

A Structural Model of the Relationship between Psychological Burnout, Personal Wisdom, and Psychological Happiness among a Sample of Teachers

Khaled Nahes AlOtabi

Abstract: The present study aimed to identify the nature of a structural model of the relationship between psychological burnout, personal wisdom, and psychological happiness for teachers. To achieve this, the researcher applied three scales, namely, Three-Dimensional Wisdom Scale, Maslach Burnout Inventory, and Oxford Happiness Inventory, to a sample of (562) Saudi teachers in Riyadh. The results indicated that there was a significant negative relationship between personal wisdom and the variables of psychological happiness and psychological burnout, and that psychological happiness could be predicted from these two variables. In addition, psychological happiness contributed to explaining the presence of a higher percentage of change in psychological burnout than personal wisdom. The results also revealed that there was an indirect effect of psychological happiness on the relationship between personal wisdom and psychological burnout in case it was moderate. Finally, the study recommended the need to include programs for developing personal wisdom and increasing teachers' feeling of happiness as one supportive means of reducing the chances of teachers' burnout.

Keywords: Psychological Burnout, Personal Wisdom, Psychological Happiness, Teachers, Riyadh.

النموذج البنائي للعلاقة بين الاحتراق النفسي والحكمة الشخصية والسعادة النفسية لدى عينة من المعلمين

خالد ناهس العتيبي (*)

ملخص: هدفت الدراسة إلى فحص طبيعة النموذج البنائي وأثر كل من الحكمة الشخصية والسعادة النفسية بالاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين؛ حيث قام الباحث بتطبيق مقياس الحكمة الشخصية ثلاثي الأبعاد، ومقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، ومقياس أكسفورد للسعادة النفسية، على عينة قوامها (562) معلماً سعودياً في مدارس مدينة الرياض. وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة سلبية دالة بين الاحتراق النفسي، وكل من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، كما يمكن التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي من خلال هذين المتغيرين، وأن السعادة النفسية تسهم في تفسير نسبة أعلى من التغير في الاحتراق النفسي منه في حالة الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية. كما أظهرت النتائج وجود تأثير غير مباشر للسعادة النفسية على العلاقة بين الحكمة الشخصية، والاحتراق النفسي في حالة توسطها. وأخيراً أوصت الدراسة بضرورة إدراج برامج لتنمية الحكمة الشخصية وزيادة الشعور بالسعادة لدى المعلمين كإحدى الوسائل الداعمة؛ للحد من فرص وقوعهم في الاحتراق النفسي.

المصطلحات الأساسية: الاحتراق النفسي، الحكمة الشخصية، السعادة النفسية، المعلمون، مدينة الرياض.

المقدمة:

تعتبر الحكمة من المفاهيم المتأصلة في الحضارات والأديان المختلفة على مر العصور، بيد أن ظهورها متواضع في الدراسات الإمبريقية منذ بداية ثمانينيات القرن الماضي، ثم عاد الاهتمام بدراسة الحكمة خلال الأعوام (2000 - 2005) بشكلٍ لافتٍ للنظر، خاصةً من قبل علماء النفس المعرفي والنمو (Johnson, 2006). ويعزو البعض ذلك إلى بداية استشعار القيمة الأساسية، والأهمية المركزية للحكمة؛ وذلك على المستوى الفردي والمجتمعي (Nordstrom, 2015). وعلى الرغم من

(*) قسم علم النفس، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

وجود تباين في وجهات النظر حول دراسة الحكمة، فإن هناك إجماعاً عاماً على اعتبارها بناء متعدد الأبعاد (Webster, 2003). فقد عرّف لويدي (Lloyd, 2005:2) الحكمة على أنها "القدرة على اختيار الأشياء أو صنع القرارات الصحيحة التي تحظى بتأييد الغالبية العظمى من الناس على المدى البعيد"، وأضاف دان (Dunn, 2005: 1) إلى ذلك أن الحكمة تمثل ممارسة الذكاء والخبرة عبر توسطها للقيم الفردية؛ وذلك من أجل تحقيق ما هو جيد في ضوء الموازنة في العلاقات بين الأشخاص والشخص نفسه، وبين البيئة المحيطة؛ سعياً لتعديل البيئة السائدة، أو اختيار بيئة جديدة. أما أردلت (Ardelt) فيعتقد بأن الحكمة: هي القدرة التي يتم ترسيخها من خلال الممارسات الذهنية القائمة على التبصر والتأمل الذاتي، لما تم اكتسابه من خلال التعلم؛ بحيث إن هذه الممارسات تسمح للشخص بإضفاء المصلحة العامة، بطريقة تتجاوز الأنانية الذاتية (Bergsma & Ardelt, 2012). كما يرى كوكرين (Cochrane, 1995: 5) أن الحكمة مفهوم متشعب، وعميق جداً، ومرتبطة بعلم ما وراء الطبيعة من جهة، وبسيط وقابل للفهم من جهة أخرى. ومما سبق نستطيع القول إن الحكمة ترتبط بكل من: المعرفة، والخبرة، والقيم الفردية بعلاقة متلازمة، تمتد إلى مدى وأبعاد واسعة؛ بحيث يمثل معيار المصلحة، والمنفعة العامة، والابتعاد عن الاهتمامات الشخصية الضيقة الأساس المنطقي لها. وبين كلارك (Clark, 2006: 27) أن الحكمة تعكس القدرة على الفعل في سياق استخدام المعرفة؛ لتحديد الأسباب والنتائج السليمة والوسائل والطرق المناسبة؛ للتعامل مع المواقف الآخرين. في حين يرى ليويدي (Lloyd, 2005) أن الحكمة تسهم في تحقيق مستويات عالية من التناغم بين العقل والشخصية، فالإصابة في القول والعمل والاعتقاد، ووضع كل شيء في موضعه بإحكام وإتقان، تمكن الفرد من تقييم سلوكه الفعلي في ضوء تفكير رشيد قائم على الخبرة والمعرفة، وبعيد عن العواطف أو التصورات المجردة. في حين يرى البعض أن الحكمة تستند إلى الفرد نفسه، وليس إلى ما يعرفه، أو ما قام بتجربته سابقاً، فبإمكان الفرد أن يكون نشيطاً، وذكياً، ومبدعاً، ومؤهلاً من الناحية التقنية وغيرها من السمات، ومع ذلك يبقى غير حكيم (Bigelow, 1991). وفي هذا السياق ربطت دراسة ريد وجيرلد (Reed & Gerald, 2001) بين بعض من السمات الشخصية - كالانفتاح على الخبرة، والمقبولية، والانبساطية - وأبعاد الحكمة الشخصية للفرد.

وفيما يتصل بكيفية قياس الحكمة، يمكن القول إنه لا يوجد إجماع حول مقياس

واحد، فما زال المجال مفتوحاً أمام عمليات التخمين والحدس والتحري حول الأبعاد ذات العلاقة بقياسها. وعلى الرغم من ذلك، فإن هناك اتفاقاً عاماً على أن الأبعاد المرتبطة بقياسها، يجب أن يتم النظر إليها بنظرة شمولية، متكاملة ومتراصة؛ للحكم على حكمة الفرد (Webster, 2003)، فكل بعدٍ من أبعادها مهم، ولكنه غير كافٍ للقياس.

ومن أشهر مقاييس الحكمة: مقياس التقييم الذاتي للحكمة لويستر (Webster, 2003)، ومقياس الحكمة ثلاثي الأبعاد لأردلت (Ardelt, 2003)، وقائمة التفوق الذاتي للبالغين ليفنسون وآخرين (Levenson, Jennings, Aldwin, & Shiraiishi, 2005)، وأنموذج برلين للحكمة لبالتس وستاندر (Baltes & Staudinger, 2000).

وبذلك تعددت الأبحاث والدراسات التي استخدمت هذه المقاييس؛ حيث استخدمت في علم النفس السريري والعلاج النفسي، كدراسة جيرمر وسيغل (Germer & Siegel, 2012)، وعملية صنع القرار، كدراسة يانيف وشوشن - هيلي (Yaniv & Choshen-Hillel, 2012)، والقيادة، كدراسة كيلبرغ (Kilburg, 2012)، والتعلم، كدراسة سترنبرغ (Sternberg, 1990). مع العلم بأن اختيار أحد هذه المقاييس يجب أن يستند إلى طبيعة الدراسة وأهدافها؛ حيث أظهرت دراسة جلاك وبلوك (Glück & Bluck, 2013) وجود ارتباط ضعيف بين أبعاد المقاييس ذات العلاقة بقياس الحكمة.

