مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (36) العدد (4)2014
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (36) No. (4) 2014

الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية دراسة ميدانية

الدكتور فؤاد صبيرة*
الدكتورة ريم كحيلة**
عبير رفيق ناصر***

(تاريخ الإيداع 20 / 5 / 2014. قبل للنشر في 23 / 7 / 2014)

□ ملخّص □

أجري البحث على عينة من المعلمين والمعلمات في محافظة اللاذقية بلغ عددهم (688) معلماً ومعلمة، (370) معلمة، (318) معلماً، سحبت العينة وفق قانون ريتشارد جيجر لسحب العينات بدقة (0,05).استخدمت الباحثة مقياس الضغوط النفسية (إعداد الباحثة)، ومقياس التوافق المهني (إعداد الباحثة)، هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أفراد العينة، وتعرف الفروق بين الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية وكذلك على مقياس التوافق المهني، وتعرف الفروق بين أفراد العينة الذين لديهم خبرة مع الأفراد الذين ليس لديهم خبرة (الخبرة فوق الخمس سنوات) على مقياس الضغوط النفسية وكذلك على مقياس التوافق المهني.

توصلت الباحثة إلى النتائج التالية: لا توجد علاقة ارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى أفراد العينة.

لا توجد فروق على مقياسي الضغوط النفسية و التوافق المهني وفق متغير الجنس.

لا توجد فروق بين أفراد العينة على مقياسي الضغوط النفسية والتوافق المهني وفق متغير الخبرة.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي، التوافق المهني.

* مدرس –كلية التربية–جامعة تشرين– اللاذقية –سورية.
** مدرس– كلية التربية–جامعة تشرين– اللاذقية –سورية.
*** طالبة دراسات عليا (ماجستير)– كلية التربية–جامعة تشرين– اللاذقية –سورية.

مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (36) العدد (4)2014
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (36) No. (4) 2014

Stress and its relationship to professional consensus among a sample of teachers of basic education in the province of Lattakia Summary (FIELD STUDY)

Dr. Fouad Sbeira[*]
Dr. Reem Khela[**]
Abeer Rfek Naseer [***]

(Received 20 / 5 / 2014. Accepted 23 / 7 / 2014)

□ ABSTRACT □

The study was conducted on a sample of teachers in the province of Latakia numbered (**688**) teachers, (**370**) females, (**318**) males, sample was withdrawn according to the law of Richard Gebre sampling accuracy (**5,5**) researcher used scale of psychological stress, and vocational adjustment scale.The study aimed to identify the relationship between psychological stress and vocational adjustment to the members of the sample, and to identify the differences between males and females on the scale of psychological stress, as well as on the scale of vocational adjustment and to identify the differences between the sample members who have experience with individuals who do not have experience (experience over five years) on a scale of psychological stress, as well as on the scale of vocational adjustment. Researcher reached the following conclusions. There is no correlation between psychological stress and vocational adjustment members of the sample.

There are no differences between males and females on the scale of psychological stress, as well as on the scale of vocational adjustment.

Key words: Psychological Stress, Vocational Adjustment.

[*]**Assistant Professor, Faculty of education, Tishreen University, Syria.**
[**] **Assistant Professor, Faculty of education, Tishreen University , Syria.**
[***]**Postgraduate student, Faculty of education, Tishreen University, Syria.**

مقدمة:

أدى تطور الحياة وتوسعها وازدياد مطالبها إلى زيادة الضغوط الواقعة على الإنسان لتلبية تلك المطالب، وأخذت تلح في تلبيتها دون أن يستطيع ذلك مما أدى إلى شعوره بالضيق والانزعاج وعدم قدرته على تحمل الضغط الناتج عن إلحاح المطالب، فأصبح لا يملك وسيلة للتنفيس البدني عن هذه الطاقات، مما ينعكس سلبياً على الجسم، ويتسبب في ظهور حالة من الشعور السلبي، وتهديد الذات، لشعوره أن استجاباته غير ملائمة، ومن ثم هذا يولد لديه حالة من القلق والاكتئاب (الأحمدي، 2002)، وأشار غولد وزميله إلى وجود اضطرابات هرمونية تصيب الأشخاص الذين يتعرضون للضغوط النفسية إذ تستجيب الغدد الصماء عند هؤلاء الأشخاص استجابة أعلى من استجابتها عند الأشخاص الذين لم يتعرضوا للضغوط النفسية(Gold&other، 2003).

