# الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا (دراسة أربع حالات من مدينة قسنطينة)

# Psychological burnout among primary education teachers during Corona pandemic (A study of four cases from Constantine)

***هدى حمادة [1] ، كريمة بن صغير [2]**

[1] جامعة 8ماي1945 - قالمة (الجزائر)، Hammada.houda@univ-guelma.dz

[2] جامعة 8ماي 1945 - قالمة (الجزائر)، sanakarima@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2023/02/13 تاريخ القبول: 2023/03/31 تاريخ النشر: 2023/06/05

**ملخص :**

*هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا، ومعرفة أسباب الاحتراق النفسي لديهم. اتبعت الدراسة المنهج العيادي الذي يقوم أساسا على دراسة الحالة. ولجمع البيانات تم استخدام المقابلة النصف موجهة ومقياس الاحتراق النفسي لماسلاش كأدوات للدراسة، شملت عينة الدراسة أربع حالات اختيرت بطرقة قصدية من ثلاث مدارس من المقاطعة الأولى بعين عبيد قسنطينة.*

*أسفرت نتائج الدراسة أن معلمي التعليم الابتدائي يعانون من مستويات متفاوتة من الاحتراق النفسي على أبعاده الثلاثة تتراوح بين المرتفعة والمتوسطة. وهذا راجع للإجراءات الاحترازية التي فرضتها جائحة كورونا، إضافة إلى الظروف الصعبة التي يمارس فيها المعلمين مهنتهم سواء كانت متعلقة بالظروف المهنية أو الاجتماعية أو الاقتصادية.*

**كلمات مفتاحية:** *الاحتراق النفسي، معلمي التعليم الابتدائي، جائحة كورونا.*

***Abstract:***

*The study aimed to identify the level of psychological burnout among primary education teachers during of the Corona pandemic, and to know the causes of psychological burnout among them. The study followed the clinical approach, which is mainly based on a case study. To collect data, the semi-structured interview and Maslash burnout scale were used as tools for the study. The study sample included four cases that were chosen by an intentional method from three schools from the first district of Ain Abid Constantine.*

* المؤلف المرسل: هدى حمادة ، الإيميل : Hammada.houda@univ-guelma.dz

*The results of the study revealed that primary education teachers suffer from varying levels of psychological burnout on its three dimensions, ranging from high to medium. This is due to the precautionary measures imposed by the Corona pandemic, in addition to the difficult circumstances in which teachers practice their profession, whether it is related to professional, social or economic condition.*

***Keywords**: Psychological burnout; primary education teachers; the Corona pandemic.*

## 1. مقدمة :

إن المعلم الركيزة الأساسية في العملية التعليمية، لما لدوره من أثر بارز في تعلم التلاميذ، وإكسابهم المهارات والسلوكيات، ونموهم معرفيا ونفسيا واجتماعيا، فالدور الذي يقوم به المعلم يكاد لا يضاهيه أي دور لأي مختص أو مهني، في أي مجال من مجالات الحياة لأنه يتعامل مع أفراد لهم خصائصهم الفردية التي يتميزون بها، في مجالات النمو المختلفة. الأمر الذي جعل مهنة التعليم من المهن الأكثر ضغطا، وهذا يؤدي حتما إلى تأثيرات وانعكاسات تجعل المعلم يعيش حالة من عدم الرضا وحالة من الاضطرابات النفسية والمهنية التي تشعره بالتعب الجسدي وبالاستنزاف النفسي الأمر الذي يؤدي به إلى الشعور بالضغوط النفسية والمهنية، وإذا اشتدت هذه الضغوط فإنها تصل به إلى ما يعرف بالاحتراق النفسي. حيث أصبح المعلم من أكثر الأفراد تأثرا بما يجري حوله من أحداث داخل المجتمع وفي مختلف المجالات نظرا لما يمر به من ظروف ومواقف وعلاقات قد لا تكون دائما في صالحه. ولعل الانتشار المتسارع لفيروس كورونا، وما خلفه من تأثيرات زادت من معاناة المعلم النفسية وأثرت على عمله خاصة في ظل الظروف الاستثنائية للتعليم ما جعلته أكثر عرضة للضغط والاحتراق النفسي.

**إشكالية:**

عرف العالم في الآونة الأخيرة انتشارا متسارعا لفيروس كورونا، الذي كان له تأثيرات ومخلفات على العالم ككل ، ففرض ظرفا استثنائيا وسابقة في التاريخ البشري، حيث أغلقت المصانع والمؤسسات وتم تقييد حركة المواطنين وتفاعلاتهم، فضلا عن إقرار قواعد جديدة للنظافة العامة ورفع حالة التأهب لتصل إلى أقصى درجاتها . وكل ذلك في سبيل محاولة احتواء هذا الفيروس الجديد والحد من انتشاره السريع بين الأفراد. هذا الوضع أثر على الصحة النفسية للأفراد، حيث تزايدت معدلات انتشار الأمراض النفسية كالاكتئاب والقلق ومشكلات النوم. وانتشرت حالة من الهلع والخوف من الإصابة، بسبب ارتفاع وتيرة أعداد

المصابين وتزايد أعداد الموتى. لكن بعد فترة الغلق الطويلة. كان من الضروري التعايش مع وباء كورونا. وكحال جميع القطاعات تم إعادة فتح المدارس والمؤسسات التعليمية ليجد الأساتذة عامة والمعلمين خاصة أنفسهم أمام تحد جديد. العمل في ظل هذه الأزمة الصحية العالمية. إضافة إلى تدريس التلاميذ بعد فترة الغلق الطويلة وتعويض ما فاتهم من تعلمات والالتزام بالتدابير الوقائية التي فرضها التدريس في هذه الظروف الاستثنائية.

وبالرغم من فرض إجراءات احترازية ووقائية صارمة للحفاظ على صحة التلاميذ والمستخدمين وسلامتهم. كان المعلمين متخوفين بشأن العودة إلى التدريس المباشر وجها لوجه. نظرا لمعرفتهم المسبقة باستحالة تطبيق البروتوكول الصحي مع تلاميذ الطور الابتدائي. فأصبح المعلم يتساءل عن كيفية المحافظة على مسافة التباعد الجسدي بينه وبين التلميذ الذي سيعلمه طريقة مسك القلم، كيف سيقرأ النص على مسامع تلاميذه وهو مرتديا كمامة تحجب تعابير وجهه؟ كيف سيرجع إلى بيته وإلى أطفاله وهو غير متأكد من سلامته؟

فالمعلم مجبر على العمل في ظل هذه الظروف الاستثنائية التي فرضتها الجائحة لكن عندما يكون المعلم غير مهيئا لمواجهة مثل هذه الظروف ولا يملك الطرق والأساليب المجدية التي تمكنه من التعامل مع هذه المواقف، أو أنه يجهل المشكلات التي تؤرقه عندها قد يعجز عن مواجهة المشكلات التي تعوق تحقيق بعض أهدافه، فيصبح عرضة للتأثيرات السلبية وللمواقف الضاغطة، إضافة إلى المشكلات الاجتماعية و النفسية التي يعاني منها المعلمين بصفة عامة والمتعلقة بطبيعة عملهم حيث وصفت مهنة التدريس بأنها من المهن الخدماتية الأكثر ضغطا بسبب المعاناة اليومية الناتجة عن ظروف العمل غير المناسبة كحجم و عبء العمل المدرسي، وكثافة المنهج الدراسي، والاكتظاظ داخل الفصل، وعدم القدرة على ضبط سلوك التلاميذ، إضافة إلى انخفاض العائد المادي، والنظرة الاجتماعية المتدنية. كل هذه الضغوط مع ما يفرضه البروتوكول الصحي من أعباء ومهام إضافية. قد تؤدي إلى حدوث ما يعرف بالاحتراق النفسي كاستجابة سالبة لضغوط المهنة وللظروف الصعبة المحيطة بها. فمتلازمة الاحتراق النفسي تعد من الحالات العيادية الحديثة التي فرضت نفسها بقوة في الحياة اليومية. حيث تُعرّف منظمة الصحة العالميّة( **2018** ) الاحتراق النفسي على أنّه متلازمة ناتجة عن الضغط الدائم في مكان العمل ذو الإدارة غير الناجحة .ويتّصف بالشعور بنفاذ الطاقة أو الإرهاق والشرود الذهني المتزايد عن واقع العمل، أو وجود مشاعر سلبية أو تهكّميّة حول عمل الفرد. مع انخفاض الفاعلية في العمل.[1]

