



كلية التربية
المجلة التربوية



جامعة سوهاج

الشعور بالذنب كوسيط للعلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين

إعداد

د/ سماح صالح محمود محمد
أستاذ الصحة النفسية المساعد
كلية التربية - جامعة الزقازيق

تاريخ استلام البحث : ١١ أغسطس ٢٠٢٣ م - تاريخ قبول النشر: ٢٠ سبتمبر ٢٠٢٣ م

DOI: 10.12816/EDUSOHAG.2023.

مستخلص البحث

هدفَ البحثُ الحالي إلى التعرف على الدور الوسيط للشعور بالذنب في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، وتحقيقاً لهذا الهدف أُجريَ البحث على عينة قوامها (٣٠١) من المعلمين العاملين ب (١٣) مدرسة بمركز أبوحامد بمحافظة الشرقية، بواقع (١٤٦) معلماً بالمرحلة الابتدائية (٩٧ من الإناث، ٤٩ من الذكور)، (٧١) معلماً بالمرحلة الإعدادية (٥٠ من الإناث، ٢١ من الذكور)، (٨٤) معلماً بالمرحلة الثانوية (٣٦ من الإناث، ٤٨ من الذكور)، وامتدت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٥ - ٥٩) عاماً، بمتوسط عمر زمني (٤٤)، وانحراف معياري (٧,٢٨٤). وبعد تطبيق مقياسي الشعور بالذنب والاحتراق النفسي لدى المعلمين (إعداد الباحثة)، وقائمة كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية، أظهرت النتائج إمكانية التنبؤ بالشعور بالذنب من خلال أبعاد الاحتراق النفسي لدى المعلمين، إمكانية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من خلال أبعاد الاحتراق النفسي لدى المعلمين، إمكانية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من خلال أبعاد الشعور بالذنب لدى المعلمين، وجود دور جزئي للشعور بالذنب كمتغير وسيط في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

الكلمات المفتاحية

الشعور بالذنب - الاحتراق النفسي - الاضطرابات السيكوسوماتية - المعلمين

Abstract***Feeling of Guilt as a mediator of the relationship between Psychological burnout and psychosomatic disorders for teachers*****Dr****Samah Saleh Mahmoud Mohamed**

Assistant Professor of Mental Health

Faculty of Education - Zagazig University

Current research aimed to Identify the mediating role of guilt in explaining the relationship between burnout and psychosomatic disorders among teachers, to achieve this goal, research was conducted on (301) teachers working in (13) A school in Abu Hammad Center in Sharkia Governorate, with (146) primary school teachers (97 females, 49 males), (71) Preparatory school teachers (50 females, 21 males), (84) secondary school teachers (36 females, 48 males), their chronological ages between (25-59) years, with a chronological mean age (44), and a standard deviation (7,284). After applying measures of guilt and burnout for teachers (prepared by the researcher), Cornell list of psychosomatic disorders, results showed possibility of predicting guilt through the dimensions of psychological burnout for teachers, possibility of predicting disorders Psychosomatics through the dimensions of psychological burnout among teachers, possibility of predicting psychosomatic disorders through dimensions of guilt for teachers, There is a partial role of feeling guilt as a mediating variable between psychological burnout and psychosomatic disorders in teachers.

Key words:

Feelings of guilt - psychological burnout - psychosomatic disorders – teachers

مقدمة البحث

المعلمون هم أساس تقدم الأمم ومستقبلها، وهم سبيل المجتمع نحو الرفعة والرخاء، وهم الأداة الأولى القادرة على الاهتمام ببذرة المعرفة ورعايتها، بل ومتابعتها لنقلها من جيل إلى جيل. وهم بما يمتلكونه من علم ومعرفة قادرين على النهوض بمصير أمة كاملة نحو التحضر والازدهار، وكل ذلك يحتاج إلى معلمٍ قادرٍ على حمل الرسالة وتأديتها على أكمل وجه ليتحقق الهدف المنشود من التعليم. وفي ظل تلك المسؤوليات الملقة على كاهل المعلمين، يواجه المعلمون العديد من التحديات المهنية، التي قد تعوقهم عن تحقيق أهدافهم التعليمية وتجعلهم عرضة للإصابة بالعديد من الاضطرابات السيكوسوماتية.

ويعتبر متغير الاضطرابات السيكوسوماتية إحدى المتغيرات التي نالت الاهتمام كونها ذات آثار فسيولوجية تطل الأعضاء ينتج عنها أمراضاً عضوية، ولذلك يعتقد العديد من الأطباء المتخصصين بالطب السيكوسوماتي بأن التعرض المستمر لحالات التوتر والضغط المهني يعتبر العامل الأساسي للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية (باهي سلامي، ٢٠٠٩، ٨).

كما تعد مهنة التدريس من أكثر المهن التي يواجه أصحابها العديد من التحديات التي تُحدث آثاراً سلبية تصل في ذروتها إلى حد الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية، وهذا ما أكدته نتائج العديد من الدراسات التي اهتمت بدراسة الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، كدراسة كل من (Wettstein, Schneider, & Holtforth (2021) التي أشارت إلى أن المعلمين من أكثر فئات المجتمع معاناة من الاضطرابات السيكوسوماتية مقارنةً بغيرهم من ذوي المهن الأخرى، ودراسة علي قويدري (٢٠١٦) التي أفادت بمعاناة معلمي المرحلة الابتدائية والمتوسطة والثانوية من الاضطرابات السيكوسوماتية، مع الأخذ في الاعتبار أنه لم تُظهر الدراسة أية فروق بينهم من حيث درجة المعاناة.

في نفس الصدد أشار كلٌّ من (Fang, Zhou, & Xin (2023) بوجود أدلة متزايدة على ارتفاع خطر الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية المرتبطة بالعمل لدى المعلمين مقارنةً بالمهن الأخرى، والتي تعد من أكثر الأسباب شيوعاً للتغيب عن العمل وسبباً رئيسياً لترك المهنة.

تتسبب العديد من المتغيرات في معاناة المعلمين من الاضطرابات السيكوسوماتية، ومن بينها الاحتراق النفسي، الذي أصبح أحد أكبر المشاكل التي يعاني منها نظام التعليم اليوم حيث يؤثر سلبيًا على قدرة المعلمين على أداء أدوارهم بفاعلية من خلال استنزاف رفايتهم النفسية وإرهاق صحتهم الجسدية (Hurley, 2021, 22). وقد تم تعريفه لأول مرة من قبل Freudenberger (1974) على أنه متلازمة تؤثر في الغالب على الأشخاص في وظائف ذات مسؤولية اجتماعية وأخلاقية عالية، ومنذ ذلك الحين أصبح الاحتراق النفسي موضوع بحث مكثف (In: Bauer et al., 2006, 199)

وتشير إحدى الدراسات إلى أن الاحتراق النفسي يسهم بشكل كبير في معدل تسرب المعلمين من مهنتهم، حيث يترك حوالي ٤٠% من المعلمين مهنة التدريس بعد خمس سنوات من مزاوله المهنة. وأفادت لجنة الخبراء المشتركة بين منظمة العمل الدولية واليونسكو والمعنية بتطبيق التوصيات المتعلقة بوضع المعلمين أن الإجهاد المتراكم يسهم بشكل كبير في استقالة المعلمين، بتكلفة سنوية تقدر بنحو ٢.٢ مليار دولار أمريكي، وهو ما يمثل تكلفة كبيرة في الإنفاق المهدر (Fang, 2023, 1)

على الجانب الآخر، قد يستمر أغلب المعلمين في مزاوله مهنتهم رغم احتراقهم نفسيًا، ولكن يبدو الاحتراق واضحًا في ممارساتهم المهنية كأن يؤثر على طريقة تعاملهم مع الإجهاد المرتبط بالتدريس، فقد يفتقدون للشغف لممارسة مهنتهم، ويفشلون في استرداد نشاطهم بمجرد عودتهم لمنازلهم بعد انتهاء يومهم المدرسي، ومما يزيد الأمر سوءً شعورهم بالاضطهاد من قبل مسؤوليهم، ومع تزايد الضغوط والصراعات النفسية قد يصبح المعلمون عرضة للإصابة بالعديد من الأمراض النفسية والجسدية أو ما يعرف بالاضطرابات السيكوسوماتية.

وقد أظهرت دراسة Hammarström, Rosendahl, Gruber & Gruber (2023) أن الغثيان، وعسر الهضم، والصداع، والدوخة، والإمساك، وسرعة خفقان القلب، وآلام الظهر كانت أكثر الأعراض انتشاراً لدى من يعانون من الاحتراق النفسي، مع افتراض انخفاض حدة تلك الأعراض عند التحكم في أعراض الاكتئاب والقلق، مما يوثق الصلة بين معاناة المعلمين من الاحتراق النفسي وإصابتهم بالاضطرابات السيكوسوماتية. كما قد يؤثر الاحتراق النفسي في شعور المعلمين بالذنب، حيث يتسبب الاحتراق النفسي للمعلمين في

حدوث انفصال وجداني بينهم وبين طلابهم، فلا يهتمون بمصالحهم التعليمية كالسابق، كما يفضلون عدم الانخراط معهم في معظم أنشطتهم المدرسية، ويفتقدون لحماسهم تجاه مهنتهم، مما يتسبب في فتور العلاقة بين المعلم وطلابه، الأمر الذي قد يُشعر المعلم بالذنب نتيجة تقصيره في حق طلابه.

وقد عرّف الشعور بالذنب بأنه " ألم نفسي داخلي يشعر به الفرد داخليا، أي حوار داخلي بين الفرد وذاته، وبلغة التحليل النفسي بين الأنا والأنا الأعلى على أنه مخطئ أو ارتكب ذنوباً وآثاماً. وأحياناً إلى أخطائه وكأنها لا تغتفر ويتوهم أن المحيطين به يعلموها جيداً وتؤدي إلى تحقير الذات والاشمئزاز منها. وأحياناً أخرى يقل الشعور بالذنب لدرجة عدم المبالاة وتحمل المسؤولية، ويرتبط الشعور بالذنب إما بأخطاء تتعلق بالفرد ذاته أو بالمحيطين به (آمال باظة، ١٩٩٦، ٤).

وقد ذكر قطب حنور (٢٠١٢، ٣) أن مشاعر الذنب تظل في نطاق السوية ما دامت معتدلة الشدة بالقدر الذي يدفع الفرد إلى الالتزام بالمبادئ والمعايير، وتتناسب مع مقدار الخطأ أو الذنب ويسعى الفرد فيها إلى إصلاح هذا الخطأ، وقد تكون مشاعر الذنب منخفضة وتدل على أن الفرد لديه شيء من اللامبالاة. في حين قد يحدث تضخيم الخطأ أو توهمه مما يؤدي إلى مشاعر ذنب عالية.

وقد يؤثر الشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين وذلك بتقوية العلاقة بينهما أو ضعفها أو محوها، وهذا ما تحاول الباحثة التحقق منه في البحث الحالي استناداً إلى ما أثبتته دراسة Ferraz et al., (2021) من اعتبار الشعور بالذنب متغير وسيط في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية .

مشكلة البحث:

يعاني المعلمون بجميع المراحل التعليمية من ضغوط مهنية كثيرة، حيث تعتبر مهنة التدريس من أكثر المهن إثقالاً بضغوط العمل، نظراً لما تنطوي عليه من أعباء ومسؤوليات تقع بكاملها على كاهل المعلم الذي لا يجد الدعم المادي أو المعنوي لتحمل تلك الأعباء. ومع كثرة تلك الأعباء والمسؤوليات تضعف قدرة المعلم على القيام بالدور المنوط به كمعلم، حيث تنهك قواه جسماً ونفسياً، مما يصيبه بالاحتراق النفسي الذي يجعله عرضة للإصابة

بالاضطرابات السيكوسوماتية. وفي ظل ذلك قد يشعر بعض المعلمين بالذنب نتيجة عجزهم عن تحقيق طموحاتهم المهنية بسبب ضعف الإمكانيات وعدم ملاءمة الظروف لتحقيقها. ولذلك فقد قامت الباحثة بعمل دراسة استكشافية على عينة من طلاب الدراسات العليا العاملين بمهنة التدريس، وعينة أخرى من معلمي المدارس بالمراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي - إعدادي - ثانوي)، وبعد تطبيق مقياس الاحتراق النفسي (إعداد: عادل عبدالله، ١٩٩٨) ، استنتجت الباحثة معاناة معظم المعلمين محط الدراسة الاستكشافية من الاحتراق النفسي بنسبة تقارب ٩٠%، والاضطرابات السيكوسوماتية بنسبة تصل إلى ٧٠% تقريباً، ورغبة عدد كبير منهم في الاستقالة والخروج معاش مبكر ومحاولة البحث عن مهنة أخرى تكون أقل جهداً وأكثر ربحاً.

واستناداً إلى ما وضحته الدراسات السابقة من وجود علاقة بين جميع متغيرات الدراسة، كدراسة (Olivares-Faúndez 2014) ، ودراسة (Rabasa et al., 2016) ، ودراسة (Guidetti 2018) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب. كما جاءت دراسة كل من (Meeusen, Bauer et al., 2005) ، (2009) ، (2011) ، (Gill-Monte et al., 2013) ، (2013) Ferraz et al. لتؤكد العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية، في حين وضحت دراسة كل من (2022) Cerna et al. ، ودراسة (Stewart et al., 2023) وجود علاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية. كما أشارت دراسة (Ferraz et al., 2021) للدور الوسيط للشعور بالذنب في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، فإن الباحثة تحاول في بحثها الحالي أن تكشف عن إثبات وجود التأثير من عدمه.

كما أنه نظراً لأهمية هذا الموضوع وفي ضوء إحساس الباحثة بزيادة انتشار هذه المشكلة في المجال التعليمي والتربوي جاءت فكرة هذا البحث مستهدفة الكشف عن دور الشعور بالذنب كوسيط في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

بالإضافة إلى ذلك، فقد وجدت الباحثة قلة في عدد البحوث الأجنبية التي تناولت الثلاثة متغيرات في منظومة واحدة، ومن ثم دعت الحاجة إلى دراسة الاختلاف بين التأثير

المباشر للاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية، والتأثير غير المباشر في وجود الشعور بالذنب كمتغير وسيط بينهما في ضوء قلة ما طُرح من بحوث تناولت المتغيرات الثلاثة.

من العرض السابق تظهر مشكلة البحث في الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- هل تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالشعور بالذنب لدى المعلمين؟
- ٢- هل تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين؟
- ٣- هل تنبئ بعض أبعاد الشعور بالذنب بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين؟
- ٤- ما الدور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف التالية:

- ١- التعرف على ابعاد الاحتراق النفسي المنبئة بالشعور بالذنب لدى المعلمين.
- ٢- التعرف على أبعاد الاحتراق النفسي المنبئة بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.
- ٣- التعرف على أبعاد الشعور بالذنب المنبئة بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.
- ٤- التعرف على الدور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين

أهمية البحث

يعد الموضوع الذي يتناوله البحث الحالي من الموضوعات الهامة في مجال الصحة النفسية؛ وتتفرع أهميته إلى:

١- الأهمية النظرية:

- تأتي أهمية البحث من أهمية موضوعه، حيث أنه يتناول الاحتراق النفسي الذي يعبر عن نضوب المعلم وإرهاقه نفسياً، والذي يزيد من فرص الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية، فضلاً عن دور الشعور بالذنب في تغيير حجم التأثير الذي يحدثه الاحتراق النفسي في الاضطرابات السيكوسوماتية.

- كما تناول البحث الحالي متغير الشعور بالذنب وهو متغير لم يتم تناوله بدرجة كافية مع فئة المعلمين - في حدود علم الباحثة - والذي يعبر عن شعور الفرد بالندم نتيجة انتهاكه معياراً أخلاقياً.
- أهمية العينة محل البحث وهي عينة المعلمين، فالمعلم من أهم فئات المجتمع وأكثرهم نفعاً، وأثقلهم حملاً بما يواجهه من ضغوط وتحديات مهنية تعصف بكيانه النفسي والجسدي، ولذلك فهو جدير بالبحث والدراسة.
- تقديم دراسة نفسية تقوم على وضع تصور نموذج نظري للعلاقة بين المتغيرات الثلاثة (الشعور بالذنب، الاحتراق النفسي، الاضطرابات السيكوسوماتية) ووضعهم في منظومة واحدة.
- تساعد دراسة الشعور بالذنب كمتغير وسيط في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية في الكشف عن أهمية دراسة دور المتغيرات الوسيطة في مجال الصحة النفسية ودرجة الوساطة من حيث كونها (كلية - جزئية)، مما قد يساعد في توجيه الباحثين لمثل هذا النوع من البحوث، حيث يُعد البحث الحالي هو أولى المحاولات البحثية - في حدود علم الباحثة - للتطرق إلى دور الشعور بالذنب كوسيط في تأثير الاحتراق النفسي على إصابة المعلمين بالاضطرابات السيكوسوماتية.

٢- الأهمية التطبيقية

- يمكن من خلال هذا البحث تقديم أدوات بحثية يُستفاد منها مستقبلاً في بحوث مماثلة على عينات مختلفة، وفي مجتمعات ومع متغيرات أخرى مثل مقياسي (الاحتراق النفسي، والشعور بالذنب لدى المعلمين).
- قد تفتح نتائج هذا البحث المجال أمام الباحثين نحو إجراء برامج إرشادية وعلاجية للحد من مستوى الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكومترية لدى المعلمين.
- كما قد تزيد النتائج من وعي القائمين على التعليم بعمل ندوات توعوية للكشف عن مشكلات وتحديات المعلمين التي تزيد من فرص إصابتهم بالاحتراق النفسي والاضطرابات السيكومترية.

- قد تسهم نتائج هذا البحث في تقديم برامج إرشادية وعلاجية فعالة للحد من الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.
- كما أن هذا النوع من الأبحاث قد يلقي الضوء على الواقع الحقيقي لمعاناة المعلمين بالمدارس، والبحث في الأسباب الحقيقية لتسرب عدد كبير منهم وتفضيلهم ممارسة مهن أخرى تغيّر مهنة التدريس.

حدود البحث: يتحدد البحث من خلال الحدود التالية:

- الحد الموضوعي: الشعور بالذنب كمتغير وسيط في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.
- الحد المكاني: بعض مدارس (الابتدائي - الإعدادي - الثانوي) التابعة لمركز أبوحماد.
- الحد الزمني: الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ م
- الحد البشري: عينة من معلمي المراحل التعليمية الثلاث (ابتدائي - إعدادي - ثانوي).

مصطلحات البحث:

الشعور بالذنب: feeling of guilty

تعرفه الباحثة إجرائياً بأنه تأنيب المعلم لضميره وتحميل نفسه مسئولية أي تقصير يصدر من طلابه، مما ينعكس بالسلب على توقيره لذاته، فيبالغ في محاسبتها ويتجنب المشاركة في بعض الأعمال مخافة الندم فيما بعد، ويُحدد من خلال الدرجة التي يحصل عليها المعلم في مقياس الشعور بالذنب المستخدم في البحث الحالي. ويتكون الشعور بالذنب من أربعة أبعاد هي:

- (١) الشعور بالذنب تجاه الطلاب: يعني شعور المعلم الدائم بالتقصير في حق طلابه وعدم رضاه عن أدائه معهم.
- (٢) الشعور بالذنب تجاه الذات: يعني نظرة المعلم السلبية لذاته، وتقييمه المتدني لها.
- (٣) عواقب الشعور بالذنب: يعني ما يترتب على شعور المعلم بالذنب من نتائج سلوكية وانفعالية سلبية تجاه ذاته.

الاحتراق النفسي: Psychological Burnout

تعرف الباحثة الاحتراق النفسي إجرائياً بأنه استجابة المعلم الانفعالية والسلوكية السلبية لأحداث التدريس المجهدة، والتصور الملحوظ بنقص الدعم الإداري المقدم له من المدرسة. ويُحدد من خلال الدرجة التي يحصل عليها المعلم في مقياس الاحتراق النفسي. ويتكون الاحتراق النفسي من ثلاثة أبعاد هي:

- (١) التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس: يعني مشاعر الاكتئاب، والخمول، وكافة المظاهر السلبية المصاحبة للإرهاك المهني.
- (٢) مواقف المعلم تجاه الطلاب: يعني رؤية المعلم السلبية لطلابه مع حالة من تبدل المشاعر واللامبالاة تصيبه عند تعامله معهم.
- (٣) تقييم الدعم الإداري: يعني تصور لدى المعلم المنهك نفسياً بوجود نقص ملحوظ في الدعم الإداري بالمدرسة، أو أن هذا الدعم لم يرق لمستوى طموحه وتوقعه.

الاضطرابات السيكوسوماتية: Psychosomatic Disorders

هي " خلل عضوي في عضو أو أكثر من أعضاء الجسم نفسي المنشأ نتيجة التعرض لانفعال مزمن، لا يستجيب للعلاج الدوائي العضوي على المدى الطويل لأنها ترجع لأسباب نفسية وليست عضوية، تظهر في الأعراض التالية: (الأعراض الانفعالية-اضطراب الجهاز الهضمي - اضطرابات الجهاز الدوري - اضطرابات الجهاز التنفسي - اضطرابات العضلات والهيكل العظمي - الأمراض الجلدية - اضطرابات الجهاز الغدي - اضطرابات الجهاز البولي والتناسلي) (قطب حنور، ٢٠١٩، ٤). وتعرفه الباحثة إجرائياً بأنه اضطراب مزمن في عضو من أعضاء الجسم أو أكثر نتيجة تعرض المعلمين لضغوط مهنية طاحنة. وتُحدد في ضوء الدرجة التي يحصل عليها المعلم في مقياس كورنل Cornel للاضطرابات السيكوسوماتية والذي استخدمته الباحثة في البحث الحالي.

الإطار النظري

١ - الشعور بالذنب feeling guilty

تعريف الشعور بالذنب

يمكن أن ينشأ الشعور بالذنب من الاعتقاد بأن شخصاً ما قد فعل شيئاً سيئاً، أو فشل في فعل شيئاً حسناً، مما تسبب في إلحاق الضرر بشخصٍ آخر. أو قد ينبع من فكرة أن المرء لم يكن مخلصاً للآخر الذي لديه شعور خاص بالانتماء أو المسؤولية (Paassen, 2021, 6).

وينظر إلى الشعور بالذنب على أنه المشاعر غير السارة المرتبطة بالاعتراف بأن المرء قد انتهك أو قادرٌ على انتهاك معياراً أخلاقياً أو اجتماعياً (Guidetti, Viotti, Gill, Monte, & Converso, 2018, 770).

كما أنه عاطفة ذاتية الوعي لأنها تتضمن تقييم الفرد لأفكاره وأفعاله، حيث يعتقد أن الأفراد يشعرون بالذنب عندما يقيمون سلوكهم الخاص على أنه لا يرقى إلى القواعد والمعايير الأخلاقية الداخلية ولذلك يعتبر الشعور بالذنب عاطفة أخلاقية لأنه مرتبط بتقييم الإجراءات من حيث العدالة وتعزيز رفاهية وحقوق الآخرين ومن ثم فمن المتوقع أن يشعر الأفراد بالذنب عندما يرون أنهم قد تصرفوا بشكل غير عادل أو أنهم قد أضروا برفاهية الآخرين، علاوة على ذلك فإنه لكي يشعر الفرد بالذنب يجب أن يشعر بالمسؤولية وبالتالي يلوم نفسه على ما حدث (Farouk, 2012, 2).

وقد ذكر (Scaffidi, Misuraca, & Roccella, 2022, 3) أن الشعور بالذنب يرجع إلى عدة عوامل نفسية كامنة وهي:

- ١- الرغبة في إصلاح الخطأ المحدد: أي رغبة المرء في إصلاح الخطأ المتصور، والذي بدوره يحفز السلوك الجيد الذي يهدف إلى إصلاح الخطأ.
- ٢- الرغبة في إصلاح الخطأ في حد ذاته: هنا تكون رغبة المرء أكثر شمولية، حيث لا يقتصر على إصلاح الخطأ المحدد فحسب، بل رغبة في إصلاح المسؤولية عن الخطأ.

- ٣- الرغبة في تحسين مكانة الفرد: هنا تكون الرغبة في الإصلاح منصبية على الأخلاق، حيث رغبة المرء في تحسين نقائه الأخلاقي المتصور.
- ٤- الرغبة في تخفيف الذنب أو القضاء عليه عن طريق تقديم المساعدة، باعتبارها الشيء الوحيد الذي يجعل المرء يشعر بالتحسن ولم يعد مذنباً بسبب فعلٍ خاطئ فعله سابقاً.

ويتسم الشخص الذي لديه مشاعر ذنب بعدة سمات منها القلق والاكتئاب، وعدم الأهلية، وتحقير الذات، واعتقاد أن الناس يتحدثون عنه، وعدم الثقة بالنفس أو بالآخرين، وسوء تقديره للأمور، كما تسيطر عليه بعض الأفكار الوسواسية، ولديه كم هائل من أخطاء التفكير.

