



Volume 8, Issue 3, March 2021, p. 79-99

Article Information

Article Type: Research Article

This article was checked by iThenticate.

Article History:

Received

04/01/2021

Received in revised form

18/02/2021

Available online

15/03/2021

THE PSYCHOLOGICAL EXHAUSTION AND ITS RELATIONSHIP WITH THE SOCIAL SUPPORT FOR KINDERGARTEN TEACHERS

Estabraq Dawood Salim AL-NIDAWI¹

Abstract

The research aims to identify the following point:

- psychological exhaustion of kindergarten teachers.
- Social support for kindergarten teachers.
- The relationship between psychological exhaustion and social support for kindergarten teachers.

In order to achieve the research goals, the researcher built two scales (psychological exhaustion and social support) for kindergarten teachers according to the scientific steps to build psychological standards, after formulating paragraphs for the two scales, their scale validity was verified by presented them to a group of experts and specialists in educational, psychological, childhood and psychometric sciences, scale validity was proven after minor adjustmentson them.

The researcher applied the two scales on sample numbering (200) teacher, from government kindergarten teachers in Baghdad for the academic year (2019-2020). The researcher was verified from two scales psychometric standard characteristics, so the stability was take out by the Fakronbach method where stability factor for both of them was (0.89). In light of the research goals and after applying test on sample members and analyzing their responses statistically by using the T-test for one sample and the T-test for two independent samples and the Pearson correlation coefficient, the researcher reached the following results:

- There is a reduction in psychological exhaustion degrees among kindergarten teachers.
- Kindergarten teachers enjoy social support.
- There is an inverse relationship between psychological exhaustion and social support among kindergarten teachers.

The researcher reached a set of recommendations and suggestions.

Keywords: Psychological Exhaustion, Social Support, Kindergarten Teachers.

¹Researcher, Ministry of Education, Directorate of Education, Iraq, dr.estabraq.dawood2@gmail.com

الإرهاك النفسي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال

استبرق داود سالم النداوي²

الملخص

يهدف البحث التعرف إلى:

- الإرهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
 - المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال.
 - العلاقة بين الإرهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض لأطفال.
- وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياسي (الإرهاك النفسي والمساندة الاجتماعية) لدى معلمات رياض الأطفال على وفق الخطوات العلمية لبناء المقاييس النفسية، فبعد صياغة فقرات المقياسين، تم التأكد من صدقهما بواسطة عرضهما على مجموعة من الخبراء والمختصين في العلوم التربوية والنفسية والطفولة والقياس النفسي، وقد ثبتت صلاحيتهما بعد اجراء تعديلات طفيفة عليهما. وطبقت الباحثة المقياسين على عينه بلغ عددها (200) معلمة من معلمات رياض الأطفال الحكومية في مدينة بغداد للعام الدراسي (2019-2020). وقد تحققت الباحثة من الخصائص القياسية السايكومترية للمقياسين، اذ جرى استخراج الثبات بطريقة الفاكرونباخ اذ بلغ معامل الثبات المقياسين (الإرهاك النفسي والمساندة الاجتماعية) (0,89) وفي ضوء اهداف البحث وبعد تطبيق الاختبار على أفراد العينة وتحليل استجاباتهم احصائياً باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون، توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية:
- وجود انخفاض في درجات الإرهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
 - يتمتعن معلمات رياض الأطفال بالمساندة الاجتماعية.
 - وجود علاقة عكسية بين الإرهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال.
- وقد توصلت الباحثة إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات.
- الكلمات المفتاحية:** الإرهاك النفسي، المساندة الاجتماعية، معلمات رياض الأطفال.

² الباحثة، وزارة التربية، العراق، dr.estabrq.dawood2@gmail.com

المقدمة

- مشكلة البحث: (PROBLEM OF RESEARCH):

يعد الإنهاك النفسي من المشاكل التي ظهرت على الساحة في الفترة الأخيرة، وأهتم به بعض الباحثين لما له من آثار على الأسرة ومصالح الأبناء حيث تعطل قدرات أفرادها ولا يتواصلون بفاعلية مما يفتت الكيان الأبناء ويضعف المجتمع (SCHERER & LOUW, 2004: 228).

كما يمتد أثره إلى أغلب سلوكيات معلمة الروضة، حيث له مجموعة من الآثار السلبية التي قد تصيب المعلمة مما يترتب عليه قلة إنتاجها، وانسحابها من عملها، بل من الحياة كلها فتتقاعد مبكراً، وحتى أن استمرت في عملها فيكون روتينياً جداً ويقل اهتمامها بالبعد الانساني في التعامل لهذا يمتد اثره لباقي مجالات الحياة.

وان الإنهاك النفسي يحدث لمعلمة الروضة نتيجة لتعرضها للضغوط المهنية لفترة زمنية طويلة أو ازدياد حجم العمل والعبء التعليمي أو عدم القدرة على ضبط سلوك الأطفال، أو فقدان التحكم والسيطرة في مجريات الامور المهنية اضافة إلى انخفاض العائد المادي للمهنة أو النظرة الاجتماعية المتدنية للمعلمة، كما ان كثرة عدد الأطفال في الصف الواحد يعد سبباً للإنهاك النفسي للمعلمة، أو يحدث نتيجة تكرار العمل اليومي مما يحدث نوعاً من الملل أو يحدث نتيجة الصراعات بين الفرد وزملائه أو رؤسائه أو العوامل الخارجية نتيجة عدم وجود البيئة الجيدة للعمل.

وتلعب المساندة الاجتماعية دوراً مهماً في حياة معلمة الروضة وفي تحقيق التوازن والتوافق في شتى جوانب حياتها، حيث ان نقص المساندة الاجتماعية أو غيابها بالمرّة يمثل مصدر اصابة المعلمة بالإنهاك النفسي، ومن هنا جاءت مشكلة البحث بالإجابة على السؤال التالي:

هل توجد علاقة بين الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال؟

- أهمية البحث (THE SIGNIFICANCE OF RESEARCH):

إن نمط حياتنا العصرية جعل الانسان يعيش حالة من التأهب الدائم لاجل مواكبة مطالب حياته اليومية التي تتزايد باستمرار، ولقد كان من نتيجة ذلك كله أنه أصبح يعاني من حالة تشتت في الفكر وعدم القدرة على التركيز والتوتر الدائم... الخ، ولا سيما اذا وجد هذا الأخير نفسه محاصراً بالمواقف الضاغطة من كل جانب وفي نفس الوقت عاجزاً عن مواجهتها، ولا يقتصر الامر هنا على مجال دون آخر أو فئة عمرية معينة بل كلنا معرضون للضغط لأنه باختصار جزء من حياتنا اليومية فهو ضروري لنا.

