DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية (دراسة تطبيقية)

غيث احمد سعود العدوان
الاردن
البريد الالكتروني: gaithaladwan3@gmail.com

الملخص

لقد هدفت هذه الدراسة لمعرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية، وذلك في مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز، وتم توظيف النهج الوصفي التحليلي. لتحقيق الغايات المقصودة من هذه الدراسة، عمل الباحث على اختيار عينة مكونة من 208 معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الابتدائية من ستة عشر (16) مدرسة من المدارس الحكومية الاردنية الواقعة في عمان، والكرك والزرقاء واربد، حيث جرى اختيار أربعة مدارس من كل مدينة، ولقد تم اختيار هؤلاء المعلمين عن طريق الاسلوب الطبقي العشوائي، وجرى توزيع استمارات الاستبيان على الافراد المبحوثين عن طريق البريد الالكتروني، وتم استعادة 191 استمارة من المبحوثين صالحة للتحليل، وتمثلت نسبة الاسترداد بالنسبة الاتية: 91.82%، وتم توظيف برنامج SPSS لغاية تحليل البيانات، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية تعد منخفضة في جميع المجالات مجتمعة ومنفردة، ولقد أوصى الباحث بتزويد مقدارا اكبر من الدعم النفسي والاجتماعي للمعلمين في الأردن، حيث سينعكس ذلك إيجابا على مخرجات التعلم، وجودة التعليم المدرسي في الأردن.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، المرحلة الابتدائية، المدارس الحكومية، الأردن.

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

The Psychological Burnout Level of Jordanian Public Primary School Teachers (An empirical study)

Ghaith Ahmad Soud Al-Aduan
Jordan
Email: gaithaladwan3@gmail.com

ABSTRACT

This study investigated the psychological burnout level of Jordanian public primary school teachers. It investigated that in in the following areas: (emotional exhaustion, depersonalization, and lack of personal accomplishment). A descriptive analytical approach is adopted to meeting the intended goals. The researcher selected 208 female and male primary teachers from 16 Jordanian public schools in Amman, Karak, Zarqa, and Irbid. From each city, 4 schools were selected. Those teachers were selected through the random stratified sampling method. Questionnaire forms were distributed those sampled teachers via email. 191 forms were retrieved and considered valid for analysis. The response rate is 91.82%. SPSS software was employed. The researcher found that the psychological burnout level of Jordanian public primary school teachers is low in all the targeted areas jointly and separately. He recommends providing more psychological and social support to teachers in Jordan. That shall positively affect the learning outcomes and the quality of school education in Jordan.

Keywords: Psychological burnout, public schools, primary schools, Jordan.

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

1. المقدمة

منذ بدايات ثمانينات القرن العشرين، اصبح الباحثون يولون االكثير من الاهتمام لمصطلح الاحتراق النفسي، وتم اجراء العديد من الدراسات حول الاحتراق النفسي لدى العاملين في العديد من المهن، كالمهن الاجتماعية والمهن الطبية، واصبح يتم إيلاء الاهتمام للاحتراق النفسي لدى العاملين في المجالات التربوية، كالمعلمين والقادة التربويين، ويعد عسكر واخرون (1986) اول من اجرى دراسة حول ظاهرة الاحتراق النفسي في المجال التربوي في العالم العربي (الحاتمي، 2014).

لقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي ما بين صفوف المعلمين بالكثير من الاهتمام، وذلك بسبب التحديات والمتطلبات المتزايدة التي يواجهها المعلمين منذ بداية القرن الواحد والعشرين. ان هذا التزايد يعزى الى العولمة وحرية تدفق المعلومات والثورة المعلوماتية. ان تزايد هذه التحديات والمتطلبات أدى الى زيادة الضغوط النفسية والبدنية على المعلم. من الأمثلة على هذه المتطلبات: وجوب قيام المعلم بتحسين مهارات القرن الحادي والعشرين لديه، وتشمل هذه المهارات: مهارة توظيف الاستراتيجيات التدريسية الحديثة، وذلك بشكلٍ يتناسب مع المادة ومحتواها، وتشمل هذه المهارات: مهارة استخدام الأجهزة التكنولوجية الحديثة، والبرامج الحديثة، مثل برنامج البوربوينت، وتشمل هذه المهارات: مهارات التفكير العليا (مثل مهارة حل المشكلات ومهارة التفكير الإبداعي ومهارة التفكير الناقد)، وتشمل مهارات القرن الحادي والعشرين: مهارة إدارة الصف ومهارة تحسين البيئة الصفية، ومهارة اختيار معايير مناسبة وفعالة للتقييم (المومني، 2018).

ولقد اصبح المعلم يواجه يواجه تحديات ثقافية وتربوية وتكنولوجية وبيئية واكاديمية، واصبح يتوجب على المعلم ان يعمل على تطوير كفاياته الاكاديمية والمهنية وان يلتحق ببرامج تعمل على تطويره في ظل المنافسة في سوق العمل، واصبح يتوجب على المعلم ان يمتلك رؤيا مستقبلية لتطوير ذاته وان يقود الطلبة باختلاف خلفياتهم الثقافية وان يقدم تعليم ذو جودة وان يكون قدوة لطلبته وزملائه، واصبح يتوجب على المعلم ان يتصدى للقضايا المجتمعية ونشر الوعي بالواجبات والحقوق والمسؤوليات المجتمعية، ولقد اصبح يتوجب على المعلم ان يعمل على حل النزاعات ما بين الافراد وإدارة الصراعات، وصقل الهوية ونشر القيم والفضائل في المجتمع (المومني،2018)

في ظل هذه التحديات المتزايدة التي يواجهها المعلمون، وتزايد المتطلبات التي يتوجب على المعلمون استيفائها، فلقد اصبح المعلمون يواجهون كماً كبيراً من الضغوط (المومني،2018)، وتؤدي المعاناة من هذه الضغوط لفترة طويلة الى معاناة المعلم من الاحتراق النفسي (العرايضة، 2016).

يعد Herbert Freudenberger اول من استخدام مصطلح الاحتراق النفسي، وهنالك العديد من التعريفات لهذا المصطلح، ويمكن تعريف هذا المصطلح على انه حالة تصيب الفرد تشمل الشعور بالوهن والتعب والارهاق والضعف بسبب الافراط في توظيف الجهود والطاقات، ويشير هذا المصطلح الى مجموعة من الاستجابات الناجمة عن الارهاق الجسدي والانفعالي لضغوط العمل (أبو بكر، 2007، ص.29)، ويمكن تعريفه ايضا على انه حالة من التعب ومجموعة من المؤشرات السلوكية الناجمة عن التعرض للضغط النفسي لفترة طويلة في مكان العمل (Branetti, 2001, 52).

يمكن تعريف هذا المصطلح على انه حالة تشمل ارهاق انفعالي وارهاق جسدي والسخط على العمل والسخط على الاخرين، وتبلد المشاعر وانخفاض الانتاجية، وفقدان الحماسة للعمل (السمادوني، 1995). أما محمد (1995)، فإنه يعرف الاحتراق النفسي على انه حالة نفسية تشمل الشعور بحالة من عدم الاستقرار النفسي والتوتر، ويصبح الفرد ميالا للعزلة، ويصبح لدى الفرد اتجاهات سلبية نحو الاخرين ونحو عمله (ص.249)، ويعرف الاحتراق النفسي بأنه حالة نفسية ناجمة عن قيام الفرد بالافراط في توظيف طاقاته لتلبية المتطلبات التي تفوق قدراته، وتترافق هذه الحالة مع انهماك واختبار اتجاهات ومشاعر سلبية تجاه الزملاء في مكان العمل والوظيفة (بطاينة والجوارنة، 2007، ص. 9). تبعاً للباحثين Maslach & Jackson (1981)، ان مجالات الاحتراق النفسي تشمل مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز.

