

دراسة أبعاد الاحتراق النفسي وعلاقتها بأبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لمدرسي التربية الرياضية بمحافظة الأنبار

*A study of the dimensions of psychological burnout and its relationship to the dimensions of the list of the five major factors of personality for teachers of physical education in Anbar Governorate*

م.د. شيماء عبد الله رجب

Shaymaaalraw098@gmail.com

المديرية العامة للتربية في محافظة الأنبار

الهاتف : 07811654244

*M.Dr. Shaymaa Abdullah Rajab*

*General Directorate of Education in Anbar Province*

الكلمات المفتاحية : الاحتراق النفسي ، السمات الشخصية ، أنموذج قائمة العوامل الخمسة الكبرى الملخص :

هدف البحث إلى التعرف على أبعاد الاحتراق النفسي (الإجهاد الإنفعالي ، تبدل المشاعر ، نقص الشعور بالإنجاز) ، وتعرف أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (السيطرة ، تحمل المسؤولية ، الإتزان الإنفعالي ، الاجتماعية) ، وتعرف علاقة أبعاد الاحتراق النفسي ودرجته الكلية بأبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجته الكلية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار، للمدة بين 16 / 1 / 2022 لغاية 10 / 3 / 2022م، وأستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وتمثلت عينة البحث بمدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار في المدارس المتوسطة والاعدادية للعام الدراسي 2021 - 2022م والبالغ عددهم (170) مدرساً ، وقد طبقت الباحثة وأستخدمت مقياسي (الاحتراق النفسي) و (قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية) ، وتم إستخدام البرنامج (IBM SPSS Statistics Ver24) لمعالجة البيانات إحصائياً ، وأستنتجت الباحثة بوجود علاقة ارتباط معنوية بين مقياس الإحتراق النفسي مع مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية سالبة بين أبعاد مقياس الإحتراق النفسي (بعد الأجهاد الأنفعالي ، بعد تبدل المشاعر ، بعد نقص الشعور بالإنجاز) مع أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (بعد الأنبساطية ، بعد الأنفتاح ، بعد الطيبة ، بعد يقظة الضمير) ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين أبعاد مقياس الإحتراق النفسي (بعد الأجهاد الأنفعالي ، بعد تبدل المشاعر ، بعد نقص الشعور بالإنجاز) مع (بعد العصابية) لمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية سالبة للدرجة الكلية لمقياس الإحتراق النفسي مع الدرجة الكلية لمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى مدرسي التربية الرياضية في المديرية العامة لتربية محافظة الأنبار .

**Keywords:** *psychological burnout, personality traits, the Big Five Factors list model*

**Abstract:**

*The research aims to identify the dimensions of psychological burnout (emotional stress), dullness of feelings, lack of a sense of achievement), and identifying the dimensions of personality traits according to a model A list of the five major factors (control, taking responsibility, emotional balance, social), and identifying the relationship of the dimensions of psychological burnout and its total degree with the dimensions of personal characteristics according to the model of the list of the five major factors and its total degree among physical education teachers in the General Directorate of Education in Anbar Governorate, for the period between 16/ 1/ 2022 to 10/ 3/ 2022 AD.*

*The researcher used the descriptive approach, and the research sample was represented by teachers of physical education in the General Directorate of Education of Anbar Governorate in intermediate and preparatory schools for the academic year 2021-2022 AD, whose number is (170) teachers. The researcher applied and used the two scales (psychological burnout). And (personal characteristics according to the Big Five Factors List model), and the program (IBM SPSS Statistics Ver24) was used to process the data.*

*Statistically, the researcher concluded that there is a significant correlation between the psychological burnout scale with the personality traits scale according to the Big Five Factors Model, and that there is a significant negative correlation between the dimensions of the psychological burnout scale (after emotional stress, after dulling feelings, after lack of a sense of achievement) with dimensions Personal traits scale according to the Big Five Factors model (after extraversion, after openness, after kindness, after vigilance of conscience), and with a positive significant correlation between the dimensions of the burnout scale (after emotional stress, after dulling feelings, after lack of a sense of achievement) with ( After neuroticism) of the personality traits scale according to the list of the five major factors model, and with the existence of a negative significant correlation of the total score of the burnout scale with the total score of the personality traits scale according to the model of the list of the five major factors of physical education teachers in the General Directorate of Education of Anbar Governorate.*