وبمراجعة مُعينة لتلك المقاييس نجد أن المقاييس الثلاثة الأولى، تعد مقاييس قائمة على التقييم الذاتي من الفرد المستند إلى ما يسمى بالحكمة الشخصية، التي يحصل عليها الفرد من خلال تجاربه الشخصية، وتصوراته عن حياته الشخصية، في حين نجد أن المقياس الأخير يستند إلى استجابات الفرد اللفظية حول مشكلات أدائية عامة، تتطلب قراراً حكيماً عاماً، أو ما يسمى بالحكمة العامة، التي ترتبط بالحياة البشرية والعالم أجمع، والتي لا تكون - بالضرورة - نابعة من الخبرة الشخصية للفرد. ويعتبر مقياس التقييم الذاتي للحكمة لويستر، ومقياس الحكمة ثلاثي الأبعاد لأردلت من أبرز المقاييس الشائعة الاستخدام، في حالات استقصاء الحكمة الشخصية، وعلاقتها ببعض المتغيرات (كالمسلمات الشخصية، والقيم النفسية، والضغوط النفسية، والاكتئاب، وغيرها)؛ لثباتها ومصداقيتها العالية. وقد احتوى مقياس ويبستر على خمسة أبعاد للحكمة، تضمنت كلاً من: الانفتاحية، والتنظيم الانفعالي، وروح الفكاهة، والخبرة الحياتية الصعبة، والتذكر والتأمل، في

حين تضمن مقياس أردلت - المستخدم في الدراسة الحالية - ثلاثة أبعاد للحكمة الشخصية، هي: البعد المعرفي، والبعد التأملي، والبعد الوجداني. وقد أظهرت دراسة أردلت (Ardelt, 2009) أن هذه الأبعاد يجب أن تكون متكاملة وشاملة في الشخص الحكيم؛ فغياب أحدها يعتبر خللاً في الحكم على الفرد؛ فمثلاً لو خلت الحكمة من البعد الوجداني، فإن طبيعتها ستكون قريبة من الوظيفة المعرفية أو الذكاء، ولو خلت من البعد المعرفي لاقتربت من الطبيعة الإرشادية العاطفية، وهكذا.

وأما السعادة، فقد ارتبطت بعلم النفس الإيجابي، الذي اهتم ببحث الجوانب الإيجابية في الشخصية الإنسانية، بعيداً عن الجوانب السلبية أو المضطربة ذات العلاقة. وقد بدأ اهتمام علم النفس بدراسة السعادة - منذ عام (1973) - بالتركيز على مدى ارتباطها بمستوى إشباع الحاجات الإنسانية، باعتبارها المكون الرئيس للسعادة. ولكن مع تطور الدراسات المرتبطة بهذا المتغير، بدأ استخدام كلمة السعادة النفسية كدلالة على جودة الحياة، أو الرفاه على اعتبار أن الحياة الجيدة مقياس للسعادة، ولكن دون ما تحديد لما هو جيد في الحياة (Bergsma & Ardel, 2012). وعليه أصبح مفهوم السعادة يشير إلى الحالة النفسية الدائمة، والمستقرة نسبياً للشعور، وليست الحالة الانفعالية المؤقتة التي تحدث كاستجابة لمثيرات متنوعة. وقد عرّف فينهوفن (Veenhoven, 2003) السعادة النفسية بأنها: الدرجة التي يحكم فيها الفرد إيجابياً على نوعية حياته الحالية بشكل عام. ويرى أرجايل (Argyle, 2001) أن السعادة هي: حالة نفسية ثابتة نسبياً، تشتمل على ثلاثة مكونات أساسية، هي: الحالة الوجدانية الإيجابية، وغياب الحالة الوجدانية السلبية، إضافةً إلى الشعور بالرضا عن الحياة، لفترات زمنية طويلة. ويرى لو وشه (Lu & Shih, 1997) أن السعادة النفسية: حالة عقلية معرفية تتسم بالإيجابية، وتتولد داخل الإنسان، وتحدث له من خلال وسائل مختلفة. وتعرفها داليا مؤمن (2004) على أنها "خبرة انفعالية سارة أو إيجابية، تتضمن شعوراً بالبهجة والتفاؤل، والسرور والفرح، وحب الحياة والناس، والإحساس بالقدرة على التأثير بالأحداث" (ص436). ومما سبق يمكن النظر إلى السعادة النفسية على أنها: تقييم عام شامل لجودة الحياة التي يعيشها الفرد، وبشكل إيجابي في ضوء مجموعة من المحكات الخارجية، أو التطلعات والطموحات الشخصية، والمرتبطة بحاجات الفرد ورغباته.

وقد أظهرت العديد من الدراسات السابقة وجود علاقة إيجابية بين السعادة، وعدد من المتغيرات، كان من أبرزها: الصحة الجسدية والنفسية

(Francis, Ziebertz, & Lewis, 2003)، وتحقيق الذات وتقديرها (Natvig, Albrektsen, & Qvarnstrom, 2002; Cheng & Furnham, 2003)، والذكاء الوجداني (Austin, Saklofske, & Egan, 2005)، وإدراك الأعراض الجسمية المرتبطة بالشيخوخة (هناك شويخ، 2010)، والتوجه نحو الحياة (صالح، 2013).

وأما الاحتراق النفسي – بوصفه أحد متغيرات الدراسة الحالية – فإنه يعد من أبرز المشكلات التي تواجه الأفراد في سياقات العمل؛ وذلك لآثاره السلبية من الناحية النفسية، والفسولوجية والسلوكية؛ حيث يقلل من قدرة الأفراد على الإنجاز والإبداع، ويخفض من دافعيتهم نحو العمل؛ مما يؤثر سلباً عليهم وعلى المؤسسات (Demerouti, Bakker, DE Jong, & Schaufeli, 2010). وتعود البدايات المبكرة لدراسة ظاهرة الاحتراق النفسي إلى العالم فريدنبرغر (Freudenberger, 1974)، الذي عرّفه بأنه: "حالة من الاستنزاف الانفعالي، والاستنفاد البدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط على الصعيد المهني؛ إضافة إلى عدم قدرة الفرد على الوفاء بمتطلبات المهنة" (ص 160).

وتشير معظم الدراسات إلى أن الاحتراق النفسي، هو ظاهرة متعددة الأبعاد، ومزمنة ومتلازمة مع العمل، وتتسبب في عواقب وخيمة على الصحة الجسدية والنفسية، والقدرة على العمل (Toppinen-Tanner, 2011). كما يرى البعض أن الاحتراق النفسي، يمثل حالة من الإنهاك والاستنزاف والتعب الشديدين؛ نتيجة لضغط نفسي داخل الذات، ضمن مهن خدمية إنسانية، تقتضي التعرض المستمر والدائم لمواقف مجتمعية، مشحونة بمشاعر وجدانية (Schwarzer, 2000: 43). كما يُعبّر عن الاحتراق النفسي كحالة متأخرة، ناتجة من تراكم الضغوط النفسية، وعدم القدرة على حلها، أو التكيف معها (Hsiu, Sheng-Hwang, Hsing, & Jiunn-Horng, 2010: 1592).

ويمكن ربط أبرز أسباب الاحتراق النفسي في كل من: الجوانب الشخصية (كالالتزام العالي، والدافعية القوية، والمغالاة في التوقعات والآمال، وضعف الثبات الانفعالي)، والجوانب الوظيفية للعمل (كافتقاره للإثارة، واتسامه بالتكرار والرتابة، وأعبائه الزائدة، وغموض أدواره وتضاربها، إضافة إلى عدم الرضا الوظيفي، وغياب العدالة التنظيمية) (Poghosyan, Clarke, Finlayson, & Aiken, 2010). ويتكون

مفهوم الاحتراق النفسي - في ضوء مقياس ماسلاش المشهور - من ثلاثة أبعاد رئيسية محددة، هي (Maslach & Jackson, 1981):

- الاستنزاف الانفعالي: ويشير هذا البعد إلى فقدان الفرد للطاقة والمجهود اللازمين للعمل والأداء، وتعاضل الإحساس بزيادة أعباء الوظيفة ومتطلباتها؛ فهو بمثابة إجهاد نفسي وعاطفي يتولد نتيجة الإحباط والتوتر العصبي، وعدم قدرة الفرد على القيام بالأعباء الوظيفية الموكلة إليه.

- تبدل المشاعر: ويتضمن شعور الفرد بأنه غير إيجابي وصارم، كما ينتابه إحساس باختلال حالته المزاجية. ومن أبرز أعراض هذا البعد: الشعور بالعزلة في بيئة العمل، وضعف العلاقات الاجتماعية، وتولد اتجاهات سلبية تجاه الفئات التي يتعامل معها الفرد (الرافعي والقضاة، 2010).

- التقدير الذاتي السلبي للإنجاز: ويعرّف هذا البعد على أنه ميل الفرد إلى التقييم السلبي لذاته، والشعور بتدني كفاءته، وفعالية أدائه الشخصي؛ ومن ثم الإحساس بعدم القدرة على العمل والإحباط والمساهمات الضئيلة والهامشية في العمل (الرحبي، 2012). ومن الأعراض المصاحبة لهذا الميل: الشعور المستمر بعدم التركيز في إنجاز المهام، وتخطئه في أثناء تنفيذها، وفقدان الدافعية نحو العمل (Cordes & Dougherty, 1993).

وأظهرت دراسة ديوي (Dewe, 1994) أن تغيير فلسفة الحياة، وإعادة تقويم أسلوب الحياة، والسعي وراء التأييد الاجتماعي من الزملاء، والنظرة الواقعية والتفاؤلية للأحداث، وتغيير نمط السلوك من خلال آليات تدريب مناسبة، تعتبر من أبرز الوسائل المهمة للحد من فرص وقوع الفرد في براثن ظاهرة الاحتراق النفسي. كما تطرق ديوي لأهم الوسائل التنظيمية التي تسهم في الحد من ظاهرة الاحتراق النفسي، ومنها: تحسين العلاقات بين الأفراد، والتشجيع على المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والترفيهية، وتوضيح معايير الأداء والتقييم، والاهتمام بمجالات الإثراء الوظيفي (Dewe, 1994: 342).

