

2022

## The Effectiveness of a Counseling Supervision Program Based on the Cognitive Model on Reducing the Level of the Psychological Burnout of Educational Counselors in Irbid Governorate

Odai m. Al-Masarwah

*The World Islamic Sciences & Education University*, [odai.masarweh@wise.edu.jo](mailto:odai.masarweh@wise.edu.jo)

Follow this and additional works at: <https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jjoas-h>



Part of the [Education Commons](#)

---

### Recommended Citation

Al-Masarwah, Odai m. (2022) "The Effectiveness of a Counseling Supervision Program Based on the Cognitive Model on Reducing the Level of the Psychological Burnout of Educational Counselors in Irbid Governorate," *Jordan Journal of Applied Science-Humanities Series*: Vol. 33: Iss. 1, Article 8.

Available at: <https://digitalcommons.aaru.edu.jo/jjoas-h/vol33/iss1/8>

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Jordan Journal of Applied Science-Humanities Series by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact [rakan@aarj.edu.jo](mailto:rakan@aarj.edu.jo), [marah@aarj.edu.jo](mailto:marah@aarj.edu.jo), [u.murad@aarj.edu.jo](mailto:u.murad@aarj.edu.jo).

**The Effectiveness of a Counseling Supervision Program Based on the Cognitive Model on Reducing the Level of the Psychological Burnout of Educational Counselors in Irbid Governorate**

فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج المعرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في محافظة إربد

Uday Mohammad Al-Masarwah\*

The World Islamic Science and Education, Amman, Jordan.

**ARTICLE INFO****Article history:**

Received 30 Mar 2021

Accepted 16 May 2021

Published 01 Oct 2022

<https://doi.org/10.35192/jjoas-h.v33i1.352>

\*Corresponding author at The World Islamic Science and Education, Amman, Jordan.

Dr. Odai Mohammad Al- Masarwah.

Email: [odai.masarweh@wise.edu.jo](mailto:odai.masarweh@wise.edu.jo).**Keywords:**

Counseling Supervision Program

Cognitive Model

Psychological Burnout

Educational Counselors

**الكلمات المفتاحية:**

برنامج إشراف إرشادي

النموذج المعرفي

الاحتراق النفسي

المرشدين التربويين

**ABSTRACT**

The study aimed to identify the effectiveness of a supervisory supervision program based on the cognitive model in reducing the level of psychological burnout among educational counselors in the governorate of Irbid. The sample of the study consisted of (30) male and female educational counselors working in public and private schools in the Directorate of Education for the Bani Obeid District. The study sample members were distributed randomly into two groups: an experimental group with a number of (15) male and female instructors who received training, and a control group of (15) male and female mentors who did not receive training. The performance of members of the experimental and control groups was measured on the psychological burnout scale before and after the supervisory program, while the follow-up measure was taken for the experimental group one month after the end of the program. The results of the study showed that there were statistically significant differences in the post measurement between the experimental and control groups on the Burnout Scale and its dimensions in favor of the experimental group. The results also showed that there were no statistically significant differences on the total score of the Burnout Scale and its dimensions between the post and follow-up measures.

هدفت الدراسة التعرف إلى فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج المعرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في محافظة إربد. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) مرشداً ومرشدة من المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة في مديرية التربية والتعليم للواء بني عبيد. وتم توزيع أفراد عينة الدراسة بالطريقة العشوائية إلى مجموعتين: مجموعة تجريبية بلغ عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة ممن حصلوا على تدريب، ومجموعة ضابطة بلغ عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة لم يحصلوا على تدريب. وقد تم قياس أداء أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الاحتراق النفسي قبل البرنامج الإشرافي وبعده، في حين تم أخذ قياس المتابعة للمجموعة التجريبية بعد شهر واحد من انتهاء البرنامج. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة على مقياس الاحتراق النفسي وأبعاده لصالح المجموعة التجريبية. كما وأظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وأبعاده بين القياسين البعدي والمتابعة.

يعد الإشراف الإرشادي عنصراً أساسياً في برامج إعداد وتعليم المرشدين، كما أنه يدعم عملية التغيير والإثراء الذاتي للطلاب في مجالات الإرشاد النفسي، ويساعد في التعلم الفعال للمعرفة الإرشادية، حيث يعتبر الإشراف البناء ذو فائدة عظيمة لكل المشاركين فيه سواء أكانوا مرشدين مبتدئين أم ذوي خبرة في عملية الإرشاد النفسي- (الداهري، ٢٠١٦). والإشراف الإرشادي مر بتطورات نظرية وعملية كثيرة، حيث ظهرت العديد من الاتجاهات والنماذج الإشرافية، مما أدى إلى صعوبة الوصول إلى تعريف محدد لعملية الإشراف الإرشادي، ومهامه، وأهدافه، لذا تعددت مفاهيم الإشراف الإرشادي، بحيث ينظر إليه على أنه عملية تعلم، وبعضهم ينظر إليه على أنه عملية تدريب، والبعض الآخر يعتقد أنه عبارة عن عملية إدارية (Gazzola & Theriault, ٢٠٠٧). ويعرف شحادة وآخرون (٢٠١٩) الإشراف الإرشادي بأنه: شكل من أشكال نقل الخبرة بين المرشدين، أو بين مشرف مهني ومرشد تربوي عن طريق استخدام مهارات التغذية الراجعة والمواجهة المهنية وعن طريق التدريب بهدف تحسين أدائهم وتبصيرهم بنقاط القوة والضعف لديهم. كما وعرفت برادلي ولاداني (Bradley & Ladany, ٢٠١٠) الإشراف الإرشادي بأنه: عمل يقوم به مشرفون خبراء وناجحون أعدوا ضمن منهجية الإشراف، بهدف تسهيل عملية تطور المشرف عليه الشخصي والمهني، للارتقاء بكفاءته ومهارته عبر مجموعة من الأنشطة الإشرافية. أما كروكت (Crocket, ٢٠٠٧) فقد عرفه بأنه: عملية تعليمية، حيث يتعلم المشرف عليه مهارات جديدة، ويكتسب السلوك المهني الملائم عبر دراسة النشاطات المهنية للمشرف عليه. كما وعرفه هارت (Hart, ١٩٨٢) بأنه: تدخل يبدأ في أقل مستوى من التعقيد ثم يبدأ بالمتوسط ثم يمتد نحو مستويات أكثر تعقيداً.

وتتعدد أساليب الإشراف الإرشادي حسب المشرف والمشرف عليه والحاجة والرغبة والمهام المطلوبة، فهناك الإشراف الذاتي الذي يقوم فيه المشرف بتقييم نفسه وعمله دون وجود التغذية الراجعة الخارجية. والإشراف الفردي ويستخدم خاصة مع المرشدين المبتدئين وفيه تغذية راجعة خارجية، والإشراف الجمعي لتبادل الخبرات والتفاعل الاجتماعي والمشاكل المستقبلية وكيفية التعامل معها، وإشراف الفريق الذي يتكون من مجموعة من المشرفين والمختصين (طشوش، ٢٠٢٠). ويستند الإشراف الإرشادي إلى عدد من النظريات والنماذج التي تعد إطار عمل يساعد المشرفين على تحديد الأهداف الإشرافية والجلسات والمهارات والكفايات وآليات التقييم. لذا يؤكد الباحثون على ضرورة تبني المشرفين إتجاهاً إشرافياً تستند إليه البرامج الإشرافية ويكون ذو طابع نظري وتطبيقي. وتكمن أهمية الاتجاه الإشرافي عن طريق قيامه بتنظيم عملية الإشراف وتحديد التدخلات والإجراءات الإشرافية المناسبة (الخوالده ووطنوس، ٢٠١٨). وهناك نظريات واتجاهات ونماذج متعددة في الإشراف الإرشادي، وينظر إلى النموذج المعرفي على أنه نموذج يتبع خلاله المشرف الإرشادي دور المعلم، حيث يعمل على تعليم المشرف عليه طبيعة التفكير العقلاني، وإمكانية تعليم هذه الأفكار للمسترشدين، بالإضافة إلى إيمانه على الإقناع الجدلي التعليمي بما يتضمنه من فنيات عديدة في تقديم منطق الإشراف، وشرحه للمشرف عليه، وإقناعه بضرورة الالتزام بالإشراف، وقيامه بالدور المنوط به، وتوضيح العلاقة بين الأفكار المشوهة والاعتقادات اللاعقلانية من ناحية، وبين ما يعانيه المشرف عليه من مشكلات، أو ما يترتب عليه من مشاعر سلبية تعيقه عن أدائه الوظيفي (الشريفين، ٢٠١١).

