

Emotional Exhaustion and Its Relationship with Professional Performance Among Faculty Members of the College of Education at the University of Hail

Ms. Rehab Mujzi Al-Shammari, Ms. Malkah Murdi Al-Mutawea*, Ms. Bashayr Nawaf Assaf Al-Shammari

University of Hail | KSA

Received:

29/06/2025

Revised:

04/07/2025

Accepted:

14/07/2025

Published:

30/10/2025

* Corresponding author:

malkah.4@hotmail.com

Citation: Al-Shammari, R. M., Al-Mutawea, M. M., & Al-Shammari, B. N. (2025). Emotional Exhaustion and Its Relationship with Professional Performance Among Faculty Members of the College of Education at the University of Hail.

Journal of Educational and Psychological Sciences, 9(11S), 109 – 125.

<https://doi.org/10.26389/AJSRP.K010725>

2025 © AISRP • Arab Institute for Sciences & Research Publishing (AISRP), United States, all rights reserved.

• Open Access



This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY-NC) [license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Abstract: This study aimed to explore the nature of the relationship between emotional exhaustion and professional performance among faculty members at the College of Education, University of Hail, in light of the increasing psychological and professional pressures within academic environments. The study adopted a descriptive-analytical approach, which is most suitable for such research purposes. The sample consisted of 138 faculty members, selected using simple random sampling, representing 86.25% of the total population of 160 faculty members. The study utilized the Emotional Exhaustion Scale developed by Ibrahim (2025), along with the Professional Performance Scale developed by Eisaoui (2019). The findings revealed high levels of both emotional exhaustion and professional performance among the participants. Furthermore, a strong and statistically significant positive correlation was found between the two variables. Based on these results, the study recommends the development of psychological support programs, activation of career counseling services, fair distribution of academic and administrative workloads, organization of stress management workshops, promotion of extracurricular activities, and reinforcement of a culture of recognition and motivation within the academic environment.

Keywords: Emotional Exhaustion, Professional Performance, University of Hail

الإرهاق العاطفي وعلاقته بالأداء المهني لدى أعضاء هيئة تدريس كلية التربية بجامعة حائل

أ. رحاب مجزع الشمري، أ. ملكة مرضي المطاوع*، أ. بشاير نواف الشمري

جامعة حائل | المملكة العربية السعودية

المستخلص: هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل، في ظل ما تشهده البيئات الأكاديمية من ضغوط مهنية ونفسية متزايدة. وقد اتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي بوصفه الأنسب لمثل هذا النوع من الدراسات، وبلغ حجم العينة (138) من أعضاء هيئة التدريس، تم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة، ويمثلون نسبة (86.25%) من إجمالي المجتمع الأصلي البالغ عدده (160) عضواً. استخدمت الدراسة مقياس الإرهاق العاطفي الذي أعدته إبراهيم (2025)، بالإضافة إلى مقياس الأداء المهني من إعداد عيسوي (2019). كشفت نتائج الدراسة عن ارتفاع مستويات كل من الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أفراد العينة، كما أظهرت وجود علاقة ارتباطية طردية قوية وذات دلالة إحصائية بين المتغيرين. وفي ضوء هذه النتائج، أوصت الدراسة بضرورة تطوير برامج الدعم النفسي، وتفعيل خدمات الإرشاد المهني، وتوزيع الأعباء التدريسية بعدالة، مع تقديم ورش تدريبية تُعنى بإدارة الضغوط، وتشجيع الأنشطة اللامنهجية، وترسيخ ثقافة التحفيز والتقدير داخل البيئة الجامعية.

الكلمات المفتاحية: الإرهاق العاطفي – الأداء المهني – جامعة حائل.

1- المقدمة.

يُشكل التعليم جزءاً هاماً من رؤية الدول المتقدمة حيث يُعد أساساً للنهضة في كافة القطاعات المختلفة، وراعت المملكة العربية السعودية القطاع التعليمي اهتماماً بالغاً وبالأخص التعليم الجامعي حيث جُسد ذلك من خلال "سعي مجلس شؤون الجامعات إلى الارتقاء بمنظومة التعليم الجامعي وتعزيز مكانتها العلمية والبحثية والمجتمعية على المستوى المحلي والإقليمي والدولي، وذلك من خلال تطوير الأداء الأكاديمي، والإداري، والمالي". (البنیان، د.ت)

وبالنظر إلى أهمية الأداء المهني، ولا سيما الكفايات الأساسية التي يجب أن يتحلى بها أعضاء هيئة التدريس للقيام بدورهم الأكاديمي، فإن العديد من الجامعات تعي تلك الأهمية وبناءً عليها تسعى إلى رفع مستوى الأداء المهني لأعضاء هيئة التدريس لما له من أثر في مواجهة التحديات بكافة جوانبها (أبو شعيرة والمطيري، 2018).

كما تعد مؤسسات التعليم الجامعي عضو هيئة التدريس "عنصر أساسي وجوهري في العملية التعليمية، استناداً إلى قيادته للعمل التربوي والتعليمي، وتعامله المباشر مع الطلبة، فيؤثر في تكوينهم العلمي والاجتماعي، ويعمل على تقدم المؤسسات وتطويرها، وحمل رسالتها العلمية والعملية في خدمة المجتمع وتحقيق أهدافه. (دوش، 2023).

ونجد أن جدية المسؤوليات وتعدد لها لهيئة التدريس تجعلهم أكثر عرضة للمؤثرات الضاغطة، وقد تؤدي إلى الإرهاق العاطفي الذي يعرف بأنه حالة نفسية وعاطفية تتمثل في الشعور المستمر بالتعب والإرهاق نتيجة لضغوط وتحديات العمل التعليمي، بحيث يستنزف المعلم طاقته العاطفية مما يؤثر سلباً على قدرته على التفاعل الإيجابي مع الطلاب وتحقيق أداء أكاديمي متميز. (klusmann at al, 2016) حيث أكدت عدة دراسات على ذلك ومنها دراسة أجراها (skaalvik & skaalvik, 2016) وبينت أن الضغوط في البيئة التعليمية تؤدي إلى زيادة التوتر والإرهاق العاطفي لدى المعلمين، مما يساهم في رغبتهم في ترك المهنة، كما قد تُطال آثار الإرهاق العاطفي الطلبة حيث أظهرت دراسة (Arens & Morin, 2016) أن الإرهاق العاطفي لدى المعلمين يرتبط بانخفاض درجات الطلاب في الاختبارات الموحدة والدرجات المدرسية، حيث يؤثر على جودة التدريس والموارد المتاحة للمعلم لدعم الطلاب أكاديمياً.

وقد يُشكل الإرهاق العاطفي تحدياً لأعضاء هيئة التدريس كونه مرحلة نهائية ناتجة عن استمرار الضغوط الجسدية والعاطفية والعقلية لفترات طويلة، وخاصة في المواقف التي تتطلب تفاعلاً عاطفياً مكثف. (Rossi, at al., 2012)

ونظراً لأهمية فهم تأثير الإرهاق العاطفي على كفاءة أعضاء هيئة التدريس، وسعيًا لمعرفة انعكاساتها على الأداء الأكاديمي وجودة العملية التعليمية، سعت الباحثات إلى التعرف على الإرهاق العاطفي وعلاقته بالأداء المهني لدى أعضاء هيئة تدريس كلية التربية بجامعة حائل.

2-1- مشكلة الدراسة:

يعد عضو هيئة التدريس المحرك الرئيس للعملية التعليمية بالمؤسسة الجامعية، والمساهم في تحقيق أهدافها ورسالتها، ووظيفتها، وقائد الإصلاح والتطوير للمجتمع، كما أنه العضو الأصيل في وضع البرامج والمناهج المتطورة التي تهدف إلى ضمان خريج متميز، ومتفاعل مع بيئته، وشريك فاعل في برامج التنمية الوطنية، وله إسهامات بحثية تساعد في تقديم رؤية علمية تساهم في حل مشكلات التنمية. (دخيخ وآخرون، 2018)

ولدور عضو هيئة التدريس الفعّال في البيئة التعليمية، وخصوصاً في الجامعة، وتفاعله المباشر مع إدارة الجامعة ورؤساء الأقسام والزعماء، بالإضافة إلى تفاعلاته اليومية مع الطلبة داخل القاعات الدراسية، يتطلب منه ذلك بذل جهد كبير في الجوانب العاطفية، مما قد يجعله عرضة للإرهاق العاطفي، والذي يُشير إلى أن العواطف تمثل ظاهرة تكون على شكل كتلة من المشاعر والأحاسيس التي تعج بها النفس الإنسانية والتي تحمل في طياتها قدرات وإمكانات نستطيع من خلالها تحقيق الأهداف المرسومة لكن تعرض هذه العواطف إلى الاستنزاف والإجهاد نتيجة للعديد من العوامل المحيطة بالأفراد تؤدي إلى الإرهاق العاطفي. (الشواني وآخرون، 2023) والذي قد يمتد آثاره إلى الإخلال بالأداء المهني لعضو هيئة التدريس. وعليه تكمن أهمية الاهتمام في الأداء المهني والسعي لتصدي المواقف التي تعيق عضو هيئة التدريس عن الكفاءة المهنية والإخلال بسير العملية التعليمية.