لهذا حظيت ظاهرة الإنهاك النفسي باهتمام العديد من الدراسات الاجنبية والعربية لما لها من آثار سلبية على أداء الفرد وإنتاجاته عن الحياة بأسرها على كافة الاصعدة النفسية والاجتماعية والعقلية (الشرايفي، 2013: 11). فبيئة العمل المشبعة بالمجهودات ينتج عنها الاصابة والمعاناة من الإنهاك النفسي (GOLEMBEWSKI, 2007: 312). وبما أن الضغوط التي نتعرض لها تفوق مصادرها التكيفية وحتى أن كانت في حدود قدراتنا فإنه دائماً من الافضل اللجوء إلى الآخر لطلب المساعدة فليس من الضروري أن نواجه الضغوط بمفردنا ولقد أكد (هولوهان وموس، 1990) إلى انه يجب ان نهتم بدراسة مصادر الدعم النفسية والاجتماعية التي تجعل الفرد يقوم بالضغوط تقوياً واقعياً وتجعله يواجه الضغوط بنجاح كما تجعله أكثر إدراكاً وتفسيراً وتقوياً للحدث الضاغطة (فايد، 2000: 331).

فإذا فشل الفرد في مواجهة الإنهاك والتعب والضعف النفسي ساء توافقه النفسي والاجتماعي وادى ذلك إلى الاصابة بالمرض، وبالتالي عجز الشخص عن أداء عمله ويؤدي ذلك إلى ضعف الأداء (مزاهرة، 2001: 133).

فضلا عن ان المساندة الاجتماعية تلعب دوراً بارزاً في تخفيف الاصابة بالاضطرابات النفسية، وتساعد على تعميق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، وتقي الفرد من الآثار السلبية التي يتعرض لها في مواجهته لأحداث الحياة الضاغطة (SARSON ET AL,1983,128).

ويشير الباحثون إلى ضرورة الاهتمام بدراسة مصادر الدعم النفسي والاجتماعي كالمساندة الاجتماعية التي تجعل الفرد يقيم الاضطرابات الانفعالية تقيماً واقعياً ويواجهها بنجاح كما تجعله أكثر إدراكاً للحدث الضاغط (LEPORE,1994: 247). ومن خلال ما تقدم تتجلى أهمية البحث بما يأتي:

- يتناول هذا البحث معلمة رياض الأطفال والتي تمثل العمود الفقري في العملية التربوية.
- قلة الدراسات التي تبحث في مجال متغيرات البحث على معلمات رياض الأطفال (بحسب علم الباحثة) لذا جاءت هذه المحاولة البحثية إسهامه متواضعة لإغناء هذا المجال الحيوي.
- يعد هذا البحث إضافة علمية جديدة للمكتبة العراقية.

- أهداف البحث: (AIMS RESEARCH): يهدف البحث التعرف إلى:

- الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال.
- المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال.
- العلاقة بين الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال.

- حدود البحث (LIMIT RESEARCH): يتحدد البحث الحالي بـ:

- حدود بشرية: معلمات رياض الأطفال الحكومية.
- حدود زمانية: العام الدراسي (2020/2019).
- حدود مكانية: الرياض الحكومية في محافظة بغداد بجانب الكرخ والرصافة.
- حدود علمية: مقياس الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال.

- تحديد المصطلحات: (DEFINITION THE TERMS):

أولاً: الإنهاك النفسي (PSYCHOLOGICAL EXHAUSTION) عرفه كل من:

- (MASLACH,2003):

حالة يشعر بها الفرد بمجموعة من الاعراض تتمثل في الاستنفاد الانفعالي والاجهاد الذهني والبدني والتبليد الشخصي والاحساس بعدم الرضا الوظيفي عن المنجز الشخصي والأداء الوظيفي، ويحدث للأفراد الذين يتبنون رؤيا مثالية لأداء العمل، وينتج عن تضارب الادوار وتعارضها وازدياد حجم العمل وكذلك المهام التي يتعذر على الشخص تحقيقها (MASLACH,2003:189-192).

- زيدان (2004):

حالة من الشعور بالإجهاد والاستنزاف النفسي والارهاق البدني الناتج عن الفشل في مواجهة الضغوط السلبية القوية التي تفوق قدرة الفرد (زيدان، 2004: 81).

- الخرابشة وعريبات (2005):

حالة نفسية تصيب الفرد بالإرهاق والتعب نتيجة وجود متطلبات وابعاء اضافية يشعر معها الفرد انه غير قادر على التكيف والتحمل مما ينعكس عليه سلباً (الخرابشة وعريبات، 2005: 301).

- التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (خرابشة وعريبات، 2005) كتعريفاً نظرياً ملائماً للبحث الحالي.

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي تحصل عليها معلمة الروضة من خلال اجابتها على مقياس الإنهاك النفسي المُعد في البحث الحالي.

ثانياً: المساندة الاجتماعية (**SOCIAL SUPPORT**) عرفها كل من:

- كابلان (CAPLAN, 1981):

النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين، وتتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وفق احساس الفرد إليها لتمده بالسند العاطفي (CAPLAN, 1981).

- الشناوي وعبد الرحمن (1994):

بأنها تلك العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين والتي يدركها على انها يمكن ان تعاضده عندما يحتاج إليها (الشناوي، وعبد الرحمن، 1994: 4)

- الصبان (2003):

بأنها شبكة من العلاقات التي تقدم مساندة مستمرة للفرد بصرف النظر عن الضغوط النفسية الموجودة في حياته، وهي اما تكون موجودة اثناء حدوث الضغوط النفسية أو ان يكون لدى الفرد إدراك بأنها ستنشط في حالة وجود الضغوط (الصبان، 2003: 23-24).

- شويخ (2007): بأنها إدراك الفرد لوجود أشخاص مقربين منه ويهتمون به في أوقات الأزمات ويمدونه بأنماط المساندة المتعددة سواء في صورة عطف ام في صورة تقدير واحترام ام في صورة مساعدة مادية ام في صورة علاقات حميمة مع الآخرين ام كلهم مجتمعين (شويخ، 2007: 25).

- التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف (شويخ، 2007) كتعريفاً نظرياً ملائماً للبحث الحالي.

- التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي تحصل عليها معلمة الروضة من خلال اجابتها على مقياس الإنهاك النفسي المُعد في البحث الحالي.

ثالثاً: معلمة الروضة (**TEACHER OF KINDERGARTEN**) عرفها:

- حطبية (2009):

الانسانة التي تقوم بدور الأم إذ تمنحهم الحب والعطف والرعاية وتعاملهم برقة وعدل وتوجههم في حزم وحنان لأنها المسؤولة عن تعليم الأطفال وحفظ النظام وتقوم نموهم أو استكشاف السلوك غير السوي عند بعضهم ومعالجتها بالمشاركة مع الأسرة وكشف قدرات الأطفال وتوجيهها الوجهة السليمة (حطبية، 2009: 206).