ويتمثل الإطار النظري للنموذج المعرفي في الإشراف في تلك الأساليب والفنيات التي قدمها ألبرت أليس، وأرون بيك، حيث توضح تلك الأطر النظرية كيفية إدراك المرشد للمثيرات المختلفة وتفسيقاتها لها، وإعطاء معاني لخبراته. ويستند هذا النموذج المعرفي في الإشراف على العمليات العقلية التي توضح انه خلال فترات التوتر والقلق يصبح تفكير المشرف عليه أكثر تشويشاً، وأكثر جموداً، وتصبح أحكامه مطلقة يسيطر عليها التعميم الزائد (أبو مزيد، ٢٠١٥). ويرى برادلي ولاداني (Bradley & Ladany, ٢٠١٠) أن الإشراف المعرفي يهدف إلى زيادة المعرفة حول المهارات والطرق المطلوبة في الإرشاد المعرفي وزيادة القدرة على أدائها في الموقف الإرشادي، وتحديد وتعديل المفاهيم الخاطئة حول الإرشاد المعرفي التي يمكن أن تكون لدى المرشد المشرف عليه، وتحديد القضايا الشخصية للمرشد المشرف عليه والتي من الممكن أن تؤثر سلباً على العلاقة الإشرافية وعلى التعاون بين المشرف والمشرف عليه. ويشير الدايري (٢٠١٦) إلى أن العلاقة الإشرافية بين المشرف والمشرف عليه المبنية على أسس ومبادئ النموذج المعرفي تمتاز بأنها دافئة وأصيلة، وفيها إمكانية للتعاطف مع المشرف عليه، وكذلك قائمة على التقبل غير المشروط بعيداً عن الإنتقاد وإصدار الأحكام، وهذه الشروط تعتبر هادفة وأساسية حتى تصبح العلاقة الإشرافية ناجحة وفعالة.

والمشرف الإرشادي المتبع للنموذج المعرفي في الإشراف نجده يستخدم مجموعة من الأساليب الإشرافية من أجل بناء علاقة إشرافية مع المشرف عليه، وتدريبه على الأساليب والمهارات الإرشادية، وبالتالي تحقيق الأهداف الإشرافية بشكل سليم، حيث نجده يستخدم أساليب متنوعة مثل، مراقبة الذات، وتحديد الأفكار اللاعقلانية وتعديلها، وإعادة البناء المعرفي، والمهارات المعرفية، والتقارير النفسية، ولعب الأدوار، والأشرطة المسجلة، والتدريب المعرفي، وتدريب الزملاء، والملف الإشرافي، والممارسة العقلية، والنمذجة المعرفية، والتدريب الذاتي المعرفي (Hart, ١٩٨٢). وعن علاقة الإشراف بالإرشاد النفسي، يشير المحاميد (٢٠١٦) أن الإشراف الإرشادي يعتبر المدخل لمهنة الإرشاد، واحد العوامل المؤثرة في نجاح العملية الإرشادية؛ فالإشراف بما يتضمنه من خدمات مختلفة تتمثل، بتقديم الاستشارات، والتدريب، والتقييم، والإرشاد، والدعم والتشجيع للمرشد يشكل بدوره الأساس الذي تستند إليه العملية الإرشادية بجميع أشكالها ومكوناتها. وترى القيسي (٢٠١٤) أن للإرشاد النفسي أهمية في التعرف إلى مشكلات الطلبة ومساعدتهم في إيجاد الحلول المناسبة لها، ولكن يبرز في مجال عمل المرشد معوقات تحول دون قيامه بدوره كاملاً، كعدم قدرته على اتخاذ القرار المناسب في عمله، وعدم وجود التغذية الراجعة، وكثرة متطلبات العمل، وغموض الدور، وقلة الدعم من المسؤولين؛ الأمر الذي يسهم في إحساسه بالعجز عن تقديم العمل المطلوب منه، وعدم الرضا الوظيفي والشعور بالتوتر والضغط النفسي، وبالتالي الإحساس بالاحتراق النفسي.

ومهنة الإرشاد من المهنة الإنسانية التي تتطلب تقديم خدمات وتنفيذ مهام مختلفة، مثل: الإرشاد الفردي للأفراد الذين يعانون من مشكلات نفسية، وتقديم خدمات الدعم النفسي عن طريق الإرشاد الجمعي، وتقديم الخدمات الإرشادية لأولياء الأمور وللمعلمين وللإداريين في المؤسسات التعليمية، وتدريب الأفراد على المهارات الحياتية، وكيفية إدارة الضغوط النفسية والوقاية منها، وتقديم البرامج والخطط الوقائية والإرشادية المختلفة (دراوشة، ٢٠١٠).

وبالنظر إلى ما سبق من تعدد الأدوار والمهام الوظيفية والمهنية التي يقوم بها المرشدين التربويين في أماكن عملهم، والمعوقات التي تواجههم، فإنه بالإمكان القول أن معظمهم معرضون بدرجة كبيرة للضغوط النفسية والاحتراق النفسي والإنهاك والتوتر والقلق (Coban & Demir, ٢٠٠٧). وتعرف دراوشة (٢٠١٠) الاحتراق النفسي بأنها حالة تصيب المرشد النفسي تنتج من تعرضه للضغوط النفسية الحياتية اليومية، تشعره بالتعب والتوتر والإرهاق واستنزاف طاقته الجسدية والذهنية التي تدفعه للامتناع عن القيام بواجباته ومهامه الإرشادية المطلوبه منه، وعدم تقديم الخدمة للمسترشدين أو تقديمها بشكل غير جيد؛ فتشعر المرشد النفسي بقلّة الانجاز والدافعية والنجاح.

كما ويعرفه الربدي (٢٠١٣) بإستجابة يظهر فيها الإنهاك والتعب، وعدم الاهتمام بالمسترشدين، والشعور بعدم الكفاءة، كما يظهر فيه اتجاه سلبي للعمل، والرغبة في ترك المهنة؛ نتيجة لضغوط العمل، وغموض الدور، وزيادة الأعباء، وعدم القدرة على الوفاء بمتطلبات المهنة، وتعرفه معروف (٢٠١٧) بالمؤثرات السلوكية الناتجة عن الضغط الذي يتعرض له الفرد أثناء العمل لفترة طويلة. ويعرفه الباحث بأنه حالة من الإجهاد الانفعالي وتبدل المشاعر ونقص الشعور بالانجاز الشخصي تنتاب المرشدين التربويين العاملين في مهنة الإرشاد التربوي ينتج عنها الإحساس بالعجز عن تقديم العمل المطلوب منهم بشكل مناسب.

والاحتراق النفسي يمثل حالة نفسية يتعرض لها المرشدين الذين يعملون في المجالات النفسية، والاجتماعية، والصحية، وتكون مصحوبة بالإجهاد النفسي، وتكوين اتجاهات وأفكار سلبية نحو العمل، وقلة الإنجاز الشخصي، وعدم الرضا المهني، وهي حالة ناتجة عن أعباء ومتطلبات العمل الزائدة، بحيث ينعكس آثارها على المؤسسة التي يعمل فيها المرشد، والعاملين فيها، والأفراد المستفيدين من خدمات هذه المؤسسة (الحديد، ٢٠١٩). ويرى عنبوسي (٢٠١٣) أن ظاهرة الاحتراق النفسي تتكون من ثلاثة أبعاد رئيسية هي:

← **الاستنزاف أو الإجهاد الانفعالي:** وهو الاستنزاف المهني لطاقت الفرد البدنية والنفسية، وفقدانه لحيويته ونشاطه.

← **فقدان الآتية أو تبدل المشاعر:** وهي حالة تصيب المهنيين، حيث يتخذون مواقف سلبية وساخرة وتهكمية تجاه العملاء.

← **نقص الشعور بالإنجاز الشخصي:** وهي تشير إلى تقييم الفرد لنفسه بطريقة سلبية، بحيث يشعر أنه غير قادر على إنجاز العمل الموكل إليه.

وتشير الربدي (٢٠١٣) أن المرشدين أكثر عرضة للإصابة بالاحتراق النفسي بحكم طبيعة عملهم والمهام الموكلة إليهم، وذلك نظراً للضغوط المهنية التي يواجهونها في عملهم والتي يصعب عليهم التكيف معها كزيادة أعباء العمل، والضغوط الإدارية، وزيادة أعداد الحالات، وفقدان التحكم والسيطرة في مجريات أمورهم المهنية، وعدم تفهم الآخرين لأدوارهم، وقلة الدعم من المؤسسة، وعدم توفر الحوافز، إضافة إلى الضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية التي يتعرضوا لها.

#### مشكلة الدراسة :

من خلال خبرة الباحث بوصفه عضو هيئة تدريس ومرشداً نفسياً ومشرفاً ميدانياً في مجال الإرشاد النفسي والتربوي لعدة سنوات، لوحظ أن هناك حالة من التعب والقلق والتوتر والإجهاد الانفعالي، وكذلك الاحباط ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي يعانيها المرشدون التربويون أثناء عملهم في مهنة الإرشاد النفسي والتربوي، مما ينعكس بشكل واضح على مستوى فاعليتهم وكفاءتهم الذاتية أثناء تعاملهم مع المسترشدين الذين لديهم مشكلات تربوية وتحصيلية ونفسية، أو عند مقابلتهم لأولياء الأمور وتقديم الاستشارات النفسية والتربوية لهم.

