريح الجميع ثم يبدعون في مناقشة الموضوع دون عنف.

التفسير: يظهر بالقصة صراع دائم بين النفس والموضوع (الأم-

المجتمع المحيط) مع ظهور محاولات خيالية لتشعر بالشجاعة لمواجهة الواقع الأليم المحيط بها والصراع بين مشاعرها السلبية وهي غير راضية عنها وبين رغبتها الإيجابية في تحقيق ذاتها (الهدنة) رغبتها في الراحة من الضغوط المحيطة حتى تستطيع مواصلة عملها بشكل ترضي عنه ويرضي عنه رؤسائها الذين تتصورهم معها في معركة تحلم بأخذ هدنة وراحة من معاملتهم لها.

القصة الثالثة عشر (البطاقة 8GF): (المستقبل) تحلم (ريري)

طول حياتها بمستقبل أفضل فقد كانت تريد أن تثبت ذاتها في المجتمع الذي تعيش فيه وكانت تريد أن يكون لها مكانة وسط الناس ورغم كل ما يحدث فكانت تشعر أيضا تحكم به صعب الوصول إليه ولهذا كانت دائما تطلب من الله أن يساعدها في تحقيق ما يتمناه وكانت دائما تقول ياريت كل شئ يسير وفق ما أريد وبعد فترة بدأت تشعر بتحسن الوضع إلي أن جاء لها مدير حولها للتحقيق مرة فقررت عمل طلب نقل لمكان آخر ونجحت في هذا وعاشت في سلام بعد ذلك وكان النقل هو المنقذ من تعسف المدير.

التفسير: يظهر بالقصة أحلام باسمة ورغبة في تحقيق مستقبل

أفضل لشعورها الدائم بأنها ليست مقدرة وسط المجتمع المحيط ومفهومها عن ذاتها متدني بسبب عدم التقدير، ولديها رغبة في تقدير الذات (تريد أن تثبت ذاتها) ولديها علاقة طيبة بالله فوجوده دائم لديها في حياتها وتنتظر استجابة دعواتها بتحقيق الأفضل في كل شئ في حياتها ألا أنها

لم تصل حتي الآن إلي ما تتمناه ولديها رغبة في تغيير مكانها (النقل) لتحظى بالرضا عن حياتها وعملها وبتقدير ذاتها وبالتالي يمكنها تحقيق ذاتها.

القصة الرابعة عشر (البطاقة 9GF): (العواطف) كانت (نورا)

فتاة تميل عواطفها نحو شاب يدعي (وليد) ولكنها كانت تعرف جيدا ظروفه وأن هذه الظروف لا تناسب أسرتها ولكنه كان دائما يطاردها وأيضا كان ضميرها يطاردها وينبهاها حتى لا تقع في الخطأ فقررت أن تعمل مع الأطفال المرضى حتى تتذكر نعم ربها عليها وأن ربها عافاها من هذه الأمراض وكانت تتمني أن تتحسن الظروف وتزوج وليد ويرزقها الله أطفال معافين لا مرضي وبدأ وليد يحسن من أوضاعه بتحقيق حلمه والبدء في مشروع جديد نافع له ولمن حوله وتزوجا إلا أن نورا قررت عدم الإنجاب خوفا من إنجاب أطفال مرضي بصفة مزمنة.

التفسير: من خلال القصة تظهر رغبات غير مشبعة وتراودها

أحلام بتكوين أسرة سعيدة تخفف عنها الضغوط التي تشعر بها وقربها من ربها يحركها (الأنا الأعلى) يعمل علي ألا تقع في الخطأ، وخلال القصة يظهر الشعور بالنقص وعدم الرضا وعدم تحقيق الحلم بتكوين أسرة مستقرة أو تحقيق الاستقرار، بجانب ظهور مشاعر الخوف من الحياة ومن المستقبل التي تسيطر عليها من (قررت عدم الإنجاب) بجانب القلق من إنجاب أطفال معاقين مثل الذين تعمل معهم في الروضة نظرا لمقارنتها لقدرات هؤلاء الأطفال والأطفال العاديين.

القصة الخامسة عشر (البطاقة 17GF): (يوم عادي) في صباح

يوم عادي من العمل قام كل من (أحمد وعادل ومصطفى ومحمود

(وصلاح) بعملهم في هذا اليوم، فقام بعضهم بحمل الأثقال والبعض الآخر بتنظيف المكان وكان هناك من يتابع سير العمل أنه (فاروق) وكان كل هذا يعني أن ضمير كل فرد يقظ بداخله ويحثه علي القيام بعمله وواجبه علي أكمل وجه وهنا ترقى الجميع لوظيفة أكبر وأريح.

التفسير: يظهر في القصة رغبة دفيئة في النفس عن طريق الأنا الأعلى الذي يحاول أن يؤدي في النهاية إلي تحسن الحالة من الفقر وعدم الرضا الوظيفي وفقدان الدعم وتقدير الآخرين يظهر مع عدم رضاها عن عملها (يحمل أثقال) (تنظيف مكان) دليل علي إحساسها بتبديني عملها ودورها وكرهها لهذا العمل وعدم تقبل الذات وعدم تقبلها للآخرين في مجال العمل.

القصة السادسة عشر (البطاقة 18GF): (الخلاف) في يوم من الأيام تشاجرت نجلاء مع أبنيتها سلمى واشتد الخلاف بينهما فتركت سلمى أمها ونزلت إلي أسفل، في حين كانت نجلاء في كامل غضبها وثورتها كانت تلاحق سلمى لتكمل معها الحديث فسقطت نجلاء من أعلى الدرج لتفاجئ سلمى بسقوط نجلاء فجرت نحوها بسرعة وحملتها وهي تنظر إليها بعين الندم علي ما سببته لوالدتها من حزن وأسى وشقاء.

التفسير: يظهر بالقصة إحساسها بعدم قدرتها علي التواصل مع الموضوع (الأم - الرؤساء) في العمل والشعور بالغضب المستمر من الحال القائم وعدم الرضا والغضب من الظروف المحيطة والثورة الكامنة بسبب ضغوط الحياة والعمل تنصب علي الموضوع (الأم - الرؤساء) وشعورها بفقدان السند وعدم الأمن، ولذا فلديها رغبة لا شعورية في

تحطيم الموضوع (السبب) في المشاكل (سقطت من أعلى الدرج) ولديها شعور (بالندم) مع تخيلات عدوانية قائمة ولكنها كامنة تقف عند حد النظر للألم بحزن وأسى وشقاء.