إن الظروف الاستثنائية للتدريس جعلتنا نتساءل عن الصحة النفسية للمعلم خاصة بعد امتداد الجائحة لموسمين دراسيين، وضعت فيها المعلم في تحديات ورهانات جديدة تحتم

عليه الوصول بتلاميذه إلى الأهداف المسطرة في المخططات الاستثنائية للتدريس في ظل كل هذه الظروف والمعيقات. وبما أن الاحتراق النفسي محصلة نهائية لحالة الضغط المهني المزمن . وجب علينا البحث فيه وعليه تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

- ما هو مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين في ظل جائحة كورونا؟
- ما هي أسباب الاحتراق النفسي لدى المعلمين في ظل جائحة كورونا؟

**أهمية الدراسة :**

ستمد هذه الدراسة أهميتها من كونها حديثة ومسايرة للظروف الراهنة التي يمر بها العالم في مواجهة فيروس كورونا. إضافة إلى أن لظاهرة الاحتراق النفسي تأثيرات متعددة على أفراد المجتمع المدرسي بصفة عامة والمعلم بصفة خاصة إذ يعتبر المعلم العنصر الأساسي في العملية التعليمية وعليه تعلق الآمال والطموحات المستقبلية لما يحدثه من تأثير واضح وكبير في سلوك وأداء المتعلم ، ولما لهذا الأثر من نتائج هامة ومفصلية في مستقبل المجتمع بأسره. كان من الضروري دراسة معاناته في هذه الظروف الاستثنائية والوقوف عليها مما يسهم بشكل أو بآخر في تكوين صورة واضحة لأصحاب القرار في الوقوف على حيثيات هذه المعاناة وما ستحدثه من فجوة بين المعلم والمتعلم. وتكمن أهميتها أيضا في المنهج وأدوات البحث المستخدمة إذ يعتبر المنهج العيادي القائم على دراسة الحالة الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة باعتباره يمكننا من الفهم الشامل للحالة الفردية للمعلم والحصول عل أكبر قدر ممكن من المعلومات عن كل حالة. إضافة يعتبر مقياس الاحتراق النفسي لـ "ماسلاش " الأداة الأكثر شهرة واستخداما في معظم البحوث الرامية لدراسة الاحتراق النفسي منذ نشأته.

**أهداف الدراسة:**

- معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين في ظل جائحة كورونا.
- معرفة أسباب الاحتراق النفسي لدى المعلمين في ظل جائحة كورونا.

**التحديد الإجرائي لمفاهيم الدراسة :**

**الاحتراق النفسي:** يعرف الاحتراق النفسي إجرائيا أنه الدرجة التي يتحصل عليها المعلم على مقياس الاحتراق النفسي لماسلاش وذلك من خلال الأبعاد التالية:

**لإنهاك الانفعالي:** ويقصد به استنفاذ المعلم لطاقاته النفسية والعاطفية إلى المستوى الذي يجد فيه نفسه عاجزا عن العطاء.

**تبلد المشاعر:** وهي الحالة التي تنتاب المعلم عندما تنشأ لديه مشاعر باردة ومتبلدة، واتجاهات ساخرة غير إنسانية نحو التلاميذ بسبب ثقل العبء الملقى على عاتقه.

**شعور النقص بالإنجاز الشخصي:** ويقصد به قيام المعلم بتقييم ذاته بطريقة سلبية في ضوء ممارساته التربوية والتعليمية مع تلاميذه ، وشعوره بعدم الرضا عن إنجازاته أثناء ممارسته لمهنته.

**المعلم:** هو الشخص الذي يمتهن التعليم في الطور الابتدائي يكون خريج المعهد التكنولوجي أو المدرسة العليا للأساتذة أو متحصل على شهادة ليسانس في تخصصات تحددها وزارة التربية الوطنية (ليسانس أدب عربي، علم النفس، علوم الإعلام والاتصال، بيولوجيا،.....). وهو الذي يدرس في أحد مدارس المقاطعة الأولى بعين عبيد- قسنطينة.

**تعريف جائحة كورونا:** هي جائحة عالمية سببها مرض فيروس كورونا الذي يعتبر من الأمراض المعدية الخطيرة التي تستهدف مناعة الفرد ويمكن أن تؤدي في بعض الحالات إلى الموت نتيجة عدم قدرة الشخص على الاستجابة إلى التدخلات العلاجية الطبية.

## 2. الإطار النظري:

### 1.2 تعريف الاحتراق النفسي:

لقد أصبح مفهوم الاحتراق النفسي مصطلحا واسع الانتشار، وسمة من سمات المجتمع المعاصر. ويعتبر هاربرت فريدنبرجر **Herbert Fredenberger** أول من استخدم هذا المصطلح في أوائل السبعينات للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية. حيث لاحظ الطبيب والمحلل النفسي الأمريكي في عام 1974 أن الشباب المطوعين في مركز مدمني المخدرات الذي كان يسيره، يفقدون حماسهم بعد عام من العمل ويظهرون أعراض جسدية مثل الصداع واضطرابات الأمعاء والأرق ،التعب والإرهاق ، ومن ناحية أخرى ردود فعل عاطفية مثل التهيج الغضب.[2] وعرفه على أنه:"حالة من الإنهاك تحصل نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على الأفراد على حساب طاقتهم وقوتهم."[3]

وعرفه **Harold Bradley** فقال:" بعد ممارستي التحليل النفسي لاحظت أن الناس في بعض الأحيان يكونون ضحية الاحتراق تماما كالبنايات، بسبب ضغوط الحياة. حيث تستهلك طاقتهم الداخلية كما يحدث مع النار تاركة فراغ كبير من الداخل حتى وإن كان المظهر الخارجي يبدو سليما."[4]

**2.2 جائحة كورونا:**

**"جائحة عالمية جارية لمرض فيروس كورونا 2019 (كوفيد – 19) والذي يحدث بسبب فيروس كورونا2 المرتبط بالمتلازمة التنفسية الحادة الشديدة (SARS-CoV-2 )، اكتشف المرض في ديسمبر 2019 في مدينة ووهان وسط الصين، وهو مرض معدٍ يسببه فيروس كورونا2، حيث تظهر أعراض تنفسية تتراوح بين الخفيفة والمتوسطة على معظم من يصابون بعدوى الفيروس ويتعافون دون الحاجة إلى تدخل علاجي خاص. غير أن بعض المصابين تظهر عليهم أعراض شديدة ويحتاجون إلى العناية الطبية. الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالأعراض الوخيمة هم المصابون بأمراض كامنة، مثل أمراض القلب، الأوعية الدموية، داء السكري، الأمراض التنفسية المزمنة والسرطان.[5] حيث يستهدف الفيروس مناعتهم ويمكن أن تؤدي في بعض الحالات إلى الموت نتيجة عدم قدرة الشخص على الاستجابة إلى التدخلات العلاجية الطبية.**

**3.2 إجراءات البرتوكول الصحي:** إن الوضعية الوبائية والصحية التي يعيشها بلدنا جراء انتشار فيروس كورونا المستجد فرضت إجراءات وتدابير احترازية مشددة على جميع التلاميذ والعاملين، من أجل استئناف الدراسة حضوريا قدر المستطاع وهذه أهمها:

- إجبار التلاميذ على ارتداء الكمامات.
- احترام مسافة التباعد الجسدي في الأقسام وساحات المدارس.
- الحرص على تنظيف وتطهير وتعقيم كل المؤسسات التربوية.
- عدم تجاوز عدد التلاميذ في الصف 20 تلميذا.[6]

التدريس بالتناوب بين الأفواج الفرعية في كل قسم.

