

الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية

-دراسة ميدانية بثانويات بلدية المسيلة-

١. بوخالفة حمزة: طالب دكتوراه

د. بن الشيخ يوسف: أستاذ محاضر-أ-

جامعة باجي مختار -عنابة-

- ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي، والكشف عن طبيعة العلاقة بين المتغيرين، حيث تكونت عينة الدراسة الميدانية 26 أستاذاً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتم اعتماد مقياس الذكاء الانفعالي ومقياس الاحتراق النفسي توصلت الدراسة إلى وجود مستوى منخفض في الاحتراق النفسي ومستوى جيد في الذكاء الانفعالي، ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين المتغيرين وعدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي باختلاف المؤهل العلمي وعدد سنوات العمل، وعليه نقترح برامج تربوية تعمل على تنمية الذكاء الانفعالي لما له من أهمية في دعم الذكاء العقلي والأكاديمي والإعداد للحياة الآمنة و تدريب الأساتذة على كيفية الوقاية من الاحتراق النفسي و ضرورة تأهيل الأساتذة مهنيًا وبصورة مستمرة لزيادة فاعليتهم في العمل من جهة وتماشياً مع التطورات الحاصلة في المجال التربوي و عقد دورات وإعداد برامج خاصة لمساعدة الأساتذة على فهم الاحتراق النفسي وكيفية مواجهته.

الكلمات المفتاحية: الذكاء الانفعالي - الاحتراق النفسي - التربية البدنية والرياضية.

-Abstract :

The present study aimed to identify the level of emotional intelligence and Burnout among professors of physical education and sports secondary extremes , and the disclosure of the nature of the relationship between two variables , where the sample consisted of field study, 26, a professor and researcher used the descriptive approach , was adopted emotional intelligence scale and scale burnout .otouselt study and a low level of burnout and a good level of emotional intelligence , and the existence of a negative correlation between the two variables relationship and the lack of differences in burnout level depending on qualification and the number of years of work Therefore, we suggest educational programs that develop emotional intelligence because of its importance in supporting mental and academic intelligence, preparation for safe life, training of teachers on how to prevent psychological combustion and the need to rehabilitate teachers professionally and continuously to increase their

effectiveness in work on the one hand and in line with developments in the field of education And the holding of courses and the preparation of special programs to help teachers to understand the psychological combustion and how to face it.

1 - المقدمة:

تعد التربية العامل الرئيس الأول في التطور العلمي والتكنولوجي الذي يشهده العالم في هذا العصر، فهي الأساس لأي بناء، فإذا كان الأساس متماسكاً فإن كل ما يبنى عليه أو سيبني فوقه سيكون سليماً فالتربية الدعامة الأولى في خلق جيل الحاضر والمستقبل الذي على ركائزه تقوم النهضة ويتقدم المجتمع، فلا بد من إصلاح التربية وذلك عن طريق التعليم المبني على الأسس العلمية السليمة لبناء الإنسان الذي هو رأس المال المجتمع الحقيقي، والمعلوم أن أكثر المجتمعات تقدماً في مجالات الحياة هي تلك التي تعطي التربية الرياضية اهتماماً كبيراً وفعالاً في التعليم، حيث يرى المختصون والمهتمون في التربية الرياضية أن التطور في هذا المجال يجب أن يهدف إلى فهم الأهداف للمادة والمحتوى والأساليب التي يتبعها المربون في الوصول إلى تحقيق الأهداف والمستوى، والطرق التي يمكن أن تتبع في تدريسها. (الديري، 1993، ص 343).

تعمل التربية البدنية والرياضية كباقي المواد الأخرى على تنمية وبلورة شخصية الفرد من جميع النواحي الحركية منها والنفسية والاجتماعية، معتمدة في ذلك على النشاط الحركي الذي يميزها والذي يأخذ مداه من الأنشطة البدنية والرياضية، حيث يلعب هذا الأخير دوراً هاماً كوسيلة فعالة في تحقيق أهداف التربية البدنية، ويمكن اعتبار النشاط الرياضي التربوي كدعامة ثقافية واجتماعية فهي تمنح المتعلم رصيداً يضمن له توازناً سليماً وتعايشاً منسجماً مع المحيط الخارجي منبعه سلوكيات فاضلة تمنحه فرصة الاندماج الفعلي. (وزارة التربية الوطنية: 2006، ص 02).

إلا أن تدريس هذه المادة ليس بالأمر السهل الذي يتبادر للأغلبية العامة والخاصة، فتعليم وإدارة هذه المادة يجب أن يعزى به أشخاص مؤهلين ولا يتضح ذلك إلا بوجود ما يسمى بالكفاءة الضرورية في التدريس والتي بواسطتها يكتسب المربي القدرة الأدائية الفعلية على ممارسة إحداث التغيير الإيجابي في سلوك المتعلم بدرجة من المهارة والجودة، وهذا كله لإعادة الاعتبار لهذه المادة العلمية ومدرسيها، ولا يتحقق ذلك إلا بوجود أستاذ كفء لا تقتصر رسالته على تلقين العلم فقط وإنما يعمل بالمثاليات ليكون النموذج المقتدى به والمرآة الصادقة لحب التلاميذ له، وأن يتصف بالالتزام في أداء مهمته، متحمساً لها، متمكناً وملماً بمبادئه متفهماً لتلاميذه، يشترك في حل مشاكلهم ويعمل على حسن توجيههم ويكتشف قدراتهم ويصقل مواهبهم، ويساعدهم على تكوين شخصيتهم السوية المتزنة ويعتبر هذا من مهام الأستاذ الذي يسهر على تحقيق رغبات وميول التلاميذ وذلك في إطار تربوي منظم. (أنور، 2002، ص 14).

ومما لاشك فيه أن وجود البرنامج التربوي يتوقف على التدريس، وبالتالي فإن تكوين وإعداد المعلم القادر على أداء مهام المهنة وأعبائها يعد من أهم المكونات الجوهرية للمداخلات التربوية، ومع كل عناصر مداخلات النظام التعليمي تؤثر في العملية التربوية، إلا أن المعلم مفتاح عملية التنمية الإنسانية، وعامل حاسم في نجاح أو فشل التربية في أي مجتمع. (الشراح، 2002، ص 408).

ويشير علم النفس إلى أن الذكاء من أهم الخصائص المعرفية المؤثرة في نجاح المعلم بالتدريس ومن السمات التي قد تكون مؤثرة في أداء المعلم هو الانفعال.