الفصل الثاني: إطار نظري ودراسات سابقة:

أولاً: الإتهاك النفسي: مراحل الإتهاك النفسي ومستوياته:

- 1- مرحلة الإنذار والتنبيه: ويتم فيها استثارة الجسم، حيث يبدأ في الانتباه للخطر وينذر المخ الفرد (العامل) بقرب فقد قدرته على التحمل تدريجياً، فتظهر استجابات هرمونية فيشعر الفرد بأرتفاع ضغط الدم والتوتر العضلي وسرعة التنفس... الخ.
 - 2- مرحلة الاستجابة للإنذار والمقاومة: حيث يدرك الفرد الخطر ويحاول التكيف من خلال عدة طرق منها: تحويل الدرس لأحدى المعلمات الاخرى أو اخذ إجازة.. وفشل الفرد في التكيف معه سوف يدخله المرحلة الثالثة.
 - 3- مرحلة الذروة: حيث ان الفرد قد فشل في التكيف مع هذه الضغوط، مما يجعل طاقته تنهك وتحدث استجابات مرضية، حيث ان الفرد نتيجة لتلك الضغوط ولعدم قدرته على التكيف معها فإنه يعاني المرض الجسمي والمعاناة النفسية، وامراض القلب، وهذه المرحلة من اخطر المراحل، حيث من الممكن ان يصاب الفرد بجلطة في الدماغ فيترك العمل نهائياً، وتضطرب علاقته بالبيئة العائلية بل سيكون عبئاً على الدولة حيث يتحول من فرد منتج إلى فرد عالة (علي، 2008: 42-43)
- آثار الإتهاك النفسي:

إن تعرض معلمة الروضة لضغوط العمل الشديدة يمكن ان تنجم عنها آثار سلبية وضارة ومن هذه الآثار

- الآثار النفسية: وهي مثل القلق والاكتئاب واضطراب النوم، والاحباط والملل والارهاق وعدم تقدير الذات وفقدان المزاج والعصبية.
- الآثار السلوكية: وهي مثل الميل للحوادث والافراط بالتدخين والسلوك العدواني وغيرها.
- الآثار المعرفية: وهي عدم القدرة على اتخاذ القرارات السليمة، وضعف التركيز، واضطراب في الذاكرة وتكرار النسيان.
- الآثار الفسيولوجية: وهي مثل زيادة ضربات القلب وزيادة ضغط الدم وحفاف الفم وتزايد افراز العرق وتزايد نسبة الجلوكوز بالدم وارتفاع أو انخفاض حرارة الجسم.
- الآثار التنظيمية: وتشمل ضعف الأداء في العمل، والغياب، وعدم الرضا والعزلة عن الزملاء، وانخفاض الالتزام والولاء وكثرت الحوادث واصابات العمل (المشعان، 2001: 81-82).

- مستويات الإتهاك النفسي:

- إتهاك نفسي معتدل: حيث ينتج عن نوبات متكررة من التعب والقلق والإحباط.
- إتهاك نفسي متوسط: وينتج عن نفس مصادر المستوى السابق، ولكنها تستمر لمدة أطول (أسبوعين على الأقل) مع عدم القدرة على مواجهتها بفاعلية.
- إتهاك نفسي شديد: وينتج عن بعض المظاهر الجسمية مثل القرح، ونوبات الصداع المزمن الشديد، والام الظهر المزمنة (علي، 2008: 43).

- طرق مواجهة الإتهاك النفسي:

- بناء الذات الايجابية: ان الذات الايجابية للفرد ترتبط ارتباطاً مباشراً بالصحة النفسية، فالفرد الذي يشعر بالثقة في ذاته وامكانياته ولديه واقعية وذات ايجابية يكون على حد ممتاز من الصحة النفسية وان له ذات ايجابية ولديه استقلال ذاتي (زيد، 2008: 25).
- الاسترخاء والتأمل: إن الفرد الذي يعاني من الإتهاك النفسي يجد توتراً كبيراً إضافة إلى الشد في كافة أعضاء الجسد لذا كان الاسترخاء والتأمل من الامور المفيدة في هذا السياق حيث انها تعطي الجسد الراحة المناسبة، حيث ان الاسترخاء يمكن ان يساعد الفرد في التخلص من الضغوط القوية والتوتر الذي يشعر به، ومواجهة الإتهاك النفسي، وذلك شرط ان يقوم به الفرد

بشكل سليم حيث ان الاسترخاء يساعد في تقليل الالام والمعاناة التي يعيشها الفرد نتيجة الضغوط التي تحيط به (عثمان، 2001: 106)..

- المساندة الاجتماعية: إن المساندة الاجتماعية تعتبر عنصراً داعماً وسنداً قوياً فاعلاً مفيداً للفرد المعرض للإرهاك النفسي حيث تعطيه نوع من الصلابة والنظرة المنطقية للأحداث (دياب، 2006: 62).
- بعض الاستراتيجيات المعرفية: ان الاستراتيجيات والطرق المعرفية تعتمد على التحليل المنطقي للمشكلة ومحاولة الفرد فهم وتقييم الموقف من كل جوانبه، مما يساعد في الوقاية من التعرض للإرهاك النفسي (عبد المعطي، 2006: 121).

- النظريات التي فسرت الإرهاك النفسي:

1- نظرية التقدير المعرفي (1970):

قدم هذه النظرية (LAZARUS) وقد نشأت هذه النظرية نتيجة الاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي الإدراكي، والتقدير المعرفي وهو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة وتقدير الفرد، وترى نظرية التقدير المعرفي ان الضغوط المهنية تنشأ عندما يوجد تعارض بين متطلبات البيئة ومدى الكفاية الشخصية للفرد، يؤدي ذلك إلى تقييم كم التهديد وإدراكه في مرحلتين هما: الأولى وهي مرحلة خاصة بمعرفة ان بعض الأحداث البيئية هي في حد ذاتها شيء يسبب الضغوط النفسية، والثانية وهي التي تحدد فيها الطرق والوسائل التي يتغلب بها الفرد على المشكلات التي تظهر في الموقف المحدد، وهنا يلجأ الفرد إلى استخدام الوسائل والحيل الدفاعية للتغلب على الضغوط، فأما ان يتغلب ويعود إلى حالة الاتزان والثبات واما ان يفشل في التكيف والتوافق مع الموقف الضاغظ مما يؤدي بدوره إلى حالة من التعب والضييق والاستنفاد الانفعالي ويتطور إلى اصابة الفرد بالإرهاك النفسي (سيد، 2016: 71).