ويعد سيلي من الرواد في مجال الضغط النفسي، فقد لاحظ أن هناك مجموعة من الأعراض المشتركة التي تظهر لدى الأشخاص الذين يتعرضون للضغط النفسي، مثل: (ضعف الشهية، والوهن العضلي، وفقدان الاهتمام بالبيئة)، وأطلق على هذه الأعراض اسم زملة الضغط العام (الغرير؛ أبو أسعد، 2008)، وينعكس وجود مثل هذه الأعراض لدى المعلم سلبياً على توافقه مع نفسه ومع المحيط الذي يعيش فيه، وكذلك على أدائه لمهنته ومن ثم على مخرجاته من العملية التعليمية، فتعرض المعلم في المدرسة للضغوط بدرجتها المنخفضة والمتوسطة يزيد من دافعيته للإنجاز ولكن زيادة الضغوط تؤثر بالدرجة الأولى على الطالب وبالتالي على المجتمع بصورة غير مباشرة. وتعد مهنة التعليم من أهم مهن الخدمة الإنسانية في المجتمع الحديث، فضلاً عن أنها من المهن الضاغطة، إذ تتعدد الجوانب التي ينبغي على المعلم التعامل معها، إضافةً إلى أنه المسؤول عن تلبية الحاجات المعرفية والانفعالية والنفسية للتلاميذ والعمل على نموها وتطورها (السيد عبيد، 2008)، وقد أصبح الضغط على المعلم خطراً يهدد مهنة التعليم لما قد ينجم عنه من تأثيرات سلبية على المعلم والتلاميذ والفعالية الكلية للنظام التعليمي، وقد يؤثر ذلك في علاقة المعلم مع تلاميذه، وربما يتعدى ذلك إلى حدوث خلافات مع مدير المدرسة، مما يعوق المدرسة عن الوفاء بأهدافها، وبالتالي انخفاض مستويات تحصيل الطلبة وازدياد مشاعرهم السلبية نحو المعلمين والمدرسة، وفي هذه الحالة قد ينعدم توافق المعلم مع مهنته وما قد يترتب على ذلك من أمور سلبية تؤدي بدورها إلى تدهور العملية التعليمية داخل المدرسة بشكل عام (العبيدي، 2009)، وفي هذا الإطار يذكر ريس أنه في أواخر الثمانينات من القرن العشرين سجل معهد الضغط الأمريكي أن مهنة التدريس واحدة من المهن العشر الأكثر ضغطاً، وأن حوالي (40–50%) من المعلمين الجدد يتركون مهنة التدريس خلال الخمس سنوات الأولى، ويكلف ذلك الدول مبالغ كبيرة لإعادة تأهيل معلمين جدد (Reese, 2004, 26)، في حين ذهب كل من جيبسون وفورست إلى ما هو أكثر من ذلك إذ أشارا إلى أن تقارير الصحة والسلامة في انجلترا تشير إلى أن مهنة التعليم أول المهن الأكثر ضغطاً، إذ سجل 41% من المعلمين أنهم يعانون من ارتفاع مستويات ضغوط العمل لديهم، وذلك بالمقارنة ب 13% بمهنة التمريض، و29% بالوظائف الإدارية (Jepson & Forrest, 2006, 184)، وأشارت السيد عبيد في دراساتها عن الضغوط "أن الضغوط لها تأثيرات على الرفاهية النفسية والصحية والعقلية للأفراد، إذ إن الضغوط يمكن أن تزيد من التوتر وتخفف الرفاهية الشخصية" (السيد عبيد، 2008). كذلك فإن الضغوط التي يتعرض لها المعلمون تختلف حسب جنس المعلم فقد كشفت نتائج دراسة كيرياكو (Kyriacou,2001,215)، أن مستوى الضغوط لدى الإناث كان أعلى منه لدى الذكور. كما بينت بعض الدراسات أن سنوات الخبرة لدى المعلمين لها تأثير في درجة تعرض المعلمين للضغوط فقد بينت دراسة العمري (2004)، على عينة مكونة من (472) معلماً أن المعلم الذي تزداد خبرته في التعليم يقل احتمال تعرضه للضغوط