## 1 - المقدمة :

يشهد العالم تطوراً كبيراً ومذهلاً في جميع جوانب الحياة العلمية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية مما زاد من تعقيد أسلوب حياة الأفراد وقد أدى ذلك التعقيد إلى زيادة الحاجة إلى المؤسسات التي توفر الخدمات الضرورية للمستفيدين كالتعليم والعلاج والإرشاد والتوجيه ، كما أن المتبع لما يجري في العالم من أنجازات يجد هنالك تطوراً علمياً بكافة الحقول العلمية وعلى مختلف أشكالها وأنواعها ، والحقل الرياضي يأخذ نصيبه وحقه كل يوم من هذا التطور الواسع ، ونظراً لكون المجتمع المدرسي صورة مصغرة من المجتمع الإنساني لذا فإن المدرسين إضافة إلى المشكلات الاجتماعية والنفسية التي تصادفهم بصفة عامة فإن لديهم مشكلاتهم الخاصة والمتعلقة بطبيعة عملهم ، إذ توصف مهنة التدريس بأنها من أكثر المهن الخدمية معاناة من الضغوط والتي في حالة أستممرارها وبمساعدة بعض العوامل الأخرى قد تؤدي إلى حدوث ما يعرف بالإحتراق النفسي كاستجابة سلبية لضغوط المهنة والظروف الصعبة المحيطة بها ، لذا فالإحتراق النفسي قد يعاني منه بعض مدرسي التربية الرياضية بينما لا يعاني منه البعض الآخر وهذا لا يعني أنتهاء المشكلات والعقبات التي يمر بها لأنها لا تنتهي وإنما يمكن أن يتصف البعض الآخر بسمات وخصائص نفسية تقيهم وتجنبهم الإحتراق النفسي ، ويعد الإحتراق النفسي من الظواهر النفسية التي أهتم بدارستها الباحثين على مهنة التدريس وذلك للدور المهم الذي يمثله مدرس التربية الرياضية في المدرسة وفي المجتمع بأكمله ، وبصورة عامة يشير مصطلح الإحتراق النفسي إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الشخص المهني نحو الآخرين بسبب ما يتعرض له من ضغوط العمل سواء في مجال العمل أو خارجه ، وأن دراسة السمات الشخصية تهدف إلى التعرف على السمات الشخصية التي يتصف بها جميع مدرسي التربية الرياضية وعلى شخصيتهم التي تتأثر بكثير من العوامل النفسية والاجتماعية والميول والاتجاهات والدوافع ، فالسمات الشخصية لمدرسي التربية الرياضية ليست مجرد مجموعة من السمات أو القدرات ولكن وراء هذه السمات وحدة تكامل وتناسق وتفاعل ولا يمكن معرفة وفهم سمة من سمات الشخصية إلا بعد معرفة علاقتها بغيرها من السمات .

لذا فإن أهمية البحث تكمن في دراسة الإحتراق النفسي وأبعاده لمدرسي التربية الرياضية ومحاولة معرفة نوع العلاقة مع أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار من أجل التوصل إلى نتائج تخدم الباحثين والمدرسين والمعلمين ، ويعد المدرس أحد أركان العملية التعليمية فهو المسؤول عن تقديم المعلومات للطلاب والتي يجب أن تكون مهمة وجديدة لكي يتم تحقيق درس تربوي فعّال ، وقد يعاني مدرس التربية الرياضية من بعض المشاكل والمعوقات المرتبطة بالمهنة كأزدياد العبء عليه وعدم القدرة على السيطرة على سلوك الطلاب وفقدان التحكم على مجريات عمله المهني فضلاً عن