2- نظرية الضغط والإرهاك النفسي ل (JOSEF BLASE):

قدمت هذه النظرية نموذجاً نفسياً اجتماعياً للعلاقة بين الضغط والإرهاك النفسي لمعلمة الروضة، ويؤكد على أهمية متغيرات أداء العمل، ودور تفاعل المعلمة والأطفال، وهي مستمدة من نظرية الدافعية لأداء المعلم، والتي اشارت إلى ان هناك علاقة دينامية موجودة بين المعلمة والأطفال، وان هذه العلاقة الدينامية مهمة لفهم الابعاد الرئيسية لأداء المعلمة من منظور نظرية الدافعية لأداء المعلمة، وشارت هذه النظرية إلى ان الضغط الواقع على المعلمة يؤدي إلى حدوث الإرهاك النفسي سواء آكانت استجابات المعلمة للضغط طويلة ام قصيرة المدى، ففي كلتا الحالتين تؤدي إلى اصابتها بالإرهاك النفسي، ولكن الإرهاك النفسي يرتبط بالتأثير السالب للضغوط على المدى الطويل على مصادر التكيف للمعلمة، واتضح ان المعلمة ذات الخبرة الطويلة قد تتعايش مع المشكلات والمواقف الأولية المرتبطة بضغط العمل واكتسبت مصادر التكيف والتوافق الاجتماعي والنفسي والفني اللازمة للتعامل الفعال مع الأطفال في الروضة ومواجهة مواقف الضغوط والمشكلات بسرعة قبل اصابتها بالإرهاك النفسي (BLASES, 1982: 101).

- الدراسات السابقة للإرهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال:

1- دراسة الفريجات والريضي (2010):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستويات الإرهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون، وأثر كل من متغيرات: نوع الروضة، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي في الإرهاك النفسي للمعلمة، وتكونت عينة الدراسة من (120) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وطبق الباحثان مقياس ماسلاش للإرهاك النفسي، وتوصلت الدراسة إلى ان معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون يعانين من الإرهاك النفسي بدرجة كبيرة، وعدم وجود فروق دالة احصائياً تعزى لأي من المتغيرات التالية: نوع الروضة، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي (سيد، 2016: 104).

2- دراسة (SCHWERZER, ET AL, 2015):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن التفاعل بين الكفاءة الذاتية والضغوط المهنية والإرهاك النفسي لمعلمة رياض الأطفال، وتم تطبيق مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس الإرهاك النفسي لماسلاش، وبلغت عينة الدراسة (300) معلمة من معلمات الرياض بألمانيا، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين الكفاءة الذاتية للمعلمة وتعدد الشعور الشخصي، وتعد الكفاءة الذاتية منبأ مهما بتطور الإرهاك النفسي للمعلمة، وهناك تأثير متبادل بين الإرهاك النفسي والكفاءة الذاتية حيث اثبتت النتائج ان تأثير الكفاءة الذاتية على الإرهاك النفسي يبدو الساند والمسيطر على التأثير المعاكس للإرهاك النفسي على الكفاءة الذاتية، وان المعلمات ذوات الكفاءة الذاتية المرتفعة واجهن ضغوطاً مهنية اقل في السنة الثانية مما جعلهن أكثر مواجهة للإرهاك النفسي ببعديه: تبدل الشعور الشخصي والاستنزاف الانفعالي لاحقاً (سيد، 2016: 106).

ثانيا: المساندة الاجتماعية: اهمية المساندة الاجتماعية:

- إن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الاحباطات وتجعله قادراً على حل مشاكله بطريقة جيدة. حيث إن المساندة الاجتماعية تقلل من المعاناة النفسية في حياة الفرد الاجتماعية.
- إن المساندة الاجتماعية يمكن ان تلعب دوراً هاماً في الشفاء من الاضطرابات النفسية كما تسهم في التوافق الايجابي والنمو الشخصي للفرد، كما انها تقي الفرد من الاثر الناتج عن الأحداث الضاغطة أو انها تخفف من حدة هذا الاثر (عبد الرزاق، 1998: 56).

مصادر المساندة الاجتماعية: تأتي المساندة الاجتماعية من مصدرين رئيسين هما:

- الأسرة: التي تقلل من تأثير عدم القناعة بالعمل وتساعد على التكيف مع طبيعته ويتم عن طريقها تعزيز مصادر الاقناع الاخرى من خلال الإنجازات التي يسهم بها الفرد خارج موقف العمل وهذه يمكن ان تعوض المشاعر السالبة التي يشعر بها الفرد في عمله وتعزز احترام الذات لديه والقبول والشعور بالقيمة.
- العمل: الذي يقلل من تأثير الضغوط النفسية اذ ان التماسك في جماعة العمل وارتفاع درجة التفاعل الايجابي والمودة معلمات اطفال الرياض والادارة يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط عليهن والى التمتع بالصحة النفسية السليمه، رأى سارسون ان المساندة الاجتماعية تتكون من عنصرين أساسيين بغض النظر عن كيفية تكوين مفهومهما وهما: الوفرة المدركة للمساندة والرضا عن المساندة (SARASON, 1983: 129).

أشكال المساندة الاجتماعية:

- المساندة الانفعالية أو الوجدانية: هي مشاعر المودة والصداقة والرعاية والاهتمام والحب والثقة بالآخرين والاحساس بالراحة والانتماء، فهي السلوك الذي يعكس الاهتمام والتشجيع الذي يعزز اعتقاد الفرد بأنه محبوب ومحظى بالتقدير والاحترام (عبد السلام، 2005: 39).
- المساندة الادائية أو المادية: وهي تقديم المساعدة المادية أو السلع أو الخدمات ويسمى ايضا بالدعم الفعال، وهذا الشكل من اشكال الدعم الاجتماعي يشمل الطرق المادية المباشرة للناس بعضهم البعض وتنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال.
- المساندة بالمعلومات أو الدعم المعلوماتي: وهو تقديم النصيحة والتوجيه والاقتراحات والمعلومات المفيدة للشخص وهذا النوع من المعلومات من شأنه ان يساعد الآخرين في حل مشاكلهم. مثل الارشاد وتقديم المعلومات والمقترحات، أو تعليم مهارة (محمد، 2002: 52-53).

- المساعدة التقييمية: والتي تنطوي على التغذية الرجعية المتعلقة بآراء الفرد أو سلوكه وتتضمن مساعدة الفرد على تحقيق فهم أفضل للحدث الضاغط وللإستراتيجيات التي يجب حشدها للتعامل معه (تايلور، 2008: 445).

النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

- نظرية المقارنه الاجتماعية (SOCIAL COMPARISON THEORY):

تؤكد هذه النظرية ان الأفراد عند تعرضهم لأحداث الحياة الضاغطة وشعورهم بالحاجة للمساعدة فانهم يسعون للاندماج وطلب المساندة من الآخرين الذين يفضلونهم أو يتساوون معهم أو الذين مروا بنفس الخبرات الضاغطة حيث يقدم لهم هذا النمط من الاندماج توازنا ومعلومات ضرورية تعمل على تحسين مواقفهم في التعامل مع تلك الأحداث الضاغطة، اي ان الحاجة هنا أو المساندة تطلب من أفراد بعينهم دون غيرهم (رضوان، 2008: 33).

