مجلة كلية الآداب بقنا (دورية أكاديمية علمية محكمة)

مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

أفنان إبراهيم حسين مغلس
ماجستير الإرشاد النفسي
كلية الفنون والعلوم الإنسانية – جامعة جازان
المملكة العربية السعودية

د. إخلاص عبدالرقيب سلام الشرجبي
أستاذ علم النفس المشارك بقسم العلوم النفسية والسلوكية
كلية الفنون والعلوم الإنسانية – جامعة جازان
المملكة العربية السعودية

DOI: 10.21608/qarts.2024.288830.1952

مجلة كلية الآداب بقنا – جامعة جنوب الوادي – المجلد (٣٣) العدد (٦٤) يوليو ٢٠٢٤

الترقيم الدولي الموحد للنسخة المطبوعة ISSN: 1110-614X

الترقيم الدولي الموحد للنسخة الإلكترونية ISSN: 1110-709X

موقع المجلة الإلكتروني: https://qarts.journals.ekb.eg

مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

الملخص:

هدف البحث الحالي إلى التعرف على مستوى مهارات إدارة الصف ومستوى الإنهاك النفسي، والكشف عن العلاقة الارتباطية بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي، وكذلك التحقق من إمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال، واتبع البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي, ولتحقيق أهداف البحث تم استخدام مقياس مهارات إدارة الصف (إعداد: القحطاني، ٢٠١٧)، ومقياس الانهاك النفسي (إعداد: الزبيدي، ٢٠١٢)، على عينة قوامها (١٤١) معلمة رياض أطفال بإدارة تعليم جازان، يتم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة، ولمعالجة البيانات إحصائياً تم استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة، معامل ارتباط بيرسون، وتحليل الانحدار المتعدد، وأسفرت النتائج عن وجود مستوى مرتفع في مهارات إدارة الصف (الأبعاد والدرجة الكلية)، ووجود مستوى مرتفع في الإنهاك النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية)، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الإنهاك النفسي (البعد النفسي، والدرجة الكلية) ومهارات إدارة الصف (الأبعاد والدرجة الكلية)، كما أشارت إلى إمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي (البعد النفسي، لدرجة الكلية) من خلال مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.

الكلمات المفتاحية: مهارات إدارة الصف، الإنهاك النفسي، معلمات رياض الأطفال.

مقدمة:

تعد مرحلة رياض الأطفال مؤسسة تربوية تقوم بأنشطة ترفيهية تعمل على تعلم وتربية ورعاية طفل ما قبل المدرسة تستهدف مساعدة الطفل على التعلم الذاتي والاعتماد على النفس وتحمل المسئولية وفهم أن هناك حقوقاً للآخرين بالإضافة إلى تنمية شخصية الطفل وذلك من خلال توجيه ميوله ورغباته واتجاهاته ومفاهيمه بطريقة بناءة (عثمان، ٢٠١٠).

وتعد مهارة إدارة الصف واحدة من أهم المهارات التي يجب أن تمتلكها معلمة رياض الأطفال بدون اكتساب هذه المهارة لا يكون التدريس ناجحًا في أغلب الأحيان، وإدارة الصف مهارة تكتسب مع مضي الوقت والخبرة، وتعني المحافظة على النظام داخل الصف الدراسي دون إفراط أو تفريط، كما يعد ضبط الصف مظهر هام من مظاهر الإدارة الصفية، وواجب أساسي للمعلمة، وبدونه تسود الفوضى التي تمنع التعلم. (عابد، ٢٠٢١، ص١٣٠).

وهناك العديد من المشكلات في إدارة الصف يكون مصدرها المعلم؛ لذا فإن هناك اهتمامًا كبيرًا على الصعيد الدولي في تحسين نظم التعليم عن طريق رفع مستوى المعلمين في الإدارة الصفية، وبالرغم من ذلك مازالت الأساليب التي يستخدمها المعلمون مع طلابهم في إدارة السلوكيات غير الملائمة محدودة، وتحتاج إلى تدريب للتطوير المهني لهم (إسماعيل، ٢٠١٧).

وينظر للإنهاك النفسي لدى المعلمين بصفة عامة ولدى معلمات رياض الأطفال بصفة خاصة على أنه حالة من الاجهاد العقلي والجسمي تحدث نتيجة القلق أو الانزعاج أو لعوامل عدة مثل: الإجبار على العمل، زيادة ساعات العمل، العمل في غير مجال التخصص، والأساليب الإدارية الصارمة، وعدم تقدير مجهود العاملين،

انخفاض المردود المادي، ويكون له نتائج سلبية تظهر في التأخر عن العمل وانخفاض الدافعية والعزلة (الخفاف، ٢٠١٣).

وتلعب معلمة رياض الأطفال دورًا بارزًا في تربية الأطفال وتنشئتهم، فتقوم بدور الأم، إذ تستقبل الطفل الذي ينتقل فجأة من جو المنزل إلى حجرة الفصل (الطويهر، ٢٠١٩، ص١٣).

ومع ذلك يرى البحث أن هذا الدور الحرج غالباً ما يتعرض للعديد من التحديات والضغوط، ويؤدي ذلك إلى حدوث الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الاطفال.

فقد أشارت العديد من الأبحاث والدراسات السابقة إلى أن إدارة الصف تعد من أهم المتطلبات المهنية للمعلم وأن قدرة المعلم على التحكم في طلابه عمل حاسم في أي محيط تربوي (Wallace & Lee, 2010).

هذا وقد ورد في التراث النفسي محاولات قليلة لبحث علاقة إدارة الصف بالإنهاك النفسي للمعلم، وقد جاءت نتائج الدراسات غير متسقة؛ حيث توصلت نتائج دراسة عابد (٢٠٢١) إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيًا بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس اتجاهات ومعتقدات إدارة الصف (الإدارة التعليمية، إدارة الطالب، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس الإنهاك النفسي (الإنهاك الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الإنجاز الشخصي، والدرجة الكلية).

وبالتالي فإن هناك ندرة في الدراسات السابقة التي بحثت في العلاقة بين إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، لذا يمكن القول أن الإنهاك النفسي يعد مشكلة مهنية شائعة تواجهها المعلمات في أنحاء العالم، وقد تؤثر على صحتهن النفسية وأدائهن المهني، ومن هنا جاء البحث الحالي للبحث في العلاقة بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

مشكلة البحث:

تعد معلمة الروضة بمثابة الوسيط بين الأطفال وبين ما يجب أن يقدم لهم من معلومات وخبرات ومهارات، لذلك فإن تمتعها بقدر عالٍ ومتوازن من الصحة النفسية والبدنية يعد أمراً هاماً من أجل الوصول إلى الهدف المنشود والمرجو، وقد تعاني معلمة الروضة من بعض المشكلات المرتبطة بمهنة التدريس بصفة عامة وتدريس الأطفال بصفة خاصة مثل: تعدد الأدوار المنوطة بها وازدياد حجم العمل وكذلك عدد الأطفال في بعض المدارس إضافة إلى انخفاض العائد المادي وهو ما يصاحبه معاناة المعلمات في مؤسسات رياض الأطفال من بعض التأثيرات السلبية في اتجاهاتها وعلاقتها داخل وخارج المؤسسة على المستويين المهني والشخصي، مما يؤثر على قدرتها على العمل والأداء، فنجدها تشعر دائماً باستنفاد الجهد، والتعب والارهاق النفسي والبدني والذي يؤدي بدوره إلى الانهاك النفسي، وبناء عليه فإن مشكلة البحث الحالي يتمثل في التالي:

١. ما مستوى مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال؟
٢. ما مستوى الانهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؟
٣. ما العلاقة الارتباطية بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؟
٤. هل يمكن التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال؟

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

١. التعرف على مستوى مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال.

٢. التعرف على مستوى الانهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
٣. الكشف عن العلاقة الارتباطية بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
٤. التحقق من إمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث من خلال المجالين التاليين:

أولاً: الأهمية النظرية:

- توجهات ورؤية المملكة ٢٠٣٠ حول أهمية موضوع البحث نفسه وخاصة كونها تتعلق بالعمل المهني وفي مجال التدريس خاصة لأطفال الروضة، والتي تضع بناء وإعداد الإنسان المتميز بداية من مرحلة الطفولة نصب أعينها، وهم مستقبل الأمة الواعد.
- تنبع أهمية البحث من كون الانهاك النفسي هي من آفة هذا العصر سواء على المستوى الفردي أو التنظيمي أو المجتمعي أو العالمي، لهذا فمازال هذا الموضوع الحيوي يستقطب اهتمام الباحثين في مجالات مختلفة.
- تنبع أهمية البحث من خلال مجموعة من الاعتبارات هي: أن الفئة المستهدفة من الدراسة وهي معلمة رياض الأطفال التي تمثل أهم شرائح النظام التربوي في إنجاح العملية التربوية المبكرة والتي ينتقل أثرها على شخصية الطفل في المراحل التالية.
- وتؤكد الأهمية على دور عملية الانتقاء والاختيار للمعلمات وفقاً للمتغيرات الشخصية والنفسية والتربوية التي تؤهل للممارسة المهنية والوظيفية التي تساعد

في تكوين شخصية الطفل.

- تتحدد أهمية البحث من الناحية النظرية في إثراء البحوث العلمية في هذا المجال.

ثانياً: الأهمية التطبيقية:

- لفت أنظار المسؤولين عن مرحلة رياض الأطفال بمدينة جازان نحو الاهتمام بتطوير برامج التنمية المهنية لمعلمات رياض الأطفال لتعزيز دورهن في رعاية وتعليم الأطفال بتلك المرحلة.
- توجيه انتباه المشرفين والموجهين في وزارة التربية السعودية إلى فهم طبيعة عمل معلمة رياض الأطفال وتقدير الجهد الذي تبذله في الروضة بطريقة إيجابية.
- فتح المجال لإعداد برامج إعداد معلمات مرحلة رياض الأطفال نحو إعادة النظر في تلك البرامج لإعداد معلمات على درجة عالية من الكفاءة والمهارة في تعليم الأطفال.