3-1- أسئلة الدراسة:

بناء على ما سبق تبلورت مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات الآتية:

- 1- ما واقع الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟
- 2- ما واقع الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟
- 3- هل توجد علاقة بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟

4-1-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى التعرف على ما يلي:

1. معرفة واقع الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.
2. معرفة واقع الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.
3. العلاقة الارتباطية بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.

5-1-أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في تناولها لمتغير الإرهاق العاطفي والذي يعد من المفاهيم الحديثة في علم النفس وبحسب الدراسات السابقة وعلم الباحثين القائمين على الدراسة الحالية بأنه ندر دراسته في البيئة الأكاديمية ومعرفة علاقته بالأداء المهني وتبعاته على كافة جوانب عضو هيئة التدريس، حيث أن المعرفة في تأثيرات الجوانب النفسية على أداءات الأفراد في البيئات المهنية تعد جزء هام لفهم طبيعة تلك العلاقة ومدى تأثيراتها على سير العملية الأدائية في المنشآت الأكاديمية، حيث يساهم ذلك على بناء قواعد بيانات واقعية يتم الارتكاز عليها من قبل المهتمين من أفراد وجهات عمل في بناء البرامج الداعمة كالورش العملية والخدمات الإرشادية المناسبة.

6-1-حدود الدراسة:

تقتصر نتائج هذه الدراسة على الحدود الآتية:

- الحدود الموضوعية: الإرهاق العاطفي وعلاقته بالأداء المهني.
- الحدود البشرية: عينة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.
- الحدود المكانية: تحددت هذه الدراسة في كلية التربية بجامعة حائل.
- الحدود الزمانية: طبقت هذه الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2025م.

7-1-مصطلحات الدراسة:

- **الإرهاق العاطفي:** حالة من الاستنزاف أو التعب العاطفي التي يعاني منها المعلم نتيجة للضغوط التي تواجهه سواء داخل المؤسسة التعليمية أو خارجها، مما يؤدي إلى فقدان طاقته تدريجيًا وصعوبة تحقيق أهدافه مما يؤثر سلبًا على أدائه للمهام والمتطلبات الأكاديمية وانخفاض دافعيته. (إبراهيم، 2025)
- ويُعرف إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس في مقياس الإرهاق العاطفي.
- **الأداء المهني:** النتائج النهائية التي يصل إليها الفرد عند إتمامه المهام المهنية المطلوبة منه ويعتبر نتيجة للجهد المبذول ويعكس الطرائق التي اتبعها الفرد لتحقيق الأعمال التي يقوم بها. (بايان، صادق، 2023)
- ويُعرف إجرائيًا بالدرجة التي يحصل عليها عضو هيئة التدريس في مقياس الأداء المهني.

2- الإطار النظري والدراسات السابقة

1-1-2-الإطار النظري.

1-1-2-1-الإرهاق العاطفي:

يُعرف الإرهاق العاطفي بأنه حالة من الإنهاك النفسي والانفعالي التي يتعرض لها الموظفون نتيجة التعرض المستمر للضغوط، سواء كانت ناتجة عن متطلبات داخلية في بيئة العمل أو عوامل خارجية تؤثر في أدائهم الوظيفي (kumar, 2021) (&Shazania). يُفسّر الإرهاق العاطفي على أنه حالة وجدانية منظمة تتكوّن من مجموعة من الانفعالات المتراكمة تجاه موقف محدد، بحيث تُشكّل نمطاً شعورياً يدفع الفرد إلى تبني سلوك معين في مواجهة ذلك الموقف. فعندما تتقاطع عدة مشاعر وانفعالات تجاه موضوع واحد، فإنها تتبلور في صورة عاطفة موجهة تُسهّم في تشكيل رد الفعل السلوكي للفرد. وفي السياق التعليمي، يُنظر إلى الإرهاق العاطفي لدى المعلمين على أنه الجهد الانفعالي الذي يبذلونه أثناء أدائهم لأدوارهم المهنية، إذ يتطلّب منهم العمل التعبير عن مشاعرهم، أو ضبطها، أو حتى افتعالها، بما يتناسب مع متطلبات الأنشطة والمهام المرتبطة بممارساتهم التعليمية (الشواني، الخشمان، 2023).

أسباب الإرهاق العاطفي:

بحسب ما أشارت إليه إبراهيم (2025)، فإن الإرهاق العاطفي الذي يصيب الأفراد في بيئات العمل لا ينشأ من عامل واحد، بل يُعزى إلى ثلاث فئات رئيسية من الأسباب: السمات الشخصية، والتفاعلات الاجتماعية، وطبيعة العمل نفسها.

أولاً: السمات الشخصية: تؤثر الخصائص النفسية والسمات الفردية بشكل كبير في مستوى تعرّض الفرد للإرهاق العاطفي. فالأفراد الذين يتميزون بارتفاع في سمة العصبية يُبدون ميولاً متزايدة نحو القلق، وكبت المشاعر، والانهمك في التفكير السلبي، ما يجعلهم أكثر عرضة للانغماس في أنماط من التفكير التأملّي المفرط أثناء العمل، وهو ما يساهم في استنزافهم عاطفياً. على النقيض، فإن الأفراد ذوي الضمير المرتفع، والذين يتسمون بالانضباط الذاتي، والتنظيم، والاجتهاد، غالباً ما يكونون أكثر قدرة على مواجهة الضغوط دون أن يصلوا إلى مستويات عالية من الإرهاق. فاستقرارهم الانفعالي وسلوكهم المهني المتزن يمنحهم حصانة نسبية ضد الآثار العاطفية السلبية للعمل.

كما أن الأشخاص الذين يتسمون بالودّ والقدرة على التعاطف الذاتي غالباً ما يعيدون تأطير الصعوبات المهنية بوصفها جزءاً طبيعياً من تجربة العمل، مما يقلل من التأثير الانفعالي السلبي لتلك الضغوط.

ثانياً: العلاقات الاجتماعية في بيئة العمل: تُعد العلاقات المهنية عاملاً جوهرياً في التوازن العاطفي للفرد، فبيئة العمل التي تتسم بالنقد اللاذع، والسخرية، أو التقليل من الشأن – سواء من الزملاء، أو المشرفين، أو حتى العملاء – تُحدث أثراً سلبياً مباشراً على الحالة النفسية للعاملين، وقد تؤدي إلى مشاعر التهميش والإقصاء، وتُعد من مظاهر الاستبعاد الاجتماعي ذات التأثير التراكمي على الصحة النفسية. ويُشكل هذا النوع من التفاعلات مصدراً مستمراً للضغط العاطفي، مما يعزز احتمالية تطوّر الإرهاق العاطفي، لا سيما في بيئات العمل التي تفتقر إلى الدعم الاجتماعي أو ثقافة التقدير.

ثالثاً: طبيعة العمل ومتطلباته: تسهم طبيعة العمل بحد ذاتها في تشكيل عبء عاطفي يتفاوت حسب المرحلة المهنية والخبرة. فالعاملون الجدد يحكم سعيهم لإثبات الذات والحصول على القبول المهني غالباً ما يتعاملون مع المهام بكثير من الحذر والانضباط، خشية الوقوع في الأخطاء، مما يزيد من توترهم الداخلي ويضعف مرونتهم الانفعالية.

كما أن المتطلبات العالية للعمل، وخاصة تلك التي تستنزف الجهد البدني أو النفسي خارج نطاق الساعات الرسمية، تُعتبر من العوامل الأساسية في تراكم الضغط. وعند غياب فترات الراحة والتقدير المؤسسي، تتحول هذه المتطلبات إلى عبء ضاغط يرفع من مستويات الإرهاق العاطفي بشكل ملحوظ لدى العاملين.