أنخفاض الوارد المادي لمهنة مدرس التربية الرياضية والتي تؤدي إلى ضعف في قدرة مدرس التربية الرياضية على أدائه في أثناء عمله حيث يشعر بأستنفاد الجهد والتعب والإجهاد النفسي والبدني والذي يؤدي بدوره إلى الاحتراق النفسي والذي قد يؤدي إلى وقوع المدرس بين احتمالين أما أن يصبح منهكاً في عمله ولا يتمكن من مواصلة العطاء أو أن يترك المهنة أو يعطي أنطباع بعدم مبالاته وعدم أهتماه بمهنته ، وأن الأيمان الكبير لدى الباحث بالحاجة إلى تعرف السمات الشخصية لمدرسي التربية الرياضية وكيفية تعاملهم مع مجريات الدرس لا بد من دراسة الشخصية ككل وعلى وفق أنموذج العوامل الخمسة الكبرى والتي تثير الفكرة بأن عملية التفوق والابداع في التدريس مرتبطة بشكل قوي بنوع وشخصية مدرس التربية الرياضية لذلك فإن دراسة شخصيته تمثل المصدر الرئيس لمعرفة مظاهر السلوك لديه وإنها تمثل جوهر الانسان وترتبط ارتباطاً وثيقاً بإستجابة المدرسين الآخرين لذلك أتفق أغلب العلماء على أن سمات الشخصية من أعقد الظواهر الذي يتعرض لدراستها علم النفس لأنها ظاهرة نفسية متعددة الأبعاد ومتشعبة الجوانب ومن هنا جاءت مشكلة البحث ، لذا أرتأت الباحثة أن تتناول بالبحث ودراسة أبعاد الاحتراق النفسي ومحاولة معرفة علاقتها بأبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار، ويهدف البحث إلى التعرف على أبعاد الاحتراق النفسي (الإجهاد الإنفعالي ، تبدل المشاعر ، نقص الشعور بالإنجاز) ، وتعرف أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (السيطرة ، تحمل المسؤولية ، الإتيان الإنفعالي ، الاجتماعية) ، والتعرف على علاقة أبعاد الاحتراق النفسي ودرجته الكلية بأبعاد السمات الشخصية وفق أنموذج قائمة العوامل الخمسة الكبرى ودرجته الكلية لدى مدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار، للمدة بين 16 / 1 / 2022 لغاية 10 / 3 / 2022 م .

## 2 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

### 2 - 1 منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الإرتباطية المسحي لملائمته لطبيعة المشكلة وأهدافها ، كون المنهج الوصفي هو " التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور، إذ يعطي الباحث صورة للواقع الحياتي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية " (10: 2000: 95) .

### 2 - 2 عينة البحث :

يمثل أختيار المجتمع ضرورة من ضرورات البحث العلمي وقد حددت الباحثة المجتمع بمدرسي التربية الرياضية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار في المدارس المتوسطة والاعدادية للعام الدراسي 2021 - 2022م والبالغ عددهم (405) مدرساً يدرسون في (195) مدرسة متوسطة واعدادية للبنين وفقاً للإحصاءات الرسمية للمديرية العامة لتربية الأنبار ، وقد تم استبعاد (229)

مدرساً من العمل لعدم إكمال إجاباتهم على المقاييس أو رفضهم الإجابة عن المقاييس أو كانوا يتمتعون بإجازة من مدارسهم ، وبذلك أستقر العمل على (170) مدرساً كعينة للدراسة بنسبة (41.975%) و (6) مدرسين كعينة أستطلاعية .

### 2 - 3 وسائل جمع البيانات والأجهزة والأدوات :

أستعانت الباحثة بالأجهزة والأدوات الآتية : (المصادر العربية والأجنبية ، (الأنترنت) ، الاختبارات والقياس ، أستمارة تسجيل فردية لبيانات مقياس الاحتراق النفسي ، أستمارة تسجيل فردية لبيانات مقياس السمات الشخصية على وفق أنموذج قائمة العوامل الخمسة الكبرى) .