وأما العلاقة بين الحكمة الشخصية والاحتراق النفسي، فلم يجد الباحث أية دراسة ربطت بين هذين المتغيرين بصورة مباشرة، وإنما تناولت بعض الدراسات دور بعض أبعاد الحكمة في ذلك؛ حيث أظهرت دراسة ديليجكريس وآخرين (Deligkaris, Panagopoulou, Anthony, & Elvira, 2014) - من خلال

مراجعتها لـ(15) دراسة سابقة - وجود دور مهم للعمليات المعرفية والذهنية على مستوى الاحتراق النفسي. كما أظهرت دراسة لندن وآخرين (Linden, Keijsers, Eling, & Van Schaijk, 2005) أن الإخفاق في البعد المعرفي والذهني والإدراكي للبيئة المحيطة، يسهم في زيادة إحساس الفرد بالاحتراق النفسي. في حين أشارت دراسة كل من: أوزر وببيسوجلو (Özer & Beycioglu, 2010)، ودراسة جافادي وخاطب (Javadi & Khatib, 2014)، إلى أن الأبعاد المعرفية وملازمها المعرفية، والوجدانية، والتأملية، والأخلاقية للمعلمين والمعلمات، ترتبط - وبصورة عكسية - مع مستوى الاحتراق النفسي. وأما دراسة ليزانو وباراك (Lizano & Barak, 2015) - التي أجريت على موظفي العناية برعاية الأطفال (ن=361) - فقد كشفت عن أهمية الأبعاد الوجدانية لهؤلاء الموظفين ودورها في تقليل مستوى الاحتراق النفسي، ومن ثم التأثير إيجاباً على مستويات رضاهم عن الوظيفة والحياة. في المقابل خلصت بعض الدراسات السابقة إلى وجود علاقة إيجابية بين أبعاد الحكمة الثلاثة والسعادة؛ حيث أظهرت دراسة برجسما وأردلت (Bergsma & Ardel, 2012) - التي أجريت على (7037) فرداً ألمانياً - وجود علاقة إيجابية بين أبعاد الحكمة الثلاثة والسعادة، كما أظهرت النتائج أن البعد الوجداني كان أكثرها ارتباطاً. وأظهرت أيضاً دراسة ليفنسون (Levenson et al., 2005) - من خلال عينة قوامها (158) طالباً جامعياً في كندا - وجود علاقة إيجابية بين الحكمة والسعادة. كما كشفت دراسة نيف وآخرين (Neff, Rude, & Kirkpatrick, 2007) عن وجود هذه العلاقة على عينة بلغ قوامها (177) طالباً جامعياً في الولايات المتحدة الأمريكية. ويرى العديد من باحثي الحكمة أن الشخص الحكيم، يعلم جيداً "فن التعايش"، أو أن يعيش حياة جيدة لنفسه ولغيره، ولمجتمعه ككل، وأن الحكمة تسهم في تحقيق ديمومة السعادة (Baltes & Staudinger, 2000; Kupperman, 2005).

وفي إطار تأثير السعادة على مستوى الاحتراق النفسي، أظهرت دراسة جاننج (Janning, 2014) وجود دور للشعور بالسعادة في خفض مستوى الاحتراق النفسي، وجاءت دراسة شامس وكريمين ودافيري (Shams, Karimian, & Davari, 2014) - التي أجريت على عينة بلغ قوامها (325) معلماً في مدارس أصفهان - وجود علاقة عكسية بين السعادة والاحتراق النفسي، كما أظهرت إمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال متغير السعادة.

ومما سبق نجد أن تلك الدراسات تعكس الدور الذي يمكن أن تمارسه الأبعاد

الثلاثة للحكمة الشخصية والشعور بالسعادة النفسية في خفض مستوى الاحتراق النفسي أو الحد منه، وتأتي الدراسة الحالية لتعكس الدور التكاملي لوجود الأبعاد الثلاثة للحكمة، والسعادة النفسية على مستوى الاحتراق النفسي؛ لإعطاء صورة أكثر شمولية، من خلال اختبار نموذج بنائي فرضي، يتضمن كلاً من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي. وقد اقترح الباحث هذا النموذج البنائي في ضوء نتائج الدراسات السابقة، التي أكدت وجود رابطة نظرية بين هذه المتغيرات، إلا أن هذه الدراسات لم تتناول المتغيرات بصورة إجمالية في نموذج واحد، كما سيتم تناوله في هذه الدراسة.

مشكلة الدراسة:

تعتبر ظاهرة الاحتراق النفسي من الظواهر السلبية التي تنعكس آثارها على أداء المعلمين وغيرهم، خاصةً في المهن التي تحتاج إلى درجة عالية من التواصل مع الآخرين، وقد حاولت العديد من الدراسات السابقة تحديد عدد من السبل؛ لمعالجة هذه الظاهرة بالاعتماد على السياقات الخارجية، دون الاهتمام بالسياقات وحالات الشعور، الداخلية لدى الفرد، كالحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، التي يمكن أن يكون لها دور أكبر في التخفيف من حدة هذه الظاهرة. من هنا تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

(أ) هل توجد علاقة بين أبعاد الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي؟

(ب) ما مدى إسهام كل من: الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، والسعادة النفسية في التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي؟

(ج) ما النموذج البنائي الذي يفسر العلاقة بين كل من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي؟

أهمية الدراسة:

تستمد هذه الدراسة أهميتها من الناحية النظرية؛ كونها تعتبر - على حد علم الباحث - من الدراسات الأولى التي تحاول استكشاف العلاقة البنائية بين الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي. كما تكمن أهمية هذه الدراسة في سعيها إلى توفير مقياس جديد لقياس أبعاد الحكمة - وباللغة العربية - بعد التأكد

من ثباته وصدقه في البيئة السعودية. وأما من الناحية التطبيقية، فإنه من المأمول أن تساعد هذه الدراسة متخذي القرار والمسؤولين في وزارة التعليم في المملكة العربية السعودية، على بناء الخطط والبرامج التي من شأنها أن تعزز الممارسات الدالة على الحكمة، وتحقيق مستويات السعادة المطلوبة؛ بحيث ينعكس ذلك إيجاباً على الصحة النفسية للمعلمين الذين يعدون أهم الأركان الداعمة للعملية التعليمية، ومن ثم تحقيق الفاعلية في الأداء والإنتاجية المنشودة.

أهداف الدراسة:

- 1- تعرف طبيعة العلاقة بين كل من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي لدى المعلمين.
- 2- الوصول إلى نموذج بنائي بين الاحتراق النفسي، وكل من: الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، والسعادة النفسية لدى المعلمين.
- 3- إعداد وتقنين مقاييس لكل من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي لدى المعلمين في البيئة السعودية.

فروض الدراسة:

- في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة، يمكن صياغة الفروض على النحو الآتي:
- الفرض الأول:** "توجد علاقة بين أبعاد الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض".
- الفرض الثاني:** "يمكن التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي من خلال أبعاد الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض".
- الفرض الثالث:** "يمكن الوصول إلى نموذج بنائي يفسر العلاقة بين كل من: الاحتراق النفسي، والأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، والسعادة النفسية لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض".

مصطلحات الدراسة :

- 1- **الاحتراق النفسي:** هو الحالة النفسية للمعلم، التي يشعر فيها بالاستنزاف الانفعالي، وتبلد المشاعر، والتقدير الذاتي السلبي للإنجاز (Maslach & Jackson, 1981).

وفي هذه الدراسة حدد الاحتراق النفسي إجرائياً: بأنه الدرجة التي يحصل عليها المعلم في الصورة المعربة لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (السلخي، 2013).

2- **الحكمة الشخصية:** هي تركيبة ثلاثية الأبعاد، تعكس قدرة المعلم على الفعل في سياق استخدام المعرفة والخبرة؛ لتحديد الأسباب والنتائج والوسائل والطرق المناسبة؛ للتعامل مع المواقف والآخرين. وتعرف أردلت (Ardelt, 2003) الحكمة الشخصية إجرائياً، على أنها الدرجة التي يحصل عليها المعلم عند الإجابة عن فقرات مقياس الحكمة ثلاثي الأبعاد لأردلت.

3- **السعادة النفسية:** وهي الدرجة التي يحكم فيها الشخص سلباً أو إيجاباً، على نوعية حياته الحاضرة بصفة عامة (Veenhoven, 2003, 16). وفي هذه الدراسة عرّفت إجرائياً بأنها: الدرجة التي يحصل عليها المعلم عند الإجابة عن مقياس إكسفورد للسعادة النفسية (عبدالخالق وآخرون، 2003).

حدود الدراسة:

تحدد الدراسة الحالية باقتصارها على معلمي (حدود بشرية) مدارس مدينة الرياض (حدود مكانية)، وفي بداية الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 1435/1434 هـ (حدود زمانية).

منهجية الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي؛ لملاءمته لأهداف الدراسة.