هنالك العديد من المظاهر للاحتراق النفسي، وتشمل هذه المظاهر: انخفاض الكفاءة والطاقة في مكان العمل، وانخفاض الدافعية للعمل، ووزيادة عدد الأخطاء المرتكبة في العمل، وسرعة الاستثارة والانفعال، والمعاناة من الصداع بشكل متكرر، وزيادة الشعور بالإحباط، وزيادة الشكوك، وزيادة ساعات العمل مع انخفاض مقدار الإنجاز، وقد يؤدي الاحتراق النفسي الى اكتساب سلوكٍ ادماني، مثل الإدمان على الكحول والمواد الأخرى من

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

اجل تخفيف التوتر، وتشمل مظاهر الاحتراق النفسي: ازدياد بالسلبية وتراجع الصحة البدنية والمعاناة من الاكتئاب المرضي، وظهور انخفاض في مستوى رضا المعلم عن وظيفته، وزيادة تغيب المعلم عن عمله، وانخفاض معنويات المعلم، وحدوث خلل في تفاعل المعلم وتواصله مع الاخرين (Rožman et al., 2018)

هنالك العديد من الأسباب التي تؤثر على مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين، وتشمل هذه العوامل ما يلي: (الظفري، والقريوتي، 2010): 1)-عوامل ذات صلة بالفئة التي يقوم المعلم بالتعامل معها، 2)- عوامل ذات صلة بالدعم. 3)- عوامل ذات صلة بالخصائص الديموغرافية للمعلمين، 4)- عوامل ذات صلة بالبيئة التعليمية.

فيما يتعلق بالعوامل ذات صلة بالفئة التي يقوم المعلم بالتعامل معها، حيث أصبحت تحتوي الغرفة الصفية اليوم على طلبة يعانون من مشكلات سلوكية، وطلبة من ذوي الاحتياجات، والذين يتوجب دمجهم مع الطلبة العاديين، واصبح يتوجب على المعلم ان يتعامل مع هذه الفئات من الطلبة وان يتواصل معهم، وان يعمل على تدريسهم بكفاءة. ان الطلبة ذوي الاحتياجات يشملون الطلبة الذين يعانون من صعوبات في الكتابة والقراءة والحساب، والطلبة الذي يعانون من مشكلات نمائية، كضعف الانتباه وضعف الادراك وضعف التذكر وفرط النشاط والحركة، ويعد التعامل مع هؤلاء الطلبة مبعثاً للقلق بسبب صعوبة استيفاء احتياجاتهم الاكاديمية والنمائية (الظفري، والقريوتي، 2010)

فيما يتعلق بالعوامل ذات الصلة بالدعم، حيث يعمل نقص الدعم المقدم من قبل إدارة المدرسة والزملاء واولياء الأمور على زيادة شعور المعلمين بالاحتراق. ان أوجه الدعم هذه تشمل: قيام المدراء بتوضيح الادوار والمهام الموكلة الى المعلمين، وتقديم فرص الترقية والتطور المهني للمعلمين، وايكال مقدار معقول من المهام للمعلمين من قبل اولياء المعلمين والمدراء. يجدر الإشارة الى ان ان تقديم الدعم للمعلم سيسهم في تحفيز المعلمين، وتحسين أدائه (الظفري، والقريوتي، 2010)

فيما يتعلق بالعوامل ذات الصلة بالخصائص الديموغرافية للمعلمين، حيث يؤثر كلٍ من دخل المعلمين ومؤهلاتهم الاكاديمية وتخصصهم والدورات التي حصلوا عليها على مستوى الرضا الوظيفي لديهم، وبالتالي تؤثر هذه العوامل على الاحتراق النفسي لديهم. فيما يتعلق بالعوامل ذات الصلة بالبيئة التعليمية: حيث وجود بيئة تعلم هادئة تحتوي على مناخ نفسي ملائم ستنعكس إيجابا على مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين، كما ان توفر الأدوات والتقنيات والمعدات اللازمة والمواد التعليمية اللازمة ينعكس إيجابا على مستوى الاحتراق النفسي للمعلمين، لأن توفر هذه العناصر سيجعل المعلم يبذل جهداً اقل لشرح الدروس (الظفري، والقريوتي، 2010)

تعد ظاهرة الاحتراق النفسي من احدى المشكلات الهامة التي يعاني منها العديد من المعلمين في العالم، وتؤثر هذه الظاهرة على المعلمين بشكل سلبي في مجالاتٍ اكاديمية ونفسية واجتماعية (الخطيب، 2007)، واشار الرافعي والقضاة (2010) الى ان ظاهرة الاحتراقِ النفسي لدى المعلمين تؤثر سلبا على توافقهم المهني والاجتماعي والنفسي، واشار الاخيرون الى ان ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين تؤثر سلبا على اداء المعلمين وتصرفاتهم والسلوكيات التي يقومون بها. واشار Shen et al. (2015) الى ان ظاهرة الاحتراق النفسي تؤثر سلبا على دافعية المعلمين. في ظل وجود الكثير من التأثيرات السلبية لظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين، يرى الباحث في هذه الدراسة انه يتوجب معرفة درجات الاحتراق النفسي للمعلمين، حيث معرفة ذلك سيمكن متخذي القرار من اتخاذ قرارات تعمل على تحسين الحالة النفسية للمعلمين وخفض درجة الاحتراق النفسي لديهم وتحسين رضاهم عن ظروفهم المعيشية والمهنية. لذلك، عمل الباحث عبر الدراسة هذه على دراسة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية، وذلك في مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز

2. هدف الدراسة

لقد هدفت هذه الدراسة لمعرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية، وذلك في مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز

3. سؤال الدراسة

لقد هدفت هذه الدراسة للإجابة على ما يلي:

ما درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية، وذلك في مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز؟

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

4. أهمية الدراسة

تعد الدراسة الحالية هامة جدا، لأنها اول دراسة تعمل على دراسة درجة الاحتراق النفسي لمعلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية، وهذا سيساهم بشكل هام في اثراء المكتبة الاردنية فيما يتعلق بالبحوث ذات الصلة بالمعلمين وحالتهم النفسية، وتعد الدراسة الحالية هامة لأنها تعمل على تزويد الباحثين بأداة قيمة تمكنهم من قياس درجة الاحتراق النفسي بدقة وكفاءة، وتعد الدراسة الحالية هامة لأنها تعمل على توفير الباحثين باطار نظري وعددٍ من الدراسات السابقة التي تثري بحوثهم، وتعد الدراسة الحالية هامة لأنها تعمل على تزويد اصحاب القرار في وزارة التربية والتعليم بمعلومات حول الحالة النفسية لمعلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية ودرجة احتراقهم النفسي، وهذا سيمكن اصحاب القرار هؤلاء من اتخاذ قراراتٍ تسهم في تحسين الحالة النفسية للمعلمين ورضاهم عن وظائفهم ووضع خطط تعمل على تحقيق ذلك

5. حدود الدراسة

-الحدود المكانية: تعمل الدراسة الحالية على استهداف الصفوف الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية
-الحدود الزمنية: تم اجراء الدراسة هذه خلال الفصل الأول من العام الاكاديمي 2021/2020
-الحدود البشرية: تعمل الدراسة الحالية على استهداف معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية

6. محددات الدراسة

لا يمكن تعميم نتائج الدراسة هذه، لأن النتائج تختلف من دراسة لأخرى باختلاف نوع الأداة، وعدد بنودها، وحجم العينة وخصائصها

7. تعريفات الدراسة

7.1.التعريفات النظرية

-الاحتراق النفسي: يعرف الاحتراق النفسي على انه حالة نفسية تشمل الشعور بحالة من عدم الاستقرار النفسي والتوتر، ويصبح الفرد ميالا للعزلة، ويصبح لدى الفرد اتجاهات سلبية نحو الاخرين ونحو عمله (محمد، 1995، ص.249)، تبعاً للباحثين Maslach & Jackson (1981)، ان مجالات الاحتراق النفسي تشمل مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز
-الاجهاد الانفعالي: تشير الى حالة من استنفاذ لطاقات الفرد العاطفية وطاقاته النفسية، وتصل هذه المرحلة الى حالة يصبح فيها الفرد غير قادرٍ على العطاء (الحاتمي، 2014)
-تبلد المشاعر: تشير الى حالةً يصبح فيها الفرد قاسي، وبارد المشاعر ،ومتبلد المشاعر، ويتعامل بشكل غير إنساني مع الاخرين، ولا يكترث لمشاعر الاخرين (الحاتمي، 2014)
-نقص الشعور بالانجاز: يشير الى قيام المعلم بتقيم إنجازاته ونفسه بشكل سلبي، وعدم شعور الفرد بأنه راضٍ عن ممارساته اثناء اداءه لمهامه في العمل (الحاتمي، 2014)

7.2.التعريفات التطبيقية

-الاحتراق النفسي: يشير الاحتراق النفسي في الدراسة هذه الى حالة نفسية تشمل الشعور بارهاق جسدي وعاطفي والسخط على الاخرين والعمل، وتم قياس درجة الاحتراق النفسي في هذه الدراسة في مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر، ومجال نقص الشعور بالانجاز من خلال الاداة التي وظفها الباحث
-المدارس الحكومية: هي المدارس التي تتولى وزارة التربية والتعليم في الأردن مسؤولية الاشراف عليها وادارتها وتمويلها

8. الاطار النظري

8.1.أسباب الاحتراق النفسي

هنالك العديد من الأسباب التي تتسبب بالاحتراق النفسي.

