King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences

Volume 4 | Issue 3 Article 4

7-20-2025

الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين

دعاء عبد الحميد الغامدي
باحثة – ماجستير في الصحة النفسية، كلية العلوم الاجتماعية والاعلام، جامعة جدة, Duaa-gh96@hotmail.com

شروق غرم الله الزهراني
أستاذ علم النفس المشارك، كلية العلوم الاجتماعية والاعلام، جامعة جدة, Salzahrani2@uj.edu.sa

Follow this and additional works at: https://kauj.researchcommons.org/jeps

Recommended Citation
الزهراني, شروق غرم الله (2025) "الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى and الغامدي, دعاء عبد الحميد عينة من الطيارين السعوديين," *King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences*: Vol. 4: Iss. 3, Article 4.
DOI: https://doi.org/10.64064/1658-8924.1121

This Article is brought to you for free and open access by King Abdulaziz University Journals. It has been accepted for inclusion in King Abdulaziz University Journal of Educational and Psychological Sciences by an authorized editor of King Abdulaziz University Journals.

مجلة جامعة الملك عبدالعزيز: العلوم التربوية والنفسية، م٤ع٣ ص ص: ١٤٨- ١٩٢ (٢٠٢٥م)
DOI: 10.64064/1658-8924.1121

الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين

دعاء عبد الحميد الغامدي
باحثة – ماجستير في الصحة النفسية
كلية العلوم الاجتماعية والاعلام، جامعة جدة
Duaa-gh٩٦@hotmail.com
د/ شروق غرم الله الزهراني
أستاذ علم النفس المشارك
كلية العلوم الاجتماعية والاعلام، جامعة جدة
Salzahrani٢@uj.edu.sa

مستخلص. هدفت هذه الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين، بالإضافة إلى التعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية استنادًا إلى متغيرات مثل(العمر، الحالة الاجتماعية، وعدد سنوات الخبرة.) تتكون عينة الدراسة من (٧٥) طيارًا من المملكة العربية السعودية، جميعهم من الذكور، حيث تتراوح أعمارهم بين ٢٠ عامًا و٣٦ عامًا فأكثر، وخبراتهم تتراوح بين سنة و١٦ سنة فأكثر. تم تطبيق المقياس العربي للصحة النفسية (٢٠١٦) ومقياس الاحتراق النفسي المهني (٢٠١٠) عليهم. ولتحقيق أهداف الدراسة، اعتمدت الباحثتان على المنهج الوصفي بشقيه الارتباطي/المقارن، واستخدمت الأساليب الإحصائية التالية للتحقق من ثبات وصدق أدوات البحث وصحة الفروض: التكرارات والنسب المئوية لوصف الخصائص الديموغرافية لعينة الدراسة، ومعامل ارتباط بيرسون للتحقق من صدق الاتساق الداخلي وتحديد العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية، ومعامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات المحاور المختلفة في أداة الدراسة، واختبار (ت) لعينتين مستقلتين لدراسة الفروق في الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية حسب الحالة الاجتماعية، واختبار كروسكال واليس لتحليل الفروق في الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية وفقًا لمتغيري العمر وسنوات الخبرة.

توصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية (سلبية) بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية، وتبين أيضًا وجود فروق في مستوى الاحتراق الوظيفي بناءً على متغير العمر، لصالح الذين تتراوح أعمارهم بين (٣١ –٣٥) سنة. لكن لم يظهر وجود فروق بناءً على متغير الحالة الاجتماعية. وأظهرت النتائج أيضًا وجود فروق في مستوى الاحتراق

الوظيفي بناءً على متغير الخبرة لصالح الذين خبرتهم تتراوح بين (٦ –١٠) سنوات. وأخيرًا، لم تظهر هناك فروق في مستوى الصحة النفسية بناءً على متغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، أما سنوات الخبرة، كانت النتائج لصالح الذين خبرتهم (١٦ سنة أو أكثر). وأوصت الدراسة بتعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى الطيارين السعوديين من خلال البرامج التدريبية، ومتابعة التحديات التي يواجهونها وتقديم الحلول الملائمة لهم، فضلاً عن توفير بيئة عمل محفزة وملهمة لتقليل مستويات الاحتراق الوظيفي لديهم.

كلمات مفتاحية: الاحتراق الوظيفي، الصحة النفسية، الطيارين السعوديين

المقدمة:

الطيران هو مهنة فريدة من نوعها حيث يتطلب من الأفراد العمل في بيئات عالية الارتفاع، ذات سرعات عالية، وتحمل مخاطر عديدة. يجد الطيارون أنفسهم في مواقف وتحديات معقدة تتطلب مهارات استثنائية ومعرفة متقدمة، إلى جانب قوة صمود عقلي وقدرة على التكيف(Feijo et al.,٢٠١٤) . لكن تأتي هذه المهنة مع نصيبها من الضغوطات، بما في ذلك الجداول الزمنية غير المنتظمة، والتغييرات المتكررة في المناطق الزمنية، وفترات الانفصال الطويلة عن الأسرة، والأعباء العملية الكبيرة، فضلاً عن متطلبات السلامة الصارمة (Andrew et al.,٢٠١١).

وفي ضوء ما سبق قد تكون هذه الضغوطات من مؤشرات الاحتراق الوظيفي. إذ يعتبر الاحتراق الوظيفي احد اهم القضايا التي تحد من إمكانيات نجاح العاملين ومستويات أدائهم كما يمثل تغييراً في اتجاهات وسلوكيات الافراد العاملين بطرق سلبية بسبب ضغط العمل المتزايد والمستمر . وينظر له انه المحصلة النهائية الناتجة من عناصر بيئة العمل الداخلية وخاصة عندما تكون تلك العناصر غير محتملة ومصادر الرضا الوظيفي غير متوفرة (الحريري ،٢٠١٢) .

كما كشفت دراسة Fanjoy et al.(٢٠١٠) التي شملت طياري الخطوط الجوية الإقليمية أن ٣٢,٦٪ من عينة الدراسة تم تحديدهم كمرشحين للاحتراق الوظيفي. على الرغم من أن هذه الدراسة استخدمت عينة صغيرة غير ممثلة من الطيارين، إلا أنها تشير إلى أهمية متلازمة الاحتراق الوظيفي لدى طياري الخطوط الجوية الإقليمية.

ومن جانب اخر تعرف منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية " انها حالة من الرفاهية التي يدرك فيها الفرد قدراته الذاتية، ويمكنه التعامل مع الضغوط العادية في الحياة، ويمكنه العمل بإنتاجية وفاعلية، وأن يسهم في مجتمعه".
(Galderisi et al.,٢٠١٥,p٢٣١–٢٣٣.)

كما تؤثر الصـــحة النفســـية للطيارين مباشـــرة على مهاراتهم في الطيران، وقدرتهم على اتخاذ القرارات، والاستجابة لحالات الطوارئ. أظهرت الدراسات أن القضايا الصحية النفسية بين الطيارين، مثل القلق والاكتئاب وأرق النوم والذهان، يمكن أن تؤدي إلى حوادث الطيران. لذلك، الحفاظ على الصحة النفسية للطيارين يُعتبر أمرًا أساسيًا لضمان سلامة الرحلات الجوية.

(Achnak et al.,٢٠١٨)

لذلك هنالك حاجة ملحة أكثر من أي وقت مضى لتأسيس ثقافة نفسية تهتم بالصحة النفسية في محيط العمل. حيث يعد مكان العمل نقطة البداية الرئيسية للتغيير الفعّال في تحسين وتطوير الصحة النفسية، مما يسهم في الوصول إلى الأهداف العامة المرتبطة بتحسين الجودة الحياتية للمجتمع والحفاظ على استقراره. وأشار خليفات (١٩٩٥) في دراسته ان هذه الديناميكية بين ظروف العمل والصحة النفسية والجسدية، وتأثيرها على معدلات الإنتاجية والكفاءة، وأهمية الاهتمام بالعوامل النفســـية وظروف العمل. كما يجب التركيز على تحديد المتغيرات والظروف في بيئة العمل التي لها تأثير كبير على الصحة النفسية والعمل على تحسينها وعلاجها، وذلك للحفاظ على صحة نفسية جيدة للعامل.

وفي ضوء ما سبق تركز هذه الدراسة على ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينه من الطيارين السعوديين، إذ ترى الباحثة ان هناك تداخل ما بين ظاهرة الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى هذه المجموعة المهنية حيث اشـــتملت الدراســـة الحالية على جانبين أحدهما نظري والآخر تطبيقي، الجانب الأول نظري ويتكون من فصلين، الفصل الأول تم فيه معرفة مشكلة الدراسة، أسئلة الدراسة، أهداف الدراسة، أهمية الدراسة، حدود الدراسة، مصطلحات الدراسة، والفصل الثاني شمل الإطار النظري والدراسات السابقة. الجانب الثاني التطبيقي ويحتوي على ثلاثة فصول ، الفصل الثالث يشمل منهج الدراسة وإجراءاتها ، الفصل الرابع يضم نتائج الدراسة ومناقشتها، الفصل الخامس يحصر خلاصة النتائج والتوصيات والمقترحات.

مشكلة الدراسة:

تتمثل الغاية الأســـاســـية للشـــركات في تعزيز الإنتاجية وتحســـين الأداء من خلال التركيز على الموارد البشرية، التي تُعتبر العنصر الرئيسي للإبداع والابتكار. تساهم بيئة العمل الصحية والمحافظة، التي تتضمن الدعم والمشـــاركة والتوازن بين المتطلبات، في تعزيز الصـــحة النفســـية للفرد. ومع ذلك، إذا كانت بيئة العمل مصدرًا للتوتر والضغوط النفسية، فقد يفقد الفرد شغفه بأداء مهامه، مما يجعل تحقيق الأهداف أمرًا صعبًا. يمكن أن تظهر علامات الاحتراق النفسي بعدة أشكال، مثل التعب والإرهاق، ومشاكل النوم، والصراع الداخلي، والتوتر الجسدي، والإحباط، والسلبية تجاه الآخرين، والتشاؤم، وفقدان القدرة على التحمل (القريوتي، الخطيب، ٢٠٠٦).

تتجلى مشكلة الدراسة في فهم العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى الطيارين السعوديين، ويمكن صياغة مشكلة البحث عبر الأسئلة التالية:

اسئلة الدارسة:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينه من الطيارين السعوديين ؟
- هل توجد فروق ذات دلاله إحصائية في مستوى الاحتراق الوظيفي تعزى للمتغيرات الديموغرافية (العمر – الحالة الاجتماعية – عدد سنوات الخبرة)؟
- هل توجد فروق ذات دلاله إحصائية في مستوى الصحة النفسية تعزى للمتغيرات الديموغرافية (العمر – الحالة الاجتماعية – عدد سنوات الخبرة)؟

أهداف الدراسة:

- الكشف عن العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينة الطيارين السعوديين
- معرفة الفروق في استجابة أفراد العينة نحو الاحتراق الوظيفي تعزى الى المتغيرات الديموغرافية (العمر – الحالة الاجتماعية – عدد سنوات الخبرة).
- معرفة الفروق في استجابة افراد العينة نحو الصحة النفسية تعزى الى المتغيرات الديموغرافية (العمر – الحالة الاجتماعية – عدد سنوات الخبرة).

أهمية الدراسة:

تتعلق أهمية الدراسة بالقيمة المضافة على النطاق النظري والتطبيقي الذي ستقدمه الدراسة في إطار الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالصحة النفسية لدى عينه من الطيارين السعوديين نظراً للمهام التي يقومون بها من أجل خدمة جميع فئات المجتمع، ومن خلال هذا فإن أهمية الدراسة ما يلي:

اولاً: الأهمية النظرية

إن القاء الضوء على دراسة ظاهرة الاحتراق النفسي من الأساسيات للاهتمام بالصحة النفسية لدى الافراد العاملين في قطاع النقل الجوي ومن بينهم الطيارين وهم فئة حساسة وجوهرية لدى المجتمع. كذلك تدعيم الحقل العلمي بدراسة جديده وعينه تعتبر الأولى من نوعها في المملكة العربية السعودية.

ثانياً: الأهمية العلمية

تستمد الدراسة العلمية أهميتها من دورها الأساسي في مجال البحث الميداني وتطبيقاته، حيث يُعتبر قطاع الطيران المدني السعودي مجالًا يتميز بالفعالية والسلامة، بالإضافة إلى أهمية الصحة النفسية والوقاية من تدني

مستوياتها. ومن المتوقع أن تسهم النتائج في تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات التي تهدف إلى تقليل الاحتراق الوظيفي وتعزيز الصحة النفسية، مما يساعد في خلق بيئة عمل ملائمة تزيد من رضا الطيارين.

حدود الدراسة :

١. الحدود الموضوعية:

تتمثل في التعرف على العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية.

٢. الحدود البشرية:

شملت الدراسة الحالية الطيارين في المملكة العربية السعودية

٣. الحدود المكانية :

طبقت على نطاق شركات النقل الجوي في المملكة العربية السعودية

٤. الحدود الزمانية :

أجريت الدراسة في الفصل الدراسي الثاني لعام ١٤٤٤/١٤٤٥

مصطلحات الدراسة:

مفهوم الاحتراق الوظيفي:

الاحتراق الوظيفي: " ظاهرة نفسية تصيب الموظفين بسبب ضغوط العمل تظهر في صورة اتجاهات سلبية نحو العمل وقلة الإنجاز الشخصي ، تنعكس اثارها على الفرد الموظف والمنظمة التي يعمل بها ، حيث يؤدي الى انخفاض الحيوية للفرد المصاب به وانخفاض مستوى الإنتاجية الفردية" (زيادة ،٢٠٢٠،ص. ١١٧-١٥٣).

ويشير (٢٠٢٠) Chirico انه حالة ينخفض فيها الأداء وتقدير الذات والشعور بالإرهاق وانعدام الشخصية.

بينما يرى (٢٠٢٠)Mamo ان الاحتراق الوظيفي هو حالة نفسية تصيب الأفراد الملتزمين والمتفانين في عملهم، حيث يشعرون بخيبة أمل من بيئة عملهم التي كانت مصدرًا لتطويرهم ومساعدتهم في تحقيق أهدافهم المهنية. يحدث الاحتراق الوظيفي عندما يتلاشى الشغف والحماس تجاه المهنة، ويحل مكانه شعور بالرتابة والتقييد في العمل.

كما تعرف(٢٠١٧)Luna انه الإجهاد في العمل مما يؤدي الى الاستنزاف العاطفي والتقييم السلبي للذات وهو نهاية للإجهاد المنتظم لاسيما العمل بشكل يومي ويعرقل بشكل مباشر إتقان وبراعة العمل.