- نموذج الاثر الرئيسي: يفترض هذا النموذج ان المساندة الاجتماعية لها تأثير مفيد على حياة الفرد وسعادته بغض النظر عما اذا كان هذا الفرد يقع تحت تأثير ضغط ام لا، وقد اشتق هذا النموذج ادلته من واقع التحليلات الاحصائية التي اظهرت وجود اثر رئيسي لتغير المساندة وعدم وجود تأثير للتفاعل بين الضغط والمساندة، فهناك اثر عام مفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية لان الشبكات الاجتماعية يمكن ان تزود الأفراد بخبرات ايجابية منتظمة ومجموعة من الادوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع وهذا النوع من المساندة يرتبط مع السعادة ويجنب الخبرات السالبة التي تزيد من احتمال حدوث اضطراب السيكوسوماتية، ويرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية أو عن طريق التأثير على انماط السلوك المتصل بالصحة مثل حنين السجائر (HOORENS&BUUNLE,1992:450).

الدراسات السابقة للمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

1- دراسة سليم، علوان (2016):

المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال

هدفت الدراسة التعرف على مستوى المساندة الاجتماعية لدى معلمات الرياض، وبلغت عينة الدراسة (200) معلمة من معلمات الرياض، وقد قامت الباحثتان ببناء مقياس المساندة الاجتماعية لمعلمات رياض الأطفال، ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة ضعف في مستوى المساندة الاجتماعية للمعلمات داخل بيئة الروضة (سليم، علوان، 2016: 409).

الفصل الثالث: منهجية البحث واجراءاته:

أولاً: مجتمع البحث: RESEARCH OF POPULATION:

يقصد بمجتمع البحث المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (النوح، 2004: 81).

وتكون مجتمع البحث من جميع معلمات رياض الأطفال الحكومية التابعة للمديريات العامة للتربية في بغداد للعام الدراسي (2019-2020) بجانبي الكرخ والرافضة ومجموعهم (1520) معلمة يتوزعن على (168) روضة والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1)

مجتمع البحث موزع على وفق الرياض الحكومية في المديرية العامة لتربية بغداد

عدد المعلمات	عدد الرياض	المديرية
363	27	رصافة 1/
387	49	رصافة 2/
105	15	رصافة 3/
241	30	كرخ 1/
254	30	كرخ 2/
170	17	كرخ 3/
1520	168	المجموع(*)

ثانياً- عينة البحث: **SAMPLE OF RESEARCH**:

يقصد بالعينة نموذجاً يشكل جانباً أو جزءاً من وحدات المجتمع المعني بالبحث تكون ممثلة له، إذ تحمل صفاته المشتركة، وهذا النموذج أو الجزء يغني الباحث عن دراسة كل وحدات ومفردات المجتمع الأصلي (قندلجي والسامرائي، 2009: 255) لذا استخدمت الباحثة في اختيار العينة الأسلوب المرحلي العشوائي (ملحم، 2002: 253) تكونت عينة البحث من (200) معلمة من معلمات رياض الأطفال الحكومية الذين اختيروا بصورة عشوائية بسيطة، وتم الاستعانة بمن للإجابة على المقياس، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2)

توزيع أفراد عينة البحث من معلمات رياض الأطفال الحكومية

عدد المعلمات في كل روضة	عدد الروضات التي تم اختيارها	المديرية
8,5, 5, 8, 6, 7	الوحدة، الاريح، البيت العربي، البشائر، الجمهورية، الاعظمية	الرصافة 1/
6,5,6,6,8,5	الهديل، الحكمة، البهجة، الربيع، الاقحوان، الشروق	الرصافة 2/
6, 7, 8, 6	عطر الورود، السندباد، الحياة، الكناري	الرصافة 3/
7, 7, 6, 8, 9	المنصور التأسيسية، الكرامة، الهلال، الورود، الجامعة	الكرخ 1/
8, 7, 8, 6, 9, 7	الزهور، الاقحوان، النسور، المصطفى، النرجس، قطر الندى	الكرخ 2/
5,6,5	المحيط، الربيع، الحرية	الكرخ 3/
200	30	المجموع

ثالثاً- أدوات البحث **TOOLS OF RESEARCH**: تتضمن اعداد اداتا البحث الخطوات الاتية:

- الدراسة الاستطلاعية الأولى: لصياغة فقرات مقياسي (الإتهام النفسي والمساندة الاجتماعية) لدى معلمات رياض الأطفال، وزعت الباحثة استبيان مفتوح لعينة عشوائية من المعلمات تكونت من (30) معلمة من معلمات رياض الأطفال، وفي ضوء اجابات العينة وبعد مراجعة بعض الادبيات والدراسات السابقة تم تحديد (31) فقرة لمقياس الإتهام النفسي، و(23) فقرة لمقياس المساندة الاجتماعية.

- الصدق (VALIDITY): من الشروط المهمة التي يجب أن تتوفر في المقياس هو الصدق، وهو أن يقيس ما وضع لأجله (STANLEY, 1975:215) وهو دليل على قياس الفقرات لما يفترض أن تقيسه.

- الصدق الظاهري (FACE VALIDITY):

يعتمد الصدق الظاهري على التحليل المنطقي الذي يقوم به الخبراء لفقرات المقياس لذا يسمى بالصدق المنطقي وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها (EBLE, 1972:55) وكما موضح في (الملحق/2).

التحليل الاحصائي للفقرات:

تعد عملية التحليل الاحصائي للفقرات من الخطوات المهمة لبناء المقياس حيث تجعل المقياس أكثر صدقاً وثباتاً (CHISELLI, 1981: 428) وتستهدف عملية التحليل للفقرات عادة حساب قوتها التمييزية ومعاملات صدقها (الكبيسي، 1995: 5). إذ ان

دقة المقياس في قياس ما وضع لقياسه يعتمد على دقة فقراته. وقد تم اعتماد عدة طرق من طرق التحليل الاحصائي للفقرات وهي:

1- أ- استخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس الإتهام النفسي لدى معلمات رياض (المقارنة الطرفية):