إلى أن ذكاء المعلم يرتبط بكفاءة المعلم المهنية ارتباطا ليس له دلالة إحصائية، وعلى كل حال فالذكاء يعتبر عاملا مؤثرا ومحددا في نجاح التدريس بمعنى أنه من الضروري توافر حد أدنى معين من الذكاء ليتحقق التدريس الفعال، ومن السمات التي قد تكون مؤثرة في أداء المعلم، الذكاء الانفعالي، حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أن الذكاء الانفعالي يؤثر في سلوك الفرد، ونظريته إلى الحياة، وإتقان المهام. (أبو حطب، 1996، ص212).

لذا لا بد أن يتحلى المعلم بكل مظهر من مظاهر الصحة النفسية حتى يتسنى له القيام بالدور المنوط به على أكمل وجه، ومواجهة الضغوط النفسية التي يتعرض لها والتي من شأنها أن تؤدي إلى ما يسمى بالاحتراق النفسي، وتعد ظاهرة الاحتراق النفسي ظاهرة عامة في مجال الخدمات الإنسانية، والتدريس واحد من أهم هذه الميادين، ويعتبر المعلمون من أكثر الناس عرضة للاحتراق النفسي، حيث تؤكد نتائج العديد من الدراسات بأن المعلمين والأطباء والمرضى ومراقبي السير هم أكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي نتيجة للضغوط التي يتعرضون لها في وظائفهم. (مهني عبد سليم، 2003، ص16).

وبناء على كل ما تقدم يمكن طرح التساؤلات التالية:

- ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي ؟
- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي؟
- ما طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي و الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي تعزى لمتغير عدد سنوات العمل ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي تعزى لمتغير المؤهل العلمي ؟
- 2 - أهداف الدراسة: لا يزال ميدان التربية البدنية والرياضية ميدانا خصباً وهذا راجع لارتباطه واتصاله بباقي العلوم فهذه الأخيرة في حركة دائمة، الأمر الذي يجتمع لدى القائمين على مادة التربية البدنية والرياضية بمواكبة التقدم فنحن نهدف من خلال بحثنا هذا إلى ما يلي:

- التعرف على مستوى الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة.
- التعرف على مدى تأثير مستوى الاحتراق النفسي باختلاف الخصائص الفردية لأساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة (المؤهل العلمي، عدد سنوات العمل).

3 - أهمية الدراسة:

إن أهمية اختيار البحث فرضه واقع الملاحظة الميدانية التي يجسدها أساتذة التربية البدنية والرياضية أثناء العملية التعليمية، هاته الأخيرة التي حظيت بالاهتمام خاصة في عصرنا الحالي كونها تعتبر سبيلا لتطور والتقدم، وبما أن الأستاذ جزء لا يتجزأ من هذه العملية فلا يمكننا عزله عنها كونه منشطها وموجها وقد نقف جلياً عند أستاذ التربية البدنية والرياضية الذي لا يقل دوره عن باقي الأساتذة فهو المعلم والنفساني في آن واحد فعليه أن يحسن التصرف والمعاملة.

ويمكن تحديد أهمية الدراسة فيما يلي:

- الكشف عن جانب خفي من الجوانب النفسية للفرد الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاحترق النفسي ومن ثم لفت انتباه أساتذة التربية البدنية والرياضية إليه للتعامل معه.
- الكشف عن عامل مهم من العوامل المؤثرة في نجاح الأساتذة وهو الذكاء الانفعالي.
- توجيه الانتباه لمتغيرات الدراسة والتي يمكن أن تسهم في زيادة الفهم والوعي لدى الأساتذة ومساعدتهم على النجاح في الحياة المهنية.
- يمثل الذكاء الانفعالي الموضوع الذي يرتبط فيه الإنسان بالآخرين من خلال إدراكه لانفعالاته و انفعالات الآخرين.
- إن تناول موضوع الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاحترق النفسي يعطي أهمية لهذه الدراسة إلى جانب غيرها من الدراسات والبحوث المعنية في تحديد السلوك الإنساني وفهم المشكلات النفسية والاجتماعية والتربوية الخاصة بأساتذة التربية البدنية والرياضية، والعمل على إيجاد البرامج الكفيلة بتجاوز هذه المشكلات، والإسهام في تقديم يد العون والمساعدة لهذه الفئة، وبالتالي المساهمة في بناء المجتمع .

4- فرضيات الدراسة: على ضوء المعلومات المنتقاة من بعض البحوث والدراسات التي لها علاقة بموضوع دراستنا، اقترحنا فرضيات لهذه الدراسة.

- يوجد مستوى ذكاء انفعالي جيد لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي.
- يوجد مستوى احتراق نفسي منخفض لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي.
- توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة تعزى لمتغير عدد سنوات العمل.
- لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لبلدية المسيلة تعزى لمتغير المؤهل العلمي .

5- مصطلحات البحث:

5-1 - تعريف الذكاء: لغة:

حدة الفؤاد، والذكاء سرعة الفطنة وقلب ذكي وصبي ذكي إذا كان سريع الفطنة، والذكاء في الفهم أن يكون فهما تاما سريع القبول. (ابن منظور، 1994، ص 287).

5-1-1 - اصطلاحا:

عرّفه مقدم "هو قدرة الفرد على الاستجابة بنجاح كبير للمشكلات الإدراكية والمعرفية واللفظية." (مقدم، 1993، ص 192).
وعرّفه الزغلول بأنه "القدرة على حل المشكلات المألوفة والغير المألوفة من خلال توظيف المعارف والخبرات المعالجة للمواقف المختلفة التي يواجهها الأفراد." (الزغلول، 2004، ص 255).
وعرّفه جابر بأنه "قدرة الفرد الكلية لأن يعمل في سبيل هدف وأن يفكر تفكيراً رشيداً وأن يتعامل بكفاءة مع بيئته." (جابر، 2003، ص 60).

5-1-2 - إجرائيا:

هو قدرة أستاذ التربية البدنية على التصرف في المواقف والمستويات التي تتكون لديه وهي التي تساعد له لكي يتكيف مع الواقع الذي يعيشه والتفكير بعقلانية والتعامل بفعالية في كافة المواقف العملية.

5-1-3 - الانفعالات: لغة:

مشتق من الفعل الخماسي انفعال بمعنى قبل التأثير من غيره، وهي مقارنة لمقولة الفعل، ذلك أن الشيء إما يفعل و إما ينفعال. (محمد يعقوبي، 1998، ص 124).
مشتقة من ردود الفعل، والفعل كناية عن كل عمل متعدد أو غير متعدد، فقولنا فعلت الشيء فانفعال كقولنا كسرت فانكسر. (ابن منظور، 1994، ص 529).

5-1-4 - اصطلاحا:

وعرفه كل من صفاء وعلاء "هي اضطرابات أو تهيج في العقل أو المشاعر أو العواطف، بمعنى آخر استشارة في الحالة العقلية." (صفاء، 2000، ص 72).
وعرّفه كامل وعبد الجابر "هي حالات داخلية تتصف بجوانب معرفية خاصة وإحساسات وردود أفعال فسيولوجية، وسلوك تعبيرية معين." (كامل، 1999، ص 8).