تبعا للباحثين عسكر واخرن (1986)، من اسباب الاحتراق النفسي: فشل الوظيفة في تحقيق احتياجات الفرد النفسية، وتشمل هذه الاحتياجات: الحاجة للنمو والحاجة للاستقلالية والحاجة للتقدير والاحترام، وتشمل اسباب الاحتراق النفسي: عجز الفرد عن التحكم في بيئة العمل ، واتباع انظمة بيروقراطية في مكان العمل، وغياب المحبة وروح التعاون وروح الفريق الواحد في مكان العمل، وعدم اشراك الموظف في عملية اتخاذ القرار بسبب النظام البيروقراطي في مكان العمل، وتعمل الضغوطات من قبل المشرفين على التسبب بالاحتراق النفسي (عسكر واخرون، 1986)

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

تبعا للباحث القماح (2002)، تتمثل اسباب الاحتراق النفسي بما يلي: ازدياد اعباء التدريس على المعلم، وعجز المعلم عن القيام بضبط الطلبة سلوكيا، وعجز المعلم عن التحكم بامور مهنية ومخرجات المهمات التي يقوم بأدائها، وانخفاض دخل المعلم مقارنة بمهنٍ أخرى، ووجود تصورات سلبية لدى بعض الافراد تجاه مهنة التدريس (القماح، 2002)

تبعا للباحثين الخرابشة،، وعربيات (2005)، تتمثل اسباب الاحتراق النفسي بما يلي: 1)- اسباب شخصية: حيث يعتبر المعلمون ذوي المستوى العالي من الاخلاص والانتماء للعمل والالتزام في مكان العمل من اكثر الاشخاص عرض للمعاناة من هذه الظاهرة. 2)-اسباب اجتماعية: حيث ارتفاع سقف توقعات الموظفين من المؤسسات الاجتماعية في المجتمع يزيد من الاحتراق النفسي لديهم 3)-اسباب مهنية: بعبارة اوضح، ان فشل الفرد في استيفاء احتياجاته الأساسية (مأكل ومسكن ورعاية طبية) من خلال ممارسته لوظيفته سينعكس سلبا على الرضا الوظيفي للفرد وبالتالي سيزيد من ظاهرة الاحتراق النفسي (الخرابشة وعربيات، 2005)

ويرى Schlichte et al. (2005) ان هنالك ثلاث انواع من أسباب الاحتراق النفسي لدى المعلمين. النوع الأول يتمثل بأسباب ذات صلة ببيئة المدرسة الداخلية، وتشمل هذه الأسباب: جنس المعلم ودخل اسرته، وعمره وعمر تلاميذه. أما النوع الثاني والمتمثل بالأسباب ذات الصلة ببيئة المدرسة الخارجية)، فإنها تشمل: علاقة المعلم بزملائه في المدرسة، ومشكلات متصلة بإدارة المدرسة وسلوكيات الطلبة ونظام المدرسة، ويتمثل النوع الثالث بالاسباب المتصلة بالمعلم ذات، وتشمل هذه الأسباب انخفاض الدافعية والرضا الوظيفي وضعف بالقدرات والمهارات (Schlichte et al., 2005).

تبعا للباحثة أبو بكر (2007)، تتمثل اسباب الاحتراق النفسي بما يلي: 1)-الشعور بالقهر والضغط والاحباط في العمل لفترات طويلة، 2)-انخفاض مقدار المكافات بالنسبة للجهد المبذول في العمل 3)-وجود أعباء زائدة في العمل 4)- وجود الكثير من الاعمال الكتابية 5)- عدم وجود دعم كافٍ مقدم للمعلمين 6)- ضعف التواصل ما بين المعلمين والأطراف المعنية (كالزملاء والمدراء)، ونقص الموارد 7)-العمل لساعات طويلة بدون وجود فترات كافية للاستراحة 8)-ضعف العلاقات المهنية للفرد في مكان عمله 9)- الشعور بالعزلة والملل في مكان العمل 10)- صعف قدرة الفرد على التكيف مع ضغوط العمل 11)-خصائص شخصية (أبو بكر، 2007: 31)

تبعاً لمسعود (2010)، ان أسباب الاحتراق النفسي تشمل ضغوط الحياة، كالضغوط الاجتماعية ذات الصلة بالمشاكل الاسرية، والظروف الاقتصادية السيئة والتي تؤدي الى انتشار البطالة والكساد وارتفاع التضخم وانخفاض الدخل، وتشمل هذه الأسباب أيضا: التغيرات الاجتماعية وظهور مشاكل اجتماعية في المجتمع، مثل انتشار المخدرات، وتشمل هذه الأسباب الازدحام المروري، وتلوث البيئة مما يبث الكآبة في نفوس الافراد، وتشمل هذه الأسباب الحروب والحرائق والكوارث الطبيعية، وتباين الثقافات (مسعود، 2010).

أشار O'Brennan et al. (2017) ان نقص الثقة بالنفس يعمل على زيادة حدة اعراض الاحتراق النفسي لدى المعلمين (O'Brennan et al., 2017)، ولقد اشار Skaalvik & Skaalvik (2017) الى ان ظروف العمل تؤثر بشكل هام على مستوى الاحتراق النفسي، واشار Richards et al. (2018) الى ان علاقة المعلم بزملائه وروحه المعنوية و فعالية أساليب القيادة المتبعة في المدرسة تؤثر على مستوى الاحتراق النفسي. تبعا لـ Nygaard (2019)، ان نقص الدعم من الزملاء والمدراء يتسبب بظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين

8.2.مظاهر الاحتراق النفسي

تبعا للباحث البتال (2000،26)، تتمثل مراحل الاحتراق النفسي بثلاث مراحل، الا وهي: 1)- اختبار حالة من نقص الاهتمام بالحياة والعمل بشكلٍ عام. 2)- اجهاد انفعالي واجهاد جسمي 3)- اللوم والشك، وتمثل المرحلة الثالثة اقصى درجات الاحتراق النفسي (البتال، 2000). تبعا للقماح (2002)، تشمل مظاهر الاحتراق النفسي: ضعف قدرة الفرد على أداء عمله، وانهماك الفرد وتعبه في النواحي النفسية والبدنية، واستنفاذه للجهد (القماح، 2002)

تبعاً للشعبي (2003)، تنقسم مظاهر الاحتراق النفسي الى مظاهر جسدية وسلوكية ونفسية. تتمثل المظاهر الجسدية بالتعب الشديد والصداع، والم العضلات، والارهاق. تتمثل الاعراض السلوكية بانخفاض الأداء وتغيب الفرد عن عمله بشكلٍ متكرر، وقيام الموظف بالتعامل بقسوة مع العملاء، وانخفاض تفاعل الموظف في مكان عمله، وانخفاض ارتباطه بعمله وانتمائه لمكان عمله، ورغبة الفرد بترك العمل والتفاعد بشكلٍ سابقٍ لاوانه. الاعراض النفسية تشمل: المعاناة من الاكتئاب وفقدان الشهية والقلق والتوتر والملل والغضب والشعور بالذنب (الشعبي، 2003)