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الإتهام النفسي قامت الباحثة باستخدام طريقة المجموعتين المتطرفتين إذ تتطلب هذه الطريقة تحديد نقطتي قطع على المحك الداخلي المستخدم وهي الدرجة الكلية لكل استمارة من استمارات عينة التحليل الاحصائي، إذ بلغ مجموع عينة التحليل الاحصائي (200) معلمة، تم ترتيب درجاتهن من اعلى درجة إلى ادنى درجة بعدها تم اختيار (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا على اعتبار ان معامل تمييز الفقرة يكون حساساً وأكثر استقراراً في حال استخدام هذه النسبة (النبهان، 2004: 196)، وبذلك بلغ عدد المجموعة العليا (54) معلمة وعدد المجموعة الدنيا (54) معلمة، وقد استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين بالحجم وبعد استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلتا المجموعتين العليا والدنيا، فأن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية واتضح ان فقرات المقياس جميعها مميزة ودالة احصائياً ماعدا الفقرتين (17-30) غير مميزة، والجدول (3) يوضح ذلك:

جدول (3)

تمييز الفقرات لمقياس الإتهام النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T		الدلالة عند مستوى (0.05)
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	الجدولية	المحسوبة	
1	1,9630	0,69941	1,0556	0,23121	1,96		دالة
2	2,1667	0,60657	1,4444	0,50157			دالة
3	2,0370	0,58157	1,3333	0,72684			دالة
4	1,7963	0,85516	1,0185	0,13608			دالة

دالة	6,727		0,49913	1,4259	0,63691	2,1667	5
دالة	8,027		0000	1,0000	0,67810	1,7407	6
غير دالة	-1,040		0,75421	2,1852	0,72588	2,0370	7
دالة	8,860		0,33905	1,1296	0,67189	2,0370	8
دالة	4,512		0,46091	1,2963	0,63444	1,7778	9
دالة	7,857		0,45172	1,1481	0,75906	2,0926	10
دالة	10,345		0,26435	1,0741	0,54433	1,9259	11
دالة	4,969		0,43276	1,9630	0,66588	2,5000	12
دالة	7,845		0,40782	1,1481	0,72588	2,0370	13
دالة	7,924		0,49208	1,7222	0,57340	2,5370	14
دالة	10,543		0,0000	1,0000	0,74863	2,0741	15
دالة	8,362		0,13608	1,0185	0,61996	1,7407	16
دالة	11,760		0,41964	1,2222	0,59611	2,3889	17
دالة	6,971		0000	1,0000	0,72226	1,6852	18
دالة	6,824		0,33905	1,1296	0,74395	1,8889	19
دالة	10,076		0,26435	1,0741	0,73734	2,1481	20
دالة	6,512		0000	1,0000	0,75235	1,6667	21
دالة	2,676		0,50469	1,1667	0,57188	1,4444	22
دالة	4,576		0,41964	1,1111	0,68451	1,6111	23
دالة	7,524		0,26435	1,0741	0,63444	1,7778	24
دالة	8,477		0,26435	1,0741	0,58516	1,8148	25
دالة	5,316		0,63251	1,5741	0,63444	2,2222	26
دالة	8,764		0,27217	1,0370	0,62668	1,8519	27
دالة	6,121		0,23121	1,0556	0,74301	1,7037	28
دالة	5,296		0,54079	1,5000	0,51259	2,0370	29
غير دالة	1,552		0,27217	2,0370	0,64644	2,1852	30
دالة	8,931		0,19063	1,0370	0,59494	1,7963	31

القيمة التائية المحسوبة عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (106) تساوي (1,96).

ب- تمييز الفقرات لمقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

بعد استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلتا المجموعتين العليا والدنيا، فإن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرات، واتضح ان فقرات المقياس جميعها مميزة ودالة احصائياً ماعدا الفقرة (12) غير مميزة، والجدول (4) يوضح ذلك:

جدول (4)

تمييز الفقرات لمقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T		الدلالة عند مستوى (0.05)
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	الجدولية	المحسوبة	
1	2,0000	0,80094	1,3333	0,58277	1,96	4,946	دالة
2	2,8148	0,39210	2,0185	0,65849		7,635	دالة
3	2,7593	0,47325	1,9630	0,67189		7,120	دالة
4	2,7222	0,45211	1,9074	0,52372		8,654	دالة
5	2,8704	0,33905	2,1481	0,62668		7,449	دالة
6	2,9815	0,13608	2,2407	0,69866		7,647	دالة
7	2,8148	0,43758	2,3889	0,71154		3,747	دالة
8	2,4815	0,57432	2,0741	0,38125		4,343	دالة
9	2,9259	0,32805	2,5556	0,76889		3,256	دالة
10	3,0000	0,0000	2,5000	0,72032		5,101	دالة
11	2,5370	0,57340	2,0185	0,45519		5,205	دالة
12	1,5926	0,78952	1,6296	0,65290		-266	غير دالة
13	2,6481	0,61911	2,1111	0,81650		3,851	دالة
14	2,8704	0,33905	2,1296	0,58427		8,058	دالة
15	2,8519	0,35858	1,9815	0,62919		8,832	دالة
16	2,9259	0,26435	1,9444	0,78708		8,687	دالة
17	2,7222	0,62696	1,9815	0,78885		5,402	دالة
18	2,6852	0,50746	1,6852	0,54337		9,884	دالة
19	2,8519	0,35858	2,1296	0,61572		7,449	دالة
20	3,0000	0000	2,2778	0,49208		10,785	دالة
21	2,8519	0,35858	2,1111	0,76889		6,416	دالة
22	2,8889	0,46242	2,5000	0,72032		3,339	دالة
23	2,9630	0,19063	1,9630	0,38671		17,044	دالة

القيمة التائية المحسوبة عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (106) تساوي (1,96).

2- أ- استخراج علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال:

ويقصد بها إيجاد العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة في المقياس بالدرجة الكلية له، ويعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المستعملة في حساب الاتساق الداخلي ل فقرات المقياس (العيسوي، 1985:95). وتشير انستازي (ANASTASI,1976) إلى أن معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال وبدلالة إحصائية يعد مؤشراً لصدق بناء المقياس (ANASTASI,1976:154). واستعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمجال، وتم استعمال عينة التحليل نفسها البالغة (200) معلمة من معلمات رياض الأطفال وتبين أن فقرات المقياس جميعها دالة إحصائياً والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول (5)

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة
0,152	21	0,323	11	0,623	1
0,265	22	0,594	12	0,559	2
0,453	23	0,457	13	0,370	3
0,423	24	0,657	14	0,584	4
0,409	25	0,711	15	0,533	5
0,519	26	0,707	16	0,594	6
0,510	27	0,631	17	0,536	7
0,449	28	0,565	18	0,444	8
0,566	29	0,658	19	0,526	9
		0,626	20	0,607	10

الدلالة الاحصائية عند درجة حرية (198) ومستوى دلالة (0,05) تساوي (0,14).