### 2 - 4 خطوات تنفيذ البحث :

لكي يتم تحقيق أهداف البحث قامت الباحثة باستخدام مقياسين الأول (للإحتراق النفسي) (9: 2008: 106-109) ، والثاني (للسمات الشخصية وفق أنموذج قائمة العوامل الخمسة الكبرى) (5: 2007: 66-67) ، علماً بأن المقياسين سبق أن تم تقنينهما على البيئة العراقية وتم إستخدامهما في دراسات سابقة لذلك تم الاعتماد عليها كونهما يتمتعان بصدق وثبات عاليين ، وفيما يأتي توضيح للمقياسين :

### 2 - 4 - 1 مقياس الإحتراق النفسي :

تم استخدام مقياس ماسلاش للإحتراق النفسي وكما اشارت إليه (نوال بنت عثمان 2008م) والذي وضعه (ماسلاش وجاكسون 1981 Maslach & Jackson) لقياس الإحتراق النفسي ، ويتكون من (22) فقرة وتم تطويره ليقاس ثلاثة أبعاد رئيسة هي :

1. الإجهاد الأنفعالي : يقاس هذا البعد (9) فقرات هي (1 ، 2 ، 3 ، 6 ، 8 ، 13 ، 14 ، 16 ، 20) .

2. تبلد المشاعر : يقاس هذا البعد (5) فقرات هي (5 ، 10 ، 11 ، 15 ، 22) .

3. نقص الشعور بالإنجاز : يقاس هذا البعد (8) فقرات هي (4 ، 7 ، 9 ، 12 ، 17 ، 18 ،

19 ، 21) وتم اعتماد (0 - 6) درجات لإجابة فإن حساب الدرجات العليا للاختبار الكلي أو لأي بعد من أبعاد المقياس فهي : (أعلى تدرج × عدد الفقرات) ، أما حساب الدرجة الدنيا فهو : (أدنى تدرج × عدد الفقرات) ، وبناء عليه فإن أعلى درجة للمقياس ككل هي (132) أما أدنى درجة فهي (0) .

### 2 - 4 - 2 مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية:

أستخدمت الباحثة مقياس (السمات الشخصية) لـ (كوستا وماكري 1992 Costa & McCrae) لقياس العوامل الأساسية الكبرى للشخصية وهي (العصابية ، و الانبساطية ، و الانفتاح ، و الطيبة ، و يقظة الضمير) والذي يتكون من (60) بنداً ، وكل عامل يتضمن (12) فقرة وتتم الإجابة عن كل منها بأختيار بديل من خمسة بدائل (معارض بشدة ، معارض ، محايد ، موافق ،

موافق بشدة) وحددت لها الدرجات (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) للفقرات الموجبة بينما يعطى (1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) للفقرات السالبة المعكوسة لكل عامل من العوامل الخمسة .

## 2 - 5 التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 16 / 1 / 2022م على (6) مدرسين للتربية الرياضية يمثلون بعض مدارس المديرية العامة لتربية محافظة الأنبار للعام الدراسي 2021 - 2022م ومن خارج حدود العينة من أجل التأكد من وضوح فقرات المقياسين ومدى ملائمتها للبيئة العراقية قبل إجراء التجربة الرئيسية ، لذا قامت الباحثة بإستخراج الأسس العلمية (الصدق والثبات والموضوعية) للمقياسين وكالاتي :

### صدق المقياسين :

تم عرض المقياسين على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وفي الاختبارات والقياس لتقدير مدى ملائمتها لعينة البحث وللبيئة العراقية وقد أتفقوا جميعاً على صلاحية المقياسين وبذلك حصلت الباحثة على الصدق الظاهري للمقياسين وحسب مع ما ذكره (فؤاد البهي 1979م) (6): (1979: 51) " أن المقياس يعد صادقاً ظاهرياً إذا تحقق الباحث من صلاحية فقراته من وجهة نظر الخبراء في قياس الخاصية التي أعد لقياسها وكانت تعليماته وفقراته واضحة ومفهومة من المجيبين " .