نظريات الإرهاق العاطفي:

نظرية الاحداث العاطفية ل (وايس وكروپزانو) (Weiss&Cropanzano,1996)

تعد إحدى النظريات التي تناولت دور العواطف في بيئة العمل، حيث تفترض أن خصائص الوظيفة تساهم في زيادة احتمال وقوع أنواع معينة من الأحداث في العمل، وتُعرف هذه الأحداث بـ"الأحداث العاطفية"، إذ يُعتقد أنها تُثير استجابات عاطفية لدى الأفراد (مثل الشعور بالحماس أو الغضب في العمل)، وتُشير النظرية إلى أن تلك الاستجابات قد تُترجم إلى سلوكيات آنية وفورية.

كما تؤكد النظرية على أن بعض أحداث العمل – خاصةً التي تتضمن تعارضاً مع قواعد المؤسسة – قد تؤدي إلى ضغوط نفسية على الموظفين، ما ينعكس سلباً على قدرتهم في إدارة مشاعرهم، ومع تكرار هذه الأحداث بمرور الوقت، يُتوقع أن يتناقص مستوى الرضا الوظيفي نتيجة تراكم المشاعر السلبية، خصوصاً لدى المعلمين والعاملين في المؤسسات التعليمية. وتبرز حساسية الفرد ومدى قدرته على التحكم في انفعالاته كعامل مؤثر في كيفية استجابته لتلك الأحداث. ومن هذا المنطلق، فإن الإرهاق العاطفي يُعد نتيجة طبيعية لتزايد المشاعر السلبية الناتجة عن الضغوط المتكررة داخل بيئة العمل التعليمية (الشواني والخشمان، 2023).

2-1-2- الأداء المهني

حظي الأداء المهني باهتمام متزايد من الباحثين نظراً لأهميته في تحقيق نجاح المؤسسات التربوية، ويُشير مفهوم الأداء المهني بسلوك الأفراد داخل بيئة العمل، حيث يُمثل الناتج النهائي لمجموعة الأنشطة التي يؤديها، ويعرف بأنه مجموعة الأهداف التي تسعى المؤسسة التعليمية إلى تحقيقها ضمن إطار زمني محدد (الحارثي والجبري، 2023).

يشير الأداء المهني لعضو هيئة التدريس في الجامعة إلى مجموعة من السلوكيات التي تعكس مدى التزامه بواجباته المهنية، ومسؤوليته تجاه مهامه الأكاديمية والإدارية، ويتجلى هذا الأداء في قدرته على التفاعل الإيجابي مع زملائه ورؤسائه، وحرصه على أداء مهامه بفاعلية وكفاءة، مما يعزز جودة العمل الأكاديمي داخل المؤسسة الجامعية (الشمري، 2016).

عرف حكيمي وآخرون الأداء المهني لأعضاء هيئة التدريس بأنه مجموعة الوظائف والأدوار والأنشطة التي يقوم بها عضو هيئة التدريس والمتعلقة بالتدريس والبحث العلمي، وبناء تطوير المناهج الدراسية، واستخدام تقنية المعلومات الإلكترونية، والقيام بمجموعة من الأدوار الإدارية والأكاديمية الضرورية والمكملة لمختلف الوظائف، والمشاركة في عملية تقويم عضو هيئة التدريس سواء كان تقويماً ذاتياً أو للزملاء، والتطوير الذاتي والتخصصي. (حكيمي وآخرون، 2018)

أهمية الأداء المهني: يُعد الأداء المهني عنصراً جوهرياً في استقرار أي منظمة واستمراريتها، حيث يمثل الناتج النهائي لأنشطتها على المستويين الفردي والتنظيمي. فكلما ارتفع مستوى أداء الموظفين، ازدادت قدرة المنظمة على تحقيق أهدافها واستدامتها. وعلى الرغم من أن إدارة المنظمة غالباً ما تكون أكثر اهتماماً بمستوى الأداء مقارنةً بالعاملين أنفسهم، إلا أن الأداء لا يُعبر فقط عن إمكانات الموظفين ودوافعهم، بل يعكس أيضاً كفاءة القادة الإداريين وتأثيرهم. وتكمن أهمية الأداء المهني من منظور المنظمة في ارتباطه الوثيق بمراحل تطورها المختلفة، إذ تعتمد قدرتها على الانتقال من مرحلة إلى أخرى أكثر تقدماً على مدى كفاءة أدائها ومستويات الإنتاجية داخلها. (خنبلوش وآخرون، 2022).

2-2-الدراسات السابقة:

اهتم البحث بموضوعي الإرهاق العاطفي والأداء المهني، وتم تصنيفها إلى محورين دراسات تناولت متغير الإرهاق العاطفي ودراسات تناولت متغير الأداء المهني، وفيما يلي عرض لأهم الأبحاث:

2-2-1-دراسات تناولت متغير الإرهاق العاطفي:

- أجرت مهييدات (2025) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين التنظيم الذاتي الأكاديمي والإرهاق العاطفي لدى طلبة جامعة البرموك، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، وقد تكونت عينة الدراسة من (958) طالباً وطالبة من طلبة جامعة البرموك. وتم استخدام مقياس التنظيم الذاتي الأكاديمي ومقياس الإرهاق العاطفي. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن التنظيم الذاتي الأكاديمي، والإرهاق العاطفي لدى طلبة جامعة البرموك جاء بمستوى تقييم متوسط، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مجالات التنظيم الذاتي الأكاديمي، والتنظيم الذاتي الأكاديمي ككل، وبين الإرهاق العاطفي.
- أجرى العبيدي (2023) دراسة هدفت إلى التعرف على الإرهاق العاطفي لدى المرشدين التربويين، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (300) مرشداً ومرشدة في المديرية العامة الست في محافظة بغداد في العراق، وتم استخدام مقياس الإرهاق العاطفي كأداة لجمع البيانات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى منخفض للإرهاق العاطفي، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الإرهاق العاطفي ترجع إلى عامل الجنس لدى المرشدين التربويين.
- كما أجرت هجرس وآخرون (2023) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير الانهك العاطفي على الصحة التنظيمية (دراسة ميدانية على المدارس الحكومية بدولة الكويت، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (384) من العاملين بقطاع المدارس الحكومية بدولة الكويت، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود تأثير سالب ذو دلالة إحصائية للإنهك العاطفي على الصحة التنظيمية.
- وهدفت دراسة الشواني والخشماني (2023) إلى قياس الإرهاق العاطفي لدى مدرسي المرحلة الثانوية، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (300) مدرس ومدرسة في المديرية العامة لتربية كركوك في العراق، وتم استخدام مقياس الإرهاق العاطفي كأداة لجمع البيانات، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الإرهاق العاطفي ذات دلالة إحصائية منخفضة لدى مدرسي المرحلة الثانوية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإرهاق العاطفي تبعاً لمتغير الجنس وتبعاً لمتغير التخصص (علمي – إنساني).

2-2-2-دراسات تناولت متغير الأداء المهني:

- هدفت دراسة خبلوش وآخرون (2023) إلى استكشاف العلاقة بين التفكير الإيجابي والأداء المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي في بعض ثانويات مدينة ورقلة، إضافةً إلى قياس مستوييهما، والفروقات وفق المتغيرات الديمغرافية (الجنس، السن، والأقدمية). شملت العينة العشوائية 100 أستاذ وأستاذة، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي والمقارن، باستخدام استبيان يضم مقياسين للتفكير الإيجابي والأداء المهني، وتوصلت النتائج إلى أن سجل الأساتذة حصل على مستوى مرتفعاً في التفكير الإيجابي والأداء المهني، أما العلاقة بين التفكير الإيجابي والأداء المهني كانت طردية، ولم تظهر فروق دالة إحصائية في التفكير الإيجابي أو الأداء المهني باختلاف الجنس، السن، أو الأقدمية.
- هدفت دراسة سحلول (2022) إلى قياس العلاقة بين الرضا الوظيفي والأداء الوظيفي لأعضاء هيئة التدريس بجامعة حجة، باستخدام المنهج الوصفي الارتباطي على عينة عشوائية من 159 عضواً. وأظهرت النتائج انخفاض مستوى الرضا الوظيفي (2.48) مقابل ارتفاع الأداء الوظيفي (3.56)، مع عدم وجود فروق دالة إحصائية بين أفراد العينة وفقاً لمتغيرات الدراسة، فيما كشفت عن علاقة ارتباطية طردية بين الرضا الوظيفي والأداء الأكاديمي.
- هدفت دراسة الرويشد (2021) إلى التعرف على درجة الرضا الوظيفي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة الجوف، واعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي والارتباطي، حيث تم تطبيق استبانة مكونة من 72 عبارة على عينة عشوائية بلغت 348 عضو هيئة تدريس. أظهرت النتائج أن متوسط الرضا الوظيفي بلغ (3.95) ودافعية الإنجاز (4.19)، وكلاهما بمستوى عالٍ. كما وُجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الوظيفي لصالح الذكور والجنسية السعودية، بينما لم تظهر فروق تعزى للدرجة العلمية أو الخبرة

أو الكلية. أما في دافعية الإنجاز، فقد ظهرت فروق لصالح درجتي أستاذ مشارك وأستاذ، دون تأثير لبقية المتغيرات، كما تبين وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا الوظيفي ودافعية الإنجاز.