القصة السابعة عشر (البطاقة 12F): (زوجة الأب) كانت (سعاد)

واقفة وكانت زوجة أبيها (سعدية) تقف ورائها وتكن لها مشاعر الحقد والكراهية لأنها تريد أن يكون زوجها لها فقط دون أن يشاركها أحد اهتمام زوجها وكانت دائما سعدية تفكر في طرق للتخلص من سعاد وإبعادها من البيت فقررت أن تزوجها لرجل يكبرها بكثير لكي يحطم قلبها ويحبسها في البيت ولا تخرج للعمل إلا أن سعاد هربت من البيت وذهبت للعمل في جمعية خيرية بها حضانة لكنها لم تسلم من أذى زملائها ورؤسائها إلي أن قررت السفر والبعد كلية عن هذا المكان.

التفسير: تظهر القصة الشعور بالاضطهاد وكراهية المحيطة لها

كما تظهر رغبات عدوانية للأب وزوجته وأنهم يكرهونها ويحقدون عليها والشعور بعدم الأمن والاستقرار نتيجة كثرة الضغوط وخوفها من المستقبل المجهول والمظلم في شكل (الأب القاسي وزوجته القاسية ولديها نظرة تشاؤمية ويدفعها خيالها إلي الهرب من قسوة الواقع وضغوطه المستمرة إلي آمل وأحلام وردية ولكن شعورها بالنقص وعدم تقدير المحيطين بها لها، وخصوصا زملائها ورؤسائها وفي النهاية يدفعها الخيال إلي الهرب من واقع تخيلت من قبل أنه منفذ لها (جمعية خيرية) (حضانة) ولكنها لم تسلم من أذى زملائها ورؤسائها.

القصة الثامنة عشر (البطاقة ١٦): (الفراغ العاطفي) تعيش

(نعمة) في فراغ عاطفي بعد حياة كاملة من الدراسة والعمل فكانت تعطي

كل وقتها للدراسة والعمل وفي النهاية وجدت نفسها فارغة هاوية من الداخل ووجهت أن كل ما مر عليها أشياء سيئة وكانت دائما تشعر أنه قد يأتي ما هو أسوأ وكانت تقضي وقتها كله في العمل وهي تشعر أن كل هذا دون جدوي وأن كل الجهد المبذول لا أحد يقدره أو يكافئها عليه.

التفسير: يظهر بالقصة تعبير حقيقي عن الألم الدفين داخل ذاتها وشعورها بعدم القدرة علي تحقيق ذاتها وشعورها بعدم القدرة علي تحقيق أحلامها وآمالها مع شعورها بعدم تقدير المجتمع لها وشعورها بالفراغ العاطفي أما إعرافها بأنها (فارغة، هاوية) من الداخل دليل علي شعورها بالدونية وعدم تقدير الذات سواء من داخلها أو من المجتمع المحيط بها وهي فاقدة للثقة في كل ما تفعل فلا فائدة من العمل ولا من الدراسة والحياة دائما تمدها بكل ما هو سيئ فالمستقبل مجهول ومظلم وإحتمال إنه سيكون أسوأ من الحاضر الذي تعيشه فليديها شعور بعدم الرضا والضياع.

تعليق على النتائج:

يتضح من خلال تحليل استجابات الحالة على بطاقات إختبار تفهم الموضوع ما يلي:

تتفق نتائج تفسير تحليل هذه الاستجابات مع نتائج مقياس الإحترق النفسي من حيث إرتفاع مستوى الارهاق النفسي البدني، كما ظهر من خلال تفسير البطاقات 2, 3gf, f, 9g كما أن هذه الحالة تعاني باستمرار من الآلام التي يسببها القولون العصبي لديها وبالفعل تعالج لدى طبيب، وهذا ما أوضحتها الحالة في التاريخ المرضي للحالة، وعكست القصة ارتفاع مستوي عدم الرضا الوظيفي كما في تفسير

بطاقات 16 - 12F - 17GF - 9GF - 8GF - 7GF - 3GF - 15 - 2 - 1.
 وأيضاً ظهر من خلال هذه الاستجابات لهذا الاختبار ارتفاع مستوى
 الشعور بالضغط المهنية وذلك كما في بطاقات 14 - 11 - 5 - 2 - 1
 12F - 9GF - 7GF - 20 - 19 - 15.

وبينت الاستجابات علي البطاقات ارتفاع مستوى الشعور بفقدان
 المساندة وهذا في بطاقات 3GF - 20 - 19 - 14 - 11 - 10 - 4
 18GF - 17GF وهذا الاتفاق بين أبعاد مقياس الإحترق النفسي
 والإستجابات علي بطاقات اختبار تفهم الموضوع إنما يؤكد ارتفاع
 مستوى الإحترق النفسي لدي الحالة وتثبت بهذا فعالية الأدوات في
 الكشف عن مستوى الإحترق النفسي بأبعاده الأربعة في هذا البحث.

- الحالة الثالثة:

١- الدرجات التائية علي مقياس الإحترق النفسي:

- الإرهاق البدني ٢٠
- عدم الرضا الوظيفي ٢٠
- الضغوط المهنية ٢٠
- نقص المساندة والدعم ٢٠
- الدرجة الكلية ٨٠

وارتفاع الدرجة الكلية في هذا المقياس يدل علي ارتفاع مستوى
 الإحترق النفسي لدي الحالة.

٢- الاستجابات علي اختبار تفهم الموضوع (TAT) وتفسيرها:

القصة الأولى (البطاقة ١): (الآمال) يظهر (أيمن) وهو لديه الرغبة المستمرة في العزف لأنه كان يريد أن يهرب من جو الخلافات والمشاحنات المستمرة بين والديه، لدرجة أن كل منهما كان يسبب للآخر بأقذر الألفاظ، وهذا لا يرضيه فكان يدخل غرفته ويغلقها علي نفسه ويعزف بصوت عالي حتى يطغي صوت العزف علي صوت الأب والأم وظل علي هذا الحال إلا أنه قرر الذهاب للعيش مع حده وجدته للخلاص من هذا الجو الكئيب.

التفسير: يظهر من خلال القصة (الرغبة المستمرة) الرغبة اللاشعورية في ترك العمل والخلاف المستمر مع الموضوع (الرؤساء) كما تعكس الأحداث الشعور بعدم الرضا وأيضاً محاولة الحالة الهروب (يدخل غرفته ويغلقها) من الضغوط المحيطة في جو العمل، لأنها لا تستطيع التفاهم مع زملائها ورؤسائها كما تظهر أحلامها في انتقالها لمكان عمل آخر تستشعر فيه الراحة من عناء العمل وعدم التقدير (الذهاب للعيش مع جد ه وجدته) حتى يمكنها استشعار تقدير الذات بما يمكنها من تحقيق الذات.