ومما يؤكد ملاحظة الباحث الميدانية أيضاً ما أشارت إليه نتائج العديد من الدراسات السابقة (زغبيني، ٢٠٢٠؛ الحديد، ٢٠١٩؛ المشاقبة، ٢٠١٦) والتي أشارت إلى وجود الاحتراق النفسي لدى المرشدون التربويون. وكذلك جاءت الدراسة الحالية إستجابة لتوصيات العديد من الدراسات السابقة (الغامدي، ٢٠٢٠؛ لاروس ودينيلس (Larose & Daniels, 1998)؛ سكارنيرا بوسكا وسوليتا (Scarnera, Bosca & Soleti, ٢٠٠٩؛ عنبوسي، ٢٠١٣)، والتي أشارت إلى ضرورة عمل برامج إشرافية للمرشدين التربويين تساعدهم في خفض مستوى الاحتراق النفسي لديهم.

#### أسئلة الدراسة:

تتركز الدراسة الحالية في الإجابة عن السؤالين الآتيين:

← هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج الاشرافي المستند إلى النموذج المعرفي، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برنامج اشرافي، في الاختبار البعدي على مقياس الاحتراق النفسي؟

← هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسطات درجات المرشدين لمستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وبين متوسط درجاتهم على نفس المقياس في القياس التبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج؟

← لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج الاشرافي المستند إلى النموذج المعرفي، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برنامج اشرافي، في الاختبار البعدي على مقياس الاحتراق النفسي.

← لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسطات درجات المرشدين لمستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وبين متوسط درجاتهم على نفس المقياس في القياس التبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج.

#### أهمية الدراسة

تنبثق أهمية هذه الدراسة من جانبين: الأول نظري، والثاني تطبيقي كما يلي:

#### الأهمية النظرية:

تتمثل الأهمية النظرية من خلال زيادة وعي وإستبصار المرشدين التربويين بالأسباب والعوامل التي تساهم بدورها في حدوث مشكلة الاحتراق النفسي لديهم من أجل معرفة طرق وأساليب التعامل معها، وتطوير البرامج الإشرافية من أجل خفضها، وتقديم برنامج إشرافي قائم على النموذج المعرفي، والكشف عن أثره في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين العاملين في المدارس، كما أنها تشكل مصدراً يدعم الجانب المعرفي من خلال ما قدمته من معلومات تتعلق بالاحتراق النفسي وأبعاده المختلفة؛ والتي قد يستفيد منها المهتمون بالإرشاد النفسي والتربوي والأخصائيين النفسيين والمرشدين التربويين ومشرفي الإرشاد التربوي في وزارة التربية والتعليم، والباحثون.

#### الأهمية التطبيقية:

تتمثل الأهمية التطبيقية من خلال تقديم برامج إشرافية تدريبية للمرشدين التربويين الجدد، وذوي الخبرة حول كيفية التعامل مع الضغوطات النفسية التي تحدث في أماكن عملهم ومدارسهم للحد من ظاهرة الاحتراق النفسي. بالإضافة إلى تقديم برنامج عملي قائم على النموذج المعرفي في الإشراف على شكل دليل تدريبي يمكن الإستفادة منه واستخدامه من قبل المشرفين على المرشدين في الجامعات الأردنية والمشرفين التابعين لمديريات التربية في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين. كما وتوفر هذه الدراسة مقياساً تم تطويره لقياس مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين.

#### مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية

**الاحتراق النفسي:** حالة من الإرهاق والإجهاد العقلي والجسمي والانفعالي تتميز بالتعب المستمر، واليأس، والعجز، وتطوير مفهوم ذات سلبي، واتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس (Maslach & Jackson, 1986). ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها الدرجة التي يحصل عليها المرشد التربوي على مقياس الاحتراق النفسي المُعد لأغراض هذه الدراسة.

**برنامج إشراف إرشادي:** برنامج مخطط ومنظم يستند إلى النموذج المعرفي في الإشراف الإرشادي يتضمن مجموعة من الجلسات الإشرافية التدريبية بواقع (١٢) جلسة إشرافية تدريبية، مدة الجلسة الواحدة تتراوح ما بين (٧٠-٩٠) دقيقة، ويشتمل على مجموعة من الإجراءات والأنشطة والمهارات والأساليب والخبرات التعليمية المتنوعة التي تهدف إلى خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين.

**المرشدون التربويون:** هم المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة من الذكور والإناث التابعين لمديرية التربية والتعليم للواء بني عبيد في محافظة إربد والذين لديهم الرغبة بالمشاركة بالدراسة.

#### حدود الدراسة ومحدداتها

**الحدود البشرية:** طبقت هذه الدراسة على عينة من المرشدين التربويين الذكور والإناث.

**الحدود المكانية:** اقتصرت هذه الدراسة على المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة التابعين لمديرية التربية والتعليم للواء بني عبيد في محافظة إربد.

**الحدود الزمانية:** طبقت هذه الدراسة في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠.

**المحددات الإجرائية:** تتحدد نتائج الدراسة الحالية بمصطلحاتها وتعريفاتها الإجرائية، وبالأساليب التي استخدمت فيها لجمع البيانات، من حيث صدقها وثباتها، وكل ما وفرته من شروط تتعلق باختبار أفراد عينة الدراسة، وبطبيعة المنهج المستخدم فيها، وبطبيعة التحليل الإحصائي.

#### الدراسات السابقة:

قام الغامدي (٢٠٢٠) بدراسة هدفت الكشف عن مدى فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من مرشدي الطلاب بمدينة الرياض. تكونت عينة الدراسة من (٤٠) مرشداً طلابياً، تم توزيعهم بشكل عشوائي إلى مجموعتين أحدهما تجريبية، وأخرى ضابطة. استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في مستوى الاحتراق النفسي لصالح المجموعة التجريبية التي خضعت للبرنامج التدريبي، كما وأظهرت النتائج استمرار تأثير فعالية البرنامج على القياس التبعي لدى أفراد المجموعة التجريبية بعد (٣٠) يوماً من المتابعة.

كما وقام منسي (Mansi, ٢٠١٧) بدراسة هدفت التعرف إلى فاعلية برنامج إشرافي تدريبي على مستويات التوتر والانتباه والتعاطف الذاتي لدى عينة من المرشدين المتدربين. تكونت عينة الدراسة من (١١) مرشداً ومرشدة من طلبة الماجستير والدكتوراه في جامعة توليدو في ولاية أوهايو. استخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعة الواحدة من خلال برنامج تدريبي أستمرد لمدة (٦) أسابيع. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس التوتر، ومقياس الانتباه، ومقياس التعاطف الذاتي. أظهرت نتائج الدراسة خفض مستوى التوتر وتحسين مستوى التعاطف الذاتي والانتباه لدى المرشدين المتدربين. وأجرت أبو مزيد (٢٠١٥) دراسة هدفت التعرف إلى فاعلية الإشراف الإرشادي في تخفيف ضغوط العمل لدى المرشدين التربويين في محافظات غزة. تكونت عينة الدراسة من (٢٤) مرشداً ومرشدة. ولغايات تحقيق أهداف الدراسة استخدمت الباحثة مقياس ضغوط العمل. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في ضغوط العمل في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية التي تلقى أفرادها البرنامج الإشرافي. كما وأجرى عنبوسي (٢٠١٣) دراسة هدفت إلى الكشف عن مدى فاعلية برنامج معرفي سلوكي في خفض مستوى الاحتراق النفسي، وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في فلسطين. تكونت عينة الدراسة من (٣٠) مرشداً، تم توزيعهم بشكل عشوائي إلى مجموعتين أحدهما تجريبية وعدد أفرادها (١٥) مرشداً خضعوا للبرنامج التدريبي، والأخرى ضابطة وعدد أفرادها (١٥) مرشداً لم يتلقوا أي برنامج تدريبي. استخدم الباحث مقياسي الاحتراق النفسي، والكفاءة الذاتية المدركة. أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في الكفاءة الذاتية المدركة والاحتراق النفسي لصالح المجموعة التجريبية. وأجرى سكارنيرا بوسكا وسوليتا (Scarnera, Bosca & Soletti, ٢٠٠٩) دراسة تجريبية هدفت الكشف عن مدى فاعلية برنامج تدخلي مبني على المنهج المعرفي السلوكي في خفض الاحتراق النفسي. تكونت عينة الدراسة من (٢٥) مشاركاً ومشاركة يعملون في مجالات العلاج النفسي والتأهيل. وقد استخدم مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، ومقياس ضغوط العمل. واستغرق تنفيذ البرنامج ستة أشهر، وتضمن ورشات عمل تم التدريب فيها على مهارات تأكيد الذات، وإدارة العلاقات مع الآخرين من الزملاء، والأصدقاء، والمسترشدين، وأعضاء الأسرة. أظهرت النتائج انخفاض مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة. يتضح من عرض الدراسات السابقة أنها تناولت عدة برامج إشرافية تستند إلى اتجاهات ونماذج إشرافية مختلفة وهذه الدراسات تنوعت في موضوعاتها وأهدافها وأدواتها وأساليبها. وعليه يمكن القول أن الدراسات السابقة كان لها الأثر الكبير والدور الهام في تعزيز الدراسة الحالية، رغم وجود بعض الاختلافات في الأهداف أو الأدوات أو الاتجاهات الإشرافية، وإن لتنوع الدراسات السابقة وتناولها جوانب كثيرة تتعلق بالإشراف الإرشادي والنماذج الإشرافية المستخدمة فيها، وظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بغيرها من المتغيرات النفسية أكسب الباحث سعة في الاطلاع بكل الجوانب التي تدعم هذه الموضوعات. واستفاد الباحث من هذه الدراسات في تطوير أدوات الدراسة (البرنامج الإشرافي المستند إلى النموذج المعرفي، ومقياس الاحتراق النفسي)، والتعرف على نتائجها ومقارنتها بنتائج الدراسة الحالية واستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، وفي تدعيم بعض الآراء المتعلقة بالإطار النظري. وبالنظر إلى الدراسة الحالية وما يميزها عن الدراسات السابقة، نلاحظ أنها تختلف عن الدراسات السابقة من حيث فئة الدراسة ومجتمعها، وأدوات الدراسة، وكذلك النموذج الإشرافي المستخدم فيها، لذا تميزت الدراسة الحالية أنها قامت بتطوير برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج المعرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في محافظة إربد.