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

تبعا لـ Melamed et al. (2006)، تشمل مظاهر الاحتراق النفسي مظاهراً جسدية تتجلى بامراض القلب والاوعية الدموية، ومتلازمة الايض، ومشاكل في الغدد كالغدد النخامية والكظرية، ومشاكل في الجهاز العصبي، واضطرابات النوم، والتهابات وضعف في وظائف المناعة، واكتساب عادات صحية سيئة، ومشاكل دموية. تبعاً لجابر (2008)، ان مظاهر الاحتراق النفسي تنقسم لعدة أنواع، وتتمثل هذه الأنواع بمظاهر ذات صلة بالانهماك العقلي، ومظاهر ذات صلة بالانهماك البدني، ومظاهر ذات صلة بالانهماك الانفعالي، و ومظاهر ذات صلة بالتغير الشخصي نحو الأسوأ. فيما يتعلق بالمظاهر ذات صلة بالانهماك العقلي، فإنها تشمل الشعور بوجود عبئ ذهني كبير، والشعور بان الطاقة الذهنية مستنفذة، والميل بشكل اقل للتخطيط. فيما يتعلق بالمظاهر ذات صلة بالانهماك البدني، فإنها تشمل انخفاض اللياقة البدنية والشعور بالارهاق البدني بعد القيام بأداء المهام، والشعور بأن الوظيفة تعد منهكة بدنياً. فيما يتعلق بالمظاهر ذات الصلة بالانهماك الانفعالي، فإنها تشمل الشعور بالعصبية، والانفعال بشكل اكبر عند قيام البعض بارتكاب خطأ. يتعلق بالمظاهر ذات الصلة بالتغير الشخصي نحو الأسوأ، فإنها تشمل تحول الفرد الى شخص اكثر قسوة، واقل حماسا تجاه المهام التي يؤديها، ولوم الاخرين بشكل اكبر من السابق، وتمني اخذا إجازات واستراحات بشكل اكبر من السابق (جابر، 2008)

تبعا للباحث عواد (2010)، تشمل ظاهرة الاحتراق النفسي العديد من المظاهر، مثل: الانزعاج من ممارسة مهنة التدريس، وعدم الرغبة بمواكبة المستجدات، وعدم الرغبة بالتعلم، وإظهار عدائية نحو الأشياء التي يقترحها الطلبة، وقيام الفرد بتقييم أدائه بشكل بعيد عن الموضوعية، والعزلة، والابتعاد عن التفاعل مع أولياء الأمور والطلبة والزملاء، وتشمل ظاهرة الاحتراق شعور الفرد بالندم على الوظيفة التي اختار ان يمارسها او شعوره بالندم على قيامه باختيار التخصص الذي درسه ، والقيام باحتساب أيام العطل والاجازات باستمرار بسبب الرغبة من التهرب من الوظيفة (عواد، 2010)

9. الدراسات التطبيقية

لقد تم عرض الدراسات ادناه تبعاً للسنة التي نشرت فيها الدراسة:

هدف السلخي (2013) لقياس درجة مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي مادة التربية الإسلامية الذين يعملون في المدارس الخاصة في عمان، وتم اختيار عينة من خلال الاسلوب العشوائي، وتكونت العينة من 166 معلم ومعلمة، وقام الباحث بتوظيف مقياس ماسلاس للاحتراق النفسي (Maslach Burnout Inventory)، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي مادة التربية الإسلامية المبحوثين فيما يتعلق بالاجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر تعد متوسطة، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي مادة التربية الإسلامية المبحوثين فيما يتعلق بنقص الشعور بالانجاز يعد مرتفعا، وتبين ان الحالة الاجتماعية لا تؤثر على مستوى الاحتراق النفسي.

هدف الباحث الحاتمي (2014) لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان وعلاقة هذا المستوى بتوظيف اساليب حل المشكلات، وتم استخدام مقياسان، احدهما لقياس الاحتراق النفسي والاخر لقياس مدى توظيف اساليب مواجهة المشكلات، وتكونت عينة الدراسة من 84 معلماً و137 معلمة جرى اختيارهم من تسعة مدارس، وتم احتساب المتوسطات والانحرافات المعيارية، وتبين ان مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين العمانيين في الظاهرة يعد متوسطا، وتبين ان مدى توظيف اساليب حل المشكلات من قبلهم يعد متوسطا، وتبين وجود علاقة ايجابية دالة ما بين كل من مجال الاجهاد الانفعالي، ومجال تبلد المشاعر من جهة و مدى توظيف اساليب حل المشكلات من جهة اخرى، وتبين عدم وجود علاقة دالة ما بين مجال نقص الشعور بالانجاز من جهة و مدى توظيف اساليب حل المشكلات من جهة اخرى

هدفت دراسة المومني واخرون (2015) لمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية المهنية مقارنة بمعلمي المواد الاخرى في عجلون، وتكونت عينة الدراسة من 44 معلمة ومعلم من معلمي التربية المهنية، و40 معلمة ومعلم من معلمي المواد الاخرى. اي، بلغ حجم العينة الاجمالي 84 معلمة ومعلم، وتم توظيف مقياس الاحتراق النفسي، واشارت الدراسة الى ان مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية المهنية في عجلون تعد متوسطة، واشارت الدراسة لوجود فروق دالة احصائيا ما بين معلمي التربية المهنية ومعلمي المواد الاخرى لصالح معلمي التربية المهنية، وتشير النتيجة هذه الى ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية المهنية تعد اعلى من درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المواد الاخرى، وتبين عدم وجود تأثير للجنس على درجة الاحتراق النفسي للمبحوثين.

هدفت الباحثة طوالو (2016) الى معرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي الصف الثاني في محافظة اللاذقية، وعمل الباحث على اتباع نهج وصفي تحليلي، وتم توظيف استبيان، وتم اختيار عينة مكونة من 369 معلما، وتم

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

استرجاع 321 معلم من معلمي الصف الثاني في محافظة اللاذقية، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي فيما يتعلق بالاجهاد الانفعالي لدى معلمي الصف الثاني في محافظة اللاذقية تعد متوسطة، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي فيما يتعلق بنقص الشعور بالانجاز لدى معلمي الصف الثاني في محافظة اللاذقية تعد منخفضة، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي فيما يتعلق بتبلد المشاعر بالانجاز لدى معلمي الصف الثاني في محافظة اللاذقية تعد منخفضة، وتبين وجود فروق دالة احصائيا ما بين المبحوثين فيما يتعلق بمستوى الاحتراق النفسي في جميع الابعاد تعزى للجنس لصالح الاناث. فيما يتعلق بمجال الاجهاد الانفعالي، تبين ان المعلمين يشعرون ان طاقتهم مستنفذة بحلول نهاية الدوام، وتبين ان المعلمين يشعرون بالتعب والانهماك عندما يتذكرون صباحا ان عليهم التوجه لدوامهم لممارسة مهنة التدريس، وتبين ان مهنة التدريس تستنفذ الطاقة الانفعالية الخاصة بالمعلمين، وتبين ان هذه المهنة تسبب الإحباط وتجعلهم يشعرون كأنهم شارفوا على النهاية (طوالو، 2016).

فيما يتعلق بمجال تبلد المشاعر، تبين لدى طوالو (2016) ان مهنة التدريس تزيد من قسوة المعلمين، وتبين ان المعلمين لا يهتمون للمشاكل التي تواجه الطلبة، وتبين ان بعض الطلبة يلومون المعلمون على مشاكلهم، وتبين ان المعلمين يتعاملون مع بعض الطلبة بشكل غير انساني. فيما يتعلق بمجال نقص الشعور الإنجاز، تبين ان المعلمين يستطيعون خلق جو مريح نفسيا للطلبتهم، وتبين ان المعلمين يشعرون انهم ذو تأثير إيجابي على من حولهم، وتبين ان المعلمين يرون انفسهم نشطين وفاعلين، وتبين ان المعلمين يرون انفسهم انهم قد انجزوا الكثير من الإنجازات القيمة والهامة، وتبين ان المعلمين يشعرون بالسعادة عند حلول نهاية الدوام (طوالو، 2016).