- هدفت دراسة الجوهرية (2020) إلى قياس مستوى الرضا الوظيفي وعلاقته بالأداء الأكاديمي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية الآداب (شطر الطالبات) بجامعة الملك عبد العزيز، باستخدام المنهج الوصفي المسحي والارتباطي على عينة عشوائية من 50 عضوًا. وأظهرت النتائج ارتفاع مستوى الرضا الوظيفي والأداء الأكاديمي، مع وجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما.

3- منهجية البحث وإجراءاته.

1-3- منهجية الدراسة:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وذلك لوصف العلاقة الارتباطية بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة تدريس كلية التربية بجامعة حائل.

2-3- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع أعضاء هيئة تدريس كلية التربية بجامعة حائل في العام الدراسي 2023-2024، والبالغ عددهم الكلي (160) عضواً.

3-3- عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من (138) من أعضاء هيئة التدريس العاملين في كلية التربية بجامعة حائل، والذي تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل للمجتمع واستجاب منهم عدد (160)، ويمثلون نسبة (86.25%) من المجتمع الأصلي.

4-3- صدق أداة الدراسة وثباتها:

تم التحقق من صدق وثبات أداة الدراسة من خلال عدد من الإجراءات، وذلك على النحو التالي:

1-4-3- صدق أداة الإرهاق العاطفي وثبات:

للتحقق من الاتساق الداخلي لعبارات الأداة، جرى تطبيقها على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة، بلغ عدد أفرادها (35) فرد. وقد تم حساب معاملات الاتساق الداخلي كأحد مؤشرات الصدق، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات الأداة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتهي إليه العبارة، بهدف الكشف عن مدى اتساق العبارات في قياس المحور المحدد لها. ويعرض الجدول (1) نتائج معاملات الارتباط بين كل عبارة والمحور الذي تنتهي إليه.

جدول (1): قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات استبانة الإرهاق العاطفي والمحور الواردة فيه.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
الإرهاق النفسي والبدني		الإجهاد الاجتماعي والعاطفي		التراجع المهني والانفعالي	
1	**0.862	7	**0.831	6	**0.783
2	**0.912	13	**0.832	10	**0.645
3	**0.913	16	**0.818	12	**0.844
4	*0.336	22	**0.934	17	**0.888
5	**0.852	23	**0.944	18	**0.828
8	**0.775	26	**0.916	19	0.301*
9	**0.886	28	**0.967	20	**0.891
11	**0.952	29	**0.928	21	**0.894
14	**0.735	30	**0.941	24	**0.913
15	**0.447			25	**0.939
				27	**0.694

** دالة عند 0.01 أو أقل.

تشير بيانات الجدول (1) إلى أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه جاءت ضمن نطاقات مرتفعة، حيث تراوحت قيم الارتباط في المحور الأول: الإرهاق النفسي والبدني بين (0.336-0.952)، كما بلغت معاملات ارتباط المحور الثاني: الإجهاد الاجتماعي والعاطفي ما بين (0.818-0.967)، أما معاملات ارتباط المحور الثالث: التراجع المهني والانفعالي فقد تراوحت ما بين (0.301-0.939)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة 0.01 أو أقل، مما يشير إلى مناسبة العبارات في قياس المحور الذي تنتمي إليه.

2-1-4-3- الاتساق الداخلي لمحاور الأداة مع الدرجة الكلية لأداة الإرهاق العاطفي:

تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات كل محور من محاور أداة "الإرهاق العاطفي" وبين الدرجة الكلية للأداة، وذلك بهدف التحقق من مدى اتساق محاور الفرعية مع الأداة بشكل عام. ويعرض الجدول (2) معاملات الارتباط التي توضح العلاقة بين كل محور والدرجة الكلية للأداة.

الجدول (2): قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل محور من محاور الأداة مع الدرجة الكلية للأداة.

المحور	معامل ارتباط درجة المحور بالدرجة الكلية للأداة
الإرهاق النفسي والبدني	0.933**
الإجهاد الاجتماعي والعاطفي	0.966**
التراجع المهني والانفعالي	0.981**

**** دالة عند 0.01 أو أقل.**

تُظهر النتائج الواردة في الجدول (2) أن معاملات الارتباط بين كل محاور أداة "الإرهاق العاطفي" والدرجة الكلية للأداة تراوحت بين (0.933) و(0.981). وتشير هذه القيم إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$)، مما يعكس اتساقاً قوياً بين المحاور والدرجة الكلية للأداة.

3-1-4-3- ثبات أداة استبانة الإرهاق العاطفي:

بعد التأكد من صدق الأداة، تم حساب معاملات الثبات لمحاور أداة الدراسة باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، كما هو موضح في الجدول (3).

في الجدول (3) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة استبانة الإرهاق العاطفي.

محاور أداة الإرهاق العاطفي	عدد العبارة	معامل ألفا كرونباخ
الإرهاق النفسي والبدني	10	0.923
الإجهاد الاجتماعي والعاطفي	9	0.969
التراجع المهني والانفعالي	11	0.843
ثبات أداة الإرهاق العاطفي ككل	30	0.969

يتضح من بيانات جدول (3) أن أداة الدراسة تتمتع بدرجة عالية من الثبات، حيث بلغ معامل ثباتها الكلي باستخدام معامل ألفا كرونباخ (0.969)، وهو مؤشر قوي على اتساق العبارات الداخلية للأداة. كما أظهرت محاور الأداة مستويات مرتفعة من الثبات، حيث بلغ معامل الثبات لمحور الإرهاق النفسي والبدني (0.923)، ومحور الإجهاد الاجتماعي والعاطفي (0.969)، في حين بلغ معامل الثبات لمحور التراجع المهني والانفعالي (0.843)، وتشير هذه القيم جميعها إلى تمتع الأداة بدرجة عالية من الثبات والموثوقية، مما يعزز من صلاحيتها للاستخدام في البحث الحالي.

2-4-3- صدق أداة الأداء المهني وثباتها:

للتحقق من الاتساق الداخلي لعبارات الأداة، جرى تطبيقها على عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة، بلغ عدد أفرادها (35) فرد. وقد تم حساب معاملات الاتساق الداخلي كأحد مؤشرات الصدق، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات الأداة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة، بهدف الكشف عن مدى اتساق العبارات في قياس المحور المحدد لها. ويعرض الجدول (4) نتائج معاملات الارتباط بين كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه.

الجدول (4) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات استبانة الأداء المهني والمحور الواردة فيه.

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
التخطيط والتدريس الفعال	0.727**	9	0.922**	15	0.923**	26	0.898**
الأنشطة والإبداع التعليمي	0.824**	10	0.874**	17	0.915**	28	0.956**

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
3	**0.936	12	**0.919	18	**0.900	29	**0.965
4	**0.964	13	**0.801	19	**0.826	30	**0.927
5	**0.900	14	**0.850	20	**0.890	31	**0.887
6	**0.962	22	**0.904	21	**0.926	32	**0.959
7	**0.952	23	**0.777			33	**0.706
8	**0.911	24	**0.850			34	**0.971
11	**0.941	25	**0.702				
16	**0.905						
27	**0.886						

** دالة عند 0.01 أو أقل.

تشير النتائج في الجدول (4) إلى أن قيم معاملات الارتباط لكل عبارة من عبارات أداة الأداء المهني مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة تراوحت لمحور التخطيط والتدريس الفعال ما بين (0.727)، و(0.964)، وتراوحت لمحور الأنشطة والإبداع التعليمي ما بين (0.702)، و(0.922)، ومحور العلاقات المهنية والإنسانية ما بين (0.826)، و(0.926)، ومحور التقويم والتطوير المهني تراوحت ما بين (0.706) - (0.971)، وجميع هذه القيم دالة عند مستوى دلالة 0.01 وأقل، مما يشير إلى مناسبة العبارات في قياس المحور الذي تنتمي إليه.