تعرف الدراسة الحالية الاحتراق الوظيفي إجرائيًا بأنه شعور الطيارين في المملكة العربية السعودية بالإنهاك الانفعالي، أو تدني الإنجاز الشخصي، أو فقدان الشعور بالهوية تجاه الذات أو الآخرين، بدرجة تؤثر على

استعدادهم لمواصلة العمل بنفس الجودة والإنتاجية. ويُقاس هذا الشعور من خلال النتائج التي يحصلون عليها من مقياس الاحتراق الوظيفي

النظريات المفسرة للاحتراق الوظيفي:

توجد العديد من النظريات النفسية والاجتماعية التي تناولت ظاهرة الاحتراق الوظيفي وهي:

- نظرية التحليل النفسي : تلخّص هذه النظرية فكرة الصراع الذي ينشأ عندما يضغط الفرد على نفسه لتحقيق النجاح في العمل مقابل اهتمامه بالعمل وتحقيق الأهداف المنشودة. (الفريحات والربضي،٢٠٠٩)
- النظرية الوجودية (المعرفية):ترى النظرية إلى أن الاحتراق الوظيفي يحدث نتيجة عدم الرضا وعدم التكيف مع المواقف المختلفة التي يواجها الفرد، مما يؤدي إلى اعتماد إدراك سلبي للظروف. بالإضافة إلى ذلك، فإن افتقاد الفرد للمعنى في الحياة يمكن أن يؤدي إلى شعوره بعدم الأهمية في الحياة، وبالتالي يسهم في حدوث الاحتراق الوظيفي. (الحاتمي ، ٢٠١٤)
- نظرية الصراع : تركز النظرية المستمدة من الفلسفة الماركسية على الصراع الطبقي بسبب التوزيع غير المتساوي للموارد، حيث تستفيد الجماعات القوية من التفاوت، ويُعد هذا الصراع أساس التغيرات الاجتماعية. (الحوراني ، ٢٠٠٨)
- نظرية الدور : تفترض أن سلوك الأفراد يتأثر بالأدوار الاجتماعية التي يؤدونها، حيث ترتبط هذه الأدوار بواجبات وحقوق معينة. الأدوار تشكل الأساس للمؤسسات التي تشكل بدورها التركيب الاجتماعي (الحسن،٢٠٠٥)

ثانيا: الصحة النفسية:

الصحة النفسية تعني تحقيق الانسجام النفسي الداخلي وتوافق القدرات العقلية مع الشعور بالرضا والرفاهية التي لا تتعارض مع الإنتاج الفردي والنظام العام للحركة الاجتماعية والثقافية و الصحة النفسية فهي سلوك وانفعالات قريبة من العادات الطبيعية والمستمرة. ولكل مجتمع ثقافته وأعرافه وتقاليده الخاصة به. (العبودي،٢٠١٨)

ويعرف الباحث عبدالخالق(٢٠١٥) الصحة النفسية انها حالة انفعالية معرفية مركبة ثابتة نسبياً ، وهي الشعور بالبهجة، والسكون، والقناعة ،والقبول مع الذات والأخرين ، وصحة العقل والاقبال على الحياة مع الشعور بالحيوية، والقوة، ويصل في هذه المرحلة الى درجة مرتفعة نسبياً من التوافق النفسي والاجتماعي مع علاقاته الاجتماعية.

وتعرف الدراسة الحالية الصحة النفسية بأنها : حالة من الثبات والتكامل بين الوظائف النفسية للفرد يشعر جراء ذلك بدرجة من القبول والكفاية ، وهي الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس الصحة النفسية.

الشـخص ذو الصـحة النفسـية الجيدة هو الذي يمتلك القدرة على التعامل بفعالية مع التحديات والمشـاكل التي تطرأ في حياته، ويسـتطيع التكيف بشـكل صـحيح مع مختلف المواقف والظروف الحياتية. و في ما يلي عرض لأهم عناصر الصحة النفسية بداية بمفهومها وانتهاء بمظاهرها:

وفقًا لبطرس (٢٠٠٨م)، يُعرف الصـحة النفسـية بأنها تمتلك الفرد قدرًا من التوافق الشـخصـي والاجتماعي مع الذات والآخرين، والرضـا عن الحياة وتحقيق الأهداف المرسـومة لها، والقدرة على التعامل مع متطلباتها وتكوين سلوكيات يقبلها الواقع وتتماشى مع المعايير المجتمعية المعتمدة.

و تناول فهمي (٢٠٠٥) مفهوم الصـحة النفسـية من جانبين: المفهوم الأول يعتبر الصـحة النفسـية كوجه من جوانب المرض العقلي أو النفسـي، وهذا المفهوم مقبول في ميادين الطب العقلي. أما المفهوم الثاني، فيأخذ منحى إيجابياً وشـاملاً، حيث يرتبط بقدرة الفرد على التوافق مع نفسـه والمجتمع الذي يعيش فيه. يترتب عن ذلك التمتع بحياة خالية من التوتر والاضطرابات، ومليئة بالحماس ،و يعني هذا أن الفرد يكون راضياً عن ذاته ويقبل نفسه كما يقبل الآخرون.

النظريات المفسرة للصحة النفسية:

نظرية التحليل النفسي: أنصـار التحليل النفسـي يرون أن الصـحة النفسـية أسـاسـية للكفاءة. وفقًا لفرويد، نقصـها يؤدي إلى ضعف الإنجاز والكفاءة ويجعل الفرد عرضة للكبت والإسقاط، مما يعيق حياته الفعالة. (عبد الغفار ،٢٠٠٧م)

تركز نظرية فرويد على تجارب الطفولة، حيث كان يُنظر إلى الصـحة النفسـية في البداية كغياب للأعراض، لكنها تطورت لتشـير إلى غياب الصـراعات اللاشـعورية. من منظور فرويد، تُعرَّف الصـحة النفسـية بالقدرة على التعبير عن الحب والعمل الإيجابي والإبداع. كما يرى أن التوازن بين الهو، الأنا، والأنا العليا هو المفتاح لتحقيق الصحة النفسية في التفاعل مع المجتمع. (ربيع ، ٢٠١٠).

النظرية السلوكية: علماء النفس مثل واطسون، وثورندايك، وبافلوف، وسكنر، وغيرهم ينتمون إلى منهجية تعديل السلوك. يعتقد أتباع هذا النهج أن الصحة النفسية تنبع من عملية التعلم والتنشئة الاجتماعية، حيث يتعلق الأمر بانتقاء الأفراد لعادات فعّالة تسـهّل التفاعل مع الآخرين وتمكنهم من التصـدي للمواقف التي يواجهونها. (عبدالحميد ، ٢٠٠٧)

والشخص الذي يتمتع بصحة نفسية يتبنى سلوكيات مقبولة اجتماعيًا، مما يساعده على التوافق مع ذاته والمجتمع ويحقق احتياجاته الشخصية ورضا المجتمع. بالمقابل، الشخص الذي يعاني من ضعف الصحة النفسية قد يفشل

في اكتســـاب هذه الســـلوكيات أو يتبع ســـلوكيات غير مقبولة، مما يســـبب له صـــراعًا داخليًا..(أبو حويج، والصفدي،٢٠٠٩).

كما تعتبر عملية التعلم ضـرورية في تشـكيل الشـخصـية، حيث تُكتسـب العادات من خلال مبادئ مثل التشـريط والتعزيز. عندما يمارس الطفل أنشـطة إيجابية بعد مرحلة الردود السـلبية، يتعلم أنه يحصـل على التشـجيع عند تكرار الاستجابات المناسبة.(فوزي، ٢٠٠١)

ترى الباحثة ان النظرية السلوكية تربط مفاهيم الصحة النفسية بقدرة الشخص على تبني عادات متناسبة مع البيئة المحيطة به والتي يتم قبولها من قبل المجتمع وتشـــجيعه على اكتســـابها. تلك العادات تعزز قدرة الفرد على التفاعل بفعالية مع الآخرين والتكيف مع التحديات بنجاح.

النظرية الإنسانية: توجه المفكرين الإنسانيين نحو فهم الصحة النفسية وعلى مدى تحقيق الفرد لإنسانيته بشكل كامل، حيث يتباين هذا التحقيق من شخص لآخر، مما يؤثر على مستويات صحتهم النفسية. يعد أبراهام ما سلو وكارل روجرز من بين أبرز العلماء النفســـيين الذين نظروا إلى هذا الجانب، ويمكن تلخيص آرائهم كالتالي (العناني،٢٠٠٣) :

أبراهام ما ســلو: يرى ما ســلو أن للإنســان حاجات متعددة، وتختلف هذه الحاجات بشــكل هرمي وفقًا لنظريته للحاجات. يحقق الفرد الصـحة النفسـية، في رؤية ما سـلو، عندما ينجح في تحقيق هذه الحاجات بطريقة متوازنة ويصل إلى تحقيق إنسانيته بشكل كامل.

كارل روجرز: يعتقد أن الصــحة النفســية تتحقق عندما يتناســب مفهوم الذات الإيجابي مع المعايير الاجتماعية والفهم الشخصي. بالتالي، الفرد الذي يحقق التوافق بين سلوكه ومفهومه عن ذاته يتمتع بصحة نفسية جيدة.

الدراسات السابقة:

عدد الدراسات التي تناولت موضوعي الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية، وندرة الدراسات بين العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية ومن هذه الدراسات:

دراسات عن الاحتراق الوظيفي:

- **دراسـة الزهراني (٢٠٢٠):** تركزت الدراسـة على تقدير انتشـار ظاهرة الاحتراق المهني بين الكادر الصـحي في وزارتي الموارد البشـــرية والتنمية الاجتماعية، واســـتكشـــاف العلاقة بين الاحتراق المهني والمتغيرات الديموغرافية مثل النوع، والحالة الاجتماعية، والعمر، والمؤهل العلمي، وتحديد المصـدر وأسـباب انتشـاره، وطرق علاجه. شـملت العينة (١١٢) موظفًا تم اختيارهم عشـوائيًا، وتم تطبيق المنهج الوصـفي التحليلي بالاعتماد على اسـتبانة. من أبرز النتائج التي توصـلت إليها الدراسـة: تبيّن أن درجة الاحتراق المهني لدى

العاملين الصـــحيين في الوزارتين كانت منخفضـــة، وأن صـــلاحية العمل وعوامل الضـــغط لها تأثير على الاحتراق المهني، ولكن عوامل الضـــغط تظهر تأثيرًا أكبر من صـــلاحية العمل. كما لم يتبيّن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق المهني والمؤهل العلمي.

- **دراسـة (٢٠٢٠).Zhang et al** :هدفت هذه الدراسـة الرئيسـية إلى عدة نقاط: ١-تقييم انتشـار متلازمة الاحتراق بين الأطباء في الصـــين، ٢-تحديد العلاقات بين متلازمة الاحتراق والعوامل الديموغرافية، ٣-اسـتكشـاف دور الانتماء النفسـي في العلاقة بين الاحتراق المهني والدعوة المهنية. شـملت العينة (٢٦١٧) طبيبًا صـينيًا. طبق المنهج الوصـفي ، وتم جمع العينة باسـتخدام كرة الثلج من خلال اسـتخدام مقياس جرد الإرهاق الوظيفي و مقياس الانتماء النفسي كذلك مقياس الدعوة المهنية .أظهرت النتائج :أن ٨٥,٧٩% من الأطباء الصـــينيين يعانون من أعراض الاحتراق. لم تظهر اختلافات كبيرة في أعراض الاحتراق بناءً على العمر، اللقب الوظيفي، أو ساعات العمل اليومية. ومع ذلك، تبين أن الاحتراق لدى الأطباء يرتبط بالانتماء النفسي والدعوة المهنية ، أيضًا أن الانتماء النفسي يوسط العلاقة بين الاحتراق المهني والدعوة المهنية.
- **دراسـة سـعد (٢٠٢١)** :أجرت الدراسـة تحليلًا للعلاقة بين جودة الحياة الوظيفية والاحتراق الوظيفي، وهما متغيران رئيسيان في مجال السلوك التنظيمي. هدفت الدراسة إلى تحديد وجود علاقة إحصائية بينهما، وفهم تأثير جودة الحياة الوظيفية على مستوى الاحتراق الوظيفي، وقدرتها على التنبؤ بمستوى الاحتراق الوظيفي. اسـتخدمت الدراسـة منهج الوصـفي التحليلي واعتمدت على اسـتبيان كأداة أسـاسـية لجمع البيانات من عينة مكونة من (١٢٣) عاملاً في مكتبات جامعة الإسكندرية. أظهرت النتائج :أن مستوى جودة الحياة الوظيفية في المكتبات كان متوسـطًا، بينما كان مسـتوى الاحتراق الوظيفي منخفضًـا. وتوضـح الدراسـة وجود علاقة سالبة دالة إحصـائيًا بمستوى دلالة معين (٠,٠١) بين الاحتراق الوظيفي وجودة الحياة الوظيفية لدى العينة المدروسـة. بالإضـافة إلى ذلك، أظهرت النتائج أن أبعاد جودة الحياة الوظيفية لها تأثير دال إحصـائيًا في تحديد قيمة الاحتراق الوظيفي.
- **دراسـة نصـر، القبي(٢٠٢٣)** :هدفت هذه الدراسـة إلى تقدير مسـتوى انتشـار ظاهرة الاحتراق الوظيفي كما يدركها أعضـاء هيئة التدريس في كلية الاقتصـاد بجامعة سـرت. اسـتخدم الباحثان عينة مكونة من (٤٥) عضـوًا هيئة تدريس في جامعة سـرت، ونفذوا المنهج الوصـفي. شـملت الدراسـة اسـتخدام اسـتبانة لجمع معلومات مجتمع الدراسـة، تم تقسـيمها إلى جزئين، حيث تناول الجزء الأول الاحتراق الوظيفي وأبعاده مثل الانهاك الوظيفي وتدني مستوى الإنجاز وتبلد المشاعر، في حين تضمن الجزء الثاني معلومات عن الأداء الوظيفي.أظهرت النتائج : وجود ارتباط طردي بين الانهاك الوظيفي ومسـتوى الأداء الوظيفي، وكذلك وجود

ارتباط طردي بين تدني مستوى الإنجاز والاحتراق الوظيفي. بالإضافة إلى ذلك، كشفت الدراسة وجود ارتباط طردي بين تبلد المشاعر ومستوى الأداء الوظيفي. ووجود علاقة بين الاحتراق الوظيفي ومستوى الأداء الوظيفي.

- **دراسة العمودي ، السديري (٢٠٢٣):** تركزت الدراسة على تقدير تأثير الاحتراق الوظيفي وضعف نظام الحوافز على التسرب الوظيفي للمراجعين الخارجيين في المملكة العربية السعودية. تم تصميم استبانة إلكترونية لجمع البيانات، وشملت العينة (٢٠٩) مراجعًا خارجيًا. استخدم المنهج الإيجابي في التحليل.أظهرت النتائج : وجود تأثير إيجابي وذو دلالة إحصائية لكل من الاحتراق الوظيفي وضعف نظام الحوافز على التسرب الوظيفي للمراجعين الخارجيين. كما توصلت الدراسة إلى أن ضعف نظام الحوافز يلعب دورًا أكبر في التأثير على التسرب الوظيفي للمراجعين الخارجيين.
- **دراسة العزب ، رفاعي (٢٠٢٣)** :هدفت الدراسة إلى تحليل مستويات التنمر في مكان العمل والاحتراق الوظيفي، وتحديد العلاقة بينهما من خلال عينة عشوائية تضم(٣٦٨) عاملًا في شركة مصر للطيران. تم اعتماد المنهج الوصفي، وتطبيق مقاييس وصفية للمتغيرين (الاحتراق الوظيفي والتنمر) من إعداد الباحث. أظهرت النتائج وجود علاقة جوهرية موجبة بين التنمر في مكان العمل والاحتراق الوظيفي.