عينة الدراسة:

طبقت الدراسة على عينة متاحة مكونة من (562) معلماً سعودياً، يعملون في مدارس التعليم العام بمدينة الرياض؛ حيث تم استقصاؤهم من خلال إنشاء استبانة إلكترونية، عبر رابط إنشاء النماذج الإلكترونية التابع لموقع جوجل؛ وذلك من خلال إرسال بريد إلكتروني للمعلمين، يحتوي على رابط الاستبانة - وبمساعدة فريق من المعلمين في مركز التدريب وخدمة المجتمع في جامعة الملك سعود - وخلال مدة شهرين قام خلالهما الباحث وفريقه بمتابعة المستجيبين؛ بغية حثهم على تعبئة الاستبانة. ويبين جدول (1) توزيع أفراد عينة الدراسة بحسب العمر، وعدد سنوات الخبرة.

جدول (1)
الخصائص العامة لعينة الدراسة (ن = 562)

م	المتغير	الفئات	العدد	النسبة %
1	العمر	20 - 25 سنة	45	8
		26 - 30 سنة	36	6,4
		31 - 40 سنة	98	17,4
		41 - 50 سنة	215	38,3
		أكبر من 50 سنة	168	29,9
2	عدد سنوات الخبرة	أقل من سنتين	56	10
		من سنتين إلى 5 سنوات	57	10,1
		من 6 سنوات إلى 10 سنوات	78	13,9
		من 11 سنة إلى 20 سنة	158	28,1
		أكثر من 20 سنة	213	37,9

يظهر من جدول (1) أن نسبة المعلمين المبحوثين الذين راوحت أعمارهم بين (41 و 50) سنة - والذين لديهم خبرة تزيد على (20) سنة - كانت الأعلى بين المبحوثين، في حين تدنت نسبة المعلمين الذين تراوح أعمارهم بين (26 و 30) سنة، والذين لديهم خبرة تقل عن سنتين.

أدوات الدراسة:

قام الباحث بإعداد استبانة تضمنت معلومات عامة عن عينة الدراسة، تمثلت في العمر، وعدد سنوات الخبرة، كما احتوت على ثلاثة مقاييس، على النحو الآتي: أولاً - مقياس الحكمة ثلاثي الأبعاد لأردلت (Ardelt, 2003)، ترجمة الباحث: يحتوي هذا المقياس على ثلاثة أبعاد للحكمة الشخصية، وهي (Ardelt, 2003):

1- البعد المعرفي: يمثل قدرة الفرد على فهم مواقف الحياة، وجوهر الظواهر ومكانها، والأسباب الكامنة وراءها، وإدراك الطبيعة البشرية بشكل عميق.

2- البعد التأملي: يمثل تطوراً للبعد المعرفي في الفهم العميق لمعطيات الحياة ومجرياتها، من دون أية تشويه أو تغيير للواقع، كما يعكس هذا البعد القدرة التي يتمتع بها الفرد في التغلب على ذاتيته المطلقة، والاستماع لوجهات نظر الآخرين المختلفة (وهذا البعد يعزز كلاً من: البعد الأول، والثالث للحكمة الشخصية).

3- **البعد الوجداني:** يرتبط هذا البعد بطبيعة الانفعالات الفردية نحو الآخرين، والأحداث والظواهر المحيطة بالفرد، كالتعاطف والرفقة والمحبة وغيرها.

وتبلغ عدد فقرات هذا المقياس (39) فقرة (مثال: المشكلات التي أعتقد أنها ليس لها حل تستحوذ على القليل من اهتمامي). وقد أظهرت الدراسات السابقة صدق مقياس الحكمة ثلاثي الأبعاد من خلال ارتباطه بمحكات خارجية؛ حيث أشارت دراسة ناهد أحمد (2012) إلى "وجود ارتباطات دالة إحصائية بين الدرجة الكلية على الأبعاد الثلاثة للمقياس وكل من المحكات الخارجية الآتية: السيادة (0,63)، والسعادة العامة (0,45)، والهدف من الحياة (0,61)، والصحة الذاتية (0,30)، والأعراض الاكتئابية (-0,95)، ومشاعر الضغط الاقتصادي (-0,23)، والخوف من الموت (-0,65)" (ص 437). كما أن قدرة هذا المقياس على التمييز بين فئات مختلفة من الأفراد، في ضوء كل من العمر والخبرة كما ورد في دراسة وبستر (Webster, 2003)، تشير إلى تمتع هذا المقياس بمستوى صدق مقبول.

وقد قام الباحث بترجمة مفردات هذا المقياس، ثم عرضه على مجموعة من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس في كليتي: التربية، والمجتمع بجامعة الملك سعود، وتحليل آرائهم، تبين صدق المقياس. وللتأكد من صدق المقياس، قام الباحث باستخدام أسلوب التحليل العاملي التوكيدي للصدق، وحساب معامل ألفا لكرونباخ للثبات، وبيّن جدول (2) أبرز نتائج هذا التحليل باستخدام برنامج (AMOS22).

جدول (2)

نتائج التحليل العاملي التوكيدي للأبعاد الثلاثة المكونة للأبعاد الثلاثة للحكمة

مؤشرات جودة المطابقة	البعد المعرفي	البعد التأملي	البعد الوجداني
النسبة بين قيم مربع كاي χ^2 ودرجات الحرية df (أقل من 5)	3,43	4,02	2,67
الدالة الإحصائية P (أكبر من 0,05)	0,668	0,789	0,521
حسن مطابقة المؤشر GFI (أكبر من 0,90)	0,91	0,94	0,96
مؤشر المطابقة الطبيعي NFI (أكبر من 0,90)	0,96	0,92	0,94
مؤشر المطابقة المقارن CFI (أكبر من 0,95)	0,98	0,98	0,97
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التربيعي RMSEA (بين 0,05 و0,08)	0,069	0,067	0,061
تشعبات الفقرات المعيارية*	أقل تشعب	0,555	0,563
	أعلى تشعب	0,669	0,609
معامل كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي	0,89	0,90	0,94

* جميع قيم (ت) دالة إحصائية عند مستوى 0,05.

تُظهر نتائج جدول (2) أن الأبعاد المستخدمة لقياس الحكمة الشخصية صادقة من الناحية العملية، حيث تشير مؤشرات جودة المطابقة إلى أن كل بعد من أبعاد مقياس الحكمة، يمثل بنية واحدة يمكن قياسها من خلال مجموعة من الفقرات. وفي ضوء الأوزان الانحدارية (التشعبات) المعيارية التي تربط المتغير الكامن مع كل فقرة من الفقرات ذات العلاقة بقياس المتغير، والتي تعرف بمعاملات الصدق أو التشبع يمكن الحكم على صدق هذه الفقرات؛ لأن قيمتها كانت أكبر من (0,40) (Costello & Osborne, 2005). كما تشير قيم معامل ألفا لكرونباخ إلى ثبات المقياس. وللتأكد من الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، حسبت معاملات الارتباط بين درجات كل فقرة، والدرجة الكلية للمقياس الفرعي الذي تنتمي إليه هذه الفقرة، حيث راوحت قيم معاملات الارتباط بين (0,3) و(0,56) للفقرات والأبعاد الفرعية للمقياس.

وفي ضوء ما سبق، يتمتع مقياس الحكمة الشخصية المستخدم بخصائص سيكومترية عالية في البيئة السعودية.

ثانياً - مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي (Maslach & Jackson, 1981)، ترجمة محمود السلخي (2013): وفقاً للتحليل المفاهيمي الذي قام به كل من ماسلاش وجاكسون (Maslach & Jackson, 1981)، تم النظر للاحتراق النفسي على أنه: متلازمة تتكون من أبعاد ثلاثة، هي: الاستنزاف الانفعالي، وتبدل المشاعر، والتقييم الذاتي السلبي للإنجاز، وتم على هذا الأساس تصميم مقياس يتكون من (22) فقرة (مثال: لا أتمتع بالحيوية والنشاط الضروريين لمزاولة مهنتي)، وقد أظهرت الدراسات السابقة صدق هذا المقياس التلازمي من خلال ارتباطه بعدد من المحكات الخارجية؛ حيث أشارت دراسة بلاستسيد وواجليوتس (Platsidou & Agaliotis, 2008)، إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بين الدرجة الكلية للمقياس ومحك الرضا الوظيفي (-0,54)، أما دي فيتو (De Vito, 2009) فقد استخدم الذكاء الانفعالي كمحك خارجي للتأكد من صدق المقياس، وتوصل إلى وجود ارتباط دال إحصائياً بينهما (-0,42). وفي البيئة السعودية، أشارت بعض الدراسات إلى أن هذا المقياس يتمتع بقدرة على الصدق التمييزي بين فئات مختلفة من الأفراد في ضوء كل من العمر، والخبرة، والمؤهل العلمي، والنصاب التدريسي، كما ورد في دراسة يحيى الرفاعي ومحمد القضاة (2010). وقد قام الباحث بحساب الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي المُعد من قبل يحيى

الرافعي ومحمد القضاة (2010)، وتم تقنيه على البيئة السعودية، وطبقا على عينة استطلاعية قوامها (53) معلماً من خارج العينة الفعلية للدراسة الحالية، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين هذين المقياسين بلغ (0,41).