مصطلحات البحث:

(أ) مهارات إدارة الصف:

تُعرف مهارات إدارة الصف بأنها: تفاعل اجتماعي يتبنى التعلم والدافعية والسلوك، والضبط والنظام الذي يوفر الهدوء التام للطلاب، لكي يتمكن المعلم من القيام بمهنة التدريس (القحطاني، ٢٠١٧).

وتقاس إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها معلمات رياض الأطفال على مقياس مهارات إدارة الصف المستخدم في البحث الحالي.

(ب) الإنهاك النفسي:

يُعرف الإنهاك النفسي بأنه: حالة من التعب الجسمي والانفعالي والعقلي المصحوب بالتوتر المستمر الذي يؤدي إلى قلة الانتباه والتركيز؛ بسبب التعرض إلى ظروف بيئية سلبية وعوامل ضاغطة خارجية (الزبيدي، ٢٠١٢).

وتقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها معلمات رياض الأطفال على مقياس الانهاك النفسي المستخدم في البحث الحالي.

(ج)معلمات رياض الأطفال:

تعرف الباحثتان معلمة رياض الأطفال إجرائياً بأنها: المعلمة التي تعمل بمرحلة رياض الأطفال في مدينة جازان والتي تمتد من سن (٤-٦) سنوات، والمنوط بها تعليم ورعاية الطفل والإشراف على تقديم الأنشطة المختلفة له وتكون حاصلة على مؤهل من إحدى الكليات التي تمنح تخصص رياض الأطفال في المملكة العربية السعودية.

(د) مرحلة رياض الاطفال:

وتُعرف الباحثتان رياض الأطفال بأنها: مرحلة تعليمية يلتحق بها الأطفال بمدينة جازان من سن (٦-٤) سنوات ويبدأ فيها الطفل رحلته في التعلم واكتساب المهارات والمعلومات التي تساعد في تشكيل عقله ولها مناهجها الخاصة وتهدف إلى تنمية الجوانب المعرفية والوجدانية والمهارية للطفل، وتؤهله للالتحاق بالمرحلة الابتدائية.

حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على الحدود التالية:

- **الحدود الموضوعية:** البحث في العلاقة بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

- **الحدود البشرية:** تمثل عينة من معلمات رياض الأطفال بمدارس رياض الأطفال.
- **الحدود المكانية:** يقتصر على مدارس مرحلة رياض الأطفال في مدينة جازان.
- **الحدود الزمانية:** وذلك خلال العام الدراسي (٢٠٢٤م-١٤٤٥هـ).

الإطار النظري للبحث:

(١) مهارات ادارة الصف:

مفهوم مهارات إدارة الصف:

إن المعنى التقليدي لمفهوم إدارة الصف كما ذكره قطامي وقطامي (٢٠٠٥، ص١٤) يتضمن الضبط والنظام الذي يكفل الهدوء التام للطلبة في الصف من أجل أن يتمكن المعلم من تحقيق أهدافه، فالضبط والنظام مكون رئيس في إدارة الصف إذ بدونهما لا يحدث التعلم.

وعرف Ahola & Hakaman (2007) مهارات إدارة الصف بأنها: "مجموعة مبادئ وإجراءات تنظيمية تهتم بتنسيق معطيات وعناصر التدريس، ويصيغ تسهيل العملية التعليمية داخل البيئة الصفية، وتحقيق الأهداف التعليمية".

وعرفها أبو خليل (٢٠١١، ص٣١) بأنها: "مجموعة من الإجراءات التنظيمية وفق قواعد تضمن تحقيق بيئة تعليمية فعالة من خلال الأنشطة التي يقوم بها المعلم في الصف".

وعرفها محمود (٢٠١١، ص٥٠٢) بأنها: "كل السلوكيات، وعوامل التنظيم الصفي التي تقود إلى توفير بيئة صفية تعليمية منظمة فيه".

ويورد الهويدي (٢٠١٢، ص٨٢) تعريفها بأنها: "مجموعة الإجراءات التنظيمية المصممة وفق تنظيم معين، وتنسيق معطيات وعوامل التعليم والتعلم بصيغ تسهل

عملية التربية الصفية".

ويُعرف الزكي وآخرون (٢٠١٣، ص١٦) مهارة إدارة الصف بأنها: "الضبط والنظام الذي يوفر الهدوء التام للتلاميذ، كي يتمكن المعلم من القيام بمهنة التدريس".

وتُعرف مهارات إدارة الصف بأنها: مجموعة من الأنشطة التي يستخدمها المعلم في تنمية الأنماط السلوكية المناسبة لدى الطلاب، وحذف الأنماط غير المناسبة، وتنمية العلاقات الإنسانية الجيدة، وإيجاد جو اجتماعي فعّال ومنتج داخل الفصل والمحافظة على استمراريته (جابر، ٢٠١٧، ص٥٤٦).

مما سبق يمكن القول أن مهارات إدارة الصف تعد ركيزة أساسية لنجاح المعلم في عملية التعليم والتعلم، والتي بدونها يتعثر المعلم في أدائه التدريسي. ويمكن تعريفها بأنها قدرة معلمة الصفوف الأولية على استخدام طرق ووسائل وأساليب مختلفة؛ تهدف إلى تيسير عمليتي التعليم والتعلم، وتحقيق الأهداف التعليمية والتربوية بشكل سلس وفعال في جو صفي يتسم بدرجة مناسبة من الهدوء، وذلك في المهارات التالية: (مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي، مهارة توفير المناخ الإنساني داخل الصف، مهارة تنظيم بيئة الصف المادية، مهارة التفاعل الصفي).

أهمية الإدارة الصفية:

تظهر أهمية الإدارة الصفية في كونها تعمل على إيجاد الظروف والشروط التي يحدث في إطارها التعلم كما أنها تعمل على تحقيق الأهداف التعليمية بطريقة سهلة وعلى نحو مباشر.

وتشير الحريري (٢٠١٠، ص٣٤-٣٥) إلى أن الإدارة الصفية ذات أهمية باعتبارها تهتم بضبط سلوك التلاميذ وتهيئة مناخ حجرة الصف مع مقابلة حاجات التلاميذ، والتخطيط قبل بدء الدرس مما يساعد المعلم على الوقاية من وقوع المشكلات التي تسببها العشوائية وغياب التخطيط، كما أن المعلم يستخدم من خلال إدارته للصف

مهارات تعليمية مناسبة، ويهتم بتنظيم غرفة الدراسة مما يبعث على الراحة النفسية في نفوس التلاميذ، ويزيد دافعيتهم للتعلم.

مما سبق يمكن القول أن للإدارة الصفية دور فاعل في تثبيت وتعزيز وغرس التعليم، وحفز وشحذ التعلم وترك أثر كبير في مهارات الطالبات واتجاهاتهن المستقبلية.

عناصر الإدارة الصفية:

ذكر (إسماعيل، ٢٠١٧، ص٣٨-٣٩) عدة عناصر لإدارة الصف تتمثل في:

- الزمن: يعتبر الزمن عاملًا أساسيًا، فهو الوسط الناقل الذي تتم من خلاله جميع إجراءات وعمليات إدارة الصف المدرسي.
- المكان: يمثل المكان حجرة الدراسة بحجمها وموقعها والأثاث الموجود فيها ومدى توفر الراحة النفسية والصحية فيها.
- العاملون: يضم هذا العنصر التلاميذ وهم محور العملية التعليمية، والمعلم الذي يعتبر المحرك الأساسي والموجه لعملية التعلم.
- المواد والتجهيزات التعليمية: يشتمل هذا العنصر جميع المواد التعليمية والوسائل والأجهزة والمعدات التي تخدم عملية التعليم والتعلم.
- التخطيط الجيد للتعلم: إن التخطيط الجيد للتعلم يوفر فرص كثيرة للنجاح ويقي المعلم من حدوث بعض المشكلات الصفية التي تربك عملية التعليم والتعلم، ويساعد المعلم على الانتقال بيسر وسهولة من نشاط إلى آخر دون التسبب في تشتيت هدوء التلاميذ.
- إتباع قواعد عملية في التعامل مع التلاميذ: إن المعلم الكفء هو الذي يدرب تلاميذه على كيفية إتباع القواعد في السلوك الصفي، مع توخي الحذر في وضع تلك القواعد التي يجب أن تتسم بالوضوح والبساطة والقابلية للتطبيق.

- مراقبة البيئة الصفية: أي مراقبة المعلم ما يحدث داخل حجرة الدراسة من سلوكيات، ومتابعة ومراقبة إنجاز المهمات والنشاطات الموكلة للتلاميذ، كما ينبغي عليه أن يوزع أسئلته بشكل عادل ويسمح لكل تلميذ بالسؤال والمبادرة والمناقشة والتفاعل الايجابي البناء.

متطلبات الإدارة الصفية:

تعد الإدارة الصفية عملية تربوية تهدف لتحقيق النظام داخل الفصل الدراسي، من خلال ممارسات ونشاطات يقوم بها المعلم لتوفير بيئة تعليمية مناسبة وفاعلة؛ وحتى يتحقق ذلك فإنه لا بد من توفر عدد من المتطلبات؛ وهي: (الأفندي، ٢٠١٤، ص٣٩).

- توفير النظام والهدوء في الصف: فالنظام قيمة أساسية ومطلب مهم لكن في المقابل لا ينبغي أن يقيد المتعلم في مقعده طوال اليوم الدراسي، لكن يجب على المعلم أن يفسح المجال للمتعلم في الحركة.
- توفير بيئة نفسية تساعد المتعلمين على التعلم.
- تنظيم البيئة المادية للصف وذلك من خلال توزيع الأثاث والوسائل التعليمية بطريقة تضمن استغلال كل أجزاء الصف ويسهل انتقال المتعلمين في نفس الوقت.
- توفير الخبرات التعليمية من خلال التخطيط للخبرات التعليمية وتقديمها بشكل يتيح العمل للجميع، ويوفر خبرات جديدة للمتعلمين.
- ملاحظة المتعلمين ومتابعة تقدمهم وتقويمهم لتعرف مستوى تقدمهم ونقاط الضعف والقوة.