2-2-4-3- الاتساق الداخلي لمحاور الأداة مع الدرجة الكلية لأداة الأداء المهني:

تم حساب معامل الارتباط (بيرسون) بين درجات كل محور من محاور أداة "الأداء المهني" وبين الدرجة الكلية للأداة، وذلك بهدف التحقق من مدى اتساق محاور الفرعية مع الأداة بشكل عام. ويعرض الجدول (5) معاملات الارتباط التي توضح العلاقة بين كل محور والدرجة الكلية للأداة.

الجدول (5) قيم معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل محور من محاور الأداة مع الدرجة الكلية للأداة.

المحور	معامل ارتباط درجة المحور بالدرجة الكلية للأداة
التخطيط والتدريس الفعال	**0.979
الأنشطة والإبداع التعليمي	**0.960
العلاقات المهنية والإنسانية	**0.968
التقويم والتطوير المهني	**0.958

** دالة عند 0.01 أو أقل.

تُظهر النتائج الواردة في الجدول (5) أن معاملات الارتباط بين كل محاور من محاور أداة "الأداء المهني" والدرجة الكلية للأداة تراوحت بين (0.958) و(0.979). وتشير هذه القيم إلى وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.01$)، مما يعكس اتساقاً قوياً بين محاور والدرجة الكلية للأداة.

3-2-4-3- ثبات أداة استبانة الأداء المهني:

بعد التأكد من صدق الأداة، تم حساب معاملات الثبات لمحاور أداة الدراسة باستخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach's Alpha)، كما هو موضح في الجدول (6).

في الجدول (6) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات أداة استبانة الأداء المهني.

محاور أداة الأداء المهني	عدد العبارة	معامل ألفا كرونباخ
التخطيط والتدريس الفعال	10	0.969
الأنشطة والإبداع التعليمي	9	0.942
العلاقات المهنية والإنسانية	6	0.936
التقويم والتطوير المهني	9	0.975
ثبات أداة الأداء المهني ككل	34	0.988

يتضح من بيانات جدول (6) أن أداة الدراسة تتسم بدرجة عالية من الثبات، حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ الكلي (0.988)، وهو ما يشير إلى مستوى عالٍ من الاتساق الداخلي بين عبارات الأداة. وقد كشفت نتائج تحليل الثبات لكل محور من محاور الأداة عن قيم مرتفعة تؤكد موثوقيتها؛ حيث بلغ معامل الثبات لمحور التخطيط والتدريس الفعال (0.969)، ومحور الأنشطة والإبداع التعليمي (0.942)، بينما سجل محور العلاقات المهنية والإنسانية (0.936)، ومحور التقويم والتطوير المهني (0.975). وتعكس هذه النتائج قوة الاتساق الداخلي للأداة، مما يعزز من مصداقيتها وكفاءتها في قياس متغيرات الدراسة، ويدعم صلاحيتها للاستخدام في السياق البحثي الحالي.

5-3- الوزن المعياري للإجابات:

لتحديد مستوى الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل، استخدم مقياس ليكرت الخماسي لاستجابة العينة، حيث تضمن المقياس ما يلي: تنطبق علي كثيرًا جدًا: 5 درجات، وتنطبق علي كثيرًا: 4 درجات، وتنطبق علي إلى حد ما: 3 درجات، ولا تنطبق علي كثيرًا: 2 درجة، لا تنطبق علي إطلاقًا: 1 درجة. ولتحديد مستوى الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل، استخدم مقياس خماسي كذلك، وذلك كما يلي: موافق تمامًا = 5، وموافق = 4، ومحايد = 3، ولا أوافق = 2، ولا أوافق تمامًا = 1 وذلك للعبارات الإيجابية، وتم عكس الترميز للعبارات ذات الدلالة السلبية. وتم استخراج المدى وطول الفئة كما يلي:

- المدى يساوي الفرق بين أعلى قيمة لفئات المقياس وأقل قيمة لفئات المقياس = $5-1=4$.

- طول الفئة تساوي المدى قسمة عدد فئات المقياس = $4/5=0.8$.

الجدول (7) مقياس تفسير النتائج.

مديات المتوسط الحسابي	مستوى الأداء المهني	مستوى الإرهاق العاطفي/ الأداء المهني
2.33-1.00	منخفض	منخفض
3.66-2.34	متوسط	متوسط
5.0-3.67	عالي	عالي

6-3- المعالجات الإحصائية:

لتحليل البيانات، أُستخدم برنامج الحزم الإحصائية الاجتماعية (SPSS)، حيث استخدمت الأساليب الآتية:

- معامل ألفا كرونباخ لحساب ثبات الأداة.
- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لحساب الاتساق الداخلي للأداة.
- الإحصاء والمتمثل التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب، للإجابة عن السؤال الأول، والثاني.
- معامل ارتباط بيرسون (Pearson Correlation) للإجابة عن السؤال الثالث.

4- نتائج البحث ومناقشتها

1-4- نتيجة الإجابة عن السؤال الأول: "ما و اقع الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟ وللإجابة عن السؤال الأول حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة عن عبارات كل بعد من أبعاد أداة الإرهاق العاطفي، وفيما يلي عرض النتائج وفق كل بعد من أبعاد الأداة، ثم مخلص لنتائج السؤال الأول:

1-1-4- الإرهاق النفسي والبدني

جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات الإرهاق العاطفي في بعد الإرهاق النفسي والبدني.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الإرهاق
14	أشعر بالإرهاق عندما أستيقظ في الصباح وأواجه يومًا جديدًا في العمل	4.07	0.990	1	عالي
11	أريد أن أكون نشطًا في العمل، ولكن لا أستطيع تحقيق ذلك	4.04	0.966	2	عالي
9	أشعر أنني استنفدت كل طاقتي بسبب عملي	4.04	1.025	3	عالي

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الإرهاق
8	مهنة التدريس مرهقة بدنيًا وذهنيًا ونفسيًا بالنسبة لي	4.04	1.035	4	عالي
3	أشعر أن عملي يشكل عبئًا ثقيلًا عليّ	4.02	1.039	5	عالي
5	في بعض الأيام أشعر بالإرهاق حتى قبل أن أصل إلى العمل	4.01	1.061	6	عالي
1	أواجه صعوبة في استعادة طاقتي بعد يوم عمل	3.92	1.170	7	عالي
2	ينتابني شعور بالإرهاق الذهني والتعب بعد الانتهاء من العمل	3.77	1.248	8	عالي
4	بعد العمل، يكون لدي طاقة كافية للقيام بأنشطتي الترفيهية	3.37	0.955	9	عالي
15	أشعر بالنشاط أثناء عملي مهما كانت الضغوط التي تواجهني في يومي الجامعي.	3.10	0.893	10	متوسط
	المتوسط العام لمجموع درجات بعد الإرهاق النفسي والبدني	3.84	0.839		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (8) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد الإرهاق النفسي والبدني بلغ (3.84) من أصل 5 درجات بانحراف معياري (0.839)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الإرهاق النفسي والبدني مستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات الإرهاق النفسي والبدني تراوحت ما بين (4.07)، و(3.10).