#### الطريقة والإجراءات

##### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة في مديرية التربية والتعليم للواء بني عبيد في محافظة إربد في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠ من الذكور والإناث والبالغ عددهم (٦٨) مرشداً ومرشدة.

##### عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من مجموعة من المرشدين والمرشدات مؤلفة من (٣٠) مرشداً ومرشدة ممن حصلوا على درجة مرتفعة (٣,٦٨) فأعلى على مقياس الاحتراق النفسي، والذين لديهم الرغبة بالمشاركة بالدراسة من المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة التابعين لمديرية التربية والتعليم للواء بني عبيد في محافظة إربد في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠. ووزع المشاركون بالدراسة عشوائياً إلى مجموعتين: مجموعة ضابطة عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة لم يتلقوا البرنامج الإشرافي، ومجموعة تجريبية عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة تلقوا البرنامج الإشرافي.

##### أدوات الدراسة

##### مقياس الاحتراق النفسي:

قام الباحث بتطوير مقياس الاحتراق النفسي وفق الخطوات الآتية:

← مراجعة الأدب النظري حول الاحتراق النفسي (Maslach & Jackson, 1986); (Maslach, Schaufeli and Leiter, ٢٠٠١); (المشاقبة، ٢٠١٦); (زغيب، ٢٠٢٠). والأدوات والمقاييس المستخدمة في الدراسات السابقة ذات الصلة بالاحتراق النفسي والعناصر التي يتكون منها (الغامدي، ٢٠٢٠); (دراوشة، ٢٠١٠); (الحديد، ٢٠١٩); (الربدي، ٢٠١٣); (القيسي، ٢٠١٤); (عنبوسي، ٢٠١٣).

← إعادة صياغة فقرات مقياس الاحتراق النفسي بحيث تكون واضحة وملائمة وتتناسب مع أهداف الدراسة والعينة، ثم استخراج دلالات الصدق والثبات له، وقد تكون المقياس بصورته الأولية من (30) فقرة تقيس الاحتراق النفسي موزعة على ثلاثة أبعاد، هي: بعد الإجهاد الانفعالي وتكون من الفقرات (9-1)، وبعد تبدل المشاعر وتكون من الفقرات (20-10)، وبعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي وتكون من الفقرات (30-21).

#### صدق المقياس

تحقق الباحث من صدق المقياس بطريقتين، هما:

#### الصدق الظاهري:

تم عرض المقياس بصورته الأولية والمكون من (30) فقرة على (10) من المحكمين من أعضاء هيئة التدريس، في بعض الجامعات الأردنية من المتخصصين في الإرشاد النفسي وعلم النفس والقياس، وطلب منهم إبداء الرأي بوضوح وسلامة صياغة الفقرات وصلاحياتها لقياس ما صممت لقياسه، وتقديم أية اقتراحات يرونها مناسبة لتطوير المقياس، وتم اعتماد موافقة (80%) فأكثر مؤشراً على إبقاء الفقرة، وبناءً على آراء المحكمين تم تعديل صياغة (3) فقرات، وحذف (6) فقرات، حيث تكون المقياس بصورته النهائية من (24) فقرة.

#### صدق البناء:

للتحقق من صدق بناء المقياس؛ تم تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على عينة استطلاعية تكونت من (30) مرشداً تربوياً من خارج عينة الدراسة المستهدفة، وذلك لحساب معاملات ارتباط بيرسون بين الفقرات وبين مقياس الاحتراق النفسي ككل وأبعاده، حيث تراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بعد الإجهاد الانفعالي بين (0,51-0,39) مع بعدها، وبين (0,45-0,34) مع الكلي للمقياس؛ وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بعد تبدل المشاعر بين (0,65-0,09) مع بعدها، وبين (0,47-0,42) مع الكلي للمقياس؛ وتراوحت قيم معاملات ارتباط فقرات بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي بين (0,74-0,69) مع بعدها، وبين (0,53-0,37) مع الكلي للمقياس. ويلاحظ من القيم سالفة الذكر، الخاصة بصدق البناء أن معامل ارتباط كل فقرة من فقرات مقياس الدراسة مع الدرجة الكلية لمقياس الدراسة وأبعاده لم يقل عن معيار (0,20)؛ مما يشير إلى جودة بناء فقرات مقياس الاحتراق النفسي (عودة، 2010).

#### ثبات المقياس

تم تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على عينة استطلاعية بلغت (30) مرشداً تربوياً، تم اختيارهم من مجتمع الدراسة وخارج العينة الأساسية، حيث طلب منهم الإجابة على فقرات مقياس الاحتراق النفسي، ثم أعيد تطبيقه عليهم بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات المرشدين التربويين في التطبيقين، وكذلك معاملات ارتباط كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha) والجدول (1) يوضح معاملات الارتباط:

جدول (1) قيم معاملات ثبات الاتساق الداخلي وإعادة لمقياس الاحتراق النفسي الكلي وأبعاده

المقياس وأبعاده	ثبات الاتساق الداخلي	ثبات الإعادة	عدد الفقرات
الإجهاد الانفعالي	0,91	0,88	8
تبدل المشاعر	0,86	0,81	7
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	0,82	0,85	9
الكلي للمقياس	0,89	0,87	24

يلاحظ من جدول (1)، أن ثبات الاتساق الداخلي لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0,87) ولأبعاده تراوحت بين (0,81-0,91)، في حين أن ثبات الإعادة لمقياس الدراسة الكلي قد بلغت قيمته (0,87) ولأبعاده تراوحت بين (0,81-0,88).

#### تصحيح المقياس

تكون المقياس من خمسة مستويات متدرجة، وهي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً) وقد أعطي للبدل دائماً (5) درجات، وللبدل غالباً (4) درجات، وللبدل أحياناً (3) درجات، وللبدل نادراً (2) درجتين، وللبدل أبداً (1) درجة واحدة؛ حيث تتراوح الدرجات التي يحصل عليها المرشد التربوي بين (24-12) درجة. وقد جرى استخدام التدرج الإحصائي التالي لتوزيع المتوسطات الحسابية وذلك حسب المعيار الذي قاس كل فقرة:

طول الفئة = الحد الأعلى للبدائل - الحد الأدنى للبدائل / عدد المستويات.

$$\text{طول الفئة} = \frac{5-1}{3} = 1.33$$

وبذلك تكون حدود المستويات الثلاثة على النحو الآتي:

$$1,33 + 1 = 2,33 \text{ ، } (2,33 - 1) \text{ درجة منخفضة.}$$

$$2,33 + 2,34 = 4,67 \text{ ، } (3,67 - 2,34) \text{ درجة متوسطة.}$$

$$4,67 + 3,68 = 8,35 \text{ ، } (5 - 3,68) \text{ درجة مرتفعة.}$$

#### البرنامج الإرشادي

بعد مراجعة أدبيات الموضوع برادلي ولادني (Bradley & Ladany, 2010)؛ وبوردر وبراون (Borders & Brown, 2005)؛ بيرنرد وجودير (Bernard & Goodyear, 2013)؛ ومن خلال استعراض والاطلاع على الدراسات السابقة عنبوسي (2013)؛ الخوالده ووطنوس (2018)؛ الشريفيين (2015)؛ الشريفيين (2011)؛ الصمادي والشاوي (2014)؛ كيلير (Keller, 2011)؛ (ضمره، 2004)؛ (الهوري، 2007)؛ الغامدي (2020)؛ والمتضمنة على برامج حول التدريب والإشراف على المرشدين وفق الأطر النظرية والنماذج الإشرافية المختلفة قام الباحث بإعداد برنامج مكون من (12) جلسة إشرافية تدريبية، بواقع جلستين أسبوعياً، مدة الجلسة تتراوح ما بين (70-90) دقيقة، حيث تم تحديد أهداف إشرافية عامة للبرنامج، وأهداف وإجراءات ونشاطات إشرافية خاصة، وواجب بيتي لكل جلسة. ويسعى هذا البرنامج الإرشافي إلى خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين، وبالتالي الوصول بهم إلى أعلى مستوى من النمو المهني والشخصي.