دور المعلم في الإدارة الصفية:

حدثت تغيرات كبيرة في ميدان التربية تغير فيها دور المدرسة والمعلم والمتعلم

والمنهج الدراسي، بما ينعكس أثره على العملية التربوية والتعليمية، وبالتالي؛ فإن مهمة المعلم لم تعد تلقين المعلومات للمتعلمين، بل أصبح المعلم يسهم في تنمية الطالب تنمية متكاملة من خلال تهيئة الظروف والبيئات التعليمية، من خلال ذلك فإنه يمكن إجمال أدوار المعلم في إدارة الصف المدرسي إلى ثمانية أدوار كما حددها الزكي وآخرون (٢٠١٣، ص٣٥-٣٦) بما يلي:

(أ) التفوق الجسماني: تاريخ التدريس يدل على تدخل التفوق الجسماني الذي كان باستمرار أسلوبًا أساسيًا في ضبط الصف، وقد قلت أهمية هذا الأسلوب في المدارس الحديثة.

(ب) السلطة الرسمية: نظام التعليم تقيده القوانين والتنظيمات الحكومية، وهذا التقييد أكسب المعلم السلطة الرسمية، والتي تستخدم بصورة واسعة في الضبط والإرشاد في وضع حد للطالب والمعلم من خلال فرض عقوبات رسمية عند مجاوزتهما الحدود.

(ج)السلطة العاطفية: وهي العلاقة الشخصية بين المعلم وطلابه، والتي تتسم بالإيجابية وتدفق العاطفة، فتشجع على التعرف على الحالة النفسية له فيقبل الطالب على تقليد المعلم واتباع إرشاداته.

(د) الحالة النفسية: أرقى من العلاقة العاطفية وإن كانت تقترب منها، فالمعلم المتعمق في فهم تلاميذه ودوافعهم ومشكلاتهم لديه سلطة على تلاميذه.

(هـ) تفوق المعرفة: عندما يكون المعلم قويًا بمعلوماته فإنه يمنح نفسه سلطة عظيمة، فيصبح كالخبير في مجال عمله الذي يبحث عنه للحصول على إجابات دقيقة.

(و) التفوق في العمليات الفكرية: حيث يتميز المعلم برغبته في البحث عن الإجابة، وقدرته على التحليل والتركيب، وإدراك العلاقات، وتنظيم الأفكار، والقدرة على مواجهة المشكلات، وبالتالي؛ يتوفر له سلطة إضافية على تلاميذه.

(ز) المهارة في العملية التربوية: الخبرة في طرق التدريس من أهم السلطات البارزة التي يمتلكها المعلم، فالمعلم الذي يمتلك مهارات تدريسية بدرجة عالية تكون سلطته على تلاميذه عالية أيضًا.

(ح)سلطة المعلم في قيادة الصف: سلطة المعلم تعني تفاعله مع تلاميذه، فالمعلم ميسر للتعليم ومدير للعملية التعليمية، وهو في سبيل القيام بوظيفته يتفاعل مع تلاميذه، ويؤثر ويتأثر بهم، كما أن المعلم من خلال تفاعله مع تلاميذه في المواقف المختلفة يدير عملية الاتصال ويوجهها.

مما سبق يتضح أنه لم يعد دور المعلم المحافظة على الهدوء في الصف وإبقاء الطلاب صامتين محافظين على النظام داخل حجرة الصف، بل أصبح دورها يتضمن تطوير المواقف التعليمية وفق معايير تربوية سليمة، وإعداد بيئة صفية تهدف إلى تفاعل الطلاب مع الموقف التعليمي لإكسابهم المهارات التعليمية والحياتية.

مهارات إدارة الصف:

تقوم الإدارة الصفية على أساس التفاعل الإيجابي بين المعلم والمتعلمين ويتم ذلك بتوفر عدد من المهارات الأساسية أشملتها قطامي (٢٠٠٤، ص٣٤٧) في الآتي:

(أ) الإدارة، وتشمل: (تنظيم وعرض الدرس ،الانهماك في التعلم ،تقليل العوامل المشتتة لانتباه المتعلمين)

(ب) المراقبة، وتشمل: (فهم الأنظمة المدرسية ، الخدمات التي تقدم لمساعدة المتعلمين ،توفير بيئة صفية ومناخ مدرسي دافئ).

(ج)الوساطة، وتشمل: (إرشاد وتوجيه المتعلمين ،أساليب تفعيل التعزيز للذات ،تجنب إثارة المواجهة السلبية).

(د) التعديل، يشمل: (فهم نظرية التعلم ،استراتيجيات تعديل السلوك أو تغييره، توظيف برامج التعزيز أو العقاب).

(٢) الانهاك النفسي:

مفهوم الإنهاك النفسي:

وهو حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي والإرهاق البدني الناتج عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد (زيدان، ٢٠٠٤، ص٨١).

ويعرف الخرابشة (٢٠٠٥، ص٢٩٢) الإنهاك النفسي بأنه: "حالة تحدث نتيجة الأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الملقاة على عاتق الفرد وتفوق قدراته ولا يستطيع التكيف معها بطريقة مقبولة وتسهم في ظهور مجموعة من المظاهر النفسية والجسدية السلبية".

وتشير راضي (٢٠١٤) إلى تعريف (Maslach) للإنهاك النفسي بأنه: "زملة الأعراض النفسية التي تتكون من الإرهاق الانفعالي وتبلد المشاعر ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي الذي يمكن أن يحدث للأفراد الذين يقومون بعمل إنساني من نوع ما".

ويُعرف سلمان (٢٠١٤) الانهاك النفسي بأنه: تغييرات في اتجاهات وسلوك الفرد نحو العمل، وكذلك في حالته البدنية في الاجهاد الانفعالي بل ويصل الأمر به إلى انخفاض إنجازه الشخصي.

وفي ضوء ما سبق يتضح أن الإنهاك النفسي هو حالة من التعب الجسمي والنفسي والانفعالي والعقلي المصحوب بالتوتر المستمر والمتواصل الذي يؤدي إلى قلة

الانتباه والتركيز؛ بسبب التعرض إلى ظروف بيئية سلبية وعوامل ضاغطة خارجية.

مراحل الإنهاك النفسي:

لقد قسم سيلي ١٩٧٦ الإنهاك النفسي إلى عدة مراحل وهي: (عبدالعال، ٢٠٠٢، ص١٤٩)

(أ) مرحلة الإنذار والتنبيه: ويتم فيها استثارة الجسم؛ حيث يبدأ في الانتباه للخطر، وينذر المخ الفرد بقرب فقد قدرته على التحمل تدريجيًا فتظهر استجابات هرمونية فيشعر الفرد بارتفاع ضغط الدم والتوتر العضلي وسرعة التنفس.

(ب) مرحلة الاستجابة للإنذار والمقاومة: حيث يدرك الفرد الخطر ويحاول التكيف من خلال عدة طرق منها: تحويل العمل لأحد العمال الآخرين، أو أخذ إجازة، وفشل الفرد في التكيف مع العمل سوف يدخله إلى المرحلة الثالثة.

(ج)مرحلة الإنهاك: حيث أن الفرد قد فشل في التكيف مع هذه الضغوط، مما يجعل طاقاته تنهك وتحدث استجابات مرضية، وإن الفرد نتيجة لتلك الضغوط ولعدم قدرته على التكيف معها فإنه يعاني من المرض الجسمي والمعاناة النفسية وأمراض القلب، وهذه المرحلة من أخطر المراحل؛ حيث يمكن أن يصاب الفرد بجلطة في الدماغ فيترك العمل نهائيًا؛ حيث يتحول من فرد منتج إلى فرد عالة.

مستويات الإنهاك النفسي:

إن للإنهاك النفسي مستويات ثلاثة وهي:

- **إنهاك نفسي معتدل:** إذ ينتج عن نوبات متكررة من التعب والقلق والإحباط.
- **إنهاك نفسي متوسط:** وينتج عن نفس مصادر المستوى السابق ولكنها تستمر لمدة أطول (أسبوعين على الأقل) مع عدم القدرة على مواجهتها بفاعلية.

- **إنهاك نفسي شديد:** وينتج عن بعض المظاهر الجسمية مثل القرح ونوبات الصداع المزمن الشديد وآلام الظهر المزمنة.(Sivri & Balcı, 2015).

مراحل الانهاك النفسي:

ويقسم "أدليوش وبرودسكي" (Edlewich & Brodsky) الإنهاك النفسي إلى أربع مراحل وهي: (البهاص، ٢٠٠٢، ص٣٨٨)

- **الحماس:** ويكون فيها المعلم على درجة عالية من الحيوية والنشاط والحماس مما يجعل الفرد متوافقًا بدرجة كبيرة في عمله، بل ينتج لدرجة تزيد عن الحد المطلوب.
- **الجمود:** حيث يشعر المعلم بأنه قد أعطى كثيرًا لمهنة التدريس ولم يأخذ إلا قليلًا وأنه يجب أن يفكر في المستقبل بدرجة أكبر.
- **الإحباط:** إذ تتنازع المعلم الشكوك والإحساس بعدم الثقة بالنفس حتى يشعر بعدم الكفاءة ويقل الرضا الوظيفي.
- **اليأس وفتور الهمة:** يشعر المعلم فيها بأنه محبط تمامًا بسبب مهنة التدريس الجامدة التي يغلب عليها الروتين.

أساليب مواجهة الإنهاك النفسي:

لغرض مواجهة الإنهاك النفسي والتخفيف من آثاره، فهناك ما يتصل بمصادر الإنهاك، وهناك ما يرجع لشخصية الفرد، ومن الطرق الشائعة:

(أ) بناء الذات الإيجابية: ترتبط الذات الإيجابية بالصحة النفسية ارتباطًا وثيقًا، فالتصور الإيجابي للذات أمر ضروري للشعور بالرضا والسعادة، ويمكن تنمية الشعور الإيجابي للذات من خلال الاهتمام بتنمية ثقة الفرد بذاته والتركيز على إيجابيات الفرد وتحويل نقاط الضعف إلى القوة، من خلال الوقوف على المشكلة وحلها، والتذكير بجوانب القوة وإن كانت قليلة.