وللتأكد من ثبات المقياس في الدراسة الحالية، قام الباحث باحتساب قيمة معامل ألفا لكرونباخ لجميع أبعاد المقياس الثلاثة، ووجد أنها جيدة ومقبولة ودالة على ثباته؛ حيث راوحت القيم بين (0,87) في حدها الأدنى لبعد تبدل المشاعر، و(0,93) لبعد التقدير السلبي للإنجاز في حدها الأعلى. كما أظهرت نتائج الدراسة الحالية اتساق فقرات المقياس داخلياً؛ حيث راوحت قيم معاملات الارتباط (0,47) و(0,93) للفقرات والأبعاد الفرعية للمقياس، وكذلك للفقرات والدرجة الكلية للمقياس. وبمراجعة معاملات الصدق والثبات لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، يتضح تمتع المقياس بخصائص سيكومترية مقبولة، تُمكن من استخدامه في الدراسة الحالية.

ثالثاً - مقياس (قائمة) إكسفورد للسعادة النفسية، ترجمة أحمد عبدالخالق وآخرين (2003):

وتتكون هذه القائمة من (29) فقرة في الصورة العربية المعدلة، مصوغة بصورة إيجابية (مثال: لدي تفاؤل تجاه مستقبلي)، كما أن هذه القائمة لا تحتوي على أبعاد فرعية، وتتمتع بخصائص سيكومترية عالية من حيث الصدق والثبات؛ حيث أشارت دراسة عبدالخالق وآخرين (2003) إلى أن ارتباط الفقرة ببقية الفقرات، دال من الناحية الإحصائية، ويراوح بين (0,24 و 0,75)، وكشفت قيم ألفا لكرونباخ عن معدل ثبات مرتفع، بلغ (0,94). كما أظهرت دراسة داليا مؤمن (2004) أن معامل ألفا لكرونباخ لهذه القائمة بلغ (0,88). كما أظهرت نتائج بعض الدراسات السابقة ارتباط الدرجة الكلية لقائمة أكسفورد المترجمة للغة العربية ببعض المحكات الخارجية كالتفاؤل والانفعال الإيجابي والرضا عن الحياة والصحة بشقيها النفسي والجسمي (Abdel-Khalek & Lester, 2010). كما أظهرت دراسة (Ponterotto et al., 2007) ارتباط الدرجة الكلية للمقياس بشكل دال إحصائياً بالأبعاد الثلاثة لنموذج الشخصية متعددة الثقافات (الفتح العقلي) (0,16)، والتكيف (0,23)، والمبادرة الاجتماعية (0,42). وفي البيئة السعودية، أظهرت دراسة جان (2008) ارتباط الدرجة الكلية لقائمة أكسفورد للسعادة

النفسية وبشكل دال إحصائياً بكل من مقياس المساندة الاجتماعية (0,25)، ومقياس مستوى التدين (0,41)، والمستوى الاقتصادي المرتفع (0,36)، والحالة الصحية الإيجابية (0,51). كما أظهرت دراسة أحمد البهنساوي وآخرين (2012) وجود ارتباط دال إحصائياً بين هذه القائمة ومقياس الأمل (0,23). وأظهرت دراسة هناء شويخ (2010) تمتع هذه القائمة بمستوى صدق مقبول من خلال استخدامها لطريقة المجموعات المتضادة وطريقة تجانس الاختبار. ولمزيد من التحقق من صدق قائمة أكسفورد للسعادة النفسية، فقد قام الباحث بحساب الارتباط بين الدرجة الكلية لهذه القائمة ودرجات مقياس الأمل⁽¹⁾ للراشدين، إعداد سنايدر Snyder وترجمة أحمد عبد الخالق، وتقنين موزي القاسم (2011) في البيئة السعودية، وذلك بعد تطبيقهما على عينة دراسة استطلاعية، قوامها (41) معلماً، وقد أظهرت النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين هذين المقياسين بلغ (37,0).

كما قام الباحث باحتساب معامل ألفا لكرونباخ في الدراسة الحالية وبلغ (0,92)، وتعد هذه القيم مؤشراً واضحاً لمدى ثبات قائمة أكسفورد للسعادة النفسية. وبمراجعة معاملات الصدق والثبات لقائمة أكسفورد للسعادة النفسية المترجمة للغة العربية، يتضح تمتعها بخصائص سيكومترية مقبولة، تُمكن من استخدامها في الدراسة الحالية.

وتراوح بدائل الإجابة لكل فقرة من فقرات المقاييس الثلاثة من أقصى درجات الموافقة (موافق بشدة = 5 درجات) إلى أقصى درجات عدم الموافقة (غير موافق بشدة = 1 درجة)، وعليه قسمت مستويات كل من: الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحترق النفسي إلى ثلاثة مستويات - بحسب المتوسطات الحسابية للإجابات - على النحو الآتي: إذا قل المتوسط الحسابي عن (2,33) دل ذلك على مستوى ضعيف، في حين إذا راوحت قيم المتوسطات الحسابية بين (2,34 و 3,67) دل ذلك على مستوى متوسط، وأما إذا راوحت هذه القيم بين (3,68 و 5)، فإن ذلك يدل على أن المستوى عالٍ.

(1) يقصد بالأمل حالة دافعية موجبة تعتمد على الشعور بالنجاح، وطاقة موجهة نحو الهدف، والتخطيط نحو الهدف (موزي القاسم، 2011).

تحليل النتائج:

يتناول الباحث في ما يلي تحليلاً للنتائج التي توصلت إليها المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وبرنامج (AMOS 22)، لاختبار فروض الدراسة:

1- الفرض الأول: "توجد علاقة بين الأبعاد الثلاثة للحكمة، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض". وللتحقق من صحة هذا الفرض، قام الباحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وجاءت النتائج على النحو الذي يوضحها جدول (3).

جدول (3)

معامل ارتباط بيرسون بين كل من: الأبعاد الثلاثة للحكمة، والسعادة، والاحتراق النفسي

الاحتراق النفسي	السعادة النفسية	الأبعاد الثلاثة للحكمة الشخصية	المتغيرات
***0,563-	***0,453	***0,564	البعد المعرفي للحكمة
***0,331-	***0,661	***0,358	البعد التأملي للحكمة
***0,468-	***0,509	***0,621	البعد الوجداني للحكمة
***0,563-	***0,711	1	الأبعاد الثلاثة للحكمة الشخصية
***0,732-	1	***0,711	السعادة النفسية

*** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($0.01 \leq \alpha$).

يتضح من جدول (3) وجود ارتباطات دالة وسلبية، بين كل بعدٍ من أبعاد الحكمة الشخصية منفردة ومجموعة، والاحتراق النفسي؛ أي أن ارتفاع مستوى أي بعد من أبعاد الحكمة الشخصية، أو الأبعاد مجتمعةً لدى المعلم المبحوث، يصاحبه انخفاض في مستوى الاحتراق النفسي المصاحب. وفيما يتعلق بالعلاقة بين السعادة النفسية والاحتراق النفسي، فقد ارتبطت السعادة النفسية بشكل دال وسلبي بمستوى الاحتراق النفسي للمبحوثين؛ بمعنى أن ارتفاع شعور المبحوث بالسعادة، يسهم في تقليل مستوى الاحتراق النفسي، والعكس صحيح. كما يظهر جدول (3) وجود علاقة دالة إيجابية بين أبعاد الحكمة الشخصية، سواء أكانت

منفردة أم مجتمعة، والسعادة النفسية، وهذا معناه وجود تلازم متزامن بين السعادة، والحكمة الشخصية لدى العينة المبحوثة. وتؤكد نتائج جدول (3) وجود تجانس داخلي بين مكونات مقياس أردلت ثلاثي الأبعاد؛ حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى (0,0001). وعليه فإن الفرض الأول للدراسة يكون مقبولا.

2- الفرض الثاني: "يمكن التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي من خلال أبعاد الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض". وللتحقق من صحة هذا الفرض، استخدم الباحث تحليل الانحدار المتعدد، بعد التأكد من خضوع بيانات الدراسة للتوزيع الطبيعي؛ حيث أشارت نتائج كل من: اختبار كولمجراف - سمرنوف (1-Sample K-S)، واختبار شابيرو- ولك (Shapiro-Wilk) إلى عدم وجود دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) لجميع متغيرات الدراسة، ومن ثم خضوعها للتوزيع الطبيعي. كما تحقق من عدم وجود مشكلة في الأزواج الخطي بين متغيرات الدراسة المستقلة (الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، والسعادة النفسية) من خلال نتائج جدول (3) - التي أظهرت أن جميع معاملات الارتباط تقل عن (0,80) - ويبين جدول (4) نتائج تحليل الانحدار المتعدد.