النفسية، بينما يزداد احتمال ارتفاع الضغط لدى المعلمين حديثي العهد بالتعليم. ومن الملاحظ أن المعلمين يزاولون مهنة بالغة الأهمية لتأثيرها المباشر على تنشئة وتعليم التلاميذ، لذا ينبغي الاهتمام بهذه الفئة (المعلمين) وتعرف الضغوط التي يتعرضون لها، ربما يؤدي ذلك إلى تحقيق مستوى توافق أفضل لديهم، وبالتالي تحقيق الأهداف المرجوة منهم.

كما أوضح بهال أن المعلمين ذوي التوافق المهني المرتفع مع عملهم تكون لديهم مستويات مرتفعة من الإنجاز في عملهم (Bhall, 1982, 4)، كذلك أثبتت الدراسات التجريبية أن التوافق المهني لدى المعلم يتعلق ببناء الشخصية وربط المشكلات الشخصية والاجتماعية والأكاديمية بوجه عام بمفهوم ذات ضعيف بشكل واضح يبدأ مبكراً في المدرسة ويؤثر ليس فقط على المعلم والطالب في المجال الأكاديمي وإنما على عالمهما الاجتماعي (العبيدي، 2009). و يعد هوبوك (Hoppock,1935) من المهتمين بالتوافق المهني إذ عرفه: "أنه مجموع العمليات النفسية والاجتماعية والأكاديمية التي تساعد الفرد على التغلب على المتطلبات والضغوط المتعددة"، وبذلك فإن تحلي المعلم بالتوافق المهني ضروري في تعامله مع ضغوطات الحياة وأساسي لنجاحه في عمله، فالمعلم المتوافق مهنياً حتى لو واجه تحدياً مادياً أو مهنياً فهو لا يدع هذا التحدي يؤثر على باقي الأركان بل على العكس يجعله أكثر قوة، وقد أشارت الكثير من الدراسات إلى العلاقة الإيجابية بين التوافق المهني وممارسة المعلم لحياته المهنية على أكمل وجه، فالتوافق المهني يجعل الشخص يقوم بالتعديلات سواء أكان في البيئة أم في الوظيفة ليتمكن من البقاء في بيئة جديدة أو بيئة متغيرة (الرفوع والقرارعة، 2004).

الإطار النظري:

– الضغوط النفسية: نظراً لشيوع مصطلح الضغط، واستخدامه على نطاق واسع فقد تعددت الآراء حول تعريفه، بعضها تناول الضغوط كمثيرات إذ تنظر عبيد إلى الضغط كحدث يدركه الفرد على أنه يمثل تهديداً له (العبيدي، 2009)، وبعضهم الآخر يرى الضغط على أنه استجابة، فحين يواجه الكائن الحي تهديداً في البيئة الخارجية، فإن الجسم يستثار بسرعة مما يؤدي إلى حدوث تغيرات فسيولوجية تجعل الشخص مستعداً لمواجهة التهديد أو الهروب (الأحمدي، 2002)، ويرى سيلاي أن الفرد عندما يتعرض لموقف ضاغط فإنه يمر بثلاث مراحل كما يلي: أ– مرحلة الإنذار: وفيها يتنبه الفرد للحدث الضاغط، فيجهز جسمه لمواجهته، وذلك بإفراز الهرمونات لمساعدة الجسم على مواجهة التهديد، إذ يتم في هذه المرحلة تنبيه وسائل الدفاع في الجسم للتكيف مع المثير الجديد فإذا استطاع الجسم التكيف فإنه يعود نسبياً لأداء وظائفه الطبيعية، أما إذا لم يستطع فإنه ينتقل إلى المرحلة التالية ب– مرحلة المقاومة: وينتقل إليها الفرد تلقائياً إذا ما زادت حالة الإجهاد أو الضغط، وفيها يحاول الفرد إصلاح أي ضرر نتج من الصدمة الأولى، ويشعر الفرد في هذه المرحلة بالتعب، فإذا استطاع النجاح والتغلب على المشكلة فإن الأعراض تزول، ولكن إذا زادت مدة الضغط يكون الجسم معرضاً للإصابة بالأمراض الجسدية المختلفة ويدخل في المرحلة الثالثة ت– مرحلة الإنهاك: إن استمرار استجابة الجسم الدفاعية تجاه الضغوط يؤدي إلى استنفاد طاقته التكيفية، فيحدث الانهيار، ويعتبر المرض في هذه الحالة ثمناً للدفاع ضد العوامل الضاغطة، الأمر الذي يؤدي في حالات متطرفة إلى الموت (حسن، 1993).

– الضغوط النفسية ومهنة التعليم: إن العاملين في مهنة التعليم من أكثر الأفراد عرضةً للضغوط النفسية، وذلك بسبب كثرة الضغوط التي يتعرضون لها للقيام بما هو متوقع منهم كمعلمين ناجحين في مهنتهم، وتعاملهم المتواصل مع

العديد من الأطراف (الإدارة، والزملاء، والطلاب وأولياء الأمور) (السيد عبيد، 2008)، مما يجعل بعض المعلمين غير متوافقين مع مهنتهم، بسبب الآثار السلبية الكثيرة لهذه الضغوط، والتي تؤثر على الطلاب وبالتالي تؤثر على المجتمع بصورة غير مباشرة، فعمل المعلم لا يقتصر على إعطاء المعلومات والتلقين فقط، ولكن مهمته تتجلى في تنمية عاطفة اعتبار الذات لدى الطلاب، وإبعاد عوامل القلق بقدر المستطاع، بالإضافة إلى تعويد الطالب على التحكم في انفعالاته لينشأ متزن الشخصية معتدل المزاج، كما أن تعويد الطالب كيف يعمل بنجاح مع الاقتصاد في الجهد ورسم أهداف أكثر واقعية وتحسين اتزانه العاطفي في المواقف المختلفة لهو من أكثر المهام المطلوبة من معلم اليوم (الجسماني، 1994).

– التوافق المهني: إن التوافق المهني من الموضوعات التي ينبغي أن تظل موضوعاً للبحث والدراسة بين فترة وأخرى، وذلك لأسباب متعددة، فما يرضى الفرد عنه حالياً قد لا يرضيه مستقبلاً، وأيضاً لتأثر توافق الفرد بالتغير في مراحل حياته فما لا يعد مرضياً حالياً قد يكون مرضياً في المستقبل، فالتوافق المهني ما هو إلا تجميع للظروف النفسية والفسيولوجية والبيئية التي تحيط علاقة الموظف بزملائه ورؤسائه وتتوافق مع شخصيته التي تجعله يقول بصدق أنا سعيد بعملي (عبد العال، 2006).