#### الأهداف العامة للبرنامج الإرشافي

1. أن يتعرف المرشدين التربويين على مفهوم الإشراف الإرشادي وخطواته.
2. أن يذكر المرشدين التربويين مفاهيم عامة عن الاحتراق النفسي.
3. أن يحدد المرشدين التربويين أسباب الاحتراق النفسي.
4. أن يحدد المرشدين التربويين أعراض الاحتراق النفسي.
5. أن يحدد المرشدين التربويين أبعاد الاحتراق النفسي.
6. أن يحدد المرشدين التربويين العلاقة بين الضغوط النفسية والاحتراق النفسي.
7. أن يوظف المرشدين التربويين استراتيجيات عامة للتخفيف من الاحتراق النفسي.
8. أن يدرك المرشدين التربويين أخطار الاحتراق النفسي.
9. أن يطبق المرشدين التربويين بعض الاستراتيجيات والأساليب للتخفيف من الاحتراق النفسي بنجاح وإتقان.
10. نقل ما تم تعلمه بالجلسات الإشرافية إلى الميدان الإرشادي.

- وقد عرض البرنامج على عشرة محكمين من ذوي الاختصاص في الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي والصحة النفسية، وأخذت ملاحظاتهم بعين الاعتبار. وفيما يلي ملخص جلسات البرنامج الإرشادي المستند إلى النموذج المعرفي في الإشراف:
- ← **الجلسة الأولى:** هدفت هذه الجلسة إلى التعارف بين الباحث (المشرف) والمرشدين التربويين (المشرف عليهم)، والتعارف بين الأعضاء أنفسهم المشرف عليهم، والتعرف إلى البرنامج الإرشادي وأهدافه، وتوقعات الأعضاء المشرف عليهم من البرنامج، وتحديد مكان وزمان سير البرنامج الإرشادي.
- ← **الجلسة الثانية:** هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المرشدين التربويين بمفهوم الإشراف وأنواعه وأهدافه ودوره في تنمية مهاراتهم الشخصية والمهنية، وكذلك تعريفهم بالنموذج المعرفي كأحد نماذج الإشراف ودوره في تعديل أفكارهم.
- ← **الجلسة الثالثة:** هدفت هذه الجلسة إلى تعريف المرشدين التربويين بمفهوم الاحتراق النفسي وأعراضه وأبعاده ومراحل حدوثه والأثار النفسية المترتبة عليه.
- ← **الجلسة الرابعة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على مراقبة الذات عن طريق استخدام مفكرة، أو سجل معين للأفكار. وتدريبهم على طريقة استخدامه عن طريق قيامهم بتسجيل الأفكار والأحداث، ووقت حدوثها، والمكان الذي تحدث فيه، والتي تسبب لهم ضغوطات نفسية في أماكن عملهم وبالتالي تؤدي إلى حدوث مشكلة الاحتراق النفسي لديهم.
- ← **الجلسة الخامسة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على تحديد الأفكار اللاعقلانية، وربطها بالمشاعر والسلوك عن طريق أسلوب الأعمدة الثلاثة والتي تتضمن الأفكار اللاعقلانية، والمشاعر الناتجة عن هذه الأفكار، والسلوك الناتج عن ربط الأفكار اللاعقلانية بالمشاعر.
- ← **الجلسة السادسة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على تنفيذ الأفكار اللاعقلانية ودحضها عن طريق تدريبهم على الحوار السقراطي، وأسلوب المتصل المعرفي.
- ← **الجلسة السابعة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على تعديل أو تغيير الأفكار اللاعقلانية إلى أفكار عقلانية.
- ← **الجلسة الثامنة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على أسلوب إعادة البناء المعرفي.
- ← **الجلسة التاسعة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على مهارتي (الاسترخاء، والتنفس العميق).
- ← **الجلسة العاشرة:** هدفت هذه الجلسة إلى تدريب المرشدين التربويين على أسلوب الحديث الإيجابي للذات، وأسلوب النمذجة المعرفية.
- ← **الجلسة الحادية عشرة:** هدفت هذه الجلسة إلى معرفة مشاعر المرشدين التربويين ومصادر الدعم الداخلية والخارجية لديهم، وتعزيز نقاط القوة لديهم، وتدريبهم على التعبير عن مشاعرهم وانفعالاتهم من خلال تدريبهم على مهارة التفريغ الإنفعالي.
- ← **الجلسة الثانية عشرة:** هدفت هذه الجلسة إلى تلخيص ما تم تناوله في البرنامج الإرشادي، والربط بين جلسات البرنامج، وتقديم التغذية الراجعة، وتقييم البرنامج التدريبي، وتحديد موعد لاحق من أجل المتابعة.

#### منهج الدراسة

اعتمدت هذه الدراسة على التصميم شبه التجريبي والذي يمثل احد تصاميم المنهج التجريبي، حيث قام الباحث باختيار عينة الدراسة التجريبية وعددها (٣٠) مرشداً متدرجاً ممن حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاحتراق النفسي ولديهم الرغبة بالمشاركة في البرنامج الإرشادي من المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة التابعين لمديرية تربية وتعليم لواء بني عبید، وتم توزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين أحدهما ضابطة لا تتلقى البرنامج الإرشادي والأخرى تجريبية تتلقى البرنامج الإرشادي، وقام الباحث بأخذ قياس قبلي وبعدي للمتغير التابع (الاحتراق النفسي) لكل من المجموعتين، وقياس المتابعة للمتغير التابع (الاحتراق النفسي) للمجموعة التجريبية فقط.

#### إجراءات الدراسة

1. تطوير مقياس الاحتراق النفسي، وعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال الإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي والقياس والتقويم، والتأكد من الصدق والثبات للمقياس وفقاً للإجراءات العلمية المتبعة في بناء الأدوات.
2. إعداد البرنامج الإرشادي الذي يستند إلى النموذج المعرفي في الإشراف الإرشادي من خلال الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة، وعرضه على مجموعة من المحكمين المختصين.
3. الحصول على جميع أسماء المدارس الحكومية والخاصة التي تحتوي على مرشدين ومرشدات والتابعة لمديرية تربية وتعليم لواء بني عبید في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠.
4. تحديد المرشدين التربويين الذين يمثلون أفراد الدراسة من المرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية والخاصة التابعين لمديرية تربية وتعليم لواء بني عبید في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٩ / ٢٠٢٠.
5. الحصول على موافقة المرشدين التربويين للمشاركة بالدراسة، وتوزيعهم عشوائياً إلى مجموعتين؛ مجموعة ضابطة عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة، ومجموعة تجريبية عدد أفرادها (١٥) مرشداً ومرشدة.
6. تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على أفراد الدراسة لقياس مستوى الاحتراق النفسي لديهم.
7. تطبيق البرنامج الإرشادي على المرشدين التربويين في المجموعة التجريبية بواقع (١٢) جلسة إشرافية بمعدل جلستين أسبوعياً، ولمدة تتراوح ما بين (٧٠-٩٠) دقيقة لكل جلسة لمدة شهر ونصف.
8. وبعد الإنتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي قام الباحث بإعادة تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على أعضاء المجموعتين التجريبية والضابطة بهدف القياس البعدي.
9. إعادة تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على أعضاء المجموعة التجريبية بعد شهر من الإنتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي بهدف قياس المتابعة.
10. إدخال استجابات أفراد الدراسة على مقياس الاحتراق النفسي إلى ذاكرة الحاسوب وإجراء التحليلات الإحصائية المناسبة باستخدام برمجية SPSS، ومن ثم استخراج النتائج ومناقشتها وتقديم التوصيات.



## تصميم الدراسة والمعالجة الإحصائية

## متغيرات الدراسة

المتغير المستقل، ويمثل: أسلوب المعالجة المستخدم (مجموعتا الدراسة): وله مستويان.

المتغير التابع، ويمثل: مستوى الاحتراق النفسي.

وبناء على ذلك يكون التصميم التجريبي كما يلي: توزيع عشوائي إلى مجموعتين EG, CG

مجموعة تجريبية: تعيين عشوائي- قياس قبلي- برنامج إشراف إرشادي- قياس بعدي- قياس متابعة

EG R 01 X 02 03

مجموعة ضابطة: تعيين عشوائي- قياس قبلي- عدم تقديم برنامج إشراف إرشادي- قياس بعدي

CG R 01 - 02

## المعالجة والتحليل الإحصائي

للإجابة عن فرضيات الدراسة، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والأخطاء المعيارية لاستجابات المرشدين التربويين على مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لمتغير المجموعة، كما استخدم تحليل التباين المشترك متعدد المتغيرات (MANCOVA) للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجات على الأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي، وتحليل التباين المشترك (ANCOVA) للتحقق من دلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الدرجة الكلية للمقياس.

## نتائج الدراسة

النتائج التي تتعلق بالفرضية الأولى والتي تنص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج الإشرافي المستند إلى النموذج المعرفي، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برنامج إشرافي، في الاختبار البعدي على مقياس الاحتراق النفسي."