القصة الثانية (البطاقة ٢): (الخيمة) في وسط الصحراء قامت خيمة كبيرة يعيش تحتها عائلة كبيرة تدعي شبابها (أمين، أسامة، أمير، الخيول، ويشرفون علي تربيتها بينما تشرف الأمهات (هند، حمدية، شيماء) علي تربية البنات (سوزي، ورشا، مريم) ومن وسط بنات العائلة، كبرت مريم علي حب الاستطلاع والشغف بالعلم، وتمنت لو تسمح لها أسرتها البدوية بالدراسة في الجامعة وعندما عرضت الأمر علي والدتها (شيماء) رفضت وأقنعتها بأنها لن تجد من يستجيب لها لأن ذلك يحتاج

إلى السفر لفترة طويلة، ولن تقبل رجال العائلة ذلك فحزنت وجلست تفكر في حل لأمرها وعدم الاستسلام وقررت شراء كتب وأدوات مكتبية عند ذهابها مع العائلة إلى سوق المدينة لشراء إحتياجات الخيمة، لتذاكر بنظام الإنتساب واجتهدت ونجحت وحينما عملت بعد التخرج بعد التخرج بعدت عن عائلتها وتعبت في مهنتها، ليثها كانت جلست في الخيمة.

التفسير: يظهر من خلال القصة أحلام ورغبات لم تتحقق، فهي تحاول جاهدة أن تصلح ما أفسده الدهر، وتحسن من حالها ولكنها تقابل برفض شديد من المجتمع الذي تعيش وتعمل فيه وتعاني من حالة من الحزن والشعور بالوحدة والتعب والقلق الشديد نتيجة الضغوط المحيطة التي تجعلها لا تدري كيف تحل هذه المشكلة وعدم قدرتها علي إقناع رؤسائها بطريقتها في العمل وبالتالي لا تحظي بالتقدير أو الدعم منهم.

القصة الثالثة (البطاقة ٤): (العبء) في أسرة متوسطة الحال، يعمل (خلف) رب الأسرة موظفا بإحدى المصالح الحكومية ويعمل بكل طاقته لإسعاد أسرته وزوجته (منيرة) كانت تشعر بتعب زوجها من أجلها، فقررت بدون علمه أن تعمل بالخياطة لأهل المنطقة لتساعده في نفقات المنزل وعندما علم زوجها بذلك غضب منها بشدة فأفئعته بفكرتها وإنها لم تقصد إهانته وأنها لن تفعل شئ آخر بدون علمه.

التفسير: هذه القصة تعبير عن الحال وعدم الاقتناع بهذه الحياة المليئة بعدم إشباع الحاجات بسبب الفقر والعوز ورغبتها المستمرة في التغيير تقابل من قبل الآخرين بالكثير العقبات التي تمثل العديد من الضغوط في بيئة العمل وفي النهاية يظهر الاستسلام للواقع المؤلم، والتسليم بالعمل في هذا الجو الضاغط.

القصة الرابعة (البطاقة ٥): (الولد والقطة) عادت الأم من الخارج

وتدعي (البنّي) بعد يوم عمل طويل، فدخلت من باب المنزل فوجدت الهدوء يعم، فتعجبت إذ أنها معتادة علي العودة من العمل لتجد ابنها (عبد الله) الصغير وقطته بانتظارها خلف باب المنزل فذهبت في جولة داخل المنزل تبحث عنه وفتحت أبواب الغرف المغلقة فلم تجده فقلقت وكادت تسرع للاتصال بوالده في عمله، حتى ظهر لها أبنها من خلف ستارة النافذة ليفاجئها بهدية عيد ميلادها، ففرحت بها كثيرا خاصة بعد انشغالها في العمل ونسيانها هذا اليوم.

التفسير: محاولة ثانية لإستعادة العلاقة بالموضوع (الأم) إلا أن

هناك شعور بالقلق والحيرة تجاه مشاعرها العدائية نحو أمها. وتحاول أن تتخيل أنها ستسعد أمها، ولكن ذلك عبارة عن أحلام وتخيلات فقط ولازالت تعاني من مشاعر الوحدة والعدوان لازال ظاهرا، كما أنها ترغب في الحصول علي الدعم والمساندة (كادت تسرع للإتصال بوالده) إلا أن هذا مفقود ولكن يبدو الأمل في نهاية القصة (ففرحت كثيرا) في الحكم بتحقيق الذات الدقيق السعادة المرجوة.

القصة الخامسة (البطاقة ١٥): (العودة) استيقظت (صفاء)

صباحا مبكرا وليس كعادتها ولكنها كانت شغوفة بالذهاب إلي المطار. لأنه اليوم الذي سوف يعود فيه أبيها (عبد الفتاح) من السفر، ولبست أحب فستائنها إليها، وحملت الهدية التي قد اشترتها لأبيها لحين عودته، وخرجت مع أمها (فتحية) مسرعين لاستقبال الأب بالمطار الذي قابلها بإحتضان وتقبيل وغيرها بحنانه الذي افتقدته طوال فترة سفره وقدمت له هديتها وطلبت منه أن يرافقها طوال الإجازة لأنها تحتاج إلي وجوده معها في حياتها.

التفسير: ظهرت هنا محاولات أكيدة وفعالة لكسب الحب الاهتمام والتقدير (الاستيقاظ مبكرا) للذهاب والمحافظة علي المواعيد بالرغم من شعورها بالوحدة وعدم التقدير (السفر) كما توجد أدلة لتزييف الواقع عن طريق تخيل داخلي لعلاقة سوية قائمة علي التقدير والاحترام وهذا فقط بينما تفتقد كل ذلك في الواقع ملئ بالضغوط ونقص الدعم والتقدير.

القصة السادسة (البطاقة ١١): (الإستكشاف) كان هناك في مكان طبيعي مهجور لا يعيش فيه أشخاص تعيش فيه بعض الحيوانات وتنتشر فيه الحجارة والأشجار الكثيفة والحشرات الكبيرة وقد حاول (رامز) التفكير في اقتحام هذا المكان والدخول إليه حتى يستكشف كل ما فيه، لأنه كان مغامرا ويحاول دائما بفضوله الشديد التعرف علي كل ما هو غريب، إلا أن رامز للمرة الأولى تملكه الخوف الشديد حينما دخل إلي هذا المكان المهجور وهنا شعر بأهمية وجود الجماعات للعيش معا، دون أن يكون الإنسان وحيدا وظل يفكر في طريقة يجمع بها بعض الناس للعيش في هذا المكان وتعميره.

التفسير: يظهر من خلال الاستجابة الشعور بالوحدة وعدم الرضا والخوف الشديد من المجتمع المحيط فهي تري أن المجتمع مهاجم لها وغير مقدر لجهودها ولديها محاولة للتعايش مع الواقع لكن عوامل الخوف والرعب من إكتشاف الحقيقة وهي استمرار الشعور بالوحدة وعدم الرضا وقسوة الواقع بضغوطه ألا أن هناك هدف في تحقيق التواصل مع الزملاء أو مع المحيطين بها.