– كيفية تحقيق التوافق المهني للمعلمين: لكي نعمل على رفع مستوى التوافق المهني للمعلم، يجب العمل على تحسين توافق المعلم وعلاقته مع كل من مكونات بيئته وسوف يؤدي هذا إلى تحقيق التوافق المطلوب له في عمله، أما هذه العلاقات فهي: 1– علاقة المعلم بنظام المدرسة: حتى يتحقق التوافق المهني للمعلم يجب أن يكون على علاقة جيدة مع النظام والإداريين في المدرسة 2– علاقة المعلم بالمدير: ينبغي على المدير في المدرسة أن يساعد المعلم عن طريق تشجيع العلاقات الاجتماعية والنفسية الصحيحة بينه وبين المعلمين 3– علاقة المعلم بزملائه: يجب أن تكون العلاقات بين المعلمين قائمة على التعاون والاحترام المتبادل 4– علاقة المعلم ببيئته خارج المدرسة: يصادف المعلم الكثير من الصعوبات بحكم كونه عضواً في أسرته الصغيرة، وعضواً في أسرته الكبيرة، وهو عضو في جماعة الشارع أو النادي أو المقهى، وهو محتاج في كل هذه الجماعات لدرجة كافية من التوافق حتى يكون قادراً على التعامل مع هؤلاء الأفراد بطريقة صحية خالية من الشذوذ (الشرايدة، 2008).

تحديد المشكلة:

تطال ظاهرة الضغوط النفسية المهن كافة، ويتوقف ذلك على مدى أهمية العلاقة مع الآخر، لكن تبقى بعض المهن أكثر حساسية من غيرها من حيث تفاعل الشخص مع الآخرين، كمهنة التعليم، ففي هذه المهنة يكون الاحتكاك بالآخر قوياً وقد يقود هذا الاحتكاك إلى استنزاف الشخص لطاقاته. وهناك الكثير من الدراسات التي تشير إلى العلاقة السلبية بين الضغوط وجوانب الحياة المختلفة للمعلم، كدراسة بطاينة والجوارنة (2004)، فقد توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية ومرتفعة بين ضغوط العمل التي يتعرض لها المعلمون في أثناء ممارستهم لمهنتهم ومجالي الإنهاك الانفعالي وتبلد المشاعر، وعلاقة سلبية في مجال نقص الإنجازات، كذلك أوضحت دراسة ثابت (2003) أن للضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم في المدرسة علاقة بنقص الدافعية للإنجاز في العمل. وبالمقابل فإن توافق المعلم مع مهنته ضروري حتى يكون قادراً على القيام بواجبه على أكمل وجه فالمعلم المتوافق مهنياً يرتبط بمهنته على أساس من الرضا عما يجلبه من دخل اقتصادي أو مركز اجتماعي، وقد أشارت الكثير من الدراسات إلى العلاقة الإيجابية بين التوافق المهني وممارسة المعلم لحياته المهنية على أكمل وجه، فقد أشار العبيدي (2009) إلى أن التوافق المهني يحفز المعلم على النجاح وعلى القيام بواجبه على أكمل وجه، كذلك أشار الضريبي (2010) في دراسته

إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والأساليب الإيجابية في مواجهة الضغوط النفسية، وعلاقة ارتباطيه عكسية بين الضغوط النفسية والرضا الوظيفي.

من هنا تأتي هذه الدراسة لتتناول الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية في ضوء متغيري الجنس والخبرة.

أسئلة الدراسة:

تتحدد أسئلة الدراسة بالآتي:

1- ما العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من المعلمين في مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية؟

2- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس؟

3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الجنس؟

4- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الخبرة؟

5- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الخبرة؟

أهمية البحث وأهدافه:

أهمية البحث:

و تتمثل أهمية الدراسة على الصعيدين النظري والتطبيقي فيما يأتي:

1-دراسة العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية.

2-وتظهر الأهمية التطبيقية فيما تسفر عنه من نتائج يمكن عبرها توجيه المسؤولين وأصحاب القرار والإدارة إلى التخفيف من الضغوط النفسية لدى المعلمين.

أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى:

1- تحديد طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية و التوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية.

2- تعرف الفروق بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياسي الضغوط النفسية والتوافق المهني وفق متغير الجنس.