الشعور بالذنب لدى المعلمين

إن مشاعر المعلمين وعواطفهم ليست مجرد أحاسيس داخلية تظل خاملة داخل حدود أجسادهم ولكنها جزء لا يتجزأ من الطرق التي يتعاملون بها مع زملائهم وطلابهم وأولياء أمورهم، ولذلك فقد برزت المشاعر بشكل واضح في الأربعة عشر سنة الماضية حول هوية المعلمين وحياتهم العملية خاصة ما يتعلق بمشاعر الغيرة والغضب والشعور بالذنب (Farouk, 2012, 1).

وقد ميز Hargreaves and Tucker بين نوعين من الشعور بالذنب لدى المعلمين وهما الشعور بالذنب الاضطهادي، والشعور بالذنب الاكتنابي، حيث ارتبط الأول بالمساءلة، وفيه يتم قياس النجاح وفقاً لمجموعة ضيقة من مؤشرات الأداء، ويكون المعلم أكثر عرضة لذنب الاضطهاد عندما لا يحقق الأهداف المحددة التي تم وضعها له على أساس منتظم، كما قد تتفاقم تجربة الشعور بالذنب الاضطهادي نظراً لعدم وجود طرق تدريس صحيحة متفق عليها بشكل عام، على الجانب الآخر يرتبط الشعور بالذنب الاكتنابي بثقافة الرعاية المرتبطة عادة بمهنة التدريس وأنه غالباً ما يحدث بسبب توقعاتهم العالية لرعاية مصالحي تلاميذهم وتعزيزها: (In: Farouk, 2012, 3) ، وللشعور بالذنب آثار اجتماعية إيجابية حيث أنه يحفز على التكيف مع الآخرين، ويخفف الضيق الناتج عن عدم التوازن في العلاقات الاجتماعية، ولكن المستويات المفرطة منه قد تدمر صاحبها حيث ترهقه نفسياً، وفي بعض الحالات تسبب له أمراضاً سيكوسوماتية. وقد ركزت الباحثة في بحثها الحالي على الشعور

بالذنب الاكتئابي والذي يحدث بسبب عدم قدرة المعلمين على تحقيق طموحاتهم المهنية مع طلابهم.

ولعل من أهم أسباب الشعور بالذنب لدى المهنيين بشكل عام والمعلمين بشكل خاص هو وجود أفكار سلبية عن الآخرين والطريقة السلبية التي تعاملوا بها معهم، حيث يفسرون تجاربهم الاجتماعية على انها قد تعكس خللاً لديهم في الشخصية، مما يدفعهم لإلقاء اللوم على أنفسهم لعدم قيامهم بعملهم بشكل مناسب، ونتيجة لذلك يتطور لديهم شعوراً بالفشل وفقدان احترام الذات. كما يمكن أن يشعر هؤلاء المهنيين بالبرود وعدم الإنسانية في علاقاتهم الاجتماعية، مما يقودهم إلى إعادة تأكيد التزامهم تجاه الآخرين، وتحمل مسؤولية رعايتهم، ومن ثم الشعور بمستويات عالية من الإرهاق النفسي (Faúndez et al., 2014, 342).

كما قد يحدث الشعور بالذنب لدى المعلم بالتحديد حينما يتعارض الواقع لديه مع المأمول، أي حينما يشعر أن هناك المزيد الذي يريد القيام به لطلابه، أو لا يوجد الوقت الكاف لتقدميه أو أن طلابه غير مؤهلين لذلك، وفي هذا السياق أشار (Farouk, 2012,1) إلى أن المعلمين يمرون بمشاعر سلبية عندما يرون عدم التوافق بين أهدافهم الأخلاقية فيما يتعلق برعاية وتعليم تلاميذهم وقدرتهم على تلبية هذه المتطلبات في ظل توجيه الإصلاحات التعليمية المفروضة عليهم، حيث أنهم أثناء تنفيذ مثل هذه الإصلاحات قد يشعرون بالإحباط والكتب أو الذنب كونهم يتحكمون بشكل محدود في ممارساتهم المهنية وبالتالي غير قادرين على تحقيق أهدافهم الشخصية. وقد توصل لذلك عبر دراسته التي أجريت في بعض مدارس لندن الابتدائية على عينة قوامها (52) معلماً، حول الأحداث العاطفية التي مروا بها خلال الأسبوعين الماضيين، وقد استجاب (22) معلماً فقط بواقع (3) من الذكور، (19) من الإناث، حيث ذكروا أكثر المواقف التي شعروا فيها بالذنب، وأقروا بالشعور بالذنب حينما حملوا أنفسهم مسؤولية خذلان أو إزعاج تلاميذهم وأحياناً زملائهم. وهذا ما اتضح في دراسة Mawhinney & Rinke (2018) التي أجريت حول الدمج وتأثير قيود الميزانية في نوفاسموتيا، حيث أفاد المعلمون بأنهم قد واجهوا صعوبة في تلبية احتياجات جميع الطلاب داخل الفصل وشعروا بالذنب نتيجة لذلك.

كما كان الشعور بالذنب لدى المعلمين محط اهتمام دراسة قام بها Van Veen et al., (2005) ودراسة (2008) Hasting (In: Ferraz, 2021) حيث هدفت كلتا الدراستين إلى تدريب الطلاب على الاستقلالية كأحد أنواع التغيير المطلوبة لإصلاح عملية التعليم، ونظراً لعبء العمل الملحق على كاهل المعلم أصبح غير قادر على دعم طلابه بشكل كافٍ مما تسبب في شعوره بالذنب حينما أصبح غير قادرٍ على تلبية هدفه الأخلاقي المتمثل في رعاية طلابه من خلال تزويدهم بتعليم جيد.

النظريات المفسرة للشعور بالذنب

رأت مدرسة التحليل النفسي، أن الشعور بالذنب هو الحالة الناجمة عن الصراع بين القوى التركيبية الأساسية للشخصية: الهو، والأنا، والأنا العليا، حيث الصراع بين إشباع الرغبات وبين الأنا التي تحاول التكيف مع الواقع، وبين الأنا العليا المتمثلة في القيم الأخلاقية والقيم العليا، ولذلك فالأشخاص الذين يعانون من الشعور بالذنب تكون عندهم الأنا العليا متصلة وصارمة.

أما تايلور فيرى أن الشعور بالذنب يحدث نتيجة لارتكاب الفرد أمراً يتنافى مع القيم الأخلاقية، وبالتالي يشعر الفرد بالأسف والحسرة على ما اقترفه من فعل، في حين ينظر إلى الذنب بوصفه مفهوماً قانونياً، ويكون الفرد مذنباً إذا تخطى القانون التشريعي، وبالتالي يستحق العقاب نتيجة ارتكابه الفعل. أما مورو فقد رأى في نظريته المعروفة بنظرية القلق الناجم عن الشعور بالذنب أن الإنسان يرتكب بعض الأخطاء والأفعال الممنوعة والمحرمة ويخفيها عن غيره، وينكر ارتكابه لها، ولا يكشف حقيقة أمره للآخرين، ولكنه يتوقع أن الناس ستكشف أمره يوماً ما، ولذلك يفترض أن إشباع الرغبات التي لا ترضى عنها الذات الشعورية، تثير الشعور بالذنب المؤدى للقلق. ويظهر الشعور بالذنب من وجهة نظر اريكسون عندما يفشل الفرد في إيجاد الحلول المناسبة للصراعات بين رغباته للاستمتاع بإشباعها وبين التوجيه الذاتي الأكثر نضجاً والذي يفرضه الأنا الأعلى (جمعة عبدالرحمن، ٢٠١٧، ٣٨٢).

كما أشار Pettersen (2012) لوجود ثلاث نظريات مفسرة للشعور بالذنب وهي:

(١) نظرية حالات القوة للمشاعر the power-status theory of emotions

وفقاً لهذه النظرية فإن المرء يشعر بالذنب بسبب ارتكاب خطأ ما مغاير للمعايير الأخلاقية يجعله يشعر بأنه لا يستحق القدر من المكانة التي ادعاها لنفسه، ولذلك فإن المخرج الوحيد من الشعور بالذنب هو التعويض أو التصالح وليس العقاب؛ والتعويض هنا يعني فعل أو تصرفات تعيد الشخص إلى مكانته السابقة كشخص يستحق التقدير. وبالتالي إذا فعل شيئاً يشعره بالذنب فإن الحل هو الانخراط في سلوك مفرط من المخاطرة لإظهار أن الفعل الذي فعله كان انحرافاً وليست سمة.

(٢) النظرية الثقافية the cultural theory

في هذه النظرية تم ربط ردود الفعل الانفعالية بمفهوم الذات، واعتبار أن الشعور بالذنب يأتي من الطريقة التي يعتقد المرء أنه يظهر بها أمام الآخرين، أن اهتمام المرء هنا منصب على نظرة الآخرين له.

(٣) النظرية التطورية evolutionary theory

يرى أصحاب هذه النظرية أن الشعور بالذنب يأتي من الانتقاء الطبيعي، لأن المشاعر من وجهة نظرهم تمنع البشر من القيام بسلوكيات يمكن أن تضر بعلاقاتهم مع الآخرين، لأن هذه العلاقات يعتبرونها هامة وضرورية من أجل البقاء والتكاثر. وقد بدأت نظرية التطور باهتمام تشارلز داروين حول كيفية فهم المشاعر كشكل أساسي للتواصل بين البشر والحيوانات. ومن ثم فالمشاعر هنا توفر التأثير الفسيولوجي الذي يمكن أن يعطي قيمة حقيقية للضمير الأخلاقي وتعبيراً على ما سبق، فإن الباحثة ترى أنه بالرغم من اختلاف النظريات التي تناولت متغير الشعور بالذنب بالتحديد، إلا أنها جميعاً مكملة لبعضها البعض، فالبعض تناول الشعور بالذنب من حيث المنشأ، والبعض الآخر من حيث سلوك التكيف مع ذلك الشعور. وقد تبنت الباحثة نظرية حالات القوة للمشاعر. باعتبارها نظرية أعم وأشمل للشعور بالذنب، حيث ذكرت سلوك الشعور من حيث منشأه واستراتيجية التعامل معه كالسلوك التصالحي أو التعويضي. وفي ضوءها وضعت مفهوم الشعور بالذنب ومكوناته.

٢ - الاحتراق النفسي Psychological Burnout

تعريف الاحتراق النفسي

أعلنت منظمة الصحة العالمية مؤخرًا في المراجعة الحادية عشرة للتصنيف الدولي للأمراض النفسية (ICD-11) أن الاحتراق النفسي "ظاهرة مهنية، معترفةً باعتباره مشكلة صحية خطيرة (Ferraz et al., 2021, 1). وقد تم وصفه بأنه حالة من التعب والإجهاد والإحباط بسبب النشاط المهني الذي يفشل في تحقيق التوقعات المتوقعة (Edu- Valsania, Laguia, & Moriano, 2022).

وقد ظهر مصطلح الاحتراق النفسي لأول مرة في نهاية القرن العشرين في عام (1974)، حيث استخدمه الطبيب النفسي الأمريكي Herbert & Freudenberger لوصف الحالة النفسية السلبية المتمثلة في الإحباط، والإجهاد الذي يحدث لدى الشخص السليم، والذي يكون على اتصال وثيق بالمرضى في العيادات النفسية ومراكز الأزمات (Ainuru & Eldiar, 2021, 123).

كما استخدم هذا المصطلح لوصف استنفاد المشاعر، وفقدان الحافز، وكذلك انخفاض الالتزام الذي كان يعاني منه عمال الخدمة الإنسانية بعد فترة طويلة من التوتر. وعُرف بأنه مجموعة من التجارب النفسية السلبية التي تؤثر على حالة الشخص العقلية والجسدية وصحته ورفاهيته وأدائه. وينطوي الاحتراق النفسي لدى المعلمين على ثلاثة نطاقات أو أعراض فرعية وهي: (أ) الاحتراق العاطفي الذي يشير إلى الشعور بالاستنزاف العاطفي من خلال بعض الاتصالات الجادة مع أشخاص آخرين. (ب) تبدد الشخصية في إشارة إلى المواقف والمشاعر السلبية والساخرة تجاه الطلاب أو الزملاء. (ج) انخفاض في الإنجاز الشخصي، والذي يشير إلى التقييم الذاتي السلبي فيما يتعلق بأدائه الوظيفي (Mahmoodi, Hosseiniyar & SamoudiM 2022, 32).

كما أنه شكل من أشكال الإجهاد الذي ينتج عنه أشكال مختلفة من ضغوط العمل، مثل عبء العمل الثقيل، وظروف العمل السيئة، وندرة الدعم النفسي الملحوظ من الرؤساء والزملاء على حد سواء، قد تساهم هذه المستويات المستمرة من الإجهاد المرتبط بالعمل بدورها، في الغياب المتكرر، والقلق، والتهيج، والاكتئاب، وانخفاض الإنتاج (Werang et al., 2021, 524).

وعُرف بأنه متلازمة تنتج عن عدم التوافق بين الضغط الذي يتعرض له المعلمون والموارد اللازمة للتعامل مع هذا الضغط (Lauer mann & König, 2016) . كما عرفه (Faúndez et al., 2014) بأنه متلازمة غير نفسية يصاحبها (التدهور المعرفي) أي فقدان الحماس تجاه الوظيفة، و (التدهور العاطفي) أي الإجهاد النفسي، و(مواقف وسلوكيات اللامبالاة والانسحاب)، وأحياناً (المواقف المسيئة تجاه العميل) أي التراخي.

وبالرغم من عدم وجود تعريف موحد له، إلا أن هناك إجماعاً عاماً حول ما يفهم على أنه استجابة الفرد للإجهاد المزمن المرتبط بالعمل (Faúndez et al., 2014, 340) . الاحتراق النفسي لدى المعلمين

تعتبر فئة المعلمين من أكثر فئات المجتمع عرضة للاحتراق النفسي، لما يواجهونه من ضغوطٍ وتحديات مهنية، أهم منبئات الاحتراق النفسي للمعلمين، انخفاض التغذية الراجعة المتمثلة في عدم حصول المعلم على معلومات مباشرة وواضحة حول فعالية أدائه، وتضارب الدور الذي يعني حدوث متزامن لاثنتين أو أكثر من ضغوط الأدوار بحيث يؤدي الامتثال لأحدهما إلى صعوبة التوافق مع الآخر أو تعطله، وغموض الدور الذي يشير إلى الدرجة التي تفتقر إلى المعلومات الواضحة فيما يتعلق بالتوقعات المرتبطة بالدور. وقد حدد (2021 Ferraz et al.,) الأعراض الفسيولوجية والنفسية المرتبطة بالاحتراق النفسي بين المعلمين، مثل تنظيم الكورتيزول، والاكتئاب، وهو تصور أكثر سلبية للصحة الجسمية والمعرفية والفشل الذي يؤدي إلى زيادة الإلهاء وضعف الأداء، مما يؤثر على بيئة التعلم والتدخل في تحقيق الأهداف التعليمية.

وقد تبين للباحثة وجود أسباب أخرى للاحتراق النفسي لدى المعلمين مثل تجرؤ بعض الطلبة على معلمهم بدافع الحصانة التي فرضتها القوانين والتي ألزمت المعلم بعدم محاسبة الطالب مهما كان خطؤه، بل والتي تدين المعلم حال تعرضه للتحقيق. كما كان لاستعمال التابلت التعليمي أثر سيء في شخصية بعض الطلاب وعدم انتباههم أثناء الحصة، بل وتشغيل أفلام وألعاب أثناء الحصة مما أثر على جودة تواصل المعلم مع الطالب داخل الفصل وزاد من العبء النفسي لدى المعلم.

وبمراجعة الدراسات التي أجريت حول الاحتراق النفسي لدى المعلمين تبين وجود مستويات عالية من الاحتراق النفسي لدى هؤلاء المهنيين وقد تكون مرتبطة بشكل إيجابي بفقير الصحة لديهم، كما تم الوقوف على أبرز الأعراض الفسيولوجية والنفسية المرتبطة بالاحتراق النفسي لديهم مثل التصور السلبي للحالة الصحية العامة للفرد، والاضطرابات النفس جسمية، ومن تلك الدراسات، دراسة (García-Carmona et al., 2019) ، ودراسة (Alfuqaha & Alsharah, 2018).

النظريات المفسرة للاحتراق النفسي

(١) النظرية الاجتماعية المعرفية Social cognitive theory

ركزت هذه النظرية على إعطاء دور أساسي لبعض المتغيرات الفردية في تطور الاحتراق النفسي مثل (الكفاءة الذاتية - الثقة بالنفس - مفهوم الذات). لذلك تنشأ هذه المتلازمة عندما تساور العامل شكوك حول فعاليته، أو فعالية مجموعته في تحقيق الأهداف المهنية. ومن أسباب الشعور بعدم الكفاءة أو الفعالية وفقاً لهذه النظرية:

- تجارب الفشل السلبية في الماضي.
- عدم وجود نماذج مرجعية مرت بتجربة مماثلة وتغلبت عليها.
- عدم وجود دعم خارجي للعمل.
- عدم وجود ردود فعل على العمل المنجز أو الإفراط في النقد السلبي.
- الصعوبات في العمل (Edu-Valsania et al., 2022, 5).

(٢) نظرية التبادل الاجتماعي Social exchange theory

ترى هذه النظرية أن الاحتراق النفسي يحدث عندما يدرك العامل عدم المساواة بين الجهود والمساهمات المقدمة والنتائج التي تم الحصول عليها في عملهم، بمعنى نقص المعاملة بالمثل، يمكن أن يحدث الاحتراق هنا بسبب كثرة المتطلبات الشخصية التي ينطوي عليها التعامل مع العملاء والتي تصبح مرهقة نفسياً للعامل، ومن ثم لتجنب الاتصال بمصدر الإرهاق، يتم استخدام أسلوب اللامبالاة أو السخرية من العملاء كاستراتيجية للتعامل مع التوتر، مما يؤدي في

النهاية إلى انخفاض مستوى الإنجاز الشخصي وارتفاع معدل الاحتراق النفسي
(Edu-Valsania et al., 2022, 5).

(٣) النظرية التنظيمية Organizational theory

يحدث الاحتراق النفسي وفقاً لهذه النظرية نتيجة للضغوط التنظيمية مثل عبء العمل الزائد، أو غموض الدور، وبعد ذلك يظهر الأفراد انخفاضاً في التزامهم التنظيمي كاستراتيجية للتكيف، وهو ما يشبه إلى حد كبير تبدد الشخصية (اللامبالاة)، بعد ذلك سيعاني العامل من انخفاض مستوى الإنجاز الشخصي في العمل والإرهاق النفسي، مما يؤدي إلى الإصابة بمتلازمة الاحتراق النفسي
(Evenson, 2022, 8).

(٤) نظرية المتطلبات والموارد Requirements and resources theory

تفترض هذه النظرية أن الاحتراق يحدث عندما يكون هناك خلل في التوازن بين المتطلبات والموارد المستمدة من العمل، وتُعرف متطلبات العمل بأنها عوامل العمل التي تتطلب مجهوداً بدنياً أو عقلياً مستمراً وترتبط بتكاليف فيسيولوجية معينة مثل (التعب الشخصي، قلة الاهتمام) وتشمل متطلبات العمل الشائعة (عبء العمل الزائد - ضغط الوقت - الصراعات الشخصية)، وعندما يعجز العامل عن مواجهة تلك المتطلبات يتم إثارة حالة من الإرهاق. وتشير موارد العمل إلى الجوانب الجسدية أو النفسية أو التنظيمية أو الاجتماعية للعمل التي يمكن أن تقلل من متطلبات العمل والتكاليف الفسيولوجية والنفسية المرتبطة بها والتي يمكن أن تكون حاسمة في تحقيق أهداف العمل. وعندما تتجاوز المتطلبات الموارد يحدث الاحتراق النفسي (Evenson, 2022, 8).

(٥) النظرية الهيكلية Structural theory

تؤكد هذه النظرية على أن الاحتراق هو استجابة لضغوط العمل المزمنة التي تظهر عندما تفشل استراتيجيات التكيف التي يستخدمها الفرد لإدارة ضغوط العمل. في البداية سوف تؤدي ضغوط العمل إلى سلسلة من استراتيجيات التكيف. وعندما لا تنجح استراتيجيات التكيف المستخدمة في البداية، فإنها تؤدي إلى الفشل المهني، وتطور مشاعر انخفاض الإنجاز الشخصي في العمل

والإرهاق النفسي، لمواجهة هذه المشاعر فإن الشخص يطور مواقف اللامبالاة كشكل جديد من أشكال المواجهة، وفي المقابل، سيكون للإرهاق عواقب سلبية سواء بالنسبة لصحة الأفراد أو المنظمات (Perlinger, Gisch,) (Johannes, 2023, 2).

وبمراجعة تلك النظريات، وجدت الباحثة أن كل منها قد تناول الاحتراق النفسي في ضوء العوامل المؤدية لحدوثه، وبالرغم من اختلاف كل نظرية عن الأخرى، إلا أنها جميعاً نجحت في بناء نموذج متكامل لحدوث الاحتراق النفسي. وقد تبنت الباحثة نظرية التبادل الاجتماعي. وفي ضوءها وضعت مفهوم الاحتراق النفسي ومكوناته للأسباب التالية:

(١) شمولية النظرية، حيث تناولت النظرية كل مسببات الاحتراق النفسي التي حصلت عليها الباحثة أثناء دراستها الاستطلاعية والتي من أهمها افتقاد المعاملة بالمثل أو افتقاد التقدير المتوقع.

(٢) مناسبة النظرية لطبيعة العينة كمعلمين، حيث انخفاض العائد المادي مقابل ما يقدمونه من عمل (عدم المعاملة بالمثل)، كثرة الأعباء التدريسية، (ظروفهم المادية كمعلمين، وطبيعة المرحلة التدريسية بما تشمله من ضغوط قد تفوق طاقة المعلم، كثرة المتطلبات الشخصية التي ينطوي عليها التعامل مع الطلاب حيث يحتاج التعامل معهم لقوة تحمل وثبات انفعالي، الأمر الذي يصيبهم في كثير من الأحيان بالإحباط وفقدان الشغف واللامبالاة في تعاملهم مع الطلاب.

٣- الاضطرابات السيكوسوماتية: Psychosomatic Disorders

يتكون مصطلح سيكوسوماتيك من مقطعين، هما "سيكو Psycho" وتعني نفس، وكلمة "سوماتيك Somatic" وتعني الجسد، أي أنه اضطراب له بعد نفسي والآخر جسمي، ويشير إلى معاناة صاحبه من أمراض جسدية حدثت بسبب مشاكل نفسية متراكمة ولفترة طويلة.

وتسمى الاضطرابات السيكوسوماتية الآن حسب التصنيف العالمي اضطرابات انفعالية وسلوكية، ثانوية ومصاحبة لاضطرابات فسيولوجية، حيث إن لفظ سيكوسوماتية يعني ازدواجية الجسم عن النفس، وحيث إن النفس جزء من الجسم والمخ؛ ولذا لا يصح

انفصالهما. وهي اضطرابات عضوية، يلعب فيها العامل الانفعالي دوراً مهماً وقوياً وأساسياً، وعادة ما يكون ذلك من خلال الجهاز العصبي اللاإرادي (أحمد عكاشة، وطارق عكاشة، ٢٠١٨، ٦٤٤).

كما عرفت بأنها مجموعة من الأعراض والشكوى التي تكون الأعراض فيها طبية واضحة تماماً ويدخل ضمنها اضطراب أو خلل أو إصابة بعض الأعضاء أو الأجهزة في جسم المريض، ولكنها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بمتغيرات وعوامل نفسية أبرزها العوامل الدافعية، والعوامل الانفعالية والوجدانية، والضغوط البيئية. ومن أمثلتها الربو الشعبي، وقرح المعدة والأمعاء، وضغط الدم الجوهري، وأمراض الشريان التاجي، والصداع النصفي، والتهاب المفاصل الروماتيزمي، والطفح الجلدي، والأكزيما، وتضخم الغدة الدرقية. وهذه الاضطرابات تحتاج إلى علاج نفسي إلى جانب العلاج الجسدي (حسن مصطفى، ٢٠٠٣، ٢٧).

ووفقاً لقائمة كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية، فقد عرفت الاضطرابات السيكوسوماتية بأنها زملة الأعراض الجسمية التي تنشأ عن عوامل نفسية انفعالية، والتي قد تتسبب في حالة زيادة تصل شدتها إلى المعاناة من مرض حقيقي يصيب عضو أو جزء من أجزاء الجسم، أو يسبب خلل في أداء هذا العضو لوظيفته، بحيث لا يفلح في علاج هذه الأعراض وشفائها شفاءً تاماً، في حالة الاعتماد فقط على العلاج الجسدي الطويل وبدون علاج أسبابه النفسية، وتنشأ هذه الأعراض غالباً نتيجة تفاعل عوامل نفسية واجتماعية حادة مع وجود عوامل بيولوجية مهينة (محمد حسن، ٢٠١٥، ٥٦). وقد تبنت الباحثة هذا التعريف واعتمدت على قائمة كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية كأداة بحثية لاختبار صحة الفروض.