(ب) الاسترخاء والتأمل: إن الاسترخاء والتأمل يساعد الفرد في التخلص من الضغوط النفسية ومواجهة الإنهاك النفسي، وذلك من خلال الممارسة اليومية في المكان والوقت المناسبين، ومما سبق ذكر أن الإنهاك النفسي قد يصيب الفرد الذي يتعرض لضغوط متزايدة، ولهذا وجب عليه أن يسترخي عقليًا وجسديًا ووجدانيًا (عبد العظيم وسلامة، ٢٠٠٦).

(ج)الاستراتيجيات المعرفية: الإنهاك النفسي يعد اضطرابًا في الجانب المعرفي، إذ أن التعرض لموقف ضاغط في حد ذاته، لا يسبب الانزعاج أو الانهاك، وإنما إدراكنا لذلك الموقف وسلوكنا نحوه هو الذي يحدد النتيجة النهائية، وأن الاستراتيجيات المعرفية تعتمد على التحليل المنطقي للموقف ومحاولة الفرد فهم وتقييم الموقف من كل جوانبه، مما يساعد في الوقاية من التعرض إلى الإنهاك ومن هذه الاستراتيجيات وهي:

- **التفكير العقلاني:** استراتيجية يلجأ خلالها الأفراد إلى التفكير المنطقي بحثًا عن مصادر القلق وأسبابه المرتبطة بالضغوط.
- **التخيل:** استراتيجية يتجه فيها الأفراد إلى التفكير في المستقبل، كما أن لديهم قدرة كبيرة على تخيل ما قد يحدث.
- **الانكار:** عملية معرفية يسعى من خلالها الفرد إلى إنكار الضغوط ومصادر القلق بالتجاهل والانغلاق وكأنها لم تحدث.
- **حل المشكلة:** نشاط معرفي يتجه من خلاله الفرد إلى استخدام أفكار جديدة ومبتكرة لمواجهة الضغوط وهي ما يعرف بالقدح الذهني.
- **الفكاهة (الدعابة):** استراتيجية تتضمن التعامل مع الضغوط، والأمور الخطيرة ببساطة وروح الفكاهة، وبالتالي؛ قهرها والتغلب عليها، كما أنها تؤكد على الانفعالات الإيجابية أثناء المواجهة.

- **الرجوع إلى الدين:** وتشير هذه العملية إلى رجوع الأفراد إلى الدين والإخلاص الديني عن طريق الاكثار من العبادات كمصدر للدعم الروحي والانفعالي، وذلك لمواجهة الموقف الضاغط والتغلب عليه (الضريبي، ٢٠١٠).

(د) المساندة الاجتماعية: إن المساندة والدعم الاجتماعي مصدر من مصادر شعور الفرد بالأمن النفسي خاصة عند التعرض للضغوط التي غالبًا ما تكون فوق قدرات الفرد لمواجهتها، ويكون الدعم ذو فاعلية عندما يقوم من داخل الأسرة (كالزوج أو الزوجة، الأبناء، الأقارب، الأصدقاء، زملاء العمل...) أو أي مؤسسة ، وقد يكون الدعم معنويًا أو ماديًا، وكلاهما مصدر مهم وله دور في الوقاية من آثار الضغوط والإنهاك النفسي.

وهناك مهارات يطلق عليها مهارات التعامل تساعد في التخفيف من الانهاك النفسي ومنها:

- **الاعتراف بالمشكلة:** وتتمثل بالاعتراف بوجود وضع غير عادي يتعرض له الفرد، الذي يتمثل بالإجهاد والتعب الجسدي والنفسي، والارهاق النفسي، وذلك من خلال فسح المجال الكافي لإدراك الواقع، فإن عدم إدراك الواقع والغوص بحالة الانكار، لا يدع المجال للتعامل مع المشكلة، إن الاعتراف بوجود المشكلة يساعد على فتح منافذ لحلول أو التكيف مع الوضع الجديد، فإن الاعتراف بالمشكلة تساعد الفرد على تغيير أنماط سلوكه الشخصي أو يعدل الموقف ذاته، من خلال البحث عن معلومات أكثر عن الموقف أو المشكلة لكي ينتقل تغيير الموقف؛ حيث إن استراتيجيات التعامل التي ترتكز على المشكلة، تهدف إلى البحث عن معلومات أكثر أو طلب النصيحة من الآخرين وإدارة المشكلة، والقيام بأفعال لخفض الانهاك النفسي عن طريق تغيير الموقف مباشرة (دعو وشنوفي، ٢٠١٢).

- **التوقف المؤقت:** بمعنى التوقف لمدة محددة عن أداء العمل الذي سبب الإنهاك النفسي ، مثلًا أخذ إجازة من العمل إذا كان من يعاني الإنهاك موظفًا، أو الاستقالة من منصب يتجاوز حدود الإمكانات، أو توكيل شخص آخر بأداء عمله، المهم التوقف عن العمل لمدة محددة حتى يخف عبء وضغط ما يتعرض له ويحفظه من التعرض للإنهاك النفسي.
- **إعادة تأهيل القدرات:** من خلال فتح فضاءً زمنيًا ومكانيًا للراحة العاطفية والجسدية والذهنية، فالبكاء يسمح بتفريغ هموم عاطفية، أو أخذ استراحة شاملة كالخلود للنوم لساعات طويلة أو الإكثار من القيولات، أما الاستراحة الذهنية وذلك من خلال التوقف عن الحديث الذاتي، تجنب الصراعات، الاقلاع عن الأعمال الروتينية، مرحلة الهدوء هذه تشكل سياقًا للتصالح مع الذات، والاهتمام بالذات يدفع الفرد للترويح والترفيه لها من خلال القيام بأنشطة اجتماعية وثقافية، تساعد على الشعور بمشاعر إيجابية.
- **التساؤل:** يتعلق الأمر بفترة تحليل وتفكير للبعض، فإن حصيلة نقاط القوة ونقاط الضعف سواء المتعلقة بالجانب المهني أو الشخصي تؤدي إلى اختبارات تتبلور في شكل تدابير ذات صلة مع المحيط الخارجي، تعمل على خفض الضغوط النفسية (عبد الحميد، ٢٠١١).

النظريات التي تناولت الإنهاك النفسي:

(أ) نظرية التحليل النفسي:

لقد ركز فرويد على مكونات ثلاثة للشخصية (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) وحدد لكل مكون دوره في نمو الشخصية وتفاعلها، لذلك فقد نظر للاضطراب والمرض الذي يصيب الفرد على ضوء الصراع الذي يحدث بين مكونات الشخصية (يوسف، ٢٠٠١، ص٦٨)، فإن رؤية مدرسة التحليل النفسي حول الإنهاك النفسي تتمثل في ثلاث جهات

وهي:

- إن الإنهاك النفسي ينتج عن الإجهاد المتواصل الذي يتعرض له الفرد.
- إنه ناتج عن فقدان وظيفة مثالية الأنا في علاقتها بالآخرين ذوي الدلالة في حياة الفرد.
- إنه ناتج عن الكف الذي يحدث للتفاعلات غير الملائمة أو المتعارضة.

(ب) النظرية السلوكية:

ترى النظرية السلوكية أن الإنهاك النفسي كسلوك ينتج عن عملية تعلم الفرد وتفاعله مع ظروف البيئة غير المناسبة، وبذلك فهو سلوك غير سوي، وأن السلوك غير السوي هو الفشل في تعلم مهارات التعامل مع البيئة وتعلم سلوك غير مناسب ، وأن السلوكيين يعتبرون الإنهاك النفسي حالة داخلية ناتجة عن عوامل بيئية وظروف مضطربة إذا ما ضبطت أمكن من خلالها تقليل الإنهاك النفسي. (متولي، ٢٠٠٥، ص٦٩).

(ج) النظرية الوجودية:

يرجع الوجوديون أغلب الاضطرابات إلى اضطراب أو فقدان المعنى في حياة الفرد، كما أن من مظاهر الإنهاك النفسي قلة توافر المعنى في الحياة؛ حيث أشار فرانكل (٢٠٠١، ص٥٧) إلى أن التوتر في حياة الفرد سببه الرئيسي فقدان المعنى ويصفه بأنه فراغ وجودي أو إنه إحباط لإدارة المعنى. ويرى Langle (2003, 108) إلى أن الإنهاك النفسي من وجهة نظر الوجودية يحدث من خلال:

- إن الفرد يبدأ حياته وعمله بمُثل وأهداف عالية لا يمكن تحقيقها مما يعرضه للصدمة.
- إن الفرد يحتاج للتقدير الذاتي كما إنه بحاجة للتقدير الاجتماعي من غيره، وهو عندما يفشل في تحقيق أهدافه فإنه يفقد نظرته لذاته وكذلك احترام الناس له.

- حينئذ يحدث فقدان المعنى ويشعر الفرد بالفراغ الوجودي نتيجة نقص الطاقة النفسجسمية وفقدان القدرة على التكيف، مما يؤدي لحالة من اللامبالاة مما يبدد حياة الفرد ويصيبه الإنهاك النفسي.

ويرى الوجوديون أن العلاقة بين الإنهاك النفسي وعدم الإحساس بالمعنى علاقة تبادلية؛ حيث إن الإنهاك النفسي يؤدي لفقدان المعنى في حياة الفرد، كما أن فقدان المعنى يمكن أن يؤدي للإنهاك النفسي.