هدفت دراسة العرايضة (2016) لمعرفة درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية الواقعة في الرس في السعودية، وتم اختيار عينة مكونة من اثنان وثلاثين معلماً، وتم توظيف مقياس الاحتراق النفسي، وتبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في المدارس الحكومية الواقعة في الرس في السعودية تعد متوسطة، وتبين ان الخبرة وعدد التلاميذ في الغرفة الصفية والتخصص والمرحلة الدراسة لا يؤثران على دجة الاحتراق النفسي، وتبين ان درجة شعور المعلمين بأن طاقتهم قد استنفذت بحلول نهاية الدوام تعد مرتفعة، وتبين ان قدرة المعلمين على ادراك مشاعر الطلبة يعد متوسطا، وتبين ان درجة شعور المعلمين بأنهم قاربوا على النهاية بسبب مهنتهم تعد متوسطة، وتبين ان درجة شعور المعلمين بالحيوية والنشاط تعد متوسطة، ودرجة شعورهم بالاحباط تعد متوسطة ، ودرجة قدرتهم على خلق جو تعليمي مريح نفسياً للطلبة يعد متوسطا، ودرجة شعور المعلمين بأنهم انجزوا الكثير من الاشياء القيمة تعد منخفضة، ودرجة شعور المعلمين بالانهماك صباحا عندما يتذكرون ان عليهم الذهاب للعمل تعد متوسطة.

10. المنهجية:

10.1. المنهج:

تم اتباع النهج الوصفي التحليلي

10.2. المجتمع والعينة

يتمل مجتمع الدراسة بجميع معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية، ولقد عمل الباحث على اختيار عينة مكونة من 208 معلم ومعلمة من معلمي المرحلة الابتدائية من ستة عشر (16) مدرسة من المدارس الحكومية الاردنية الواقعة في عمان، والكرك والزرقاء واربد، حيث جرى اختيار أربعة مدارس من كل مدينة، ولقد تم اختيار هؤلاء المعلمين عن طريق الاسلوب الطبقي العشوائي، وجرى توزيع استمارات الاستبيان على الافراد المبحوثين عن طريق البريد الالكتروني، وتم استعادة 191 استمارة من المبحوثين صالحة للتحليل، وتمثلت نسبة الاسترداد بالنسبة الاتية: 91.82%، وتم عرض خصائص المبحوثين ادناه:

الجدول (1): خصائص المبحوثين تبعا للمدينة، والمؤهل، والجنس

المتغير	الفئة	التكرارات	النسبة
الجنس	ذكور	94	49.21
	اناث	97	50.78
المدينة	عمان	48	25.13
	الكرك	49	25.65
	الزرقاء	46	24.08
	اربد	48	25.13
المؤهل الاكاديمي	بكالوريوس	143	74.869

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

	ماجستير	27	14.13
	دبلوم عالي	21	10.99
	دكتوراه	0	0

عدد افراد المبحوثين: 191

10.3. أداة الدراسة

لقد قام الباحث بتصميم استبان لجمع البيانات، تعمل صفحة الغلاف على التعريف باسم الباحث وعنوان ومشكلة الدراسة، وعمل الباحث على الاشارة الى ان البيانات ستعتبر بيانات سرية، وتعمل صفحة الغلاف على جمع البيانات الديموغرافية حول المبحوثين (كالجنس والمؤهل الاكاديمي، والمدينة)، وتهدف الاستبانة الى جمع البيانات حول درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية. يعمل الجزء الاول على جمع البيانات حول درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال الاجهاد الانفعالي، ويعمل الجزء الثاني على جمع البيانات حول درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال تبلد المشاعر، وتم تصميم الجزء الاول والجزء الثاني بناء على اداة الحاتمي (2014)، واداة طوالو (2016)، ويعمل الجزء الثالث على جمع البيانات حول درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال نقص الشعور بالانجاز، وتم تصميم الجزء الثالث بناء على أداة الحاتمي (2014).

10.4. صدق الأداة

للتأكد من مدى صدق أداة الدراسة، تم ارسال النسخة الاولية من الاداة الى خمسة مدرسين جامعيين مختصين في علم النفس، وخمسة مدرسين جامعيين مختصين في علم النفس التربوي، وجرى اختيار هؤلاء الخبراء من جامعات اردنية حكومية وخاصة، وطلب منهم تقييم هذه النسخة من حيث المحتوى، واللغة، والصلة بالمجال، واهداف الدراسة، والوضوح، وقرر الباحث ادراج البنود التي يوافق عليها 80% من الخبراء. في ضوء توصيات الخبراء، لقد تم تم ادراج جميع عبارات الاستبان، وتم فصل عبارة الى عبارتين منفصلتين، واشار الخبراء الى ان لغة الاداة سليمة وواضحة، و اشار الخبراء الى ان بنود الاداة تعتبر ذات صلة بهدف الدراسة والمجال المعني

10.5. ثبات الأداة

تم احتساب معامل كرونباخ الفا لكل مجال، وذلك لقياس ثبات الاستبانة

الجدول (2): قيم معامل كرونباخ الفا لكل مجال من المجالات المستهدفة

الرقم	المجال	قيمة معامل كرونباخ الفا
.1	المجال الأول: الاجهاد الانفعالي	0.86
.2	المجال الثاني: تبلد المشاعر	0.79
.3	المجال الثالث: نقص الشعور بالانجاز	0.82
	الإجمالي	0.82

ان القيمة الاجمالية قد بلغت 0.82 وتراوحت قيم المعامل ما بين (0.79- 0.86)، وهذا يبين ان مستوى ثبات اداة الدراسة يعد مرتفعاً، وتعمل الاداة على توفير نتائج موثوقة ودقيقة، وذلك لأن قيم هذا المعامل تعد اكبر من 0.70 كما اشار Salehi & Farhang (2019)

10.6. ادوات تحليل البيانات:

تم توظيف برنامج (SPSS) لتحليل البيانات ومعالجتها، وتم استخدام أساليب التحليل الوصفي (والمتمثلة بالانحرافات المعيارية والمتوسطات)، وتم احتساب النسب والتكرارات

10.7. معايير التحليل

من اجل تصنيف المتوسطات، تم اعتماد المعايير المذكورة ادناه، وتعد هذه المعايير معايير إحصائية

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

الجدول (3): معايير تصنيف المتوسطات

المدى	المستوى	الاتجاه
2.33 او اقل	منخفض	سلبي
2.34 -3.66	متوسط	حيادي
3.67 او اكثر	مرتفع	ايجابي

*المصدر: Aljbour (2020)

تم اعتماد مقياس ليكرت الخماسي المكون من الفئات والنقاط المدرجة ادناه

الجدول (4): فئات ونقاط مقياس ليكرت الخماسي المكون من خمس فئات

الفئة	النقاط
اوافق بشدة	5
أوافق	4
حيادي	3
لا أوافق	2
لا اوافق بشدة	1

* المصدر: Aljbour (2020)

11. النتائج والمناقشة

من اجل عرض إجابة هذا السؤال المدرج اعلاه، قام الباحث بحساب الانحرافات المعيارية والمتوسطات لكل مجال ، وجرى تصنيف المتوسطات الى فئات

الجدول (5): المتوسطات والانحرافات المعيارية الخاصة بكل مجال من مجالات الدراسة

الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	المستوى
.1	المجال الأول: الاجهاد الانفعالي	1.69	0.52	2	منخفض
.2	المجال الثاني: تبلد المشاعر	1.47	0.63	3	منخفض
.3	المجال الثالث: نقص الشعور بالانجاز	1.75	0.40	1	منخفض
	الإجمالي	1.68	0.51		منخفض