2-1-4- التراجع المهني والانفعالي

جدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات الإرهاق العاطفي في بعد التراجع المهني والانفعالي.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الإرهاق
25	أشعر بأنني غير راضٍ عن أدائي في العمل بسبب الإرهاق العاطفي	4.07	1.005	1	عالي
17	أشعر بأنني لا أستطيع تحقيق الأهداف التي كنت أرغب في تحقيقها	4.06	1.013	2	عالي
18	أشعر بأنني أقل كفاءة في أداء مهامي اليومية مقارنة بالماضي	4.06	1.027	3	عالي
12	أشعر بأنني مقيد في وظيفتي، ولا أستطيع التقدم أو تغيير وضعي الحالي	4.05	0.988	4	عالي
21	أشعر بأنني أقل قدرة على التفاعل بإيجابية مع زملائي في العمل	4.04	0.999	5	عالي
20	أشعر بأنني أقل اهتمامًا تجاه أهداف العمل مما كنت عليه في السابق	4.01	1.007	6	عالي
24	أشعر بأنني لا أملك نفس الشغف أو الحماس تجاه عملي كما كان في السابق	3.93	1.086	7	عالي
6	أشعر بالخوف أو القلق عند التفكير في المهام التي عليّ إنجازها في العمل	3.92	1.092	8	عالي
10	أستطيع أن أتعامل مع حجم المسؤوليات المطلوبة مني بشكل جيد	3.66	0.957	9	متوسط
27	أبذل جهدًا أكبر مما هو مطلوب في عملي	2.74	0.770	10	متوسط
19	أشعر بأنني أتمتع بطاقة عاطفية كبيرة هذه الأيام	2.22	1.193	11	متوسط
	المتوسط العام لمجموع درجات بعد التراجع المهني والانفعالي	3.71	0.839		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (9) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد- التراجع المهني والانفعالي بلغ (3.71) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.839)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى التراجع المهني والانفعالي بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد التراجع المهني والانفعالي تراوحت ما بين (4.07)، و(2.22).

4-1-3- الإجهاد الاجتماعي والعاطفي

جدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات الإرهاق العاطفي في بعد الإجهاد الاجتماعي والعاطفي.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الإرهاق
7	التعامل مع زملائي في العمل يمثل عبئاً كبيراً بالنسبة لي.	4.09	0.974	1	عالي
13	أشعر بالتعب من جانب رئيسي في العمل، مما يشعرني بالإرهاق العاطفي	4.08	1.058	2	عالي
16	أظهر مشاعر لا تتوافق مع مشاعري الحقيقية تجاه الطلاب للحفاظ على عملي	3.92	1.164	9	عالي
22	أتجنب الاجتماعات أو المواقف التي تتطلب تفاعلاً عاطفياً مع الزملاء أو المديرين	4.01	1.081	5	عالي
23	أشعر بأنني أصبحت أقل تعاطفاً مع زملائي أو العملاء بسبب الإرهاق العاطفي	4.01	1.029	4	عالي
26	أشعر بأن العمل يسبب لي ضغطاً عاطفياً يجعل من الصعب عليّ الاستمرار بنفس الأداء	4.03	0.977	3	عالي
28	أشعر بأن عملي يستنزفي عاطفياً	3.95	1.100	7	عالي
29	أحاول اظهار مشاعر لا تتوافق مع مشاعري الحقيقية أثناء العمل	3.94	1.090	8	عالي
30	أجد نفسي مرهقاً عاطفياً بعد يوم طويل من التعامل مع الزملاء	3.96	1.108	6	عالي
	المتوسط العام لمجموع درجات بعد الإجهاد الاجتماعي والعاطفي	4.00	0.979		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (10) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد- التراجع المهني والانفعالي بلغ (4.00) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.979)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الإجهاد الاجتماعي والعاطفي بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد التراجع المهني والانفعالي تراوحت ما بين (4.09)، و(3.92).

4-1-4- خلاصة نتائج السؤال الأول: ما مستوى الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟

جدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة العينة على أبعاد أداة الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الإرهاق
1	بعد الإرهاق النفسي والجسدي	3.84	0.839	عالي
2	بعد التراجع المهني والانفعالي	3.71	0.669	عالي
3	بعد الإجهاد الاجتماعي والعاطفي	4.00	0.979	عالي
	المتوسط العام للإرهاق العاطفي.	3.84	0.796	عالي

4-2- نتيجة الإجابة عن السؤال الثاني: "ما مستوى الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟"

وللإجابة عن السؤال الثاني حسب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة عن عبارات كل بعد من أبعاد مقياس الأداء المهني، وفيما يلي عرض النتائج وفق كل بعد من أبعاد المقياس، ثم مخلص لنتائج السؤال الثاني:

4-2-1-1 البعد الأول: التخطيط والتدريس الفعال

جدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات مقياس الاداء المهني في بعد التخطيط والتدريس الفعال.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
16	أراعي الفروق الفردية بين الطلبة	4.55	0.757	1	عالي
3	أعمل على إثارة إنتباه الطلبة عند عرض المادة التعليمية	4.54	0.728	2	عالي
4	أعمل على ربط المعلومات الجديدة في المحاضرة الجامعية مع معارف الطلبة السابقة	4.54	0.738	3	عالي
7	أسعى للألمام بالمادة التعليمية وتغطيتها بشكل جيد	4.54	0.748	4	عالي
5	أضع خططاً تدريسية من الممكن تطبيقها على أرض الواقع	4.53	0.767	5	عالي
6	أهتم بتنمية الجوانب المعرفية والمهارية للطلبة خلال المحاضرة	4.51	0.758	6	عالي
2	أخطط مسبقاً لتقديم الموضوعات التي أدرسها	4.50	0.759	7	عالي
8	أستخدم طرائق تدريس حديثة لتمكين الطلبة من التعلم بشكل فعال	4.50	0.806	8	عالي
27	أراعي احتياجات الطلبة وقدراتهم عند ممارسة الأنشطة	4.49	0.805	9	عالي
1	التزم بالوقت المحدد للمحاضرة الجامعية	4.45	0.840	10	عالي
11	يشارك جميع الطلبة في المحاضرة من خلال المناقشة وطرح التساؤلات المتعددة حول المشكلة المطروحة	4.42	0.829	11	عالي
	المتوسط الحسابي لمجموع درجات بعد التخطيط والتدريس الفعال	4.10	0.634		

يتضح من بيانات الجدول رقم (12) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد التخطيط والتدريس الفعال بلغ (4.10) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.634)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الأداء المهني في بعد التخطيط والتدريس الفعال بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد التخطيط والتدريس الفعال تراوحت ما بين (4.55)، و(4.42).

4-2-2-2 البعد الثاني: التقويم والتطوير المهني

جدول (13) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات مقياس الاداء المهني في بعد التقويم والتطوير المهني.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
33	أعامل بدقة عالية وعدالة أثناء عملية التقويم	4.55	0.737	1	عالي
28	أعرف على أساليب وكيفية التقييم والتقويم والأختبار	4.54	0.795	2	عالي
29	أستخدم نتائج التقويم في تحفيز الطلبة وتعزيز أدائهم	4.53	0.796	3	عالي
31	أعلن نتائج إختبارات الطلبة الدورية في الوقت المناسب	4.53	0.777	4	عالي
32	أعتمد التقويم البنائي مع الطلبة أثناء مناقشتهم	4.48	0.832	5	عالي
26	أسعى لتطوير أدائي من خلال التدريب المستمر	4.47	0.805	6	عالي
30	أعتمد على التقييم الذاتي لتحسين أدائي المهني	4.47	0.805	6 مكرر	عالي

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
34	أستفيد من نتائج التقويم في كشف مناهي القوة والضعف في عملية التدريس والسعي لتطويرها	4.47	0.823	7	عالي
	المتوسط الحسابي لمجموع درجات بعد التقويم والتطوير المهني	4.72	0.794		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (13) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد التقويم والتطوير المهني بلغ (4.72) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.794)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الأداء المهني في بعد التقويم والتطوير المهني بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد التقويم والتطوير المهني تراوحت ما بين (4.55)، و(4.47).

4-2-4-3- البعد الثالث: العلاقات المهنية والإنسانية

جدول (14) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات مقياس الاداء المهني في بعد العلاقات المهنية والإنسانية.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
20	أشارك في ترسيخ روح الإنتماء والولاء للجامعة والوطن	4.57	0.736	1	عالي
15	أمتلك صفات جسدية وعقلية مهمة لأداء العمل (الصحة العقلية والجسدية- النطق الصحيح لمخارج الحروف)	4.53	0.748	2	عالي
17	أعمل على إقامة علاقات إيجابية مع الطلبة	4.50	0.787	3	عالي
21	أتمتع بالقدرة على ضبط النفس والتحكم في الإنفعالات	4.47	0.786	4	عالي
18	أتعاون مع زملائي ضمن بيئة العمل	4.47	0.805	5	عالي
19	أتواصل بشكل إيجابي مع أسر الطلبة وأولياء الأمور	4.08	1.138	6	عالي
	المتوسط الحسابي لمجموع درجات بعد العلاقات المهنية والإنسانية	4.44	0.729		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (14) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد التقويم والتطوير المهني بلغ (4.44) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.729)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الاداء المهني في بعد العلاقات المهنية والإنسانية بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد العلاقات المهنية والإنسانية تراوحت ما بين (4.50)، و(4.08).