**4.2 الصعوبات التي تواجه تطبيق البرتوكول الصحي:** تتعلق بمدى توفر العدد الكافي من المؤسسات التربوية بعد قرار تقليص عدد التلاميذ إلى 20 في الصف الواحد، في الوقت الذي تعاني فيه عديد المدارس من ظاهرة الاكتظاظ والتي وصلت بعضها إلى 60 تلميذا في القسم المدرسي الواحد وقدم رئيس" جمعية أولياء التلاميذ "الجزائرية بعض الصعوبات التي تحول دون تطبيق للبرتوكول الصحي الذي أعلنته وزارة التربية والتعليم وكذا للنقائص التي قد تظهر بعد تطبيقه منها:

- نقص التأطير الخاص بالعاملين على مستوى المدارس الابتدائية حيث لا يوجد بها حراس وموظفين خاصين بالأمن والنظافة، وعدد الموجودين قليل جدا، لا يكفي لمراقبة وحراسة التلاميذ داخل ساحات المدارس مع صعوبة مراقبة التلاميذ في ساحات المدارس.

- خصائص تلميذ المرحلة الابتدائية والتي تجعل من التباعد الجسدي الذي يفرضه البروتوكول الصحي أمرا صعب التحقيق والتنفيذ على أرض الواقع ،فمن خصائص هذه المرحلة العمرية أنها تتسم بنشاط الطفل الزائد فتكون حركته مستمرة كونه في حاجة لتعلم المهارات الحركية اللازمة للألعاب مثل الجري والتسلق حيث تنمو العضلات الصغيرة والكبيرة في المرحلة العمرية6 إلى 9 من سنوات، ويستمتع الأطفال بأوجه النشاط العضلي ، فهم يميلون بشكل عام إلى الحركة في مختلف أوضاعهم ويحب الطفل العمل اليدوي والأنشطة المختلفة. وتعتبر المرحلة العمرية من 9 إلى12 سنة هي مرحلة النشاط الحركي الواضح وتنمو لديهم المهارات الحركية حيث تشاهد فيها زيادة واضحة في القوة والطاقة .[7]

**3. الدراسات السابقة:**

**دراسة مصطفى منصوري (2017):<< الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي التعليم الابتدائي >>**

تهدف الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي لدى معلمي التعليم الابتدائي ومعرفة ما إذا كانت هناك فروق تعزى لمتغير الجنس وللحالة الاجتماعية. تكونت عينة الدراسة من 145 معلما ومعلمة اختيرت بطريقة المعاينة العنقودية من 19 مدرسة ابتدائية، كما اعتمد الباحث في دراسته على أداتين : مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي واستبيان الرضا الوظيفي وأشارت النتائج إلى:

- وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والدرجة الكلية للرضا الوظيفي.
- لا توجد فروق دالة إحصائيا في العلاقة بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي تعزى لمتغير الجنس، الحالة الاجتماعية.

**دراسة يمينة مدوري (2020) : << الاحتراق النفسي لدى العاملات في قطاع التدريس : دراسة ميدانية عن الأستاذات في الأطوار التعليمية الثلاثة >>**

تهدف الدراسة إلى الكشف عن مدى معاناة الأستاذات في الأطوار التعليمية الثلاثة ( ابتدائي ، متوسط ، ثانوي) من الاحتراق النفسي، وتحديد الفروق في الاحتراق النفسي لديهن حسب متغيرين هما الطور التعليمي الذي تدرس فيه والحالة الاجتماعية، حيث تكونت عينة الدراسة من 122 معلمة من الأطوار التعليمية الثلاثة تم سحبهم بالطريقة العشوائية الطبقية، واعتمدت الباحثة في الدراسة على أداتين هما: استمارة بيانات أولية وجهت لجمع البيانات الخاصة بالمتغيرات المهنية والديموغرافية المدرجة في الدراسة، ومقياس ماسلاش للقياس النفسي. وخلصت الدراسة إلى:

- مستوى الاحتراق النفسي المعتدل كان الغالب على أفراد عينة الدراسة.
- توجد فروق دالة في مستوى الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس تعزى إلى متغير الطور التعليمي ومتغير الحالة الاجتماعية.

**دراسة حسين بن باكرتي HOUCINE BENBAKRETI( 2021):" الاحتراق النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي: الأسباب، المواقف ووجهات النظر الوقائية"**

تهدف الدراسة إلى معرفة الحياة المهنية، الخاصة والاجتماعية للمعلم حتى نتوصل للأسباب والمعوقات التي تحول بين ممارسته لعمله على أكمل وجه. ومعرفة مدى تأثير الاحتراق النفسي الذي يعاني منه المعلم على نتائج التحصيل الدراسي للمتعلمين، تضمنت عينة الدراسة 82 معلم مدرسة ابتدائية. طبق عليهم اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي . وكانت النتائج التالية :

-هناك عدد كبير من المعلمين يعانون من الاحتراق النفسي بنسب متفاوتة بين الاحتراق النفسي المرتفع، المتوسط والمنخفض وهذا حسب الجنس، سنوات الخبرة والحالة الاجتماعية.

- إن هناك أسباب عديدة تؤدي للاحتراق النفسي لدى المعلمين حسب الدراسة قد تكون داخلية تتمثل في شخصية المعلم أو خارجية ترجع للظروف المهنية، الشخصية و الاجتماعية القاسية التي يعاني منها المعلم.

**4. التعقيب على الدراسات السابقة:**

اتفقت معظم الدراسات السابقة على الهدف في قياس مستوى الاحتراق النفسي واستعمال مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي لدى العاملين في المهن الإنسانية، وتحديد مصادره، وكذا دراسة علاقته ببعض المتغيرات الديموغرافية والعوامل النفسية. حيث أظهرت كل النتائج وجود درجات متفاوتة من الاحتراق النفسي المرتفع المتوسط والمنخفض، كدراسة يمينة مدوري (2020 ) ودراسة حسين بن باكرتي (2021)، كما بينت دراسة مصطفى منصوري (2017) وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والدرجة الكلية للرضا الوظيفي.

**5.الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية :**

**1.5 حدود الدراسة :**

**الحدود المكانية :** تم اختيار عينة الدراسة من ثلاث مدارس من المقاطعة1 عين عبيد ـ قسنطينة.

**الحدود الزمانية:** أجريت الدراسة خلال الثلاثي الثاني للسنة الدراسية 2021ـ 2022.

**2.5 منهج الدراسة:** اعتمدنا في بحثنا على المنهج العيادي، لأنه المنهج الأنسب لتحقيق أهداف الدراسة. ويقوم هذا المنهج على دراسة الحالة باعتبارها الطريقة الأنسب للفهم الشامل للحالة الفردية والحصول عل أكبر قدر ممكن من المعلومات عن المفحوص.

**3.5 مجتمع وعينة الدراسة** : تمثل مجتمع الدراسة في معلمي التعليم الابتدائي، وتم الاعتماد في هذه الدراسة على استخدام أسلوب العينات غير الاحتمالية، حيث تم اختيار الحالات من ثلاثة مدارس من المقاطعة 1 عين عبيد ـ قسنطينة بطريقة قصديه لما يتلاءم مع موضوع البحث.

**4.5 أدوات الدراسة:** لقد تم الاستعانة بالأدوات التي تخدم الموضوع والمتمثلة في:

**المقابلة العيادية:** حيث اعتمدت الدراسة الراهنة على المقابلة العيادية النصف موجهة واحتوت على أسئلة متمركزة على محاور أساسية تتعلق ب :

. المعطيات البيوغرافية، الحالة النفسية، الصحية والاجتماعية للحالة . ظروف العمل في ظل الجائحة ، العلاقة مع التلاميذ، الزملاء والإدارة.