كما أنها " الاضطرابات الجسدية الناشئة عن اضطرابات نفسية، والتي يحدث فيها خلل في وظائف أعضاء الجسم نتيجة اضطرابات نفسية انفعالية مزمنة ترجع إلى عدم اتزان بيئة المريض والتي لا ينجح العلاج الجسدي بالأدوية لشفاء الحالة حتى وإن استمر هذا العلاج مدة طويلة، وإنما يحتاج الأمر إلى علاج نفسي لإزالة أسباب التوتر والانفعالات السلبية (علا عبد الباقي، ٢٠١٥، ١٠). والتفسير العلمي لكل هذه الأمراض السيكوسوماتية هو عدم القدرة على التعبير عن الانفعال بالكلمة، وتسمى ألكسيثيميا Alexithymia، ومن ثم يظهر الانفعال في هيئة أمراض جسدية، وكأنما الفرد بدلاً من البكاء بعينيه، فهو يبكي

بأحد أعضاء جسمه، مثل: الجلد، أو المعدة، أو القولون.... الخ (أحمد عكاشة، وطارق عكاشة، ٢٠١٨، ٦٤٥).

وبالرغم من تعدد التعريفات التي تناولت الاضطرابات السيكوسوماتية إلا أنها تتفق جميعاً في كونها أمراض عضوية نفسية المنشأ، لا يجدي معها العلاج الدوائي نفعاً دون العلاج النفسي. وأنها تحدث نتيجة تراكم الانفعالات غير السارة والتي يكون الفرد عاجزاً عن التعبير عنها فتختزن في الجسم متراكمة في أعضاء معينة ومع تكرار تراكمها تأتي اللحظة التي يصبح فيها المريض غير قادر على التعبير الانفعالي فيظهر هنا المرض الجسمي معبراً عن استيائه النفسي وتحمله فوق طاقته وهنا يتوجه للعلاج الطبي الذي لا يجدي نفعاً غير مدرك للسبب النفسي.

وقد يحدث خلط بين الأمراض السيكوسوماتية وبعض الاضطرابات الأخرى مثل أعراض الهستيريا التحولية، فالهستيريا التحولية حالات مرضية يحدث فيها قصور أو توقف عضوي يؤثر على وظيفة حركية إرادية أو حسية، يرتبط رمزياً بعوامل سيكولوجية: وعلى ذلك فإن الخلل العضوي يصيب جانباً حركياً (كالشلل، أو عدم التأزر، أو احتباس البول) وقد يصيب جانباً حسياً (كفقدان السمع أو الرؤية أو اللمس). وعلى ذلك فإن الفرق بين الأعراض الهستيرية والأعراض السيكوسوماتية هو أن الأمراض السيكوسوماتية تحدث كنتيجة نهائية تالية للقلق. في حين أن الأعراض الهستيرية يلاحظ أن القلق يختزل بتحوله إلى أعراض وظيفية تعبر عن نفسها في تعطل الوظيفة العضلية الإرادية أو وظيفة حواس معينة أو أجهزة حسية معينة، ولها لذلك طبيعة إرادية، في حين أن الأمراض السيكوسوماتية تحدث في أجزاء البناء الجسمي الحشوي التي تستثار بواسطة الجهاز العصبي اللاإرادي كالمعدة، والشعب الهوائية، والجلد، والشرابين، وهي أعضاء لا تخضع للتحكم الإرادي. ولذلك فإن الاختلال العضوي هنا يكون حاداً لدرجة يمكن أن تهدد الحياة على عكس الهستيريا التحولية يكون التأثير العضوي فيها أقل حدة وقد لا يكثرث بها المريض حتى ولو كانت معطلة لأعضائه عضوياً (حسن مصطفى، ٢٠٠٣، ٣٠-٣١).

كما تختلف الاضطرابات السيكوسوماتية عن توهم المرض الذي غالباً ما يكون عصابي نفسي، حيث يفترض صاحبه وجود خلل في جزء من أجزاء الجسم على الرغم من قيامه

بوظيفته بشكل سوي، وذلك عكس الأمراض السيكوسوماتية التي تكون في شكل خلل فعلي في العضو المصاب. وتتسم الأمراض السيكوسوماتية بمجموعة من الخصائص، أهمها:

- ١- وجود خلل في عضو من أعضاء الجسم، أي أن الخلل في العضو وليس الوظيفة.
 - ٢- اضطرابات نفسية المنشأ.
 - ٣- يلعب العامل الانفعالي دوراً أساسياً في ظهور أعراض الاضطرابات الجسمية أو زيادة تأثيرها.
 - ٤- هي اضطرابات أو أمراض جسمية مزمنة.
 - ٥- لا تستجيب للعلاج الدوائي بشكل كبير لأن السبب الرئيسي لها العامل النفسي وليس العضوي، لذلك فإن العلاج النفسي هو العلاج المناسب لها.
 - ٦- قد توجد الأعراض بمختلف أشكالها لدى الفرد الواحد أو تأتي بشكل متتالي.
 - ٧- ترتبط بعض الحالات بنمط معين من الشخصية، فبعض الشخصيات عرضة لهذه الاضطرابات دون غيرها.
 - ٨- غالباً ما يوجد تاريخ عائلي للإصابة بنفس الاضطراب أو ما شابه.
 - ٩- تختلف الإصابة بهذه الاضطرابات بين الجنسين اختلافاً ملحوظاً (قطب حنور، ٢٠١٩، ٦). وقد قدم أيزنك في موسوعته لعلم النفس القائمة الآتية للأمراض السيكوسوماتية: أمراض الجهاز المعدي المعوي (قرحة المعدة - اضطرابات وقرحة القولون)، أمراض الجهاز التنفسي (الربو - التهابات الأنف)، أمراض الجهاز الدوري والقلب (ضغط الدم المرتفع - انسداد الشريان التاجي-الصداع النصفي)، أمراض الجلد (الارتكازيا - التهابات الجلد العصبية - الأكزيما).
- يمكن حصر العوامل المسببة للأمراض السيكوسوماتية فيما يلي:
- ١- العامل النفسي: وهو العامل الفعال المؤثر المباشر، وقد يكون في شكل صدمات حادة غير متوقعة مثل قتل أو موت بحوادث، أو كوارث طبيعية مفاجئة كالزلازل والبراكين. وقد يكون الحرمان الشديد بسبب فقد أحد الوالدين أو الأبناء. أو تعرض الشخص لإهانة شديدة لا تغتفر.

٢- وجود ضعف تكويني في بعض أجهزة الجسم مثل المعدة، أو الأمعاء، أو المثانة. وقد يشعر المريض بوضاعة ذلك العضو فيعود ذلك الشعور على العضو بمزيد من الضعف.

٣- الأمراض السابقة لعضو معين قد يساعد على تكرار الإصابة به في وقت الشدائد النفسية والضغط العصبي.

٤- المعنى الرمزي للعضو المصاب بالنسبة لذات الشخص المصاب. فالجهاز الهضمي عند شخص ما ه معنى يختلف عن شخص آخر. كذلك العين والجلد والجهاز التنفسي.

٥- أحياناً يؤدي المرض العضوي إلى إعفاء الشخص من بعض المهام فيرتبط ذلك عند هذا الشخص بذلك المرض وأنه قد سبب له نفع أو ارتياح.

٦- قد توجد عوامل مشتركة تسبب الاضطرابات السيكوسوماتية مثل عدم النضج العاطفي، والتخوف من المسؤولية، والكبت الشديد (علا عبد الباقي، ٢٠١٥، ٦٣-٦٥). كما يؤثر نمط الشخصية تأثيراً واضحاً في حدوث الاضطرابات السيكوسوماتية خاصة نمط الشخصية (أ) المتمسم بالعدوان والتنافس والطموح وعدم التنظيم والشعور بضيق الوقت. وكذلك الصراع الانفعالي الطويل، والتجارب العاطفية والجنسية الصادمة، وكذلك الضغوط المهنية (قويدري علي، ٢٠١٦، ٤٣).

الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

إن ظروف ومتطلبات العمل التي يواجهها المعلمون في وقتنا الحالي قد تعرضهم لخطر متزايد من الأمراض النفسية والأمراض النفس جسمية، وهذا ما أكدته نتائج العديد من الدراسات والبحوث التي أجريت في هذا المجال مثل دراسة علي قويدري (٢٠١٦) التي هدفت إلى معرفة أثر كل من الجنس والطور التعليمي والخبرة المهنية في الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من المدرسين بولاية الأغواط، وبعد تطبيق مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية على (٣١٨) معلماً أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين وفقاً لمتغير الجنس، والطور التعليمي، والخبرة المهنية.

وفي دراسة، Rodríguez et al. (2008) التي هدفت الى تحديد متطلبات العمل المرتبطة بالاضطرابات السيكوسوماتية بين المعلمين العاملين في المدارس الثانوية العامة والخاصة بالمكسيك وطبقت على (٣٠٨) معلماً ارتبط القلق والاكتئاب واضطرابات النوم وصداغ التوتر بساعات طويلة وإشراف صارم ومهام متكررة ، من بين عوامل أخرى. النظريات المفسرة للاضطرابات السيكوسوماتية

يرى فرويد أن الأعراض الجسدية تقوم بدور رمزي للتعبير عن عوامل نفسية مكبوتة في اللاشعور، فإصابة عضو من أعضاء الجسم لا يعود إلى ضعفه التكويني بقدر ما يعود إلى أن وظيفة هذا العضو له علاقة بالموقف المحبط الذي سبب الاضطرابات، كأن تكون أزمة الربو عند الفرد مثلاً نداءً مكتوماً للألم أو صرخة استغاثة عندما يجد أمه منصرفه عنه أو مهملة له؛ فلذلك يحاول أن يعبر بأعضائه عن تلك المشاعر المتولدة لديه، ويلعب الاستعداد الشخصي أو الوراثي دوراً هاماً في حدوث الاضطرابات السيكوسوماتية ويتمثل في نمو الشخصية عن طريق التعلم والتشريط والاستعداد في مرحلة الطفولة التي توجه من خلالها شخصية الفرد إلى حدوث استجابات معينة، ويشارك هو في نموها (سمير سعد، وماجدة حسين، ٢٠١٠، ٣٣٥). كما فسرت الاضطرابات السيكوسوماتية في ضوء النظرية الفسيولوجية الحشوية بقيادة جيمس لانج James Lang حيث أشار إلى حدوث الانفعالات نتيجة إحساس الشخص بالتغيرات في الأوعية الدموية أو الأحشاء الداخلية، فالإحساس الحشوي الجسمي يسبق الإحساس الانفعالي. كما فسر هانز سيللي Sely الاضطرابات السيكوسوماتية في ضوء نظرية الضغوط والجسم مشيراً إلى أن الجسم يستجيب لمثيرات المشقة بردود أفعال عضوية معدة لمواجهة الخطر، مما يترتب عليه حالة من الإعياء لتلك الأعضاء، وينتج عن ذلك بعض الأعراض الفسيولوجية (السيكوسوماتية). مما سبق يمكن القول أن نظرية التحليل النفسي قد فسرت الاضطرابات السيكوسوماتية على أنها تنفيس عضوي لعوامل نفسية مكبوتة في اللاشعور، في حين فسرها جيمس لانج في ضوء توضيح العلاقة بين الموقف المنبه والاستجابة العضوية والانفعال، في حيث فسرها هانز سيللي بالإشارة إلى

استجابة الجسم لمواجهة الخطر، وترى الباحثة أن جميعها تتفق في كون الجسد يدفع ضريبة الانفعال الضار عن طريق إصابته بالأمراض السيكوسوماتية.

٤- العلاقة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين

يعتبر التدريس باعتباره جزءاً مهماً من القوى العاملة المهنية، مهنة مرهقة للغاية، مدفوعة بالمتطلبات المستمرة لتطوير عملية التعليم والنهوض بالمستوى التعليمي للطلاب، مما يزيد من حجم الأعباء والمسؤوليات الملقة على كاهل المعلمين، ويعرضهم لمزيد من الإجهاد المزمن الذي قد يفوق قدرتهم على التكيف، ويسبب لهم الإعياء النفسي الشديد، ويعطل النظم الفسيولوجية، الأمر الذي يزيد من فرص إصابتهم بالاضطرابات النفسية والجسمية التي تحدث بشكل أساسي بسبب ما يتعرض له هؤلاء المعلمون من احتراق نفسي ملحوظ (Fang, Zhoum & Xin, 2023, 2).

ويرى (Koutsimani, Montgomery, & Lainidi, 2021) أن الاحتراق النفسي باعتباره استجابة لأحداث مرهقة. واستجابة كل فرد لمثل هذه الأحداث يعتمد في المقام الأول على كيفية تقييمه لها، لذلك قد يتراوح رد فعل الشخص تجاه ضغوط العمل ما بين التحفيز البسيط إلى التحفيز الكبير، بمعنى آخر، أنه في الوقت الذي يعاني منه بعض العمال من الاحتراق النفسي، هناك آخرون لا يعانون من ذلك على الرغم من أن جميعهم يعملون في نفس بيئة العمل، وهنا يتضح أن الآلية المحتملة التي تميز رد فعل الموظفين تجاه بيئة العمل المجهددة هي سمات الشخصية، فقد تكوّن الشخصية آلية للتكيف تسمح للأفراد بالحفاظ على الموارد وحماية السلوك من الانحراف، أو يمكن أن تجعل الشخص أكثر عرضة للضغوط والاصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية معاً.

وقد لوحظ أنه مع تعرض الموظفون للضغوط، سرعان ما تسيطر عليهم بعض السمات مثل فقدان المتعة أو الاهتمام، والمزاج المكتئب، والتعب أو فقدان الطاقة، وضعف التركيز، والشعور بعدم القيمة، ومشاكل النوم، إلى غير ذلك من

السمات التي تميز الاكتئاب، ولذلك يرى البعض تشابه أعراض الاحتراق النفسي مع أعراض الاكتئاب (American Psychiatric Association, 2013) وقد توصلت نتائج بحث Bauer et al., (2005) إلى أن المعلمين المصابين بالاضطرابات السيكوسوماتية، هم أكثرهم شكوى من ضغوط العمل وتحمل مسؤولياته وأكثرهم إنهاكاً. كما أنهم أكثر من غيرهم في التغيب المتكرر من العمل، والتفكير المستمر في ترك المهنة.

ويضيف Fang et al., (2023) في دراسة أجراها حول معاناة المعلمين من الاضطرابات السيكوسوماتية إلى مساهمة الاحتراق النفسي للمعلمين في إصابتهم بالعديد من الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب والوسواس القهري. كما قد تتدخل بعض المشاعر السلبية الناتجة عن الاحتراق النفسي في الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية، كمشاعر الذنب لدى المعلمين.

فالشعور بالذنب من المشاعر السلبية التي قد تظهر بسبب المواقف السلبية التي تطورت نحو الوظيفة (Marín, Rubin, & Gilmonte, 2020). فقد يتسبب الاحتراق النفسي في التأثير السلبي على السلوك المهني للمعلمين، حيث يفسرون تجاربهم على أنها تعكس خللاً ما في الشخصية، مما يدفعهم إلى إلقاء اللوم على أنفسهم وشعورهم بالذنب لعدم أداء عملهم بشكلٍ كافٍ، فيتطور لديهم شعور بالفشل وفقدان احترام الذات، كما أنهم قد يشعرون أنهم أصبحوا متجردين من مشاعر الإنسانية، مما يقودهم إلى إعادة تأكيد التزامهم تجاه الآخرين وتحمل مسؤولية العناية بهم، الأمر الذي قد يزيد من احتمالية تعرضهم للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية (Olivares-Faúndez, 2014).

على الجانب الآخر، قد لا يؤثر الاحتراق النفسي في الشعور بالذنب لدى بعض المهنيين، حيث يدركون أن واقع مهنتهم وضعف الإمكانيات المتاحة، والضغوط المتزايدة هي التي أدت بهم إلى ما يعانونه من احتراق نفسي، ولذلك فمن المتوقع بقاء هؤلاء المهنيين في مهنتهم فترة طويلة دون تطوير مشاكل شخصية متعلقة بالإجهاد الناتج عن العمل وعدم المسؤولية والتكاسل، الأمر الذي يؤدي إلى تدهور

جودة الخدمة التي تقدمها أي مؤسسة, **Marín, Rubín, & GilmonTE**, (2020).

مما سبق، اتضح للباحثة أنه يوجد اتجاهين متعاكسين في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب، فالاتجاه الأول يرى أن الاحتراق النفسي يزيد من الشعور بالذنب نظرًا لما يخلفه من مواقف سلبية تجاه العمل مثل تبدل المشاعر، والكسل، وإهمال المهنة. وأما الاتجاه الثاني فيرى أنه على الرغم من احتراق بعض المهنيين نفسياً، إلا أنهم يرجعون ما هم فيه إلى بيئة العمل، مما لا يؤثر على شعورهم بالذنب. ولذلك فإن الباحثة في بحثها الحالي تحاول أن تثبت إحدى هذين الاتجاهين.

مما سبق عرضه يتضح أن الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين قد تحدث بسبب ما يتعرضون له من احتراق نفسي يتعلق بظروف وبيئة العمل، كما قد تحدث تلك الاضطرابات أيضاً بسبب بعض العوامل الوسيطة التي تتأثر بالاحتراق النفسي ثم تنقل ذلك الأثر إلى الاضطرابات السيكوسوماتية كالشعور بالذنب. وهذا ما تناولته دراسة **Ferraz et al., (2021)** التي أكدت الدور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية، وتؤيد الباحثة هذه المنظومة الثلاثية، وتحاول في بحثها الحالي التأكد من صحة هذه العلاقات والكشف عن نوع الوساطة.

دراسات سابقة

تمثلت في أربعة محاور رئيسية وهي:

١- دراسات سابقة تناولت العلاقة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب

اعتبر معظم الباحثين أن الاحتراق النفسي مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالشعور بالذنب، فقد أظهرت نتائج دراسة **Olivares-Faúndez (2014)** وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب، وكذلك الدور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي وتعاطي الكحول عبر دراسة طبقت فيها مقاييس الشعور بالذنب والاحتراق على عينة قوامها (260) عاملاً إدارياً في

تشيلين .كما أوصت النتائج بمراعاة تقييم الشعور بالذنب كعرض من أعراض الإرهاق النفسي.

وفي نفس السياق هدفت دراسة (Rabasa et al., 2016) إلى تحليل دور الشعور بالذنب في العلاقة بين الإرهاق والميل نحو التغيب عن العمل لدى معلمي المدارس الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (120) معلماً أسبانياً بواقع (5,31 %) من الذكور، (5,68 %) من الإناث، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الإرهاق النفسي، ومقياس عبء العمل، ومقياس الميل نحو التغيب عن العمل، أظهرت النتائج الدور الوسيط للشعور بالذنب في تفسير العلاقة بين الإرهاق والميل نحو التغيب عن العمل، كما أوصت الدراسة بأخذ الشعور بالذنب كأحد أعراض الإرهاق من أجل تشخيص أكثر موثوقية للمتلازمة وعواقبها .

٢- دراسات سابقة تناولت العلاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية.

هدفت دراسة (Cerna et al., 2022) إلى التعرف على العلاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات النفسية والأمراض الجسدية المزمنة، على عينة قوامها (١٠٩) من سكان التشيك الذين تراوحت أعمارهم ما بين ١٥ عام فما فوق، وباستخدام مقياس الشعور بالذنب ومقياس القلق، ومقياس الأمراض المزمنة، تبين وجود علاقة قوية بين الشعور بالذنب واضطراب القلق والاكتئاب وأمراض القلب والرئو واضطرابات المعدة، مما أكد العلاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية.

دراسة (Stewart et al., 2023) التي هدفت إلى التعرف على تأثير الشعور بالذنب على فسيولوجيا الأصحاء البالغين، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٩٥) من البالغين الأصحاء ممن امتدت أعمارهم الزمنية بين (١٨-٨٠) عاماً، وتم استخدام استبيان أولي حول عاداتهم ومواقفهم، متبوعاً بمقاطع فيديو مصممة لإثارة الشعور بالذنب، وأثناء مهمة الفيديو تم تسجيل نشاط الجلد، ومعدل ضربات القلب، ومعدل التنفس، ونشاط المعدة بشكل مستمر، فأشارت النتائج إلى ارتباط الشعور بالذنب بالتغيرات في نشاط المعدة، والنشاط الكهربائي للجلد، ومعدل البلع، مما أثبت وجود علاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية.

٣- دراسات سابقة تناولت العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

دراسة Bauer et al., (2005) التي هدفت إلى بحث العلاقة بين متلازمة الاحتراق النفسي، والأعراض النفسية والجسدية لدى المعلمين، وطبقت الدراسة مقياس الاحتراق، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية على (٤٠٨) معلماً بعشر مدارس من جنوب غرب ألمانيا، وأشارت النتائج إلى أن المعلمين الذين يعانون من متلازمة الاحتراق النفسي هم أكثر معاناة من الاضطرابات النفسية والجسدية عن غيرهم، كما صنّف المعلمون السلوك المدمر، والسلوك العدواني للتلاميذ على أنه عامل الضغط الأساسي بالنسبة لهم.

كما ارتبط كل من الإرهاق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية ارتباطاً إيجابياً بالرضا الوظيفي، وذلك وفقاً لنتائج دراسة Meeusen (2009) التي طبقت مقياس الاحتراق النفسي، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية ومقياس الرضا الوظيفي على عينة قوامها (923) ممرضة.

كما جاءت دراسة جيل مونتي (2011) Gill-Monte et al. التي أجريت على عينة قوامها (٧١٤) معلماً برازيليّاً من (٨) مدارس، وبعد تطبيق الأدوات المناسبة، أشارت أهم النتائج إلى أن المعلمين المتضررين من الاحتراق النفسي كانوا من أكثر المعلمين التزاماً في عملهم، ما أدى إلى إصابتهم بالاضطرابات النفسية والجسدية.

كما هدفت دراسة Ferraz et al. (2013)، إلى عمل برنامج تدريبي معرفي سلوكي لتعديل العمليات المعرفية والنفسية المتعلقة بضغط العمل على مستويات الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من المعلمين، وطُبق البرنامج على عينة تجريبية قوامها (٢٠) معلماً كمجموعة تجريبية، و(١٦) معلماً كمجموعة ضابطة، وبعد تطبيق البرنامج ومقياس الاحتراق النفسي ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية، كان للبرنامج المستخدم فعالية كبيرة في الحد من مستوى الاحتراق النفسي، والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين عينة البحث.

كما وُجِدَت دراسة (Keffane & Bouazza 2021) التي هدفت لمعرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من الأطباء الجزائريين أثناء جائحة كورونا، طبقت أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس الاحتراق، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية على عينة الدراسة قوامها (103) ، وأثبتت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين متغيري الدراسة.

وفي نفس الصدد، هدفت دراسة Fang et al., (2023) إلى دراسة الصحة النفسية لدى معلمي المرحلتين الابتدائية والثانوية في المناطق الجبلية النائية، وشارك في الدراسة (١١٠٢) معلمًا، تم تطبيق مقياس الاحتراق النفسي، وقائمة الأعراض النفسية، وتوصلت الدراسة إلى معاناة نسبة كبيرة من المعلمين من الاضطرابات السيكوسوماتية، وكانت أكثر الاضطرابات النفسية انتشارًا الوسواس القهري، والاكتئاب، والقلق، والذهان.

٤- دراسات سابقة تناولت العلاقة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية.

اعتُبر الاكتئاب والاضطرابات السيكوسوماتية بمثابة عواقب لأعلى مستويات مشاعر الذنب المتعلقة بالاحتراق النفسي، وذلك في دراسة أجراها (Marín et al., 2020) على (٣٧٢) طبيب تخدير ، طُبِقَ عليهم مقياس الاحتراق النفسي، ومقياس الاكتئاب، ومقياس الاضطرابات السيكوسوماتية.

كما هدفت دراسة Ferraz et al., (2021) إلى بحث دور الوساطة للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، وإجراء التحقق عبر الثقافات للنموذج متعدد الأبعاد بواسطة جيل مونتي في عينتين من المعلمين (البرتغالية ، والأسبانية). وقد تكونت عينة الدراسة من (١,٢٦٦) معلمًا، (١٠٦٢) من إسبانيا، (٢٠٤) من البرتغال. تم قياس الاحتراق النفسي. تم اختبار الفرضيات معًا في نموذج المسار. تقدم النتائج التي تم الحصول عليها دليلًا تجريبيًا على دور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين متلازمة الاحتراق النفسي والاضطرابات النفسية الجسدية في عينة المعلمين من إسبانيا

والبرتغال، كما أنها تساهم في التحقق التجريبي من النموذج بواسطة جيل مونتي. كما تشير النتائج إلى أنه يجب إدراج الشعور بالذنب كأحد أعراض الاحتراق النفسي. تعليق على البحوث والدراسات السابقة:

ينتضح من عرض البحوث والدراسات السابقة تنوعها من حيث الأهداف؛ فبعضها ركز على العلاقة بين متغيرين فقط من متغيرات البحث الحالي؛ كدراسة العلاقة بين الاحتراق النفسي والشعور بالذنب، في حين ركز البعض الآخر على فحص العلاقة بين الشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية، كما ركزت دراسات أخرى على العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية وقد استفادت الباحثة من تلك الدراسات في عمل منظومة ارتباطية جمعت بين الثلاث متغيرات لاختبار الدور الوسيط للشعور بالذنب في تفسير العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية، خاصة بعد تأكدها من وجود دراسات جمعت بين كل متغيرين على حدة.