وعرّفه قاسم "هي حالة نفسية جسمية يضطرب لها الإنسان كله جسماً ونفساً أو أنه حالة من الاحتياج ألعان تفصح عن نفسها في شعور الفرد وجسمه وسلوكه ولها القدرة على تحفيزه على النشاط." (قاسم حسن، 1990، ص172).

5-1-5- إجراءات:

وهو استجابة عقلية منظمة لحدث ما من طرف أستاذ التربية البدنية والرياضية، لها مظهر فيزيولوجي سلوكي معرفي، وسلوك تعبيرية معين.

5-1-6- الذكاء الانفعالي

5-1-7- اصطلاحا:

عرّفه فاروق بأنه هو "القدرة على الانتباه والإدراك الجيد للانفعالات والمشاعر الذاتية وفهمها وصياغتها بوضوح وتنظيمها وفقا لمراقبة وإدراك دقيق لانفعالات الآخرين ومشاعرهم، للدخول معهم في علاقات انفعالية واجتماعية إيجابية تساعد الفرد على الرقي العقلي والانفعالي والمهني وتعلم المزيد من المهارات الايجابية للحياة." (السيد عثمان، 2000، ص174).

وعرفه كل من صفاء و علاء بأنه "قدرة الفرد على أن يدرك عواطفه ومشاعره وإدارتها وأن يمتلك القدرة على تخفيف العلاقات الإنسانية وتوجيهها بكفاءة عالية." (صفاء، 2000، ص48).

5-1-8- إجراءات:

الذكاء الانفعالي هو الاستخدام الذكي للعواطف والانفعالات من طرف أستاذ التربية البدنية ويتضمن ذلك تفاعلا بين القدرات المعرفية والمهارات الشخصية والاجتماعية بحيث تساعده في توجيه سلوكه وتفكيره بما يزيد من فرص التكيف والنجاح في مختلف عمله.

5-2- الاحتراق النفسي:

5-2-1- لغة: بمعنى أن نقول احترق، احتراقا _أي بمعنى أن الشيء هلك.

5-2-1- اصطلاحا

سميث Smith (1986) فيرى الاحتراق (Burnout) بأنه الإنهاك النفسي الناتج عن بذل المجهود غير الفعال لمواجهة متطلبات التدريب أو المنافسة الشاقة؛ ويتضمن الاحتراق الانسحاب النفسي، الانفعالي، وأحيانا البدني من النشاط استجابة للضغوط الزائدة أو عدم الرضا (كامل راتب، 2000، ص201).

5-2-2. إجرائياً:

ظهور الإنهاك والتعب على الأستاذ وعدم الرغبة في العمل، نتيجة لأعباء ومتطلبات العمل الزائدة والمستمرة التي تواجهه أثناء تأديته لعمله، ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها الأستاذ على المقياس.

5-3 - تعريف أستاذ التربية البدنية والرياضية:

5-3-1- إجرائياً: وهو ذلك الشخص الذي يكرس نفسه مهنيًا لتعليم الآخرين ومساعدتهم، كما يشارك في التطوير الثقافي ويهتم بتربية الأطفال وتحقيق الأهداف التربوية التي يصبوا إليها.

6- الدراسات السابقة :

دراسة نافر البقيعي (2011) بعنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى العاملين في منطقة إربد التابعة لوكالة الغوث الدولية، هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الذكاء الانفعالي، ومستوى الاحتراق النفسي، وأنماط الشخصية السائدة لدى معلمي الصفوف الثلاثة العاملين في منطقة إربد التعليمية التابعة لوكالة الغوث الدولية، كما هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الذكاء الانفعالي وكل من أنماط الشخصية والاحتراق النفسي، ومدى اختلاف هذه العلاقة باختلاف الجنس والخبرة والمؤهل العلمي.

حيث بلغ حجم العينة 122 معلما ومعلمة، واعتمد الباحث المنهج الوصفي في الدراسة، واستخدم الباحث ثلاث مقاييس في دراسته. وتوصل الباحث إلى النتائج التالية :

- ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي وانخفاض مستوى الاحتراق النفسي، وسيادة نمط الشخصية الانبساطية لدى أفراد العينة، كما أظهرت النتائج وجود علاقة ايجابية دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي ونمط الشخصية الانبساطية، وعدم وجود علاقة دالة إحصائيا بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي، وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي تبعاً لمتغيري الجنس والمؤهل العلمي، وبين الذكاء الانفعالي وأنماط الشخصية تبعاً لمتغيري الجنس والمؤهل العلمي.

دراسة إياس راجح تميم 2011 بعنوان "العلاقة بين الاحتراق النفسي والذكاء الانفعالي لدى العاملين في الرعاية الاجتماعية". وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة الاحتراق النفسي والذكاء الانفعالي لدى العاملين في دور الرعاية الاجتماعية على مختلف مهامهم الوظيفية وفق متغيرات البحث و مدى إمكانية التنبؤ بأبعاد الاحتراق النفسي لدى عمالي الرعاية الاجتماعية خلال معرفة درجة الذكاء الانفعالي لديهم.

حيث بلغ حجم العينة 205 عامل وعاملة، واعتمد الباحث المنهج الوصفي، واستعان البحث في دراسته باختبار الاحتراق النفسي ومقياس الذكاء الانفعالي، وتوصل إلى النتائج التالية :

- وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي والإجهاد الانفعالي، كما يظهر وجود علاقة ارتباطية سلبية ذات دلالة إحصائية بين الذكاء الانفعالي وبعد تبلد الإحساس فيما لم يظهر ارتباط دال مع بعد الشعور بالانحياز.

- وجود إمكانية للتنبؤ ببعدي الإجهاد الانفعالي، وتبلد الإحساس من خلال قيم الذكاء الانفعالي، إلا أن القيم التي تخص بعد الشعور بالانحياز لا يمكن الاستناد لها لأنه ليس لها دلالة إحصائية.

دراسة بني يونس 2008: هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الذكاء الانفعالي ومستوى الاحتراق النفسي والعلاقة بينهما ومدى اختلافها باختلاف الخبرة والمؤهل العلمي والجنس، و قد تكونت عينة الدراسة من 438 معلم ومعلمة من العاملين في المدارس الحكومية التابعة لمدرية تعليم إربد الثالثة ، وقد أشارت النتائج إلى أن مستوى الذكاء الانفعالي كان مرتفعا وأن مستوى الاحتراق النفسي كان متوسطا وأظهرت النتائج أيضا إلى وجود علاقة عكسية بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية في العلاقة بين متغيري الدراسة تبعا لمتغير الجنس وعدد سنوات الخبرة في التدريس.