### ثبات المقياسين :

تم حساب ثبات (مقياس الإحترق النفسي) بطرق (الاختبار وإعادة الاختبار) و(التجزئة النصفية) و(معامل ألفا كرونباخ) للإتساق الداخلي (2: 2020: 287) ، ففي (طريقة الإختبار وإعادة الاختبار) تم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات التطبيق الأول مع درجات التطبيق الثاني الذي أجري بعد أربعة أيام وبلغت القيمة المحسوبة (0.842) وقيمة مستوى الدلالة (Sig) لها (0.000) وهي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) لذا يعتبر المقياس ذو ثبات عالي ، أما (بطريقة التجزئة النصفية) فقد تم تقسيم فقرات المقياس على مجموعتين الأولى تتضمن الفقرات الفردية والثانية تتضمن الفقرات الزوجية ، وباستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون فقد بلغت قيمته (0.867) وبعد تصحيحه بمعادلة (سبيرمان - براون) أصبح معامل ثبات المقياس (0.963) لأن معامل الارتباط يمثل معامل ثبات نصف الاختبار ، أما ب (معامل ألفا كرونباخ) للإتساق الداخلي فقد بلغت قيمته (0.913) .

أما (مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية) فتم حساب الثبات له بطرق (الاختبار وإعادة الاختبار) و(التجزئة النصفية) و(معامل ألفا كرونباخ) للإتساق الداخلي أيضاً ، ففي (طريقة الإختبار وإعادة الاختبار) تم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون وبلغت القيمة المحسوبة (0.829) وقيمة مستوى الدلالة (Sig) لها (0.000) وهي أصغر من قيمة مستوى

الدلالة المعتمد (0.05) لذا يعد المقياس ذا ثبات عال ، أما (بطريقة التجزئة النصفية) فقد تم تقسيم الفقرات أيضاً وباستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون فقد بلغت قيمته (0.851) وبعد تصحيحه بمعادلة (سبيرمان- براون) أصبح معامل ثبات المقياس (0.958) ، أما في طريقة (معامل ألفا كرونباخ) للإتساق الداخلي فقد بلغت قيمته (0.918) .

### موضوعية المقياسين :

تم حساب قيمة معامل الارتباط البسيط لبيرسون بين درجات الحكمين الأول والثاني للدرجة الكلية لكل مقياس وتم التوصل بكونهما يمتازان بالموضوعية نظراً لكون قيمها المحسوبة بلغت على التوالي (0.924 ، 0.933) وقيم مستوى الدلالة (**Sig**) لها على التوالي (0.000 ، 0.000) والتي هي أصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0.05) .

### 2 - 6 التجربة الرئيسة :

تم إجراء التجربة الرئيسة بتاريخ في 23 / 1 / 2022م على (170) مدرساً للتربية الرياضية وللمدارس المتوسطة والاعدادية بالمديرية العامة لتربية محافظة الأنبار وذلك من خلال توزيع إستمارات مقياسي الاحتراق النفسي و قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية عليهم ، وقد تم توضيح أهمية المقياسين للبحث العلمي وتم التأكيد على الدقة في الاجابة والتأكيد على عدم ترك أي فقرة بدون الإجابة عليها كي لا يتم أهمال وأستبعاد أجابة المدرس الغير المكتملة .

### 2 - 7 القوانين الإحصائية :

تم إستخدام برنامج (IBM SPSS Statistics Ver24) لإستخراج ( الوسط الحسابي ، الإنحراف المعياري ، الوسيط ، معامل الإلتواء ، معامل الإرتباط البسيط لبيرسون ، معامل ألفا كرونباخ ) .

### 3 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

#### 3 - 1 عرض نتائج الاحتراق النفسي و قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتحليلها:

سيتم عرض النتائج ومناقشتها من خلال معالجة المقياسين إحصائياً بغية التوصل إلى النتائج النهائية .

#### 3 - 1 - 1 عرض نتائج الاحتراق النفسي وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتحليلها:

قامت الباحثة بإستخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء لكل بعد من أبعاد مقياس الإحتراق النفسي والدرجة الكلية للمقياس ولكل بعد من أبعاد مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وكما في الجدول (1) ، ويتضح أن جميع قيم معاملات الإلتواء ولجميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية لمقياس الإحتراق النفسي كانت أقل من ( $3 \pm$ ) مما يدل على تجانس العينة .