كما يظهر تنوع عينات الدراسات السابقة، وقد كانت عينة المعلمين هي الأكثر وجوداً في تلك الدراسات، وامتدت الأعمار الزمنية ما بين (١٨-٨٠) عاماً، مما أفاد الباحثة في تعميم نتائج تلك الدراسات على عينة البحث الحالي، حيث تشترك في نفس الخصائص النفسية والشخصية والاجتماعية، كما استفادت الباحثة من أدوات تلك الدراسات في إعداد أدوات دراستها الحالية.

فروض البحث

بعد تأكد الباحثة من عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغيرات البحث الثلاث (الاحتراق النفسي - الشعور بالذنب - الاضطرابات السيكوسوماتية) وفقاً لمتغير المرحلة التدريسية (ابتدائي - إعدادي - ثانوي) لدى المعلمين، سعى البحث الحالي للتحقق من قبول أو رفض الفروض التالية:

- ١- تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالشعور بالذنب لدى المعلمين.
- ٢- تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.
- ٣- تنبئ بعض أبعاد الشعور بالذنب بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

٤- الشعور بالذنب يتوسط العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين.

إجراءات البحث:

- منهج البحث: استخدم البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي في دراسة دور الشعور بالذنب كوسيط في تأثير الاحتراق النفسي على تأثير اضطرابات السيكوسوماتية باعتباره المنهج الملائم للتعرف على طبيعة تأثير الاحتراق النفسي في الاضطرابات السيكوسوماتية بصورة مباشرة أو بصورة غير مباشرة (من خلال وجود الشعور بالذنب كمتغير وسيط).

- عينة البحث: تكونت عينة البحث من بعض معلمي مدارس أبوحاماد والقطاوية والزقازيق بمحافظة الشرقية والعاملين بالمراحل (الابتدائية - الإعدادية - الثانوية) خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣ م. أما عينة البحث الاستطلاعية فتكونت من (٥٠) معلماً من الثلاث مراحل التعليمية، في حين تكونت عينة الخصائص السيكومترية من (١٠٤) معلماً، أما عينة البحث الأساسية فتكونت من عينة قوامها (٣٠١) من المعلمين العاملين ب (١٣) مدرسة بمركز أبوحاماد بمحافظة الشرقية، وتوزيعها كالتالي: مدرسة (الثانوية العسكرية بنين، والسادات الإعدادية، والإعدادية بنات، والوادي الغربي الرسمية للغات، والوادي الشرقي للتعليم الأساسي)، ومدارس القطاوية بمركز أبوحاماد التالية (الثانوية العسكرية بنين ، السادات الإعدادية، والإعدادية بنات، والوادي الغربي الرسمية للغات، والوادي الشرقي للتعليم الأساسي)، ومدارس القطاوية (الإعدادية بنات، والإعدادية بنين، والجمهورية الابتدائية، والثورة الابتدائية، والشهيد صادق الابتدائية، ومدرسة التعليم الأساسي المشتركة)، بواقع (١٤٦) معلماً بالمرحلة الابتدائية (٩٧ من الإناث، ٤٩ من الذكور)، (٧١) معلماً بالمرحلة الإعدادية (٥٠ من الإناث، ٢١ من الذكور)، (٨٤) معلماً بالمرحلة الثانوية (٣٥ من الإناث، ٤٨ من الذكور) ، وقد تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٥ - ٥٩) عاماً، بمتوسط أعمار بلغ (٤٤)، وانحراف معياري (٧,٢٨٤). والجدول التالي رقم (١) يوضح وصف العينة الأساسية.

جدول (١)
وصف عينة البحث الأساسية

	المرحلة			Total
	ابتدائي	اعدادي	ثانوي	
انثى النوع	97	50	35	182
ذكر النوع	49	21	48	118
Total	146	71	84	301

- أدوات البحث:

(١) مقياس الشعور بالذنب (إعداد الباحثة)

لإعداد هذا المقياس قامت الباحثة بإجراء مسح لعدد من المقاييس العربية والأجنبية المنشورة فيما يخص قياس الشعور بالذنب مثل:

(١) بعد مشاعر الذنب في مقياس الاكتئاب متعدد الأبعاد (الصورة المختصرة) والذي وضعه *Brendt, D et al., (1984)* وأعدده للعربية محمد السيد عبدالرحمن.

(٢) مقياس الشعور بالذنب والعار من إعداد كوهين *Cohen (٢٠١١)*، مكون من (١٦) مفردة، موزعة على أربعة أبعاد هي (تقييم السلوك السلبي للذنب، إصلاح الذنب، التقييم السلبي للخجل، الانسحاب من العار)، وكانت الاستجابة عليه وفقاً لمدرج سباعي، وقد تمتع المقياس بثبات وصدق مقبولين.

- كما تم الاستعانة بالأطر النظرية، وتم تحديد ثلاثة أبعاد لقياس الشعور بالذنب والتي تم استخدامها في البحث الحالي وهي: الشعور بالذنب تجاه الطلاب، والشعور بالذنب تجاه الذات، وعواقب الشعور بالذنب، ثم تم صياغة (٣٤) عبارة، روعي تمثيلها للأبعاد الثلاثة، وكانت جميعها في الاتجاه السالب، ماعدا عبارتين كانتا في الاتجاه الموجب، ويجب عليها باختيار استجابة واحدة من ثلاث استجابات: تنطبق تماماً، تنطبق بدرجة متوسطة، ولا تنطبق على الإطلاق، وتعطى الدرجات (٣، ٢، ١) على الترتيب، وللتأكد من صلاحية هذه العبارات تم عرضها على المحكمين، وتم تطبيقها على عينة حساب الثبات والصدق، وقامت الباحثة بالإجراءات التالية:

- العرض على المحكمين: تم عرض العبارات والتعريفات الإجرائية لأبعاد الشعور بالذنب على عدد من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي، وفي ضوء آرائهم تم تعديل بعض العبارات، مثل: عبارة رقم (١) من (أشعر بالندم على تقصيري في

حق طلابي) إلى (أندم على تقصيري في حق طلابي)، كما تم حذف عبارتين من بعد عواقب الشعور بالذنب ليصبح المقياس بعد التحكيم مكوناً من (٣٢) عبارة تقيس ثلاثة أبعاد. ثم تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس وفقاً لما يلي: -

(أ) حساب الثبات:

تم حساب معامل الثبات لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين وأبعاده الفرعية باستخدام معامل ألفا لـ "كرونباخ" Cronbach's Alpha لمفردات كل بعد فرعي على حدة وذلك (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة). والجدول (١) يوضح ذلك:

جدول (١):

معاملات ألفا لثبات مقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين وأبعاده الفرعية

مقياس الشعور بالذنب					
نتائج الشعور بالذنب		الشعور بالذنب تجاه الذات		الشعور بالذنب تجاه الطلاب	
معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة
٠.٨١٨	٣	٠.٨١١	٢	٠.٨٣٢	١
٠.٨١٨	٦	٠.٨٢٨	٥	٠.٨٣٥	٤
٠.٨١٩	٩	٠.٧٩٣	٨	٠.٨٣٧	٧
٠.٨١٨	١٢	٠.٨١٥	١١	٠.٨٤٥	١٠
٠.٨١٩	١٥	٠.٨٠٣	١٤	٠.٨٣٤	١٣
٠.٨٠٥	١٨	٠.٨٠٢	١٧	٠.٨٣٣	١٦
٠.٨١٢	٢١	٠.٨٢٧	٢٠	٠.٨٣٨	١٩
٠.٨١٩	٢٤	٠.٨١٨	٢٣	٠.٨٣٨	٢٢
٠.٧٩٤	٢٧	٠.٧٩٦	٢٦	٠.٨٣٢	٢٥
٠.٨٠٢	٢٩			٠.٨٣٠	٢٨
٠.٨٠٧	٣٠				
٠.٨١٠	٣١				
٠.٨٠٦	٣٢				
٠.٨٢٣		٠.٨٢٨		٠.٨٤٩	
معامل ألفا العام					

ينتضح من الجدول (١): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، أي أن جميع المفردات ثابتة، حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي

تتنمي إليه المفردة، ومن ثم تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس، وقد بلغ الثبات الكلي للمقياس (٠.٩٣٠).

- الثبات الكلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين:

تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين، وذلك للمفردات التي تم الإبقاء عليها، بثلاث طرق الأولى: هي حساب معامل ألفا لـ "كرونباخ"، والثانية: هي حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ "سبيرمان/ براون"، والثالثة: طريقة جتمان، فكانت النتائج كما بالجدول (٢) التالي:

جدول (٢)

معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين

معامل الثبات		أبعاد مقياس الشعور بالذنب	
معامل الثبات	التجزئة النصفية وتصحيح سبيرمان / براون	ألفا لـ كرونباخ	م
٠.٨٨٨	٠.٨٨٨	٠.٨٤٩	١ الشعور بالذنب تجاه الطلاب
٠.٨١٣	٠.٨٢٢	٠.٨٢٨	٢ الشعور بالذنب تجاه الذات
٠.٨٣٥	٠.٨٣٩	٠.٨٢٣	٣ نتائج الشعور بالذنب
٠.٩١١	٠.٩١٤	٠.٩٣٠	الثبات الكلي للمقياس

يتضح من الجدول (٢): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس الشعور بالذنب والثبات الكلي له بالثلاثة طرق مرتفعة، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين، وكذلك المقياس ككل.

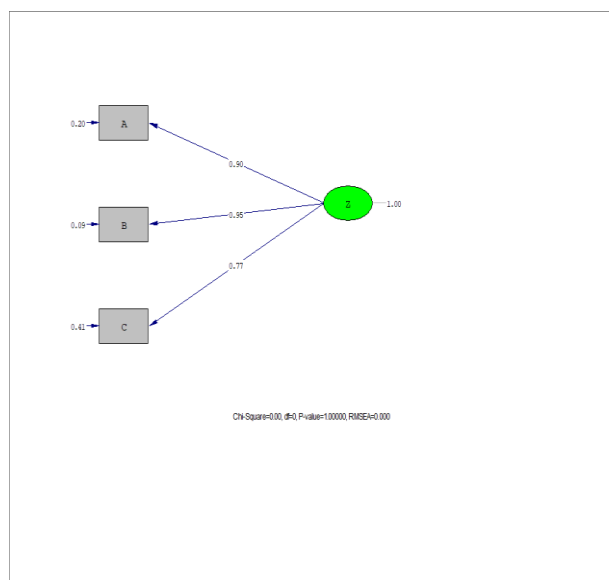
(ب) حساب الصدق: تم حساب صدق مقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين بطريقتين:

- الطريقة الأولى لحساب الصدق: صدق المحك الخارجي، وذلك باستخدام مقياس الشعور بالذنب (إعداد: آمال عبدالسميع باظة، ١٩٩٦)، والذي تكون من (٦٤) مفردة، يتم الإجابة عنها بأربعة مستويات هي (أبداً - أحياناً - بدرجة متوسطة - دائماً) ، تقابلها الدرجات التالية (٠ - ١ - ٢ - ٣) ، وهو يقيس الشعور بالذنب لدى الأفراد تجاه الآخرين، وتجاه الذات، وآثاره على العلاقة بين الفرد والمجتمع من حوله، وآثاره على دافعيته للعمل وأمله في الحياة.. وقد قامت معدة المقياس بحساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق على عينة من طلاب

كلية التربية كفر الشيخ السنة الأولى (٣٠) طالباً، (٣٠) طالبة بفاصل زمني شهرين، ووصل معامل الثبات إلى (0,75 ، 0,69).

قامت الباحثة الحالية بتطبيق ذلك المقياس على عينة مقدارها (١٠٠) معلم بمركز أبوحماد، محافظة الشرقية، وكان معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياسين مساوٍ ٠.٧١٣ وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠٠١، مما يدل على صدق المقياس.

- الطريقة الثانية لحساب الصدق من خلال حساب الصدق العاملي للمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي **Confirmatory Factor Analysis** باستخدام البرنامج الإحصائي "ليزرل ٨.٨" (LISREL 8.8)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس الشعور بالذنب تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



شكل (١) تشبعت الأبعاد الفرعية بالعامل الكامن الواحد "الشعور بالذنب لدى المعلمين". ويوضح المسار التخطيطي في الشكل رقم (٦) تشبعت المتغيرات المشاهدة الثلاثة بالعامل الكامن (الشعور بالذنب) وهي القيم قرينة الأسهم الخارجة من العامل الكامن إلى المتغيرات المشاهدة (a1-a2-a3) المقابلة للأبعاد الثلاثة على التوالي، وقد حظى نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن

المطابقة، حيث كانت قيمة χ^2 غير دالة إحصائياً؛ مما يشير إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات، كما أن قيم بقية مؤشرات المطابقة وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيد للبيانات موضع الاختبار ويؤكد قبول هذا النموذج (عزت عبدالحميد محمد ، ١١٩، ٢٠١٦). بينما يوضح الجدول (٢٠) التالي: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الشعور بالذنب، وتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن العام وقيمة (ت) والخطأ المعياري:

جدول (٤)

ملخص نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الشعور بالذنب.

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالاتها الإحصائية
الشعور بالذنب	الشعور بالذنب تجاه الطلاب	0.897	0.0794	**١١.٢٩٨
	الشعور بالذنب تجاه الذات	0.953	0.0766	**١٢.٤٣٨
	عواقب الشعور بالذنب	0.771	0.0848	**٩.٠٩٣

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٤): أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الثلاثة (التشبعات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد الثلاثة للمشاهدة لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين، ومن هنا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء التحتي لهذا المقياس، وأن الشعور بالذنب عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حوله العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة لها: (الشعور بالذنب تجاه الطلاب - الشعور بالذنب تجاه الذات - عواقب الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب). كما كانت قيمة χ^2 غير دالة إحصائياً وتساوى (٠,٠٠) ودرجات الحرية تساوى (٠,٠٠) مما يعبر عن مطابقة تامة للبيانات.

(ج) الاتساق الداخلي: تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين عن طريق معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (٥) ذلك:

جدول (٥)

الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين وأبعاده الفرعية

مقياس الشعور بالذنب

الشعور بالذنب لدى الطلاب		الشعور بالذنب لدى الطلاب		عواقب الشعور بالذنب	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	**٠.٦٩٩	٢	**٠.٦٥٤	٣	**٠.٤٦٢
٤	**٠.٦٧١	٥	*٠.٣٦٦	٦	**٠.٤٦٩
٧	**٠.٦٣٧	٨	**٠.٧٦٦	٩	**٠.٤٦٨
١٠	**٠.٥٥٠	١١	**٠.٦١٦	١٢	**٠.٥٠٩
١٣	**٠.٦٥٦	١٤	**٠.٧٢٠	١٥	**٠.٥١٨
١٦	**٠.٦٧٤	١٧	**٠.٧٢٩	١٨	**٠.٦٣٦
١٩	**٠.٦٢٠	٢٠	**٠.٥٤٧	٢١	**٠.٥٥٥
٢٢	**٠.٦٣١	٢٣	**٠.٥٨٧	٢٤	**٠.٥١٥
٢٥	**٠.٦٨٧	٢٦	**٠.٧٦٠	٢٧	**٠.٧٤٤
٢٨	**٠.٦٩٨			٢٩	**٠.٦٧٧
				٣٠	**٠.٦١٧
				٣١	**٠.٥٧٩
				٣٢	**٠.٦٣٣

** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٥): أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة إحصائياً، مما يدل على الاتساق الداخلي لمقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين، وجميع أبعاده الفرعية. كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٦) يوضح ذلك:

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد الشعور بالذنب	الشعور بالذنب تجاه الذات	الشعور بالذنب تجاه الطلاب	عواقب الشعور بالذنب
الدرجة الكلية	**٠.٩٢٩	**٠.٩٢٩	**٠.٨٦١

(**) دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول (٦): أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس داله إحصائيًا، مما يدل على اتساق جميع أبعاد مقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين ككل وجميع أبعاده الفرعية.

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس الشعور بالذنب والاتساق الداخلي له، وصلاحيته لقياس الشعور بالذنب لدى عينة البحث، حيث تكون المقياس في صورته النهائية من (٣٢) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الثلاثة، والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧)

توزيع مفردات مقياس الشعور بالذنب لدى المعلمين على الأبعاد الفرعية في الصورة النهائية.

م	الأبعاد الفرعية لمقياس الشعور بالذنب	عدد المفردات	أرقام المفردات
١	الشعور بالذنب تجاه الطلاب	١٠	١-٤*٧-١٠-١٣-١٦-١٩-٢٢-٢٥-٢٩
٢	الشعور بالذنب تجاه الذات	٩	٢-٥*٨-١١-١٤-١٧-٢٠-٢٣-٢٦
٣	عواقب الشعور بالذنب	١٣	٣-٦-٩-١٢-١٥-١٨-٢١-٢٤-٢٧-٣٠-٣٣-٣٦
	العدد الكلي للمفردات	٣٢	

* تشير إلى أرقام العبارات في الاتجاه المعاكس (الاتجاه الموجب)

(٢) مقياس الاحتراق النفسي (إعداد: الباحثة)

لإعداد هذا المقياس قامت الباحثة بإجراء مسح لعدد من المقاييس الأجنبية

المنشورة فيما يخص قياس الاحتراق النفسي مثل:

١- مقياس الاحتراق النفسي ل ماسلاش (النسخة الأخيرة الخاصة بالمعلمين) ترجمة العزيز

وردة (٢٠١٦)، وهو المقياس الأكثر استخداما لقياس الاحتراق النفسي، وذلك لأنه

استعمل في عدة دراسات علمية، مما أدى إلى التحقق من صدقه وثباته في عدة دراسات

وهو مقياس مكون من (٢٢) مفردة، موزعين على ثلاثة أبعاد (الإرهاق العاطفي، تبديد الشخصية، الإنجاز الشخصي)، ويستجيب المعلم وفقاً لتدرج سباعي (أبدأ - بضع مرات في السنة - مرة في الشهر أو أقل، بضع مرات في الشهر، مرة كل أسبوع، بضع مرات في الأسبوع، كل يوم تقريباً)، وقد تمتع المقياس بمؤشرات ثبات ودلائل صدق مقبولين.

٢- وكذلك استعانت الباحثة باستبانة لتقييم متلازمة الاحتراق النفسي، من إعداد جيل مونتي Gil-Monte (٢٠١١)، حيث تكونت من (٢٠) عبارة، موزعة على أربعة أبعاد وهي (الحماس للعمل، الإرهاق النفسي، اللامبالاة، الذنب)، وتكون الاستجابة وفقاً لتدرج خماسي انحصرت بين (كثير جداً -أبدأ)، وقد تمتع المقياس من قبل الباحث بثبات وصدق مقبولين.

- كما استعانت الباحثة بالأطر النظرية ذات الصلة، وتم تحديد ثلاثة أبعاد لقياس الاحتراق النفسي والتي تم استخدامها في البحث الحالي وهي: التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس، ومواقف المعلم تجاه الطلاب، وتقييم الدعم الإداري، ثم تم صياغة (٣٠) عبارة كصورة أولية للمقياس، روعي تمثيلها للأبعاد الثلاثة، ويجب عليها باختبار استجابة واحدة من ثلاث استجابات: تنطبق تماماً، تنطبق بدرجة متوسطة، ولا تنطبق على الإطلاق، وتعطى الدرجات (٣، ٢، ١) على الترتيب، وللتأكد من صلاحية هذه العبارات تم عرضها على المحكمين، وتم تطبيقها على عينة حساب الثبات والصدق، وقامت الباحثة بالإجراءات التالية:

العرض على المحكمين: تم عرض العبارات والتعريفات الإجرائية لأبعاد الاحتراق النفسي على عدد من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس التربوي، وفي ضوء آرائهم تم تعديل بعض العبارات، مثل: عبارة رقم (٣) من (يحزنني عدم مساعدة المسؤولين بالمدرسة) إلى (أفتقد لمساعدة المسؤولين لي بالمدرسة)، كما تم حذف عبارة من بعد تقييم الدعم الإداري ليصبح المقياس بعد التحكيم مكوناً من (٢٩) عبارة تقيس ثلاثة أبعاد. ثم تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس وفقاً لما يلي: -

ثبات وصدق مقياس الاحتراق النفسي والاتساق الداخلي على عينة البحث الحالي:

- (أ) حساب الثبات:

تم حساب معامل الثبات لمقياس الاحتراق النفسي باستخدام معامل ألفا لـ "كرونباخ" Cronbach's Alpha للمقياس ككل وذلك (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس). والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨)

معاملات ألفا لثبات مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين وأبعاده الفرعية

مقياس الاحتراق النفسي					
تقييم الدعم الإداري		مواقف المعلم تجاه الطلاب		التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس	
معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة
٠.٨٥٤	٣	٠.٨٥٠	٢	٠.٨٨٩	١
٠.٨٥٣	٦	٠.٨٥٣	٥	٠.٨٨٦	٤
٠.٨٥٣	٩	٠.٨٤٥	٨	٠.٨٨٩	٧
٠.٨٥٦	١٢	٠.٨٥٩	١١	٠.٨٨٢	١٠
٠.٨٥٠	١٥	٠.٨٣٧	١٤	٠.٨٨٤	١٣
٠.٨٦٢	١٨	٠.٨٥٢	١٧	٠.٨٨٢	١٦
٠.٨٦٧	٢١	٠.٨٤١	٢٠	٠.٨٨٣	١٩
٠.٨٥٢	٢٤	٠.٨٥٥	٢٣	٠.٨٩٠	٢٢
٠.٨٤٥	٢٧	٠.٨٤١	٢٦	٠.٨٩٣	٢٥
				٠.٨٨٧	٢٨
				٠.٨٩٠	٢٩
٠.٨٦٩		٠.٨٦٣		٠.٨٩٦	معامل ألفا العام

يتضح من الجدول (٨): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، أي أن جميع المفردات ثابتة، حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، وقد بلغ الثبات الكلي للمقياس (٠.٩٣٢).

- الثبات الكلي لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين.

تم حساب الثبات الكلي لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين، وذلك للمفردات التي تم الإبقاء عليها، بثلاث طرق الأولى: هي حساب معامل ألفا لـ "كرونباخ"، والثانية: هي حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ "سبيرمان/ براون"، والثالثة: طريقة جتمان، فكانت النتائج كما بالجدول (٩) التالي:

جدول (٩)

معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين

معامل الثبات			أبعاد مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين
التجزئة النصفية وتصحيح سبيرمان / براون	ألفا ل-كرونباخ	جتمان	
٠.٩٠٤	٠.٨٩٦	٠.٩٠٧	التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس
٠.٨٥٨	٠.٨٦٣	٠.٨٧٩	مواقف المعلم تجاه الطلاب
٠.٨٣٥	٠.٨٦٩	٠.٨٥٧	تقديم الدعم الإداري
٠.٩٢٩	٠.٩٣٢	٠.٩٢٩	الثبات الكلي للمقياس

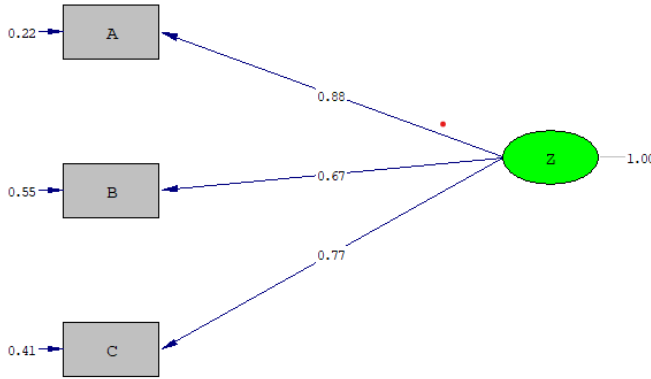
يتضح من الجدول (٩): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي والثبات الكلي له بالثلاث طرق مرتفعة، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين، وكذلك المقياس ككل.