لقد تبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية تعد منخفضة وذلك لأن المتوسط الاجمالي بلغ 1.68، ويعزى هذا الى الاهتمام الذي توليه الحكومة الاردنية بالتعلم، ويعزى هذا الى قيام وزارة التربية والتعليم باتخاذ قرارات ووضع خطط للتصدي للتحديات التي تواجه المعلمين، ويعزى هذا الى ان انتشار التكنولوجيا قد سهل على المعلمين القيام بالعديد من المهام الاكاديمية وسهل عليهم التواصل مع الزملاء والعاملين، ولقد بلغ متوسط مجال نقص الشعور بالانجاز 1.75، وتم تصنيفه في المرتبة الاولى، وبلغ متوسط الاجهاد الانفعالي 1.69، وتم تصنيفه في المرتبة الثانية، وبلغ متوسط مجال تبلد المشاعر 1.47، وتم تصنيفة في المرتبة الثالثة

-المجال الأول: الاجهاد الانفعالي

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

الجدول (6): درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (الاجهاد الانفعالي)

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
.1	اشعر ان عملي يستنفذ طاقاتي من الناحية الانفعالية والنفسية	1.85	0.52	منخفض
.2	اشعر ان عملي يستنفذ طاقاتي من الناحية الجسدية	2.31	0.14	منخفض
.3	اشعر بالانهماك حين استيقظ صباحا واتذكر ان علي الذهاب لعملي لممارسة مهنة التدريس	1.96	0.83	منخفض
.4	ان التعامل مع الناس في العمل خلال اليوم يسبب لي الشعور بالاجهاد	1.37	0.55	منخفض
.5	اشعر بالإحباط بسبب ممارسة مهنة التدريس	1.27	0.69	منخفض
.6	اشعر وكأنني شارفت على النهاية نتيجة ممارسة مهنة التدريس	1.81	0.88	منخفض
.7	ينتابني صداع اثناء عملي بسبب ممارستي لهذه المهنة	1.59	0.29	منخفض
.8	ينتابني شعور بالغثيان اثناء عملي بسبب ممارستي لهذه المهنة	1.48	0.46	منخفض
.9	اشعر بالاختناق اثناء ممارستي لمهنة التدريس	1.62	0.39	منخفض
	الإجمالي	1.69	0.52	منخفض

*المصدر: الحاتمي (2014)، طوالو (2016)

تبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (الاجهاد الانفعالي) تعد منخفضة، لأن المتوسط الاجمالي بلغ 1.69، وقد تعزى هذه النتيجة الى اهتمام اولياء الامور والطلبة ومدراء المدارس بمشاعر المعلم، وقد تعزى هذه النتيجة الى شعور المعلمين بالاحترام والتقدير والمحبة من قبل زملائهم ومدرائهم واولياء الامور، وقد تعزى هذه النتيجة الى احترام العديد من افراد المجتمع مهنة التدريس، وتبين ان المعلمين يرون ان مهنتهم لا تستنفذ طاقاتهم النفسية وطاقاتهم العاطفية، لأن متوسط العبارة 1 بلغ 1.85، ويعزى ذلك الى شعور المعلمين بالراحة النفسية في مكان عملهم، وذلك يجعلهم في حالة من الاسترخاء في مكان العمل، وتبين ان المعلمين يشعرون ان علمهم لا يستنفذ طاقتهم الجسدية، وذلك لأن متوسط العبارة 2 بلغ 2.31، ويعزى ذلك الى تعاون الزملاء واولياء الامور معهم، ويعزى ذلك الى عدم ايكال مقدارا كبيرا من المهام الى المعلمين من قبل قبل المدراء.

تبين ان المعلمون لا يشعرون بالانهماك حيث يتذكرون صباحا ان عليهم التوجه لعملهم لممارسة مهنتهم، وذلك لأن متوسط العبارة 3 بلغ 1.96، وقد يعزى ذلك الى ان مهنة التدريس اصبحت تمكن المعلم من استيفاء احتياجاته المادية (مأكل، ومسكن، وخدمات طبية) وتعزى الى قيام الوزارة بتحسين البيئة التعليمية في المدارس الحكومية، حيث اصبح يتم تزويد المدارس بالاجهزة التكنولوجية وخدمات الانترنت، واصبحت الوزارة تتخذ اجراءات تعنى بتحسين المعلم مهنيا واستيفاء احتياجاته التدريبية من خلال التدريبات<

تبين ان المعلمون لا يشعرون بالاحباط او الصداع او الغثيان او الاختناق في مكان العمل بسبب ممارستهم لمهنة التدريس، وذلك لأن متوسطات العبارات رقم 5 و 7و8 و9 قد بلغت 1.27، 1.59، 1.48، 1.62 على التوالي، وقد يعزى ذلك الى رضا المعلمين عن حجم المهام الموكل اليهم وطريقة التعامل معهم، وشعورهم بالرضا عن مقدار الدعم والنفسي والمالي المقدم من قبل وزارة التربية والتعليم، وقد تعزى النتيجة الأخيرة الى حب المعلمين لمهنتهم، وتبين ان المعلمين لا يشعرون بأنهم شارفوا على النهاية بسبب ممارسة مهنة التدريس، لأن متوسط العبارة 6 بلغت 1.81، وتعزى هذه النتيجة الى ان رضا المعلمين عن ظروف العمل وقيام وزارة التربية والتعليم بتحسين أوضاعهم المالية ينعكس إيجابا على شعورهم بالامل وحبهم للحياه

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

المجال الثاني: تبلد المشاعر

الجدول (7): درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (تبلد المشاعر)

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
.1	لا اشعر ان لدي رغبة بالبقاء لمدة أطول مع الطلبة عند قضائي الوقت معهم	2.25	0.62	منخفض
.2	لا ارغب في خوض الاحاديث مع الأشخاص الموجودين في المدرسة التي اعمل فيها	2.17	0.80	منخفض
.3	لقد أصبحت قاسي القلب بسبب ممارستي لمهنة التدريس	1.05	0.91	منخفض
.4	لا اشعر بالسعادة عند قيامي بمناقشة الطلبة بخصوص مشاكلهم	1.18	0.25	منخفض
.5	لا اعامل الطلبة بشكل انساني أحيانا	0.52	0.47	منخفض
.6	أصبحت اتعامل بقسوة مع عائلتي بسبب ممارستي لمهنة التدريس	1.13	0.86	منخفض
.7	ان ممارستي لمهنة التدريس قد جعلتني متبلد المشاعر وقاسيا عند التعامل مع الاخرين	1.66	0.74	منخفض
.8	يلقي طلبتي اللوم علي بسبب مشاكلهم	1.38	0.43	منخفض
.9	ان المشاكل التي تواجه طلبتي لا تهمني	1.92	0.59	منخفض
	اجمالي	1.47	0.63	منخفض

المصدر: الحاتمي (2014)، طوالو (2016)

تبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (تبلد المشاعر) تعد منخفضة، وذلك لأن المتوسط الإجمالي بلغ 1.47، ويعزى ذلك الى ان وزارة التربية تنشر الوعي لدى المعلمين حول حقيقة ان طبيعة مهنة التدريس تقتضي من المعلم ان يكون ذو حسٍ انساني في التعامل مع الطلبة العاديين والطلبة ذوي المشاكل السلوكية، وان يكون رحيماً بهم لأنهم ما زالوا أطفالا، وهذا يجعل من المعلمين، ولقد تبين ان المعلمين يرغبون بقضاء مدة اكبر من الوقت مع الطلبة، وذلك لأن متوسط العبارة 1 بلغ 2.25، ويعزى ذلك الى ارتياح المعلمين في المناخ الصفي والمدرسي، ورضاهم عن ظروف العمل المحيطة بهم، وتبين ان المعلمين يحبون خوض احاديث مع الافراد في العمل، وذلك لأن متوسط العبارة رقم 2 بلغ 2.17، ويشير هذا الى وجود اهتمامات اجتماعية لدى المعلمين وشعورهم بالرغبة في الانخراط اجتماعيا مع الاخرين والرغبة بتكوين صداقات اجتماعية.