جدول (4)

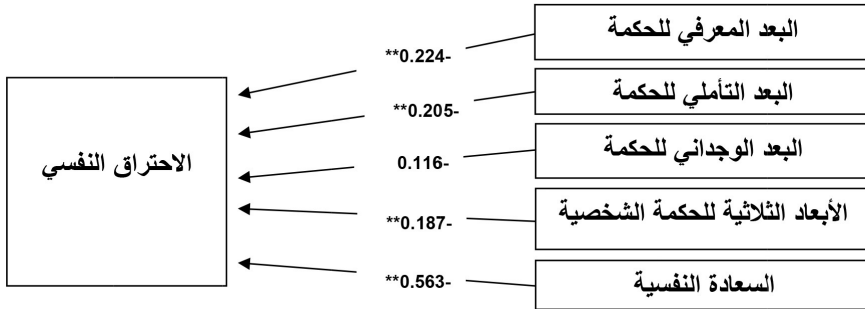
نتائج تحليل الانحدار المتعدد للتنبؤ بالاحتراق النفسي من الأبعاد الثلاثية للحكمة والسعادة

المتغيرات المستقلة	معامل التحديد R^2	قيم β	قيمة t	دلالة t الإحصائية
البعد المعرفي للحكمة	0,294	0,215-	16,71-	***0,006
البعد التأملي للحكمة	0,135	0,113-	14,82-	***0,009
البعد الوجداني للحكمة	0,014	0,092-	4,23-	0,242
الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية	0,211	0,228-	18,66-	***0,002
السعادة النفسية	0,306	0,572-	23,72-	***0,001
قيمة F ودالاتها الإحصائية معامل التحديد لجميع المتغيرات R^2	***345 ***0,518			

المتغير التابع: الاحتراق النفسي *** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$).

تبين نتائج تحليل الانحدار الواردة في جدول (4)، أن متغيرات البعد المعرفي، والبعد التأملي للحكمة والسعادة النفسية قادرة على التنبؤ بمستوى الاحتراق النفسي للمعلمين المبحوثين، وبمستويات دالة من الناحية الإحصائية، في حين غاب البعد الوجداني للحكمة عن ذلك التأثير، كما فسرت المتغيرات جميعها (51,8%) من التباين في مستوى الاحتراق النفسي. ونستخلص من مجمل النتائج الخاصة بالفرض الثاني للدراسة، أن متغير السعادة كان أعلى من الناحية التفسيرية لمستوى الاحتراق النفسي منه لمتغير الحكمة الشخصية؛ حيث فسر (30,6%) من هذا التباين.

3- الفرض الثالث: "يمكن الوصول إلى نموذج بنائي يفسر العلاقة بين كل من: الاحتراق النفسي، والأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، والسعادة النفسية لدى المعلمين بمدارس مدينة الرياض". ولفحص هذا الفرض، قام الباحث بافتراض نموذجين لطبيعة العلاقات بين متغيرات الدراسة؛ بحيث يفترض النموذج الأول أن تأثير كل من: الأبعاد الثلاثية للحكمة، والسعادة النفسية على مستوى الاحتراق النفسي يتم بشكل مستقل، أما النموذج الثاني، فيفترض أن تأثير الأبعاد الثلاثية للحكمة على مستوى الاحتراق النفسي يتم بشكل غير مباشر، من خلال تأثير الأبعاد الثلاثية للحكمة على متغير السعادة النفسية. ولاختبار هذين النموذجين، حسبت المصفوفة الارتباطية لمتغيرات الدراسة، مع ضبط أثر كل من: العمر، وعدد سنوات الخبرة، ثم استخدمت المصفوفة التي تتضمن هذه الارتباطات الجزئية في اختبار كل نموذج على حدة، وذلك باستخدام برنامج (AMOS 22) للنمذجة بالمعادلات الهيكلية، واستخدم التحليل الهيكلي (تحليل المسار) لاختبار التأثيرات المباشرة، وغيرالمباشرة بين متغيرات الدراسة الثلاثة، في ضوء النموذجين المفترضين. ويوضح الشكلان (1) و(2) نتائج هذا التحليل.



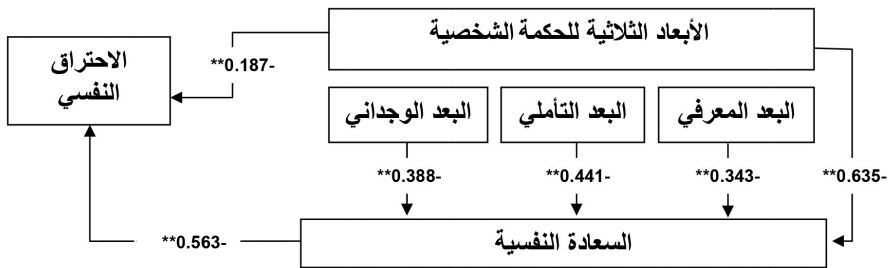
شكل (1)

نموذج الدراسة ومؤشرات حسن المطابقة

** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$).

مؤشرات حسن المطابقة للنموذج الأول

0,65	مؤشر المطابقة الطبيعي NFI (أكبر من 0,90)	5,34	النسبة بين قيم مربع كاي X^2 ودرجات الحرية df (أقل من 5)
0,82	مؤشر المطابقة المقارن CFI (أكبر من 0,95)	0,045	الدلالة الإحصائية P (أكبر من 0,05)
		0,78	حسن مطابقة المؤشر GFI (أكبر من 0,90)



شكل (2)

نموذج الدراسة الثاني ومؤشرات حسن المطابقة

** دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.01$).

مؤشرات حسن المطابقة للنموذج الثاني

0,962	مؤشر المطابقة الطبيعي NFI (أكبر من 0,90)	1,32	النسبة بين قيم مربع كاي X^2 ودرجات الحرية df (أقل من 5)
0,996	مؤشر المطابقة المقارن CFI (أكبر من 0,95)	0,879	الدلالة الإحصائية P (أكبر من 0,05)
		0,935	حسن مطابقة المؤشر GFI (أكبر من 0,90)

يتضح من شكل(1) أن النموذج الفرضي الأول لا ينطبق على البيانات المستمدة من الدراسة؛ حيث إن جميع مؤشرات جودة المطابقة لا تقع في المدى المثالي لها. وأما ما يتعلق بالنموذج الثاني (الشكل2)، فقد حصل على أعلى مؤشرات لحسن المطابقة، مع البيانات المستمدة من الدراسة، وجميع هذه المؤشرات تقع في المدى المثالي. وما يتعلق بالتأثير غير المباشر للأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية على الاحتراق النفسي، مروراً بالسعادة النفسية كعامل وسيط - الذي يتكون من حاصل ضرب معاملات المسارات - فتشير النتائج إلى أن قيمة هذا المسار قد بلغت (-0,358) (0,563X0,635)، وهذا يعني أنه يوجد تأثير عكسي وغير مباشر للأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية في مستوى الاحتراق النفسي، وذلك في حالة توسط السعادة النفسية؛ وذلك لأن قيمة التأثير غير المباشر تعادل نحو ضعفي قيمة التأثير المباشر للأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية على الاحتراق النفسي، البالغة (-0,187) من دون توسط السعادة النفسية.

مناقشة نتائج الدراسة واستنتاجاتها:

توصلت هذه الدراسة إلى النتائج الآتية:

1- وجود علاقة عكسية بين الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية، ومستوى الاحتراق النفسي، وأن هذه الأبعاد منفردة ومجتمعة، يمكنها تفسير جزء - لا بأس به - من التغير في مستوى الاحتراق النفسي لدى المعلمين، ومن ثم تملك القدرة على التنبؤ بالاحتراق النفسي. وهذه النتيجة تتفق - بشكل غير مباشر - مع دراسة كل من: أوزر وبيسوجلو (Öpzer & Beycioglu, 2010)، ودراسة جافادي وخاطب (Javadi & Khatib, 2014) اللتين أظهرتا أن الأبعاد المعرفية، والوجدانية والتأملية للمعلمين والمعلمات ذات علاقة عكسية، مع مستوى الاحتراق النفسي لديهم. وقد تعزى هذه النتيجة إلى طبيعة الأبعاد الثلاثة للحكمة الشخصية، المتمثلة في كل من: البعد المعرفي والبعد التأملي والبعد الوجداني؛ حيث إن هذه الأبعاد يمكن أن تعزز من قدرة المعلم على فهم مواقف الحياة الشخصية والعملية، وكيفية تعامله معها بطريقة واقعية ومنطقية، قائمة على معرفة المسببات والآثار الناجمة عنها بشكل عميق، وكذلك تمكنه من التغلب على ذاتيته المطلقة، والاستماع إلى وجهات نظر الآخرين المختلفة، والقدرة على ضبط انفعالاته الفردية نحو الآخرين، والأحداث والظواهر المحيطة به بشكل سليم. ومن ثم تعزز قدراته الذاتية؛ للحد من آثار

الجوانب الشخصية والوظيفية المسببة لشعوره بالاستنزاف الانفعالي، وتبلد المشاعر، وتقديره السلبي لإنجازاته، كأبعاد محورية للاحتراق النفسي. وقد أظهرت الدراسات السابقة أهمية العمليات المعرفية والذهنية على مستويات الاحتراق النفسي، كدراسة ديليجكريس (Deligkaris et al., 2014)؛ حيث إن الإخفاق في البعد المعرفي، والذهني والإدراكي للبيئة المحيطة، يسهم في زيادة إحساس الفرد بالاحتراق النفسي، ويزيد من حدته (Linden et al., 2005). وأظهرت دراسة ليزانو وباراك (Lizano & Barak, 2015) أثر الأبعاد الوجدانية في تقليل مستوى الاحتراق النفسي للأفراد العاملين، ومن ثم يكون التأثير إيجاباً على مستويات الرضا عن الوظيفة والحياة. كما أظهرت دراسة خالد عبدالوهاب (2009) أن الحكمة الشخصية تؤدي دوراً محورياً في التأثير على كفاءة الأداء للموظفين، ومن ثم قد يسهم ذلك في تقليل تقديره الذاتي السلبي لإنجازه كأحد أبعاد الاحتراق النفسي.