(ب) حساب الصدق:

تم حساب صدق مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين بطريقتين

- الطريقة الأولى لحساب الصدق: صدق المحك الخارجي، وذلك باستخدام مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين (إعداد: عادل عبدالله، ١٩٩٨)، والمكون من (٢١) عبارة، موزعة على أربعة أبعاد. طُبق على عينة الخصائص السيكومترية للبحث، وكان معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمقياسين مساوٍ ٠.٧٧٠ وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠.٠٠٠١، مما يدل على صدق المقياس.

- الطريقة الثانية لحساب الصدق من خلال حساب الصدق العاملي لمقياس الاحتراق النفسي عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي **Confirmatory Factor Analysis** باستخدام البرنامج الإحصائي "ليزرل ٨.٨" (LISREL 8.8)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث تم افتراض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس الاحتراق النفسي تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

شكل (٢) تشبعات الأبعاد الفرعية بالعامل الكامن الواحد "الاحتراق النفسي".

ويوضح المسار التخطيطي في الشكل رقم (٥) تشبعات المتغيرات المشاهدة الثلاثة بالعامل الكامن (الاحتراق النفسي) وهي القيم قرينة الأسهم الخارجة من العامل الكامن الى المتغيرات المشاهدة (a1-a2-a3) المقابلة للأبعاد الثلاثة على التوالي، وقد حظى نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن المطابقة، حيث كانت قيمة χ^2 غير دالة إحصائياً؛ مما يشر إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات، كما أن قيم بقية مؤشرات المطابقة وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيد للبيانات موضع الاختبار ويؤكد قبول هذا النموذج (عزت عبد الحميد محمد حسن، ١١٩، ٢٠١٦).

بينما يوضح الجدول (١١) التالي: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس

الاحتراق النفسي، وتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن العام وقيمة (ت) والخطأ المعياري:

جدول (١١)

ملخص نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي.

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعياري لتقدير التشبع	قيم "ت" ودالاتها الإحصائية
الاحتراق النفسي	التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس	0.884	0.092	**٩.٥٥٩
	مواقف المعلم تجاه الطلاب	0.670	0.095	**٧.٠٤٨
	تقييم الدعم الإداري	0.767	0.094	**٨.١٥١

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١١): أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الثلاثة (التشبعات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد الثلاثة المشاهدة لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين، ومن هنا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قوياً على صدق البناء التحتي لهذا المقياس، وأن الاحتراق النفسي لدى المعلمين عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة لها: (التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس - مواقف المعلم تجاه الطلاب - تقييم الدعم الإداري)، كما كانت قيمة كا^٢ غير دالة إحصائياً وتساوى (٠,٠٠٠) ودرجات الحرية تساوى (٠,٠٠٠) مما يعبر عن مطابقة تامة للبيانات.

(ج) الاتساق الداخلي:

- تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين عن طريق معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (١٢) ذلك:

جدول (١٢)

الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين وأبعاده الفرعية

مقياس الاحتراق النفسي					
تقييم الدعم الإداري		مواقف المعلم تجاه الطلاب		التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس	
معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
**٠.٧٠٢	٣	**٠.٦٨٢	٢	**٠.٦٦٥	١
**٠.٧١٣	٦	**٠.٦٤٢	٥	**٠.٧١٠	٤
**٠.٧٢٧	٩	**٠.٧١٤	٨	**٠.٦٦٥	٧
**٠.٦٩٦	١٢	**٠.٦٣٥	١١	**٠.٧٧٥	١٠
**٠.٧٤٢	١٥	**٠.٧٨٦	١٤	**٠.٧٤٥	١٣
**٠.٦١٩	١٨	**٠.٦٤٩	١٧	**٠.٧٧٦	١٦
**٠.٥٩٢	٢١	**٠.٧٥٧	٢٠	**٠.٧٦٠	١٩
**٠.٧٢١	٢٤	**٠.٦٤٧	٢٣	**٠.٦٦٣	٢٢
**٠.٧٨٤	٢٧	**٠.٧٥٣	٢٦	**٠.٦١٨	٢٥
				**٠.٦٨٨	٢٨
				**٠.٦٦١	٢٩

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (١٣) يوضح ذلك:

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس.

تقييم الدعم الإداري	مواقف المعلم تجاه الطلاب	التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس	أبعاد المقياس
**٠.٨٥٩	**٠.٧٣٩	**٠.٩١٣	الدرجة الكلية

(**) دالة عند مستوى (٠.٠١)

يتضح من الجدول (١٣): أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس داله إحصائياً، مما يدل على اتساق جميع مفردات مقياس الاحتراق النفسي ككل وجميع أبعاده الفرعية.

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين والاتساق الداخلي له، وصلاحيته لقياس الاحتراق النفسي لديهم، حيث يتكون المقياس في صورته النهائية من (٢٩) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الثلاثة، والجدول (١٤) يوضح ذلك:

جدول (١٤)

توزيع مفردات مقياس الاحتراق النفسي لدى المعلمين على الأبعاد الفرعية في الصورة النهائية.

م	أبعاد مقياس	عدد المفردات	أرقام المفردات
١	التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس	١١	١-٤-٧-١٠-١٣-١٦-١٩-٢٢-٢٥-٢٨-٢٩
٢	مواقف المعلم تجاه الطلاب	٩	٢-٥-٨-١١-١٤*١٧-٢٠-٢٣-٢٦
٣	تقييم الدعم الإداري	٩	٣-٦-٩-١٢-١٥-١٨-٢١-٢٤*٢٧
	العدد الكلي للمفردات		٢٩

* تشير إلى أرقام العبارات في الاتجاه المعاكس (الاتجاه الموجب)

(٣) اختبار كورنل للاضطرابات السيكوسوماتية Cornell Index

تكون المقياس في صورته النهائية من (٨٢) مفردة، ويتم تصحيحه بجمع التقديرات للبنود ال (٨٢) التي يتكون منها المقياس، ويتم تقدير كل مفردة على مقياس من نقطتين هما (٠، ١) ويعطى تقدير صفر (٠) لمن يجيب ب (لا)، وتقدير (١) لمن يجيب ب (نعم). وفيه يكون السؤال الأول عبارة عن سؤال تمهيدي، ومن (٢-١٩) أسئلة حول عدم التوافق، ومشاعر الخوف، (٢٠-٢٦) استجابات باثولوجية وخاصة بالاكتئاب، (٢٧-٣٣) استجابات عصبية وقلق، (٣٤-٣٨) أعراض سيكوسوماتية، (٣٩-٤٦) استجابات الذعر الباثولوجية، (٤٧-٦١) أعراض سيكوسوماتية أخرى، (٦٢-٦٦) الأعراض السيكوسوماتية الخاصة بالمعدة والأمعاء، (٦٧-٨٢) الشك والحساسية المفرطة.

ثبات وصدق مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية على عينة البحث الحالي: تم حساب ثبات المقياس من خلال حساب ثبات عبارات وأبعاد الاضطرابات السيكوسوماتية، حيث تم حساب معامل "ألفا كرونباخ" وتم حذف المفردات الآتية (٣، ١٨، ٢٢، ٢٤، ٣٨، ٤٥، ٤٦، ٤٨، ٥٨، ٤٧، ٦٢، ٦٩، ٧٤) حيث كانت قيم معاملات ألفا للعبارات السالفة الذكر أعلى من معامل ألفا العام للبعد الذي تنتمي إليه كل عبارة، وهذا يدل على عدم ثباتهم مما أدى لحذفهم وأصبح عدد العبارات (٧٠) عبارة فقط، وقد انحصرت قيم ألفا للثمانية أبعاد ما بين (0,594 - 0,871) وكانت قيمة معامل ألفا للمقياس ككل ٠,٩٥٢، كما تم حساب ثبات المقياس ككل بطريقة التجزئة النصفية (سبيرمان، جتمان)، وكانت (٠,٩١٠ - ٠,٩٠٦) على التوالي، وهي معاملات مرتفعة تدل على ثبات المقياس ككل .

- كما تم حساب الصدق عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجات كل عبارة والدرجات الكلية للمكون الذي تنتمي إليه (مع حذف درجة العبارة من الدرجة الكلية في كل مرة)، وكانت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً (انحصرت بين ٢١٧، ٧٤٦)، وهذا يدل على صدق (٧٠) عبارة.

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

نتائج الفرض الأول ومناقشته وتفسيره:

- ينص الفرض الأول على: "تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالشعور بالذنب لدى المعلمين"

تم اختبار هذا الفرض باستخدام تحليل الانحدار المتعدد التدريجي **Stepwise Multiple Regression analysis** حيث تم ادراج المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار "خطوة خطوة" **Step by Step** ، ويذكر (عزت عبد الحميد حسن، ٢٠١٦، ٤٣٨) ان طريقة تحليل الانحدار المتعدد التدريجي او "طريقة الخطوات المتتالية" هي الطريقة الأفضل والأكثر استخداماً، حيث تبدأ بإدراج أقوى المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار. وقد اسفرت نتائج تحليل الانحدار عن إدراج "مواقف المعلم تجاه الطلاب" باعتباره أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً علي المتغير التابع "الشعور بالذنب"، ولم يُدرج (تم استبعاد) باقي أبعاد الاحتراق النفسي (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريس - تقييم الدعم الإداري) نظراً لتأثيرها الضعيف غير الدال احصائياً علي المتغير التابع، أو لأنه يفسر كمية ضئيلة جداً من التباين في درجات المتغير التابع، حيث اتضح ان الارتباط الجزئي بين التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريس وبين الشعور بالذنب قيمته (٠.٠٨٢) وهي غير دال احصائياً (٠.١٥٦)، كما ان الارتباط الجزئي بين تقييم الدعم الإداري وبين الشعور بالذنب قيمته (٠.٠٩٢) وهي غير دالة إحصائياً (٠.١١٣) ويتضح النتائج في الجداول التالية :

جدول (١٥)

نتائج تحليل التباين لاختبار دلالة الانحدار المتدرج للتنبؤ بالشعور بالذنب من أبعاد الاحتراق النفسي

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل الارتباط (معامل التحديد)	مربع معامل التحديد
المنسوب إلي الانحدار	١٥٥١.٧٦٧	١	١٥٥١.٧٦٧	٨.٨٠٢	٠.٠٠٣	٠.١٦٩	٠.٠٢٩	٠.٠٢٥
البواقي	٥٢٧١٤.٣٢٠	٢٩٩	١٧٦.٣٠٢					
الكلية	٥٤٢٦٦.٠٨٦	٣٠٠						

يتضح من الجدول رقم (١٥) أن قيمة ف = (٨.٨٠٢) بقيمة دلالة احصائية (٠.٠٠٣) وهي أقل من (٠.٠٠٥) وبالتالي توجد علاقة بين المتغير التابع (الشعور بالذنب) والمتغير المستقل (مواقف المعلم تجاه الطلاب) وبذلك فإنه يوجد تأثير دالة احصائية عند مستوي أقل من (٠.٠١) لمتغير مواقف المعلم تجاه الطلاب علي درجات الشعور بالذنب، ومن ثم يمكن أن نقبل الفرض البديل وهي ان الانحدار دال ولا يساوى الصفر، وذلك بشكل جزئي لأنه تضمن متغير واحد من ثلاثة متغيرات مستقلة.

كما يتضح أيضاً من الجدول رقم (١٥) أن مربع معامل الارتباط (R-square) أو معامل التحديد بين المتغير المستقل (مواقف المعلم تجاه الطلاب) والمتغير التابع (الشعور بالذنب) يساوي (٠.٠٢٩) ، وهذا يعني أن المتغير المستقل (مواقف المعلم تجاه الطلاب) يفسر ٢.٩% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع " الشعور بالذنب" وهي كمية قليلة جدا من التباين المفسر بواسطة هذا المتغير المستقل، بينما ٩٧.١% ترجع الى متغيرات اخري لم تكون موضع الدراسة. (لم تدرج في معادلة الانحدار)، كما أن قيمة معامل التحديد المصحح تساوي (٠.٠٢٥) وهذه القيمة قريبة جدا من معامل التحديد (٠.٠٢٩)؛ مما يشير الى ثبات معادلة الانحدار التي تم توصل اليها وامكانية تعميمها مع عينات اخري مستمدة من نفس المجتمع الأصل لعينة البحث الحالي.

جدول (١٦)

نتائج معاملات الانحدار التدريجي للتنبؤ بالشعور بالذنب من أبعاد الاحتراق النفسي.

المتغيرات المستقلة	العامل الباني (B)	الخطأ المعياري للعامل الباني	قيمة بيتا B	قيمة ت	الدلالة
ثابت الانحدار	٤٩.٣٥٧	٣.٣٦٥		١٤.٦٦٧	٠.٠٠
مواقف المعلم تجاه الطلاب	٠.٨٦١	٠.٢٩٠	٠.١٦٩	٢.٩٦٧	٠.٠٣

يتضح من الجدول رقم (١٦) قيم معاملات نموذج الانحدار والتي تساعد في الحصول على معادلة خط الانحدار بين المتغيرات، ويتضح أن الثابت دال احصائياً، وأن تأثير المتغير المستقل (مواقف المعلم تجاه الطلاب) علي المتغير التابع دالة احصائياً أيضاً (٠.٠٥)، ومن هذا الجدول يمكن صياغة معادلة الانحدار التي تُعين علي التنبؤ بدرجة الشعور بالذنب بمعلومية درجات المستجيب علي المتغير المستقل (مواقف المعلم تجاه

$$\text{المتنبأ به (الشعور بالذنب)} = \text{الثابت (٤٩.٣٥٧)} + (\text{مواقف المعلم تجاه الطلاب} \times ٠.٨٦١)$$

(الطلاب)، وذلك بالصورة التالية

وتشير هذه المعادلة أنه كلما ارتفعت درجات المستجيب على مواقف المعلم تجاه الطلاب ارتفع معه الشعور بالذنب، أي عندما يزداد الشعور بالذنب بمقدار الوحدة يزداد معه مواقف المعلم تجاه الطلاب بمقدار (٠.٨٦١).

- كما أن إشارة معامل الانحدار الموجبة تشير الى العلاقة بين مواقف المعلم تجاه الطلاب والشعور بالذنب طرديه، بمعنى أنه كلما زادت مواقف المعلم تجاه الطلاب ارتفع معه شعوه بالذنب.

- ان معامل الارتباط (R) يساوي (٠.١٦٩) تعنى ان العلاقة بين مواقف المعلم تجاه الطلاب والشعور بالذنب علاقة طردية، وأن قوة هذه العلاقة (٠.١٦٩).

- ان قيمة اختبار (ت) تساوي (٢.٩٦٧) وهي دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) وهذا يدعم ثبوت الفرض بوجود علاقة بين مواقف التعلم تجاه الطلاب والشعور بالذنب.

وبذلك فقد تم التحقق من صحة الفرض حيث تنبأ مواقف المعلم تجاه الطلاب فقط من ضمن أبعاد الاحتراق النفسي بالشعور بالذنب، حيث تم استبعاد الأبعاد التالية (التعامل

مع الاجهاد المرتبط بالتدريس، تقييم الدعم الإداري) للاحتراق النفسي من معادلة الانحدار المتعدد باعتبار ان تأثيرهما ضعيف وغير دال احصائياً على الشعور بالذنب.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة العديد من الدراسات مثل دراسة Olivares- (2014) Faúndez التي أفادت بوجود تأثير موجب دال إحصائياً لمتغير الاحتراق النفسي على الشعور بالذنب، ودراسة Rabasa et al., (2016)، ودراسة Guidetti (2018) التي أشارت إلى اعتبار الشعور بالذنب عرض من أعراض الاحتراق النفسي لدى المعلمين. وتفسر الباحثة النتائج كالتالي:

من حيث وجود تأثير دال إحصائياً لبعد مواقف المعلم تجاه الطلاب على الشعور بالذنب لدى المعلمين، فقد كشفت الأطر النظرية عن حالة تبدل المشاعر التي تصيب المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي، فيقل اهتمامه بطلابه عن السابق، ولا يهتم لمصالحهم، ويفقد شغفه للتعلم، ويشعر بالانفصال الوجداني التام عن طلابه إلى الحد الذي يجعله لا يكثر بشكوى طلابه من تقصيره معهم، كل ذلك يؤدي به إلى شعور متزايد بتأنيب الضمير والتقصير في حق طلابه وعدم أمانته المهنية والأخلاقية، مما يزيد من صراعه الداخلي ويزيد من احتراقه النفسي، ولذلك فقد وجدت الباحثة منطوية تلك النتيجة.

كما قد يحدث الاحتراق النفسي للمعلم عندما يعجز عن تحقيق طموحاته المهنية التي يتطلع لتحقيقها مع طلابه والتي يكون واقع التعليم سبباً فيها، أو عندما يأتي طلابه بنتائج تتعارض مع توقعاته، الأمر الذي يسبب له حالة من الحديث السلبي تجاه ذاته، حيث يهتمها بالتقصير ويحمل نفسه مسؤولية ما حصل عليه الطلاب من درجات متدنية، مما يزيد من مستوى الشعور بالذنب.

من حيث استبعاد تأثير بعدي (التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس، وتقييم الدعم الإداري) للاحتراق النفسي على الشعور بالذنب لدى المعلمين، فترى الباحثة أنه نظراً لتعدد المتغيرات النوعية (مثل النوع، والخبرة، والمرحلة التعليمية، وتخصص المعلم) فقد يكون لأيٍ منهم تأثير في اتجاه ما، ولمتغير آخر منهم تأثير مختلف في الاتجاه المعاكس، فيمحو الأثر الذي أحدثه المتغير الأول، ولذلك لم ينتبأ بعدي (التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس، وتقييم الدعم الإداري) للاحتراق النفسي بالشعور بالذنب لدى المعلمين.

- نتائج الفرض الثاني ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الثاني على: "تنبئ بعض أبعاد الاحتراق النفسي بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين"

تم اختبار هذا الفرض باستخدام تحليل الانحدار المتعدد التدريجي **Stepwise Multiple Regression analysis** حيث تم ادراج المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار "خطوة خطوة" **Step by Step** ، ويذكر (عزت عبد الحميد حسن، ٢٠١١، ٤٣٨) ان طريقة تحليل الانحدار المتعدد التدريجي او "طريقة الخطوات المتتالية" هي الطريقة الأفضل والأكثر استخداماً، حيث تبدأ بإدراج أقوى المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار.

وقد اسفرت نتائج تحليل الانحدار عن إدراج "التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريس" باعتباره أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً علي المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية " يليه في التأثير بعد تقييم الدعم الإداري، ولم يُدرج (تم استبعاد) باقي أبعاد الاحتراق النفسي (مواقف المعلم تجاه الطلاب) نظراً لتأثيره الضعيف غير الدال احصائياً علي المتغير التابع، أو لأنه يفسر كمية ضئيلة جداً من التباين في درجات المتغير التابع، حيث اتضح ان الارتباط الجزئي بين مواقف المعلم تجاه الطلاب وبين الاضطرابات السيكوسوماتية (٠.٠٩٥) وهو غير دال احصائياً (٠.١٠٢)، ويتضح النتائج في الجداول التالية :

جدول (١٧)

نتائج تحليل التباين لاختبار دلالة الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من أبعاد الاحتراق النفسي

النماذج	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل الارتباط (معامل التحديد)	مربع معامل التحديد
التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي	المنسوب إلي الانحدار	٩٠٢٥.١٣٧	١	٩٠٢٥.١٣٧	٧٢.٩٣٨	٠.٠٠	٠.٤٤٣	٠.١٩٦	٠.١٩٣
	البواقي	٣٦٩٩٧.٥٤٨	٢٩٩	١٢٣.٧٣٨					
	الكلية	٤٦٠٢٢.٦٨٤	٣٠٠						
التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من كل من التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري	المنسوب إلي الانحدار	٩٨٦٨.٧٥٨	٢	٤٩٣٤.٣٧٩	٧٢.٩٣٨	٠.٠٠	٠.٤٦٣	٠.٢١٤	٠.٢٠٩
	البواقي	٣٦١٥٣.٩٢٧	٢٩٨	١٢١.٣٢٢					
	الكلية	٤٦٠٢٢.٦٨٤	٣٠٠						

يتضح من الجدول رقم (١٧): أن

- قيمة ف = (٧٢.٩٣٨) لبعد التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي في التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية بقيمة دلالة احصائية (٠.٠٠٠) وهي أقل من (٠.٠٥) وبذلك فإنه يوجد تأثير دالة احصائياً عند مستوي أقل من (٠.٠١) لمتغيري التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي على درجات الاضطرابات السيكوسوماتية.

- قيمة ف = (٤٠.٦٧٢) لكل من بعدى التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري في التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية بقيمة دلالة احصائية (٠.٠٠٠) وهي أقل من (٠.٠٥) وبذلك فإنه يوجد تأثير دالة احصائياً عند مستوي أقل من (٠.٠١) لمتغيري تقييم الدعم الإداري والتعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريس علي درجات الاضطرابات السيكوسوماتية.

ومن ثم يمكن أن نقبل الفرض البديل وهي ان الانحدار دال ولا يساوى الصفر، وذلك بشكل جزئى لأنه تضمن متغيرين وهما (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي و تقييم الدعم الإداري) من ثلاثة متغيرات مستقلة.

أن مربع معامل الارتباط (R-square) أو معامل التحديد بين المتغير المستقل (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) يساوي (٠.١٩٦) ، وهذا يعني أن المتغير المستقل (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي) يفسر ١٩.٦% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية" وهي كمية قليلة جدا من التباين المفسر بواسطة هذا المتغير المستقل (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي)، بينما نسبة (٨٠.٤%) من التباين فى درجات الاضطرابات السيكوسوماتية يرجع الى متغيرات اخرى ليست موضع الدراسة، كما أن قيمة معامل التحديد المصحح (٠.١٩٣) قريبة جدا من قيمة معامل التحديد (٠.١٩٦) مما يشير الى ثبات معادلة الانحدار وامكانية تعميمها.

أن مربع معامل الارتباط (R-square) أو معامل التحديد بين كل من المتغيرين المستقلين (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) يساوي (٠.٢١٤) ، وهذا يعني أن كل من المتغيرين المستقلين التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري يفسرا مجتمعين ٢١.٤% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية" وهي كمية قليلة جدا من التباين المفسر بواسطة هذا المتغير المستقل (تقييم الدعم الإداري) بينما نسبة (٧٨.٦) ترجع الى متغيرات اخرى لم تكن موضع الدراسة. كما أن قيمة معامل التحديد المصحح (٠.٢٠٩) قريبة من قيمة معامل التحديد (٠.٢١٤) مما يشير الى ثبات معادلة الانحدار وامكانية تعميمها.

ومن ثم يتضح أن أقوى عامل مفسر للاضطرابات السيكوسوماتية هو النموذج المتضمن كل من التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري يليه النموذج المتضمن التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريسي فقط فى التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية، بينما مواقف المعلم تجاه الطلاب غير مفسرة للاضطرابات السيكوسوماتية.

جدول (١٨)

نتائج معاملات الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من أبعاد الاحتراق النفسي.

المتغيرات المستقلة	العامل الباني (B)	الخطأ المعياري للعامل الباني	قيمة بيتا B	قيمة ت	الدلالة
ثابت الانحدار	-٣.٣٩٨	٣.٢.٧٩٥		-١.٢١٦	٠.٢٢٥
التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي	٠.٨٤٨	٠.١٧٣	٠.٣٢٩	٤.٨٩١	٠.٠٠٠
تقييم الدعم الإداري	٠.٤٩١	٠.١٨٦	٠.١٧٧	٢.٦٣٧	٠.٠٠٩

يتضح من الجدول رقم (١٨) قيم معاملات نموذج الانحدار والتي تساعد في الحصول على معادلة خط الانحدار بين المتغيرات، ويتضح أن الثابت غير دال احصائياً، وأن تأثير المتغير المستقل (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري) علي المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) دالة احصائياً أيضاً، ومن هذا الجدول يمكن صياغة معادلة الانحدار التي تُعين علي التنبؤ بدرجة الاضطرابات السيكوسوماتية بمعلومية درجات المستجيب علي المتغير المستقل (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري)، وذلك بالصورة التالية :

$$\text{المتنبأ به (الاضطرابات السيكوسوماتية)} = \text{الثابت (-٣.٣٩٨)} + (٠.٨٤٨ \times \text{التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي}) + (٠.٤٩١ \times \text{تقييم الدعم الإداري}).$$

وتشير هذه المعادلة أنه كلما ارتفعت درجات المستجيب علي بعد التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري ارتفع معه الاضطرابات السيكوسوماتية، اي عندما تزداد الاضطرابات السيكوسوماتية بمقدار الوحدة يزداد معه التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي بمقدار (٠.٨٤٨)، و يزداد معه تقييم الدعم الإداري بمقدار (٠.٤٩١) وبذلك فقد تم التحقق من صحة الفرض جزئياً حيث تنبأ كل من بعدى الاحتراق النفسي وهما التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري بالاضطرابات السيكوسوماتية، بينما تم استبعاد (بعد مواقف المعلم تجاه الطلاب) من معادلة الانحدار المتعدد. باعتبار ان تأثيره ضعيف وغير دال احصائياً على الاضطرابات السيكوسوماتية

- ان معامل الارتباط (R) يساوي (٠.٤٤٣) تعنى ان العلاقة بين التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي والاضطرابات السيكوسوماتية علاقة طردية، وأن قوة هذه العلاقة (٠.٤٤٣).