تبين ان مهنة التدريس لا تجعل المعلمين قساة القلب، لأن متوسط العبارة 3 بلغ 1.05، ويعزى ذلك الى ان التفاعل مع الأطفال ذوي البراءة يجعل المعلمين ذو قلبٍ لين، وتشير النتيجة الأخيرة الى ان الإدارة المدرسية تتعامل مع المعلمين بشكل رحيم وودود مما يجعل المعلمين رحيمين بالاخرين، وتبين ان المعلمين يشعرون بالسعادة عند قيامهم بمناقشة الطلبة بخصوص مشاكلهم، وذلك لأن متوسط العبارة 4 بلغ 1.18، وقد يعزى ذلك الى ان قيام الطلبة باشرك المعلمين في نقاش مشكلاتهم يجعل المعلمين يشعرون بأنهم ذو دور هام في حياه الطلبة، وانهم مأثرون ويتمتعون بمقدارٍ كبير من الحكمة، وتبين ان المعلمين يتعاملون بشكل انساني مع الطلبة لأن متوسط العبارة 5 بلغ 0.52، ويعزى ذلك لأدراك المعلمين الى أهمية التعامل بشكل انساني مع الطلبة الذين ما زالوا في سن الطفولة، حيث قيام المعلمين بعكس ذلك سيؤدي الى انحراف العديد من الطلبة وقيامهم بارتكاب سلوكيات سلبية تمنع المعلم من ضبط الصف، وتمنع المعلم من خلق جو تعليمي سليم ومريح نفسيا للطلبة.

تبين ان ممارسة المعلمين لمهنة التدريس لا تجعلهم قاسيين في التعامل مع افراد عائلتهم، لأن متوسط العبارة 6 بلغ 1.13، ويعزى ذلك الى ان قيام وزارة التربية بنشر الوعي لدى المعلمين حول أهمية القيم الإنسانية والفضائل الاسلامية –كالرحمة والرأفه - في هذه المهنة وغيرها من المهن وفي الجوانب الاجتماعية من الحياه، وتعمل الوزارة على نشر الوعي حول انعكاس ذلك على مخرجات التعلم وسلوكيات الطلبة، مما يجعل المعلمين حريصين على التحلي بهذه القيم الإنسانية والفضائل الإسلامية عند تعاملهم مع اسرهم وابناءهم، وتبين ان

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

المشكلات التي تواجه الطلبة تهم المعلمين، وذلك لأن متوسط العبارة 9 بلغ 1.92، ويعزى ذلك الى ادراك المعلمين ان المشاكل التي تواجه الطلبة تنعكس على ادائهم

المجال الثالث: نقص الشعور بالانجاز

الجدول (8): درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (نقص الشعور بالانجاز)

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
.1	لا اشعر اني نشط وفعال	1.68	0.24	منخفض
.2	لم انجز الكثير من الأشياء القيمة اثناء ممارستي لمهنة التدريس	1.90	0.35	منخفض
.3	لا اقوم بمعالجة المشكلات التي تواجه طلبتي بشكلٍ ذو فعالية ولا اعمل على تقديم حلول فعالة	1.83	0.20	منخفض
.4	لا اشعر ان هنالك اثر إيجابي لي على الأشخاص الذين يعملون معي في المدرسة	1.14	0.19	منخفض
.5	لا أقوم بمعالجة المشكلات الانفعالية التي تحدث داخل المدرسة بفعالية	2.23	0.48	منخفض
.6	لا استطيع ان اهيئ جوا من الهدوء والراحة لطلبتي	1.70	0.67	منخفض
.7	لا استطيع فهم مشاعر طلبتي	1.82	0.72	منخفض
	اجمالي	1.75	0.40	منخفض

*المصدر: الحاتمي (2014)

تبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الاردنية فيما يتعلق بمجال (نقص الشعور بالانجاز) تعد منخفضة، وذلك لأن المتوسط الإجمالي 1.75، وتعزى هذه النتيجة الى وجود ن وزارة التربية والتعليم الأردنية تسعى لتلبية الاحتياجات التدريبية للمعلمين، بشكل يمكنهم من تحقيق الكثير من الإنجازات التي تعد قيمة، وتقوم الوزارة بتلبية هذه الاحتياجات عن طريق عقد الدورات التدريبية، وورشات العمل، تبين ان المعلمين يشعرون بالنشاط والفعالية، وذلك لأن متوسط العبارة 1 بلغ 1.68، وتعزى هذه النتيجة الى وجود مكافآت ورتب للمعلم النشيط تجعل المعلم متحفزا للعمل والانجاز، وتبين ان المعلمين يشعرون انهم انجزوا الكثير من الأشياء القيمة اثناء ممارسة مهنة التدريس، لأن متوسط العبارة 2 بلغ 1.90، ويعزى ذلك الى ان التكنولوجيا قد مكنت المعلمين من الاطلاع على تجارب عالمية، وهذا مكنهم من انجاز الكثير من المهام بفعالية.

تبين ان المعلمين يعملون على معالجة المشكلات التي تواجه طلبتهم وتقديم حلول فعالة لها، وذلك لأن متوسط العبارة 3 بلغ 1.83، ويعزى ذلك الى وعي المعلمين بتأثير الجوانب الاجتماعية على أداء الطلبة في الاختبارات، ويشعر المعلمين بأنهم ذو اثر إيجابي على الأشخاص الذين يعملون معهم، وذلك لأن متوسط العبارة 4 بلغ 1.14، ويعزى ذلك الى ان المعلمين يدركون ان بعث التفاؤل في مكان العمل وتشجيع الافراد على تعديلات سلوكياتهم سيسهم في تحسين المناخ المدرسي

12. الخلاصة:

وتبين ان درجة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الابتدائية في المدارس الحكومية الأردنية تعد منخفضة في جميع المجالات مجتمعة ومنفردة. فيما يتعلق بمجال الاجهاد الانفعالي، تبين ان المعلمون يرون ان وظائفهم لا تعمل استهلاك طاقتهم الجسدية والنفسية والانفعالية، كما ان المبحوثين لا يشعرون بالانهماك حين يتذكرون صباحا ان عليهم الذهاب لمكان عملهم لممارسة مهنة التدريس، وتبين ان التعامل مع الناس في مكان العمل لا يسبب لهم الشعور بالاجهاد، ولا يشعر المبحوثين بالصداع او الاختناق او الغثيان او المشارفة على النهاية بسبب ممارسة مهنة التدريس.

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

فيما يتعلق بتبلد المشاعر، تبين ان المعلمون يرغبون بقضاء وقتٍ اكبر مع الطلبة، وخوض احاديث مع الأشخاص في مكان العمل (المدرسة)، وتبين ان المعلمون يشعرون بالسعادة عند مناقشة الطلبة بشأن مشاكلهم، وتبين ان المعلمون يرون ان مهنة التدريس لم تجعلهم اكثر قسوة، ويعمل المعلمون على معاملة الطلبة بشكل انساني، وتبين ان المعلمون يهتمون للمشاكل التي تواجه طلبتهم، ولم يصبح المعلمون اكثر قسوة في التعامل مع افراد عائلتهم.

فيما يتعلق بنقص الشعور الإنجاز، تبين ان المعلمين يشعرون بالنشاط والفعالية ويشعرون انهم انجزوا الكثير من الأشياء القيمة خلال ممارستهم لمهنتهم، ويشعر المبحوثين انهم ذو تأثير إيجابي على الافراد الموجودين في مكان عملهم، ويرى المبحوثين انفسهم قادرين على فهم مشاعر الطلبة وتهيئة جوٍ من الهدوء والراحة النفسية لطللبة، ويرى المبحوثين انفسهم ذو دور فاعل في معالجة مشاكل الطلبة بشكلٍ ذو فعالية وذو دور فاعل في معالجة المشاعل الانفعالية التي تحدث داخل المدرسة.