4-2-4-4- البعد الرابع: الأنشطة والإبداع التعليمي

جدول (15) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة عينة الدراسة على عبارات مقياس الاداء المهني في بعد الأنشطة والإبداع التعليمي.

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
10	أستخدم التقنيات الحديثة والوسائل التعليمية المناسبة عند عرض المادة التعليمية	4.52	0.758	1	عالي
13	أمنح الطلبة الحرية للتعبير عن آرائهم	4.49	0.796	2	عالي
9	أطرح حلول وبدائل متعددة عند التعرض لمواقف تعليمية صعبة	4.45	0.794	3	عالي
12	أساعد الطلبة على الحصول على المعلومة الجديدة من مصادرها المتنوعة	4.44	0.830	4	عالي
14	أطرح أفكارًا غير تقليدية	4.42	0.864	5	عالي
22	أوجه الطلبة لممارسة أنشطة متنوعة لا منهجية	4.31	0.862	6	عالي

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب	مستوى الأداء
24	أتعاون مع الطلبة في عمل مشاريع تعود بالنفع على الجامعة	4.28	1.000	7	عالي
23	أحضّر برامج ترفيهية أثناء المحاضرات الجامعية	3.52	1.058	8	عالي
25	أخرج في رحلات علمية وترفيهية مع الزملاء والطلبة	3.35	1.115	9	عالي
	المتوسط الحسابي لمجموع درجات بعد الأنشطة والإبداع التعليمي	4.00	0.654		عالي

يتضح من بيانات الجدول رقم (15) أن المتوسط الحسابي العام المتوسط العام لمجموع درجات بعد الأنشطة والإبداع التعليمي بلغ (4.00) من أصل 5 درجات بانحراف معياري قدره (0.654)، مما يشير إلى أن تقدير عينة الدراسة لمستوى الأداء المهني في بعد الأنشطة والإبداع التعليمي بمستوى عالي، وأظهرت النتائج أن المتوسطات الحسابية لعبارات بعد العلاقات المهنية والإنسانية تراوحت ما بين (4.52)، و(3.35).

4-2-4- خلاصة نتائج السؤال الثاني: ما مستوى الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟
جدول (16) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابة العينة على أبعاد مقياس الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى الأداء المهني
1	بعد التخطيط والتدريس الفعال	4.10	0.634	عالي
2	بعد الأنشطة والإبداع التعليمي	4.72	0.794	عالي
3	بعد العلاقات المهنية والإنسانية	4.44	0.729	عالي
	بعد التقويم والتطوير المهني	4.00	0.654	عالي
	المتوسط العام للأداء المهني	4.41	0.693	عالي

3-4- نتيجة الإجابة عن السؤال الثالث: "هل توجد علاقة بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل؟"

وللإجابة عن هذا السؤال حسب معامل ارتباط بيرسون بين متغير الإرهاق العاطفي ومتغير الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل ويوضح الجدول (17) هذه النتائج:

جدول (17) معامل ارتباط بيرسون بين متغير الإرهاق العاطفي ومتغير الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل.

المتغيرات		الأداء المهني
معامل ارتباط بيرسون	الدلالة	
الإرهاق العاطفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل	0.692**	0.001

*دال عند مستوى دلالة 0.05 و أقل.

معامل ارتباط بيرسون بين متغير الإرهاق العاطفي ومتغير الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل بلغ (0.692) وهي قيمة طردية عالية ودالة عند مستوى دلالة 0.01.

4-4- خلاصة نتائج الدراسة:

- يوجد مستوى عالي للإرهاق العاطفي لدى أفراد عينة الدراسة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية، ويمكننا تفسير هذه النتيجة بارتفاع مستوى الإرهاق العاطفي في جميع أبعاده (النفسي والجسدي، التراجع المهني، الإجهاد الاجتماعي والعاطفي) والذي يعكس الضغوط التي تواجه أعضاء هيئة التدريس في البيئة الأكاديمية نتيجة تعدد المهام التدريسية والبحثية والمتطلبات الإدارية، كما اختلفت هذه النتيجة مع نتائج دراسة (العبيدي، 2023) ودراسة (الشواني وآخرون، 2023) حيث جاءت مستويات الإرهاق العاطفي منخفضة، ويُعزى هذا التباين إلى طبيعة العينة الحالية التي تعد مسؤولياتها أكثر تعقيدا بسبب تعدد المهام في كل من الجوانب المعرفية والجسدية والعاطفية، إضافة إلى تفاوت الضغوط المهنية من بيئة إلى أخرى.

- يوجد مستوى عالي للأداء المهني لدى أفراد عينة الدراسة من أعضاء هيئة تدريس كلية التربية، وتُفسر هذه النتيجة بالرجوع إلى ما يسمى بـ "الاحتراق عالي الأداء" وهي حالة يظهر فيها الفرد أداءً مهنيًا قويًا في الظاهر، لكنه داخليًا يعاني من ضغط نفسي وإرهاق عاطفي عميق، مما يخلق علاقة ظاهرها إيجابي بين الإرهاق والأداء، لكنها تخفي تداعيات سلبية على الصحة النفسية على المدى البعيد.
- ولذلك، فإن هذه النتيجة تفتح المجال لإعادة النظر في مفهوم الأداء المهني المرتفع، الذي لا ينبغي أن يقاس فقط بالنتائج، بل أيضًا بمدى استدامته ومدى تأثيره على الصحة النفسية للموظف ويستدعي ذلك من المؤسسات الأكاديمية توفير بيئات داعمة وتوازن بين متطلبات العمل والراحة النفسية، بما يضمن جودة أداء حقيقية ومستقرة.
- وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة (خبلوش وآخرون، 2023)، ودراسة (سحلول، 2022) من حيث واقع الإرهاق العاطفي، على الرغم من اختلاف البيئة التي أجريت فيها تلك الدراسات.
- توجد علاقة ارتباطية طردية عالية ذات دلالة إحصائية بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني لدى أعضاء هيئة تدريس كلية التربية بجامعة حائل، التي قد تبدو غير متوقعة في ضوء ما تشير إليه أغلب الأطر النظرية، ومع ذلك يمكننا تفسير هذه النتيجة بالرجوع أولاً لمستويات الأداء المهني في كافة أبعاده في الدراسة الحالية والتي امتازت بدرجات عالية من الأداء المهني لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة حائل، كما أنهم يتميزون بممارستهم لمسؤولياتهم الأكاديمية بدرجات عالية وذلك وفق دراسة أجراها (الحمد، 2018)، وفي دراسة أخرى أثبتت (الرشيد، 2023) حصول أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية بجامعة حائل على مستويات عالية في الأداء التدريسي في مجالاته (التخطيط، التنفيذ، التقويم)، وبناء على ذلك فإن ارتفاع مستوى الأداء المهني قد يكون مرتبطاً بدرجات عالية من الانغماس الوظيفي والالتزام المهني والذي بدوره قد يؤدي إلى ارتفاع مستوى الإرهاق العاطفي، إذ أن مستويات الإرهاق العاطفي العالية رغم جودة الأداء ما هي إلا نتاج لشدة الانخراط في الدور المهني وهو ما قد يُفسر العلاقة الطردية بين المتغيرين في هذه الدراسة.