2- وجود علاقة عكسية بين السعادة النفسية، ومستوى الاحتراق النفسي، وإمكانية التنبؤ من خلالها بهذا النوع من الاحتراق؛ حيث استطاعت السعادة أن تفسر نسبة أعلى من الأبعاد الثلاثية للحكمة من التغير في مستوى الاحتراق النفسي. وهذه النتيجة تتفق مع دراسة جاننج (Janning, 2014) التي أظهرت وجود تأثير للسعادة على مستوى الاحتراق النفسي عند الأفراد، كما تتفق هذه النتيجة أيضاً مع دراسة شامس وكريمن ودافيري (Shams, Karimian, & Davari, 2014) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين السعادة والاحتراق النفسي من جهة، وإمكانية التنبؤ بالاحتراق النفسي من خلال متغير السعادة من جهة أخرى. وقد يعزى ذلك إلى أن السعادة النفسية، تمثل الحالة النفسية الثابتة نسبياً، والمتضمنة بالوجدان الإيجابي، وغياب الوجدان السلبي، والرضا عن الحياة (Argyle, 2001)، وهذه المكونات تسهم في تقليل الإرهاق العاطفي المتكرر، والإنهاك الشعوري العاطفي الناتج عنه، للذين يشكلان أبرز الأسباب المؤدية إلى الاحتراق النفسي بحسب رأي ماسلاش وجاكسون (Maslach & Jackson, 1981). كما أن الشعور بالسعادة يسهم في زيادة دافعية المعلم نحو الإنجاز، وتحمل ضغوطات العمل العالية؛ مما يقلل احتمالية وقوعه في براثن الاحتراق النفسي.

3- إن تأثير السعادة النفسية في الاحتراق النفسي، يزيد أهميةً على تأثير الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية. وقد يعزى ذلك إلى أن كلاً من: السعادة النفسية، والاحتراق النفسي، يمثلان حالة شعورية تلازمية في كثيرٍ من الأحيان، أما الحكمة

الشخصية، فتمثل عمليات عقلية وذهنية، تعزز الجوانب التأملية والوجدانية لدى المعلم، ففشل المعلم في تحقيق السعادة النفسية في مجال عمله وبيئته المحيطة، يمكن أن يسهم في تعزيز مستويات الاحتراق النفسي لديه، ومن ثم فإن فشله هذا يصبح عاملاً مضافاً، ومساعداً في زيادة شعوره بالضغط النفسية، التي تعتبر من أبرز مسببات الاحتراق النفسي.

4- توسط السعادة النفسية في العلاقة بين الأبعاد الثلاثية للحكمة الشخصية والاحتراق النفسي؛ حيث كانت قيمة التأثير غير المباشر تعادل نحو ضعفي قيمة التأثير المباشر من دون توسط السعادة النفسية. وعليه، فإنه إذا أدت الحكمة الشخصية إلى زيادة مستويات السعادة النفسية لدى المعلمين عينة الدراسة، فإن هذا سيؤدي إلى تقليل مستوى الاحتراق النفسي. وقد يعزى ذلك إلى أن الحكمة الشخصية، تسهل على المعلم التعامل مع العقبات والمصاعب، وتمكنه من تقدير الأشياء الجيدة على مستوى الحياة الشخصية والوظيفية؛ مما ينعكس إيجابياً على السعادة النفسية، التي بدورها قد تسهم في تقليل مستوى الاحتراق النفسي؛ حيث أشارت نتائج الدراسة الحالية إلى وجود علاقة إيجابية بين الحكمة الشخصية - ممثلة بثلاثة أبعاد - والسعادة النفسية، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة برجسما وأردلت (Bergsma & Ardel, 2012)، التي أشارت إلى وجود هذه العلاقة؛ ذلك أن الشخص الحكيم يعلم جيداً "فن التعايش"، أو أن يعيش حياة جيدة لنفسه ولغيره، ولمجتمعه ككل، وهذا يسهم في تعزيز جوانب السعادة الدائمة لديه. ويعزو ريدي (Reade, 2005) ذلك إلى أن الحكمة الشخصية، ما هي إلا مجموعة من العمليات المعرفية والاجتماعية، والتأملية والأخلاقية، التي تتضمن تنمية الوعي بالواقع الحياتي المعيش قبولاً وقيمةً، في محاولة تتجاوز مرحلة الندم على ما فات، وتقبل الوضع القائم كما هو، والتعامل مع مشكلاته بواقعية وفاعلية، في ضوء تبني أهداف حياتية مستقبلية، وفلسفة واضحة يتبناها بصورة تجعله أكثر تسامحاً مع ذاته والآخرين من حوله، وقبول منظور الآخر، وكل ذلك يسهم - بشكل كبير - في زيادة مستويات السعادة النفسية للفرد. وإذا كانت الحكمة الشخصية تجعل المعلم أكثر سعادةً، وتسامحاً وتصالحاً مع ذاته والآخرين من حوله، فإن ذلك - بلا أدنى شك - سينعكس إيجاباً على قدراته في إدارة الاحتراق النفسي الذي يمكن أن يتعرض له، وتجنب الأسباب المؤدية له. كما أنه في الحالات التي تقود الحكمة الشخصية فيها الأفراد إلى البحث عن المثالية، والالتزام العالي، والدافعية القوية

للنجاح المهني، ومن ثم زيادة فرصة تعرضهم للاحتراق النفسي (Freudenberger, 1974: 160)، فإن السعادة النفسية تساعد على تقليل هذه الفرصة، من خلال تقدير هذه الأمور بشكل يولد شعوراً إيجابياً لدى الفرد، بدلاً من توليد شعور ضاغط من الناحية النفسية.

الرؤية المستقبلية، والبحوث المقترحة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة، يمكن تقديم المقترحات الآتية:

- 1- أن تضع مؤسسات التعليم العام برامج؛ لتنمية الحكمة الشخصية لدى المعلمين؛ لما لذلك من ارتباط بالسعادة النفسية من جهة، وتقليل فرص وقوعهم في الاحتراق النفسي من جهة أخرى.
- 2- تضمين برامج إعداد المعلمين في مؤسسات التعليم العام مقررًا عن أبعاد الحكمة الشخصية، وأسس تحقيق السعادة النفسية.
- 3- العمل على إيجاد جو من التفاعل بين المعلمين في بيئة العمل، يشجع على تنمية الحكمة الشخصية، والتخلص من النظرة السلبية للحياة بشكل عام، والحياة الوظيفية بشكل خاص؛ مما يعزز السعادة النفسية، ويقلل فرص الاحتراق النفسي.
- 4- العمل على عقد ندوات ومحاضرات، وورش عمل تتناول الموضوعات والسلوكيات ذات العلاقة بأبعاد الحكمة الشخصية، مع التركيز على كيفية استبدال النظرة التشاؤمية والسلبية للحياة الوظيفية، بنظرة إيجابية وتفاؤلية، تعزز من مستويات السعادة النفسية، وتحد من مسببات الاحتراق النفسي وآثاره.
- 5- إجراء مزيد من الدراسات لنمذجة العلاقة بين بعض المتغيرات الديمغرافية، والوظيفية (كالجنس، والعمر، والمؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، وعدد سنوات الخبرة) وبين الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، والاحتراق النفسي.
- 6- إجراء دراسات تتناول الحكمة الشخصية، والسعادة النفسية، في علاقتهما بفاعلية التدريس الذاتية في الفصول الدراسية (Teaching self-efficacy).

المراجع:

- أحمد البهنساوي، علي كاظم، هلال النبهاني، أنور الزبيري، آمال جودة، موزي أبو القاسم. (2012)، الذكاء الانفعالي والسعادة والأمل لدى طالبات الجامعة في مصر وعمان واليمن وفلسطين والسعودية. دراسات عربية في علم النفس، 11(1): 1-43.
- أحمد عبد الخالق، تغريد الشطي، سماح الذيب، سوسن عباس، شيماء أحمد، نادية الثويني، نجا