## الجدول ( 1 )

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط وقيم معامل الإلتواء لمقياسي الإحترق النفسي  
و قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

المقياس	الأبعاد	الوسيط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الإلتواء
الإحترق النفسي	الإجهاد الأنفعالي	37.817	2.603	38	0.210-
	تبلد المشاعر	21.947	1.795	21	1.582
	نقص الشعور بالإنجاز	42.247	1.641	42	0.451
الدرجة الكلية للمقياس					
قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية	العصابية	55.841	1.419	56	0.336-
	الانبساطية	54.241	1.935	53	1.924
	الانفتاح	53.100	2.757	51	2.285
	الطيبة	54.394	2.041	54	0.579
	يقظة الضمير	55.929	1.485	56	0.143-
الدرجة الكلية للمقياس					
		274.100	7.094	274	0.042

### 3 - 2 عرض علاقة الإحترق النفسي بالسمات الشخصية قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وتحليلها ومناقشتها:

أستخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط لبيرسون لإيجاد العلاقة ما بين أبعاد مقياس الإحترق النفسي ودرجته الكلية مع أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لمدرسي التربية الرياضية في المديرية العامة لتربية محافظة الأنبار وتم التوصل لوجود علاقة ارتباط معنوية سلبية بين مقياس الإحترق النفسي وأبعاده (بعد الأجهاد الأنفعالي ، بعد تبلد المشاعر ، بعد نقص الشعور بالإنجاز) مع مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وأبعاده (بعد الأنبساطية ، بعد الانفتاح ، بعد الطيبة ، بعد يقظة الضمير) وذلك لكون جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة كانت ذات مستوى دلالة (Sig) أصغر من مستوى المعنوية المعتمدة والبالغة 0.05 مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية عند درجة حرية (168) وبمستوى دلالة 0.05 ، بأستثناء (بعد العصابية ) والذي كان ذا علاقة ارتباط معنوية مع أبعاد مقياس الإحترق النفسي ودرجته الكلية وكما في الجدول (2) .

## الجدول (2)

يوضح معامل ارتباط الإحترق النفسي مع قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية

الإحترق النفسي		نقص الشعور بالإنجاز		تبلد المشاعر		الإجهاد الأنفعالي		الأبعاد	المقياس
Sig	الدرجة الكلية	Sig	الدرجة الكلية	Sig	الدرجة الكلية	Sig	الدرجة الكلية		
0.000	0.522	0.000	0.810	0.000	0.567	0.000	0.662	العصابية	قائمة العوامل



0.000	0.651-	0.000	0.735-	0.000	0.812-	0.000	0.871-	الانبساطية	الخمسة الكبرى للشخصية
0.020	0.535-	0.000	0.623-	0.000	0.725-	0.001	0.742-	الانفتاح	
0.000	0.572-	0.000	0.544-	0.000	0.538-	0.000	0.685-	الطيبة	
0.001	0.660-	0.000	0.695-	0.000	0.672-	0.010	0.513-	يقظة الضمير	
0.000	0.448-	0.000	0.681-	0.000	0.765-	0.000	0.742-	الدرجة الكلية	