وفي ضوء ما سبق، يمكن الدمج بين ما تقدم من نظريات وآراء فيمكن القول إن الإنهاك النفسي مرحلة متقدمة من الضغوط النفسية تنتج عن تفاعل سمات الفرد وصفاته مع البيئة المحيطة به؛ حيث تكون بيئة غير مناسبة يشعر فيها الفرد بعدم الراحة مع مراعاة استعداد الفرد للإصابة بالإنهاك النفسي، فإذا تعرض الفرد لضغوط لا يتحملها سواء كانت ضغوط زيادة العبء عليه، أو ضغوط قلة العبء، ولم يستطع التعامل معها بطريقة سوية، فستقل كفايته ويترتب عليه قلة الدعم المقدم له، وكذلك قلة إنتاجه مما يعرف الفرد للإنهاك النفسي، بل قد يترك عمله، أو على أقل تقدير توجد النية لترك العمل إن وجد عملًا مناسبًا غير عمله الحالي، مما يبين الأثر الخطير للإنهاك النفسي في المجتمع.

ثانيا: الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الأدبيات التربوية والدراسات السابقة، تطرقت الدراسة الحالية إلى بعض الدراسات والأبحاث التي تناولت مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى عينات مختلفة، حيث تناول المحور الأول: الدراسات التي تناولت العلاقة بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي، والمحور الثاني: الدراسات التي تناولت مهارات إدارة الصف، والمحور الثالث: الدراسات التي تناولت الإنهاك النفسي، وفيما يلي سيتم استعراضها بحسب ترتيبها الزمني من الأحدث إلى الأقدم، ومن ثم سيتم التعقيب عليها،

وذلك على النحو التالي:

المحور الأول: الدراسات التي تناولت العلاقة بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي:

هدفت دراسة عابد (٢٠٢١) إلى التعرف على مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بمكة المكرمة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي المقارن، وتكونت العينة من (٢٥٥) معلمة من معلمات رياض الأطفال بمكة المكرمة، وتمثلت الأدوات في مقياس مهارات إدارة الصف، ومقياس ماسلاش للإنهاك النفسي (الصورة الخاصة بالمعلم)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس مهارات إدارة الصف (الإدارة التعليمية، إدارة الطالب، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس الإنهاك النفسي (الإنهاك الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الإنجاز الشخصي، والدرجة الكلية)، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال المؤهلات تربويًا وغير المؤهلات تربويًا على مقياس مهارات إدارة الصف (الإدارة التعليمية، إدارة الطالب، الدرجة الكلية) تعزى لمتغير التأهيل المهني؛ وذلك لصالح معلمات رياض الأطفال المؤهلات تربويًا.

المحور الثاني: الدراسات التي تناولت مهارات إدارة الصف:

هدفت دراسة القحطاني (٢٠١٧) إلى التعرف على درجة ممارسة معلمات الصفوف الأولية في المرحلة الابتدائية لمهارات الإدارة الصفية من وجهة نظر مديرات المدارس الابتدائية والمشرفات التربويات للصفوف الأولية بمدينة الرياض، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي المسحي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) مديرة مدرسة، و(٢٠) مشرفة تربوية، و(٣٧) معلمة من معلمات الصفوف الأولية، وتحددت أداة الدراسة في بطاقة الملاحظة طُبقت على عينة معلمات الصفوف الأولية، واستبانة

طبقت على عينة المديرات والمشرفات التربويات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن معلمات الصفوف الأولية بمدينة الرياض يمارسنّ بدرجة كبيرة مهارات الإدارة الصفية التالية (مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي، مهارة توفير المناخ الإنساني داخل الصف، مهارة تنظيم بيئة الصف المادية، مهارة التفاعل الصفي) ، وأن أعلى متوسط للمشكلات التي تواجه معلمات الصفوف الأولية وتعيق ممارستهنّ لمهارات الإدارة الصفية كان مشكلة (ضعف استخدام المعلمة لتعزيز الملائم للتلميذات، كثافة عدد التلميذات في حجرة الصف، غلبة الجانب النظري على الجانب العملي التطبيقي في المقرر الدراسي) ، وأن أعلى متوسط للمقترحات التي تحد من المشكلات التي تعيق ممارسة معلمات الصفوف الأولية لمهارات الإدارة الصفية كان لمقترح (استخدام المعلمة للتقنيات التربوية، وطرائق التدريس الحديثة مثل: التعلم النشط).

هدفت دراسة عسيري (٢٠٢١) إلى التعرف على واقع ممارسة معلمات اللغة العربية بالمرحلة الابتدائية بمنطقة عسير لمهارات الإدارة الصفية في ضوء المهارات الناعمة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (١٥٦) معلمة ومشرفة للغة العربية بالمرحلة الابتدائية بمنطقة عسير، وتحددت أداة الدراسة في استبانة مكونة من (٦٥) فقرة موزعة على (٨) أبعاد وهي: (القيادة، التخطيط، التفاوض، العمل ضمن فريق، الاتصال والتواصل، إدارة الأزمات، إدارة الوقت، وإدارة العلاقات الاجتماعية)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن واقع ممارسة معلمات اللغة العربية لمهارات الإدارة الصفية الناعمة جاء ما بين متوسط إلى عالي.

المحور الثالث: الدراسات التي تناولت الإنهاك النفسي:

هدفت دراسة Tang & Pang (2006) إلى التعرف بين الإنهاك النفسي والنوع والخبرة، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (٨٦٦) معلمًا من المعلمين الصينيين ومن النوعين وقد اختيروا من عشر مدارس

متوسطة وأربع مدارس ابتدائية في ولاية هومان في الصين، وتحددت أداة الدراسة في مقياس الإنهاك النفسي لماسلاش، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الإنهاك النفسي لدى المعلمات أعلى من المعلمين، وأن المعلمين ذوي الخبرة الاكبر لديهم درجة أعلى من الإنهاك النفسي من ذوي الخبرة الأقل.

هدفت دراسة كلش (٢٠١٩) إلى قياس مستوى الإنهاك النفسي لدى معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة، والتعرف على دلالة الفروق في مستوى الإنهاك النفسي لدى معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة وفق متغير الجنس (ذكور، إناث)، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) معلمًا ومعلمة، تم تقسيمها إلى (٢٥) معلمًا و(٢٥) معلمة من معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة في محافظة بغداد/ تربية الرصافة الثالثة في بغداد، وتحددت أداة الدراسة في مقياس للإنهاك النفسي معتمدًا على نظرية كريستينا ماسلاش (Christina Maslach، ١٩٧٦)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة يعانون من الإنهاك النفسي، وهناك فروق بين درجات الذكور والإناث في مستوى الإنهاك النفسي ولصالح الإناث.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تم التعقيب على الدراسات السابقة من حيث الاتفاق والاختلاف بالنسبة لأهداف البحث فقد اتفقت أهداف البحث الحالي مع دراسة (عابد، ٢٠٢١) التي هدفت إلى التعرف على مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال. وبالنسبة لمنهجية البحث اتفقت دراسة عابد (٢٠٢١) مع البحث الحالي في اتباعها المنهج الوصفي الارتباطي، في حين، اختلفت مع دراسة العابد (٢٠٢١) في أدوات الدراسة، واختلفت معها أيضاً في فروض الدراسة وبالتالي نتائجها. واختلفت مع دراسة كل من: وكلش (٢٠١٩)، و"تانج وبانج" (Tang & Pang, 2006) في

اتباعها المنهج الوصفي التحليلي، وأيضًا اختلفت مع دراسة والقحطاني (٢٠١٧) التي اتبعت المنهج الوصفي المسحي و بالنسبة لعينة البحث تنوعت عينات الدراسات السابقة؛ حيث اتفقت عينة البحث الحالي مع دراسة عابد (٢٠٢١) التي تناولت معلمات رياض الأطفال، فيما اختلفت مع بعض عينات الدراسات الأخرى كدراسة كل من: وكلش (٢٠١٩)، ودراسة عسيري (٢٠٢١) والتي كانت عينتها من المعلمين والمشرفين معًا، وأيضًا اختلفت مع عينة دراسة القحطاني (٢٠١٧) والتي كانت من مديري المدارس والمشرفين والمعلمين.

وبالنسبة لأداة البحث اتفقت معظم الدراسات السابقة مع أداة البحث الحالي التي تحددت في مقياس الإنهاك النفسي كدراسة كل من عابد (٢٠٢١)، وكلش (٢٠١٩)، و"تانج وبانج" (Tang & Pang, 2006)، وكذلك مقياس مهارات إدارة الصف كدراسة كل من عابد (٢٠٢١)، وعسيري (٢٠٢١)، والقحطاني (٢٠١٧).

فروض البحث:

- يوجد مستوى مرتفع من مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.
- يوجد مستوى مرتفع من الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.
- توجد علاقة دالة إحصائيًا بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان.
- يمكن التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان

منهج البحث وإجراءاته

أولًا: منهج البحث

اتبع البحث المنهج الوصفي الارتباطي؛ لتحقيق هدف البحث الحالي الذي يتمثل في تحديد مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.

ثانياً: مجتمع البحث:

يمثل المجتمع الأصلي للبحث الحالي من جميع معلمات رياض الأطفال اللواتي يعملن في مدارس رياض الأطفال التابعة لإدارة تعليم مدينة جازان، وذلك في الفصل الثاني من العام الدراسي ١٤٤٥هـ، والبالغ عددهن(٤٨٨) معلمة.

ثالثاً: عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغت (٥٠) معلمة رياض أطفال بإدارة تعليم جازان، ومن خلالها تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياسي مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي.

كما تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية البسيطة حيث بلغت (١٤١) معلمة رياض أطفال بإدارة تعليم جازان.