ب- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

جدول (6)

معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة
0,592	17	0,494	9	0,339	1
0,466	18	0,562	10	0,606	2
0,617	19	0,348	11	0,541	3
0,538	20	0,316	12	0,505	4
0,422	21	0,555	13	0,489	5

0,686	22	0,610	14	0,556	6
		0,496	15	0,250	7
		0,490	16	0,302	8

الدلالة الاحصائية عند درجة حرية (198) ومستوى دلالة (0,05) تساوي (0,14).

- **صدق البناء:** وهو المدى الذي يمكن ان يقرر بموجبه ان المقياس يقيس خاصية معينة (ANASTASI,1976:151) وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال استخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياسي البحث سابقاً وكما موضح في الجدولين رقم (6-5).

- **الثبات (RELIABILITY):**

يشير مصطلح الثبات إلى الدقة والاتساق في أداء الفرد ويعني أيضاً الاستقرار في النتائج عبر الزمن، فالثبات يعطي النتائج نفسها إذا طبق على المجموعة نفسها مرة ثانية (BERGMAN,1974:155).

- **معامل الفاكرونباخ (CRONBACHCA):**

ان هذا المعامل يشير إلى الخاصية الداخلية التي يتمتع بها المقياس والتي تنشأ من العلاقة الاحصائية بين الفقرات، ويشير إلى ان المقياس متجانس اي ان جميع الفقرات تقيس متغير واحد، لذلك استعملت الباحثة هذا النوع من الثبات لمقياسي الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال، إذ بلغ معامل الثبات للمقياسين (0,89) وهذا يدل على تجانس المقياسين.

- **تصحيح أداتا البحث:**

صححت إجابات العينة على فقرات المقياسين بالاوزان (1,2,3) وبذلك أصبحت اعلى درجة لمقياس الإنهاك النفسي يمكن ان يحصل عليها أفراد العينة هي (87) واقل درجة هي (29)، اما اعلى درجة لمقياس المساندة الاجتماعية هي (66) واقل درجة هي (22).

التطبيق النهائي: بعد اكمال اعداد اداتا البحث تم تطبيقهما على عينة البحث الأساسية.

- **الوسائل الإحصائية STATISTICAL MEANS:**

اعتمدت الباحثة في جميع المعالجات الاحصائية على الحقيبة الاحصائية (SPSS) وقد استخدمت الوسائل الاحصائية الآتية:

- 1- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج القوة التمييزية للفقرات (المقارنة الطرفية).
- 2- معادلة معامل ارتباط بيرسون لاستخراج علاقة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياسي البحث وعلاقة الفقرة بالمجال.
- 3- معامل ثبات الفاكرونباخ لاستخراج الثبات.
- 4- الاختبار التائي لعينة واحدة لحساب النتائج.

الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها:

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي أسفر عنها البحث وتفسيرها ومناقشتها على وفق اهدافه، وعلى النحو الآتي:

- **الهدف الأول:** تعرف الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال:

الفرضية الصفرية: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال:

وتحقيقاً لهذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال البالغ (44,6250) وانحراف معياري مقداره (9,24455) باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي البالغ (58) وأظهرت النتائج أن الفرق غير دال إحصائياً بين المتوسطين إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (20,461) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) لصالح المتوسط المحسوب، والجدول (7) يوضح ذلك.

جدول (7)

الاختبار التائي على مقياس الإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال

الدلالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند مستوى (0,05)	1,96	20,461	58	9,24455	44,6250	200

وهذا يعني ان معلمة الروضة تتلقى التقدير والتشجيع من الادارة أو الزميلات في الروضة،الذي بدوره يشعرها بالاستقرار النفسي مع زيادة التفاعل بينها وبين زميلاتها وادارتها مما يؤدي ذلك إلى زيادة المشاعر الايجابية لدى المعلمة ويعمل كحاجز يقلل من نسبة تعرضها للإرهاك النفسي.

الهدف الثاني: تعرف المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

الفرضية الصفرية: لا يوجد فرق ذا دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

وتحقيقاً لهذا الهدف استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال البالغ (54,0100) وانحراف معياري مقداره (6,45587) باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، لمعرفة دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي البالغ (44) وأظهرت النتائج أن الفرق دال إحصائياً بين المتوسطين إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (21,928) وهي أقل من القيمة الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (199) لصالح المتوسط المحسوب، والجدول (8) يوضح ذلك.

جدول (8)

الاختبار التائي على مقياس المساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال

الدلالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال عند مستوى (0,05)	1,96	21,928	44	6,45587	54,0100	200

وهذا يعني ان العلاقات التي تربط المعلمة بزميلاتها أو ادارتها هي ليست علاقات عمل فحسب وانما هي علاقات اجتماعية وانسانية تعدت نطاق العمل لتصبح قوة سائدة لبعضهم البعض.

الهدف الثالث: العلاقة بين الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال:

بأستعمال (معامل بيرسون) وجد ان الارتباط بين الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية بلغ (0,234) وهو ارتباط عالٍ ايجابي، أي ان المعلمات اللواتي يجدن مساندة اجتماعية من قبل المحيطين لا يعانين من الإنهاك النفسي، أي ان هناك علاقة عكسية دالة بين الإنهاك النفسي والمساندة الاجتماعية لدى معلمات رياض الأطفال. والجدول (9) يوضح ذلك:

جدول (9)

قيم معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين متغيرات البحث

المساندة الاجتماعية	المتغير المستقل
	المتغيرات التابع
0,234	الإنهاك النفسي
	المساندة الاجتماعية

الاستنتاجات: في ضوء نتائج البحث التي حصلت عليها الباحثة تم التوصل إلى الاستنتاج الآتي:

• إن معلمات رياض الأطفال لا يعانين من الإنهاك النفسي ويتمتعن بمساندة اجتماعية عالية.

التوصيات: مما تقدم من إجراءات ونتائج البحث يمكن تقديم التوصيات الآتية:

- على ادارات رياض الأطفال خلق جو اجتماعي سليم في الروضة تسوده المحبة والتعاون والصراحة والعطف مع الاهتمام بغرس الإتجاهات التعاونية بين المعلمات والتركيز على العمل الجماعي.
- على مديريات التربية اقامت ندوات ومناقشات يمكن من خلالها تحديد المواقف الاجتماعية المسببة للشعور بالإنهاك النفسي.

المقترحات: في ضوء نتائج البحث تقترح الباحثة ما يأتي:

- اجراء دراسة مماثلة مقارنة بين معلمات الرياض الحكومية والاهلية.
- إجراء دراسة مماثلة لعينات اخرى مثل معلمات المدارس الابتدائية أو المتوسطة أو الاعدادية.
- اجراء دراسة مماثلة مقارنة بين المعلمين والمعلمات في مختلف المراحل الدراسية.