7 - منهج البحث والإجراءات الميدانية للدراسة :

- **المنهج المستخدم:** المنهج الوصفي.

- **مجتمع البحث:** ويتمثل مجتمع بحثنا في أساتذة التربية البدنية والرياضية بثانويات بلدية المسيلة .

- **العينة:** وقد أجريت الدراسة الميدانية على أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي ببلدية المسيلة والبالغ عددهم 32 أستاذا موزعين على 10 ثانويات .

حيث تم استبعاد (06) أساتذة الذين أجريت عليهم الدراسة الاستطلاعية، وبعد عملية استرداد الاستمارات تم الحصول على 26 استمارة.

وبما أن الدراسة الحالية هي دراسة مسحية أي أفراد العينة يساوي أفراد المجتمع، فإن عينة البحث تمثل المجتمع الأصلي للدراسة.

مجالات البحث:

- **المجال المكاني:** يتمثل المجال المكاني الذي تم فيه إنجاز الدراسة الاستطلاعية، التي تمت على مستوى ثانويتين (عبد الله بن مسعود، ومتقنة جابر ابن حيان) ببلدية المسيلة والدراسة الميدانية على باقي الثانويات.

- **المجال الزمني:** تتمثل الفترة الزمنية التي تم خلالها إنجاز الدراسة الاستطلاعية، ولقد امتدت فترة هذه الدراسة التي قمنا بها من 12 مارس 2014 إلى غاية 15 أبريل 2014، والدراسة الميدانية ابتداء من 20 أبريل 2014

جدول رقم (01): يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغيري عدد سنوات العمل و المؤهل العلمي .

الأفراد	المتغيرات	عدد سنوات العمل		المؤهل العلمي	
		أقل من 10 سنوات	10 فأكثر	معهد تكنولوجيا	ليسانس
الأساتذة		14	12	06	14
					06

- أدوات جمع البيانات والمعلومات: استخدم الباحث الأداة التاليتين في دراسته: مقياس الذكاء الانفعالي، ومقياس الاحتراق النفسي.

1- مقياس الذكاء الانفعالي: من إعداد فاروق السيد عثمان (2001) وهو يتألف من 52 بند موزعة على خمسة أبعاد وهي: (المعرفة الانفعالية (08) عبارات، إدارة الانفعالات (11)، الدافع النفسي (16)، ادراك انفعالات الآخرين (09)، ادراك العلاقات الاجتماعية (08)، وقد تم توزيع أوزان الاستجابات المتعلقة بفقرات المقياس حسب الطريقة التالية هي: (حقيقي، غير حقيقي)، وبهذا تكون أعلى درجة للاستجابات هي 1 درجة وأقل درجة للاستجابات هي (0) .

ويكون تقدير المستويات كما يلي:

أقل من 39 ذكاء انفعالي منخفض . من 40 الى 43 ذكاء انفعالي متوسط .

من 44 الى 47 ذكاء انفعالي جيد . من 48 الى 52 ذكاء انفعالي مرتفع .

2- مقياس الاحتراق النفسي: تم استخدام مقياس الذي استخدمه نافز البقيعي الذي أخذه من النسخ المعربة لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (MBI)، والواردة في دراسات كل من: (مقابلة وسلامة 1993، الراشدان 1995، طوالبه 1999، الجابري 2000)، وقد تكون المقياس من (22) عبارة موزعة على الأبعاد التالية: الإجهاد الانفعالي (9 فقرات)، تبدل المشاعر (5 فقرات)، نقص الشعور بالإنجاز (8 فقرات). وقد بينت فقرات المقياس على شكل عبارات تمثل شعور المعلم نحو مهنته، إذ طلب من المعلم تحديد عدد مرات تكرار الشعور على المقياس السباعي، حسب التصنيف التالي: أبداً (0)، بضع مرات في السنة (1)، مرة في الشهر على الأقل (2)، بضع مرات في الشهر (3)، مرة في الأسبوع على الأقل (4)، بضع مرات في الأسبوع (5)، كل يوم تقريباً (6).

جدول رقم (02) يوضح تصنيف تكرار أبعاد مقياس ماسلاك للاحتراق النفسي.

المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع
الأبعاد			
الإجهاد الانفعالي	17-0	29-18	54-30
تبدل المشاعر	5-0	11-6	30-12
نقص الشعور بالإنجاز	8-0	14-9	48-15

8 - حساب الخصائص السيكومترية للأداة:

8-1- الصدق: وقد اعتمدنا في بحثنا هذا على صدق الاتساق الداخلي .

- حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذكاء الانفعالي:

تم إجراء التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق تطبيقه على عينة قوامها 06 أساتذة تم اختيارها بالطريقة العشوائية من المجتمع الأصلي، وذلك عن طريق حساب معاملات الارتباط بيرسون "Person" من خلال البرنامج الإحصائي

spss بين درجة كل بعد من الأبعاد الخمسة والدرجة الكلية للمقياس، كما قمنا بحساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد وكذا الدرجة الكلية للمقياس والجداول التالية توضح ذلك:

جدول رقم(03):معامل الارتباط بيرسون لمقياس الذكاء الانفعالي.

الذكاء الانفعالي	معرفة الانفعالات	إدارة الانفعالات	الدافع النفسي	إدراك انفعالات الآخرين	إدراك العلاقات الاجتماعية	المقياس ككل
معامل ارتباط بيرسون	0.73	0.85	0.77	0.80	0.82	0.89

__ حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي .

جدول رقم(04):يوضح قيم معاملات الارتباط لمقياس الاحتراق النفسي .

الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	نقص الشعور بالإحجاز	المقياس ككل
معامل ارتباط بيرسون	0.77	0.84	0.81	0.86

8-2- الثبات:اعتمدنا للكشف عن ثبات المقاييس في هذه الدراسة بحساب الثبات عن طريق ألفا كرونباخ والجدول رقم (05)،(06) يبين ذلك:

جدول رقم(05):يوضح قيم معامل ألفا كرونباخ لمقياس الذكاء الانفعالي.

الذكاء الانفعالي	معرفة الانفعالات	إدارة الانفعالات	الدافع النفسي	إدراك انفعالات الآخرين	إدراك العلاقات الاجتماعية	المقياس ككل
معامل ألفا	0.80	0.83	0.80	0.86	0.84	0.82

يلاحظ من الجدول (05) أن معاملات الثبات لمجالات مقياس الذكاء الانفعالي تراوحت بين (0.80 – 0.86) ووصل الثبات الكلي للمقياس (0.82) وجميعها عالية وتفي بأغراض الدراسة.