إن النتيجة التي توصلت إليها الباحثة تعد نتيجة منطقية وذلك لأن معنى الارتباط السالب أو العلاقة العكسية بين جميع أبعاد مقياس الإحترق النفسي ودرجته الكلية مع جميع أبعاد قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ودرجته الكلية باستثناء بعد العصابية يعني أنه كلما تمكن مدرس التربية الرياضية من التحكم في (بعد العصابية ، وبعد الأنبساطية ، وبعد الانفتاح ، وبعد الطيبة ، وبعد يقظة الضمير) أدى إلى إنخفاض مستوى الاحترق النفسي لديهم ، وأن الباحثة ترى أن ظاهرة الإحترق النفسي لو حدثت لمدرس التربية الرياضية فإنها ستؤدي إلى إنخفاض مستوى أعماله وأجازاته وسيتم ملاحظة عدم الرضا عن عمله وتدمره من مهنته مما يؤدي إلى التقاعد المبكر، أن النتيجة التي توصلت إليها الباحثة تتفق مع ما أشارت إليه (منى محمد 1997م) (7: 1997: 195) " وجود علاقة دالة بين الاحترق النفسي وبعض أبعاد الشخصية " ، وتتفق مع ما توصلت إليه دراسة (نوال بنت عثمان 2008م) (9: 2008: 178) " بوجود علاقة ارتباط دالة عكسية بين مقياس الاحترق النفسي وسمات الشخصية " ، وتتفق أيضاً مع نتائج دراسة (سالم بن محمد 2013م) (3: 2013: 106) التي توصلت " لوجود علاقة ارتباط معنوية سالبة بين جميع أبعاد مقياس الشخصية مع الاحترق النفسي " ، وتتفق مع ما توصلت إليه دراسة (محمد السيد 1998م) (8: 1998: 294) التي أشارت " لوجود علاقة دالة بين الاحترق وبين بعض أبعاد الشخصية " ، وتتفق مع ما ذكره (سالم محمد 2013م) نقلاً عن (سميث Smith) (3: 2013: 17) " أن الاحترق النفسي لدى المدرب الرياضي يولد لديه الإنهاك البدني والانفعالي والعقلي والذي يأتي كنتيجة لعدم الرضا ، والإحساس بالضغطات ، وإدراك الفشل في تحقيق الأهداف التي وضعها لمدرّب الرياضي لنفسه " .

أن معنى وجود علاقة ارتباط (لسمة العصابية) تتفق مع دراسة (عصام عبد المجيد 2006م) (4: 2006: 137) " خير دليل على ظروف التنشئة الأسرية والمدرسية وما يواجهه المدير من ظروف قاسية وصعبة وما تولده من مشكلات نفسية تنعكس على تصرف المعلمين في المواقف التي يتعرض إليها قبل أو في أثناء الدوام المدرسي مما يجعله يشعر بعدم الاستقرار الأنفعالي والارتباك والحيرة والقلق والتشاؤم " ، ومعنى وجود علاقة ارتباط (لسمة الانبساطية) تتفق مع دراسة (يوسف حمه صالح 2005م) (11: 2005: 321) " فالتدريسي في مرحلة عمرية تجعله يتميز بالنشاط والنشاط والحيوية والاجتماعية والاندفاع والمجازفة والميل إلى الإثارة وقد يكون للظروف القاسية التي يمر بها سواء داخل الجامعة أو خارجها أثر في جعل التدريسي أكثر ميلاً

للتصرف بأندفاعية والسعي وراء الاستثارة " ، ومعنى وجود علاقة ارتباط (لسمة الأنفتاح) تتفق أيضاً مع دراسة (يوسف حمه صالح 2005م) (11: 2005: 328) " أن التحديات التي تفرضها التكنولوجيا الحديثة وعصر المعلوماتية والتي تدفع التدريسي إلى حب المعرفة والاستطلاع والانفتاح على الأفكار والمعلومات " ، أما معنى وجود علاقة ارتباط (لسمة الطيبة) فهي تدل على كيفية تفاعل مدرس التربية الرياضية مع الآخرين والتعاون معهم وأيثارهم والاعتقاد بأن الآخرين سيعاملونهم بالمثل وهذه النتيجة تتفق مع ما أشارت إليه (إيمان عبد الكريم 2018م) (1: 2018: 533) " أن أختلاف الأوضاع السياسية والثقافية والاقتصادية والاجتماعية والدينية أدت إلى أن تتخر العديد من القيم والعادات مما أثر على مستوى الطيبة لدى الطلبة وهم إحدى فئات المجتمع " ، وبذلك تم تحقيق أهداف البحث .