دراسات عن الصحة النفسية:

- **دراسة محمد (٢٠١٥):** هدفت الدراسة إلى استكشاف العلاقة بين الصحة النفسية ونظرة الحياة لدى موظفي مستشفى الخرطوم التعليمي. تم جمع عينة تضم (٨٠) موظفًا، مع توزيع الجنسين بنسبة (٤٦) ذكرًا و(٣٤) أنثى. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، واستخدمت مقياس الصحة النفسية الذي وضعته أم كلثوم لجمع البيانات. أظهرت النتائج: أن الصحة النفسية لموظفي مستشفى الخرطوم التعليمي تتميز بارتفاع، ونظرتهم للحياة تتميز بالإيجابية، كما توجد علاقة إيجابية بين الصحة النفسية ونظرة الحياة لدى الموظفين. ولم تظهر فروق في الصحة النفسية بناءً على سنوات الخبرة، بينما كانت هناك فروق في الصحة النفسية بين الجنسين لصالح الذكور.
- **دراسة اللباد (٢٠٢١):**هدفت الدراسة لتقييم مستوى الصحة النفسية بين طلاب المرحلة الثانوية، والعلاقة بين الصحة النفسية والأداء الدراسي. شملت الدراسة عينة من (١٥٦) طالبًا وطالبة في مدارس التعليم الثانوي بمدينة الأصابعة. تم استخدام منهج وصفي ارتباطي، ومقياس الصحة النفسية المعد من قبل علوان الزبيدي وسناء مجول. أظهرت النتائج : أن طلاب السنة الثالثة ثانوي يتمتعون بمستوى جيد من الصحة النفسية، ووُجدت علاقة إيجابية ومعنوية إحصائيًا بين الصحة النفسية والأداء الدراسي، حيث زادت

مستويات الصحة النفسية مع زيادة التحصيل الدراسي ، كذلك وجود فروقات إحصائية في مستويات الصحة النفسية بناءً على الجنس، حيث كان مستوى الصحة النفسية أعلى بشكل ملحوظ بين الذكور مقارنة بالإناث.

- **دراسة البادية (٢٠٢٢)** : أجرت الدراسة تحليلًا للعلاقة بين مستويات الضغوط النفسية والصحة النفسية لدى معلمي محافظة الظاهرة في سلطنة عُمان، حيث شملت العينة (٤٠٠) معلم ومعلمة. اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، واستخدمت مقياسين: الأول هو مقياس الضغوط النفسية، والثاني هو مقياس الصحة النفسية. أظهرت النتائج: أن مستوى الضغوط النفسية كان متوسطًا بين معلمي محافظة الظاهرة، بينما كان هناك مستوى مرتفع في مستوى الصحة النفسية لدى العينة. ووُجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الصحة النفسية، لصالح الذكور. لم تُظهر النتائج فروقًا ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والصحة النفسية تعزى لمتغير سنوات الخبرة. استنتجت الدراسة إمكانية التنبؤ بالصحة النفسية من خلال مستويات الضغوط النفسية لدى معلمي محافظة الظاهرة.
- **دراسة ساسي ، أبو خزام (٢٠٢٣)**:تركزت الدراسة على فحص مدى استمتاع طلاب الجامعة بالصحة النفسية ومدى وعيهم الذاتي، وكشفت العلاقة بين الصحة النفسية والوعي الذاتي لدى الطلاب الجامعيين. شملت العينة (٨٠) طالبًا وطالبة من جامعة طرابلس، واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي الارتباطي، وتطبيق مقياس الغرة غوالي ومقياس ليوناردر – ديروجيتس، س. ليمان، لينوكوفي قياس الصحة النفسية. أظهرت النتائج: أن الطلاب أكثر عرضة للأعراض الجسمانية والوسواس القهري والحساسية التفاعلية والقلق، بينما كانت الطالبات أكثر عرضة للاكتئاب والخوف الفوبيا. كما أظهرت الدراسة أن الطلاب أكثر وعيًا بالذات من الطالبات، سواء كان ذلك في البعد الخاص أو العام.
- **دراسة المطيري (٢٠٢٣)** : هدفت الى تحليل العلاقة بين الصحة النفسية والتماسك النفسي لدى الممارسين الصحيين في وحدات العزل في مدينة جدة خلال جائحة كورونا .شملت(٣٤٤)ممارسًا صحيًا في مستشفى جامعة الملك عبد العزيز بجدة، واتبعت المنهج الوصفي التحليلي واستخدمت الاستبانة كأداة رئيسية لجمع البيانات. أظهرت الدراسة : أن الممارسين الصحيين يتمتعون بمستوى مرتفع من الصحة النفسية والتماسك النفسي، ووجدت علاقة إحصائية بينهما. كما كانت هناك اختلافات جنسية في الصحة النفسية، حيث شعر الذكور بمستوى أعلى من الصحة النفسية مقارنة بالإناث، بينما لم تظهر فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين في التماسك النفسي.لم تظهر أي فروق دالة إحصائيًا بين مختلف الوظائف في الصحة النفسية والتماسك النفسي.

دراسة تناولت العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية:

- **دراســة (٢٠١٦).Lopatkiewicz et al** : هدفت الدراســة إلى تقييم مدى انتشــار الاحتراق المهني وأعراض الصــحة النفسـية بين الممرضــات النفسـيات في سـت دول أوروبية، وتحليل المسـاهمة المحتملة للاحتراق المهني في الصـحة النفسية للممرضـات. شـملت الدراسـة (٣٢٧) ممرضـة يعملن في مسـتشـفيات نفسية في بولندا، سلوفاكيا، جمهورية التشيك، ألمانيا، إيطاليا، والمجر ، وتطبيق المنهج الوصفي ،و استخدم المشاركون استبيان ميزلك لقياس الاحتراق المهني واستبيان الصـحة العامة لقياس الصـحة النفسية.أظهرت نتائج الدراسة : أن هناك علاقة بين الاحتراق المهني ومشاكل الصحة النفسية لدى الممرضات، حيث يعتبر الاسـتنفاذ العاطفي أكبر مؤشـر على سـوء الصـحة النفسـية، ويتفاقم مع التقدم في العمر والخبرة العملية ، ووجدت أن معظم أعراض الصــحة النفســية تزداد ســوءًا مع الزمن، وأن هناك علاقة بين الاحتراق المهني ومشـاكل الصـحة النفسـية، حيث يتفاقم الاحتراق المهني مع تفاقم مشـاكل الصـحة النفسـية. أيضًـا لوحظ أن الممرضـات ذوات التعليم الثانوي يعانين من مسـتويات أعلى من الاحتراق المهني، نتيجة لانخفاض مسـتوى الإنجاز الشخصي لديهن.

التعقيب على الدراسات السابقة:

- من خلال مراجعة الدراسات السابقة، يظهر أنها تتنوع في أهدافها، ولم تشمل أيًا منها اهداف المتغيرات التي تناولتها الدراســة الحالية، وذلك داخل نطاق البحث الذي قامت به الباحثة، ســواء كانت تلك الدراســات من الأدبيات العربية أو الأجنبية.
- يظهر اهتمام الباحثين بموضوع الإحتراق الوظيفي والصحة النفسية ، ويعكس ذلك تنوّع الدراسات والأبحاث التي تناولت هذه الموضوعين في مختلف المجالات.
- من حيث المنهج استخدمت الباحثة في الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي وهو ما اتفقت فيه مع دراسة كل من (محمد ،٢٠١٥) ودراسة (Galletta et al, ٢٠١٦) و دراسة (اللباد ،٢٠٢١) و دراسة (ساسي ، أبو خزام ،٢٠٢٣).
- من حيث العينة دراســة واحد فقط متماثلة مع عينة الباحثة وهي دراســة (العزب ، رفاعي ،٢٠٢٣) بينما شملت الدراسات الأخرى تنوع في تحديد العينة فمنهم الكادر الصحي، وهيئة التدريس و الطلاب و الأمهات.
- تختلف عينات الدراسـات السـابقة من باحث لآخر بناءً على نوع المشـاركين. وبالتالي، ينبغي أخذ الاعتبار بأن هناك اختلافًا بين عينات البحث الحالي وعينات الدراســات الســابقة، وهو أمر طبيعي يعكس تنوع الظروف والسياقات التي أجريت فيها هذه الدراسات.

- تحاكي الدراسة الحالية العديد من الدراسات السابقة التي اعتمدت على استخدام الاستبانة كأداة بحثية.
- الدراســـة الحالية تُعد واحدة من الدراســـات العربية النادرة التي ترتبط بين متغير الاحتراق الوظيفي ومتغير الصـحة النفسـية في إطار حدود علم الباحثة. ونتيجة لذلك، تسـاهم الدراسـة الحالية في سـد الفجوة في هذا المجال. أيضا على حسب بحث الباحثة دراسة اجنبية واحدة فقط تناولت نفس متغيرات البحث وهي دراسة (Lopatkiewicz et al,٢٠١٦)
- الدراسات العربية والأجنبية قد تناولت موضوع الاحتراق باستخدام مصطلحات متعددة مثل الاحتراق المهني، الوظيفي، النفسي، وذلك للتعبير عن مفهوم واحد.

يتضـح أن هذه الدراسات ساهمت بشكل ملحوظ في بناء الإطار النظري للدراسة الحالية. واستفادت الباحثة من المناهج والأدوات المعتمدة، كما قامت بتحديد العينة واختيار الأســاليب الإحصــائية الملائمة، إلى جانب تحليل النتائج واســتخلاص التوصــيات. بناءً على ذلك، يمكن القول إن الدراســات الســابقة لعبت دورًا مؤثرًا في دعم الدراسة الحالية وتوجيهها، رغم وجود اختلافات في الأهداف والأدوات والمنهجيات المستخدمة.

فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينه من الطيارين السعوديين.
- توجد فروق ذات دلالة احصــائية وفقا لاختلاف متغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، عدد ســنوات الخبرة على درجات مقياس الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين.
- توجد فروق ذات دلالة احصــائية وفقا لاختلاف متغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، عدد ســنوات الخبرة على درجات مقياس الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين

المنهج والاجراءات

منهج الدراسة:

بما أن البحث الحالي يهدف إلى دراسة العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية، وفي ضوء أهداف الدراسة وفروضها استخدمت الباحثة (المنهج الوصفي) بشقية (الارتباطي/ المقارن)، "وهو ذلك النوع من أساليب البحث الذي يمكن بواســطته معرفة ما إذا كانت ثمة علاقة بين متغيرين أو أكثر، معرفة درجة تلك العلاقة". (العســاف،٢٠١٢، ص٢٨٣)، فالمنهج الوصــفي الارتباطي لمعرفة العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصــحة النفسـية، أما المنهج الوصـفي المقارن لتحديد الفروق ومعرفة دلالتها الإحصـائية بين الاحتراق الوظيفي والصـحة النفسية تبعًا لمتغيرات الدراسة (العمر، الحالة الاجتماعية، سنوات الخبرة).

مجتمع الدراسة:

تتألف عينة الدراسة من (٧٥) طيارًا من المملكة العربية السعودية، تم اختيارهم عشوائيًا لتمثيل المجتمع الأصلي، وتوزيع المقياســـين عليهم. جميع المشـــاركين من الذكور، وتتراوح أعمارهم بين ٢٠ عامًا و٣٦ عامًا أو أكثر، بخبرات تتفاوت بين سنة واحدة و١٦ سنة أو أكثر.

عينة الدِّراسَة:

عينة عشوائية بسيطة مكونة من (٧٥) طياراً من الطيارين في المملكة العربية السعودية.

خصائص أفراد عينة الدراسة:

يتصف أفراد عينة البحث بعدد من الخصائص تتمثل في: العمر، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الخبرة، وذلك على النحو التالي:

جدول رقم (١) توزيع عينة البحث وفقاً لخصائهم الديموغرافية

المتغيرات	الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
العمر	٢٠–٢٥ سنه	٧	٩,٣
	٢٦–٣٠ سنه	١٩	٢٥,٣
	٣١–٣٥ سنه	١٣	١٧,٣
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٨,٠
الحالة الاجتماعية	أعزب	٢٦	٣٤,٧
	متزوج	٤٩	٦٥,٣
سنوات الخبرة	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٤,٧
	٦– ١٠ سنوات	١١	١٤,٧
	١١–١٥ سنه	٤	٥,٣
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٥,٣
الإجمالي		٧٥	١٠٠,٠

يوضح الجدول رقم (١) توزيع أفراد عينة البحث وفقاً لخصائصهم الديموغرافية، فبالنسبة للعمر فإن هناك (٣٦) فرد بنســـبة (٤٨,٠%) عمرهم (٣٦) ســـنه فأكثر، في حين أن هناك (٧) من أفراد عينة البحث بنســـب (٩,٣%) عمرهم يتراوح بين (٢٠–٢٥) سنه، وفيما يتعلق بالحالة الاجتماعية فإن ما يزيد على نصف أفراد عينة البحث متزوجين بتكرار (٤٩) طياراً وبنســـبة (٦٥,٣%)، في حين أن هناك (٢٦) من أفراد عينة البحث بنســـبة (٣٤,٧%) من غير المتزوجين، وفيما يتعلق بعدد ســـنوات الخبرة فإن ما يقارب من نصـــف أفراد عينة البحث

خبرتهم (١٦) سنه فأكثر بتكرار (٣٤) طياراً وبنسبة (٤٥,٣%)، في حين أن هناك (٤) طيارين بنسبة (٥,٣%) خبرتهم بين (١١-١٥ سنه)

أدوات البحث:

بناءً على طبيعة البيانات المراد جمعها، وعلى المنهج المتبع في الدراسة، وفروض الدِّراسَة؛ استخدمت الباحثة الأدوات التاليَّة في جمع البيانات: المقياس العربي للصحة النفسية (٢٠١٦)، مقياس الاحتراق النفسي المهني (٢٠١٠)، وفيما يلي وصف لهذه الأدوات وخصائصها السيكومترية، وذلك على النحو التالي:

المقياس العربي للصحة النفسية:

يشتمل المقياس العربي للصحة النفسية على (٥٠) بنداً تعد جميعها مؤشرات إيجابية للصحة النفسية، وقد صيغت كل البنود بصيغة الإثبات وليس النفي، وللتحكم في وجهة الاستجابة بالموافقة، وبعض أساليب الاستجابة الأخرى، في المقياس العربي للصحة النفسية، اقترح الباحث طريقة جديدة وطبقها؛ إذ أضيفت عشرة بنود بوصفها حشواً، ذات مضمون مرضي نفسي، وذلك من دون أن تدخل هذه البنود في حساب الدرجة الكلية للمقياس، وهي البنود: ٦-١٣-١٨-٢١-٢٢-٢٤-٣٠-٣٨-٤٥-٤٩، ويجاب على بنود المقياس على أساس مقياس خماسي الشدة، يمتد من (١): لا ، إلى (٥): كثيراً جداً، وعليه فإنه بعد استبعاد تلك العبارات العشر يصبح إجمالي عدد العبارات التي تدخل حسابياً في المقياس هي (٤٠)، وعليه يمكن أن تتراوح الدرجة الكلية بين (٤٠)، (٢٠٠) وتشير الدرجة المرتفعة إلى صحة نفسية جيدة، والجدول التالي يوضح أبعاد المقياس:

جدول رقم (٢) يوضح أبعاد مقياس الصحة النفسية

الأبعاد	العبارات	عدد العبارات
الرضا	١-٢-٣-٤-٧-٨-١٥-١٦	٨
الثقة بالنفس	٢-١٢-١٦-١٩-٣٥-٤١-٤٤-٤٧	٨
التفاؤل	٥-٩-٢٠-٢٥-٣٦-٣٧	٦
الفرح	٧-٨-١١-١٤-٢٦-٢٧-٤٨	٧
الحياة ذات المعنى	٢٨-٢٩-٣٣-٣٤-٤٦	٥
الاستقرار	١٢-١٥-١٧-٢٣-٣٩-٤٠-٤٢	٧

الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الأصلي:

للتحقق من صـــدق المقياس قامت الباحثتان بعرض المقياس في صـــورته الأولية (٩٢) عبارة على (٤) أعضـاء هيئة تدرسـي بقسـم علم النفس و (١٢) طالباً من طلاب الدراسـات العليا، وتم اسـتبعاد المقياس التي حصلت على متوسط (٣) أو أكبر، ووفقاً لما سبق فقد تم حذف عدد من العبارات (٣٠) عبارة ليصل ا لمقياس إلى (٦٢) عبارة، وللتحقق من صـدق الاتسـاق الداخلي قام الباحث باسـتخدام الصـدق المرتبط بمحك خارجي بقياس معامل الارتباط بين المقياس العربي للصـحة النفسـية ومقاييس علم النفس الإيجابي، حيث جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصـــائياً، وتراوحت بين (٠,٤٦) لمقياس تحقيق الذات، و (٠,٨٣) لمقياس التفاؤل، وفيما يتعلق بالثبات فقد اســتخدم الباحث معامل الفا كرونباخ، وتراوحت معاملات الثبات بين (٠,٩٤، ٠,٩٨)، وتشير إلى معاملات ثبات جيدة.

الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي:

تم التحقق من الخصـــائص الســـيكومترية للمقياس عن طريق معامل ارتباط بيرســـون، ومعامل ثبات الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك على النحو التالي:

صدق الاتساق الداخلي لمقياس الصحة النفسية:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الصحة النفسية باستخدام معامل الارتباط بيرسون، حيث تم حســـاب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه العبارة، كما توضح ذلك الجداول التالية.

جدول (٣) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات أبعاد مقياس الصحة النفسية بالدرجة الكلية لكل بُعد من الأبعاد

الرضا		الثقة بالنفس		التفاؤل	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	**٠,٧٧٩	٢	**٠,٧٢٣	٥	**٠,٨٩٥
٢	**٠,٦٧٣	١٢	**٠,٧٧٠	٩	**٠,٨٩٤
٣	**٠,٧٧٢	١٦	**٠,٦٦٥	٢٠	**٠,٨٦٢
٤	**٠,٨٣٨	١٩	**٠,٧٩٩	٢٥	**٠,٩٠٩
٧	**٠,٨٢٠	٣٥	**٠,٧٢٠	٣٦	**٠,٨٦٩

الرضا		الثقة بالنفس		التفاؤل	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
٨	**٠,٨٦١	٤١	**٠,٦٤٤	٣٧	**٠,٥٩٧
١٥	**٠,٧٦٣	٤٤	**٠,٧٨٥	–	–
١٦	**٠,٧٥٣	٤٧	**٠,٦٨٦	–	–
**٠,٩٥٨		**٠,٨٧٤		**٠,٨٨٧	
الفرح		الحياة ذات المعنى		الاستقرار	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
٧	**٠,٨٣٢	٢٨	**٠,٧٦٦	١٢	**٠,٦١٢
٨	**٠,٨٣٨	٢٩	**٠,٨٢٤	١٥	**٠,٧٩٢
١١	**٠,٨٤٤	٣٣	**٠,٨٥٧	١٧	**٠,٨٢٤
١٤	**٠,٧٩٥	٣٤	**٠,٨٧٩	٢٣	**٠,٨٥٠
٢٦	**٠,٧٧٠	٤٦	**٠,٨٢٨	٣٩	**٠,٦٠٤
٢٧	**٠,٧٥٣	–	–	٤٠	**٠,٧٤٣
٤٨	**٠,٥٦٥	–	–	٤٢	**٠,٧٤٨
**٠,٩٢٢		**٠,٨٩٤		**٠,٩٠١	

** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضح من خلال الجدول رقم (٣) أن جميع معاملات ارتباط العبارات مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه جاءت دالة عند مستوى (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط للعبارات بين (٠,٥٦٥، ٠,٩٠٩)، وللأبعاد تراوحت بين (٠,٨٧٤، ٠,٩٥٨)، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتساق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق الدراسة الحالية.

صدق المقارنة الطرفية لمقياس الصحة النفسية:

تم استخدام أسلوب المقارنة الطرفية للتعرف على الصدق التمييزي لمقياس الصحة النفسية، حيث أخذت الباحثتين (٣٣,٠%) من درجات العينة أعلى التوزيع، و(٣٣,٠%) من درجات العينة أدنى التوزيع، ثم حساب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي المجموعتين، وبما أن العدد الكلي للعينة الاستطلاعية يساوي (٣٠) فرد، لاستخراج عدد أفراد الثلث الأعلى، أو الأدنى للتوزيع، فضرب هذا العدد في القيمة (٠,٣٣)، فوجد أنه يساوي (٩,٩)،

اختارت الباحثتان (١٠) أفراد من المجموعة ذات الدرجات العليا، و (١٠) أفراد من المجموعة ذات الدرجات الدنيا، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (٤) نتائج اختبار مان ويتني (Mann–Whitney) بين المجموعات العليا والمجموعات الدنيا في درجات العينة الاستطلاعية على مقياس الصحة النفسية

المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية
(٣٣%) أعلى التوزيع	١٠	١٥,٥٠	١٥٥,٠	٣,٧٨١	٠,٠٠١
(٣٣%) أدنى التوزيع	١٠	٥,٥	٥٥,٠		

من خلال الجدول (٤) يتضح أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد الدراسة بالمجموعة العليا، وأفراد الدراسة بالمجموعة الدنيا على مقياس الصحة النفسية، وذلك لصالح الأفراد بالمجموعة العليا بمتوسط درجات (١٥,٥٠)، مقابل (٥,٥) لأفراد العينة بالمجموعة الدنيا، إذن هذا الاختبار استطاع أن يميز بين المجموعات ذات الدرجات العليا، والمجموعات ذات الدرجات الدنيا بمقياس الصحة النفسية، ومنه الاختبار صادق على عينة الدراسة الحالية؛ لأنه استطاع أن يميز بين أفراد العينة.

الصدق الاتفاقي:

قام الباحثان بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط مع مقياس آخر يقيس الصحة النفسية وهو مقياس (الركيبي، ٢٠١٩)، وهو مقياس يتكون من (٣٣) عبارة، وحساب معاملات الارتباط بينه وبين المقياس الحالي، وجاء النتائج على النحو التالي:

جدول (٥) معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين مقياس العربي للصحة النفسية ومقياس الركيبي للصحة النفسية

م	المقياس العربي للصحة النفسية	معاملات الارتباط مع مقياس الركيبي للصحة النفسية
١	الرضا	**٠,٦٧٢
٢	الثقة بالنفس	**٠,٨١٧
٣	التفاؤل	**٠,٦٥٤
٤	الفرح	**٠,٦٣٨
٥	الحياة ذات المعنى	**٠,٧١١
٦	الاستقرار	**٠,٧٢١
الدرجة الكلية للمقياس		**٠,٦٩٠

يتضح من خلال الجدول رقم (٥) أن ارتباطات مقياس العربي للصحة النفسية مع معقياس الركيبي للصحة النفسية جاءت جميعها إيجابية ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٦٥٤، ٠,٨١٧)، وجميعها معاملات ارتباط تعكس درجة عالية من الصدق الاتفاقي لهذا المقياس.

ثبات مقياس الصحة النفسية:

قامت الباحثتان بقياس ثبات مقياس الصحة النفسية باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول رقم (٦) يوضح معامل الثبات لمحاور أداة الدراسة وهي:

جدول (٦) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس الصحة النفسية

م	المحور	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
١	الرضا	٠,٩٠٦	٠,٩٢٥
٢	الثقة بالنفس	٠,٨٥٨	٠,٨٠١
٣	التفاؤل	٠,٩١٥	٠,٨٨٠
٤	الفرح	٠,٨٨٩	٠,٧٨٢
٥	الحياة ذات المعنى	٠,٨٩١	٠,٨٩٨
٦	الاستقرار	٠,٨٨٠	٠,٧٦٣
	الثبات الكلي	٠,٩٢٨	٠,٨٨٥

يوضح الجدول رقم (٤) أن مقياس الصحة النفسية يتمتع بثبات مقبول إحصائيًا، حيث بلغت قيمة معامل الثبات الكلية (ألفا) (٠,٩٢٨)، والتجزئة النصفية بعد تصحيحه عن طريق معامل جتمان (٠,٨٨٥)، وهي درجات ثبات عالية، كما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بين (٠,٨٥٨، ٠,٩١٥)، بمعامل ألفا كرونباخ، وتراوحت بين (٠,٧٦٣ ٠,٩٢٥) بالتجزئة النصفية، وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

مقياس الاحتراق النفسي المهني:

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٦٢) عبارة، تقس الاحتراق النفسي المهني، والدرجة المرتفعة عليه تشير إلى ارتفاع في الاحتراق النفسي، بينما الدرجة المنخفضة تشير إلى انخفاض في الاحتراق النفسي، ويتضمن المقياس (٥) أبعاد يوضحها الجدول التالي:

جدول رقم (٧) يوضح أبعاد مقياس الاحتراق النفسي المهني

الأبعاد	العبارات	عدد العبارات
الإنهاك النفسي والبدني	١-٣-٦-١٠-١١-١٢-١٣-١٥-١٦-١٧-١٩-٢١-٢٢-٢٣-٣١-٣٢-٣٥-٤٠-٥٠-٥١-٥٥	٢١
اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	٥-١٤-٢٤-٣٣-٣٤-٤١-٤٨-٥٦-٥٨-٥٩	١٠
الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	٧-١٨-٢٦-٢٨-٣٨-٤٤-٤٥-٥٢-٦٠-٦٢	١٠
عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	٢-٤-٨-٩-٢٠-٢٩-٣٠-٣٩-٤٢-٤٦-٤٧-٤٩-٥٣-٥٧	١٤
المصاحبات الاجتماعية والأسرية	٢٥-٢٧-٣٦-٣٧-٤٣-٥٤-٦١	٧

وبالنسبة لتصحيح المقياس فقد اعتمد معد المقياس على مقياس ليكرت الخماسي، وهي تنطبق دائماً (٥) درجات، وتنطبق غالباً (٤) درجات، تنطبق أحياناً (٣) درجات، تنطبق نادراً (درجتان)، لا تنطبق أبداً (درجة واحدة).

الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي المهني في البحث الأصلي:

للتحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس قامت الباحثان باستخدام معامل ارتباط بيرسون، حيث تراوحت معاملات الارتباط لبعد الإنهاك النفسي والبدني بين (٠,٢٨٨، ٠,٧٦٣)، ولبعد اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل بين (٠,٣٧١، ٠,٦٤٥)، ولبعد الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز بين (٠,٥٢١، ٠,٧١٩)، ولبعد عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل بين (٠,٤١٢، ٠,٧٦٩)، ولبعد المصاحبات الاجتماعية والأسرية بين (٠,٤٧٢، ٠,٧٠٤)، وتراوحت معاملات الارتباط للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس بين (٠,٥٣١، ٠,٩٥٠)، وجميعها معاملات ارتباط جيدة، كما تم استخدام الصدق التمييزي، حيث بينت النتائج القدرة التمييزية للاختبار، حيث بلغت قيمة (ت) (٢٢,٦٥) بمستوى دلالة (٠,٠٠١)، وهو ما يشير إلى صدق تمييز مرتفع إلى حد كبير، كما تم استخدام معامل الفا كرونباخ للثبات، حيث بلغت قيمة الثبات الكلية (٠,٩٥٣)، وتراوحت للأبعاد بين (٠,٦٨٨، ٠,٨٩٧)، وهي معاملات ثبات جيدة تشير إلى مستوى مطمئن من الثبات.

الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي المهني في البحث الحالي:

تم التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الاحتراق النفسي المهني عن طريق معامل ارتباط بيرسون، ومعامل ثبات الفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وذلك على النحو التالي:

صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي المهني:

تم التأكد من صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي المهني باستخدام معامل الارتباط بيرسون، حيث تم حســـاب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس بالدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه العبارة، كما توضح ذلك الجداول التالية.