جدول رقم(06): يوضح قيم معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاحتراق النفسي.

الاحتراق النفسي	الإجهاد الانفعالي	تبلد المشاعر	نقص الشعور بالإحجاز	المقياس ككل
معامل ألفا	0.85	0.83	0.82	0.88

يلاحظ من الجدول (06) ارتفاع قيم معامل ألفا للمقياس وأبعاده ومنه يتضح أن المقياس الحالي له مؤشرات ثبات جيدة مما يؤكد صلاحيته للاستخدام في الدراسة الحالية .

8-3- إجراءات التطبيق الميداني

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية لعينة قدرها (6) أساتذة في التربية البدنية والرياضية ببلدية المسيلة في الفترة الممتدة ما بين 12 إلى غاية 15 أبريل 2014 من نفس السنة، وهذا من أجل التأكد من صدق وثبات الأداة المستخدمة في الدراسة، وبعد تاريخ 16 أبريل تم تفريغ النتائج وحساب صدق الاتساق الداخلي بمعامل الارتباط بيرسون وحساب الثبات عن طريق معادلة ألفا كرومباخ باستخدام نظام الحزم الإحصائية spss.

بعد ضبط أداة الدراسة في شكلها النهائي قام الباحث بإجراء تطبيقي للدراسة حيث قمنا بتوزيع المقياسين على عينة قوامها (26) أستاذاً لإبداء آرائهم حول ما جاء في هذين المقياسين في الفترة الممتدة من 20 أبريل إلى غاية 10 ماي 2014 وكان ذلك طريق التسليم الشخصي للأداة وإرسال الاستمارة بمساعدة الزملاء والعلاقات الشخصية حيث تم شرح بعض العبارات ليتسنى للمستجوب فهمها وبعد تاريخ 10 ماي تم استرجاع كل الاستمارات ومن بين الصعوبات التي واجهتنا عدم حضور الأساتذة مما اضطرنا إلى الرجوع عديد المرات.

وبعد ذلك قمنا بتفريغ البيانات المتحصل عليها باستخدام نظام spss ابتداء من 14 ماي 2013 وبعد ذلك تم وضع البيانات التي أعطاه نظام spss في جداول وحساب معامل الارتباط بيرسون، حيث سنقوم بتحليل النتائج المتحصل عليها في الفصل التالي المتمثل في تحليل ومناقشة وتفسير النتائج.

8-4- الأساليب الإحصائية:

- **الحزم الإحصائية spss:** هي أحد وأهم وأشهر حزم البرامج الجاهزة في مجال المعالجة الإحصائية للبيانات، إذ يتمتع هذا البرنامج بالعديد من الخصائص الفريدة التي تميزه عن باقي البرامج المماثلة، وأهم هذه الخصائص، بساطة الاستخدام وسهولة الفهم. (أسامة ، 2007، ص199).

- **معامل الارتباط بيرسون، معادلة ألفا كرومباخ لحساب ثبات الأداة، المتوسط الحسابي ، اختبار تحليل التباين الأحادي (ف) ، اختبار T-TEST لدلالة الفروق ، الانحراف المعياري.**

9 - عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة :

- **عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بتساؤلات الدراسة :**

أسفر التحليل الإحصائي للبيانات على النتائج التالية مرتبة حسب تساؤلات الدراسة :

عرض نتائج المتعلقة بالسؤال الأولي:

- ما مستوى الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي؟

- لفحص هذا السؤال تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

جدول رقم: (07) يبين نتائج المتوسطات والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي والمقياس ككل :

ن=26		المحاور
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
1,20	6,42	المعرفة الانفعالية
1,23	9,34	إدارة الانفعالات
1,73	14,0	الدافع النفسي
1,37	7,30	إدراك انفعالات الآخرين
1,44	7,50	إدراك العلاقات الاجتماعية
3,91	44,61	المقياس ككل الذكاء الانفعالي

تحليل نتائج الجدول رقم (07):

يبين الجدول رقم (07) أن متوسط الحسابي لبعده المعرفة الانفعالية بلغ (6.22) وانحراف معياري (1.20) وأما المتوسط الحسابي لبعده إدارة الانفعالات بلغ (9.34) وانحراف معياري (1.23)، أما بعد الدافع النفسي فقد بلغ المتوسط الحسابي (14.0) وانحراف معياري (1.73)، أما بعد إدراك انفعالات الآخرين فقد بلغ المتوسط الحسابي (7.30) وانحراف معياري بلغ (1.37)، أما بعد إدراك العلاقات الاجتماعية فقد بلغ المتوسط الحسابي (7.50) وانحراف معياري بلغ (1.44)، أما على المقياس ككل فقد بلغ المتوسط الحسابي (44.61) وانحراف معياري (3.91).

وهذا يبين أن أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي لديهم مستوى ذكاء انفعالي جيد وهذا يدل على أن أساتذة لديهم مهارات انفعالية تجعلهم يتعاملون مع المواقف الاجتماعية الطارئة بصورة إيجابية ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء التكوين الذي يتلقاه أساتذة التربية البدنية والرياضية والذي يمس جميع المجالات بالإضافة إلى البرامج التي يلتحق بها الأساتذة أثناء خدمتهم، إضافة إلى الخبرات التي اكتسبوها من خلال تفاعلهم مع عدة بيئات ثقافية واجتماعية متنوعة، جعلتهم قادرين على التفاعل والتواصل مع الآخرين، واكتسابهم العديد من السمات: كالمرونة، والتعاون، والتعاطف، وكبح المشاعر السلبية كالغضب، ودفع الشعور بالقلق والتخلص من حدة التعرض للمخاطر السلبية بالإضافة إلى تميز أساتذة التربية البدنية والرياضية بعدة سمات كالذكاء و الاتزان الانفعالي والتحكم في العام في العواطف ونظرتهم إلى الآخرين .
وتتفق النتيجة المتوصل إليها في هذه الدراسة مع دراسة (نافز البقيعي، 2011) والتي أشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي، بالإضافة إلى دراسة (بني يونس، 2008) التي أشارت نتائجها إلى ارتفاع مستوى الذكاء الانفعالي .
وبالتالي تحققت الفرضية التي نصت على وجود مستوى جيد من الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ببلدية المسيلة .

- عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني :

__ ما مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي ؟

- لفحص هذا السؤال تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.