توصيات الدراسة ومقترحاتها

- 1- تفعيل برامج الدعم النفسي والإرشاد المهني: توفير جلسات دورية للاستشارات النفسية داخل الكلية تساعد أعضاء هيئة التدريس على التعامل مع ضغوط العمل وتخفيف الإرهاق العاطفي.
- 2- إعادة توزيع الأعباء التدريسية والإدارية: بمراجعة العبء الأكاديمي الملقى على أعضاء هيئة التدريس، والعمل على تقليله أو توزيعه بشكل أكثر عدالة لتقليل مصادر التوتر.
- 3- عقد ورش تدريبية عن إدارة الضغوط: تقديم ورش عمل حول مهارات إدارة الوقت، التوازن بين الحياة والعمل، والتعامل مع الضغوط النفسية في البيئة الأكاديمية.
- 4- تشجيع الاستراحات الذهنية والأنشطة اللامنهجية: دعم المبادرات التي توفر بيئة عمل مريحة (مثل: أيام مفتوحة، نشاطات ترفيهية، مساحات خضراء)، مما يعزز الصحة النفسية ويقلل الإرهاق.
- 5- تعزيز ثقافة التقدير والتحفيز: تبني سياسات واضحة لتحفيز الأداء الجيد والتقدير العلني لأعضاء هيئة التدريس، مما يدعم دافعيتهم ويخفف من الضغط النفسي الناتج عن الجهد الزائد.
- 6- كما تقترح الباحثات ولما تبين من وجود فجوة بحثية إجراء الدراسات التالية:
 1. دراسة تأثير الإرهاق العاطفي على الدافعية للتدريس لدى المعلمين في مختلف مراحل التعليم، مع مراعاة الفروقات الديموغرافية والاجتماعية.
 2. دراسة مقارنة بين الكليات النظرية والعلمية لقياس الفروقات في مستويات الإرهاق العاطفي والأداء المهني، مع تحليل دور بيئة العمل والدعم المؤسسي في كل منهما.
 3. أثر العوامل الوسيطة مثل المرونة النفسية، الرضا الوظيفي، وبيئة العمل على العلاقة بين الإرهاق العاطفي والأداء المهني، بهدف توضيح آليات التفاعل وتأثيرها على جودة الأداء.
 4. تكرار الدراسة في مؤسسات تعليمية مختلفة جغرافياً (مدارس وجامعات في مناطق متعددة) لتعميم النتائج وفهم الفروقات الإقليمية المحتملة في مستويات الإرهاق العاطفي وعلاقته بالأداء المهني.
 5. تحليل العلاقة بين أنماط الشخصية (الانطواء - الانبساط) ومستوى الاستجابة للإرهاق العاطفي، لتحديد الفئات الأكثر عرضة له.
 6. إجراء دراسة طولية (طول الزمن) لرصد تطور مستويات الإرهاق العاطفي وتأثيره التراكمي على الأداء المهني خلال سنوات العمل.

قائمة المراجع

أولاً-المراجع بالعربية:

- إبراهيم، شيماء إبراهيم. (2025). الإسهام النسبي للإجهاد التكنولوجي والإرهاق العاطفي في التنبؤ بالرضا الوظيفي لدى معلمي المرحلة الثانوية. مجلة كلية التربية، (49)، 49.
- أبو شعيرة، خالد محمد والمطيري، خالد مبروك (2018). دور الجامعة في مواجهة التحديات المعاصرة في ظل الألفية الثالثة من وجهة نظر أعضاء هيئة التدريس في المملكة العربية السعودية- جامعة حائل أنموذجاً، العلوم التربوية، (4)، 45.
- البنيان، يوسف بن عبد الله (د.ت). كلمة معالي الأستاذ يوسف بن عبد الله البنيان. مجلس شؤون الجامعات. تم الاسترجاع من: [/https://www.cua.gov.sa](https://www.cua.gov.sa)
- الجوهري، سحر علي (2020). مستوى الرضا الوظيفي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية الآداب شطر الطالبات بجامعة الملك عبد العزيز وعلاقته بالأداء الأكاديمي: دراسة ميدانية، مجلة جامعة أم القرى للعلوم الاجتماعية، السعودية (17)، 906-962
- الحارثي، ناشي والجني، هاني (2023). دور الرخصة المهنية في تحسين الأداء المهني لمعلمي ومعلمات التربية الفكرية من وجهة نظرهم. مجلة العلوم التربوية 6 ع 1
- حكيم، عبد الملك بن علي عثمان، والبحيري، السيد السيد محمود. (2018). الحرية الأكاديمية وعلاقتها بالأداء المهني لأعضاء هيئة التدريس بالجامعات السعودية) رسالة دكتوراه غير منشورة). جامعة الملك خالد، أبها.
- الحمد، سامر حسين امضي (2018). درجة ممارسة أعضاء هيئة التدريس في جامعة حائل لمسؤولياتهم الأكاديمية من وجهة نظرهم. مجلة العلوم التربوية، (1)، 26.
- خنبولوش، أحمد، بن عريمة، كريمة، والأعور، إسماعيل. (2022). التفكير الإيجابي وعلاقته بالأداء المهني لدى أساتذة التعليم الثانوي: دراسة ميدانية ببعض ثانويات مدينة ورقلة (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح – ورقلة.
- دخيخ، صالح أحمد، وحسانين، صفوت أحمد، وعطية، محمد عبد الكريم (2018). كفايات عضو هيئة التدريس الجامعية. مجلة كلية التربية، (1)، 69.
- دوش، حسين أحمد كاظم (2024). المشكلات الأكاديمية التي تواجه عضو هيئة التدريس في كلية التربية للبنات. مجلة العلوم الأساسية، (23)، 15.
- الرشدي، شيخة ثاري (2023). النزاهة الأكاديمية وعلاقتها بالأداء التدريسي لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية في جامعة حائل من وجهة نظر الطالبات. مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية، (190)، 49.
- الرويشد، فيصل (2021). درجة الرضا الوظيفي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى أعضاء هيئة التدريس في جامعة الجوف، مجلة جامعة النجاح للأبحاث والعلوم الإنسانية 35 (7)، 1105-1133
- سحول، عبد الرحمن محمد (2022). الرضا الوظيفي وعلاقته بالأداء الوظيفي للهيئة التدريسية بجامعة حجة من وجهة نظرهم. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية والعلوم الإنسانية، جامعة حجة، اليمن
- الشمري، سعود بن محمد (2016). علاقة الرضا الوظيفي بالأداء الوظيفي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بجامعة تبوك، مجلة دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، 43 (1)، 405-420
- الشواني، شناو احمد قادر، والخشماني، أوان كاظم عزيز. (2023). قياس الإرهاق العاطفي لدى مدرسي المرحلة الثانوية. مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، مج 30، ع 3، 261-277.
- صادق، محمد محي الدين، وبايان، هيرو حمه رشيد. (2023). الأداء المهني وعلاقته بالالتزام القيمي لدى رؤساء الأقسام في جامعتي السلیمانیة ودهوك. مجلة العلوم النفسية، (4)، 34.
- العبيدي، إنصاف جاسم نصيف. (2023). الإرهاق العاطفي لدى المرشدين التربويين. مجلة الدراسات المستدامة، 5، 2439-2463.
- عيسوي، أ. م. (2019). مقياس الأداء المهني لعضو هيئة التدريس في إطار معايير جودة التعليم. مجلة دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، 47(1)، 126-168
- مهيدي، مي احمد. (2025). التنظيم الذاتي الأكاديمي وعلاقته بالإرهاق العاطفي لدى طلبة جامعة اليرموك. جامعة إربد الأهلية- عمادة البحث العلمي، م ٢٧، ع ١، ص 558-573.
- هجرس، عبير يوسف عبد الله أحمد، ودرويش، أماني عثمان وحسن، سالي علي محمد والزعي، مؤيد مصطفى (2023). تأثير الإنهاك العاطفي على الصحة التنظيمية: دراسة ميدانية على المدارس الحكومية بدولة الكويت. المجلة العلمية للاقتصاد والتجارة، (3)، 255 – 282.

ثانياً-المراجع بالإنجليزية:

- Arens, A. K., & Morin, A. J. S. (2016). Relations between teachers' emotional exhaustion and students' educational outcomes. *Journal of Educational Psychology*, 108(6), 800–813.
- Klusmann, U., Richter, D., & Lüdtke, O. (2016). Teachers' emotional exhaustion is negatively related to students' achievement: Evidence from a large-scale assessment study. *Journal of Educational Psychology*, 108(8), 1193–1203.
- Kumar, S & Shazania, S. (2021). The Effect of Emotional Exhaustion Towards Job Performance, *Malaysian Journal of Consumer and Family Economics*, 27(S1).
- Rossi, A., Cetrano, G., Pertile R., Rabbi, L., Donisi, V., Grigoletti, L., Curtolo C., Tansella, M., Thornicroft G., & Amadeo, F. (2012). Burnout, compassion fatigue, and compassion satisfaction among staff in community-based mental health services. *Psychiatry Research*, 200, 933–938.
- Skaalvik, E. and Skaalvik, S. (2016). Teacher Stress and Teacher Self-Efficacy as Predictors of Engagement, Emotional Exhaustion, and Motivation to Leave the Teaching Profession. *Creative Education*, 7, 1785-1799.