- ان معامل الارتباط (R) يساوي (٠.٤٦٣) تعنى ان العلاقة بين كل من المتغيرين المستقلين مجتمعين (التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي وتقييم الدعم الإداري الإداري) والاضطرابات السيكوسوماتية علاقة طردية، وأن قوة هذه العلاقة (٠.٤٦٣).
- وعليه فإن معاملات (بيتا المعيارية) تشير إلى ان بعد التعامل مع الاجهاد المرتبط بالتدريسي هو الاكثر اسهاماً (٠.٣٢٩) فى التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية مقارنة ببعدها تقييم الدعم الإداري الذي يسهم بنسبه (٠.١٧٧) فى التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية، إلا أن كليهما يساهم فى تفسير التباين الحاصل فى المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية). مما يدل على تحقق الفرض جزئياً.
- وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات كلٍ من (Bauer et al., (2005) التي أشارت إلى أن المعلمين الذين يعانون من الاحتراق النفسي هم أكثر المعلمين الذين لديهم اضطرابات نفسية وجسدية، ودراسة، (Meeusen ، Gill-Monte et al., (2011) (2009) التي أظهرت وجود تأثير سالب لبعدها الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، ودراسة (Ferraz et al., (2013) التي ركزت نتائجها على أهمية البرنامج التدريبي المعرفي السلوكي القائم على علاج الاحتراق النفسي للحد من أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين. ودراسة (Keffane & Bouazza (2021) التي أثبتت تأثير الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة كالتالي:

(١) من حيث إمكانية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين من خلال بعد (التعامل مع الإجهاد النفسي المرتبط بالتدريس)، فهذا يُفسر في ضوء تحليل الأسلوب الذي يتعامل به المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي مع ما يعانيه من مهنة التدريس، حيث تنضب طاقته النفسية عقب انتهاء يومه المدرسي، الأمر الذي يرهقه جسدياً ويجعله في حالة خمول تامة تمنعه من مواصلة حياته بشكلٍ طبيعي، مما يزيد من حجم نفوره المهني، وتسيطر عليه مشاعر الإحباط، والاكتئاب، والقلق، ومع استمرار ظروف عمله وعدم وجود الحافز النفسي أو المادي لمواصلة المهنة وكونه مضطراً لها تتطور لديه تلك الاضطرابات النفسية لتأخذ شكلاً جسدياً من الأمراض المزمنة (اضطرابات سيكوسوماتية)

التي لا يجدي معها العلاج الدوائي نفعاً. ومن ثم فقد رأت الباحثة منطقية هذه النتيجة، حيث أمكن التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين من خلال التعامل مع الإجهاد المرتبط بالتدريس.

(٢) وأما من حيث وجود دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) إمكانية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين من خلال تقييم الدعم الإداري، ففسرها الباحثة في ضوء اعتبار مهنة التدريس من المهن المجهدّة، والضاغطة، والملية بالكثير من الضغوط والتحديات المهنية التي تصيب المعلم بالإحباط والاكتئاب، كأن يفرض على المعلم مادة تدريسية ليست من تخصصه لمجرد شغل الجدول المدرسي، أو أن يعاني من تدخل المسؤولين في اختصاصاته وحرمانه من حقه في ممارسة كافة صلاحياته المهنية الممنوحة له كمعلم، أو عندما لا يشعر بالمساواة في توزيع المهام، كأن تلعب المحسوبية والوساطة دورها في ذلك، مما يفقده الشعور بالعدالة المدرسية، هذا بالإضافة إلى عدم وجود المعينات التعليمية التي تشجعه على العطاء المهني لطلابه، ولا يمكن إغفال فقدان التقدير من المسؤولين الذي يصيب المعلم بالخيبة والإحباط والاكتئاب، حيث يكون بحاجة شديدة لأن يشعر بالامتنان من قبل مديره وزملائه وطلابه، كل ما سبق كان كفيلاً لأن يضع المعلم تحت ضغط نفسي شديد، يصيبه بالاضطرابات النفسية، والتي تتطور بالاستمرارية إلى أمراض جسمية مزمنة كالقولون العصبي، والضغط، وأمراض القلب، ومرض السكري وغيرهم. ولذلك فقد رأت الباحثة منطقية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين من خلال بعد تقييم الدعم الإداري للاحتراق النفسي.

(٣) وأما عن عدم إمكانية التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من خلال بعد (مواقف المعلم تجاه الطلاب) للاحتراق النفسي، فقد فسرت الباحثة ذلك في ضوء ما يُظهره المعلم الذي يعاني من الاحتراق النفسي من تبدل للمشاعر تجاه طلابه، وفقدان الشغف المهني، وعدم القابلية للمثابرة، وفقدان الدافع للتعامل مع طلابه وحل مشكلاتهم، كل ذلك قد يجنبه الوقوع تحت الضغط النفسي، مما يقلل من احتمالية تعرضه للاضطرابات النفسية والجسدية. ولذلك ترى الباحثة منطقية تلك النتيجة.

نتائج الفرض الثالث ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الثالث على: "تنبئ بعض أبعاد الشعور بالذنب بالاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين."

تم اختبار هذا الفرض باستخدام تحليل الانحدار المتعدد التدريجي **Stepwise Multiple Regression analysis** حيث تم ادراج المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار "خطوة خطوة" **Step by Step** ، ويذكر (عزت عبد الحميد حسن، ٢٠١٦، ٤٣٨) ان طريقة تحليل الانحدار المتعدد التدريجي او "طريقة الخطوات المتتالية" هي الطريقة الأفضل والأكثر استخداماً، حيث تبدأ بإدراج أقوى المتغيرات المستقلة في معادلة الانحدار.

وقد اسفرت نتائج تحليل الانحدار عن إدراج "عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات " باعتباره أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً علي المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية " يليه في التأثير بعد الشعور بالذنب تجاه الذات، ولم يُدرج (تم استبعاد) باقي أبعاد الشعور بالذنب (الشعور بالذنب تجاه الطلاب) نظراً لتأثيرهما الضعيف غير الدال احصائياً علي المتغير التابع، أو لأنه يفسر كمية ضئيلة جداً من التباين في درجات المتغير التابع، حيث اتضح ان الارتباط الجزئي بين الشعور بالذنب تجاه الطلاب وبين الاضطرابات السيكوسوماتية (٠.٠١٠) وهو غير دال احصائياً (٠.٨٦٣)، ويتضح النتائج في الجداول التالية:

جدول (١٩)

نتائج تحليل التباين لاختبار دلالة الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من ابعاد الشعور بالذنب للمعلمين

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الارتباط (R)	معامل الارتباط (معامل التحديد)	مربع معامل التحديد
التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات	المنسوب إلى الانحدار	٦٣٦٣.٤٢٩	١	٦٣٦٣.٤٢٩	٤٧.٩٧٥	٠.٠٠	٠.٣٧٢	٠.١٣٨	٠.١٣٥
	البواقي	٣٩٦٥٩.٢٥٥	٢٩٩	١٣٢٢.٦٤٠					
	الكل	٤٦٠٢٢.٦٨٤	٣٠٠						
التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من كل من عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات والشعور بالذنب من الذات	المنسوب إلى الانحدار	٧٠٤٦.٤٤٢	٢	٣٥٢٣.٢٢١	٢٦.٩٣٧	٠.٠٠	٠.٣٩١	٠.١٥٣	٠.١٤٧
	البواقي	٣٨٩٧٦	٢٩٨	١٣٠.٧٩٣					
	الكل	٤٦٠٢٢.٦٨٤	٣٠٠						

يتضح من الجدول رقم (١٩): أن

- قيمة ف = (٤٧.٩٧٥) لبعد عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات في التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية بقيمة دلالة احصائية (٠.٠٠٠٠) وهي أقل من (٠.٠٠٥) وبذلك فإنه يوجد تأثير دالة احصائياً عند مستوى أقل من (٠.٠٠١) لمتغير الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات على درجات الاضطرابات السيكوسوماتية.

- قيمة ف = (٢٦.٩٣٧) لكل من بعدى الشعور بالذنب تجاه الذات والشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات في التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية بقيمة دلالة احصائية (٠.٠٠٠٠) وهي أقل من (٠.٠٠٥) وبذلك فإنه يوجد تأثير دالة احصائياً عند مستوى أقل من (٠.٠٠١) لمتغيري الشعور بالذنب تجاه الذات والشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات على درجات الاضطرابات السيكوسوماتية.

ومن ثم يمكن أن نقبل الفرض البديل وهي ان الانحدار دال ولا يساوى الصفر، وذلك بشكل جزئي لأنه تضمن متغيرين وهما (عواقب الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب والشعور بالذنب تجاه الذات) من ثلاثة متغيرات مستقلة.

- أن مربع معامل الارتباط (R-square) أو معامل التحديد بين المتغير المستقل (عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) يساوي (٠.١٣٨) ، وهذا يعني أن المتغير المستقل (عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات) يفسر ١٣.٨% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية" وهي كمية قليلة جدا من التباين المفسر بواسطة هذا المتغير المستقل (عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات)، بينما نسبة (٨٦.٢%) من التباين المفسر في درجات المتغير التابع يفسرها متغيرات اخري لم يتم تناولها بالدراسة،

- أن مربع معامل الارتباط (R-square) أو معامل التحديد بين المتغير المستقل (عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات والشعور بالذنب تجاه الذات) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) يساوي (٠.١٥٣) ، وهذا يعني أن المتغيرين المستقلين مجتمعين في النموذج الثاني يفسرا ١٥.٣% من التباين الكلي في درجات المتغير التابع " الاضطرابات السيكوسوماتية" وهي كمية قليلة جدا من التباين المفسر بواسطة هذين المتغيرين المستقلين.، بينما نسبة (٨٤.٧%) من التباين المفسر في درجات المتغير التابع يفسرها متغيرات اخري لم يتم تناولها بالدراسة

جدول (٢٠)

نتائج معاملات الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية من أبعاد الشعور بالذنب.

المتغيرات المستقلة	العامل الباني (B)	الخطأ المعياري للعامل الباني	قيمة بيتا B	قيمة ت	الدالة
ثابت الانحدار	٣.٢٣٢	٢.٨٥٥		١.١٣٢	٠.٢٥٩
عواقب الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب	١.١٥٤	٠.١٧٤	٠.٤٨٨	٦.٦١٩	٠.٠٠
الشعور بالذنب تجاه الذات	-٠.٤٤٣	٠.١٩٤	-٠.١٦٩	-٢.٢٨٥	٠.٠٢٣

يتضح من الجدول رقم (٢٠) قيم معاملات نموذج الانحدار والتي تساعد في الحصول على معادلة خط الانحدار بين المتغيرات، ويتضح أن الثابت غير دال احصائياً،

وأن تأثير المتغير المستقل (الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب) علي المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) دالة احصائياً أيضاً عند مستوي (٠.٠١)، وأن تأثير المتغير المستقل (الشعور بالذنب تجاه الذات) علي المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) دالة احصائياً أيضاً عند مستوي (٠.٠٥) ومن هذا الجدول يمكن صياغة معادلة الانحدار التي تُعين علي التنبؤ بدرجة الاضطرابات السيكوسوماتية بمعلومية درجات المستجيب علي المتغير المستقل (عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات والشعور بالذنب تجاه الذات) ، وذلك بالصورة التالية:

$$\text{المتنبأ به (الاضطرابات السيكوسوماتية)} = \text{الثابت (٣.٢٣٢)} + (٠.١٥٤ \times \text{عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات}) + (-٠.٤٤٣ \times \text{الشعور بالذنب تجاه الذات}).$$

وتشير هذه المعادلة أنه كلما ارتفعت درجات المستجيب علي بعد عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات ارتفع معه الاضطرابات السيكوسوماتية، أي عندما تزداد الاضطرابات السيكوسوماتية بمقدار الوحدة يزداد معه الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات بمقدار (١.١٥٤)، كما تشير ايضاً أنه كلما ارتفعت درجات المستجيب علي بعد الشعور بالذنب تجاه الذات ينخفض معه الاضطرابات السيكوسوماتية، أي عندما تزداد الاضطرابات السيكوسوماتية بمقدار الوحدة ينخفض معه الشعور بالذنب تجاه الذات بمقدار (-٠.٤٤٣)، ويرتفع معه عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات بمقدار (١.١٥٤)، وبذلك فقد تم التحقق من الفرض جزئياً حيث تنبأ كل من بعدى الشعور بالذنب وهما عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات والشعور بالذنب تجاه الذات بالاضطرابات السيكوسوماتية، بينما تم استبعاد (الشعور بالذنب تجاه الطلاب) من معادلة الانحدار المتعدد باعتبار ان تأثيره ضعيف وغير دال إحصائياً على الاضطرابات السيكوسوماتية.

- معاملات (بيتا المعيارية) تشير الى ان بعد عواقب الشعور بالذنب تجاه الطلاب والذات هو الاكثر اسهاماً (٠.٤٨٨) في التنبؤ بالاضطرابات السيكوسوماتية مقارنة ببعد الشعور بالذنب تجاه الذات الذي يسهم بنسبه (-٠.١٦٩) في التنبؤ

بالاضطرابات السيكوسوماتية، الا ان كلاهما يساهمان في تفسير التباين الحاصل في المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية)

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من (Cerna et al., 2022) التي أظهرت تأثيراً دالاً إحصائياً للشعور بالذنب على الاضطرابات الجسمية والنفسية، وكذلك دراسة (Stewar et al., 2023) ، التي اهتمت بالبحث في تأثير الشعور بالذنب على فسيولوجيا البالغين الأصحاء، وأقرت بارتباط الشعور بالذنب بالعديد من التغيرات في نشاط الجلد، وإفرازات المعدة وتقلصاتها وارتفاع ضربات القلب.

وتفسر الباحثة النتيجة كما يلي:

أنه على الرغم مما قد يقدمه الشعور بالذنب من نتائج إيجابية مثملة في محاولة الفرد تصحيح أخطائه والاعتذار من الآخرين ومن ثم الحفاظ على رباط العلاقات الاجتماعية؛ إلا أن الإفراط فيه يمكن أن يؤدي إلى خلل وظيفي، وكذلك اضطرابات نفسية وجسدية. (Pineles et al., 2006) فقد أكدت العديد من الدراسات على وجود علاقات إيجابية وهامة بين الذنب والقلق والجسدية (Pineles et al., 2006; Luck and Luck- Sikorski, Cândia & Szentagotai-Tata , 2018) (2020).

(١) بالنسبة لوجود تأثير دال إحصائياً لبعد (عواقب الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب) عند مستوى دلالة (٠.٠١) على الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين. ترى الباحثة منطقية هذه النتيجة، فالشعور بالذنب يترتب عليه عواقب وخيمة شديدة الحدة، كالشعور بالنبذ والكره من الطلاب والزلاء بالمدرسة، وتوجس الخيفة من تحدث الآخرين عنه بسوء، وشعوره بعدم المرغوبية الاجتماعية لاعتقاده أن الجميع على علمٍ بتقصيره، كما قد يتسبب الشعور بالذنب لدى المعلم في المبالغة في مراقبة سلوكه، والصرامة في تقييم أفعاله، الأمر الذي يجعله متردداً في اتخاذ القرارات المتعلقة بشؤون حياته المهنية والأسرية، يخشى المشاركة بآرائه الشخصية حتى لا يكون عرضة للمحاسبة، ويحاول أن يهرب من تحمل المسؤولية، كما يبالغ في تقديم المساعدة للآخرين بغرض تخفيف حدة الشعور بالذنب، فيزداد العبء عليه ويفقد القدرة على التحمل.. كل تلك السلوكيات تجعله عرضة للعديد من الاضطرابات

النفسية كالقلق والاكتئاب والإحباط والتوتر والوسواس القهري، ومع تزايد تلك الاضطرابات واستمراريتها قد يتعرض المعلم للإصابة بالعديد من الأمراض النفس جسدية كالتهاب القولون العصبي، والقرحة المعدية، وارتفاع ضغط الدم، مما يؤكد على تأثير الشعور بالذنب تأثيراً سلبياً على الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية.

(٢) وأما عن وجود تأثير عكسي دال عند مستوى (٠.٠٥) لبعد (الشعور بالذنب تجاه الذات) على الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، ففتترض الباحثة أن بعض المعلمين على الرغم من وجود الشعور بالذنب لديهم، إلا أنه قد يكون شعور عقلائي وواقعي، بمعنى أنه تفهم السبب الحقيقي لشعوره بالذنب وتقبل هذا الشعور برضا تام وأدرك حقيقته، وكان على وعي به، فتعامل معه بإيجابية عالية، وتراحم مع نفسه وأشفق عليها، ومن ثم لم ينشأ لديه صراعاً داخلياً، مما قلل من فرصة تعرضه للاضطرابات السيكوسوماتية. وهذه النتيجة تتفق مع ما جاءت به النظرية المعرفية السلوكية التي ترى أن ما نعانى من مشكلات جسدية ونفسية إنما تعود للطريقة التي نفسر بها المواقف والأحداث التي نعيشها.

على الجانب الآخر، وفي الاتجاه المعاكس، تفسر الباحثة ارتفاع الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية على الرغم من انخفاض الشعور بالذنب تجاه الذات، بأن الشعور بالذنب لدى المعلمين قد يكون موجوداً لدى البعض منهم على مستوى اللاشعور، مما زاد من الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية لديهم. وترى الباحثة منطقية هذه النتيجة، استناداً لما أشار إليه Paassen (2021) من أن المرء يمكن أن يكون واعياً بالذنب، كما أنه في كثير من الأحيان يكون على غير وعي به.

(٣) وأما عن الشق الثالث من الفرض والذي أفاد بعدم وجود دلالة إحصائية لبعد (الشعور بالذنب تجاه الطلاب) على الاضطرابات السيكوسوماتية لدى المعلمين، فتفسره الباحثة في ضوء تعدد المتغيرات الفرعية مثل (الخبرة، والعمر، والتخصص، والنوع، والمرحلة التعليمية) فقد يكون لأي منها تأثير في اتجاهه، ولمتغير آخر تأثير مغاير، فيمحو بعضهم أثر البعض، مما يتسبب في إلغاء الدلالة الإحصائية لبعد الشعور بالذنب تجاه الطلاب ومحو أثره.

نتائج الفرض الرابع ومناقشته وتفسيره:

ينص الفرض الرابع على: " يوجد اختلاف بين التأثير المباشر للاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة على الاضطرابات السيكوسوماتية والتأثير غير المباشر في ظل وجود الشعور بالذنب كمتغير وسيط لدى المعلمين؟"

جدول (٢١)

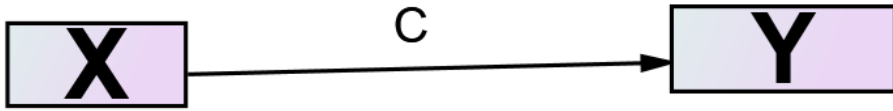
المتغيرات المتناولة في الكشف عن الدور الوسيط

رمز المتغير	نوع المتغير	مسمى المتغير
X	مستقل/ منبئ independent predictor	الاحتراق النفسي
M	وسيط Mediator	الشعور بالذنب
Y	تابع/ مخرج Dependent Outcome	الاضطرابات السيكوسوماتية

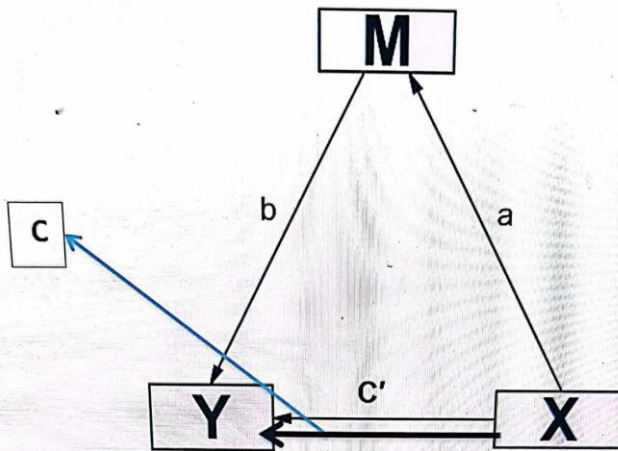
المصدر: من اعداد الباحثة

يُعرف المتغير الوسيط (Mediator Variable) بأنه العملية التي يؤثر بها المتغير المستقل (X) من خلال الاثر غير المباشر لمتغير واحد او اكثر من المتغيرات التوسيطية (M) ((Pardo, Korelo, Lucena DaSilva, 2014, 05)، ومن ثم سوف يتم بحث الدور الوسيط عندما يكون (المتغير المستقل) يؤثر على المتغير التابع، وهذا يستخدم لوصف ثلاث محكات معروفة تستخدم لوصف ضرورة وجود علاقة سببية بين المتغير المستقل والمتغير التابع، واذا لم يكن هناك علاقة او اثر بين المتغير المستقل والمتغير التابع ومن ثم فإن المتغير المستقل لا يؤثر في المتغير التابع ؛ ولذلك لن يوجد هناك سؤال عن كيفية حدوث التأثير (الوساطة) (Hayes,2018, 79-80) ، كما أنه من الضروري أن تكون (X) مسببة (M) أي المتغير المستقل مسبب للمتغير الوسيط والذي سوف ينقل التأثير الى (Y) (المتغير التابع)، ولا يمكن أن ينقل التأثير الخاص بالمتغير المستقل (x) اذا كان المتغير الوسيط (M) غير مرتبط بشكل سببي بكل من (X) و (Y) (Hayes,2018, 81) الكتاب

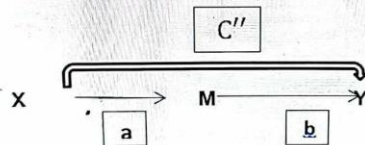
كما يعتبر تحليل الوسيط هو طريقة احصائية تستعمل للإجابة على الاسئلة حول كيف يؤثر المتغير المستقل (X) على المتغير التابع (Y). وهناك مسارات يؤثر من خلالها المتغير (X) على المتغير (Y) وتتمثل في الحروف a,b,c, C'



شكل (٣) مسار التأثير بين المتغير المستقل والمتغير التابع في حالة عزل أثر المتغير الوسيط



- شكل (4) النموذج المفاهيمي والاحصائي للوساطة البسيطة (نموذج 4) (prado, korelo, lueena da silva, 2014.9)



شكل (5) مسارات التأثير بالحروف في نموذج الدور الوسيط (اعداد الباحثة)

ويمكن توضيح المسارات كما يلي:

تأثير المتغير المستقل (X) على المتغير التابع (Y) بمفرده يمثل مسار (C) (باستخدام الانحدار الخطى البسيط)

تأثير المتغير المستقل (X) على الوسيط (M) يمثل بمسار (a) (باستخدام الانحدار الخطى البسيط)

تأثير المتغير الوسيط (M) على المتغير التابع (Y) يمثل مسار (b) (باستخدام الانحدار الخطى البسيط)

تأثير المتغير المستقل (X) على المتغير التابع (Y) في حالة وجود الوسيط يمثل مسار (C')

كما يحسب التأثير غير المباشر (Indirect effect) $C - C' =$ (Hayes, 2018,) (85)

ويحسب التأثير الكلي (Total effect) (C) للمتغير المستقل على المتغير التابع
 $(Hayes, 2018, 90) C' + (a * b) =$

وهنا يحتمل أن يحدث أمرين :

أ- قد يكون التوسط كاملاً وتاماً Full Mediation وذلك عندما يختفي الأثر المباشر للمتغير المنبئ (المستقل) تماماً على المتغير التابع؛ أى يصبح هذا الأثر غير دال احصائياً عند اضافة المتغير الوسيط للنموذج المقترح، وبالتالي لا تبدو علاقة الارتباط دالة (تتحقق الفرضية الصفرية وينعدم الاثر)، بمعنى انه لو لم يظهر المتغير الوسيط كانت سوف تستمر العلاقة بين المتغيرين (المستقل والتابع).

ب- وقد يكون التوسط جزئياً Partial Mediation وهذا يحدث عندما تنخفض قوة التأثير المباشر اللامعاري للمتغير المستقل على التابع في وجود المتغير الوسيط عنه عما كانت عليه العلاقة في حالة عزل المتغير الوسيط مع بقاء هذه العلاقة او الاثر دالة احصائياً، وفي هذه الحالة فإن المتغير الوسيط له تأثير متداخل مع المتغير المستقل في تفسير التغير الذي يحدث في المتغير التابع.