رابعاً: أدوات البحث:

(١) مقياس مهارات إدارة الصف: (إعداد: القحطاني، ٢٠١٧)

مقياس مهارات إدارة الصف من إعداد القحطاني (٢٠١٧) والذي يتكون من (٢٨) فقرة موزعة على (٤) أبعاد، وهي: (مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي، مهارة توفير المناخ الصفي، مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية، مهارة التفاعل الصفي)، ويتطلب من المفحوصين إبداء الرأي بالنسبة لكل عبارة على أساس اختياره لإحدى الإجابات الآتية: (أوافق بشدة، أوافق، أحيانًا، لا أوافق، لا أوافق بشدة) وذلك وفقًا

للتكرار أو الشدة لتدرج ريكارت الخماسي، والجدول التالي يوضح أبعاد المقياس والفقرات المتضمنة بكل بعد:

جدول (١) أبعاد وفقرات مقياس مهارات إدارة الصف

الأبعاد	عدد الفقرات
مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي	٧
مهارة توفير المناخ الصفي	٧
مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	٦
مهارة التفاعل الصفي	٨
مهارات إدارة الصف	٢٨

ويتم الاجابة عن بنود المقياس وفقاً لمقياس مدرج تتراوح الدرجات عليه ما بين خمس درجات إلى درجة واحدة وذلك في حالة الاجابة الايجابية؛ حيث تشير الدرجة المرتفعة إلي ارتفاع مهارات إدارة الصف، وتعكس هذه الدرجات في حالة الاجابات السلبية.

وقد قام معد المقياس من التحقق من صدق المقياس من خلال صدق المفردات بحساب معامل الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه بعد حذف درجة العبارة من درجة البُعد، وكانت جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما قام بالتحقق من ثبات المقياس من خلال معامل ألفا كرونباخ، حيث كانت معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية على الترتيب (٠.٨٥١، ٠.٨٨٧، ٠.٨٨٦، ٠.٨٨٧، ٠.٩٤٧).

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس مهارات إدارة الصف في البحث الحالي:

أ) صدق المقياس:

تم التأكد من صدق مقياس مهارات إدارة الصف من خلال صدق المفردات بإيجاد معامل ارتباط بيرسون Pearson بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة، كما موضح بالجدول التالي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة على مقياس مهارات إدارة الصف

مهارة حفظ النظام		مهارة توفير المناخ الصفي		مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية		مهارة التفاعل الصفي	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	**٠.٥٤٩	٨	**٠.٥٩٠	١٥	**٠.٧٨١	٢١	**٠.٦٧٧
٢	**٠.٦٣١	٩	**٠.٥٠١	١٦	**٠.٧٣١	٢٢	**٠.٨٠٤
٣	**٠.٤٩٥	١٠	**٠.٤٥٦	١٧	**٠.٦٤٩	٢٣	**٠.٦٥٨
٤	**٠.٥٧٥	١١	**٠.٧٧٢	١٨	**٠.٧٢٧	٢٤	**٠.٦٤٨
٥	**٠.٧٩٦	١٢	**٠.٥٩٣	١٩	**٠.٧٨٢	٢٥	**٠.٧٤٢
٦	**٠.٦٤٥	١٣	**٠.٧٧٦	٢٠	**٠.٧٦٠	٢٦	**٠.٧٠١
٧	**٠.٧٨١	١٤	**٠.٨٠٦			٢٧	**٠.٨٠٧
						٢٨	**٠.٧٧٠

** دال عند مستوى ٠.٠١ ، * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يشير إلى صلاحية المقياس لأهداف هذا البحث.

ب) الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس مهارات إدارة الصف من خلال حساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٣) معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس وبعضها البعض والدرجة الكلية لمقياس مهارات إدارة الصف

الأبعاد	مهارة حفظ النظام	مهارة توفير المناخ الصفي	مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	مهارة التفاعل الصفي
مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي	–			
مهارة توفير المناخ الصفي	٠.٨١٢**	–		
مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	٠.٨٦٥**	٠.٨١١**	–	
مهارة التفاعل الصفي	٠.٦٧١**	٠.٦٥٠**	٠.٧٦٤**	–
مهارات إدارة الصف	٠.٩٢٠**	٠.٨٩٩**	٠.٩٤١**	٠.٨٦٥**

** دال عند مستوى ٠.٠١، * دال عند مستوى ٠.٠٥

من الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس مهارات إدارة الصف وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١)، مما يشير إلى تحقق الاتساق الداخلي لمقياس مهارات إدارة الصف.

ج) الثبات:

تم التأكد من ثبات مقياس مهارات إدارة الصف باستخدام معامل ألفا لكرنباخ Cronbach's Alpha، كما موضح بالجدول التالي:

جدول (٤) يوضح معامل ثبات مقياس مهارات إدارة الصف

طريقة الثبات / البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا لكرنباخ
مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي	٧	٠.٨٥٨
مهارة توفير المناخ الصفي	٧	٠.٨٦٢
مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	٦	٠.٩٠٢
مهارة التفاعل الصفي	٨	٠.٩١٤
مهارات إدارة الصف	٢٨	٠.٩٦٠

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرنباخ مناسبة مما يشير إلى إمكانية الوثوق في النتائج التي يمكن التوصل إليها من خلال تطبيقه على عينة البحث.

(٢) مقياس الإنهاك النفسي: (إعداد: الزبيدي، ٢٠١٢)

مقياس الإنهاك النفسي من إعداد الزبيدي (٢٠١٢) والذي يتكون من (٢٥) فقرة موزعة على (٣) أبعاد، وهي: (البعد الفسيولوجي، البعد النفسي، البعد العقلي)، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٥) أبعاد وفقرات مقياس الإنهاك النفسي

الأبعاد	عدد الفقرات
البعد الفسيولوجي	٨
البعد النفسي	٩
البعد العقلي	٨
الإنهاك النفسي	٢٥

ويتطلب من المفحوصين إبداء الرأي بالنسبة لكل عبارة على أساس اختياره لإحدى الإجابات الآتية: (أوافق بشدة، أوافق، أحيانًا، لا أوافق، لا أوافق بشدة) وذلك

وفقًا للتكرار أو الشدة لتدرج ريكارت الخماسي، وقام معد المقياس بالتحقق من صدق من خلال صدق المحتوى، وصدق المفردات، كما قام بالتحقق من ثبات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ، حيث بلغ معامل الثبات الكلي للدرجة الكلية لمقياس الانهماك النفسي (٠,٨٧).

حساب الخصائص السيكومترية لمقياس الإنهاك النفسي في البحث الحالي:

أ) صدق المقياس:

تم التأكد من صدق مقياس الإنهاك النفسي من خلال صدق المفردات بإيجاد معامل ارتباط بيرسون Pearson بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة، كما موضح بالجدول التالي:

جدول (٦) معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة

البعد الفسيولوجي		البعد النفسي		البعد العقلي	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٤٨٩**	٩	٠.٤٣٧**	١٨	٠.٥٥٧**
٢	٠.١٧٢	١٠	٠.٦٣١**	١٩	٠.٤٢٢**
٣	٠.٣٩٩**	١١	٠.٤٤٠**	٢٠	٠.٢٥٩**
٤	٠.٤٥٤**	١٢	٠.٠٠٨	٢١	٠.٥٤٦**
٥	٠.١٤٠	١٣	٠.٥٦٩**	٢٢	٠.٣٤٦**
٦	٠.٣٥٩**	١٤	٠.٥٦٩**	٢٣	٠.٥٩٦**
٧	٠.٢٩٦*	١٥	٠.٦٣٥**	٢٤	٠.٦٠٣**
٨	٠.٣٩١**	١٦	٠.٦٦٢**	٢٥	٠.٠٥٨
		١٧	٠.٦٦٥**		

** دال عند مستوى ٠.٠١، * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد المنتمية إليه بعد حذف درجة الفقرة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥)، عدا الفقرة رقم (٢-٥-١٢-٢٥) كانت غير دالة إحصائياً لذا تم حذفها ليصبح عدد فقرات المقياس (٢١) فقرة.

ب) الاتساق الداخلي:

تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الإنهاك النفسي من خلال حساب معامل الارتباط بين أبعاد المقياس وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٧) معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس وبعضها البعض والدرجة الكلية لمقياس الإنهاك النفسي

الأبعاد	البعد الفسيولوجي	البعد النفسي	البعد العقلي
البعد الفسيولوجي	-		
البعد النفسي	*٠.٣١٨	-	
البعد العقلي	**٠.٣٩٢	**٠.٦٦١	-
الإنهاك النفسي	**٠.٦٤٢	**٠.٨٧٠	**٠.٨٣٨

** دال عند مستوى ٠.٠١، * دال عند مستوى ٠.٠٥

من الجدول السابق يتضح أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الإنهاك النفسي وبعضها البعض والدرجة الكلية للمقياس كانت دالة عند مستوى دلالة (٠.٠١) ومستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى تحقق الاتساق الداخلي لمقياس الإنهاك النفسي.

ب) **الثبات:**

تم التأكد ثبات مقياس الإنهاك النفسي باستخدام معامل ألفا لكرنباخ Cronbach's Alpha، كما موضح بالجدول التالي:

جدول (٨) يوضح معامل ثبات مقياس الإنهاك النفسي

طريقة الثبات / البعد	عدد الفقرات	معامل ألفا لكرنباخ
البعد الفسيولوجي	٦	٠.٦٦٢
البعد النفسي	٨	٠.٨٤٦
البعد العقلي	٧	٠.٧٦٢
الإنهاك النفسي	٢١	٠.٠٠٠

يتضح من الجدول السابق أن معاملات الثبات بطريقة ألفا لكرنباخ مناسبة مما يشير إلى إمكانية الوثوق في النتائج التي يمكن التوصل إليها من خلال تطبيقه على عينة البحث.

خامساً: الأساليب الإحصائية:

للتحقيق أهداف الدراسة وتحليل البيانات التي تم جمعها، تم استخدام العديد من الأساليب الإحصائية التالية:

- اختبار "ت" لعينة واحدة.
- معامل ارتباط بيرسون.
- تحليل الانحدار المتعدد.