جدول (٨) معاملات ارتباط بيرسون لعبارات أبعاد مقياس الاحتراق النفسي المهني بالدرجة الكلية لكل بُعد من الأبعاد

الإنهاك النفسي والبدني		اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل		الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز		عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل		المصاحبات الاجتماعية والأسرية	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
١	**٠,٦٢٦	٥	**٠,٧٥٠	٧	**٠,٧٦٧	٢	**٠,٧٨٦	٢٥	**٠,٨٣٧
٣	**٠,٦٢٢	١٤	**٠,٥٧١	١٨	**٠,٧٠٨	٤	**٠,٧٥١	٢٧	**٠,٦٤٠
٦	**٠,٨٤١	٢٤	**٠,٧٧٠	٢٦	**٠,٦٥٨	٨	**٠,٦٩٢	٣٦	**٠,٧١٣
١٠	**٠,٦٩٩	٣٣	**٠,٨٠٤	٢٨	**٠,٨٢١	٩	**٠,٧٣٨	٣٧	**٠,٧٠٥
١١	**٠,٨٦٢	٣٤	**٠,٦٨٠	٣٨	**٠,٦٩٠	٢٠	**٠,٧٧٤	٤٣	**٠,٤٨٩
١٢	**٠,٧١٣	٤١	**٠,٧٢٩	٤٤	**٠,٨٨٣	٢٩	**٠,٧٦٠	٥٤	**٠,٧٥٨
١٣	**٠,٨٣٠	٤٨	**٠,٧٠٩	٤٥	**٠,٨٠٣	٣٠	**٠,٨١٥	٦١	**٠,٧٣٤
١٥	**٠,٨٦١	٥٦	**٠,٨٠٦	٥٢	**٠,٧١٤	٣٩	**٠,٨٣٨	–	–
١٦	**٠,٨٨١	٥٨	**٠,٧٠٧	٦٠	**٠,٧٢٦	٤٢	**٠,٨٣٨	–	–
١٧	**٠,٨٤٧	٥٩	**٠,٦٥٩	٦٢	**٠,٦٥٨	٤٦	**٠,٥٠٣	–	–
١٩	**٠,٨٢٩	–	–	–	–	٤٧	**٠,٧٧٠	–	–
٢١	**٠,٨٧٣	–	–	–	–	٤٩	**٠,٨٠٣	–	–
٢٢	**٠,٨٦٩	–	–	–	–	٥٣	**٠,٧٢١	–	–
٢٣	**٠,٨٠٠	–	–	–	–	٥٧	**٠,٧٠٥	–	–
٣١	**٠,٨٩٦	–	–	–	–	–	–	–	–

الإنهاك النفسي والبدني		اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل		الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز		عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل		المصاحبات الاجتماعية والأسرية	
الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط	الفقرة	معامل الارتباط
٣٢	**٠,٨١٣	–	–	–	–	–	–	–	–
٣٥	**٠,٥٩٠	–	–	–	–	–	–	–	–
٤٠	**٠,٨٨١	–	–	–	–	–	–	–	–
٥٠	**٠,٦٤٥	–	–	–	–	–	–	–	–
٥١	**٠,٨٨٧	–	–	–	–	–	–	–	–
٥٥	**٠,٨١١	–	–	–	–	–	–	–	–
**٠,٩٧٦		**٠,٩١٠		**٠,٨٣٥		**٠,٩٥٥		**٠,٨٧٧	

** دال عند مستوى ٠,٠١

يتضـــح من خلال الجدول رقم (٦) أن جميع معاملات ارتباط العبارات مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه جاءت دالة عند مســـتوى (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط للعبارات بين (٠,٤٨٩، ٠,٨٩٦)، وللأبعاد بين (٠,٨٣٥، ٠,٩٧٦)، وهذا يعطي دلالة على ارتفاع معاملات الاتســـاق الداخلي، كما يشير إلى مؤشرات صدق مرتفعة وكافية يمكن الوثوق بها في تطبيق الدراسة الحالية.

صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاحتراق النفسي:

تم استخدام أسلوب المقارنة الطرفية للتعرف على الصدق التمييزي لمقياس الاحتراق النفسي، حيث أخذت الباحثة (٣٣,٠%) من درجات العينة أعلى التوزيع، و(٣٣,٠%) من درجات العينة أدنى التوزيع، ثم حســـاب الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي المجموعتين، وبما أن العدد الكلي للعينة الاستطلاعية يساوي (٣٠) فرد، لاستخراج عدد أفراد الثلث الأعلى، أو الأدنى للتوزيع، فضرب هذا العدد في القيمة (٠,٣٣)، فوجد أنه يساوي (٩,٩)، اختارت الباحثتان (١٠) أفراد من المجموعة ذات الدرجات العليا، و (١٠) أفراد من المجموعة ذات الدرجات الدنيا، ، والجدول التالي يوضح النتائج:

جدول (٩) نتائج اختبار مان ويتني (Mann-Whitney) بين المجموعات العليا والمجموعات الدنيا في درجات العينة الاستطلاعية على مقياس الاحتراق المهني

المجموعات	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "Z"	الدلالة الإحصائية

(٣٣%) أعلى التوزيع	١٠	٢٠,٠	٢٦٠,٠	٤,٣٣٩	٠,٠٠١
(٣٣%) أدنى التوزيع	١٠	٧,٠	٩١,٠		

من خلال الجدول (٩) يتضح أن هناك فروقًا ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد الدراسة بالمجموعة العليا، وأفراد الدراسة بالمجموعة الدنيا على مقياس الاحتراق النفسي المهني، وذلك لصالح الأفراد بالمجموعة العليا بمتوسط درجات (٢٠,٠)، مقابل (٧,٠) لأفراد العينة بالمجموعة الدنيا، إذن هذا الاختبار استطاع أن يميز بين المجموعات ذات الدرجات العليا، والمجموعات ذات الدرجات الدنيا بمقياس الاحتراق النفسي المهني، ومنه الاختبار صادق على عينة الدراسة الحالية؛ لأنه استطاع أن يميز بين أفراد العينة.

الصدق الاتفاقي:

قامت الباحثتان بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط مع مقياس آخر يقيس الاحتراق النفسي المهني وهو مقياس (أطريح وعباس، ٢٠٢٣) للاحتراق الوظيفي، وهو مقياس يتكون من (١٥) عبارة، وحساب معاملات الارتباط بينه وبين المقياس الحالي، وجاء النتائج على النحو التالي:

جدول (١٠) معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين مقياس الدراسة للاحتراق المهني ومقياس (أطريح وعباس، ٢٠٢٣)

م	الاحتراق النفسي المهني	معاملات الارتباط مع مقياس (أطريح وعباس، ٢٠٢٣) للاحتراق الوظيفي
١	الإنهاك النفسي والبدني	٠,٧٩١**
٢	اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	٠,٨١٥**
٣	الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	٠,٧٩٤**
٤	عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	٠,٦٧٦**
٥	المصاحبات الاجتماعية والأسرية	٠,٧٥١**
الدرجة الكلية للمقياس		٠,٨١٣**

يتضح من خلال الجدول رقم (١٠) أن ارتباطات مقياس الدراسة للاحتراق النفسي المهني مع مقياس أطريح وعباس للاحتراق الوظيفي جاءت جميعها إيجابية ودالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين (٠,٦٧٦، ٠,٨١٥)، وجميعها معاملات ارتباط تعكس درجة عالية من الصدق الاتفاقي لهذا المقياس.

ثبات مقياس الاحتراق النفسي المهني:

قامت الباحثتان بقياس ثبات مقياس الاحتراق النفسي المهني باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ، والتجزئة النصفية، والجدول رقم (١١) يوضح معامل الثبات لمحاور أداة الدراسة وهي:

جدول (١١) معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية لقياس ثبات مقياس الاحتراق النفسي والمهني

م	المحور	معامل الثبات	
		ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
١	الإنهاك النفسي والبدني	٠,٩٧١	٠,٩٦٩
٢	اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	٠,٧٦٥	٠,٧٣٢
٣	الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	٠,٩٠٢	٠,٨٦٢
٤	عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	٠,٩١٧	٠,٩٠٢
٥	المصاحبات الاجتماعية والأسرية	٠,٨٢٧	٠,٨٥١
	الثبات الكلي	٠,٩٧٩	٠,٩٦١

يوضح الجدول رقم (٧) أن مقياس الاحتراق النفسي والمهني يتمتع بثبات مقبول إحصائيًا، حيث بلغت قيمة معامل الثبات الكلية (ألفا) (٠,٩٧٩)، والتجزئة النصفية بعد تصحيحه عن طريق معامل جتمان (٠,٩٦١)، وهي درجات ثبات عالية، كما تراوحت معاملات ثبات أداة الدراسة بين (٠,٧٦٥، ٠,٩٧١)، بمعامل ألفا كرونباخ، وتراوحت بين (٠,٧٣٢ ٠,٩٦٩) بالتجزئة النصفية، وهي معاملات ثبات مرتفعة يمكن الوثوق بها في تطبيق أداة الدراسة الحالية.

أساليب التحليل الاحصائي :

استخدمت الباحثتان الأساليب الإحصائيَّة لتحليل البيانات للتحقق من ثبات وصدق أدوات البحث، والتحقق من صحة فروضه، وهذه الأساليب هي:

١. التكرارات، والنسب المئوية، للتعرف على الخصائص الديموغرافية لأفراد الدراسة.
٢. معامل ارتباط بيرسون (Pearson)؛ لحساب صدق الاتساق الدّاخلي لأداة الدراسة، وكذلك للتعرف على العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لأفراد عينة الدراسة.
٣. معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha) والتجزئة النصفية (split – half)؛ لحساب معامل ثبات المحاور المختلفة لأداة الدراسة.
٤. تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T–Test)؛ للتعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية باختلاف متغير الحالة الاجتماعية.

٥. تم استخدام كروسكال واليس (Kruskal–Wallis)؛ للتعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية باختلاف متغيري (العمر – سنوات الخبرة).

نتائج الدراسة:

نتائج الدراسة المتعلقة بالفرض الأول والذي ينص على: " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية للاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينه من الطيارين السعوديين".

وللتعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation)، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٢) نتائج معامل ارتباط بيرسون للعلاقة بين الاحتراق الوظيفي والصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين

م	الاحتراق الوظيفي	الصحة النفسية						
		الرضا	الثقة بالنفس	التفاؤل	الفرح	الحياة ذات المعنى	الاستقرار	الدرجة الكلية
١	الإنهاك النفسي والبدني	-٠,٧٢٨**	-٠,٥٤٠**	-٠,٧٨٢**	-٠,٦٧٨**	-٠,٦٦٦**	-٠,٧٨٧**	-٠,٧٧٥**
٢	اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	-٠,٦٣٢**	-٠,٤٣٧**	-٠,٦٩٢**	-٠,٥٨٢**	-٠,٦١٥**	-٠,٦٦٣**	-٠,٦٧١**
٣	الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	-٠,٦٦٥**	-٠,٥٠٢**	-٠,٦٩٨**	-٠,٦٠٠**	-٠,٦٥٢**	-٠,٦٢٨**	-٠,٦٩٢**
٤	عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	-٠,٦٥٧**	-٠,٤٢٠**	-٠,٦٨١**	-٠,٦١٦**	-٠,٥٦١**	-٠,٧٠٠**	-٠,٦٧٧**
٥	المصاحبات الاجتماعية والأسرية	-٠,٦٧٧**	-٠,٥١٨**	-٠,٦٤٥**	-٠,٦٣٠**	-٠,٦٢٩**	-٠,٧١٠**	-٠,٧٠٢**
	الدرجة الكلية	-٠,٧٣٣**	-٠,٥٢٦**	٠,٧٧٢**	٠,٦٨١**	-٠,٦٧٤**	-٠,٧٧٢**	-٠,٧٧٠**

** دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من خلال الجدول رقم (١٢) أن هناك علاقة عكسية (سلبية) ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة

واضـطراب العلاقات في العمل – الشـعور بانخفاض الكفاءة وضـعف الإنجاز – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصـاحبات الاجتماعية والأسـرية) والدرجة الكلية للصـحة النفسـية وأبعادها الفرعية الممثلة في (الرضا – الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات المعنى – الاستقرار) لدى عينة من الطيارين السعوديين، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط للدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي مع الصـحة النفسـية بأبعادها على التوالي (-٠,٧٣٣، -٠,٥٢٦، -٠,٧٧٢، -٠,٦٨١، -٠,٦٧٤، -٠,٧٧٢)، وللدرجة الكلية (-٠,٧٧٠)، وتُشـير النتيجة السابقة إلى أن زيادة مستوى الاحتراق الوظيفي يؤثر سلبياً على مستوى الصحة النفسية، في حين أن انخفاض الاحتراق الوظيفي يساهم في زيادة مستوى الصحة النفسية لدى الطيارين السعوديين، وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسـة (Lopatkiewicz et al.٢٠١٦) والتي توصـلت إلى أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق المهني ومشاكل الصحة النفسية لدى الممرضات النفسيات في ست دول أوربية.

وربما يعود السـبب في ذلك أن بيئة العمل للطيارين من حيث العمل في ارتفاعات كبيرة وسـرعات عالية ومواجهة العديد من المواقف التي تتطلب اتخاذ قرارات في غاية الحساسية، حيث إن أي حدث في البيئة أو في أي عنصر من عناصر البيئة التي تحيط بالطيارين يعتبر مصدراً من مصادر الضغوط؛ كل هذا من شأنه أن يؤثر بصورة كبيرة على مستوى الصحة النفسية للطيارين وشعورهم بالقلق والاكتئاب، وهذا ما أكدت عليه النظرية الوجودية (المعرفية)، حيث ترى النظرية إلى أن الاحتراق الوظيفي يحدث نتيجة عدم الرضـا وعدم التكيف مع المواقف المختلفة التي يواجها الفرد، مما يؤدي إلى اعتماد إدراك سلبي للظروف. بالإضافة إلى ذلك، فإن افتقاد الفرد للمعنى في الحياة يمكن أن يؤدي إلى شـعوره بعدم الأهمية في الحياة، وبالتالي يسـهم في حدوث الاحتراق الوظيفي.

إضافة إلى ما سبق فإن الشعور بالاحتراق الوظيفي يعد مؤشراً بصورة كبيرة على الإحساس بالضغوط النفسـية المتعلقة بالمتطلبات الوظيفية لأفراد عينة البحث، كما أن هذه الضـغوط قائمة على إدراك الفرد للمواقف الضاغطة التي يمر بها أثناء ممارسته للمتطلبات المهنية، وبالتالي فإن الشعور بهذه الضغوط سوف يزداد مع ارتفاع مستوى الاحتراق الوظيفي لدى الفرد، وعلى العكس فإن مستويات الصحة النفسية لدى الفرد سوف تزيد من انخفاض معدلات الشـعور بالاحتراق الوظيفي، وهذا ما أكد عليه خليفات (١٩٩٥) حيث أشـار إلى الترابط القوي بين ظروف العمل والصـحة النفسـية والجسـدية، وتأثيرها على معدلات الإنتاجية والكفاءة، وأهمية الاهتمام بالعوامل النفسية وظروف العمل.

٢-نتائج الدراسة المتعلقة بالفرض الثاني والذي ينص على: " توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لاختلاف متغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الخبرة على درجات مقياس الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين".

١-الفروق باختلاف متغير العمر

وللتعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر، تم استخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskall-Wallis) وذلك لعدم تجانس التباين بين فئات متغير العمر، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٣) نتائج اختبار كروسكال واليس للفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر

الأبعاد	العمر	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإنهاك النفسي والبدني	٢٠-٢٥ سنه	٧	٣١,٧٩	١٠,٠٩٢	٣	٠,٠١٨
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٦,٥٠			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٤٨,٣١			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٣١,٠٠			
اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	٢٠-٢٥ سنه	٧	٢٢,٧٩	١١,٧٨٤	٣	٠,٠٠٨
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٢,٤٥			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٥٢,٦٥			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٣٣,٣٢			
الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	٢٠-٢٥ سنه	٧	٣٤,٣٦	٣,٥٧٥	٣	٠,٣١١
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٢,٤٢			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٤٤,٨٥			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٣٣,٩٠			
عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	٢٠-٢٥ سنه	٧	٢٨,٥٧	١٦,٥٩٧	٣	٠,٠٠١
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٤,٧٤			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٥٥,٦٢			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٢٩,٩٢			
	٢٠-٢٥ سنه	٧	٢٩,٤٣	١٣,٩٢٣	٣	٠,٠٠٣

الأبعاد	العمر	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
المصاحبات الاجتماعية والأسرية	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٥,٨٩			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٥٢,٥٠			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٣٠,٢٦			
الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي	٢٠-٢٥ سنه	٧	٢٩,٣٦	١٢,٣١١	٣	٠,٠٠٦
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٤٥,٣٢			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٥١,٧٧			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٣٠,٨٥			

يتضح من خلال الجدول رقم (١٣) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصاحبات الاجتماعية والأسرية) باختلاف متغير العمر، وذلك لصالح أفراد الدراسة ممن عمرهم بين (٣١-٣٥ سنه) بمتوسط رتب (٤٨,٣١) لبعد الإنهاك النفسي والبدني، وبمتوسط رتب (٥٢,٦٥) لبعد اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل، وبمتوسط رتب (٥٥,٦٢) لبعد عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل، وبمتوسط رتب (٥٢,٥٠) لبعد المصاحبات الاجتماعية والأسرية، وبمتوسط رتب (٥١,٧٧) للدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي، وتُشير النتيجة السابقة إلى أن أفراد البحث ممن عمرهم (٣١-٣٥ سنه) لديهم مستوى أعلى من الاحتراق الوظيفي فيما يتعلق بكل من (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصاحبات الاجتماعية والأسرية)، وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (zhang et al.٢٠٢٠) والتي توصلت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوي الاحتراق الوظيفي بين الأطباء في الصين باختلاف متغير العمر.