- السعيدى. (2003). معدلات السعادة لدى عينات عمرية مختلفة من المجتمع الكويتي. *دراسات نفسية*، 13(4): 581-612.
- نادية جان. (2008). الشعور بالسعادة وعلاقته بالتدين والدعم الاجتماعي والتوافق الزواجي والمستوى الاقتصادي والحالة الصحية. *مجلة دراسات نفسية*، 18(4)، 601-648.
- خالد عبدالوهاب. (2009). أبعاد السلوك الحكيم وعلاقتها بكفاءة الأداء الإداري. *دراسات عربية في علم النفس*، 8(3): 417-467.
- داليا مؤمن. (2004). العلاقة بين السعادة وكل من الأفكار اللاعقلانية وأحداث الحياة السارة والضاغطة، المؤتمر السنوي الحادي عشر، لمركز الإرشاد النفسي بعنوان: "الشباب من أجل مستقبل أفضل"، (1): 427 - 461.
- عايدة صالح. (2013). الشعور بالسعادة وعلاقتها بالتوجه نحو الحياة لدى عينة من المعاقين حركيا المتضررين من العدوان الإسرائيلي على غزة. *مجلة جامعة الأقصى (سلسلة العلوم الإنسانية)*، 17(1): 189-227.
- محمود السلخي. (2013). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الإسلامية في المدارس الخاصة في مدينة عمان في ضوء بعض المتغيرات. *دراسات، العلوم التربوية*، 40(4): 1207 - 1229.
- منى الرحبي. (2012). البنية العاملية لمقياس ماسلاش للاحتراق النفسي لدى المعلمين بسلطنة عمان. "رسالة ماجستير غير منشورة"، قسم علم النفس التربوي، كلية التربية، جامعة السلطان قابوس، عُمان.
- موضي محمد القاسم (2011). الذكاء الوجداني وعلاقته بكل من السعادة والأمل. "رسالة ماجستير غير منشورة"، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة أم القرى.
- ناهد أحمد. (2012). الذكاء الثقافي وعلاقته بالحكمة والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية: صيغة مصرية من قياس الذكاء الثقافي. *دراسات عربية في علم النفس*، 11(3): 419-467.
- هناء شويخ (2010). إدراك الأعراض الجسمية المرتبطة بمرحلة الشيخوخة: دراسة تنبئية في ضوء الحكمة والسعادة وتقييم الصحة العامة. *دراسات عربية في علم النفس*، 9(1): 167-210.
- يحيى الرافعي، ومحمد القضاة. (2010). مستويات الاحتراق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات. *مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية*، 2(2): 297-351.
- Abdel- Khalek, A. & Lester, D. (2010). Personal and psychological correlates of happiness among a sample of Kuwaiti Muslim students. *Journal of Muslim Mental Health*, 5(2), 194 - 209.
- Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale. *Research on Aging*, 25(3), 275-324.
- Ardelt, M. (2009). Are older adults wiser than college students? A comparison of two age cohorts. *Journal of Adult Development*, 17(4), 193-207.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of happiness*. Routledge.

- Austin E. J., Saklofske D. H., & Egan V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38 (3), 547-558.
- Baltes, P.B., & Staudinger, U.M. (2000). The psychometric location of wisdom-related performance, intelligence, personality, and more. *Personality & Social Psychology Bulletin*, 23(11), 1200-1214.
- Bergsma, A., & Ardelt, M. (2012). Self-reported wisdom and happiness: An empirical investigation. *Journal of Happiness Studies*, 13(3), 481-499.
- Bigelow, J. (1991). Developing managerial wisdom. *Journal of Management Inquiry*, 1(2), 143-153.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression. *Personality and Individual Differences*, 34, 921-942.
- Clark, J. (2006). *Definition wisdom*, (Online) available: <http://dictionary.reference.com/browse/wisdom>.
- Cochrane, D. (1995). *Wisdom: A first approximation*, The wisdom page, (Online) available: <http://www.isn.net/info/dc-essa.html>
- Cordes, C. L., & Dougherty, T. W. (1993). A review and an integration of research on job burnout. *Academy of Management Review*, 18, 621-656.
- Costello, A., & Osborne, J. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: four recommendations for getting the most from your analysis. *Journal of Practical Assessment Research & Evaluation*, 10(7), 1-9.
- Deligkaris, P., Panagopoulou, E., Anthony J., & Elvira, M. (2014). Job burnout and cognitive functioning: A systematic review. *Work & Stress*, 28(2), 24-52.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., De Jonge, J., Janssen, P. M., & Schaufeli, W. B. (2010). Burnout and engagement at work as a function of demands and control. *Scandinavian Journal of Work Environment & Health*, 27(4), 279-286.
- Dewe, P. (1994). Primary appraisal, secondary appraisal, and coping: their role in stressful work encounters, *Journal of Occupational Psychology*, 34 (4), 331-351.
- De Vito, N. (2009). The relationship between teacher burnout and emotional intelligence: A pilot study, *Dissertation Abstract International -B*. 70(2B): 1373.
- Dunn, T. (2005), Living Wisdom. Working Paper.
- Francis, L. J., Ziebertz, H. G., & Lewis, C. A. (2003). The relationship between physical health and happiness among German student. *The Journal of Pastoral Psychology*, 51, 273-333.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30, 159-165.
- Germer, C. & Siegal, R. (eds) (2012). *Wisdom and compassion in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Glück J., & Bluck S. (2013). More wisdom: A developmental theory of personal wisdom. *In the scientific study of personal wisdom* (Eds) Ferrari M., Weststrate N., editors. (New York, NY: Springer), 75-98.
- Hsiu, H., Sheng-Hwang, C., Hsing-Yi, Y & Jiunn-Horng, L. (2010). Job stress,

- achievement motivation and occupational burnout among male nurses. *Journal of Advanced Nursing* <http://www3.interscience.wiley.com/journal/118486802/home>, 66(7), 1592-1601.
- Janning, F. (2014). The happiness of burnout. *Journal of Philosophy of Life*, 4(1):48-67.
- Javadi, F., & Khatib, M.(2014).On the relationship between reflective teaching and teachers' burnout. *International Journal of Research Studies in Language Learning*, 3(4), 85-96.
- Johnson, T. (2006). Wisdom: The highest aim of life and higher education. Working Paper.
- Kilburg, R. (2012). *Virtuous leaders: Strategy, character, and influence in the 21st century*. Washington, D C: American Psychological Association.
- Kupperman, J. J. (2005). Morality, ethics, and wisdom. In R. J. Sternberg & J. Jordan (Eds.), *A handbook of wisdom. Psychological perspectives* (pp. 245-271). New York: Cambridge University Press.
- Levenson, M. R., Jennings, P. A., Aldwin, C. M., & Shiraishi, R. W. (2005). Self-transcendence: Conceptualization and measurement. *International Journal of Aging and Human Development*, 60(2), 127-143.
- Linden, D., Keijsers, G. P. G., Eling, P., & Van Schaijk, R. (2005). Work stress and attentional difficulties: An initial study on burnout and cognitive failures. *Work & Stress*, 19, 23-36.
- Lloyd, G. (2005). *Delusions of invulnerability: Wisdom and morality in ancient greece, China and Today*. London: Bristol Classical Press.
- Lizano, E., & Barak, M. (2015). Job burnout and affective well-being: A longitudinal study of burnout and job satisfaction among public child welfare workers. society for social work and research. 19th Annual Conference: The Social and Behavioral Importance of Increased Longevity. New Orleans, LA.
- Lu, L. & Shih, J.B. (1997). Sources of happiness: A qualitative approach, *Journal of Social Psychology*, 137, 181-187.
- Maslach, C. & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- Natvig, G. K.; Albrektsen, G.; Qvarnstrom, U. (2002). Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *International Journal of Nursing Practice*, 9, 166 - 175.
- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007). An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits. *Journal of Research in Personality*, 41(4), 908-916.
- Nordstrom, A. (2015). *The Wisdom Imperative*. The wisdom page. (Online), available: <http://www.cop.com/info/wisdom.imperative.html>
- Özer, N. & Beycioglu, K., (2010). The relationship between teacher professional development and burnout. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 4928-4932.
- Platsidou, M. & Agaliotis, I. (2008) 'Burnout, Job satisfaction and instructional assignment-related sources of stress in Greek special education teachers',

- International Journal of Disability, Development and Education*, 55(1), 61-76.
- Poghosyan, L., Clarke, S., Finlayson, M., & Aiken. (2010). Nurse burnout and quality of care: cross-national investigation in six countries. *Research in Nursing & Health* <http://www3.interscience.wiley.com/journal/33706/home> > , 33(1), 288-298.
- Ponterotto, J.G., Costa-Wooford, C. I., Brobst, K., Spelliscy, D., Mendelsohn-Kacanski, J., & Scheinholtz, J. (2007). Multicultural personality dispositions and psychological well-being. *Journal of Social Psychology*, 147, 119-135.
- Reade, R. (2005). Maintaining enjoyment of life in the process of living with high cholesterol: agrouned theory stydy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 727-719.
- Reed, C. & Gerald, T. (2001). *Biotechnology: A multi-volume comprehensive treatise publication*: VCH, Weinheim; New York: (2nd) completely rev.ed..
- Schwarzer, R., Gerdamaries, S., & Catherin, T. (2000). Teachers burnout in Hong-Kong and Germany: A cross validation of Maslach Burnout Inventory. *Anxiety, Stress, and Coping*, 13(3), 36-52.
- Shams,F., Karimian, J., & Davari, J. (2014). The relationship between job burnout with the happiness of the physical education teachers in Isfahan schools. *International Journal of Sport Studies*, 4(9), 1058-1061.
- Sternberg, R.J. (Ed.). (1990). *Understanding wisdom: its nature, orgins, and development*. Cambridge: Cambridge University.
- Toppinen-Tanner, S. (2011). Process of burnout: structure, antecedents, and consequences. Tampere. Finnish Institute of Occupational Health. *People and Work Research Reports* 93.
- Veenhoven, R. (2003). Happiness. *The Psychologist*, 16, 128-129.
- Webster, J. (2003). An exploratory analysis of a self-assed wisdom Scale. *Journal of Adult Development*, 10 (1),13-22.
- Yaniv, I. & Choshen-Hillel. (2012). Exploiting the wisdom of others to make better decisions: Suspending judgment reduces egocentrism and increases accuracy. *Journal of Behavioral Decision Making*, 25, 427-434.

قدم في: مارس 2015
أجيز في: نوفمبر 2015