**مقياس الاحتراق النفسي:** تم الاعتماد على مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي الذي أعدته ماسلاش وجاكسون ( 1981 ) ليقيس الاحتراق النفسي لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية. يتكون المقياس من اثنان وعشرين ( 22 ) فقرة موزعة على ثلاثة أبعاد، بتدرج يتراوح من 0 إلى 6، وعليه فإن أعلى درجة يحصل عليها الأستاذ في المقياس الكلي هي 132 درجة، أما أدنى درجة فهي صفر، كما يمكن تصنيف درجة الاحتراق النفسي إلى مرتفعة أو متوسطة أو منخفضة كما هو مبين في الجدول التالي:

**الجدول 1: يبين توزيع وتصنيف فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي**

| الأبعاد | رقم الفقرات | مرتفع | متوسط | منخفض |
|---|---|---|---|---|
| الإنهاك الانفعالي | 20،16،14،13،8،6،3،2،1 | 30فما فوق | 29 . 18 | 17 . 0 |
| تبلد المشاعر | 22،15،11،10،5 | 12فما فوق | 11 . 6 | 5 . 0 |
| نقص الشعور بالإنجاز الشخصي | 21،19،18،17،12،9،7،4 | 40 فما فوق | 39 . 34 | 33 . 0 |

**المصدر:** مختار بوفرة ومصطفى منصوري ،2014،ص: 86

ويعتبر الاحتراق النفسي منخفضا إذا حصل الفرد على درجات منخفضة على البعدين الأول والثاني، ودرجة مرتفعة على البعد الثالث، ويكون الاحتراق النفسي متوسطا، عندما يحصل الفرد على درجات متوسطة على الأبعاد الثلاثة، بينما يكون الاحتراق النفسي مرتفعا إذا حصل الفرد على درجات مرتفعة على البعدين الأول والثاني، ومنخفضة على البعد الثالث.

.**أساليب معالجة البيانات:** اعتمدت الدراسة على التحليل الكمي والكيفي للنتائج المتحصل عليها من خلال المقابلة والمقياس المستخدم فيها .

**6.عرض نتائج مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي للحالات الأربعة:**

**الجدول 2: يبين مستوى الاحتراق النفسي على أبعاده الثلاثة للحالات بعد تطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.**

| الأبعاد | الحالة (1 ) | الحالة (2 ) | الحالة (3 ) | الحالة (4) |
|---|---|---|---|---|
| الإنهاك العاطفي | مرتفع(38درجة) | مرتفع(46درجة) | منخفض(17درجة) | مرتفع(36درجة) |
| تبلد المشاعر | متوسط(6درجات) | مرتفع(11درجة) | منخفض(2درجة) | لا يوجد(0درجة) |
| نقص الشعور بالإنجاز | متوسط(39درجة) | منخفض(25درجة) | منخفض(21درجة) | منخفض(10درجات) |

يبين الجدول أن مستوى الاحتراق النفسي على بعد الإنهاك الانفعالي كان مرتفعا لدى ثلاث حالات من أفراد العينة:الحالة الأولى (38درجة )، الحالة الثانية (46درجة)، والحالة الرابعة (36درجة) بينما كان منخفضا لدى الحالة الثالثة(17درجة). وعلى بعد تبلد المشاعر كانت النتائج متباينة بين المتوسط، المرتفع والمنخفض على التوالي. إلا أن الحالة الرابعة لا تعاني من الاحتراق النفسي على هذا البعد (0درجة). وبالنسبة لبعد نقص الشعور بالإنجاز أبدت الحالة الأولى مستوى متوسط من الاحتراق النفسي(39درجة)، في حين كان مستوى الاحتراق النفسي لدى الحالات الأخرى منخفض.

**7. عرض وتحليل ومناقشة المقابلات:**

**1.7 عرض الحالة الأولى:** ( سهيلة ) أستاذ رئيسي للتعليم الابتدائي، العمر 44 سنة، متزوجة من أحد الزملاء وأم لثلاث أبناء. متحصلة على شهادة ليسانس أدب عربي، ولديها 15 سنة خبرة في التعليم، تدرس هذا الموسم (2021/ 2022) تلاميذ السنة الثالثة ابتدائي بمدرسة الأمير عبد القادر عين عبيد - قسنطينة.

**تحليل ومناقشة المقابلة للحالة الأولى:** من خلال المقابلة عرفنا أن ( سهيلة )اختارت مهنة التعليم عن حب. لكن بعد الإنجاب أصبحت تعاني كثيرا بسبب عدم قدرتها على التوفيق بين

مسؤولية تربية الأبناء ومتطلبات المنزل وتحضير الدروس وكتابة الكراس اليومي ومذكرات التدريس. (فكرت بزاف في ترك العمل لكن راتب زوجي لم يكن كافي فكان علي أن أساعده في المصاريف حتى نستطيع العيش حياة كريمة). من هنا نرى أن ازدواجية الدور الذي تؤديه هاته الأستاذة يعرضها لضغوط إضافية، كما يخلق لديها الإحساس بالتقصير في واجباتها الاجتماعية والمهنية مما يؤدي إلى الإحساس بالذنب مما يشكل لديها اتجاهات سلبية نحو المهنة وهذا يتفق مع دراسة (يمينة مدوري، 2020) التي أظهرت أن فئة المتزوجات هن الأكثر معاناة من الاحتراق النفسي وهذا لأن وضعياتهن الاجتماعية (أسرة، أطفال ) تضيف عبئا مضاعفا، مما يزيد من الإحساس بالضغوط وعدم الاستقرار، وبالتالي تزيد من احتمال التعرض للاحتراق النفسي. عند فتح المؤسسات التعليمية، كانت سهيلة متشوقة للتدريس وتعويض فترة الغلق الطويلة، لكنها في نفس الوقت متخوفة من التعرض للعدوى، وهذا راجع لكثرة الشائعات في مواقع التواصل الاجتماعي التي أصبحت تؤثر سلبيا على كل أفراد المجتمع. حيث وصف ( Dubey& all, 2020 ) القلق والاكتئاب واضطراب ما بعد الصدمة، أنه يتغذى مما يسمى بالوباء المعلوماتي ( Infodemic ), وكما أشار في ذلك أيضا المدير العام لمنظمة الصحة العالمية (WHO ) أن ما يزيد الخوف والذعر من هذا الوباء، هو نشر المعلومات الخاطئة وشائعات محيرة للعقل.[8]إضافة إلى عدد الإصابات والوفيات الذي بدأ في الارتفاع وأخذ منحا تصاعديا حيث تم في 6 نوفمبر تسجيل 631 حالة جديدة ووصل في 24 نوفمبر إلى 1 133 إصابة جديدة تمثل ذروة عدد الإصابات بالنسبة للموجة الثانية لمرض كوفيد 19 بالجزائر.[9] وهذا حسب المحللين راجع للدخول المدرسي وعدم التطبيق الفعلي للبروتوكول الصحي. الأمر الذي زاد من الضغوط على المعلمة وأثر على عملها. أما بالنسبة لتطبيق البروتوكول الصحي تقول( سهيلة)( كنت في البداية ألتزم بتطبيقه ثم أصبحت أولي الأهمية لتقديم الدرس لأن التلاميذ أصبحوا مشتتين وغير قادرين على التركيز). حيث إن تطبيق البروتوكول الصحي يتطلب الإنقاص من وقت الأنشطة التعليمية، فعلى المعلم الحرص على وضع التلاميذ للكمامة والمعقم ومراقبتهم إذا كان لديهم أعراض الفيروس. والحرص على أن لا يقتربوا من زملائهم أو يتبادلوا أدواتهم فيما بينهم، وهذا أمر مرهق. وتضيف سهيلة( الأصعب من هذا هو الوصول بالتلاميذ إلى الكفاءة المسطرة في البرامج الاستثنائية التي لا تراعي احتياجاتهم وقدراتهم في ظل هذه الظروف)، حيث احتوت