نتائج البحث ومناقشتها:

أولاً: نتائج الفرض الأول ومناقشتها:

ينص الفرض الأول على "**يوجد مستوى مرتفع من مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق مقياس مهارات إدارة الصف على عينة البحث البالغ عددها (١٤١) معلمة رياض أطفال بإدارة تعليم جازان، وتم معالجة

النتائج باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One sample T Test) لمقارنة المتوسط الحسابي الفعلي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي والذي يمثل ٦٠٪ من درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (٩) قيمة "ت" لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي لمقياس مهارات إدارة الصف (الأبعاد والدرجة الكلية)

الأبعاد	عدد الفقرات	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي	٧	٢١	٣١.٢١٣	٤.٢١٢	١٠.٢١٣	٢٨.٧٩٢	٠.٠١
مهارة توفير المناخ الصفي	٧	٢١	٣١.١٧٠	٤.٤٢٣	١٠.١٧٠	٢٧.٣٠٨	٠.٠١
مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	٦	١٨	٢٧.٤١١	٣.٣٣٨	٩.٤١١	٣٣.٤٧٧	٠.٠١
مهارة التفاعل الصفي	٨	٢٤	٣٥.٩١٥	٤.٧٤٣	١١.٩١٥	٢٩.٨٣٢	٠.٠١
مهارات إدارة الصف	٢٨	٨٤	١٢٥.٧٠٩	١٥.٣٠٣	٤١.٧٠٩	٣٢.٣٦٣	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود مستوى مرتفع في مهارات إدارة الصف (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان، وذلك لما تمتلكه من كفاءة علمية وعملية في تفعيل الأدوات وتطبيق الخطة المنهجية واستخدام تقنيات التعليم التربوية الهادفة.

واتفقت مع دراسة القحطاني (٢٠١٧) والتي توصلت نتائجها إلى أن معلمات الصفوف الأولية بمدينة الرياض يمارسنّ بدرجة كبيرة مهارات الإدارة الصفية التالية (مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي، مهارة توفير المناخ الإنساني داخل الصف، مهارة تنظيم بيئة الصف المادية، مهارة التفاعل الصفي).

ثانياً: نتائج الفرض الثاني ومناقشتها:

ينص الفرض الثاني على "**يوجد مستوى مرتفع من الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم تطبيق مقياس الإنهاك النفسي على عينة البحث البالغ عددها (١٤١) معلمة رياض أطفال بإدارة تعليم جازان، وتم معالجة النتائج باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة (One sample T Test) لمقارنة المتوسط الحسابي الفعلي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي والذي يمثل ٦٠٪ من درجة كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية وكانت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١٠) قيمة "ت" لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي للعينة والمتوسط الفرضي لمقياس الإنهاك النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية)

الأبعاد	عدد العبارات	المتوسط الفرضي	المتوسط الفعلي	الانحراف المعياري	متوسط الفرق	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
البعد الفسيولوجي	٦	١٨	٢١.٤٧٥	٤.٠٨٩	٣.٤٧٥	١٠.٠٩١	٠.٠١
البعد النفسي	٨	٢٤	٣٥.٦١٧	٤.٩٧١	١١.٦١٧	٢٧.٧٥١	٠.٠١
البعد العقلي	٧	٢١	٢٢.٣٧٦	٥.٦٩٤	١.٣٧٦	٢.٨٦٩	٠.٠١
الإنهاك النفسي	٢١	٦٣	٧٩.٤٦٨	١٠.٣٠٧	١٦.٤٦٨	١٨.٩٧٢	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق وجود مستوى مرتفع في الإنهاك النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان ، نتيجة للضغوط

النفسية التي تحيط بالمعلمة سواء داخل العمل أثناء التعامل مع الاطفال بإختلاف تعديل وتوجيه سلوكياتهم بما يتناسب مع المرحلة العمرية أو من واقع تعامل ادارة مدرسية لا تعي بكيفية تعلم الطفل والجهد المبذول من قبل المعلمة أو من خارج نطاق العمل كالمجتمع المحيط بها مما يتسبب في زيادة الانهاك النفسي.

واتفقت مع دراسة "تانج وبانج" (Tang & Pang, 2006) والتي توصلت نتائجها إلى أن الإنهاك النفسي لدى المعلمات أعلى من المعلمين، وأن المعلمين ذوي الخبرة الاكبر لديهم درجة أعلى من الإنهاك النفسي من ذوي الخبرة الأقل، كذلك اتفقت مع دراسة كلش (٢٠١٩) والتي توصلت نتائجها إلى أن معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة يعانون من الإنهاك النفسي، وهناك فروق بين درجات الذكور والإناث في مستوى الإنهاك النفسي ولصالح الإناث.

ثالثاً: نتائج الفرض الثالث ومناقشتها:

ينص الفرض الثالث على "**توجد علاقة دالة إحصائيًا بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات** رياض **الأطفال بإدارة تعليم جازان**".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Pearson) لمعرفة طبيعة العلاقة بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١١) يوضح معاملات الارتباط بين مهارات إدارة الصف والإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

المتغير	البعد الفسيولوجي	البعد النفسي	البعد العقلي	الإنهاك النفسي
مهارة حفظ النظام والانضباط الصفي	٠.٠١٣-	**٠.٨٤٧	٠.١٠٩-	**٠.٣٤٣
مهارة توفير المناخ الصفي	٠.١١٥	**٠.٩٦٠	٠.٠٠٤-	**٠.٥٠٦
مهارة تنظيم بيئة الصف الفيزيقية	٠.٠٩٢	**٠.٨٨٣	٠.٠٠٤	**٠.٤٦٥
مهارة التفاعل الصفي	٠.٠٨٧	**٠.٧٩٣	٠.٠١٥-	**٠.٤٠٩
مهارات إدارة الصف	٠.٠٧٧	**٠.٩٤٩	٠.٠٣٥-	**٠.٤٦٩

** دال عند مستوى ٠.٠١

من الجدول السابق يتضح وجود علاقة دالة إحصائيًا بين الإنهاك النفسي (البعد النفسي، والدرجة الكلية) ومهارات إدارة الصف (الأبعاد والدرجة الكلية) لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان، وذلك نظرًا لتكدس الأطفال وتعدد متطلباتهم واحتياجاتهم وضيق الوقت في تنفيذ جميع الانشطة وايضا ما يتطلب منها من تأدية بعض المهام من قبل ادارة المدرسة والذي يكون عائق لها في إنجاز المهام المطلوبة في الوقت المناسب مما يشعرها بالإنهاك والتعب وتدني في الاداء.

واتفقت مع نتيجة هذا الفرض دراسة عابد (٢٠٢١) والتي توصلت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة إحصائيا بين درجات معلمات رياض الأطفال على مقياس مهارات إدارة الصف (الإدارة التعليمية، إدارة الطالب، الدرجة الكلية) ودرجاتهم على مقياس الإنهاك النفسي (الإنهاك الانفعالي، تبلد المشاعر، نقص الإنجاز الشخصي،

والدرجة الكلية)، ووجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات معلمات رياض الأطفال المؤهلات تربويًا وغير المؤهلات تربويًا على مقياس مهارات إدارة الصف (الإدارة التعليمية، إدارة الطالب، الدرجة الكلية) تعزى لمتغير التأهيل المهني؛ وذلك لصالح معلمات رياض الأطفال المؤهلات تربويًا.

رابعاً: نتائج الفرض الرابع ومناقشتها:

ينص الفرض الرابع على "**يمكن التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف لدى معلمات رياض الأطفال بإدارة تعليم جازان**".

للتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة Stepwise، كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١٢) تحليل تباين الانحدار للتحقق من إمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "F"	مستوى الدلالة
البعد الفسيولوجي	الانحدار	١٣٤.١١٣	٤	٣٣.٥٢٨	٢.٠٦٦	٠.٠٨٩
	البواقي	٢٢٠٧.٠٥١	١٣٦	١٦.٢٢٨		
	المجموع	٢٣٤١.١٦٣	١٤٠	–		
البعد النفسي	الانحدار	٣٣٢٤.٧٦٢	٢	١٦٦٢.٣٨١	١٧٠٤.٩١٣	٠.٠١
	البواقي	١٣٤.٥٥٧	١٣٨	٠.٩٧٥		
	المجموع	٣٤٥٩.٣١٩	١٤٠	–		
البعد العقلي	الانحدار	١٩٨.٣٧٧	٤	٤٩.٥٩٤	١.٥٥٤	٠.١٩٠
	البواقي	٤٣٤٠.٧٠١	١٣٦	٣١.٩١٧		
	المجموع	٤٥٣٩.٠٧٨	١٤٠	–		
الإنهاك النفسي	الانحدار	٣٨٠٩.٩٧٥	١	٣٨٠٩.٩٧٥	٤٧.٨٧٠	٠.٠١
	البواقي	١١٠٦٣.١٣١	١٣٩	٧٩.٥٩١		
	المجموع	١٤٨٧٣.١٠٦	١٤٠	–		

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ف" للإنهاك النفسي (الأبعاد والدرجة الكلية) بلغت على الترتيب (٢.٠٦٦، ١٧٠٤.٩١٣، ١.٥٥٤، ٤٧.٨٧٠) وهي قيم دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١) عد القيمة الأولى والثالثة، مما يشير لإمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي (البعد النفسي، لدرجة الكلية) من خلال مهارات إدارة الصف، وذلك يتطلب وضع الحلول المناسبة لتطوير أدائها المهني من خلال ورشات العمل والدورات التدريبية والزيارات التبادلية بين المعلمات لإعطاء أكثر إنتاجية في العمل.