القصة السابعة (البطاقة ١٤): (القمر) جلس (أحمد) ليلا بعد العشاء وبعد نوم والديه للإستذكار كما اعتاد كل يوم أن يسهر للمذاكرة

وأثناء جلوسه والمذاكرة فجأة انقطع التيار الكهربائي فقام ورأي ضوء في الخارج فوقف عند شباك غرفته فوجده ضوء القمر فوقف يتأمل ضوء القمر المتسلل إلي غرفته وسط الظلام، وسرح في أحلامه وتمني لو أن يذهب إلي رحلة إلي القمر، ليستكشفه ويبني له قصرا هناك ويحقق أحلامه ودراساته علي القمر وبينما هو يحلم حتى أضاءت الغرفة وعادت الكهرباء وعاد ليستكمل مذاكرته.

التفسير: يظهر خلال الاستجابة الإستغراق في الحيل اللاشعورية والميكانيزمات الدفاعية التي تجعلها تعيش في أحلام اليقظة، عسي أن يتحقق ما تصبو إليه من رغبات ألا أن هناك شعور قوي بالقلق والتوتر وإنعدام السند والأمن (انقطاع التيار الكهربائي) فالظلام يخيم علي حياتها وتتمني تحقيق أحلامها ولكن دون جدوى في ظل الضغوط المستمرة.

القصة الثامنة (البطاقة ١٥): (السهر) في ليل من الليالي سهر (أحمد) بعد الاستذكار لمشاهدة أحد أفلام الرعب علي شاشة التلفزيون وأستمر في متابعة أحداث الفيلم حتى النهاية وبعدها ذهب لغرفة نومه وكانت مشاعر القلق الشديد تستولي عليه بسبب شخصيات الفيلم الذي شاهده وعندما استغرق في نومه شاهد نفسه في الحلم شخص غريب وقبيح الشكل يقف وسط صلبان ويخاف منه الناس ولا ترغب في الإقتراب منه لأنه تبدو عليه علامات الشر فاستيقظ من نومه وهو خائف وقرر عدم مشاهدة.

التفسير: يظهر بالقصة المخاوف والشعور بالقلق الشديد الذي ينتابها باستمرار إسقاطها على التلفزيون وأفلام الرعب وهي هنا تعترف بمشاعر القلق الشديد بسبب قسوة المجتمع وعدم تقديره لها وتطلق عليه

(شخصيات الفيلم) وتتمثل المخاوف أيضا من أناس كثيرين حولها (الرؤساء) تخاف الاقتراب منهم، وتخشى شرهم فهم يعادونها باستمرار ولا يمدون لها يد المساعدة أو الدعم ولذا لا تشعر معهم بالأمن.

القصة التاسعة (البطاقة ١٩): (الصيد) في بيئة ساحلية علي

شاطئ البحر وذات يوم استيقظ أهل المنطقة صباحا للذهاب إلي الصيد ليجدوا دخانا متصاعدا ورائحة قوية تملأ المنطقة فقام شيخ الصيادين (حاتم) بالبحث عن مصدر الدخان فوجده قادما من جهة البحر فذهب ومعه الصيادون مسرعين إلي البحر واتجاه الدخان ليجدوا إحدى السفن الكبرى، فأسرع الصيادون بالمراكب ليمنعوا دخولها ميناء المدينة وطالبوا ركابها غير الطبيعيين من الدخول وكف الدخان حفاظا علي سلامة وصحة سكان وأهل المدينة.

التفسير: يظهر من خلال القصة المخاوف والشعور بالإضطهاد

وعدم التقدير أو المساندة والعدوان الذي يأتي من المجتمع المحيط وترغب بشدة في التخلص من هذه الحياة المرهقة (الدخان) ويظهر الإحترق النفسى لديها والرغبة في التخلص منه (كف الدخان) كما تتعكس آثاره علي صحتها وما يسببه لها من متاعب (مسرعين) تدل علي رغبتها الملحة في التخلص من كل الضغوط المحيطة بها بسرعة حتى تشعر بالراحة والتقدير.

القصة العاشرة (البطاقة ٢٠): (الأخ) إعتاد (خالد) الشاب الوحيد

الذي رحل والده ووالدته وسافر أخيه (معتز) مع زوجته (منه الله) وأولادهما (هبة وحسام) للعمل في الخارج (دولة أجنبية) علي الخروج كل يوم ليلا والمشي وسط بيوت المدينة وفي ليلة من الليالي أثناء سيره بلا

هدف سمع صوت عزف بيانو قادم من إحدى الفيلات فجلس بجوار السور وسمع صوت العزف وجال بأحلامه وتذكر أحداث حياته خاصة المؤلمة ثم عاد إلي منزله وقرر أن يتعلم عزف البيانو.

التفسير: تظهر هنا رغبات دفينية في تحسين الأوضاع مع شعورها بالوحدة (رحل والده ووالدته) (سافر أخيه) وعدم قدرتها علي تحقيق أهدافها وفراق الأهل هو ضياع للموضوع (ضياع الحب) وافتقاد الحنان والحب وعدم إشباع الرغبات ويظهر العجز المادي الذي يتحول إلي سفر الأخ للحصول علي المال كلها أحلام في حياة رغبه فيها مساكن مناسبة، وعزف البيانو يعني الرغبة في تحسين الحالة المزاجية والانفعالية والاجتماعية والاقتصادية فهي تعيش حياة بدون تقدير أو اهتمام من الآخرين.

القصة الحادية عشر (البطاقة 3GF): (الأجازة) عادت (سالي)

من المدرسة بعد آخر يوم دراسي من العام، وقد انتهت السنة الدراسية وقد تناقشت هي وزميلاتها حول أجازته نهاية العام واستمعت إلي صديقاتها وبرنامج الأجازة المليء بالرحلات والسفر، فعادت إلي أمها بالمنزل، وطلبت منها السفر للخارج مثل صديقاتها في الأجازة، فرفضت الأم (نبيلة) بسبب عمل الأب (سامي) ونصحتها بعدم التقليد الأعمى للأصدقاء فحزنت وأخذت تبكي لأنها تمنت السفر في الأجازة وبينما هي تبكي عند باب المنزل تراقب عودة والدها، رأته جدها وجدتها عند الباب وقد حضرا ليدعواها للسفر معهما في الإجازة ففرحت سالي وسعدت لتحقيق حلمها في الأجازة.

التفسير: تظهر هنا أحلام اليقظة التي تراودها لتحاول بها أن تشبع حاجاتها التي لا تستطيع أسرتها والمحيطين بها مساعدتها علي

إشباعها كما تظهر القصة خوفها وحرزها علي حالها ودائما تقارن بين نفسها وبين المجتمع المحيط وتشعر بالدونية وعدم القدرة علي الإنجاز في العمل، إلا أن لديها محاولة لإشباع رغباتها من خلال الأحلام التي لا تتحقق في الواقع نتيجة إحساسها الدائن بقهر الضغوط لها.