البرامج الاستثنائية دمج لدروس كثيرة يصعب على التلميذ فهمها في حصة واحدة أو الوصول إلى الكفاءة فيها نظرا لضيق الوقت وقلة الممارسة سواء في القسم أو المنزل، هذا ما يحتم على الأستاذ إيجاد طريقة سحرية لتقديم درسه مراعيا في هذا ضيق الوقت ودمج الدروس والفروقات الفردية بين التلاميذ بالإضافة إلى طول البرامج واستحالة إكمالها. إضافة إلى الغلق المفاجئ للمدارس في ظل عدد الإصابات والوفايات المتزايد في المدارس وهذا ما يصعب من مهمة المعلمة. أما بالنسبة للعمل بالتناوب بين الأفواج الفرعية تقول سهيلة(إن التلاميذ يدرسون يوم واليوم الموالي يعتبرونه يوم راحة ولعب ينسون فيه كل ما تعلموه ليضيع جهد المعلم سدا . كل هذا يشعرني بالإنهاك والملل وعدم الرغبة في العمل في بعض الأحيان.) حيث أصبح التلميذ يدرس أقل من نصف المدة المعتادة (يدرس كل فوج 10 ساعات في الأسبوع ويدرس يوم كل يومين، حسب ما جاء في البرامج الاستثنائية للموسم 2022/2021. كل هذه الظروف زادت بطريقة أو بأخرى من معاناة المعلمة. وهذا يتفق مع دراسة(مصطفى منصوري ، 2017 ) والتي تبين وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي ومظاهر الرضا الوظيفي لدى معلمي التعليم الابتدائي، خاصة الرضا عن ظروف العمل.

**2.7 عرض الحالة 2: ( أسماء )** أستاذ رئيسي للتعليم الابتدائي، تبلغ 36 سنة من العمر، متزوجة، بلا أولاد. خريجة المدرسة العليا للأساتذة، لديها خبرة طويلة في التعليم (14 سنة). الفوج المسند: الخامسة ابتدائي بمدرسة الأمير عبد القادر عين عبيد – قسنطينة.

**تحليل ومناقشة نتائج المقابلة للحالة2:** من خلال المقابلة، عرفنا أن التعليم والتلاميذ هم كل حياة (أسماء)، تحب مهنتها كثيرا وتسعى جاهدة للقيام بواجبها على أكمل وجه، إلا أن الظروف التي فرضتها الجائحة حالت دون ذلك. تقول (لو قارنا التلاميذ الذين درسوا في الظروف العادية بالتلاميذ الذين يدرسون في ظل جائحة كورونا نلاحظ نقصا كبيرا في المهارات الأساسية كالقراءة المسترسلة والتعبير وحل المشكلات)، حيث عند غلق المدارس كان تلاميذ الأساتذة أسماء في السنة الثالثة والتي تعتبر سنة مهمة في المشوار الدراسي للتلاميذ أين تترسخ لديهم المعارف والكفاءات كالقراءة المسترسلة والكتابة الواضحة والسليمة والتعبير والحساب وحل المشكلات، وعند قرار الرجوع للدراسة حضوريا للموسم الدراسي2021/2020 بعد فترة الغلق التي دامت

سبعة أشهر كانت السنة الرابعة لهؤلاء التلاميذ مقتصرة على فصلين فقط طغى عليهم فيها الشعور بالخوف من العدوى والخمول وفقدان الرغبة في الدراسة. لذلك كان على المعلمة خلق الدافعية للدراسة لديهم وتعويض النقائص في المكتسبات الأساسية. هذا ما عرضها لضغوط عديدة. وفي هذا الصدد أشار ( Byrne, 1994) إلى أن الجو الصفي غير الملائم يؤدي إلى حدوث الاستنزاف الانفعالي لدى الأستاذ، كما يؤدي إلى تطوير اتجاهات سلبية نحو تلاميذه ونحو مهنته ويؤثر بشكل سلبي على تحقيق الأهداف التربوية المتوقعة[10]. في الموسم الدراسي 2022/2021 أصبح تلاميذ الأستاذة أسماء في السنة الخامسة ابتدائي السنة النهائية من الطور الابتدائي، تقول:(كنت مستعدة ومتحمسة لهذه السنة لأن فيها يكلل تعبي وجهدي لخمس سنوات بنجاح تلاميذي ) لكن كل الظروف التي كانت تعاني منها المعلمة والإجراءات الاحترازية التي فرضتها الجائحة ( نظام التفويج، الإنقاص من زمن الحصة إلى 45دقيقة أو 30دقيقة، دمج عدة دروس في حصة واحدة، حذف حصص المعالجة البيداغوجية، إضافة إلى قرار إلغاء شهادة التعليم الابتدائي والاكتفاء باحتساب معدل الفصول الثلاثة. الذي أفقد التلاميذ الدافعية للدراسة وزاد من معاناتها حسب ما تقول. كل هذا أنقص من عزيمتها وجعلها غير قادرة على الوصول إلى ما تطمح إليه. حيث ذهب Edelwich et Brodsly (1980) إلى تحديد مراحل ظهور الاحتراق النفسي وتكون أجملها في: الحماس، الركود، الإحباط وفي الأخير اللامبالاة.[11] فوجدت أسماء نفسها في صراع بين رغبتها في تعليم تلاميذها وبين الظروف الاستثنائية الصعبة للتعليم. خاصة بعد فترات الغلق المفاجئة التي أثقلت كاهلها ( كنت كل مرة مرغمة على إعادة الدروس وكأني أرمي بها في البحر بلا فائدة.) حيث في شهر ديسمبر أخذت الإصابات الجديدة منحا تصاعديا مما جعل وزارة التربية تقرر الدخول في عطلة الشتاء قبل الموعد المحدد بأسبوع كامل، وبعد الدخول في الثلاثي الثاني وبعد أقل من شهر من استئناف الدراسة، يتم تعليق الدراسة بشكل مفاجئ بعد ما تأكد دخول الجزائر في الموجة الرابعة من فيروس كورونا حيث وصل عدد الإصابات إلى الذروة برقم يقدر ب 2521 إصابة جديدة.[12]وقد اتفقت معظم الدراسات على أن هناك عوامل شخصية داخلية تؤدي إلى إحداث الاحتًراق النفسي، حيث أن الإنسان الأكثر التزاما وإخلاصا في عمله يكون أكثر عرضة للاحتًراق النفسي من غيره، ويرجع ذلك كونه يكون تحت ضغط داخلي للعطاء وفي نفس الوقت يواجه ظروفا خارجة عن إرادته تقلل من هذا العطاع[13].

أرادت أسماء أن تقدم حصص دعم لتلاميذها خارج الوقت الرسمي للدراسة كحل لاستدراك النقائص التي يعاني منها التلاميذ. لكن المديرة رفضت بحكم الضغوط الممارسة عليها من وزارة التربية، إن الصرامة في تطبيق البروتوكول الصحي زاد من حدة الضغط على المعلمة. وهذه النتيجة تتفق مع دراسة فاطمة الزهراء نويشي (ب س) التي أكدت أن معظم الأساتذة يعانون من وطأة القيود المفروضة عليهم من قبل الإدارة في مختلف المؤسسات التربوية لذا مستوى الضغط يرتفع لديهم. إضافة إلى المشاكل التي يتسبب فيها الأولياء بسبب عدم تقبلهم لفكرة تدريس أبنائهم في المنزل، حيث تقول أسماء أن بعض الأولياء يلومونها على تدني نتائج أبنائهم الدراسية.