ويوضح الجدول التالي نتائج تحليل الانحدار لمعرفة أكثر العوامل اسهاماً في التنبؤ بالإنهاك النفسي (البعد النفسي، لدرجة الكلية) لدى معلمات رياض الأطفال:

جدول (١٣) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لمعرفة إمكانية التنبؤ بالإنهاك النفسي من خلال مهارات إدارة الصف

المتغير التابع	المتغير المستقل	معامل الارتباط	معامل التحديد	معامل التحديد المصحح	ثابت الانحدار	معامل الانحدار	Beta	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
البعد النفسي	مهارة توفير المناخ الصفي	٠.٩٨٠	٠.٩٦١	٠.٩٦١	-٢.٢٧٥	٠.٧٨٧	٠.٧٠٠	٢٥.٣٧٧	٠.٠١
	مهارة تنظيم بيئة الصف					٠.٤٨٧	٠.٣٢٧	١١.٨٦٣	٠.٠١
الإنهاك النفسي	مهارة توفير المناخ الصفي	٠.٥٠٦	٠.٢٥٦	٠.٢٥١	٤٢.٦٩٨	١.١٨٠	٠.٥٠٦	٦.٩١٩	٠.٠١

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

- أن مهارة توفير المناخ الصفي يعد أكثر العوامل إسهاماً في التنبؤ بالبعد النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؛ حيث كانت القيمة التنبؤية له (٢٥.٣٧٧) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، ثم يأتي مهارة تنظيم بيئة الصف في المرتبة

الثانية؛ حيث كانت القيمة التنبؤية له (١١.٨٦٣) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما بلغت قيمة معامل التفسير المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار (٠.٩٦١)، أي أنه يسهم بنسبة (٩٦.١٪) في التنبؤ بالبعد النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، فيترتب على ذلك وضع برامج ارشادية لمعلمات رياض الأطفال لمقاومة ضغوط العمل والانهاك النفسي.

ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

البعد النفسي = −٢.٢٧٥ + ٠.٧٨٧ × مهارة توفير المناخ + ٠.٤٨٧ × مهارة تنظيم بيئة الصف

- إن مهارة توفير المناخ الصفي يعد أكثر العوامل إسهاماً في التنبؤ بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال؛ حيث كانت القيمة التنبؤية له (٦.٩١٩) وهي قيمة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠١)، كما بلغت قيمة معامل التفسير المصاحب لدخول المتغيرات إلى نموذج الانحدار (٠.٢٥١)، أي أنه يسهم بنسبة (٢٥.١٪) في التنبؤ بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، وذلك يتطلب توفير الوسائل والتقنيات التعليمية الحديثة التي تساهم في خفض الإنهاك النفسي.

ويمكن صياغة معادلة الانحدار على النحو التالي:

الإنهاك النفسي = ٤٢.٦٩٨ + ١.١٨٠ × مهارة توفير المناخ الصفي

المراجع العربية

أبو خليل، فاديا. (٢٠١١). إدارة الصف وتعديل السلوك الصفي، بيروت: دار النهضة العربية.

أحمد، عباس. (٢٠١٢). مدى توافر مهارات إدارة الصف لدى معلم مرحلة الأساس بمحلية أم درمان، مجلة الطفولة والتربية–جامعة الاسكندرية، ٤ (١١)، ٢٢٩–٢٨٩.

إسماعيل، هالة خير. (٢٠١٧). فعالية برنامج تدريبي للمعلمين على الإدارة الصفية وأثره في خفض بعض المشكلات السلوكية لدى تلاميذهم، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٩٤ (٢٧)، ٤١١–٤٥٨.

الأفندي، ألاء. (٢٠١٤). مشكلات إدارة الصف التي تواجه المعلمين في الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي (دراسة ميدانية في مدارس المنطقة الشمالية في الجمهورية العربية السورية)، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة حلب.

البهاص، سيد. (٢٠٠٢). الإنهاك النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة، مجلة التربية–جامعة طنطا، ١ (٣١)، ٣٨٣–٤١٤.

الخرابشة، عمر. (٢٠٠٥). الإنهاك النفسي، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، جامعة أم القرى، ١٧ (٢).

الخفاجي، زينب. (٢٠١٦). الذكاء الوجداني والصلابة النفسية وعلاقتهما بالإنهاك النفسي للمعلمين والمعلمات في بعض مدارس محافظة البصرة، مجلة كلية التربية في العلوم التربوية، ٤٠ (١)، ٣١٣–٣٦٨.

دعو، سميرة، وشنوفي، نورة. (٢٠١٢). الضغط النفسي واستراتيجيات المواجهة لدى أم الطفل التوحدي، جامعة البويرة، الجزائر.

راضي، فوقية. (٢٠١٤). قضايا ومشكلات معاصرة في الصحة النفسية، الرياض:

مكتبة الرشد.

الزكي، أحمد، وآخرون. (٢٠١٣). الإدارة الصفية بين النظرية والتطبيق، عمان: دار وائل للنشر والتوزيع.

زيدان، محمد. (٢٠٠٤). الإنهاك النفسي، مجلة البحوث النفسية والتربوية، ١٩ (١).

سلمان، ثائر. (٢٠١٤). علاقة الاحتراق النفسي ببعض السمات الشخصية، وأساليب مواجهة المشكلات لدى معلمي التربية الرياضية، الجزائر، مجلة العلوم الرياضية- جامعة ديالي، ٦ (٣).

الضريبي، عبدالله. (٢٠١٠). أساليب مواجهة الضغوط النفسية المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، ٢٦ (٤).

الطويهر، شروق عبدالعزيز. (٢٠١٩). دور المعلمة في استخدام القصة في حل المشكلات السلوكية داخل حجرة الصف، المجلة العربية للإعلام وثقافة الطفل، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، ٩ (١)، ١-٤٥.

عابد، علياء طاهر. (٢٠٢١). مهارات إدارة الصف وعلاقتها بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال بمكة المكرمة، المجلة العربية للعلوم الاجتماعية، ١٩ (١)، ١٢٨-١٧٠.

عبدالحميد، جديات. (٢٠١١). الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزواجي لدى أطباء وممرضي الصحة العمومية، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر.

عبدالعال، سيد. (٢٠٠٢). ضغوط العمل والأزمات، مجلة مركز معوقات الطفولة- جامعة الأزهر، (١٠)، ١٢٦-١٧٤.

عبدالعظيم، طه، وسلامة، عبدالعظيم. (٢٠٠٦). إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، عمان: دار الفكر.

عثمان، علي عبد التواب. (٢٠١٠). طرق التعليم في الطفولة المبكرة، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

عسيري، فاطمة. (٢٠٢١). واقع ممارسة معلمات اللغة العربية في المرحلة الإبتدائية بمنطقة عسير لمهارات الإدارة الصفية في ضوء المهارات الناعمة، مجلة العلوم التربوية، (٢٧)، ١٥-٩٢.

فرانكل، فيكتور. (٢٠٠١). إدارة المعنى "أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى"، ترجمة إيمان فوزي، ط٢، القاهرة: دار زهراء الشرق.

القحطاني، غادة. (٢٠١٧). درجة ممارسة معلمات الصفوف الأولية في المرحلة الابتدائية لمهارات الإدارة الصفية بمدينة الرياض، مجلة تطوير الأداء الجامعي، ٤ (٢)، ٣٣-٦٢.

قطامي، نايفة. (٢٠٠٤). مهارات التدريس الفعال، عمان: دار الفكر.

قطامي، يوسف، وقطامي، نايفة. (٢٠٠٥). إدارة الصفوف الأسس السيكولوجية، عمان: دار الفكر.

كلش، مصطفى. (٢٠١٩). الإنهاك النفسي لدى معلمي ومعلمات الصفوف الخاصة، مجلة كلية التربية الأساسية، وقائع المؤتمر العلمي التاسع عشر (عدد خاص)، ١١٨-١٣٧.

متولي، رجوات. (٢٠٠٥). الاحتراق النفسي لدى عينة من المحامين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والمهنية، رسالة دكتوراه، كلية الآداب-جامعة المنيا.

محمود، صلاح الدين. (٢٠١١). تعليم وتعلم مهارات التدريس في عصر المعلومات رؤية تربوية معاصرة، ط٢، القاهرة: عالم الكتب.

الهويدي، زيد. (٢٠١٢). مهارات التدريس الفعال، ط٢، العين: دار الكتاب الجامعي.

المراجع الأجنبية:

Ahola, K. & Hakaman, J. (2007). Job Strain, burnout and depressive symptoms: A prospective study among dentisis, Journal of Affective Disorders, 104 (31), 103-110..

Langle, A. (2003). Burnout-Existential meaning and possibilities of prevention. European psychotherapy, 4 (1), 107-122.

Sivri, H. & Balcı, E. (2015). "Pre-service Teachers' Classroom Management Self-efficacy Beliefs, International Online Journal of Educational Sciences, 7 (4), 37 – 50.

Tang, F. & Pang, Y. (2006) . Job burnout , work-family interface andpersonal control of primary, junior and senior middle school teachers. Chinese Journal of Rehabilitation

Wallace, S. & Lee, S. (2010). Job Stress, Coping Strategies and Burnout Among Abuse-Specific Counselors. Journal of Employment Counseling, 47, 111-122.

Classroom Management Skills and its Relationship with Psychological Exhaustion among Kindergarten Teachers

Afnan Ibrahim Huseein Mughals
Master of Counseling Psychology
College of Arts and Humanities Sciences - Jazan University
Dr. Ekhlas Abdel Raqeeb Sallam Alsharjabi
Associate Professor of Counseling Psychology
College of Arts and Humanities Sciences - Jazan University

Abstract:

The research aimed to identify the level of classroom management skills and psychological exhaustion, and to investigate the relationship between classroom management skills and psychological exhaustion, and verifying the possibility of predicting the degree of psychological exhaustion through the degree of classroom management skills among kindergarten teachers at the education administration of Jazan. The descriptive approach was used, as the study sample consisted of (141) kindergarten teachers at the education administration of Jazan, It was selected by Random method, In order to achieve the research's aims, and examine the hypotheses; the scales of classroom management skills and psychological exhaustion was used. The researcher also used (SPSS) to process the data analysis using, Pearson correlation coefficient, one sample T-test, Multiple Regression Analysis. The results showed that there were high level of classroom management skills and psychological exhaustion. The results also indicated that there was a statistically significant relationship between classroom management skills (general scale and sub scale) and psychological exhaustion (general scale and sub scale), and the possibility of predicting psychological exhaustion through classroom management skills among kindergarten teachers at the education administration of Jazan.

Keywords: Classroom Management Skills, Psychological Exhaustion, Kindergarten Teachers