#### 4 - الخاتمة :

أستنتجت الباحثة بوجود علاقة ارتباط معنوية بين مقياس الإحترق النفسي مع مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية سالبة بين أبعاد مقياس الإحترق النفسي (بعد الأجهاد الأنفعالي ، بعد تبدل المشاعر ، بعد نقص الشعور بالإنجاز) مع أبعاد مقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (بعد الأنبساطية ، بعد الأنفتاح ، بعد الطيبة ، بعد يقظة الضمير) ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين أبعاد مقياس الإحترق النفسي (بعد الأجهاد الأنفعالي ، بعد تبدل المشاعر ، بعد نقص الشعور بالإنجاز) مع (بعد العصابية) لمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، وبوجود علاقة ارتباط معنوية سالبة للدرجة الكلية لمقياس الإحترق النفسي مع الدرجة الكلية لمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى مدرسي التربية الرياضية في المديرية العامة لتربية محافظة الأنبار .

وتوصي الباحثة بالتأكيد على أهمية ودور السمات الشخصية لمدرسي التربية الرياضية وتعزيز النواحي الإيجابية ، وضرورة العمل على تقليل أو إزالة ظاهرة الإحترق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية لما لها من دور في التأثير على نفسيته والتي تؤدي إلى انخفاض مستوى أعماله وعدم رضاه وتدمره من مهنته ، وإجراء دراسات مشابهة ولمتغيرات نفسية أخرى لم يتم تناولها بالدراسة الحالية ، وإجراء دراسة مقارنة ما بين مدرسي ومدرسات التربية الرياضية في السمات الشخصية وفي الإحترق النفسي ، والتأكيد على إجراء دراسات مشابهة لمقاييس أخرى لم يتم تناولها بالدراسة الحالية ومحاولة معرفة نوع العلاقة مع مقياس الإحترق النفسي لدى مدرسي التربية الرياضية .

#### المصادر العربية والأجنبية

- إيمان عبد الكريم ذيب ؛ التفكير الجانبي وعلاقته بسمات الشخصية وفق نموذج قائمة العوامل الخمسة للشخصية لدى طلبة الجامعة ، بحث منشور في شبكة الألوكة ، الاستباط ، العدد (201) ، 2018 .

- ثائر داود سلمان القيسي ؛ الطرق الإحصائية لحساب صدق وثبات الاختبارات والمقاييس باستخدام IBM SPSS Statistics Version24 ، ط1 : (دار أمجد للنشر والتوزيع ، الملكة الأردنية الهاشمية ، عمان ، 2020) .
- سالم بن محمد الغيلاني ؛ بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى مدربي الفرق الأولى والاتحادات الرياضية في محافظة مسقط : رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم والآداب ، قسم التربية والدراسات الإنسانية / جامعة نزوى ، سلطنة عمان ، 2013 .
- عصام عبد المجيد اللواتي ؛ العوامل الخمسة الكبرى في شخصية مدير المدرسة وعلاقتها بكفاءته في أدواره الأساسية في سلطنة عمان : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة السلطان قابوس ، سلطنة عمان ، 2006) .
- فريال عبد الرحمن الشنبري ؛ الذكاء الوجداني وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة القاهرة ، 2007) .
- فؤاد البهي السيد ؛ علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري: ( القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979)
- منى محمد علي بدران ؛ الاحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقته ببعض المتغيرات (دراسة ميدانية) ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات والبحوث التربوية ، جامعة القاهرة ، 1997 .
- محمد السيد عبد الرحمن ؛ سمات الشخصية وعلاقتها بأساليب مواجهة أزمة الهوية لدى طالبات المرحلة الثانوية والجامعية في : دراسات في الصحة النفسية ، المهارات الاجتماعية - الاستقلال النفسي - الهوية ، ط2 : (القاهرة ، دار قباء للطباعة والنشر ، 1998) .
- نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني ؛ الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة : رسالة ماجستير ، كلية التربية - قسم علم النفس / جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية ، 2008 .
- وجيه محبوب ؛ البحث العلمي ومناهجه : (بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2000) .
- يوسف حمه صالح مصطفى ؛ السمات الخمسة الكبرى في الشخصية لدى تدريسي الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة العلوم النفسية ، العدد 9 ، كانون الثاني ، 2005 .