جدول رقم (08): يبين نتائج المتوسطات والانحرافات المعيارية لأفراد عينة الدراسة في أبعاد مقياس الاحتراق النفسي و الدرجة الكلية للمقياس:

المحاور		ن=26
الانحراف	المتوسط	
9,58	16,1	الإجهاد الانفعالي
4,82	3,23	تبلد المشاعر
7,48	7,12	نقص الشعور بالإنجاز
17,0	26,5	المقياس ككل الاحتراق النفسي

تحليل نتائج الجدول رقم (08):

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (08) إلى أن المتوسط الحسابي لبعد الإجهاد الانفعالي بلغ (16.1) وبانحراف معياري (9.58)، أما البعد تبلد المشاعر فكان متوسطه الحسابي (3.23)، وبانحراف معياري بلغ (4.82)، أما بالنسبة للبعد الثالث نقص الشعور بالإنجاز فقد بلغ متوسطه الحسابي (7.12)، وبانحراف معياري بلغ (7.48)، أما على المقياس ككل فقد بلغ المتوسط الحسابي (26.5)، وبانحراف معياري بلغ (17).

حسب المعيار الذي وضعته ماسلاش المحدد لمستوى الاحتراق النفسي فان النتيجة المتوصل إليها تشير إلى أن مستوى الاحتراق النفسي كان منخفضاً على الأبعاد الثلاثة و وعلى المقياس ككل .

و يمكن تفسير هذه النتيجة في أن أساتذة التربية البدنية و الرياضية لديهم قدرة على تحمل الضغوط اليومية المزعجة والمتكررة، وكذا التوترات اليومية وبالتالي يحدث لديهم التكيف الإيجابي الأمر الذي ينتج عنه عدم هبوط في مستوى كفاءتهم وفعاليتهم، بالإضافة إلى ذلك فان أساتذة التربية البدنية والرياضية مدركون للمطالب الواقعة على كاهلهم من تدريس هذه المادة بأنحاء غير مهددة لهم فهذا يؤثر بصورة إيجابية، ويسهم إدراك الأساتذة للتهديد كنتيجة للضغط الواقع عليهم أثناء التدريس إلى تعبئة قواهم وتحفيزهم، وبالتالي يتأثر أداءهم بصورة إيجابية، ووعيهم بمشاكل التلاميذ وكذا حبهم لمهنتهم، بالإضافة إلى ذلك فأساتذة التربية البدنية والرياضية اكتسبوا رصيذاً معرفياً صقلوا تلك المعارف.

وبالتالي نقبل الفرضية التي تنص على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية لديهم مستوى منخفض من الاحتراق النفسي.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث :

- هل هناك علاقة ارتباطية بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية ؟.

لفحص هذا السؤال تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لمعرفة نوع العلاقة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي

جدول رقم (09) يوضح معامل الارتباط بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي .

ن=26

المقياس	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الذكاء الانفعالي	-0.65**	دال إحصائيا
الاحتراق النفسي		

دال إحصائيا عند 0.01 *

تحليل نتائج الجدول رقم (09):

يتبين من الجدول رقم (09) انه هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي، أي كلما ارتفع الذكاء الانفعالي قل مستوى الاحتراق النفسي، إذ بلغ معامل الارتباط بيرسون كما هو مبين في الجدول (**-0.65) وعند مستوى الدلالة (0.01) وهو دال إحصائيا أي تمت الإجابة على هذا السؤال: توجد علاقة إرتباطية بين الذكاء الانفعالي و الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بالقول أن أساتذة التربية البدنية والرياضية الذين يتمتعون بمستوى جيد من تنظيم وإدارة للانفعالات يسجلون مستوى منخفض من الاحتراق النفسي، وتبدو هذه النتيجة منطقية من خلال ما يتميز به الأفراد القادرين على إدارة انفعالاتهم، إذ يستطيع الأفراد الذين يتمتعون بذلك من إيجاد الحلول للصعوبات التي تواجههم وتذليل العقبات قبل البدء بمواجهة المشكلة، بالإضافة إلى اتصافهم بمجموعة من الخصائص والسمات (رحابة الصدر والصبر والتروي عند إنجاز الأعمال وطول البال والتحمل و ذو تصرف حكيم)، والكفايات المعرفية والاجتماعية والنفسية تجعلهم يديرون محيط عملهم بشكل جيد وتجاوزهم لمشاكل العمل وسرعة تكيفهم مع المواقف. ويرى ما يرو كارسو وسالوفي أن القدرات الانفعالية لدى الشخص تمكنه من اكتساب المهارات الاجتماعية التي تساعد على التعامل بكفاءة مع المواقف الاجتماعية المحيطة، ويكون أكثر قدرة على الاستجابة للمواقف الاجتماعية الطارئة بصورة إيجابية. (نافر بقيعي، 2011، ص52).

ويرى بار أون 2006 بأن المهارات و الكفايات الانفعالية والاجتماعية تؤثر في قدرة الفرد على النجاح في الحياة، واستيعاب المتطلبات اليومية وتحمل الضغوط المحيطة به. فالذكى انفعالياً هو الذي يفهم ما يدور حوله في نفسه ويعبر عنه بسهولة، كما يفهم الأمور المتعلقة بالآخرين، ويتحمل المتطلبات اليومية والضغوط الانفعالية. (نافر بقيعي، 2011، ص52). ويرى بوتر بأن للذكاء الانفعالي دور مهم في مواجهة الضغوط اليومية التي يمر بها الأفراد في حياتهم، إذ يلعب دوراً أساسياً في زيادة القدرة على التكيف مع الآخرين، والوقاية من الاحتراق النفسي الذي يمكن أن يواجههم. (نافر بقيعي، 2011، ص52). ويضيف فورميكا 1998 بقوله أن الأفراد الأذكاء انفعالياً يظهرون مستويات منخفضة من المشكلات السلوكية، ويتعاملون مع المشاكل بحكمة وروية، ويعالجون المواقف الحياتية دون تسرع، كما يمتازون بمستويات منخفضة من الاحتراق النفسي المرتبطة بظروف العمل، أما الأفراد ذوي المستويات المنخفضة فليدهم مستويات مرتفعة من المشكلات السلوكية الذاتية كالاكتراق النفسي. (نافر بقيعي، 2011، ص52).

وتتفق نتيجة الدراسة مع دراسة نافر البقيعي (2011) بعنوان الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاكتراق النفسي وأنماط الشخصية والتي توصلت إلى وجود علاقة إرتباطية بين الذكاء الانفعالي النفسي و الاحتراق النفسي.

وبالتالي تحققت الفرضية التي نصت على وجود علاقة إرتباطية بين الذكاء الانفعالي والاحتراق النفسي.

عرض و تحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تعزى لمتغير عدد سنوات العمل؟.

لفحص هذا السؤال تم استخدام اختبار T-TEST لمعرفة الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية و الرياضية حسب متغير عدد سنوات العمل.

جدول رقم (10): يوضح الفروق في مستوى الاحتراق النفسي حسب متغير عدد سنوات العمل على محاور المقياس ، والمقياس ككل.