القصة الثانية عشر (البطاقة 7GF): (العون) أرادت (سلمي) أن

تساعد أمها في تحضير الغداء في المطبخ، وذلك بعد عودتها من الروضة فقالت لها أمها (سميرة) أنها لازالت صغيرة ولا تستطيع القيام بأعمال المطبخ، إلا أن سلمي لم تستجيب لكلام الأم ووقفت لإحضار الأطباق لوضعها علي المائدة فإنزلقت قدمها من علي الكرسي وسقطت علي الأرض وتكسرت الأطباق فغضبت الأم وضربتها بعنف بسبب تصرفها فذهبت إلي غرفتها وأمسكت بدميتها واشتكت لها ضرب الأم وهي تبكي ودخلت الأم ووجدتها لازالت تبكي فطلبت منها الكف عن البكاء وذكرت بنصيحتها لها في البداية وأنها لم تقصد إيذاها وأنها ضربتها بسبب خوفها عليها فوعدها سلمي ألا تكرر ذلك مرة أخرى.

التفسير: تظهر محاولة لاستعادة الموضوع (الحب والاهتمام رغم

شعورها بعدم القدرة علي القيام بأي عمل ورغبتها في إيذاء نفسها تتضح (سقطت علي الأرض) كما يتضح شعوره بإنعدام الأمن حولها وفقدان السند (تكسرت الأطباق) كما تظهر مشاعر العداية (الضرب) ويسيطر عليها الشعور بالحزن والوحدة برغم محاولتها لإصلاح العلاقة بالموضوع (الأم - الرؤساء).

القصة الثالثة عشر (البطاقة 8GF): (الوحدة) في منزل متواضع

وصغير جلست (نهلة) الشابة الجميلة الحزينة والتي تفكر بقلق مستمرة

فلقد أصبحت وحيدة وأخذت تفكر في حل في حياتها ودارت برأسها فكرة العمل إلي جانب الدراسة حتى تشغل وقتها ولا تشعر بالملل والوحدة وفكرت في أي مهنة فهي تحب الخياطة فقررت أن تخطط لزميلاتها وجيرانها حتى تتمكن من رؤية الناس باستمرار ولا تشعر بالوحدة والضيق وبالفعل تمكنت من هذا إلا أنها دائما مجهدة وتشعر بأنها مستهلكة ولا تعرف ماذا تفعل لحل مشكلتها.

التفسير: يظهر من خلال القصة مشاعر الوحدة والضيق والحزن، مع عدم الرغبة في استمرار الحياة بهذا الشكل بجانب ظهور الشعور بفقدان الاهتمام والعون من الآخرين، وابتعادهم عنها، وشعورها بالملل من الروتين اليومي وتفكر في محاولة للتقرب من الآخرين، ويظهر الشعور بالتعب والإرهاق البدني (مجهدة) (مستهلكة) وتظهر أيضا عدم قدرتها علي حل مشاكلها أو التخلص من الضغوط المحيطة بها.

القصة الرابعة عشر (البطاقة 9GF): (الفقر) وسط أسرة فقيرة نشأت (كريمة) الفتاة الطموحة والتي ترغب في السفر والعمل وإكمال الدراسة بعمل دراسات عليا ولكن ظروف أسرتها الاقتصادية والاجتماعية تحول دون تحقيق حلمها، فقررت أن تعتمد علي نفسها وتمسك بتحقيق حلمها في الدراسة بكلية الطب والهروب إلي مستقبل أفضل ينتظرها رغم تحذيرات أختها (فهيمة) لها، وأنها لن تستطيع العيش بعيدا عن أهلها فلم تستجب ولكن مرت بها الأيام وتحقق لها ماكانت تخشاه أختها وأنها خسرت كثيرا لتركها لأهلها.

التفسير: تظهر هذه الاستجابة الشعور بالعوز والفقر (فقيرة) والمشاعر العدائية نحو المحيطين والشعور بالدونية بسبب (ظروف

أسرتها الإقتصادية والإجتماعية) وتدني الحالة الإقتصادية والإجتماعية وتهرب بأحلام اليقظة من الواقع المؤلم الضاغط وتفكر في تغيير مكان العمل (الهروب) نتيجة أنها تشعر بأن هذه الوظيفة لا تحقق لها ما ترجوه، وبالتالي تحاول أن تذهب بالمكان آخر (مستقبل أفضل) ألا أنها تخشى أن تخسر هذه الوظيفة بالرغم من أنها لا ترضي عنها أي أنها تقع في صراع بين رغباتها.

القصة الخامسة عشر (البطاقة 17GF): (الأعمار) في منطقة

بعيدة ونائية تعيش أسر كثيرة في بيوت صغيرة (عشش) متجاوزة أسفل كوبري عالي وفي يوم من الأيام مع شروق الشمس وتسلل أشعتها إلي نوافذ بيوت تلك الأسر، خرج رب كل أسرة واجتمعوا أمام ساحة البيوت أسفل الكوبري بزعامة (نبيل) وزوجته (نوال) حيث تكلموا مع أهل المنطقة برغبة شديدة في إعمار تلك المنطقة ومدى استعداد كل منهم في المشاركة بالمال والوقت والجهد لتحسين المنطقة وإعمارها بالمباني والأشجار والطرق وبدأوا العمل وكانت إبتسامة نوال هي المشجع باستمرار لأهالي المنطقة حتى صارت منطقة جميلة ومشهورة وفرح بها الأهالي في المحافظة بأكملها وافتتحها السيد المحافظ وكبار المسؤولين.

التفسير: تظهر هنا قسوة الحياة التي تعيشها والمجتمع الفقير الذي يحفها كما يظهر شعورها بعدم إشباع رغباتها وحاجاتها (يسكنون في عشش متجاوزة) (أسفل كوبري عالي) كل هذا يظهر عدم الشعور بالأمن والاستقرار، فالكوبري يعد من ضغوط الحياة المزمنة وتبدأ الآمال والأحلام بشروق الشمس وتسلل أشعتها إلي نوافذ تلك الأسر وهي من ضمنهم كما تحلم بالإعمار وكلها رغبات دفيئة تريد تحقيقها وتحاول أن

تصل إلي الرؤساء للحصول علي دعمهم ومساندتهم وتقديرهم لها كل ذلك خلال أحلام اليقظة التي تعيش فيها لتهرب من الضغوط المحيطة.

القصة السادسة عشر (البطاقة 18GF): (المرض) في قصر كبير كانت تعيش أسرة مكونة من أب (سامح) وأم (سمية) وابنة (سميحة) يعيشون في حالة من الحزن بسبب مرض سمية المتكرر وكانت سميحة تعمل علي خدمة أمها وراحتها، وفي يوم خرج سامح للعمل وشعرت سمية بتعب شديد فأمسكت سميحة بيدها وحاولت إسنادها والنزول للذهاب إلي الطبيب، وحاولت سمية الإستناد إلي سور السلم حتى وصلا إلي الخارج واستطاعت اللحاق بالطبيب وتناول الدواء والامتثال للشفاء وحينما رجع سامح ندم أنه نزل للعمل هذا اليوم وكان المفروض ألا يذهب وينقذ سمية.