**3.7. عرض الحالة 3:** ( محمد ) أستاذ تعليم ابتدائي بمدرسة مولود فرعون عين عبيد – قسنطينة، يبلغ من العمر 35سنة متزوج وأب لولدين متحصل على شهادة ليسانس علوم الإعلام والاتصال، يدرس منذ خمس سنوات (5 )، أسند إليه قسم السنة الثانية ابتدائي.

**تحليل ومناقشة المقابلة للحالة 3:** من خلال المقابلة تبين أن (محمد) لم يطمح يوما أن يكون مدرسا. لكن شأنه شأن باقي الشباب العاطل عن العمل، والذي يقبل بأي وظيفة تصون كرامته. حيث يعاني خريجي الجامعات من البطالة بنسب كبيرة ومحمد أكبر دليل على ذلك، فهو لم يتحصل على وظيفة إلا بعد قرابة العشر سنوات من التخرج. يقول إنه أضطر إلى تقديم الدروس الخصوصية لتحسين وضعه المادي. هذا ما أكدته دراسة (مصطفى منصوري، 2017) تظهر وجود علاقة سلبية دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي والرضا الوظيفي خاصة فيما يتعلق بالرضا عن الأجر.

يقول محمد أن العمل في ظل جائحة كورونا لم يشكل له أي ضغط يذكر بل على العكس خفف من اكتظاظ الأقسام حيث كان يدرس 38 تلميذا في الظروف العادية أو أكثر، إضافة إلى تقليص الحجم الساعي للتدريس حيث كان الأستاذ يدرس أكثر من 26 ساعة في الأسبوع، فأصبح يدرس 20 ساعة فقط. فلم يظهر محمد قلقه من الإجراءات الاستثنائية التي فرضتها الجائحة. وهذا ما تبينه عديد الدراسات أن الإنهاك العاطفي يكون عند النساء أكثر منه عند الرجال وهذا ما يتفق مع دراسة (ليلى سليمان مسعود ،2020) التي تبين وجود فروق في مستوى

الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير الجنس حيث أن الإناث أكثر شعورا بالإنهاك الانفعالي من الذكور. وبالنسبة للتدريس بالمخطط الاستثنائي قال أن (منذ تعينه وهو يحاول كل مرة تقديم الأفضل في عمله، لكنه كان دائم الشعور بأنه لا يمكنه توصيل المعلومة لجميع التلاميذ وأن جهده غير كافي، لكن بعد 5سنوات من الخبرة استطاع تحسين طريقته في التدريس. لكن الإجراءات الاستثنائية للتعليم أرجعت عنده الشعور بالعجز. حيث تكييف الدروس حسب مستوى التلاميذ، والزمن الممنوح للحصة (45 دقيقة أو30 دقيقة ) هذا أمر مستحيل جعله في بعض الأحيان يستسلم. حيث أن الخبرة المهنية تكسب المعلم المرونة وتعطيه القدرة على التنويع في طرائق التدريس للتكيف مع الأوضاع الجديدة. لأن كلما كانت لديه الخبرة أكثر كلما فهم المرحلة العمرية للتلاميذ واحتياجاتهم، والمعارف الواجب اكتسابها في كل طور تعليمي. وحسب تحقيق قام به كل من Rayou & Van Zanten (2004) بينا مشكلة عدم ملاءمة التكوين الأساسي للأساتذة مع الواقع التعليمي، فالمعارف المتحصل عليها هي معارف نظرية في معظمها ولا تتماشى مع ما يقومون به فعليا في الصف المدرسي. كما يضيف (Laurence JANOT-BERGUGNAT & all, 2008 أن اختيار الأستاذ لمهنته عن حب واقتناع، وكذلك سنوات الخبرة في التعليم؛ من العوامل التي تساعد في التخفيف إلى حد ما من إحساس الأستاذ بفقد سيطرته في أدائه لعمله وبذلك وقوعه فريسة الضغط النفسي[14].

**4.7 عرض الحالة 4:** سعيدة أستاذ مكون، تعمل بالتدريس منذ أكثر من 31 سنة، خريجة المعهد التكنولوجي، تبلغ من العمر49 سنة، متزوجة وأم لأربع أطفال، تعمل بمدرسة عقون عبد الله بعين عبيد – قسنطينة، أسند إليها قسم السنة الثانية. تعاني من مرض الدوالي ومرض السكري النوع الثاني

**تحليل ومناقشة المقابلة للحالة 4:** من خلال المقابلة عرفنا أن الأستاذة سعيدة أفنت حياتها في التعليم حيث لديها31 سنة خبرة في هذا الميدان، وأنها شارفت على التقاعد، تقول (شاءت الظروف أن تكون السنة الأخيرة لي في التعليم أقضيها في ظروف استثنائية بسبب الجائحة). ورغم هذا كانت الأستاذة تعامل تلاميذها بكل رفق ومودة، تشرح لهم كيفية تطبيق البروتوكول الصحي، تقدم لهم النصائح وتراقبهم مثل أولادها لتحافظ على سلامتهم وسلامتها هي أيضا. فهي

مريضة بداء السكري وتخاف انتقال العدوى إليها. وقد أظهرت عديد الدراسات أن مهنة التعليم تتسبب في عدة أمراض مزمنة وهذا ما أكدته دراسة( HOUCINE BENBAKRETI , 2021 ) التي بينت أن أكثر من 60% من الأساتذة المستجوبون يعانون من أمراض مزمنة وبالنسبة إلى Leiter و Maslach ، يمكن أن يتسبب الاحتراق النفسي في الإصابة بمرض السكري من النوع الثاني وأمراض القلب والأوعية الدموية وحتى في معدلات الوفيات بين العمال[15]. وتقول إنها تحرص على تطبيق البروتوكول الصحي كل يوم بلا استثناء حتى تستطيع تقديم أنشطتها التعليمية المسطرة في كراسها اليومي. هذا يظهر خوفها الشديد من الإصابة بالعدوى حيث وحسب منظمة الصحة العالمية الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة هم المصابون بأمراض مزمنة تظهر عليهم أعراض شديدة ويحتاجون إلى العناية الطبية، مثل أمراض القلب، الأوعية الدموية، داء السكري، الأمراض التنفسية المزمنة والسرطان.[16]وتشير عدة دراسات أن التقيد بالبروتوكول الصحي يخفف من الخوف والضغوط النفسية الناتجة عن فيروس كورونا.

وبالنسبة لظروف العمل في ظل جائحة كورونا تقول:( إن هذه الظروف جعلت المعلم يدرس بما أتيح له من وسائل فالتدريس بالمقاربة بالكفاءات في هذه الظروف بات مستحيلا، والعودة لطريقة التلقين للمحافظة على التباعد الجسدي بين المعلم والتلميذ يعطي نتيجة عكسية خاصة وأن أكثر من نصف التلاميذ لم يستفيدوا من التعليم التحضيري بسبب الغلق، والموسم الدراسي المنصرم الذي ختم بفصلين فقط لم يتمكن فيها كل التلاميذ اكتساب الحروف والوصول إلى القراءة المسترسلة التي من المفروض أن تكون مع نهاية السنة الأولى ابتدائي. فتجد بعض التلاميذ في السنة الثانية ابتدائي لم يكتسبوا آلية القراءة المسترسلة بعد). وهذا ما تؤكده دراسة براهيم سني وعثمان بن غربي (2020) والتي تأكد أثر الالتزام بالإجراءات الوقائية على تفاعل المعلمين والتلاميذ و على التلاميذ أنفسهم و انعكس بالتالي على التفاعل الصفي وأسلوب التدريس و نمطه حيث أضحى التفاعل الصفي أحادي الاتجاه هو الغالب على الموقف التعليمي التعلمي و قد بينت هذه الدراسة أن لهذا النمط سلبيات عديدة . وهذا ما جعل سعيدة تشعر بالتقصير في واجبها نحو تلاميذها، ما زاد من الضغوط النفسية لديها.