المحاور	ن = 14		ن = 12		قيمة " ت "	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
	أقل من 10 سنوات	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
الإجهاد الإنفعالي	15.1429	7.26273	17.4167	11.98073	-0.595	0.297	غير دال
تبلد المشاعر	3.64	6.404	2.75	2.006	0.468	0.053	غير دال
نقص الشعور بالإنجاز	8.29	8.730	5.75	5.770	0.857	0.335	غير الدال
المقياس ككل	27.07	19.840	25.92	13.892	0.169	0.362	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوي الدلالة ($\alpha=0.05$) = 2.06 ، عند حرية 24

تحليل نتائج الجدول رقم (10):

تشير النتائج الواردة في الجدول رقم (10) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات الباحثين علي المحاور الثلاث للمقياس حيث سجلنا النتائج التالية، حيث كانت قيمة (ت) الجدولة تساوي (2.06) في جميع الجداول :

إذ بلغت قيمة (ت) المحسوبة في المحاور (الإجهاد الانفعالي ، تبلد المشاعر ، نقص الشعور بالإنجاز) على النحو الترتيبي التالي: (-0.595 ، 0.468 ، 0.857) بينما كانت استجابات الباحثين علي المقياس بصورته الكلية على النحو التالي:
- تحصلت المجموعة الأولى (أقل 10 من سنوات) على متوسط حسابي قدره 27.07 و بانحراف معياري قدره 19.84 ، في حين تحصلت المجموعة الثانية (10 سنوات فأكثر) على متوسط حسابي قدره 25.92 و بانحراف معياري قدره 13.892 وعند حساب قيمة (ت) ستيودنت وجدنا أنها تساوي 0.169 وهي اقل من قيمة (ت) الجدولة المقدره ب (2.06) وبالتالي فان الفروق المسجلة بين المجموعتين فروق غير معنوية ومن دون دلالة إحصائية.

* من خلال ما سبق ذكره نستنتج انه لا توجد فروق مابين المجموعتين (المجموعة الأولى: أقل 10 من سنوات) و (المجموعة الثاني: 10 سنوات فأكثر) في مستوى الاحتراق النفسي.

و قد يعود السبب في ذلك إلى أن جميع أساتذة التربية البدنية والرياضية يواجهون نفس المشكلات باعتبار أنهم يدرسون تخصص واحد ويوجدون في بيئة واحدة ،بعض النظر عن عدد سنوات العمل ،سواء أكانت مدة قصيرة أو طويلة طالما أنهم موجودون في نفس البيئة التعليمية.

كما أن الكفاءة والقدرة لا تحد بزمن، فليس شرطاً أن الأساتذة الذين درسوا مدة قصيرة عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي من الأساتذة اللذين عملوا لمدة أطول أو العكس.

خاصة إذا علمنا أن الأساتذة الجدد يأتون متحمسين للعمل ومندفعين له مما يحفزهم لتخطي مصاعب العمل. وأن الأساتذة اللذين عملوا لسنوات طويلة قد اعتادوا على مواجهة الصعوبات التي تواجههم، فنجدهم أكثر ثقة بالنفس في أعمالهم وتصرفاتهم مما يخفف من حدة الضغوط التي يتعرضون لها، وهي الأسباب التي تسهم في التقليل من أثر هذا المتغير على الاحتراق النفسي.

وتتفق نتيجة الدراسة مع دراسة زياد لطفي سليمان الطحاينة سنة (1995) بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، والتي توصلت نتائجها إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير عدد سنوات العمل.

وبالتالي تحققت الفرضية والتي نصت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي ببلدية المسيلة تعزى لمتغير عدد سنوات العمل.

عرض وتحليل ومناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟.

للفحص هذا السؤال تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) لمعرفة الفروق بين أفراد العينة في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

جدول رقم (11): يوضح تحليل التباين الأحادي لأفراد عينة الدراسة على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وعلى المقياس بصورته الكلية تبعاً لمتغير المؤهل العلمي:

المحاور	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "f"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الإجهاد الانفعالي	بين المجموعات	477.491	2	238.745	3.016	0.069	غير دال
	داخل المجموعات	1820.548	23	79.154	—	—	—
	المجموع	2298.038	25	—	—	—	—
تبلد المشاعر	بين المجموعات	52.949	2	26.474	1.150	0.344	غير دال
	داخل المجموعات	529.667	23	23.029	—	—	—
	المجموع	582.615	25	—	—	—	—
نقص الشعور بالإنجاز	بين المجموعات	109.821	2	54.910	0.980	0.390	غير دال
	داخل المجموعات	1288.821	23	56.036	—	—	—
	المجموع	1398.654	25	—	—	—	—
المقياس ككل	بين المجموعات	736.414	2	368.207	1.300	0.292	غير دال
	داخل المجموعات	6512.048	23	283.133	—	—	—
	المجموع	7248.462	25	—	—	—	—

F الجدولية تساوي (19.37)، عند مستوى الدلالة 0.05

تحليل نتائج الجدول رقم (11):

يتبين من الجدول رقم (11) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $(\alpha=0.05)$ على المحاور الثلاثة للمقياس، وكانت f الجدولية تساوي (19.37) في جميع الجداول :

- محور الإجهاد الانفعالي: من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة f هي (3.016) ومستوى الدلالة (0.790) كما أن قيمة f المحسوبة أقل من قيمة f الجدولة عند مستوى الدلالة المعتمد، هذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول هذا المحور تعزي لمتغير المؤهل العلمي.

-محور تبدل المشاعر: بلغت قيمة f المحسوبة في هذا المحور (1.150) ومستوى الدلالة (0.334) وبالمقارنة بين قيمة f المحسوبة وقيمة f الجدولة، لاحظنا أن قيمة f الجدولة أكبر من f المحسوبة وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حول هذا المحور تعزي لمتغير المؤهل العلمي.

- محور نقص الشعور بالإنجاز: عند قراءتنا لنتائج الجدول وخاصة الخانة المتعلقة بمقدار f لاحظنا أن f المحسوبة قيمتها وصلت إلى (0.980) ومستوى الدلالة (0.390) وبعد مقارنة كل من f المحسوبة والجدولة للوقوف على درجة الفروق وهذا ما يعني أنها أكبر من المحسوبة، لذا لا توجد فروق دالة إحصائية .

-المقياس ككل: من خلال الجدول رقم (08) نلاحظ أن قيمة f المحسوبة تساوي (1.30) وأن مستوى الدلالة يساوي (0.292) هذا يدفعنا إلى القول بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغير المؤهل العلمي على المقياس ككل. وبالتالي لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالطور الثانوي تعزي لمتغير المؤهل العلمي.