التفسير: يظهر خلال الاستجابات علي هذه البطاقة العمليات اللاشعورية كمحاولة إخفاء العدائية تجاه الموضوع (الأم) فالأم مريضة وهي تتظاهر بالحزن عليها وتحاول أن تحسن العلاقة المفقودة بينهما وبين الأم بأخذها إلي الطبيب، ألا أن هناك عوائق وعقبات نفسية كثيرة بداخلها جعلت من هذا التفكير في تحسين العلاقة مشكلة صعبة كما تظهر رغبتها في (السكن بقصر) في تحسين وضعها الحال المليء بالضغوط والبعد عنه ولكن برغبتها الدفينة تريد ألا تشفي أمها بوجود العقبات في الطريق للطبيب، والإستجابة أيضا تعكس شعورها بالنقص وعدم الإشباع. كما أنها لجأت إلي حيلة (الإبدال) في استخدامها (القصر) ونفورها من الوضع الحالي لها وهذا واضح، ولديها شعور بالندم علي الإلتحاق بهذه الوظيفة (ندم أنه نزل للعمل).

القصة السابعة عشر (البطاقة 12F): (التفكير) (شريفة) شابة

جميلة، وتفكر في أمر ما يشغل بالها كثيرا لا تتخلص منه إلا أن هناك (منال) السيدة العجوز الماكرة، التي تلاحقها بشكل مستمرة في طرقات العمل والقاعات وشريفة لا تعرف سبب الملاحقة لكنها متأكدة من الحقد والغل الموجود لدي منال والجميع يحذرها من منال ويوضحون لها أنها تكرهها بشدة وتريد أن تترك شريفة العمل لأنها ناجحة جدا مع طلابها ومع زملائها وحتى في حياتها الشخصية.

التفسير: يتضح من خلال القصة أن حياتها مليئة بالحقد والغل

وكره ما حولها وإحساسها بعدم النجاح في العمل وعدم الرضا، وتحاول أن تتخيل نجاحها وحبها للزملاء وتشعر بالإضطهاد ويظهر الإبدال في محاولة المجتمع أن يغرر بها ويكرهها، ولديها مشاعر من الأسف والندم كما أن لديها شعور بالخوف ورغبة ملحة في التغيير إلا أنها تقلب الحقيقة بالإبدال.

القصة الثامنة عشر (البطاقة ١٦): (كراسات الرسم) عندما حان

وقت النشاط الفني بالروضة قامت المعلمة (سارة) بتوزيع كراسات الرسم والألوان علي الأطفال وطلبت منهم رسم المنطقة التي يسكن كل منهم فيها فلم يرغب (أحمد) برسم المنطقة السكنية التي يقطنها لأنه لا يحبها بسبب الضوضاء و الزحام المستمرين، فرسم المنطقة التي يحلم أن يعيش فيها حيث الأشجار والهدوء والراحة وسط أسرته ومكان واسع للعب بأمان، ثم قام وعلق اللوحة علي الحائط كي ينظر إليها بإستمرار كلما تضايق.

التفسير: يتضح من خلال الاستجابة الإحساس بالضيق من كثرة

العقبات التي تقابلها في الحياة والضغوط المستمرة مع عدم تقبلها أو

رضاها بحالها ووظيفتها وسكنها، وكثرة الضوضاء والزحام هي الضغوط المحيطة وتحلم هنا بحياة آمنة لأنها تفتقد الإستقرار والسند، وتحلم بالهدوء والراحة وأن تعيش وسط أشخاص يحبونها ويقدرونها كما يتضح شعورها بالوحدة وعدم تقبلها لحياتها يظهر بوضوح هنا والأمل في تحقيق كل رغباتها أسقطته علي (اللوحة المعلقة) وكلما أردت الراحة تتخذ من أحلام اليقظة وسيلة لتحقيقها لأنها عكس الواقع المؤلم.

تعليق علي النتائج:

يتضح من تفسير استجابات الحالة علي اختبار تفهم الموضوع أن هذه الاستجابات تتفق مع الدرجة الكلية التي حصلت عليها هذه المعلمة في مقياس الإحترق النفسي وهذا كله يؤكد ارتفاع مستوي الإحترق النفسي لديها فالاستجابات أوضحت الشعور بالإرهاق البدني لدي الحالة من خلال البطاقات 18GF - 8GF - 2 - 1 كما أبرزت البطاقات في تفسيرها بعد الضغوط المهنية كما في البطاقات 11 - 10 - 4 - 2 - 1 16 - 12 - 17GF - 9GF - 7GF - 3GF - 19 - 14 كذلك أوضح تفسير البطاقات 16 - 12F - 18GF - 9GF - 3GF - 20 - 11 - 1 المستوي المرتفع لعدم الرضا الوظيفي وعكس تفسير البطاقات 11 - 10 - 5 - 2 16 - 17GF - 8GF - 7GF - 20 - 19 - 15 - 14 المستوي المرتفع من فقدان المساندة.

وبهذا تتفق نتائج مقياس الإحترق النفسي مع نتائج اختبار تفهم الموضوع في إظهار المستوي المرتفع لدي الحالة من الإرهاق البدني والشعور بالضغوط المهنية وعدم الرضا الوظيفي ونقص المساندة والدعم

أي أنها تعاني من الإحترق النفسي بمستوي مرتفع مما يؤثر علي أدائها بشكل عام.

مناقشة تفسيرية للحالات (عينة البحث):

يمثل العمل في نظام الدمج التربوي خلال مرحلة رياض الأطفال مهنة غاية في الحساسية، وتحتاج إلى الكثير من الجهد. وعلى الرغم مما تبذله المعلمة من جهود في سبيل تحقيق التنمية الشاملة للأطفال سواء العاديين أو ذوي الإحتياجات الخاصة إلا أن كثير من أولياء الأمور يتعجل نتائج هذه الجهود ولايتفهم طبيعة عمل المعلمة في هذا النظام التربوي.

وتشير نتائج البحث الحالي إلى معاناة معلمة رياض الأطفال من المستوى المرتفع من الإحترق النفسي الحادث لديها من جراء الضغوط المحيطة بها، وهذا ما رده (أنسى محمد، ٢٠٠٠) إلى طبيعة المرحلة التي تعمل بها المعلمة، حيث تجد من ينظر إليها على أنها أقل أهمية من أي معلم لمرحلة تعليمية أخرى، وهنا يزداد مستوى عدم الرضا الوظيفي وتقل الدافعية نحو العمل.