**8 . تحليل الحالات على ضوء الأهداف :**

للتحقق من الهدف الأول للدراسة قامت الباحثة بتطبيق مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على أفراد العاينة، وتبين لنا أن ثلاثة حالات من أفراد العينة يعانون من مستوى مرتفع من الاحتراق النفسي على بعد الإنهاك الانفعالي، لأن مهنة التدريس تعتبرواحدة من المهن التي تتطلب من المشتغلين بها مهام كثيرة، لذلك فهي من المهن التي تتوفر فيها مصادر عديدة للضغوط، يترتب عليها أثار سلبية كثيرة تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي والمهني، ونلاحظ أن الحالة 3 أظهرت مستوى منخفض من الاحتراق النفسي في بعد الإنهاك الانفعالي وهذا راجع إلى وجود فروق في مستوى الاحتراق النفسي تعزى إلى متغير الجنس حيث أن الإناث أكثر شعورا بالإنهاك العاطفي من الذكور. وهذه النتيجة تتعارض مع دراسة سعيدة لونيس (ب س) التي تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تعزى لمتغير الجنس عند معلمي التعليم الابتدائي، وترجعه إلى أنهم يعانون من نفس المشاكل والصعوبات وتحت تأثير نفس الظروف. ونلاحظ أن مستوى الاحتراق النفسي على بعد تبلد المشاعر متباين بين أفراد العينة، وهذا راجع إلى رغبتهم في إنهاء البرامج الطويلة مهما كانت الظروف. مقارنة بالحالة 4 التي كانت درجتها في هذا البعد (0 درجة ) أي أنها لا تعاني من الاحتراق النفسي على بعد تبلد المشاعر وهذا راجع إلى حرصها الشديد على تطبيق البروتوكول الصحي وخوفها من الإصابة بالعدوى خاصة أنها تعاني من مرض مزمن.

بينما كان مستوى الاحتراق النفسي على بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي منخفض لدى جميع أفراد العينة، هذا راجع إلى الظروف الاستثنائية للتعليم والمعيقات التي وجدها المعلمون أثناء ممارستهم لعملهم، حيث تطبيق البروتوكول الصحي كان من المعيقات التي ساهمت في هذه النتيجة، إضافة إلى الحجم الساعي الذي لا يتناسب مع البرامج الطويلة. كل هذه الظروف جعل المعلمون يقفون عاجزين مما زاد عندهم نقص الشعور بالإنجاز. وهذه النتيجة تتعارض مع دراسة(هداية بن صالح ، 2021) والتي تبين معاناة الممرضين و الأطباء من الاحتراق النفسي بنسبة عالية على بعد الإنهاك الانفعال بـ 58 % في حين أنه بالرغم من الإنهاك الانفعالي المرتفع إلا أن أفرد العينة سجلوا ارتفاعا في الإحساس بالشعور بالإنجاز والذي قدر بـ 72% الأمر الذي يوحي بعدم تأثير الإنهاك الانفعالي على إنجازهم وتفانيهم في العمل في ظل جائحة كورونا. وهذا

حسب رأي الباحثة بسبب الدعم الإيجابي الذي حظيت به هته الفئة سواء من قبل وسائل الإعلام أو في مواقع التواصل الاجتماعي، حيث لقبوا بالجيش الأبيض إضافة إلى توفير كل الوسائل المادية والبشرية لهم لمواجهة الأزمة، إضافة إلى التحفيزات المادية والمعنوية التي كانت أكبر دافع لهم .

وللتحقق من الهدف الثاني للدراسة ومعرفة أسباب الاحتراق النفسي لدى معلمي التعليم الابتدائي. من خلال المقابلات التي أجريت مع أفراد العينة بينت أن ظروف العمل التي يعمل فيها المعلمون في ظل جائحة كورونا جد صعبة. فنبدأ أولا بانعدام الوسائل أو قلتها سواء الوسائل التعليمية أو الكمامات ومواد التعقيم حيث شهد القطاع التربوي نقص كبير في الكمامات، ووسائل التدريس كأدوات الكتابة على السبورة التي في بعض الأحيان يشتريها المعلم من ماله الخاص هي وطبع الواجبات والاختبارات فالإدارة غير ملزمة بها. إضافة إلى قلة الوثائق البيداغوجية التي تساعد في تحضير الدروس خاصة بالنسبة للأساتذة الجدد، إضافة إلى الصرامة الكبيرة في تطبيق البروتوكول الصحي من المديرين هذا ما زاد الضغط عندهم وزاد من مستوى الاحتراق لديهم، بالإضافة إلى تملص بعض الأولياء من مسؤوليتهم، وإلقاء اللوم على المعلم بسبب نتائج أبنائهم الكارثية. وطبعا انعدام التحفيزات المادية والمعنوية، والأهم من ذلك الحملات الشرسة على مواقع التواصل الاجتماعي ضد المعلمين والتي تصفهم بأبشع الأوصاف. كل هذا جعل من المعلمين يعانون من الاحتراق النفسي في ظل جائحة كورونا .

**9. خاتمة:**

يعتبر الاحتراق النفسي من المشكلات الخطيرة وسمة من سمات المجتمع المعاصر، والتي تطرح خاصة على المعلمين باعتبار أن مهنة التعليم من المهن الأكثر ضغطا. وتمارس في وسط مليء بالضغوطات المختلفة حتى قبل انتشار الجائحة. وما جائحة كورونا إلا ظرف استثنائي بين الواقع المرير الذي يتخبط فيه المعلم سواء من ظروف العمل الصعبة أو الضغوط الاجتماعية والاقتصادية التي تحبط من عزيمته وتؤثر على جودة عمله. خصوصا إذا ما تعلق الأمر بمرحلة التعليم الابتدائي، كون أن هذه المرحلة تشكل القاعدة الأساسية في بناء شخصية المتعلمين من النواحي النفسية والاجتماعية والتربوية التعليمية .فهي بذلك تعد مرحلة عمرية صعبة لها مميزاتها وخصائصها، والتي تستوجب استراتجيات وطرق خاصة للتعامل معها ومستوى عال من الكفاءة

والمهارة في الأداء. لذا فان الواجب يحتم استمرارية الاعتناء بالمعلم، فهو عصب العملية التعليمية . ولهذا فان صلاح أدائه لا يتوقف فقط على حسن إعداده وتأهيله، وإنما يتوقف أيضا على حسن تهيئة المناخ المناسب له وتخفيف الأعباء المهنية التي تواجهه، ليستطيع مواجهة الضغوط والظروف الصعبة التي تواجهه، ولا يقع فريسة للأمراض المهنية كالاحتراق النفسي، لذا فقد جاءت هذه الورقة البحثية كمساهمة علمية وعملية لتسلط الضوء على ظاهرة الاحتراق النفسي بأبعادها الثلاثة لدى معلمي التعليم الابتدائي في ظل جائحة كورونا. والتي أظهرت معاناة معلمي التعليم الابتدائي من الاحتراق النفسي في ظل جائحة كورونا وهذا راجع إلى أسباب عديدة شخصية ومهنية. ما جعلنا نخرج ببعض التوصيات.

. العمل على نشر الوعي في أوساط المعلمين عن الاحتراق النفسي ومخاطره على حياتهم الجسدية، النفسية والمهنية من خلال تنظيم الملتقيات والحملات التوعوية، وتكثيف البحوث

. التقصي وتشخيص الحالات والتكفل النفسي بالمصابين بالاحتراق النفسي من المعلمين، مع ضرورة إشراك المختصين النفسيين والباحثين لبناء البرامج العلاجية المناسبة.

. الوقاية من الإصابة بالاحتراق النفسي عن طريق الاهتمام بانشغالات المعلمين وتوفير ظروف عمل محفزة.

- ضرورة مشاركة المعلم في ندوات وأيام تكوينية عن طرائق التدريس خاصة للمبتدئين .