وربما يعود السبب في ذلك إلى أن زيادة العمر يترتب عليه الكثير من التغيرات الفسيولوجية، حيث يصبح الفرد أقل قدرة على تحمل ظروف العمل المتغيرة، إضافة إلى ضعف في القدرة على التركيز وسرعة الشعور بالإحباط، وهذا بدوره يؤثر بصورة كبيرة على القيام بالمسؤوليات الوظيفية بشكل جيد وفقدان القدرة على العطاء، وهذا ما أكده (زيادة، ٢٠٢٠) في تعريفه للاحتراق الوظيفي بأنه "ظاهرة نفسية تصيب الموظفين بسبب ضغوط العمل تظهر في صورة اتجاهات سلبية نحو العمل وقلة الإنجاز الشخصي ، تنعكس اثارها على الفرد الموظف والمنظمة التي يعمل بها ، حيث يؤدي الى انخفاض الحيوية للفرد المصاب به وانخفاض مستوى الإنتاجية الفردية".

في حين أوضحت النتائج أنه لا توجد هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز لد عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (٠,٣١١)، وهي قيمة أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائياً، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز لدى عينة من الطيارين السعوديين على اختلاف فئاتهم العمرية، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن جميع أفراد عينة البحث على اختلاف فئاتهم العمرية في حال توفر ظروف عمل مرضية ومناسبة فسيكون هناك فاعلية أكبر وبالتالي زيادة معدلات الكفاءة وزيادة الشعور بالإنجاز داخل بيئة العمل، وعلى العكس فإن زيادة ضغوط العمل وعدم القدرة على تحملها أو التكيف معها سوف يساهم في زيادة مستوى الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز، حيث أن الاحتراق الوظيفي يرتبط بصورة مباشرة بانخفاض الأداء وتقدير الذات والشعور بالإرهاق (Chirico,٢٠٢٠) وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه نظرية التحليل النفسي، حيث بينت النظرية أن فكرة الصراع الذي ينشأ عندما يضغط الفرد على نفسه لتحقيق النجاح في العمل مقابل اهتمامه بالعمل وتحقيق الأهداف المنشودة. (الفريحات والربضي،٢٠٠٩م).

٢-الفروق باختلاف متغير الحالة الاجتماعية

وللتعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير الحالة الاجتماعية، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test)، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٤) نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير الحالة الاجتماعية

الأبعاد	الحالة الاجتماعية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الإنهاك النفسي والبدني	أعزب	٢٦	٤٧,٢٣	١٧,٨٨	٠,١١٨	٠,٩٠٦
	متزوج	٤٩	٤٦,٦١	٢٣,٣٣		
اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	أعزب	٢٦	٢١,٧٣	٦,٥٦	٠,٢٢٠	٠,٨٢٦
	متزوج	٤٩	٢٢,١٠	٧,١٣		
	أعزب	٢٦	١٧,٤٦	٦,٧٤	٠,٧٠٨	٠,٤٨١

الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	متزوج	٤٩	١٦,١٨	٧,٧٧		
عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	أعزب	٢٦	٣٦,٣٥	١٢,١٠	٠,٥١٥	٠,٦٠٨
	متزوج	٤٩	٣٤,٦٧	١٤,٠٢		
المصاحبات الاجتماعية والأسرية	أعزب	٢٦	١٦,١٢	٤,٩٤	٠,٠٠٩	٠,٩٩٢
	متزوج	٤٩	١٦,١٠	٦,٢٣		
الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي	أعزب	٢٦	١٣٨,٨٨	٤٣,٦٩	٠,٢٥٧	٠,٧٩٨
	متزوج	٤٩	١٣٥,٦٧	٥٥,٢١		

يتضح من خلال الجدول رقم (١٤) أنه لا توجد هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل – الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصاحبات الاجتماعية والأسرية) باختلاف متغير الحالة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد على التوالي (٠,٩٠٦، ٠,٨٢٦، ٠,٤٨١، ٠,٦٠٨، ٠,٩٩٢)، وللدرجة الكلية (٠,٧٩٨)، وجميعها قيم أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائيا، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الاحتراق الوظيفي لدى أفراد عينة البحث على اختلاف حالتهم الاجتماعية، وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة (Abarghouei et al.,٢٠١٦) والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق الوظيفي لدى أفراد عينة الدراسة باختلاف متغير الحالة الاجتماعية لصالح المتزوجين.

وربما يعود السبب في ذلك إلى أن الضغوطات داخل بيئة العمل الخاصة بالطيارين سواء في العمل في ظروف صعبة أو التنقل المستمر بين العديد من البلاد واختلاف التوقيت بينها ، وزيادة ساعات العمل؛ كل هذا بشكل كبير عليهم سواء متزوجين أو غير متزوجين، فزيادة مستويات الإنهاك النفسي والبدني تساهم في فقدان الفرد للروح المعنوية وكذلك فقدانه للاهتمام والعناية بالمستفيدين من الخدمة واستنفاذه لكل طاقاته وإحساسه باستنفاذ الأداء البدني، وعلى العكس من ذلك فإن ضعف الشعور بذلك من شأنه أن يساهم في زيادة مستويات الثقة بالنفس وزيادة القدرة على العمل والعطاء وتقديم الخدمات للمستفيدين بشكل أفضل، وقد يشعر الفرد بالإنهاك العاطفي والبدني بسبب المتطلبات النفسية والعاطفية والمفرطة من قبل المستفيدين الذي يتلقون الخدمات، حيث يأتي الاحتراق الوظيفي كاستجابة للمتطلبات التي تقع على الفرد، والتي تمثل عوامل توتر للموظف (مثل: أعباء العمل) والتي بدورها تزيد من التزاماته ومسؤولياته الشخصية وبسبب المستويات العالية لتلك المتطلبات فإن الفرد يبدأ في الشعور بالإنهاك النفسي والبدني، وهذا ما أكدت عليه دردير(٢٠٠٧)، حيث

أشار إلى أن العمل لفترات طويلة دون الحصول على فترات كافية من الراحة من أسباب تكون الاحتراق الوظيفي لدى الأفراد.

٣-الفروق باختلاف متغير سنوات الخبرة

وللتعرف على الفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة، تم استخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskall-Wallis) وذلك لعدم تكافؤ فئات متغير سنوات الخبرة، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٥) نتائج اختبار كروسكال واليس للفروق في الاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة

الأبعاد	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الإنهاك النفسي والبدني	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٤٠,٣٣	١٧,٤٨٠	٣	٠,٠٠١
	٦- ١٠ سنوات	١١	٥٩,٤٥			
	١١-١٥ سنه	٤	٤٣,٣٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٢٨,٦٥			
اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٦,٧٧	١٣,٧٨٢	٣	٠,٠٠٣
	٦- ١٠ سنوات	١١	٥٦,٣٢			
	١١-١٥ سنه	٤	٥٤,٨٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٣١,٠٣			
الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٩,٨١	٧,٣٧٠	٣	٠,٠٦١
	٦- ١٠ سنوات	١١	٤٨,٥٩			
	١١-١٥ سنه	٤	٥١,٦٣			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٣١,٥٩			
عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٤٠,٤٤	٢٠,٩٣٧	٣	٠,٠٠١
	٦- ١٠ سنوات	١١	٥٩,٦٨			
	١١-١٥ سنه	٤	٥٢,٢٥			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٢٧,٤٤			
المصاحبات الاجتماعية والأسرية	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٤١,٧٣	١٧,٥٧١	٣	٠,٠٠١
	٦- ١٠ سنوات	١١	٥٧,٣٦			
	١١-١٥ سنه	٤	٤٦,٨٨			

الأبعاد	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٢٧,٨٤			
الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٤٠,١٢	١٨,٠٤٢	٣	٠,٠٠١
	٦– ١٠ سنوات	١١	٥٩,٣٦			
	١١–١٥ سنه	٤	٤٦,٨٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٢٨,٤٣			

يتضح من خلال الجدول رقم (١٥) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في الدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصاحبات الاجتماعية والأسرية) باختلاف متغير سنوات الخبرة، وذلك لصالح أفراد الدراسة ممن خبرتهم تتراوح بين (٦–١٠) سنوات بمتوسط رتب (٥٩,٤٥) لبعد الإنهاك النفسي والبدني، وبمتوسط رتب (٥٦,٣٢) لبعد اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل، وبمتوسط رتب (٥٩,٦٨) لبعد عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل، وبمتوسط رتب (٥٧,٣٦) لبعد المصاحبات الاجتماعية والأسرية، وبمتوسط رتب (٥٩,٣٦) للدرجة الكلية للاحتراق الوظيفي، وتُشير النتيجة السابقة إلى أن أفراد البحث ممن سنوات خبرتهم تتراوح بين (٦–١٠ سنوات) لديهم مستوى أعلى من الاحتراق الوظيفي فيما يتعلق بكل من (الإنهاك النفسي والبدني – اللامبالاة واضطراب العلاقات في العمل – عدم التوافق المهني وانخفاض قيمة العمل – المصاحبات الاجتماعية والأسرية).

وربما يعود السبب في ذلك إلى أن فئة سنوات الخبرة الوسطى (٦–١٠) سنوات ربما ترتبط بالعديد من الالتزامات المهنية فلازالت هناك حاجة أكثر لدى الأفراد لاكتساب العديد من المهارات المرتبطة بالعمل إضافة إلى زيادة المسؤوليات المهنية كل هذا من شأنه أن يساهم في زيادة مستويات الاحتراق الوظيفي لدى الفرد، حيث أن الشعور بالاحتراق الوظيفي يبدأ لدى الفرد من تدهور العديد من الإدراكات أو الاتجاهات الإيجابية ذات الصلة بعمله، ونتيجة لذلك ينخفض شعور الموظف بالرضا والانغماس الوظيفي، ويزداد الشد العصبي لديه أثناء أدائه للعمل، ثم تظهر بعض الأعراض الجسمية السلبية وتظهر مؤشرات تدل على تدهور الصحة النفسية ونتيجة لذلك تسوء نوعية العلاقات الشخصية والاجتماعية وتنخفض معدلات الأداء، وهذا ما أوضحه (الحريري، ٢٠١٢)، حيث أشار إلى أن الاحتراق الوظيفي احد اهم القضايا التي تحد من إمكانيات نجاح العاملين ومستويات أدائهم كما يمثل تغييراً في اتجاهات وسلوكيات الافراد العاملين بطرق سلبية بسبب ضغط العمل المتزايد والمستمر، وينظر له انه المحصلة النهائية الناتجة من عناصر بيئة العمل الداخلية وخاصة عندما تكون تلك العناصر غير محتملة ومصادر الرضا الوظيفي غير متوفرة.

في حين أوضحت النتائج أنه لا توجد هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز لد عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (٠,٠٦١)، وهي قيمة أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائياً، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الشعور بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز لد عينة من الطيارين السعوديين على اختلاف سنوات خبرتهم، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن زيادة مستويات الاحتراق الوظيفي تؤدي إلى شعور الفرد بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز على اختلاف سنوات الخبرة لديه، وعلى العكس من ذلك فإن انخفاض مستويات الاحتراق الوظيفي تحد من تلك الجوانب السلبية لدى الفرد، فبيئة العمل المتغيرة والمسؤوليات الكثيرة تساهم في زيادة الضغوط لدى الفرد نتيجة عدم القدرة على التعامل بفاعلية معها وبالتالي زيادة شعور الفرد بانخفاض الكفاءة وضعف الإنجاز، حيث أن بيئة العمل الإيجابية تنعكس بصورة إيجابية على كافة النواحي النفسية لدى الفرد وبالتالي زيادة قدرة على الأداء والشعور بالقدرة على الإنجاز، وهذا ما أكده (زيادة، ٢٠٢٠) حيث أشار إلى أن شعور الفرد بتدني الإنجاز الشخصي هي حالة يشعر فيها الفرد بعدم الكفاءة والقدرة على الإنجاز والوصول إلى تحقيق الأهداف المطلوبة منه ، وانخفاض مستوى أدائه وأنه غير مؤهل للتعامل مع الآخرين.

٣-نتائج الدراسة المتعلقة بالفرض الثالث والذي ينص على: " توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقا لاختلاف متغيرات العمر، الحالة الاجتماعية، عدد سنوات الخبرة على درجات مقياس الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين".

١-الفروق باختلاف متغير العمر

وللتعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر، تم استخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskall-Wallis) وذلك لعدم تكافؤ فئات متغير العمر، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٦) نتائج اختبار كروسكال واليس للفروق في الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر

الأبعاد	العمر	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الرضا	٢٠-٢٥ سنه	٧	٤٠,٦٤	٥,٢٨٥	٣	٠,١٥٢
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٩,٢٤			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٣٥,٤٦			

الأبعاد	العمر	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٣,٠٣			
الثقة بالنفس	٢٠-٢٥ سنه	٧	٣٩,٥٧	٤,١٢٧	٣	٠,٢٤٨
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٩,٢٩			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٤١,٢٣			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤١,١٣			
التفاؤل	٢٠-٢٥ سنه	٧	٤٤,٠٧	٢,٥٠٠	٣	٠,٤٧٥
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٣١,٧٤			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٣٧,٧٧			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٠,٢١			
الفرح	٢٠-٢٥ سنه	٧	٤٠,٠٠	٤,١٩١	٣	٠,٢٤٢
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٩,٩٢			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٣٦,٦٢			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٢,٣٨			
الحياة ذات المعنى	٢٠-٢٥ سنه	٧	٣٩,٦٤	٤,٣٦٤	٣	٠,٢٢٥
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٩,٢١			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٤٣,١٢			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٠,٤٧			
الاستقرار	٢٠-٢٥ سنه	٧	٤٦,٦٤	١١,٦٥٢	٣	٠,٠٠٩
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٣,٨٤			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٣٨,٢٧			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٣,٦٩			
الدرجة الكلية للصحة النفسية	٢٠-٢٥ سنه	٧	٤٣,٤٣	٦,٤٢٥	٣	٠,٠٩٣
	٢٦-٣٠ سنه	١٩	٢٧,٤٥			
	٣١-٣٥ سنه	١٣	٣٨,٠٤			
	٣٦ سنه فأكثر	٣٦	٤٢,٥٠			

يتضح من خلال الجدول رقم (١٦) أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للصحة النفسية وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الرضا – الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى) لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد على التوالي (٠,١٥٢،

٠,٢٤٨، ٠,٤٧٥، ٠,٢٤٢، ٠,٢٢٥)، وللدرجة الكلية (٠,٠٩٣)، وجميعها قيم أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائياً، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الصحة النفسية وأبعادها المتمثلة في (الرضا – الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى) لدى عينة من الطيارين السعوديين على اختلاف فئاتهم العمرية.