فهناك نوع من عدم فهم أهمية وخطورة دور المعلمة المؤهلة في هذه المرحلة المهمة وهذا سائد في المجتمع، فالملاحظ وجود تدنى في نظرة المجتمع لمعلمة رياض الأطفال وإعتبار أن مهنتها مهنة من لاهمته له، وأنها لاتماثل أي معلم آخر وأنها لاتبذل مجهودا لأنها تتعامل مع أطفال صغار. هذا إلى جانب ضعف الأجور وعدم مناسبتها للجهد المبذول في نظام الدمج الذي يحتاج إلى مجهود مضاعف. كما أن عدم تقدير الجهود من قبل الموجهات غير المؤهلات، حيث ان كل ما يهم

الموجهة كراسة التحضير والوسائل الموجودة فى قاعة النشاط ونظافة القاعة، وتعتبر هذه الأشياء فقط هى المعيارالذى تقاس به كفاءة المعلمة أو عدم كفاءتها، وكذلك تفوقها على غيرها من المعلمات اللاتى يتبارين بدورهن فى عمل هذه الوسائل لإرضاء الموجهة للإبقاء على عملهن.

وما يزيد الضغوط لدى معلمة رياض الأطفال تعدد أدوارها، فهى مفتاح العملية التعليمية، وذلك لأهمية دورها مع الطفل فهى بديل الأم وتعد مصدرا للتنشئة الإجتماعية، وهى المسئولة عن تشكيل شخصية الطفل، وهى دائما مطالبة بأن تقوم بإشباع حاجات الطفل وكل هذا لا يتم إلا بالكثير والكثير من الجهد. هذا بالإضافة إلى متطلبات نظم الجودة المطبقة حاليا فى جميع الروضات والإهتمام البالغ بالأهداف ونواتج التعلم سواء أكانت معرفية (كإكساب الطفل العديد من العارف والمعلومات والمفاهيم)، أو مهارية (كتتمية العديد من المهارات كمهارات حركية أو إجتماعية أو غير ذلك من المهارات والإستعداد لعمليتى القراءة والكتابة) أو وجدانية (كتتمية الأخلاقيات والقيم فى شكل سلوكيات تلاحظ خلال المواقف) وبالطبع يتم كل هذا مع الأخذ فى الإعتبار الفروق الفردية بين الأطفال العاديين والأطفال ذوى الإحتياجات الخاصة تبعا لنظام الدمج ومتطلباته.

ومن كثرة الضغوط تبدأ المعلمة فى السير فى حلقة مفرغة، وتستمر فى العمل بالأداء النمطى، وتبدأفى فقدان شعورها بأهمية ما تقوم به، فيزيد تدمرها وضيقها من العمل ومن الأطفال وأولياء أمورهم وجميع أوضاع الروضة، فتشعر أن كل ما تفعله من جهد ليس له أى نتائج، وفى النهاية لا أحد يقدر. وبالطبع كل هذا يدفع بالمعلمة دفعا سريعا نحو الإحترق النفسى.

يلاحظ إتفاق نتائج الحالات الثلاثة مع نتائج دراسة (زيدان السرطاوي، ١٩٩٧) في أن فئة الإعاقة تؤثر علي مستوى الإحترق النفسي لدي المعلم والتي أشارت إلي أن فئة الإعاقة العقلية تؤثر علي مستوى أكبر علي الإحترق النفسي عن غيرها من الفئات وهذا ما يتضح لدي الحالات الثلاثة حيث أنهن معلمات يعملن بنظام الدمج التربوي لفئة الإعاقة العقلية مع الأطفال العاديين.

وكذلك تتفق النتائج مع نتيجة دراسة (عبد الله جاد محمود، ٢٠٠٥) التي أشارت إلي أن المعلمات أكثر إحترقا من المعلمين وبالرغم من عدم مقارنة الثلاث حالات بمعلمين لأنه لا يوجد في نظام رياض الأطفال معلمين وإنما كلهن معلمات إلا أن الحالات الثلاثة حصلن علي درجات كلية مرتفعة في مقياس الإحترق النفسي وظهر المستوى المرتفع من الإحترق النفسي لديهن خلال تفسير إستجابتهن علي بطاقات اختبار تفهم الموضوع كل هذا يشير إلي صحة فرض البحث من حيث فعالية اختبار تفهم الموضوع في الكشف عن الإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال العاملات في نظام الدمج التربوي.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن صياغة التوصيات علي النحو التالي:

١. ضرورة توفير البرامج الإرشادية لخفض حدة الإحترق النفسي لدي معلمات رياض الأطفال.
٢. عمل دورات تدريبية وورش عمل تتناول حلولاً للمشكلات التي تعد ضغوطاً علي المعلمات.

٣. الإهتمام بتوعية المديرات والموجهات بأهمية تقديم العون والمساندة للمعلمات حتى لاتشعر المعلمات بأنهن فى معزل عن الإدارة.
٤. منح المعلمات علاوات أو حوافز إضافية تساعدن على مواجهة أعباء الحياة.
٥. تكريم معلمات الدمج سنويا حتى يشعرن بالتميز النابع من تميز مجال عملهن وأنهن ليس كباقي المعلمات.
٦. تقليل كثافة الأطفال فى قاعات الدمج التربوى، مع وجود معلمتين على الأقل داخل كل قاعة.
٧. توعية الطالبات المعلمات ببعض المشكلات التى ستصادفهن فى بيئة العمل (قاعات الدمج) وذلك للتخفيف من الآثار النفسية لهذه المشكلات فيما بعد.

المراجع المستخدمة

المراجع العربية:

- ١- إبراهيم أمين القريوتي، فريد مصطفى الخطيب (٢٠٠٦): الإحترق النفسي لدي عينة من معلمي الطلاب العاديين وذوي الإحتياجات الخاصة بالأردن. مجلة كلية التربية. جامعة الإمارات العربية المتحدة، العدد (٢٣) ص ص ١٣١ - ١٥٤.
- ٢- أماني محمود عبد الله (٢٠٠٨): معوقات الدمج التي تواجه معلمات رياض الأطفال عند تدريس الأطفال غير العاديين (تخلف عقلي بسيط) من وجهة نظر المشرفات والمديرات والمعلمات. رسالة ماجستير. غير منشورة. جامعة أم القري. كلية التربية.
- ٣- أنسى محمد أحمد قاسم (٢٠٠٠): الضغوط النفسية المهنية لمعلمة الروضة. مستوياتها وعلاقتها ببعض سمات الشخصية وبعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة الطفولة. جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال. العدد (٣). ص ص ٢٣-٦٨.
- ٤- جمعة سيد يوسف (٢٠٠١): النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية. مراجعة نقدية. القاهرة: دار غريب.
- ٥- حسين عبد القادر، محمد النابلسي (٢٠٠٢): التحليل النفسي ماضيه ومستقبله. الطبعة الأولى. دمشق: دار الفكر المعاصر.
- ٦- رجوات عبد اللطيف متولي (٢٠٠٥): الإحترق النفسي لدي عينة من المحامين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والمهنية. رسالة دكتوراه. غير منشورة. جامعة إلمنيا. كلية الآداب.