ويشير (Hayes, 2018,84) أن التأثير غير المباشر سيكون ايجابي أى كلما ارتفعت (X) ارتفعت (Y)، وانه على الرغم من انه يمكن للفرد تفسير التأثير غير المباشر دون النظر فى اشارات كل من (a) و (b) وإذا كان كل من مسار (a) ومسار (b) ايجابين سيكون التأثير غير المباشر ايجابي، ويحذر "Hayes" من تجاهل الاشارة الخاصة بقيمة التأثير للمسار (a) والمسار (b) حيث أنه اذا كان كل من قيمة التأثير لكل من (a) و (b) سالبتان بالتحليل؛ هذا سوف يؤدي على تأثير غير مباشر ايجابي، ومع ذلك فإن هذا النمط من النتائج لـ (b) (a) هو عكس تماما ما نتوقه من النظرية، وهذا من شأنه ان يلقي الشك حول ما اذا كانت النظرية تصف النموذج بشكل مناسب أم لا.

وسوف تقوم الباحثة باختبار الفرض الرابع: الشعور بالذنب يتوسط العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية. من خلال طريقتان لاختبار الدور الوسيط (طريقة بارون وكينى، طريقة البوتستراب)

الطريقة الأولى: طريقة بارون وكينى (Baron, R. & Kenny,

يعد نموذج بارون وكينى (Baron Kenny, 1986) يعتبر اول من درس المتغير الوسيط وله الفضل فى ذلك وتم استخدامه على نطاق واسع والتي تقوم على اساس تحليل الانحدار.

ولاختبار وجود علاقة وسيطية يشترط بارون وكينى Baron-Kenny, 1986 الشروط الثلاثة التالية:

١- تأثير المتغير المستقل على المتغير التابع (الأثر الكلي أو العلاقة الأصلية) يجب أن تكون دالة. بالرجوع إلى الشكل المرفق فإن المسار أو العلاقة C يجب أن يكون دالا.

- ٢- المسار بين المتغير المستقل والمتغير الوسيط يجب أن يكون دالاً. بالرجوع إلى الشكل المرفق أن العلاقة أو المسار a يجب أن يكون دالاً.
- ٣- مسار المتغير الوسيط بالمتغير التابع يجب أن تكون دالة عند تثبيت علاقة المتغير المستقل بالمتغير التابع باستعمال تحليل الانحدار. أي أن المسار b يجب أن يكون دالاً.

ولاختبار العلاقة الوسيطة وفقاً لبارون وكيني Baron-Kenny فتتلخص في مقارنة التأثير المباشر بين المتغير المستقل والمتغير التابع في حضور العلاقة الوسيطة (المسار) C' بالتأثير المباشرة بين المتغير المستقل والمتغير التابع في غياب العلاقة الوسيطة المسار C فإذا انخفضت قيمة التأثير C' أو الأثر المباشر) في وجود العلاقة الوسيطة عن المسار C أو العلاقة الأصلية أو الأثر الكلي (عند عدم وجود علاقة وسيطة، فإن ذلك يدل على وجود علاقة وسيطة جزئية. ويفضل أن تنخفض لتساوي الصفر حينئذ تكون العلاقة الوسيطة تامة كاملة.

لاختبار هذا الفرض اعتمدت الباحثة على تحليل الانحدار باستخدام بروسس ماكرو

PROCESS Procedure for SPSS version

Macros or preprogramed procedures, such as Andrew

Hayes's PROCESS macro

-ومن أجل ذلك تم اجراء الخطوات التالية:

أولاً: الكشف عن الاثر الكلي للمتغير المستقل على المتغير التابع (اثر الاحتراق النفسى على الاضطرابات السيكوسوماتية) (التحقق من الشرط الأول لطريقة بارون وكيني)

جدول (٢٢)

مخرجات المسار c التأثير الكلي للمتغير المستقل (الاحتراق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية)

Model Summary						
R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
.4674	.2184	120.2990	83.5692	1.0000	299.0000	.0000
coeff	se	t	p	LLCI	ULCI	
constant	-6.0231	3.0371	-1.9832	.0483	-11.9999	-.0462
burnout	.5760	.0630	9.1416	.0000	.4520	.6999

C

- يتضح من الجدول (٢٢) ان قيمة معامل الارتباط (R) بلغت قيمة (٠.٤٦٧٥)، وهذا ما يؤكد وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية متوسطة بين المتغير المستقل (الاحتراق النفسي) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية)، وهذه العلاقة يفسرها قيمة الاثر (٠.٥٧٦٠)، وهو يمثل أثر ايجابي متوسط وبدلالة احصائية، كما أن معامل التحديد (R-sq) بلغت قيمته (٠.٢١٨٤)، وهذه النتيجة تشير الى أن (٢١.٨٤%) من التغيرات في الاضطرابات السيكوسوماتية تعزى للاحتراق النفسي، والباقي (٧٨.١٦%) تعزى الى عوامل اخرى تؤثر على الاضطرابات السيكوسوماتية لم يتم تناولها موضع الدراسة، أما اختبار جودة صلاحية النموذج يكون من خلال قيمة مستوى الدلالة المعتمد في الدراسة (P≤0.01) حيث ان قيمة (P=0.00) وهي دالة احصائياً، ومن ثم يسمح بقبول هذه الفرضية والتي تنص على وجود أثر ذو دلالة احصائية للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية.

- كما يتضح أن تأثير المتغير المستقل (الاحتراق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) اي المسار (C) يقيس الاثر الكلي ل من المتغير المستقل على المتغير التابع ويتم الحصول عليه من خلال (C= C'+ab) والذي يساوي (٠.٥٧٦٠) بخطأ معياري (٠.٠٦٣٠) ودلالة احصائية (اقل من ٠.٠٠١) وهذا يوضح ان الاحتراق النفسي يؤثر على الاضطرابات السيكوسوماتية، وبذلك تحقق شرط أن

المتغير المستقل أثر في المتغير التابع (في حالة عزل اثر المتغير الوسيط). (الشرط الأول لطريقة بارون وكيى لاختبار الدور الوسيط).

ثانياً: الكشف عن التأثير المباشر للمتغير الوسيط (الشعور بالذنب) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) (الشرط الثالث لطريقة بارون وكيى).

وايضا ضمنيا تظهر مع هذه النتيجة قيمة التأثير المباشر للمتغير المستقل (الاحترق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية في حالة وجود الوسيط (الشعور بالذنب))

جدول (٢٣)

مسار C' (التأثير المباشر للمتغير المستقل على المتغير التابع من خلال الوسيط) والمسار b (التأثير المباشر للمتغير الوسيط على المتغير التابع)

Model Summary						
R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
.5026	.2526	115.4227	50.3659	2.0000	298.0000	.0000
Model						
	coeff	se	t	p	LLCI	ULCI
constant	-14.2062	3.7098	-3.8294	.0002	-21.5069	-6.9056
burnout	.5323	.0628	8.4704	.0000	.4086	.6559
gult	.1734	.0470	3.6921	.0003	.0810	.2658

C'

b

يتضح من الجدول (٢٣) ان قيمة معامل الارتباط (R) بلغت قيمة (٠.٥٠٢٦)، وهذا ما يؤكد وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية متوسطة بين المتغير المستقل (الاحترق النفسي) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية في وجود المتغير الوسيط (الشعور بالذنب))، وهذه العلاقة يفسرها قيمة الاثر (٠.٥٣٢٣)، وهو يمثل أثر ايجابي متوسط وبدلالة احصائية، كما أن معامل التحديد (R-sq) بلغت قيمته (٠.٢٥٢٦)، وهذه النتيجة تشير الى أن (٢٥.٢٦%) من التغيرات في الاضطرابات السيكوسوماتية تعزى للاحترق النفسي في وجود المتغير الوسيط (الشعور بالذنب)، والباقي (٧٤.٧٤%) تعزى الى عوامل اخرى تؤثر على الشعور بالذنب لم يتناولها بالدراسة، أما اختبار جودة صلاحية النموذج يكون من خلال قيمة مستوي الدلالة المعتمد في الدراسة (P≤0.01) حيث ان قيمة (P=0.00) وهي دالة

احصائياً، ومن ثم يتضح وجود أثر دال احصائياً للمتغير المستقل (الاحترق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) في وجود المتغير الوسيط (الشعور بالذنب) كما تم التحقق من الفرضية الاخرى والتي تنص على وجود أثر ذو دلالة احصائية للمتغير الوسيط (الشعور بالذنب) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) في وجود المتغير المستقل (الاحترق النفسي) عند مستوي دلالة ($P \leq 0.01$)، حيث وجد أن قيمة تأثير المتغير الوسيط على المتغير التابع ($b=0.1734$) وهي دالة احصائياً عند مستوي دلالة ($P \leq 0.01$)، وفي ضوء تحقق هذه الفرضية وهي ان المتغير الوسيط يؤثر على المتغير التابع في ضوء النموذج وذو أثر دال، من ثم تحقق الشرط الثالث لطريقة بارون وكيني لاختبار الدور الوسيط.

٣-التحقق من الشرط الثاني لطريقة بارون وكيني لاختبار الدور الوسيط وهي وجود أثر دال احصائياً للمتغير المستقل على المتغير التابع (a)

جدول (٢٤)

المسار (a) أثر المتغير المستقل (الاحترق النفسي) على المتغير الوسيط (الشعور بالذنب).

Model Summary						
R	R-sq	MSE	F	df1	df2	p
.1883	.0355	175.0549	10.9948	1.0000	299.0000	.001
0						
Model						
Coefficient	se	T	p	LICI	ULICI	
constant	47.1977	3.6637	12.8826	.0000	39.9879	54.4075
burnout	.2520	.0760	3.3158	.0010	.1024	.4016

a

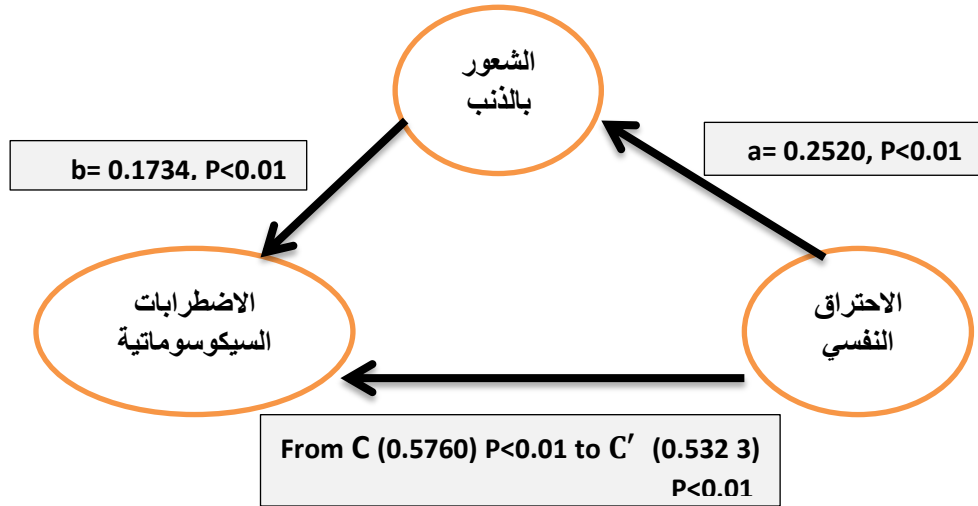
يتضح من الجدول (٢٤) ان قيمة معامل الارتباط (R) بلغت قيمة (٠.١٨٨٣)، وهذا ما يؤكد وجود علاقة ارتباطية موجبة طردية منخفضة بين المتغير المستقل (الاحترق النفسي) والمتغير الوسيط (الشعور بالذنب)، وهذه العلاقة يفسرها قيمة الاثر (٠.٢٥٢٠)، وهو يمثل أثر ايجابي منخفض وبدلالة احصائية،، كما أن معامل التحديد (R-sq) بلغت قيمته (٠.٠٣٥٥)، وهذه النتيجة تشير الى أن (٣.٥٥%) من التغيرات فى الشعور بالذنب تعزى للاحتراق النفسي، والباقي (٩٦.٤٥%) تعزى الى عوامل اخرى تؤثر على الشعور بالذنب، أما اختبار جودة صلاحية النموذج يكون من خلال قيمة مستوى الدلالة المعتمد فى الدراسة (P≤0.01) حيث ان قيمة (P=0.0010) وهى دالة احصائياً، ومن ثم يسمح بقبول هذه الفرضية والتنى تنص على وجود أثر ذو دلالة احصائية للاحتراق النفسي على الشعور بالذنب، وعليه فإن المتغير المستقل أثر تأثيراً ذو دلالة احصائية على المتغير الوسيط وبذلك قد تحقق الشرط الثاني لا استخدام طريقة بارون وكيلى لاختبار الدور الوسيط.

ومن ثم نظراً لتحقيق هذه الشروط فى الاتجاه المتنبأ به ، فإن الاثر المباشر للمتغير المستقل فى المتغير التابع يجب أن يقل فى الخطوة الثانية عن الخطوة الأولى وبعد التحقق من شروط بارون وكيلى يمكن القول أنه من خلال الجداول السابقة () أنه يمكن حساب التأثير غير المباشر يدوياً حيث نلاحظ ان التأثير غير المباشر للمتغير المستقل (الاحترق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) حيث (ab) الاثر غير المباشر هو الفرق بين الاثر الكلي والاثر المباشر (٠.٥٧٦٠ - ٠.٥٣٢٣ = ٠.٠٤٣٧)، أو هو الاثر الذى يمثل حاصل ضرب (a*b) (٠.٢٥٢٠ × ٠.١٧٣٤ = ٠.٠٤٣٧) والذى قيمته (٠.٠٤٣٧).

وبذلك وفقاً لبارون وكيلى يتضح:

- المتغير المستقل يجب أن يؤثر فى المتغير التابع (أثر الاحتراق النفسي فى الاضطرابات السيكوسوماتية) عند العزل الاحصائي للمتغير الوسيط (التأثير الكلي) (c) وقيمة التأثير المباشر اللامعاري ودلالته (B=0.5760) ودلالته (P<0.01) والتباين المفسر (R² = ٠.١٢٨٤).

- المتغير المستقل يجب ان يؤثر فى المتغير الوسيط (اثر الاحتراق النفسى فى الشعور بالذنب) (التأثير a) وقيمة التأثير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.2520) ودلالته (P<0.01) والتباين المفسر (R² = ٠.٠٣٥).
- المتغير الوسيط يجب ان يؤثر فى المتغير التابع (اثر الشعور بالذنب فى الاضطرابات السيكوسوماتية) (التأثير b) وقيمة التأثير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.1734) ودلالته (P<0.01) .
- وقد أظهرت النتائج أن المتغير المستقل (الاحتراق النفسى) أثرعلى المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) (عند تضمين المتغير الوسيط (الشعور بالذنب)) فى معادلة الانحدار (C') وقيمة التأثير اللامعيارى ودلالته (B=0.5323) ودلالته (P<0.01) والتباين المفسر (R² = 0.2526).
- ومن ثم يلاحظ وفقاً لطريقة بارون وكينى فى اختبار الدور الوسيط فقد انخفض التأثير المباشر بين المتغير المستقل (الاحتراق النفسى) والمتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) (= C' = 0.5323) عند وجود الوسيط عن التأثير المباشر بين المستقل والتابع فى حالة العزل الاحصائى للمتغير الوسيط (C = 0.5760) ولكنه مازال دالاً احصائياً ، ومن ثم فإن متغير الشعور بالذنب متغير وسيط ذو وساطة جزئية.



شكل (٦) شكل توضيحي لنتائج فرض المتغير الوسيط للشعور بالذنب فى العلاقة بين الاحتراق النفسى والاضطرابات السيكوسوماتية من خلال طريقة (Baron & Kenny, 1986)

يتضح من الشكل (٥) ان تأثير الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية مرورا بالشعور بالذنب كمتغير وسيط، فإن التأثير غير المباشر للاحتراق النفسي في حالة توسط الشعور بالذنب قيمته حاصل ضرب معاملات الانحدار في هذين المسارين ($b \times a$)؛ وبذلك يكون التأثير غير المباشر للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية مرورا بالشعور بالذنب كمتغير وسيط (0.1734×0.2520) هي (0.04369) وهي قيمة دالة احصائياً، وهذا يعنى وجود تأثير غير مباشر من الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية، ولكن هذا التوسط جزئياً **partial Mediation** لان قيمة الاثر المباشر للاحتراق النفسي (C') بعد التوسط لم تنعدم تماماً (أى تصبح غير دالة احصائياً) ولكنها أصبحت أقل من قيمة (C) قبل التوسط عند العزل الاحصائي لاثر الشعور بالذنب مع المحافظة على دلالتها الإحصائية.

- الطريقة الثانية: وللتحقق من الدور الوسيط من خلال استخدام طريقة البوتستراب برنامج الاموس AMOS وكذلك تطبيق ماكرو بروسيس

كما انه لاختر الدور الوسيط من خلال حساب التأثيرات غير المباشرة تم استخدام اجراء **bias-corrected bootstrap** التي اوصى بها (preacher and Hayes, 2008) باستخدام حزمة AMOS لغرض فحص دلالات التأثيرات غير المباشرة، فتنقية البوتستراب **Bootstrap** لاعادة المعاينة هي حالة خاصة من اساليب المحاكاة بطريقة المونت كارلو وذلك للحصول على مقدرات اكثر دقة عندما يكون حجم العينة الاساسية صغير، وان الفكرة الأساسية لتقنية **Bootstrap** تتضمن القيام بتوليد عدد كبير من العينات المسحوبة من البيانات الاصلية عدد من المرات، وطريقة البوتستراب هي الافضل لاختبار الاثر غير المباشر حيث ان الاستدلال الاحصائي يستند على اختبار ان توزيع المعاينة **ab** هو توزيع طبيعي اعتدالي، وللتغلب على مشكلات اختبار سوبل، يتم اللجوء الى المعاينة المتكررة بالاحلال **Resampling With replacing** من العينة الام وقد سميت بالبوتسترابنج **Bootstrapping** بمعنى ان نقوم باستعمال معاملات الانحدار المتعدد وللتعرف على الدلالة الاحصائية للعلاقة غير المباشرة، وتستعمل طريقة البوتستراب

وخاصة عندما يكون لعينة صغيرة نسبيا وتوزيع بيانات العلاقة الوسطية غير معتدل) (Hayes, 2018, 98). وقد اشار (Hayes, 2018, 98) أنه في تحليل الوساطة باستخدام نهج البوتستراب Bootstrapping يتم استخدامها لتوليد تمثيل مشتق تجريبيا لتوزيع أخذ العينات للتأثير غير المباشر ويستخدم هذا التمثيل التجريبي لبناء فاصل مستوى الثقة (ab) على عكس نهج النظرية الطبيعية في التوزيع لا يتم اى اجراء حول شكل توزيع أخذ العينات للتأثير غير المباشر، كما ان فترات الثقة في البوتستراب تراعي بشكل أفضل عدم انتظام أخذ العينات للتأثير غير المباشر، ونتيجة لذلك يكون أكثر دقة مما كانت عليه النظرية التوزيع الطبيعي عند استخدامها في اختبار الوساطة.

وباستخدام تطبيق ماكرو بوسيس للكشف عن طريقة البوتستراب توصلت النتائج الى كما بالجدول التالي.

جدول (٢٥)

ملخص التأثيرات الكلية والمباشرة وغير المباشرة للنموذج من خلال تطبيق ماكرو بروسيس

Total effect of X on Y						
Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	
.5760	.0630	9.1416	.0000	.4520	.6999	
Direct effect of X on Y						
Effect	se	t	p	LLCI	ULCI	
.5323	.0628	8.4704	.0000	.4086	.6559	
Indirect effect(s) of X on Y:						
Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI			
gult	.0437	.0185	.0125	.0855		

95% bootstrap confidence interval for the indirect effect (مستوي الثقة عند مستوى ٩٥% للتأثير الغير مباشر للحد الاعلى والادنى للثقة)

المصدر: من اعداد الباحثة بالاعتماد على مخرجات PROCES Procedure for

SPSS Version 3.00

ومن ثم فطريقة البوتستراب Bootstrapping (Hayes, 2013,109) تركز على التأثير غير المباشر حيث أن قيمة التأثير غير المباشر للمتغير المستقل (الاحترق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) في وجود الوسيط فقيمه (٠.٠٤٣٧) وجاء ذو دلالة احصائية والصفر لم يتوسط حدود الثقة $LLCI=0.0125$ و $ULCI=0.0855$ ومن

ثم لم يقاطعهما الصفر، أى أنه مجال الثقة (٩٥%) لا يتضمن الصفر ولا يزيد عن الصفر، وهذا يدعم الفرض بأن هناك دور وسيط للشعور بالذنب فى العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية.

وللتوضيح فإن القيمتين $LICI=0.125$ ، $ULCI = 0.0855$ ، $ab=0.0437$ (٩٥%)

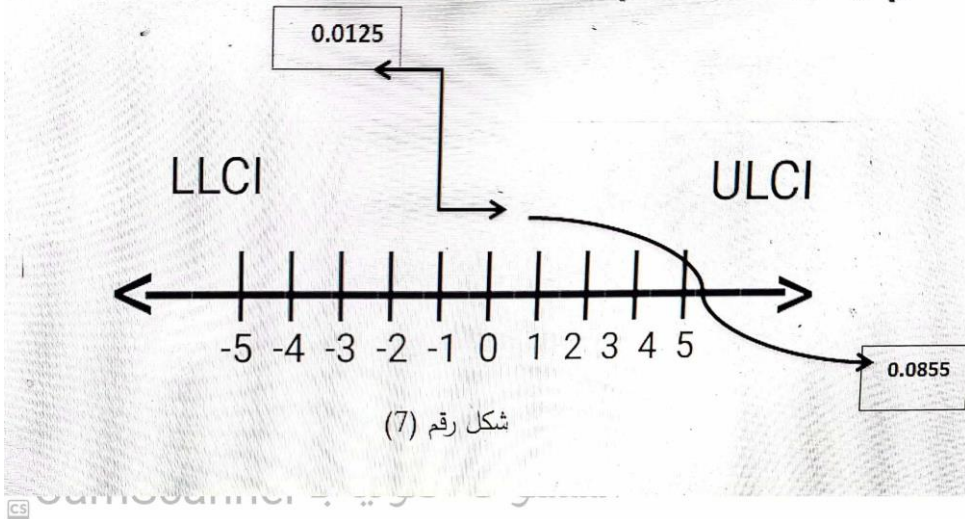
الحد الأدنى لـ بوتستراب مجال الثقة: Lower Limite of the Bootstrap Confidence interval: Boot LICI

الحد الأعلى لـ بوتستراب مجال الثقة: Upper Limite of the Bootstrap Confidence interval: Boot ULCI

ويمكن تمثيل ذلك بالشكل التالي حيث ان القيمتين العليا والدنيا لحدود الثقة لا يقاطعهما

الصفر

ويمكن تمثيل ذلك بالشكل التالي حيث ان القيمتين العليا والدنيا لحدود الثقة لا يقاطعهما الصفر



شكل رقم (٧)

- ولتوضيح ايضا طريقة البوتستراب بالاعتماد على مخرجات برنامج الاموس
- تم استخدام تحليل الانحدار الخطي عن طريق برنامج الاموس لكل فرض بشكل مستقل
ومتغير تابع دون وجود المتغيرات الاخرى.