وهذا يدل على أن المؤهلات العلمية (معهد، ليسانس ، ماستر)، لديهم نفس المستوى في الاحتراق النفسي، ويعزو ذلك الى أن أساتذة التربية البدنية والرياضية لا تختلف المشاكل التي يواجهونها، خاصة وأنهم يدرسون نفس المادة، وتواجههم كذلك في نفس البيئة .

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة يحيى عبد الله الشافعي (2008) التي أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تبعاً لمتغير المؤهل العلمي.

وبالتالي تحققت الفرضية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تعزي لمتغير المؤهل العلمي.

10 - الاستنتاجات و الاقتراحات :

- لقد أظهرت نتائج هذه الدراسة الحالية ما يلي:
- وجود مستوى جيد في الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية .
- وجود مستوى منخفض في الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية .
- وجود علاقة إرتباطية سلبية بين الذكاء الانفعالي و الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعاً لعدد سنوات العمل.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية تبعاً للمؤهل العلمي .
- الاقتراحات:

حرصا منا على أن تكون هذه الدراسة ذات قيمة وظيفية وعملية وبناء على النتائج التي تم التوصل إليها يقترح الباحث مايلي:

- بناء برامج تربوية تعمل على تنمية الذكاء الانفعالي لما له من أهمية في دعم الذكاء العقلي والأكاديمي والإعداد للحياة الآمنة.

- ضرورة تضمين مهارات الذكاء الانفعالي وتدريبها ضمن المناهج الدراسية للطلاب في الجامعات.
- إقامة دورات تدريبية وإرشادية لتوضيح أهمية الذكاء الانفعالي في الحياة الاجتماعية والمهنية.
- الاهتمام بالذكاء الانفعالي وإكسابه للطلبة في جميع المستويات التعليمية.
- تطوير أساليب ووسائل التعليم بحيث تواكب ذكاء ومستوى كل طالب حتى يتسنى للجميع التعلم .
- تدريب الأساتذة على كيفية الوقاية من الاحتراق النفسي .
- ضرورة تأهيل الأساتذة مهنيًا وبصورة مستمرة لزيادة فاعليتهم في العمل من جهة وتماشياً مع التطورات الحاصلة في المجال التربوي.
- وضع وتصميم وتنفيذ الخطط الوقائية والبرامج الإرشادية للحد من مسببات الاحتراق النفسي، والتي من شأنها تحقيق أفضل تكيف للأساتذة مع ظروف العمل وصعوباته، ورفع كفاءتهم المهنية والعلمية بما يتناسب مع التطور التكنولوجي المعاصر.
- عقد دورات وإعداد برامج خاصة لمساعدة الأساتذة على فهم الاحتراق النفسي وكيفية مواجهته.
- إقامة دورات تدريبية للأساتذة لتعريفهم بطرق الوقاية من الاحتراق النفسي وبالتالي تحقيق أفضل تكيف مع ظروف العمل وضغوطه وصعوباته من خلال تبني أساليب فعالة في مواجهة الضغوط النفسية.
- قائمة المراجع
- 1- الديري علي، محمد علي، مناهج التربية الرياضية بين النظرية والتطبيق، دار الفرقان للنشر والتوزيع، ط1، الأردن، 1993.
- 2- أمين أنور الخولي، أصول التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، ط2، مصر، 2002.
- 3- وزارة التربية الوطنية، منهاج التربية البدنية والرياضية للسنة الثالثة من التعليم الثانوي، اللجنة الوطنية للمناهج، 2006.
- 4- الشراح أحمد يعقوب، التربية وأزمة التنمية البشرية، مكتب العربي لدول الخليج، الرياض، السعودية، 2002.
- 5- أبو حطب صادق، القدرات العقلية، مكتبة الأنجلو المصرية، (ب، ط)، القاهرة، مصر، 1996.
- 6- مهني عبد سليم عبد العلي، مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية، رسالة ماجستير في الإدارة التربوية، نابلس، فلسطين، 2003.
- 7- ابن منظور كمال الدين أبي الفضل، معجم المقاييس، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، بيروت، لبنان، 1989.
- 8- مقدم عبد الحفيظ، الإحصاء والقياس النفسي والتربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، (ب، ط)، الجزائر، 1993.
- 9- جابر عبد الحميد جابر، الذكاءات المتعددة والفهم، (تنمية وتعميق)، دار الفكر العربي، (ب، ط)، القاهرة، مصر، 2003.
- 10- الزغلول عماد، مبادئ علم النفس التربوي، دار الكتاب الجامعي الإمارات العربية، ط2، العين، الإمارات، 2004.
- 11- محمد يعقوبي، معجم الفلسفة، أهم المصطلحات وأشهر الأعلام، الميزان للنشر والتوزيع، ط2، الجزائر، 1998.
- 12- صفاء الأعسر، علاء الدين كفاي، الذكاء الوجداني، دار قباء للطباعة والنشر، ط1، القاهرة، مصر، 2000.
- 13- كامل الفرخ شعبان، عبد الجابر تيم، النمو الانفعالي عند الطفل، دار صفاء للنشر والتوزيع، ط1، عمان، الأردن، 1999.
- 14- قاسم حسن حسين، علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال التدريب، مطابع التعليم العالي، بغداد، العراق، 1990.
- 15- نافز البقيعي، الذكاء الانفعالي وعلاقته بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى معلمي الصفوف الثلاثة الأولى، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد 25، عدد 1، الأردن، 2010.

- 16- بني يونس، الذكاء الانفعالي وعلاقته بالاحتراق النفسي لدى عينة من معلمي المرحلة الأساسية في مديرية تربية اربد الثالثة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن، 2008.
- 17- إياس راجح تميم، العلاقة بين الاحتراق النفسي والذكاء الانفعالي لدى العاملين في الرعاية الاجتماعية، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير، غير منشورة، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، 2011.
- 18- عبد الفتاح محمد العيسوي، عبد الرحمان محمد العيسوي، مناهج البحث العلمي في الفكر الإسلامي والفكر الحديث، دار الراتب الجامعية، (ب، ط)، الإسكندرية، مصر، 1996.
- 19- فاطمة عوض صابر، ميرفت علي خفاجة، أسس ومبادئ البحث العلمي، مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية، ط1، الإسكندرية، مصر، 2002.
- 20- فاروق السيد عثمان، القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- 21- أسامة أمين ربيع، التحليل الإحصائي للمتغيرات المتعددة، مكتبة الأنجلو المصرية، ط2، القاهرة، مصر، 2007.
- 22- أحمد محمد الطيب، الإحصاء في التربية وعلم النفس، المكتب الجامعي الحديث، ط1، الإسكندرية، مصر، 1999.
- 23- أسامة كامل راتب، تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي، طبعة أولى، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر العربية، 2000.