- التحفيز مهم جدا لمساعدة المعلم على تحدي الصعاب ومواصلة العطاء .

- تحسين ظروف المعلم المهنية والاجتماعية خاصة فيما يتعلق بالراتب والرعاية الصحية .

**10. الإحالة والتهميش:**

1- أشرف القضاة وكيت شيز، (2020)، دليل رعاية الموظفين ورعاية الذات في وزارة الصحة في سياق نظام الرعاية الصحية الأردن، الوكالة الألمانية للتعاون الدولي GIZ ، ص14

2- Élisabeth GREBOT, (2008), Stress et *burnout* au travail : identifier, prévenir, guérir, Éditions d'Organisation Groupe Eyrolles, 61, bd Saint-Germain75240 Paris cedex 5, p 104-170

3- مصطفى منصوري ،(2017)، الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي التعليم الابتدائي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد 22، جامعة وهران2 الجزائر، ص: 229

.4- Ali Andrei et Alain Delebos et François michalon,(2016)، burn-out Le vrai du faux, Editions LA PROVIDENCE,p7

**5-** وريدة براهمي ، (2022)، فيروس كورونا 2 (*SARS-COV-2* ) بالجزائر وانعكاساته الاجتماعية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7، العدد 1، ص1007

**6-** براهيم سني وعثمان بن غربي ،(2021)، تطبيق البرتوكول الصحي لجائحة كوفيد*19* - في المدارس الابتدائية الجزائرية والتفاعل الصفي، مجلة مدرات للعلوم الاجتماعية والإنسانية .-المركز الجامعي غليزان، العدد3، ص271

**7-** براهيم سني وعثمان بن غربي ،(2021)، تطبيق البرتوكول الصحي لجائحة كوفيد*19* - في المدارس الابتدائية الجزائرية والتفاعل الصفي، مجلة مدرات للعلوم الاجتماعية والإنسانية .-المركز الجامعي غليزان، العدد3، ص272

**8-** ياسين طهراوي ، (2021)، فوبيا كورونا الوجه الآخر لجائحة كوفيد19،أوراق المجلة الدولية للدراسات الأدبية والإنسانية مخبر الموسوعة الجزائرية الميسرة جامعة باتنة *1* الجزائر، المجلد 03، العدد 02، ص 285

**9-** وريدة براهيم ، (2022)، فيروس كورونا 2 (*SARS-COV-2* ) بالجزائر وانعكاساته الاجتماعية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7، العدد 1، ص1007

**10-** سعيدة لونيس ،(ب س)، مظاهر متلازمة الاحتراق النفسي- كاستجابة لضغوط العمل-كما يدركها معلمي التعليم الابتدائي في ضوء بعض المتغيرات، جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله، ص8

**11-** هداية بن صالح ، (2021)، الاحتراق النفسي لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا - دارسة ميدانية على عينة من الأطباء والممرضين- مجلة دراسات نفسية، المجلد 12، العدد01، ص415

**12-** وريدة براهمي ، (2022)، فيروس كورونا 2 ( *SARS-COV-2* ) بالجزائر وانعكاساته الاجتماعية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7، العدد 1، ص1013

**13-** رقية نبار وعمار جعجع ،(2018)، تقنين مقياس الاحتراق النفسي ل(ماسلاش)على البيئة الجزائرية دراسة ميدانية على عينة من الممرضات، مجلة التراث، المجلد1، العدد*29* ، ص523

14- يمينة مدوري، (2020)، الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة التدريس (دراسة ميدانية على الأستاذات في الأطوار التعليمية الثلاث )، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، المجلد 13، العدد 1

*15- HOUCINE BENBAKRETI, ( 2021), ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL CHEZ LE PROFESSEUR DE L'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE(PEP)- CAUSES, ATTITUDES PREVENTIVES ET PERSPECTIVES, Revue algérienne des lettres, Volume 5, N°1, p144*

16-وريدة براهمي ، (2022)، فيروس كورونا 2 ( *SARS-COV-2* ) بالجزائر وانعكاساته الاجتماعية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7، العدد 1، ص1007

**11. قائمة المصادر والمراجع:**

**الكتاب العربي الحديث أو المترجم:**

- Élisabeth GREBOT, (2008), Stress et *burnout* au travail : identifier, prévenir, guérir, Éditions d'Organisation Groupe Eyrolles, 61, bd Saint-Germain75240 Paris cedex 5, p 104-170
- Ali Afdjei et Alain Delebos et François michalon, (2016), burn-out Le vrai du faux, Editions LA PROVIDENCE, p7

ـــــ أشرف القضاة وكيت شيز، (2020)، دليل رعاية الموظفين ورعاية الذات في وزارة الصحة في سياق نظام الرعاية الصحية الأردن، الوكالة الألمانية للتعاون الدولي GIZ ، ص14

**المقالات:**

ـــــ براهيم سني وعثمان بن غربي ،(2021)، تطبيق البرتوكول الصحي لجائحة كوفيد – *19*في المدارس الابتدائية الجزائرية والتفاعل الصفي، مجلة مدرات للعلوم الاجتماعية والإنسانية – المركز الجامعي غليزان، العدد3، ص271–272

ـــــ رقية نبار وعمار جعجع ،(2018)، تقنين مقياس الاحتراق النفسي ل(ماسلاش)على البيئة الجزائرية دراسة ميدانية على عينة من الممرضات، مجلة التراث، المجلد1، العدد *29* ، ص523

ـــــ مختار بوفرة ومصطفى منصوري ،2014،علاقة الاحتراق النفسي بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التعليم الثانوي، مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية،العدد17،ص: 86

ـــــ ليلى سليمان مسعود ، (2020)، الاحتراق النفسي لدى الأطباء وأعوان الصحة بالمؤسسة الاستشفائية أول نوفمبر بوهران خلال جائحة كوفيد– *19* –، مجلة الحوار الثقافي، المجلد 10، العدد 02

ـــــ مصطفى منصوري ،(2017)، الاحتراق النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى معلمي التعليم الابتدائي، مجلة علوم الإنسان والمجتمع، العدد 22، جامعة وهران2 الجزائر، ص: 231

ـــــ هداية بن صالح ، (2021)، الاحتراق النفسي لدى عمال القطاع الصحي في ظل جائحة كورونا –دارسة ميدانية على عينة من الأطباء والممرضين– مجلة دراسات نفسية، المجلد 12، العدد01، ص415

ـــــ وريدة براهمي ، (2022)، فيروس كورونا 2 (*SARS–COV–2* ) بالجزائر وانعكاساته الاجتماعية، مجلة المقدمة للدراسات الإنسانية والاجتماعية، المجلد 7، العدد 1، ص1007–1014–1013

ـــــ ياسين طهراوي ، (2021)، فوبيا كورونا الوجه الآخر لجائحة كوفيد19،أوراق المجلة الدولية للدراسات الأدبية والإنسانية مخبر الموسوعة الجزائرية الميسرة جامعة باتنة *1* الجزائر، المجلد 03، العدد 02، ص285 ***19***

ـــــ يمينة مدوري، (2020)، الاحتراق النفسي لدى العاملات في مهنة *التدريس* (دراسة ميدانية على الأستاذات في الأطوار التعليمية الثلاث )، مجلة تطوير العلوم الاجتماعية، المجلد 13، العدد 1

- HOUCINE BENBAKREti,( 2021), ÉPUISEMENT PROFESSIONNEL CHEZ LE PROFESSEUR DE L'ENSEIGNEMENT PRIMAIRE(PEP)-CAUSES, ATTITUDES PREVENTIVES ET PERSPECTIVES ,Revue algérienne des lettres, Volume 5, N°1,p144

**المداخلات:**

– سعيدة لونيس ،(ب س)، مظاهر متلازمة الاحتراق النفسي – كاستجابة لضغوط العمل – كما يدركها معلمي التعليم الابتدائي في ضوء بعض المتغيرات، جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله، ص8 .