وربما يعود السبب في ذلك إلى الدور الفعال للصحة النفسية لدى جميع الأفراد على مختلف أعمارهم في التعامل بفاعلية مع الأحداث اليومية التي يمروا بها، إضافة إلى أن تمتع الافراد بدرجة جيدة من الصحة النفسية تعزز لديهم ا لالتزام تجاه أنفسهم وتجاه أهدافهم في الحياة، واهتمام المؤسسات بمستوى الصحة النفسية لدى العاملين من خلال توفير بيئة عمل محفزة ومشجعة فإن هذا يعزز التوازن ويقلل من الضغوطات المهنية الزائدة، ويحافظ على مستوى الرضا والرفاهية لدى العاملين (بن الشيخ، بالزين، ٢٠١٤).

إضافة على ما سبق فإن الأفراد بصفة عامة والطيارين بصفة خاصة نظراً لطبيعة عملهم يواجهون العديد من العوائق التي تقف حجر عثرة أمامهم فتمنعهم من إشباع دوافعهم وتحدي من رغباتهم وهذا بدوره يؤدي إلى الشعور بالعجز وقلة الحيلة، وتختلف قدرة الافراد على تحمل المشاق والصعوبات التي تواجههم في الحياة، فمن الناس من يصاب بالإحباط ومنهم من يتمتع بالصحة النفسية والتي تمنحهم الصلابة الكافية لمواجهة المتاعب والتغلب على عوائق الأحداث اليومية بدرجة عالية من التحمل والفاعلية واستغلال ما لديه من قدرات وإمكانات في التعامل مع تلك المواقف، و هذا ما أكد عليه زهران (٢٠٠٥) في تعريفه للصحة النفسية بأنها: حالة ، يكون الفرد متوافقًا نفسيًا، سواء شخصيًا أو اجتماعيًا، مع نفسه ومع بيئته. يشعر بالسعادة والرضا مع نفسه ومع الآخرين، ويتمكن من تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكانياته بأقصى حد ممكن ، يكون الفرد قادرًا على مواجهة تحديات الحياة والتعامل معها بكفاءة، وتكون شخصيته متكاملة ومتوازنة، سلوكه طبيعي وصحي، ويعيش بسلام وسعادة.

في حين أوضحت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) في مستوى الاستقرار لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير العمر، وذلك لصالح أفراد البحث ممن عمرهم (٢٠-٢٥ سنه) بمتوسط رتب (٤٦,٦٤)، و ُشير النتيجة السابقة إلى أن أفراد عينة البحث ممن عمرهم (٢٠-٢٥) لديهم مستوى أعلى من الاستقرار مقارنة بالفئات العمرية الأخرى، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن قلة المسؤوليات لدى الطيارين الأقل سناً تساهم بصورة كبيرة في زيادة مستوى الاستقرار لديهم، والذي من شأنه أن ينعكس بصورة إيجابية على كافة التعاملات لديهم سواء في النواحي الاجتماعية (علاقاتهم بمن حولهم سواء أسرياً أو داخل بيئة العمل) أو عملياً من خلال قدرته على التركيز بصورة أكبر وإنجاز المهام بفاعلية، وهذا ما أكده (المطيري، ٢٠٠٥)، حيث أشار إلى أن قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة من أبرز مظاهر الصحة النفسية

لدى الفرد، حيث أوضح أن العلاقات الاجتماعية تُعَدُّ أحد الأركان الأساسية في بناء الصحة النفسية. يُظهر الشخص القادر على تأسيس علاقات اجتماعية قوية مع الآخرين نمطًا صحيًا للصحة النفسية، بينما يمكن أن يؤثر فشله في بناء تلك العلاقات بشكل جيد سلبًا على مزاجه وتوافقه النفسي.

٢-الفروق باختلاف متغير الحالة الاجتماعية

وللتعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير الحالة الاجتماعية، تم استخدام اختبار (ت) لعينتين مستقلتين (Independent Sample T-Test)، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٧) نتائج اختبار (ت) لعينتين مستقلتين للفروق في الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير الحالة الاجتماعية

الأبعاد	الوظيفة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
الرضا	أعزب	٢٦	٢٩,٣١	٦,١٠	١,٢٨٧	٠,٢٠٢
	متزوج	٤٩	٣١,٢٧	٦,٣٦		
الثقة بالنفس	أعزب	٢٦	٣١,٨٥	٤,٩٩	١,٣١٧	٠,١٩٢
	متزوج	٤٩	٣٣,٢٧	٤,١٣		
التفاؤل	أعزب	٢٦	٢١,٨١	٥,٤٣	١,٠٨٣	٠,٢٨٢
	متزوج	٤٩	٢٣,٣١	٥,٨٤		
الفرح	أعزب	٢٦	٢٤,٦٥	٥,٩٥	١,٧٣٢	٠,٠٨٨
	متزوج	٤٩	٢٦,٩٦	٥,٢٣		
الحياة ذات المعنى	أعزب	٢٦	١٩,٤٢	٣,٨٧	١,٥١٩	٠,١٢٩
	متزوج	٤٩	٢٠,٩٠	٤,٠٧		
الاستقرار	أعزب	٢٦	٢٤,٦٩	٤,٧٦	٠,٤٧٣	٠,٦٣٨
	متزوج	٤٩	٢٥,٣١	٥,٦٣		
الدرجة الكلية للصحة النفسية	أعزب	٢٦	١٥١,٧٣	٢٧,٨٧	١,٣٤٦	٠,١٨٢
	متزوج	٤٩	١٦١,٠٠	٢٨,٦٤		

يتضح من خلال الجدول رقم (١٧) أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للصحة النفسية وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الرضا – الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى – الاستقرار) لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير الحالة الاجتماعية، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد

على التوالي (٠,٢٠٢، ٠,١٩٢، ٠,٢٨٢، ٠,٠٨٨، ٠,١٢٩، ٠,٦٣٨)، وللدرجة الكلية (٠,١٨٢)، وجميعها قيم أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائياً، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الصحة النفسية وأبعادها المتمثلة في (الرضا – الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى – الاستقرار) لدى عينة من الطيارين السعوديين على اختلاف حالتهم الاجتماعية.

وربما يعود السبب في ذلك إلى أهمية تمتع الطيارين بالصحة النفسية على اختلاف حالتهم الاجتماعية فسواء كان الفرد متزوج أو غير متزوج فإن تمتعه بالصحة النفسية تعزز من قدرته على أداء مهامه المختلفة، إضافة إلى ما سبق فإن تمتع الفرد بالصحة النفسية تجعله أكثر قدرة على التحكم فيما يلقاه من أحدث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له، إضافة إلى قدرته على التحدي، وزيادة شعوره بأن ما يطرأ من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للتنمية أكثر من كونه تهديداً، وهذا يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي من الممكن أن تساعده على مواجهة الضغوط بفاعلية والتعامل معها، وهذا ما أوضحه (مشاقبة، ٢٠١٨)، الأفراد الناجحون والمتوازنون يمتازون بقدرتهم على فهم الواقع وتفسير الأحداث بشكل منطقي، حيث يدركون تصرفات الآخرين ويقيّمون قدراتهم بموضوعية. هذه الصفات تتماشى مع نظرية التحليل النفسي، التي ترى أن الصحة النفسية جزء أساسي من الكفاءة النفسية. وفقًا لفرويد، فإن نقص الصحة النفسية يؤدي إلى قلة الإنجاز والكفاءة، مما يُسبب الإرهاق والاستنزاف النفسي ويجعل الأفراد أكثر عرضة للمشكلات.(عبد الغفار، ٢٠٠٧).

٣-الفروق باختلاف متغير سنوات الخبرة

وللتعرف على الفروق في الصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة، تم استخدام اختبار كروسكال واليس (Kruskall-Wallis) وذلك لعدم تكافؤ فئات متغير سنوات الخبرة، وذلك على النحو التالي:

جدول (١٨) نتائج اختبار كروسكال واليس للفروق في الصحة النفسية

لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة

الأبعاد	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الرضا	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٦,٠٦	٩,٤٦٥	٣	٠,٠٢٤

الأبعاد	سنوات الخبرة	العدد	متوسط الرتب	قيمة كروسكال (H)	درجة الحرية	مستوى الدلالة
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٤,٣٢			
	١١-١٥ سنه	٤	٢٦,٥			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٥,٢٦			
الثقة بالنفس	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٤,٦٢	٢,٧٥٢	٣	٠,٤٣١
	٦- ١٠ سنوات	١١	٣٢,٥			
	١١-١٥ سنه	٤	٣٧,٥			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٢,٤٣			
التفاؤل	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٨,٤٦	٥,٩٣٠	٣	٠,١١٥
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٣,٧٧			
	١١-١٥ سنه	٤	٣٩,٨٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٢,٠٣			
الفرح	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٥,٦٣	٧,٠٠٧	٣	٠,٠٧٢
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٥,٣٦			
	١١-١٥ سنه	٤	٣٤,٣٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٤,٣٢			
الحياة ذات المعنى	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٧,١٥	٤,٦١٨	٣	٠,٢٠٢
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٦,١٨			
	١١-١٥ سنه	٤	٤١,١٣			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٢,١			
الاستقرار	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٤,١٢	٩,٦١٤	٣	٠,٠٢٢
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٣,٦٨			
	١١-١٥ سنه	٤	٣٩,٣٨			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٥,٤٤			
الدرجة الكلية للصحة النفسية	سنه – ٥ سنوات	٢٦	٣٥,٨٥	٧,٧٩٧	٣	٠,٠٥٣
	٦- ١٠ سنوات	١١	٢٣,٩٥			
	١١-١٥ سنه	٤	٣٦,١٣			
	١٦ سنه فأكثر	٣٤	٤٤,٤١			

يتضح من خلال الجدول رقم (١٨) أنه لا توجد هناك فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية للصحة النفسية وأبعاده الفرعية المتمثلة في (الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى) لدى عينة من الطيارين السعوديين باختلاف متغير سنوات الخبرة، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة للأبعاد على التوالي (٠,٤٣١،

٠,١١٥، ٠,٠٧٢، ٠,٢٠٢)، وللدرجة الكلية (٠,٠٥٣)، وجميعها قيم أكبر من (٠,٠٥) أي غير دالة إحصائياً، وتُشير النتيجة السابقة إلى تقارب مستوى الصحة النفسية وأبعادها المتمثلة في (الثقة بالنفس – التفاؤل – الفرح – الحياة ذات معنى) لدى عينة من الطيارين السعوديين على اختلاف سنوات خبرتهم، وقد اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة محمد (٢٠١٥) والتي توصلت إلى عدم وجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى موظفي مستشفى الخرطوم التعليمي باختلاف متغير سنوات الخبرة، كما اتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة البادية (٢٠٢٢) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصحة النفسية لدى معلمي محافظة الظاهرة في سلطنة عمان باختلاف متغير سنوات الخبرة.

وربما يعود السبب في ذلك إلى أن تمتع الطيارين على اختلاف سنوات خبرتهم بالصحة النفسية تمدهم بالقدرة على العمل المثمر وتكوين علاقات فعالة مع الآخرين، ومن هنا يظهر أهمية الصحة النفسية على الجوانب الحياتية والعملية للأفراد، إضافة إلى أهمية الصحة النفسية على المستوى النفسي والانفعالي والجسدي للفرد، فالمستوى الجيد من الصحة النفسية يدعم ويقوي مناعة الفرد الجسدية وتعجل من شفاء الأمراض العضوية، إضافة إلى الصحة النفسية لا تتوافق على عامل واحد بعينة لكونها عملية معقدة، بل تعتمد على عدة عوامل مترابطة كالعوامل الفسيولوجية (الجينات والوراثة)، والعوامل النفسية (السمات الشخصية للفرد والتجارب الحياتية)، والعوامل الاجتماعية والثقافية (كالأسرة وأساليب التنشئة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي..إلخ)، وفي ظل التحديات والصعوبات التي يواجها الطيارين في عملهم والتي من شأنها أن تؤثر على قدرتهم على تحمل الأزمات والتكيف معها، فإن تمتعهم بمستوى جيد من الصحة النفسية تعزز من قدرتهم على التعامل بفاعلية مع تلك المواقف وأن يكون قادراً على مواجهة المشكلات بكفاءة وفاعلية وأن يتعامل معها بأساليب عقلانية مبتكرة للوصول إلى أفضل الحلول، وهذا يتفق مع ما أوضحته النظرية السلوكية، حيث يعتقد أنصار النظرية السلوكية أن الصحة النفسية تنبع من عملية التعلم والتنشئة الاجتماعية، حيث يتعلق الأمر بانتقاء الأفراد لعادات فعّالة تسهّل التفاعل مع الآخرين وتمكنهم من التصدي للمواقف التي يواجهونها. (عبد الحميد، ٢٠٠٧م).

في حين أوضحت النتائج أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) في مستوى الصحة النفسية فيما يتعلق بكل من (الرضا –الاستقرار) باختلاف متغير سنوات الخبرة، وذلك لصالح أفراد عينة البحث ممن خبرتهم (١٦) سنه فأكثر بمتوسط رتب (٤٥,٢٦) لبعد الرضا، وبمتوسط رتب (٤٥,٤٤) لبعد الاستقرار، وتُشير النتيجة السابقة إلى أن أفراد البحث ممن خبرتهم (١٦) سنه فأكثر لديهم مستوى أعلى من (الرضا – الاستقرار) مقارنة بأفراد عينة البحث من أصحاب فئات سنوات الخبرة الأخرى.