للإجابة عن هذه الفرضية استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والخطأ المعياري لأداء عينة الدراسة على الأبعاد، والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي، في القياسين القبلي والبعدي تبعاً لمتغير المجموعة (تجريبية، ضابطة)، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والخطأ المعياري لدرجات المرشدين التربويين في مقياس الاحتراق النفسي ككل للقياسين القبلي والبعدي تبعاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة)

المجموعة	العدد	القياس القبلي		القياس البعدي		المعدل	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الخطأ المعياري
تجريبية	١٥	٣,٧١	٠,٣٦٩	٢,٤٥	٠,٢٥٠	٢,٤٩	٠,٠٤٤
ضابطة	١٥	٣,٧٦	٠,١٦٥	٣,٧٥	٠,١٦٩	٣,٧٧	٠,٠٤٤

يتضح من جدول (٢)، وجود فروق ظاهرية بين المتوسطات الحسابية والمعدلة في القياسين القبلي والبعدي لدرجات المرشدين التربويين في مقياس الاحتراق النفسي ككل وفقاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة). ولمعرفة فيما إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية، تم استخدام تحليل التباين المشترك (ANCOVA)، وفيما يلي عرض لهذه النتائج كما هو مبين في جدول (٣).

جدول (٣) نتائج تحليل التباين المشترك لدلالة الفروق في الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وفقاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	مربع إيتا $\eta^2$
القياس القبلي	٠,٠٢٠	١	٠,٠٢٠	٠,٦٦٩	٠,٤٢١	٠,٠٥
المجموعة	٣٩,٩٣٨	١	٣٩,٩٣٨	١٤٨٩,٤٧٩	٠,٠٠٠	٠,٨٤
الخطأ	٠,٦٨٩	٢٧	٠,٠٢٨			
الكلي	٣٩,٧٥٠	٢٩				

يتضح من جدول (٣)، وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ ) في درجات المرشدين التربويين على مقياس الاحتراق النفسي ككل وفقاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة)، فقد بلغت قيمة (ف) (١٤٨٩,٤٧٩) بدلالة إحصائية مقدارها (٠,٠٠٠)، وهي قيمة دالة إحصائية، مما يعني وجود أثر للمجموعة. وبالنظر إلى المتوسطات المعدلة في جدول (٢)، يتضح أن متوسط المجموعة التجريبية (٢,٤٩) أقل من متوسط المجموعة الضابطة (٣,٧٧)، وهذا يعني انخفاض مستوى الاحتراق النفسي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة. كما تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والخطأ المعياري لأداء عينة الدراسة للقياسين القبلي والبعدي لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة)، كما هو مبين في جدول (٤).

جدول (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والمتوسطات المعدلة والخطأ المعياري لدرجات المرشدين التربويين للقياسين القبلي والبعدى لأبعاد مقياس الاحتراق

النفسي وفقاً للمجموعة (تجريبية، ضابطة)

الأبعاد	المجموعة	العدد	القياس القبلي		القياس البعدى		المعدل
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
الإجهاد الانفعالي	تجريبية	١٥	٣,٥٦	٠,٣٨٨	٢,٤٩	٠,٣٠١	٢,٥٣
	ضابطة	١٥	٣,٥٥	٠,٣١٦	٣,٥٤	٠,٣١١	٣,٥٨
تبلد المشاعر	تجريبية	١٥	٤,٣٩	٠,٣٤١	٣,١٧	٠,٣٠٩	٣,١٨
	ضابطة	١٥	٤,٤٣	٠,٢٥٦	٤,٤٢	٠,٢٥٢	٤,٤٤
نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	تجريبية	١٥	٣,٢٩	٠,٤٦١	٢,١٥	٠,٢٠٩	٢,١٩
	ضابطة	١٥	٣,٣٢	٠,١٩٠	٣,٣٠	٠,١٧٦	٣,٣٢

يلاحظ من جدول (٤)، وجود فروق ظاهرية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المتوسطات المعدلة للقياس البعدى للأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي، ولمعرفة فيما

إذا كانت هذه الفروق الظاهرية ذات دلالة إحصائية تم أجرى تحليل التباين المشترك متعدد المتغيرات (MANCOVA)، وذلك كما هو مبين في جدول (٥).

جدول (٥) نتائج تحليل التباين المشترك متعدد المتغيرات لدلالة الفروق بين المتوسطات المعدلة للأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي بين المجموعتين التجريبية والضابطة

مصدر التباين	الأبعاد الفرعية	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	F	مستوى الدلالة	حجم الأثر $\eta^2$
القبلي	الإجهاد الإنفعالي	٠,٠٢٥	١	٠,٠٢٥	٠,١٧٣	٠,٤٢	٠,٠٥
	تبلد المشاعر	٠,٠١٥	١	٠,٠١٥	٠,٢٠١	٠,٣٣	٠,٠٢
	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	٠,٠٤٨	١	٠,٠٤٨	٠,٦٧٩	٠,٣٠	٠,٠٣
المجموعة Hotel ling's Trace = 127.858 F = ٤٩٤,٤٧٠ Sig = ٠,٠٠٠	الإجهاد الإنفعالي	٣٩,١٥٠	١	٣٩,١٥٠	١٠٩,٢٤٩	٠,٠٠٠	٠,٨٢
	تبلد المشاعر	٣٨,٢٨١	١	٣٨,٢٨١	٤٣١,٦٧١	٠,٠٠٠	٠,٧٦
	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	٣٧,٦١٠	١	٣٧,٦١٠	٨١٩,٨٣٢	٠,٠٠٠	٠,٧٤
الخطأ	الإجهاد الإنفعالي	٧,٩٦٥	٢٣	٠,٣٩٧			
	تبلد المشاعر	٣,١٩٠	٢٣	٠,٠٨٩			
	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	٢,١٦٧	٢٣	٠,٠٥٤			
الكل المصحح	الإجهاد الإنفعالي	٥٠,٨٤٤	٢٩				
	تبلد المشاعر	٤٤,٦٩٣	٢٩				
	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي	٤١,٤٣٣	٢٩				

يظهر من جدول (٥)، وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ ) بين المتوسطات الحسابية المعدلة في جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الاحتراق النفسي بين

المجموعتين التجريبية والضابطة وهي:

← بعد الإجهاد الانفعالي: حيث بلغت قيمة F (١٠٩,٢٤٩)، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ )، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية،

حيث بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية (٢,٥٣)، بينما بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة (٣,٥٨) كما يتضح من جدول (٤).

← بعد تبلد المشاعر: حيث بلغت قيمة F (٤٣١,٦٧١)، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ )، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، حيث

بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية (٣,١٨)، بينما بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة (٤,٤٤) كما يتضح من جدول (٤).

← بعد نقص الشعور بالإنجاز الشخصي: حيث بلغت قيمة ف (٨١٩,٨٣٢)، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ )، وكانت هذه الفروق لصالح المجموعة التجريبية، حيث بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة التجريبية (٢,١٩)، بينما بلغ المتوسط الحسابي المعدل للمجموعة الضابطة (٣,٣٢) كما يتضح من جدول (٤).  
النتائج التي تتعلق بالفرضية الثانية والتي تنص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسطات درجات المرشدين التربويين لمستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وبين متوسط درجاتهم على نفس المقياس في القياس التبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج." للإجابة عن هذه الفرضية تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الاحتراق النفسي في القياسين البعدي والمتابعة، ولبيان دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسطات الحسابية، استخدم اختبار "ت" للبيانات المترابطة، وجدول (٦)، يوضح ذلك.

جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" للعينات المترابطة بين التطبيقين البعدي والمتابعة لدرجات المرشدين التربويين في مقياس الاحتراق

#### النفسي

الدلالة الإحصائية	درجات الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	القياس	
٠,٨٣١	١٤	٠,٢١٧	٠,٣٠١	٢,٤٩	بعدي	الإجهاد الانفعالي
			٠,٣١٩	٢,٥٥	متابعة	
٠,٧٠١	١٤	٠,٣٩١	٠,٣٠٩	٣,١٧	بعدي	تبلد المشاعر
			٠,٣٢٦	٣,٢٠	متابعة	
٠,٤٧٩	١٤	٠,٧٢٧	٠,٢٠٩	٢,١٥	بعدي	نقص الشعور بالإنجاز الشخصي
			٠,١٩٩	٢,١١	متابعة	
٠,٦٥٢	١٤	٠,٤٦١	٠,٢٥٠	٢,٤٥	بعدي	الكلبي للمقياس
			٠,٢٧٥	٢,٤٩	متابعة	

يتبين من جدول (٦)، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ ) بين القياسين البعدي والمتابعة في جميع أبعاد مقياس الاحتراق النفسي، فقد كانت قيم (ت) غير دالة إحصائياً، كما ويتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين البعدي والمتابعة للدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي، حيث كانت قيم (ت) غير دالة إحصائياً.

#### مناقشة النتائج والتوصيات

أولاً: مناقشة النتائج التي تتعلق بالفرضية الأولى والتي تنص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسط درجات أفراد المجموعة التجريبية الذين طبق عليهم البرنامج الإرشادي المستند إلى النموذج المعرفي، ومتوسط درجات أفراد المجموعة الضابطة الذين لم يطبق عليهم أي برنامج إرشادي، في الاختبار البعدي على مقياس الاحتراق النفسي."

أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) في متوسط أداء أفراد المجموعة التجريبية الذين تلقوا البرنامج الإرشادي مقارنة بأفراد المجموعة الضابطة وفقاً لمتغير البرنامج الإرشادي تعزى لصالح أفراد المجموعة التجريبية، إذ يلاحظ أن الدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وأبعاده لأفراد المجموعة التجريبية أصبحت تختلف عن أفراد المجموعة الضابطة على القياس البعدي بعد تطبيق البرنامج الإرشادي، مما يشير إلى أن البرنامج الإرشادي ساعد في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين.

وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع ما توصلت إليه العديد من الدراسات والتي بينت انخفاض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين؛ حيث بينت نتائج دراسة الغامدي (٢٠٢٠) وجود أثر للبرنامج الإرشادي المستند إلى النموذج السلوكي المعرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد عينة الدراسة التجريبية من المرشدين التربويين في مدينة الرياض، ودراسة عنبوسي (٢٠١٣) والتي بينت مدى فعالية برنامج معرفي سلوكي في خفض مستوى الاحتراق النفسي، وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في فلسطين، ودراسة سكارنيرا بوسكا وسوليتا (٢٠٠٩) (Scarnera, Bosca & Soleti) والتي أظهرت مدى فعالية برنامج تدخل مبن على المنهج المعرفي السلوكي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من الأفراد الذين يعملون في مجالات العلاج النفسي والتأهيل، ودراسة لاروس ودينيلس (١٩٩٨) (Larose & Daniels) والتي أظهرت نتائجها انخفاض مستوى الاحتراق النفسي وتبلد المشاعر والإجهاد العاطفي لدى أفراد عينة الدراسة. ويعزو الباحث انخفاض مستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى طبيعة البرنامج الإرشادي المستند إلى النموذج المعرفي في الإشراف والمستخدم في الدراسة الحالية، وما تضمنه من فنيات وتمارين وأنشطة وأساليب ومهارات استهدفت الجوانب المعرفية لأعضاء المجموعة التجريبية؛ كاستخدام فنية مراقبة الذات، وتحديد الأفكار اللاعقلانية وتعديلها، والتدريب على ربط الأفكار بالمشاعر والسلوك، وتقنياد الأفكار اللاعقلانية، وإعادة البناء المعرفي، والتدريب على المهارات المعرفية، ولعب الأدوار، والنمذجة المعرفية، والتدريس الذاتي المعرفي، والاسترخاء، والحديث الإيجابي للذات؛ حيث ساهم استخدام هذه الأساليب والمهارات إلى زيادة إستبصار المرشدين التربويين بذواتهم بحيث أصبحوا أكثر وعياً بأنفسهم، وأكثر قبولاً لها.

ويمكن تفسير النتيجة أيضاً من خلال وجود علاقة إشرافية مهنية قائمة على التقبل الإيجابي غير المشروط والتعاطف والأصالة والثقة والسرية وحرية التعبير عن المشاعر والاحترام المتبادل بين الأعضاء المشاركين، فكان للعلاقة الإشرافية أثر بالغ الأهمية في نجاح البرنامج الإشرافي، وكذلك مدى التزام الأعضاء المشاركين بحضور الجلسات الإشرافية في الموعد المحدد، والتعاون مع المشرف في حل الواجبات والمشاركة الفعالة في الأنشطة المختلفة للبرنامج؛ حيث وفرت جواً مناسباً للتعلم والتدريب، وممارسة الأساليب والمهارات في الجلسات الإشرافية الجماعية، والانفتاح والحوار والنقاش وتبادل وجهات النظر باحترام متبادل، حيث قام المشرف بإثراء الجلسات الإرشادية من خلال الحوار، والاستفسارات الدائمة، وطرح الأسئلة، والتشجيع، كل هذا ساهم في إصال فكرة للأعضاء المشاركين في البرنامج الإشرافي بأهميتهم وقيمتهم، مما يلعب دوراً هاماً في زيادة الإستبصار والوعي الذاتي والتعبير عن مشاعرهم المختلفة وتفرغها.

كما أن عملية الإشراف الجماعي وفرت لأعضاء المجموعة التجريبية فرصة التعاون والتفاعل وتبادل الخبرات والأفكار، والاستفادة من التشجيع والدعم والتغذية الراجعة الفورية التي قدمها المشرف للأعضاء، وقدمها الأعضاء لبعضهم أيضاً، إذ استُفيد من قوة الجماعة وديناميتها في إحداث التغيير المطلوب. كما ساهم تقديم التعزيز لهم، وتكليفهم بالواجبات المنزلية، وتطبيق ما تم تدريبهم عليه ونقله إلى واقع عملهم في زيادة وعيهم وتعلمهم للمهارات المعرفية وتطبيقها بالوقت المناسب، مما انعكس ذلك على أنفسهم في تعاملهم مع المسترشدين.

ثانياً: مناقشة النتائج التي تتعلق بالفرضية الثانية والتي تنص على: "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين متوسطات درجات المرشدين التربويين لمستوى الاحتراق النفسي لدى أفراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي، وبين متوسط درجاتهم على نفس المقياس في القياس التبعي بعد مرور شهر من انتهاء البرنامج".

أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) في مستوى الاحتراق النفسي في المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والمتابعة؛ إذ كانت الدلالة لقيم (ت) للدرجة الكلية للمقياس ولجميع الأبعاد الفرعية لهما غير دالة إحصائياً؛ مما يعطي مؤشراً على استمرارية التحسن، وإن هناك تأثيراً إيجابياً لإستخدام البرنامج الإشرافي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في المجموعة التجريبية بعد تعرضهم له.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه نتائج العديد من الدراسات السابقة الغامدي (٢٠٢٠)، عنبوسي (٢٠١٣)، سكارنيرا بوسكا وسوليتا ( Scarnera, Bosca & Soleti, ٢٠٠٩)، لاروس ودينيلس (Larose & Daniels, ١٩٩٨)، اللواتي أشارت نتائجهم إلى استمرار فاعلية البرنامج الإشرافي المستخدم في الدراسات السابقة في خفض مستوى الاحتراق النفسي بعد فترة من الإنتهاء من تطبيق البرنامج الإشرافي، وخلال فترة المتابعة.

ويمكن عزو هذه النتيجة لما تضمنه البرنامج الإشرافي من تمارين وفتيات وأنشطة تدريبية، بالإضافة إلى الواجبات البيتية التي ساعدت في استمرار التحسن لدى المرشدين التربويين في المجموعة التجريبية بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإشرافي، مما يؤكد امتلاكهم لأساليب وفتيات الإشراف الإرشادي، كما علم الباحث أعضاء المجموعة التجريبية استخدام المهارات والأساليب الإشرافية المستندة إلى النموذج المعرفي لخفض مستوى الاحتراق النفسي لديهم، ومتابعة تطبيق هذه المهارات خلال الجلسات، فكان لهذا النوع من التعليم والتدريب والممارسة خلال الجلسات الإشرافية مزيد من التحفيز للأعضاء في تطبيق ما تم تعلمه خارج الجلسات الإشرافية، إذ أسهمت هذه الإجراءات في استمرار أثر البرنامج الإشرافي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى أعضاء المجموعة التجريبية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة أيضاً إلى أن مدة البرنامج التي استمرت بحدود شهر ونصف بمعدل جلستين أسبوعياً ومدة كل جلسة إشرافية تراوحت ما بين (٧٠-٩٠) دقيقة، أتاحت للمرشدين التربويين في المجموعة التجريبية فرصة نقل الخبرات التعليمية، وتطبيق الفتيات والأساليب والأنشطة الإشرافية في المواقف الحياتية المختلفة، مما ساهم في ترسيخ الفتيات الإشرافية التي تم تدريبهم عليها لتصبح ممارسة حياتية. كما أن توفير الأجواء المناسبة للأعضاء للتعليم والتدريب والممارسة أثناء الجلسات الإشرافية، والسماح لهم أن يعبروا عن مشاعرهم وخبراتهم ومشكلاتهم، وأن يعبروا عن آرائهم وأفكارهم دون تردد، ساعدهم ذلك على نقل أثر التعلم خارج الجلسات الإشرافية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة أيضاً إلى أن التدريب والتفاعل الاجتماعي خلال الجلسات الإشرافية، بالإضافة إلى تعدد المعلومات والمواضيع التي تناولها البرنامج الإشرافي، كل ذلك زود الأعضاء بمزيد من الخبرات والمواقف التعليمية التي ساعدتهم على فهم ذاتهم، وزادت من قدرتهم على مواجهتها وتميمتها، إذ يؤدي هذا التعلم بالفرد إلى زيادة كفاءته وقدرته على التطور الشخصي والمهني، وفهم المشكلات الجديدة في المستقبل وكيفية التعامل معها، كما أن تدريب المرشدين ضمن أسلوب الإرشاد الجماعي، بحيث تضمن الكثير من الأمثلة ولعب الأدوار والنمذجة المعرفية والتطبيقات والتدريبات التي قام بها المرشدون في المجموعة التجريبية، كل ذلك أدى دور في انتقال أثر الإشراف والتدريب والتعلم إلى واقع حياتهم العملية وبالتالي خفض أعراض الاحتراق النفسي لديهم.