- ٧- زيدان أحمد السرطاوي (١٩٩٧): الإحترق النفسي ومصادره لدي معلمي التربية الخاصة دراسة ميدانية مجلة كلية التربية. جامعة عين شمس. الجزء الأول. العدد (٢١) ص ص ٥٧ - ٩٦.
- ٨- سامية القطان (١٩٧٩): كيف تقوم بالدراسة الإكلينيكية. الجزء الأول. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ٩- سهام إبراهيم كامل (٢٠٠٨): إتجاهات معلمات رياض الأطفال نحو العمل مع الطفل فى ضوء بعض المتغيرات النفسية والبيوجرافية. رسالة ماجستير. غير منشورة. جامعة القاهرة. كلية رياض الأطفال.
- ١٠- سيد محمد غنيم (١٩٧٥): سيكولوجية الشخصية. محدداتها. قياسها. نظرياتها. القاهرة: دار النهضة العربية.
- ١١- صفاء إسماعيل مرسي، محمد نجيب الصبوة (٢٠٠٤): علاقة الإختلال الزواجي بكل من التعاطف بين الزوجين والإدراك الإيجابي لشريك الحياة. مجلة دراسات عربية فى علم النفس. رابطة الإخصائيين النفسيين المصرية. المجلد (٣). العدد (٣). ص ص ٣١ - ٥٨.
- ١٢- صلاح مخيمر (١٩٨١): المفاهيم: المفاتيح في علم النفس. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- ١٣- عادل عبد الله محمد (١٩٩٥): بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة وأثرها علي درجة الإحترق النفسي للمعلمين. مجلة دراسات نفسية. رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية. المجلد الخامس. العدد (٢). ص ص ٣٤٥ - ٣٧٥.

- ١٤- عبد الله جاد محمود (٢٠٠٥): بعض عوامل الشخصية والمتغيرات الديموجرافية المسهمة في الإحترق النفسي لدي عينة من المعلمين. مجلة كلية التربية. جامعة المنصورة. العدد (٥٧). ص ص ٢٠٣ - ٢٥٠.
- ١٥- علي عسكر (٢٠٠٠) ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها. الطبعة الثانية. الكويت: دار الكتاب الحديث.
- ١٦- عمر محمد عبد الله، أحمد عبد الحليم عريبات (٢٠٠٥): الإحترق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم فى غرف المصادر، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والإجتماعية والإنسانية، المجلد السابع عشر، العدد الثاني، ص ص ٢٩١-٣٣١.
- ١٧- فاروق السيد عثمان (٢٠٠١): القلق وإدارة الضغوط النفسية. سلسلة المراجع فى التربية وعلم النفس. الكتاب السادس عشر. الطبعة الأولى. القاهرة: دار الفكر العربى.
- ١٨- فرج عبد القادر طه، شاکر عطية قنديل، حسين عبد القادر محمد، مصطفى كامل عبد الفتاح (١٩٩٣): موسوعة علم النفس والتحليل النفسى. الطبعة الأولى. الكويت: دار سعاد الصباح.
- ١٩- فوزية عبد الحميد الجمالى، عبد الحميد سعيد حسن (٢٠٠٣): مستويات الإحترق النفسى لدي معلمي ذوي الإحتياجات الخاصة وإحتياجاتهم التدريسية بسلطنة عمان. مجلة دراسات عربية فى علم النفس. رابطة الأخصائيين النفسيين المصريين. المجلد (٢). العدد (١). ص ص ١٥١ - ٢١١.
- ٢٠- لويس كامل مليكة (١٩٩٧): علم النفس الإكلينيكي. الجزء الثاني. القاهرة: مطبعة فيكتوركيرلس.

- ٢١- محمد خليفة بركات (١٩٥٧): الإختبارات والمقاييس العقلية. الطبعة الثانية. القاهرة: مكتبة مصر.
- ٢٢- نادية السيد الشرنوبي (٢٠٠١): مصادر الضغوط لدي عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعة وعلاقتها بالإحترق النفسي وبعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة كلية التربية. جامعة الأزهر. العدد (٩٧). ص ص ٢٦٩ - ٣١٣.
- ٢٣- نشوة كرم عمار (٢٠٠٨): الإحترق النفسى للمعلمين ذوى النمط (أ،ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات. رسالة ماجستير. غير منشورة. جامعة الفيوم. كلية التربية.
- ٢٤- نصر يوسف مقابلة (١٩٩٦): العلاقة بين مركز الضبط والإحترق النفسى لدى عينة من المعلمين. مجلة علم النفس. الهيئة المصرية العامة للكتاب. العدد (٣٩). ص ص ١١٠-١١٩.
- ٢٥- هبة جابر عبد الحميد (٢٠٠٨): الضغوط وعمليات تحملها وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدي عينة من معاوني أعضاء هيئة التدريس بالجامعة. رسالة ماجستير. غير منشورة. جامعة سوهاج. كلية التربية.

المراجع الأجنبية:

- 26- Ahola, K. AND Hakanen, J. (2007): Job Strain, Burnout and Depressive Symptoms: A Prospective Study among Dentists. Journal of Affective Disorders. Vol.1, 104, No.(1-3). pp103-110
- 27- Brown,S., Miller,W., and Eason, J. (2006): Exercise Physiology: Basis of Human Movement in Health and Disease. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.
- 28- Butler, K; and Constantin, M. (2005): Collective Self Esteem and Burnout in Professional School Counselors. Journal of Professional School Counseling. Oct. Vol.(9). pp55-80
- 29- Hakanen, J.; Bakker, B. and Schaufeli, B. (2006): Burnout and Work Engagement among Teachers. Journal of School Psychology. Vol.(43). pp495-513.
- 30- Langle, A. (2003): Burnout Existential Meaning and Possibilities of Prevention. Journal of European Psdychotherapy. vol. (4). No.(1), pp107-122
- 31- Marks, D. Murray, M.; Evans, B. and Willio, C. (2000): Health Psychology: Theory Research and Practice. London: SAGE Publication.
- 32- Maslach, C. and Goldberg, J. (1998): Prevention of Burnout: New Perspectives. Journal of Applied and Preventive Psychology. Vol.(7), No.(1),pp 63-74.
- 33- Schlichte, J.,Yssel, N., & Merbler, J. (2005): Pathways to Burnout: Case Studies in Teacher Isolation and Alienation, Preventing School Failure, vol.(50).no.(1). PP35-40.
- 34- Tang, F. and Pang. Y. (2006): Job-Burnout, Work Family Interface and Personal Control Of Primary, Junior and Senior Middle School Teachers. Chinese Journal of Rehabilitation. Vol.(10). No.(46). Pp82-85.