وربما يعود السبب في ذلك إلى أهمية الخبرة في اكتساب الفرد للمعارف والمهارات التي توهله للقيام بالمهام المختلفة بكفاءة وفاعلية وسرعة في الأداء، إضافة إلى أن اكتساب الخبرة يعزز من قدرة الفرد على تطوير نفسه وتحسين أدائهم وتنمية مهاراته، ويؤدي إلى زيادة فرص النجاح والتقدم في الحياة، إضافة إلى أنها تساعد الإنسان على توجيه خطواته واتخاذ القرارات الصحيحة؛ كل هذا من شأنه أن يساهم في زيادة مستوى الرضا والاستقرار لدى الطيارين ممن يتمتعون بمستويات عالية من الخبرة، حيث أن الخبرة تعزز من قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع المواقف التي تمر به، إضافة إلى نجاحهم في عملهم والرضا عنه، وهذا ما أكده (غراب، ٢٠١٤)، حيث أوضح أن نجاح الشخص في عمله ورضاه عنه يعكس إقباله على العمل، وقدرته على التركيز وبذل الجهد بشكل فعال، مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى الإنتاجية والنجاح في تحقيق الأهداف المهنية. كما يشمل ذلك الرغبة في الاستقرار المهني والقدرة على بناء علاقات إيجابية مع الزملاء والرؤساء. تلك العلامات تدل على مدى نجاح الشخص في مجال عمله والرضا الذي يشعر به تجاهه، مما يسهم في إشباع احتياجاته المادية والنفسية والاجتماعية. وبالتالي، يعتبر هذا النجاح والرضا عن العمل مؤشرًا هامًا على توافق الفرد المهني وسلامة صحته النفسية.

مقترحات الدراسة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها تقدم الباحثتان المقترحات التالية:

١. إجراء دراسة تتناول الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالمساندة الاجتماعية لدى عينة من الطيارين السعوديين.
٢. إجراء دراسة تتناول المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين.
٣. إجراء دراسة تتناول السمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق الوظيفي لدى عينة من الطيارين السعوديين.
٤. إجراء دراسة تتناول السمات الشخصية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من الطيارين السعوديين.

توصيات الدراسة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها توصي الباحثتان بما يلي:

١. تعزيز مستوى الصلابة النفسية لدى الطيارين السعوديين من خلال البرامج التدريبية بما يساهم في الحد من الاحتراق الوظيفي لديهم، حيث بينت النتائج العلاقة السلبية بين الاحتراق الوظيفية والصحة النفسية.
٢. المتابعة المستمرة للتحديات التي تواجه الطيارين السعوديين، وإيجاد الحلول الملائمة لها، بما يساهم في الخفض من مستوى الاحتراق الوظيفي لديهم.

٣. العمل على توفير بيئة عمل محفزة وملهمة، الأمر الذي يقلل من مستويات الاحتراق الوظيفي لدى أفراد عينة البحث.

قائمة المراجع:

المراجع العربية:

- أبو حويج، مروان، والصفدي، عصام. (٢٠٠٩). المدخل إلى الصحة النفسية. عمان، الأردن: دار المسيرة
- الباد، عبد الله المختار المبروك. (٢٠٢١). الصحة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية. مجلة القرطاس للعلوم الإنسانية والتطبيقية (الجزء الثاني).
- البادية، شيخة بنت عوض. (٢٠٢٢). الضغوط النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية لدى عينة من معلمي محافظة الظاهرة. المجلة العلمية للعلوم التربوية والصحة النفسية، ٤(٥)، ١٩٩-٢٢٤.
- بطرس، بطرس حافظ. (٢٠٠٨). التكيف والصحة النفسية للطفل. عمان، الأردن: دار المسيرة.
- بن الشيخ، نصيرة، بالزين ، وصفية. (٢٠١٤). الصحة النفسية وعلاقتها بالأداء الوظيفي لدى عمال المحطة الجهوية للإذاعة والتلفزيون (دراسة ميدانية بورقلة) [مذكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في تخصص علم النفس العمل والتنظيم]. شعبة علم النفس، ميدان العلوم الاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر
- الحاتمي ، سليمان علي راشد .(٢٠١٤). الاحتراق النفسي وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات لدى المعلمين العمانيين في محافظة الظاهرة بسلطنة عمان (رسالة ماجستير).جامعة نزوى، كلية العلوم والآداب.
- الحريري، اياد ادريس. (٢٠١٢). أثر الرعاية المهنية على الاحتراق الوظيفي: دراسة تطبيقية على هيئة الهلال الأحمر لدولة الإمارات العربية المتحدة. المجلة العلمية للاقتصاد والتجارة،(٤)، ٢٧٧-٣٠٤.
- الحسن، إحسان محمد. (٢٠٠٥). النظريات الاجتماعية المتقدمة: دراسة تحليلية في النظريات الاجتماعية المعاصرة. عمان، الأردن: دار وائل للنشر .
- الحوراني، محمد عبدالكريم. (٢٠٠٨). النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، جامعة اليرموك، إربد، الأردن،٤٨-٨٦.
- خليفات، أمين موسى. (١٩٩٥). دور القوى العاملة في النمو الاقتصادي في الأردن (١٩٩٣-١٩٧٣)(رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الأردنية.

- جمعة ساسي، إيمان، أبو خزام، نعيمة. (٢٠٢٣). الصحة النفسية وعلاقتها بالوعي الذاتي لدى طلاب الجامعة. مجلة الاصالة، ٢(٧). استرجع من https://alasala.alandalus-libya.org.ly/ojs/index.php/aj/article/view/٢٥٧
- دردير، نشوى كرم عمار. (٢٠٠٧). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ،ب) وعلاقتها بأساليب مواجهة المشكلات. رسالة ماجستير، جامعة الفيوم، كلية التربية، جمهورية مصر العربية. مسترجع من https://search.mandumah.com/Record/٥٣٩٦٨٣
- ربيع، محمد. (٢٠١٠). أصول الصحة النفسية. مصر: مؤسسة نبيل للطباعة.
- زهران ، حامد عبد السلام. (٢٠٠٥). الصحة النفسية والعلاج النفسي(الطبعة الرابعة). القاهرة، مصر: دار عالم الكتاب.
- الزهراني ، ليلى مصلح ، وابن محفوظ ، غادة احمد سلطان .(٢٠٢٠). اثر الاحتراق الوظيفي لدى العاملين الصحيين في ظل متطلبات رؤية ٢٠٣٠ : دراسة تطبيقية على الكادر الصحي في وزارة الموارد البشرية والتنمية الاجتماعية (رسالة ماجستير غير منشورة) جامعة الملك عبدالعزيز ، جدة . مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/١٠٩٢٩٤٦
- زيادة، رانية محمد محمود. (٢٠٢٠). دور الاحتراق الوظيفي في التأثير على رضا الوظيفي: دراسة حالة على الإداريين في مستشفى عسير المركزي بمدينة أبها(رسالة ماجستير). جامعة الملك خالد، كلية المجتمع للبنات.
- سعد، أمينة خير توفيق. (٢٠٢١). واقع جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بظاهرة الاحتراق الوظيفي لدى العاملين بمكتبات جامعة الإسكندرية. المجلة العملية للمكتبات والوثائق والمعلومات، ٣(٥) ، ١٩٣-٢٥٤.
- عبد الحميد، أشرف. (٢٠٠٧). الصحة النفسية للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. الرياض: دار الزهراء.
- عبدالخالق، احمد. (٢٠١٥). أصول الصحة النفسية (الطبعة الثالثة). الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- عبد الغفار، عبد السلام. (٢٠٠٧). مقدمة في الصحة النفسية (الطبعة الأولى، ص١٨). الأردن: دار الفكر.
- العبودي، رشيد. (٢٠١٨). الصحة النفسية والمرض العقلي النفسي. عمان، الأردن: دار الثقافي للنشر والتوزيع.
- العزب ، تامر كريم ، ورفاعي ، ممدوح عبدالعزيز محمد .(٢٠٢٣). أثر التنمر في مكان العمل على الاحتراق الوظيفي : دراسة ميدانية على العاملين بشركة مصر للطيران للخطوط الجوية . المجلة العملية

للاقتصاد والتجارة ، (٢)، ٤٥٥-٤٧٨. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/١٣٩٥٢٥٣

- العساف، صالح محمد.(٢٠١٢). المدخل الى البحث في العلوم السلوكية (الطبعة الثامنة).الرياض: دار الزهراء.
- العمودي، هند، والسديري، فهدة. (٢٠٢٣). أثر الاحتراق الوظيفي ونظام الحوافز على التسرب الوظيفي للمراجعين الخارجين في المملكة العربية السعودية: دراسة ميدانية. مجلة رماح للبحوث والدراسات، (٧٧)، ١١١-٢٠١. مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/١٣٦٦٧٨٨
- العناني، حنان. (٢٠٠٣). الصحة النفسية (الطبعة الثانية). عمان: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- غراب، هشام أحمد. (٢٠١٤). الصحة النفسية للطفل (الطبعة الأولى). بيروت، لبنان: دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع.
- الفريحات، عمار، والربضي، وائل. (٢٠٠٩). مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون. كلية عجلون الجامعية، جامعة البقاء التطبيقية.
- فهمي، مصطفى. (٢٠٠٥). الصحة النفسية (تطوير الذات) (الطبعة الرابعة). القاهرة: مكتبة الخانجي للتوزيع والطباعة.
- فوزي، إيمان. (٢٠٠١). في الصحة النفسية. القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- مشاقبة، محمد أحمد. (٢٠١٨). الصحة النفسية للفرد والمجتمع (الطبعة الأولى). ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- محمد، عسجد راشد بابكر، والبيلي، الرشيد إسماعيل الطاهر. (٢٠١٥). الصحة النفسية وعلاقتها بالنظرة للحياة لدى العاملين بمستشفى الخرطوم التعليمي (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة النيلين، الخرطوم.مسترجع من http://search.mandumah.com/Record/٨٣٠٤٥٧
- المطيري، رعد فهد فهم. (٢٠٢٣). الصحة النفسية وعلاقتها بالشعور بالتماسك النفسي لدى الممارسين الصحيين بوحدات العزل في مدينة جدة أثناء جائحة كورونا. مجلة القلم للعلوم الإنسانية والتطبيقية، ٨(٢٨)، ٥٠٦-٥٤١.
- نصر، فرج علي عمار، والقبي، الطيب محمد علي. (٢٠٢٣). الاحتراق الوظيفي وعلاقته بالأداء الوظيفي: دراسة حالة على كلية الاقتصاد بجامعة سرت الليبية. مجلة الدراسات الاقتصادية، ٦(١)، ١٨٥-٢٠٩. تم الاسترجاع من http://search.mandumah.com/Record/١٣٥٤٥٠٣

المراجع الأجنبية:

- **Abarghouei, M. R., Sorbi, M. H., Abarghouei, M., Bidaki, R., & Yazdanpoor, S.** (٢٠١٦). A study of job stress and burnout and related factors. *Journal name*, *volume*(issue), page range.
- **Achnak, S., Griep, Y., & Vantilborgh, T.** (٢٠١٨). I am so tired... How fatigue may exacerbate stress reactions to psychological contract breach. *Frontiers in Psychology*, *٩*, ٢٣١.
- **Andrew, D., Barry, D., Vidya, S., Tracy, H., Jack, N., & Stone, P. H.** (٢٠١١). Comparison of myocardial ischemia during intense mental stress using flight simulation in airline pilots with coronary artery disease to that produced with conventional mental and treadmill exercise stress testing. *American Journal of Cardiology*, *١٠٨*(٦), ٦٥١–٦٥٧.
- **Chirico, F., Sharma, M., Zaffina, S., & Magnavita, N.** (٢٠٢٠). Spirituality and prayer on teacher stress and burnout in an Italian cohort: A pilot, before-after controlled study. *Frontiers in Psychology*, ١٠, ١-٧.
- **Fanjoy, R. O., Harriman, S. L., & DeMik, R. J.** (٢٠١٠). Individual and environmental predictors of burnout among regional airline pilots. *International Journal of Applied Aviation Studies*, ١٠(١), ١٥.
- **Feijó, D., Câmara, V. M., & Luiz, R. R.** (٢٠١٤). Psychosocial aspects of work and common mental disorders among civil aviation pilots. *Cadernos de Saúde Pública*, ٣٠, ٢٤٣٣–٢٤٤٢.
- **Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N.** (٢٠١٥). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, ١٤, ٢٣١–٢٣٣.
- **Galletta, M., Portoghese, I., Ciuffi, M., Sancassiani, F., D'Aloja, E., & Campagna, M.** (٢٠١٦). Working and environmental factors on job burnout: A cross-sectional study among nurses. *Clinical Journal*, *volume*(issue), page range.
- **Łopatkiewicz, A., Kwaśnicka, A., Nowicki, P., Furmańczyk, K., Zieliński, W., Woynarowska, M., & Krzych-Fałta, E.** (٢٠٢٢). Occupational burnout and mental health: A study of psychiatric professionals. *Journal name*, *volume*(issue), page range.
- **Luna, X., Wang, P., Hou, W., Chen, L., & Lou, F.** (٢٠١٧). Job stress and burnout: A comparative study of senior and head nurses in China. *Nursing & Health Sciences*, ١٩(٢), ١٦٣-١٦٩.
- **Mamo, D.** (٢٠٢٢). Burnout among public primary school teachers in Dire Dawa administrative region, Ethiopia. *Frontiers in Education*, ١(٧), ٠١-٠٩.
- **Zhang, S., Wang, J., Xie, F., Yin, D., Shi, Y., Zhang, M., & Sun, T.** (٢٠٢٠). A cross-sectional study of job burnout, psychological attachment, and the career calling of Chinese doctors. *BMC Health Services Research*, ٢٠(١٩٣), ١-١١.

Job burnout and its relationship to mental health among a sample of Saudi pilots

The researchers:
Duaa Abdulhameed Alghamdi
Researcher- master in mental health-
Faculty of social sciences and media – university of Jeddah

Dr.shrooq Gharmallah Alzahrani
Associate professor of psychology Department of psychology-
Faculty of social sciences and media – university of Jeddah

Abstract This study aimed to explore the relationship between job burnout and mental health among a sample of Saudi pilots, as well as to identify differences in job burnout and mental health based on variables such as age, marital status, and years of experience. The study sample consisted of ٧٥ pilots from the Kingdom of Saudi Arabia, all of whom were male, with ages ranging from ٢٠ years to over ٣٦ years, and experience ranging from ١ year to over ١٦ years. The Arab Mental Health Scale (٢٠١٦) and the Occupational Burnout Scale (٢٠١٠) were administered to them. To achieve the study's objectives, the researcher employed the descriptive method in both its correlational/comparative aspects, using the following statistical techniques to verify the reliability and validity of the research instruments and to test the hypotheses: frequencies and percentages to describe the demographic characteristics of the study sample, Pearson correlation coefficient to verify internal consistency and determine the relationship between burnout and mental health, Cronbach's alpha and split-half methods to assess the reliability of the instrument's scales, the Independent Sample t-test to examine differences in burnout and mental health according to marital status, and the Kruskal-Wallis test to analyze differences in burnout and mental health based on age and years of experience. The study found an inverse (negative) relationship between job burnout and mental health, and also showed differences in the level of job burnout based on the age variable, in favor of those aged between (٣١-٣٥) years. However, no differences were found based on the marital status variable. The results also showed differences in the level of job burnout based on the experience variable in favor of those with experience ranging between (٦-١٠) years. Finally, there were no differences in the level of mental health based on the variables of age, marital status, and years of experience. The results were in favor of those with experience (١٦ years or more). The study recommended enhancing the level of psychological resilience among Saudi pilots through training programs, following up on the challenges they face and providing appropriate solutions for them, in addition to providing a stimulating and inspiring work environment to reduce their levels of job burnout.

- **Key words:-** Job burnout , mental health , Saudi pilots**.**