13. التوصيات:

يوصي الباحث بما يلي:

- توعية الاخصائي النفسي في المدارس الاردنية بأهمية العناية بصحة المعلمين النفسية، واهمية مناقشة المعلمين بشأن مشاكلهم المهنية والأكاديمية لمساعدتهم في حلها، ويمكن القيام بنشر هذا الوعي من خلال تزويد هؤلاء الاخصائيين بدورات بخصوص ذلك
- تزويد مقدارا اكبر من الدعم النفسي والاجتماعي للمعلمين في الأردن من قبل وزارة التربية والتعليم في الاردن ، حيث سينعكس هذا الدعم ايجابا على مخرجات التعلم، وجودة التعليم المدرسي في الأردن، ويمكن توفير هذا الدعم عن طريق وضع خطط واتخاذ اجراءات
- تعيين أطباء نفسيين من قبل وزارة التربية والتعليم في الاردن لعقد جلسات دعم نفسي جماعية للمعلمين
- توفير دورات للمعلمين في المدارس الحكومية حول أساليب حل المشكلات، حيث تسهم هذه الدورات في تحسين قدرة المعلمين على حل مشكلاتهم والتكيف مع الضغوط، ويسهم ذلك في تقليل مستوى الاحتراق النفسي لديهم

14. مقترحات للباحثين

يوصي الباحث:

-بإجراء دراسة تعمل على دراسة درجة الاحتراق النفسي لدى المرشدين النفسيين في المدارس الحكومية الاردنية

-بإجراء دراسة تعمل على دراسة درجة الاحتراق النفسي لدى مدارء المدارس الحكومية الاردنية

المراجع العربية

1. بطاينة، اسامة والجوارنة، المعتصم بالله (2007). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة في محافظة اربد. مجلة اتحاد الجامعة العربية للتربية وعلم النفس. 2(2). 48-84
2. ابو بكر، نشوة (2007). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ،ب) وعلاقته باساليب مواجهة المشكلات. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الفيوم. مصر
3. جابر، رمزي (2008).أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة في فلسطين. مجلة جامعة الازهر-غزة- سلسلة العلوم الانسانية.10(b-1). 27-54
4. الحاتمي، سليمان (2014). الاحتراق النفسي وعلاقته باساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان. رسالة ماجستير منشورة. جامعة نزوى. عُمان
5. الخرابشة، عمر، وعربيات، احمد (2005). الاحتراق النفسي لدى المعلمين العاملين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر. مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والانسانية. 17(2). 292-331
6. الخطيب، محمد جواد (2007). الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة لدى المعلمين الفلسطنيين بمحافظة غزة. المؤتمر التربوي الثالث بغزة. اكتوبر، 2007، 471-537

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

7. الرافعي، يحيى عبد الله، والقضاة، محمد فرحان (2010). مستويات الاحتراق النفسي لدى اعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات. مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والنفسية. 2(2). 297 - 351
8. السلخي، محمود (2013). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية العاملين في المدارس الخاصة في مدينة عمّان في ضوء بعض المتغيرات. دراسات: العلوم التربوية. المجلد 40. الملحق 4
9. السمادوني، السيد ابراهيم (1995). الانهماك النفسي لمعلمي التربية الخاصة وتبعاته: دراسة تنبؤية في ضوء بعض متغيرات الشخصية والمهنية. مجلة التربية المعاصرة. (36). ص. 20-30
10. الشعبي، عبده(2003). الاحتراق النفسي عند الطلاب العرب الوافدين وعلاقته بالتخصص الاكاديمي والجنس في جامعة مؤتة. راسالة ماجستير غير منشورة. جامعة مؤتة. الأردن.
11. طوالو، نادين (2016). الاحتراق النفسي لدى المعلمين وعلاقته ببعض المتغيرات في محافظة اللاذقية. مجلة جامعة نشرين للبحوث والدراسات العلمية. سلسلة الاداب والعلوم الانسانية. 38(3). 461- 481
12. الظفري، سعيد، والقريوتي، ابراهيم (2010). الاحتراق النفسي لدى معلمات التلاميذ ذوي صعوبات التعلم في سلطنة عمان.المجلة الاردنية في العلوم التربوية. 6(3).175-190
13. العرايضة، عماد (2016). مستوى الاحتراق النفسي لمعلمي التربية الخاصة. مجلة العلوم التربوية والنفسية. 2(1).197-227
14. عسكر، علي، وجامع، حسن، والانصاري، محمد (1986). مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي. المجلة التربوية-جامعة الكويت، 3(11). 8-10
15. عواد، يوسف (2010). الاحتراق النفسي لمعلمي المدارس الاساسية الحكومية الناتج عن دمج الطلبة ذوي الاحتياجات الخاصة في الصفوف العادية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية). 24(9). 495-526
16. القماح، ايمان محمود (2002). علاقة مفهود الذات باساليب مواجهة الضغوط لدى عينة من الراشدين المصريين والاماراتيين. مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية. 13(2). ص.125-163
17. محمد، عاد عبد الله (1995). بعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة واثرها على درجة الاحتراق النفسي للمعلمين. دراسات نفسية. 5(2). 345-375
18. مسعود، سماهر (2010). ظاهرة الاحتراق الوظيفي لدى الموظفين الإداريين العاملين في وزارة التربية والتعليم العالي بقطاع غزة- أسبابها وكيفية علاجها. رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية ، غزة
19. المومني، محمد، والربابعة، الهام، المومني، ابتسام (2015). مستوى االحتراق النفسي لدى معلمي التربية المهنية مقارنة بالمعلمين العاديين في محافظة عجلون االردنية. مجلة كلية التربية الاساسية للعلوم التربوية والانسانية / جامعة بابل. العدد 23.ص. 40-56
20. المومني، جهاد (2018). تحديات القرن الحادي والعشرين التي تواجه معلم العلوم في المدارس الحكومية في محافظة عجلون. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، 1(43). 187-189

المراجع الاجنبية

1. Aljbour, H. (2020). The Extent of Practicing Ethical Leadership by Public Secondary School Principals in Amman. The Journal of Education and Practice. 11(15). 57-63, DOI: 10.7176/JEP/11-15-07.
2. Branetti, G. (2001). Why do they teach? A study of Job satisfaction among long-term high school teachers. Teacher Education Quarterly. 28(3), pp.49-74
3. Maslach, S. & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behaviour. (2), 99-113
4. Melamed, S., Shirom, A., Toker, S., Berliner, S., & Shapira, I. (2006). Burnout and risk of cardiovascular disease: evidence, possible causal paths, and promising research directions. Psychological bulletin, 132(3), 327–353. https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.3.327

DOI: 10.33193/JALHSS.65.2021.443
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (65) - March 2021
العدد (65) - مارس 2021

5. Nygaard, K. (2019). The Causes of Teacher Burnout and Attrition. Published MA Thesis, Concordia University, St. Paul. The United States
6. O'Brennan, L., Pas, E., & Bradshaw, C. (2017). Multilevel examination of burnout among high school staff: Importance of staff and school factors. School Psychology Review, 46(2), 165–176. doi: 10.17105/SPR-2015-0019.V46-2
7. Richards, K. A. R., Hemphill, M. A., & Templin, T. J. (2018). Personal and contextual factors related to teachers' experience with stress and burnout. Teachers and Teaching, 24(7), 768–787. doi: 10.1080/13540602.2018.1476337
8. Rožman, M., Treven, S., & Cingula, M. (2018). The Impact of Behavioral Symptoms of Burnout on Work Engagement of Older Employees: The Case of Slovenian Companies. Naše gospodarstvo/Our Economy, 64(3), 3-11. DOI: 10.2478/ngoe-2018-0013
9. Salehi, M., & Farhang, A. (2019). On the adequacy of the experimental approach to construct validation: the case of advertising literacy. Heliyon, 5(5), https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01686
10. Schlichte, J., Yssel, N. and Merbler, J. (2005) Pathways to Burnout: Case Studies in Teacher Isolation and Alienation. Preventing School Failure: Alternative Education for Children and Youth, 50 (1), 35-40.
11. Shen, bo & McCaughtry, Nate & Martin, Jeffrey & Garn, Alex & Kulik, Noel & Fahlman, Mariane. (2015). The Relationship Between Teacher Burnout and Student Motivation. British Journal of Educational Psychology. 85(4) Doi: 85. 10.1111/bjep.12089
12. Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Still motivated to teach? A study of school context variables, stress and job satisfaction among teachers in senior high school. Social Psychology of Education, 20, 15–37. Doi: 10.1007/s11218-016-9363-9