المصادر العربية والاجنبية:

تايلور، شبلي(2008): علم النفس الصحي، ترجمة وسام درويش، ابريك واخرون، ط1، دار الحامد للنشر والتوزيع،عمان- الاردن.

حطبية،ناهد فهمي علي (2009): منهج الانشطة في رياض الأطفال،ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان - الاردن.

الخرابشة، عمر محمد عبد الله، وعربيات، احمد عبد الحليم (2005): الاحتراق النفسي لدى المعلمين مع الطلبة ذوي صعوبات التعلم في غرف المصادر، مجلة جامعة ام القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والانسانية، جامعة ام القرى، مح(17)، ع(2).

دياب، مروان عبد الله(2006): دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين

الفلسطينيين،رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الاسلامية بغزة، كلية التربية.

رضوان، فوقيه حسن (2008): العلاقات الانسانية، القاهرة، دار الكتاب الحديث.

- زيد، دنيا موفق(2008): مفهوم الذات وعلاقته بالتكيف الاجتماعي (دراسة مقارنة لدى طلبة شهادة الثانوية العامة بفرعها العلمي والادبي) رسالة ماجستير (غسر منشورة)، الجمهورية العربية السورية، جامعة دمشق، كلية التربية، قسم الارشاد النفسي، سوريا.
- زيدان، عصام محمد(2004): الإنهاك النفسي لدى اباء وامهات الأطفال التوحدين وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية والأبناء، مجلة البحوث النفسية، كلية التربية، جامعة المنوفية، ع1.
- سليم، امل داود، وعلوان، علا حسين (2014): المساندة الاجتماعية لدى معلمات الرياض، بحث منشور، ع (49).
- سيد، احمد شعبان حامد(2016): الأداء الوظيفي كمنبئ بالإنهاك النفسي لدى معلمات رياض الأطفال، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة المنيا، كلية رياض الأطفال، قسم العلوم النفسية.
- الشراني، ماهر موسى مصطفى (2013): الإنهاك النفسي وعلاقته بكل من قلق المستقبل ومستوى الطموح لدى العاملين في الانفاق، الجامعة الاسلامية، غزة، كلية التربية، قسم علم النفس.
- الشناوي، محمد محروس، وعبد الرحمن، محمد السيد(1994): المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- شويخ، احمد(2007): اساليب تخفيف الضغوط النفسية الناتجة عن الاورام السرطانية " مع تطبيقات على حالات اورام المثانة السرطانية " ط1، ايتراك للنشر والتوزيع، القاهرة.
- الصبان، عبير محمد (2003): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينة مكة المكرمة وجدة، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة ام القرى، كلية التربية للبنات، قسم التربية وعلم النفس، المملكة العربية السعودية.
- عبد الرزاق، عماد علي (1998): المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط في العلاقة بين المعاناة الاقتصادية والخلافات الزوجية، مجلة دراسات نفسية، مج8، ع1، رابطة الاخصائيين النفسيين المصريين.
- عبد السلام، سميرة ابو الحسن (2005): فاعلية الارشاد النفسي والديني في تخفيف قلق المستقبل لدى المراهقين المعاقين بصرياً، المؤتمر السنوي الثاني عشر لمركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، مج(12).
- عبد المعطي، حسن مصطفى(2006): ضغوط الحياة واساليب مواجهتها ن مكتبة زهراء الشرق، القاهرة /مصر.
- عثمان، فاروق السيد(2001): القلق وادارة الضغوط النفسية، ط1، مكتبة الاسكندرية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- علي، حسام محمود زكي (2008): الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموغرافية لدى عينة من معلمي الفئات الخاصة بمحافظة المنيا، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنيا، كلية التربية، قسم الصحة النفسية.
- العيسوي، عبد الرحمن محمد (1985): القياس التجريبي في علم النفس والتربية، ط1، دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية - مصر.
- فايد، حسين علي (2000): الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والاعراض الاكتئابية، دراسات في الصحة النفسية، ط1، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية.
- قندلجي، عامر وإيمان، السامرائي (2009): البحث العلمي الكمي والنوعي، ط1، دار اليازوري العلمي للنشر والتوزيع، الاردن.
- الكبيسي، حمد وآخرون (1995): اثر اختلاف حجم العينة والمجتمع الاحصائي في القدرات التمييزية ل فقرات المقاييس النفسية، دراسة تجريبية، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد.
- محمد، اسماعيل بلال(2002): السلوك التنظيمي بين النظرية والتطبيق، دمنهور، مطبعة البحيرة.

- مزهرة، ايمن (2001): علم الاجتماع والصحة، ط1، دار الباروني للطباعة والنشر، عمان - الاردن.
- المشعان، عويد(2001): مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالاضطرابات النفسية الجسمية بدولة الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، مع28، مجلس النشر الدولي، جامعة الكويت.
- ملحم، سامي (2000): مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان - الاردن.
- نبهان، موسى (2004): أساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط1، دار الشروق للنشر، الاردن
- النوح، بن عبد الله (2004): مبادئ البحث التربوي، ط1، كلية المعلمين، المملكة العربية السعودية، الرياض.
- Anastasi, Anne (1976): Psychological Testing, New York, Macmillan Company, 8th.Ed.
- Berg Man J (1974): Understanding Educational Measurement and Evaluation, Nj. London.
- Blasé, J. (1982). A social Psychological Grounded Theory of Teacher Stress and Burnout, Educational Administration Quarterly, 18, Pp.93-113.
- Caplan, G. (1981): Mastery of Stress: Psychological Aspect American Journal of Journal of Psychiatry.Vol(138), Pp413-420.
- Chiselli, E.E. Et (1981): Measurement Theory for Behavioral Sciences. W. H. Free Man and Company, San Franies Co.
- Eble, Rl. (1972): Essentials of Educational Measurement: Prentice, Hall Englewood Cliffs, Inc.
- Golembewski, R.R. (2007): Some Effects of Multiple Interventions on Burnout and Work Site Futures.Journal
- Kereitner, R. (1999). Organizational Behavior, First European Edition, London, Publishing Company.
- Lepore, S.J. (1994): Social Support Encyclopedia Of Human Behavior, Vol.5, No.3, Pp271-286.
- Maslach, C. (2003). Job Burnout; New Directions in Research and Intervention Current Direction- In Psychological Science 12(5) Pp.189-192.
- Sarason Et Al, (1983): "Assessing Social Support, The Social Support Questionnaire'journal Of Personality and Social Psychology, Vol.44., No.1, Pp 127.
- Scherrer, R.& Louw, D.A. (2004): Family Counselors Perception and Experience of The Family Advocate System International Journal of The Sociology of Law, V.32, I (3), Pp223-241.

Stanley J Ahmann, Oclock Md (1975): Measuring and Educational
Achievement, 2nd Edition, Boston, London. Wang, M., Hart El, G., &