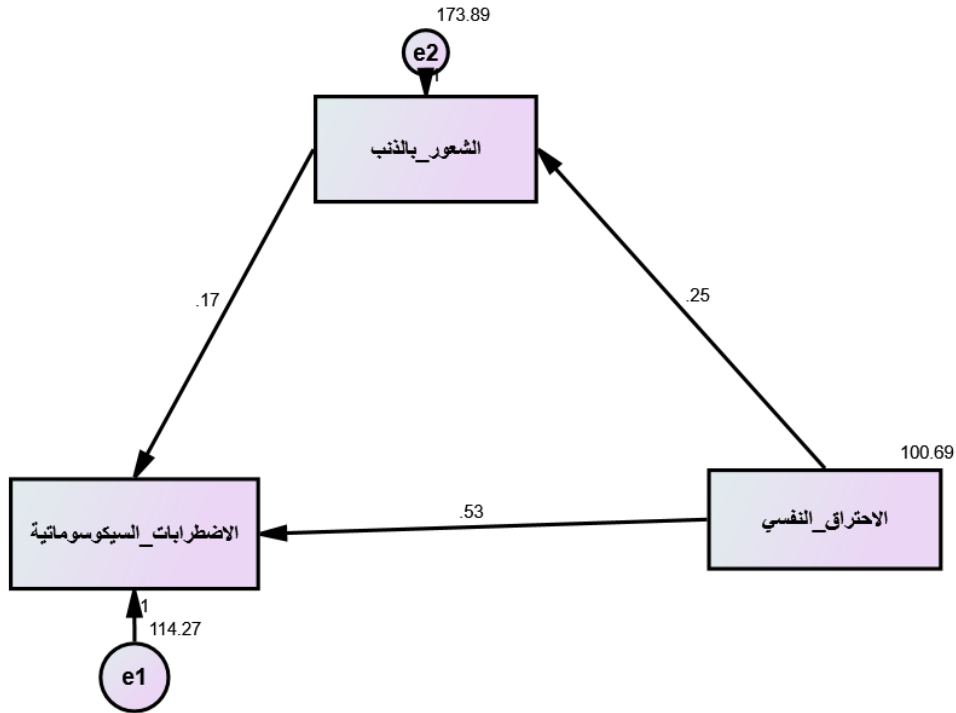
جدول (٢٦)
معاملات الانحدار المعيارية واللامعيارية للنماذج الثلاث كل على حده

النموذج	الفروض	معاملات الانحدار اللامعيارية B	الخطأ المعياري S.E	القيمة الحرجة C.R.	الدلالة P	التأثير المباشر المعياري Beta	المتباين المفسر
النموذج (١)	تأثير الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوماتية	٠.٥٧٦	٠.٠٦٣	٩.١٥٧	٠.٠٠٠	٠.٤٦٧	٠.٢١٨
النموذج (٢)	تأثير الاحتراق النفسي على الشعور بالذنب	٠.٢٥٢	٠.٠٧٦	٣.٣٢١	٠.٠٠٠	٠.١٨٨	٠.٠٣٥
النموذج (٣)	تأثير الشعور بالذنب على الاضطرابات السيكوسوماتية	٠.٢٤٨	٠.٠٥١	٤.٨٤٩	٠.٠٠٠	٠.٢٧٠	٠.٠٧٣

جدول (٢٧)
أشكال مسارات التأثيرات اللامعيارية للنماذج الثلاث

<p>119.50 e1 1 100.69 الاضطرابات_السيكوسوماتية الاحتراق_النفسي 100.69 .58</p>	النموذج الأول
<p>173.89 e1 1 100.69 الشعور_بالذنب الاحتراق_النفسي 100.69 .25</p>	النموذج الثاني
<p>141.78 e1 1 180.29 الاضطرابات_السيكوسوماتية الشعور_بالذنب 180.29 .25</p>	النموذج الثالث

وللتحقق من الوساطة فقد تم ايجاد تأثير المتغير المستقل (الاحتراق النفسي) على المتغير التابع (الاضطرابات السيكوسوماتية) في وجود الوسيط. من خلال النموذج السببي الذي يجمع المتغيرات الثلاث (المستقل والوسيط والتابع).



شكل (٨) مسارات معاملات الانحدار اللامعيارية بين المتغير المستقل وكل من الوسيط والتابع حيث تم استخدام برنامج الأموس واستخراج معاملات الانحدار اللامعيارية (التأثيرات المباشرة اللامعيارية)، ومعاملات الانحدار المعيارية (التأثيرات المباشرة المعيارية) والقيم الحرجة ودالاتها جدول (٢٨) ثم ايجاد التأثيرات غير المباشرة اللامعيارية ودالاتها والتأثيرات غير المباشرة المعيارية وحدود الثقة باستخدام طريقة البوتستراب فى النموذج

جدول (٢٨)

معاملات الانحدار اللامعيارية والمعيارية ودلالاتها والتأثير المباشر

النموذج	الفروض	معاملات الانحدار اللامعيارية B	الخطأ المعياري S.E	القيمة الحرجة C.R.	الدلالة P	التأثير المباشر المعياري Beta	الدلالة P
النموذج (١)	تأثير الاحتراق النفسي على الشعور بالذنب	٠.٢٥٢	٠.٠٧٦	٣.٣٢١	٠.٠٠٠	٠.١٨٨	٠.٠١١ دالة عند مستوى (٠.٠٥)
النموذج (٢)	تأثير الاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية	٠.٥٣٢	٠.٠٦٣	٨.٤٩٩	٠.٠٠٠	٠.٤٣٢	٠.٠٢٦ دال عند مستوى (٠.٠٥)
النموذج (٣)	تأثير الشعور بالذنب على الاضطرابات السيكوسوماتية	٠.١٧٣	٠.٠٤٧	٣.٧٠٥	٠.٠٠٠	٠.١٨٨	٠.٠٠٩ دال عند مستوى (٠.٠٠١)

جدول (٢٩)

التأثيرات غير المعيارية واللامعيارية وحدود الثقة لها (البوتستراب)

التأثيرات غير المباشرة للاحتراق النفسي		حدود الثقة للتأثير غير المباشر للاحتراق النفسي	
اللامعيارية	المعياري	الحد الاعلى	الحد الادنى
٠.٠٤٤	٠.٠٣٥	٠.٠٨٢	٠.٠١٦

- وجود تأثير للاحتراق النفسي على الشعور بالذنب حيث بلغ التأثير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.252, P<0.01)، وقيمة التأثير المباشر المعياري (beta=0.188).

- وجود تأثير للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية حيث بلغ التأثير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.532, P<0.01)، وقيمة التأثير المباشر المعياري (beta=0.432).

وجود تأثير للشعور بالذنب على الاضطرابات السيكوسوماتية حيث بلغ التأثير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.173, P<0.01)، وقيمة التأثير المباشر المعياري (beta=0.188).

وجدود تأثير غير مباشر للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية من خلال الشعور بالذنب حيث بلغ قيمة التأثير غير المباشر اللامعيارى ودلالته (B=0.044, P<0.01)

وقيمة التأثير غير المباشر المعياري ($\beta=0.035$)، وتراوحت حدود الثقة من (٠.٠١٦) إلى (٠.٠٨٢).

يلاحظ من ذلك أن التأثير المباشر اللامعياري للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية بلغت ($B=0.576, P<0.01$) وقيمة التأثير المباشر المعياري ($\beta=0.467$) وذلك دون وجود الوسيط، بينما قيمة التأثير المباشر اللامعياري للاحتراق النفسي على الاضطرابات السيكوسوماتية بلغت ($B=0.532, P<0.01$) وقيمة التأثير المباشر المعياري ($\beta=0.432$)، في وجود الوسيط؛ ومن ثم فاذا نظرنا إليها في ضوء طريقة بارون وكيينى فإنه قد انخفض التأثير المباشر بين المستقل والتابع عند وجود الوسيط عنه عندما لم يكن موجودا وبالتالي فإن متغير الشعور بالذنب متغير ذو وساطة جزئية، أما طريقة البوتستراب وهي المستهدفة هنا فتركز على التأثير غير المباشر ويلاحظ أن قيمة التأثير غير المباشر للمتغير المستقل على المتغير التابع في وجود الوسيط جاءت ذو دلالة احصائية والصفر لم يتوسط حدود الثقة، ولكن التأثير المباشر بين المستقل والتابع مازال دالاً احصائياً ومن ثم فالشعور بالذنب ذو وساطة جزئية.

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع نتيجة بعض الدراسات، مثل دراسة (2020) Marin et al., والتي اعتُبر فيها أن الاكتئاب والاضطرابات السيكوسوماتية بمثابة عواقب لأعلى مستويات مشاعر الذنب المتعلقة بالاحتراق النفسي، ودراسة Ferraz et al. (2021) التي أكدت على الدور الوسيط للشعور بالذنب في العلاقة بين الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية للمعلمين.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء نظرية حالات القوة للمشاعر، والتي رأت أن شعور المرء بالذنب يُشعره بأنه لا يستحق القدر من المكانة التي وضعها لنفسه، ويرى أن المخرج الوحيد من الشعور بالذنب ليس بالعقاب وإنما بالتعويض أو التصالح، فيقوم بتصرفات إيجابية ليعيد مكانته في عيون الآخرين كما كانت من قبل، وليشعر براحة البال والرضا عن ذاته، مما يقلل من شعوره بالذنب، فينخفض لديه الاحتراق النفسي ومن ثم تقل احتمالية الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية.

ويُفسر ذلك بأنه ربما يرجع إلى طبيعة مهنة المعلمين، باعتبارها من المهن التي يراعي ذويها أخلاقيات المهنة، ومن ثم فإن توافر الشعور بالذنب لديهم، يؤدي إلى الحرص الزائد على أداء

المهام والاهتمام بالطلاب والتعامل معهم، مما يشعرهم بالرضا عن أداء المهام الموكلة إليهم، وبالتالي ينخفض مستوى الاحتراق النفسي لديهم، وهذا بالتبعية يقلل احتمالية الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية.

ويتضمن الشعور بالذنب ثلاثة أبعاد، أولها (بعد الشعور بالذنب تجاه الذات)، وهذا يعني أن الفرد الذي يشعر بالذنب تجاه ذاته، يمتلكه إحساس بالتقصير في حق نفسه، فهو دائم الشعور بأنه غير مرحب به من الآخرين، مما يدفعه للقيام ببعض السلوكيات التي تحقق له الرضا الذاتي، ورضا الآخرين عنه، ومن ثم فإنه يصبح أكثر تقبلاً لأي ضغوط خارجية، مما يقلل من احتمالية تعرضه للاضطرابات السيكوسوماتية نتيجة انخفاض الحد الأدنى للاحتراق النفسي.

كما يتضمن الشعور بالذنب بعد (الشعور بالذنب تجاه الطلاب) وهذا يعني أن المعلم يعطي الطلاب حقوقهم دون البحث عن مقابل، فيتقبل أية ضغوطٍ منهم، ويعتبر ملاحظات طلابه أمراً مسموحاً لهم، بل ومن حقهم، وأن يقوم بواجباته بشكلٍ طبيعي، فلا يعتبر ما يُمارس عليه من الطلاب ضغوط ولكنها واجبات وحقوق، مما يقلل من مستوى الاحتراق النفسي، ويخفض من احتمالية الشعور بالاضطرابات السيكوسوماتية.

كما يعتبر بعد (عواقب الشعور بالذنب تجاه الذات والطلاب) البعد الثالث للشعور بالذنب، فعندما ينخفض مستوى الشعور بالذنب تجاه الذات وتجاه الطلاب، يكون المعلم قد نجح في إحداث التوازن بين الذات والطلاب، كما أنهم ينظرون إلى المستقبل نظرة إيجابية تساعد على تقبل أي ضغوط أو تكاليفات أو مهام سواء تجاه الطلاب أو تجاه مهنتهم بشكلٍ عام، مما يقلل من الاحتراق النفسي لديهم، ويخفض من احتمالية تعرضهم للإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية.

التوصيات:

- ١- تفعيل دور الإرشاد النفسي لمعلمي المدارس بجميع المراحل التعليمية للتخفيف من حدة الاحتراق النفسي لديهم.
- ٢- تصميم برامج إرشادية لتدريب المعلمين على كيفية التعامل مع الاضطرابات السيكوسوماتية.
- ٣- تزويد المعلمين بجميع المراحل التعليمية بنشرات نفسية وتربوية للتوعية بالآثار المترتبة على الاحتراق النفسي والشعور بالذنب والاضطرابات السيكوسوماتية.
- ٤- متابعة المشكلات المهنية للمعلمين ومحاولة حلها.
- ٥- مناقشة وزارة التربية والتعليم بضرورة إمداد المدارس بعدد كافٍ من الأخصائيين النفسيين، لمناقشة مشكلات المعلمين النفسية ومحاولة علاجها.
- ٦- لابد أن يكون هدف البحوث المستقبلية إجراء تحليلات بعدية لبحوث الاضطرابات السيكوسوماتية للمعلم للوقوف على الأسباب الرئيسية المؤدية لتلك الاضطرابات في البيئة المصرية.
- ٧- كما يجب على كل منا كمهنيين أن نتعامل مع مشكلات وتحديات العمل بمرونة وعقلانية، وقايةً من التعرض لخطر الإصابة بالاضطرابات السيكوسوماتية التي لن يجدي معها العلاج الدوائي.
- ٨- كما توصي الباحثة أن تُنظم دورات بالأكاديمية المهنية للمعلمين عن استراتيجيات مواجهة المشكلات المهنية، والتدريب على التنظيم الانفعالي، حيث لوحظ اهتمام تلك الأكاديمية بالجانب التدريسي فحسب وإغفال الجانب الانفعالي للمعلم.
- ٩- أن يخصص جزء مالي بكل مدرسة لمساعدة المعلمين مادياً ممن يعانون من اضطرابات سيكوسوماتية في الكشف والعلاج، كونها عالية التكاليف.
- ١٠- أن تُجرى فحوصات نفسية وطبية بصفة دورية للمعلمين بجميع المدارس للاكتشاف المبكر لحالات الاحتراق النفسي والاضطرابات السيكوسوماتية، لمنع الحالات المرضية من التفاقم والتدهور النفسي والجسمي.

البحوث المقترحة:

يمكن في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج اقتراح بعض الموضوعات البحثية مثل:

- ١- فعالية العلاج بالتقبل والالتزام للتخفيف من حدة الاحتراق النفسي في خفض أعراض الاضطرابات السيكوسوماتية لدى معلمي المرحلة الابتدائية.
- ٢- دراسة سيكومترية اكلينيكية للبروفایل الشخصي لمعلمي المرحلة الثانوية ذوي الاحتراق النفسي المرتفع.
- ٣- الاحتراق النفسي وعلاقته بالكفاءة الاجتماعية لدى المعلمين.
- ٤- الشعور بالذنب وعلاقته بالالتزام المهني لدى المعلمين (دراسة سيكومترية اكلينيكية).

قائمة المراجع

- أحمد عكاشة، وطارق عكاشة (٢٠١٨). الطب النفسي المعاصر. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- آمال عبد السميع باظة (١٩٩٦). اختبار مشاعر الذنب. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
- باهي سلامي (٢٠٠٩). الاضطرابات السيكوسوماتية (النفسجسمية) لدى معلمي المرحلة: دراسة ميدانية على عينة من معلمي أربع ولايات جزائرية. دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة عمار ثليجي بالأغواط، ٣(٩)، ١٦٧-٢٠٢.
- جمعة عبدالرحمن غيث (٢٠١٧). الشعور بالذنب وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة القلعة، جامعة المرقب -كلية الآداب والعلوم بمسلاته.
- حسن مصطفى عبدالمعطي (٢٠٠٣). الأمراض السيكوسوماتية "التشخيص - الأسباب - العلاج". القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- سمير سعد حامد، وماجدة حسين محمود (٢٠١٠). الاحتراق النفسي والأعراض السيكوسوماتية لدى معلمي التربية الخاصة. حوليات آداب عين شمس، كلية الآداب، ٣٨، ٣١٣-٣٨٠.
- عزت عبد الحميد محمد حسن (٢٠١٦). الاحصاء النفسى والتربوى: تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18. القاهرة: دار الفكر العربى.
- العزیز وردة (٢٠١٦). الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي بالتطبيق على معلم المرحلة الابتدائية. مجلة التنمية وإدارة الموارد البشرية، (٥)، ٣٧٤-٣٩٥.
- علا عبدالباقي إبراهيم (٢٠١٥). الأمراض النفسجسمية السيكوسوماتية. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.
- قطب عبده حنور (٢٠١٢). فعالية برنامج معرفي سلوكي لخفض مستوى الشعور بالذنب وأثره على الاكتئاب لدى عينة من المكفوفين. مجلة كلية التربية، جامعة دمنهور، ٤(٢)، ١١٢-١٦٤.
- قطب عبده حنور (٢٠١٩). فعالية برنامج معرفي سلوكي إيجابي في خفض الشعور بالضغط النفسية للتخفيف من أعراض الاضطرابات النفسجسمية لدى الطالبات الأمهات العاملات. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٣٠(١١٩)، ١-٦٤.
- قويدري على (٢٠١٦). الإضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من مدرسي الطور الإبتدائي والمتوسط : دراسة ميدانية بولاية الأغواط. دراسات، جامعة عمار ثليجي بالأغواط، ٤٣، ١٠٥-١١٩.
- Ainuru, Z., & Eldiir, S. (2021). Professional Burnout of Teachers at Higher Educational Institutions, Paper presented at the NORDSCI International Conference (Online, Oct 11-13, 2021), 123-130.

- Alfuqaha, O., Alsharah, H. (2018). Burnout among nurses and teachers in Jordan: a comparative study, *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 2, 55-65.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)*. Washington, DC: American Psychiatric Pub.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182.
- Bauer J, Stamm A, Virnich K, Wissing K, Müller U, Wirsching M, Schaarschmidt U. Correlation between burnout syndrome and psychological and psychosomatic symptoms among teachers (2006). *Int Arch Occup Environ Health*. 2006 Mar; 79(3):199-204. doi: 10.1007/s00420-005-0050-y. Epub 2005 Oct 29. PMID: 16258752.
- Cândeia DM, Szentagotai-Tătar A. (2018). Shame-proneness, guilt-proneness and anxiety symptoms: A meta-analysis, *J Anxiety Disord*, 2018 Aug;58:78-106. doi: 10.1016/j.janxdis.2018.07.005. Epub 2018 Jul 21. PMID: 30075356.
- Cerna A, Malinakova K, Van Dijk JP, Zidkova R, Tavel P.(2021). Guilt, shame and their associations with chronic diseases in Czech adults, *Psychol Health Med*, 27(2):503-512. doi: 10.1080/13548506.2021.1903058. Epub 2021 Aug 17. PMID: 34402335.
- Edú-Valsania S, Laguía A, Moriano JA(2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *Int J Environ Res Public Health*. Feb 4; 19(3):1780. doi: 10.3390/ijerph19031780. PMID: 35162802; PMCID: PMC8834764.
- Evenson, Aixa E. (2022) "*Reducing Employee Burnout: The Role of Organizations*". Leadership Education Capstones. 78
- Fang G, Zhou X, Xin Y, Li M, Li F, Zhang W, Li B, Wang Y. Mental Health of Primary and Secondary School Teachers in the Remote Mountain Areas. *Medicina (Kaunas)*. 2023 May 17;59(5):971. doi: 10.3390/medicina59050971. PMID: 37241203; PMCID: PMC10222360.
- Farouk, S. (2012). What can the self-conscious emotion of guilt tell us about primary 2- school teachers' moral purpose and the relationships they have with their pupils? *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 18, 491-507.
- Faúndez, V., Gil-Monte, P., & Ferraz, (2014). The mediating role of feelings of guilt in the relationship between burnout and the consumption of tobacco and alcohol, *Japanese Psychological Research*, 56(4), 340-348.

- Ferraz, H., Gil-Monte, P., Grau-Alberola, S., & Do Couto, B. (2021). The Mediator Role of Feelings of Guilt in the Process of Burnout and Psychosomatic Disorders: A Cross-Cultural Study, *Sec. Health Psychology*, 12, 1-13.
- García-Carmona, M., Marín, M. D., and Aguayo, R. (2019). Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta-analysis. *Soc. Psychol. Educ.* 22, 189–208.
- García-Carmona, M., Marín, M. D., and Aguayo, R. (2019). Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta-analysis. *Soc. Psychol. Educ.* 22, 189–208.
- Gil-Monte, P.R. CESQT Cuestionario para la Evaluación del Síndrome de Quemarse por el Trabajo; TEA Ediciones: Madrid, Spain, 2011.
- Guidetti, G., Viotti, S., Gil-Monte, P. R., and Converso, D. (2017). Feeling Guilty or Not Guilty. Identifying Burnout Profiles among Italian Teachers. *Curr. Psychol.* 37, 769–780. doi: 10.1007/s12144-016- 9556-6.
- Hammarström, P., Rosendahl, S., Gruber, M., & Nordin, S. (2023). Somatic symptoms in burnout in a general adult population, *Journal of Psychosomatic Research*, 168, 1-7.
- Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. Guilford publications.
- Hurley, D. (2021). Extinguishing Teacher Burnout, *BU Journal of Graduate Studies in Education*, 13(2), 22-27.
- Kariou A, Koutsimani P, Montgomery A, Lainidi O. Emotional Labor and Burnout among Teachers: A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Dec 3;18(23):12760. doi: 10.3390/ijerph182312760. PMID: 34886485; PMCID: PMC8657663.
- Keffane, S., & Bouazza, S. (2021). Emotional exhaustion and psychosomatic symptoms for doctors working in hospitals resulting Coronavirus pandemic outbreak, *Advances in Educational Technology and Psychology*, 5, 58-66.
- Koutsimani, P., Montgomery, A., & Georganta, K., (2019). The Relationship between Burnout, Depression, and Anxiety: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Frontiers in Psychology*, 10, 1-19.
- Lauermann, F., & König, J. (2016). Teachers' professional competence and wellbeing Understanding the links between general pedagogical knowledge, self-efficacy and BU *Journal of Graduate Studies in Education*, Volume 13, Issue 2, 2021 27
- Luck T, Luck-Sikorski C. Feelings of guilt in the general adult population: prevalence, intensity and association with depression. *Psychol Health*

- Med. 2021 Oct;26(9):1143-1153. doi: 10.1080/13548506.2020.1859558. Epub 2020 Dec 9. PMID: 33295786.
- Mahmoodi, M., Hosseiniyar, S., & Samoudi, N. (2022). EFL Teachers' Classroom Management Orientation, Self-Efficacy, Burnout, and Students' L2 Achievement, *Issues in Teachers' Professional Development*, 24, 29-44.
- Marín, A., Rubio, A., & Gil-Monte, P.(2020). Influence of Burnout and Feelings of Guilt on Depression and Health in Anesthesiologists, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 9267; doi:10.3390/ijerph17249267.
- Mawhinney & Rinke (2018).I Just Feel So Guilty The Role of Emotions in Former Urban Teachers' Career Paths, *Urban Education*, 53(9) 1079–1101.
- Meeusen, V., Vandam, K., & Mahoney, C. (2009). Burnout, psychosomatic symptoms and job satisfaction among Dutch nurse anaesthetists: a survey, *The Acta Anaesthesiologica Scandinavica Foundation*, 54, 616-621.
- Paassen, V. (2021). On guilt and feelings of guilt: a psychodynamic perspective you always hurt the one you love, Article Retrieved from <https://www.researchgate.net>.
- Perlinger, J., Gisch, H., Johannes, C. (2022). Perlinger J, Gisch H, Ehrental JC, Montag C, Kretschmar T. Structural impairment and conflict load as vulnerability factors for burnout - A cross-sectional study from the German working population. *Front Psychol*. 2023 Jan 24;13:1000572. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1000572. PMID: 36778164; PMCID: PMC9912933.
- Pettersen, K. (2012). Theories of Shame and Guilt, Article Retrieved from *Praktisk Filosofi - Practical Philosophy: Theories of shame and guilt* (kaaretorgnypettersen.blogspot.com).
- Pineles, S., Street, E., & Koenen, K. (2006). The Differential Relationships of Shame–Proneness and Guilt–Proneness to Psychological and Somatization Symptoms, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(6), <https://doi.org/10.1521/jscp.2006.25.6.688>.
- Podriguez, R., Fernando, L., & Cecilia, C. (2008). Psychological and psychosomatic disorders: a survey of teachers in Mexico, *Salud de los Trabajadores [online]*, 16(2), 73-86.
- Prado, P, Korelo, j,& da Silva, D.(2014) MEDIATION, MODERATION AND CONDITIONAL PROCESS ANALYSIS, *Brazilian Journal of Marketing -BJM, Edição Especial –Vol. 13, n. 4., 4-24*
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator

- models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>.
- Rabasa, B., Figueiredo-Ferraz, H., Gil-Monte, P. R., and Llorca-Pellicer, M. (2016). The Role of Guilt in the Relationship Between Teacher's Job Burnout Syndrome and the Inclination Toward Absenteeism [El papel de la culpa en la relación entre el síndrome de quemarse por el trabajo y la inclinación al absentismo de profesores de enseñanza]. *Rev. de Psicodidáctica* 21, 103–119. doi: 10.1387/RevPsicodidact.13076
- Scaffidi Abbate C, Misuraca R, Roccella M, Parisi L, Vetri L, Miceli S.(2022). The Role of Guilt and Empathy on Prosocial Behavior. *Behav Sci* (Basel). 12(3):64. doi: 10.3390/bs12030064. PMID: 35323383; PMCID: PMC8945273.
- Stewart, C.A., Mitchell, D.G., MacDonald, P.A. et al. The psychophysiology of guilt in healthy adults. *Cogn Affect Behav Neurosci* (2023). <https://doi.org/10.3758/s13415-023-01079-3>
- Werang, B. R., Leba, S. M. R., Agung, A. A. G., Wullur, M. M., Yunarti, B. S., & Asaloei, S. I., (2021). Indonesian teachers' emotional exhaustion and commitment to teaching: A correlational study. *Cypriot Journal of Educational Science*. 16(2), 522-531
- Wettstein, Schneider, & Holtforth (2021). Teacher Stress: A Psychobiological Approach to Stressful Interactions in the Classroom, *Frontiers in Education*, 6, 1-6.
- Yoleri, S. (2018). Examining the association between burnout and temperament and character traits of preschool teachers. *Cypriot Journal of Educational Science*. 13(2), 436–44.