كما ويعزو الباحث استمرار أثر البرنامج الإشرافي لدى أفراد المجموعة التجريبية إلى ما بعد انتهاء الجلسات إلى الطريقة التي قدمت بها الأنشطة والتدريبات، إذ اعتمدت أساساً على تطوير وعي أعضاء المجموعة التجريبية بالمشكلات التي تواجههم، وتوظيف الأنشطة والتدريبات للتعامل مع المشكلات التي تواجههم في الحياة اليومية. كما أن التجارب والحالات التي نوقشت في البرنامج الإشرافي كانت بمثابة نماذج واقعية وتعليمية في كيفية مواجهة المشكلات، وإيجاد حلول مناسبة لها، بالإضافة إلى توفير خبرات تعليمية إيجابية ساهمت في تحقيق النجاح وفي خفض الاحتراق النفسي لدى أعضاء المجموعة التجريبية. كما كان لتعاون أعضاء المجموعة التجريبية، من خلال تطبيقهم ما تعلموه في البرنامج الإشرافي خارج الجلسات الإشرافية، الأثر الواضح في استمرار أثر البرنامج الإشرافي.

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث، فإنه يوصي بما يلي:

- إعداد وتطبيق برامج إشرافية تستند إلى النماذج الإشرافية الأخرى، مثل نموذج النمو الشخصي، أو النموذج التمايزي، أو النموذج السلوكي، أو النموذج التكاملي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين العاملين أو ذوي الخبرة الميدانية واختبار فاعليتها.
- إجراء العديد من الدراسات والأبحاث حول الإشراف والتدريب في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين العاملين في مديريات التربية والتعليم لمحافظة أخرى مثل (عمان، عجلون، الكرك، الطفيلة، مادبا وغيرها) مع أخذ الجنس كمتغير للمقارنة بين أفراد المجموعة التجريبية والضابطة.
- تعميم فكرة البرنامج الإشرافي، وتطبيقه على كافة العاملين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي وعلم النفس العيادي.

- ♦ أبو مزيد، سمر (٢٠١٥). فاعلية الإشراف الإرشادي في تخفيض ضغوط العمل لدى المرشدين التربويين في محافظات غزة. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- ♦ الحديد، وسام (٢٠١٩). الفاعلية الذاتية والاحتراق النفسي لدى المرشدين في مدارس البادية الأردنية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- ♦ الخوالده، محمد ووطنوس، عادل (٢٠١٨). فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج التمايزي في تحسين مهارات إرشاد الأزمات والكفاءة الذاتية المدركة لدى المرشدين المتدربين في الجامعة الأردنية. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٦(٤)، ١٥٠-١٨٤.
- ♦ الداهري، صالح (٢٠١٦). الإشراف في الإرشاد النفسي التربوي: الأسس والنظريات. ط(١)، عمان: دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع.
- ♦ دراوشة، مشيرة (٢٠١٠). الاحتراق النفسي لدى المرشدين النفسيين في منطقة الناصرة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، إربد، الأردن.
- ♦ الربدي، سفيان (٢٠١٣). مستويات الإحترق النفسي لدى المرشدين والمرشدات بمنطقة القصيم التعليمية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة العلوم الإنسانية والإدارية بجامعة المجمعة، ٣(١)، ٣٣٧ - ٣٠٩.
- ♦ زغبوي، محمد (٢٠٢٠). الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلافة النفسية لدى المرشدين والمرشدات بإدارة تعليم صيبا. مجلة أبحاث جامعة الحديدة، ١٧(١)، ٣٠٤ - ٣٣٩.
- ♦ شحادة، عامر ودبوس، محمد وعواد، معاوية (٢٠١٩). أثر برنامج الإشراف الإرشادي على التطور المهني لأداء المرشدين التربويين في محافظتي بيت لحم وأريحا. مجلة اتحاد الجامعات العربية، ٣٩(١)، ١٤٩-١٦١.
- ♦ الشرفين، أحمد (٢٠١١). فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى النموذج المعرفي في خفض قلق الأداء لدى المرشدين المتدربين في الأردن. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٧(٣)، ٢٣٣-٢٥١.
- ♦ الشرفين، أحمد (٢٠١٥). فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى نموذج تطوير المهارة في رفع مستوى الكفاءة الذاتية المهنية لدى المرشدين المتدربين في الأردن. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، ٩(١)، ١-٢٣.
- ♦ الصمادي، سمر والشاوي، رعد (٢٠١٤). فعالية برنامج إشرافي يستند إلى نموذج التمييز في تحسين المهارات الإرشادية لدى عينة من طالبات الإرشاد النفسي- في جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ١٠(٣)، ٣٦٩-٣٨٢.
- ♦ ضمرة، جلال (٢٠٠٤). أثر برنامج إشرافي قائم على اكتساب المهارة على الفاعلية الذاتية والقلق عند المرشدين المبتدئين. أطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- ♦ طشطوش، رامي (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إشراف إرشادي يستند إلى نموذج التمييز في تحسين مهارات إرشاد الأزمات لدى مرشدي الإصلاح الأسري في الأردن. مجلة الدراسات التربوية والنفسية - جامعة السلطان قابوس، ١٤(٣)، ٤٨١-٥٠٢.
- ♦ عبوسي، بشار (٢٠١٣). فاعلية برنامج سلوكي معرفي في خفض مستوى الاحتراق النفسي وتحسين الكفاءة الذاتية المدركة لدى المرشدين التربويين في فلسطين. اطروحة دكتوراة غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
- ♦ عودة، احمد (٢٠١٠). القياس والتقويم في العملية التدريسية. اربد: دار الأمل للنشر والتوزيع.
- ♦ الغامدي، خالد (٢٠٢٠). فاعلية برنامج إرشادي في خفض مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة من مرشدي الطلاب بمدينة الرياض. مجلة العلوم الإنسانية لجامعة حائل، ٥(١)، ٨٤-٩٨.
- ♦ القيسي، لما (٢٠١٤). درجة الاحتراق النفسي لدى المرشدين التربويين في مدارس محافظة الطفيلة. مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، ٢٢(١)، ٢٣١ - ٢٥١.
- ♦ المحاميد، فايز (٢٠١٦). فاعلية الخدمات الإشرافية المقدمة للمرشدين التربويين العاملين في المدارس الحكومية في فلسطين من وجهة نظرهم. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، ٤(١٣)، ٣٤٥-٣٧٢.
- ♦ المشاقبة، محمد (٢٠١٦). الاحتراق النفسي لدى المرشد الطلابي في منطقة الحدود الشمالية وعلاقته ببعض المتغيرات. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١٧(١)، ٥٤٣ - ٥٦٤.
- ♦ معروف، خديجة (٢٠١٧). الاحتراق النفسي لدي الأطباء الجراحين: دراسة ميدانية بمستشفى محمد بوضياف وسليمان عميرات والعيادات الخاصة بمدنتي ورقلة وتقرت. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجزائر.
- ♦ الهواري، لمياء (٢٠٠٧). بناء مشروع برنامج تدريبي لتطوير مهارات المرشدين التربويين وقياس أثره في التعامل مع الأزمات النفسية للمراهقين في الأردن. أطروحة دكتوراة غير منشورة، جامعة عمان العربية للدراسات العليا، عمان، الأردن.

- ◆ Bernard, J & Goodyear, R. (2013). *Fundamentals of Clinical Supervision*. Boston, MA: Pearson Education Press.
- ◆ Borders, L., & Brown, L. (2005). *The New Handbook of Counseling Supervision*. NY: Lawrence Erlbaum.
- ◆ Bradley, L & Ladany, N. (2010). *Counselor Supervision*. NY: Routledge.
- ◆ Coban, A & Demir, A. (2007). The Effect of Structured Peer Consultation Program on School Counselor Burnout in Turkey. *Journal of Applied Sciences*, 7(23), 3774- 3779.
- ◆ Crocket, K. (2007). Counseling supervision and the production of professional selves. *Journal of Counseling and Psychotherapy Research*, 7(1), 19-25.
- ◆ Gazzola, N. & Theriault, A. (2007). Relational Themes in Counseling Supervision: Broadening and Narrowing Processes. *Canadian Journal of Gauntleting*, 41(4), 228 - 243.
- ◆ Hart, G. (1982). *The Process of Clinical Supervision*. Location University Park Press.
- ◆ Keller, E. (2011). *The Effectiveness of a Personalized School Wide Crisis and Trauma Management Training Program on Sense of Preparedness for School Counselors in Training*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Arkansas.
- ◆ Larson, M & Daniels, L. (1998). Review of The Counseling Self Efficacy Literature. *Journal of Counseling Psychologist*. 26: 179-218.
- ◆ Mansi, B. (2017). *Effects of Zen Mindfulness Meditation on Student Counselor's Stress, Attention, and Self-Compassion Levels*. Unpublished Doctoral Dissertation, the University of Toledo, Ohio, USA.
- ◆ Maslach, C. & Jackson, S. (1986). *Maslach Burnout Inventory Manual*, (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting psychologist press.
- ◆ Maslach, C. & Schaufeli, W. and Leiter, M. (2001). *Job Burnout*, *Annual Review psychology*, 52(1), 397-422.
- ◆ Scarnera, P. Bosca, A. and Soleti, E. (2009). Preventing Burnout in Mental Health Workers at Interpersonal Level: An Italian Pilot Study. *Community Mental Health Journal*, 45: 222-227.