3- تعرف الفروق بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياسي الضغوط النفسية و التوافق المهني وفق متغير الخبرة.

فرضيات البحث:

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية.

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس.

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الجنس.

الفرضية الرابعة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الخبرة.

الفرضية الخامسة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الخبرة.

منهجية البحث:

منهج الدراسة هو المنهج الوصفي الذي يوضح العلاقة الارتباطية بين المتغيرات، وهو المنهج الأكثر ملاءمة لطبيعة هذه الدراسة، إذ يقدم وصفاً للظاهرة المدروسة دون تغيير في طبيعتها، كذلك يسمح بتطبيق الدراسة على عينة واسعة.

مجتمع الدراسة وعينتها:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع المعلمين والمعلمات في مرحلة التعليم الأساسي (حلقة أولى) في محافظة اللاذقية والبالغ عددهم (12177) منهم (10309) معلمة، و(1868) معلماً موزعين على خمس مناطق تعليمية:

(مركز المدينة، ومنطقة اللاذقية، ومنطقة القرداحة، ومنطقة جبلة، ومنطقة الحفة) حسب ما ورد في إحصاءات مديرية التربية باللاذقية للعام (2012)، ومن أجل إيجاد عينة ممثلة للمجتمع الأصلي تم سحب العينة وفق قانون ريتشارد جيجر بدقة (0.05) بحيث بلغ عدد أفراد العينة (688) معلماً ومعلمة، (370) معلمة، و(318) معلماً، تم إجراء الدراسة خلال العام الدراسي (2012-2011) في مدارس محافظة اللاذقية الرسمية.

المعالجة الإحصائية:

استخدم في الدراسة برنامج SPSS للتحليل الإحصائي، ولتحقيق أغراض الدراسة.

أدوات الدراسة:

بعد الاطلاع على الدراسات العربية والأجنبية التي تتعلق بموضوع هذه الدراسة، قامت الباحثة بتصميم مقياس الضغوط النفسية وكذلك مقياس التوافق المهني لدى معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي الحلقة الأولى.

اشتمل مقياس الضغوط النفسية على بيانات أساسية تضمنت المتغيرات الآتية: متغير الجنس، ومتغير الخبرة.

وتم توزيع الدرجات على فقرات المقياس البالغ عددها (20) فقرة بإعطاء الدرجة (5) لاحتمال فائق الضغط، والدرجة (4) لاحتمال الكثير من الضغط، والدرجة (3) لاحتمال بعض الضغط، والدرجة (2) لاحتمال القليل من الضغط، والدرجة (1) لاحتمال لا ضغط. اتبعت الباحثة الخطوات الآتية لإعداد مقياس الضغط النفسي لدى المعلمين:

1-تم الاطلاع على بعض المراجع والدراسات السابقة التي تناولت موضوع الضغط النفسي بالبحث والدراسة على عينات مختلفة.

2-الاطلاع على المقاييس ذات العلاقة بموضوع الضغط النفسي، للتعرف على كيفية صياغة العبارات.

عرضت الباحثة المقياس على مجموعة من المحكمين من السادة أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة تشرين، وقد استجابت لآرائهم فيما يخص مدى ارتباط ومناسبة الفقرات لموضوع الدراسة، ومدى سلامة الصياغة اللغوية لكل فقرة، إضافةً إلى إبداء ملاحظات أخرى يراها المحكمون ضرورية، إذ تم تقدير مدى صدق وشمولية الفقرات للغرض الذي أعدت من أجله، وقامت بإجراء ما يلزم من التعديلات في ضوء مقترحاتهم.

أما مقياس التوافق المهني فقد اشتمل على بيانات أساسية، تضمنت المتغيرات الآتية: متغير الجنس، متغير الخبرة.

وتم توزيع الدرجات على فقرات المقياس البالغ عددها (28) فقرة بإعطاء الدرجة (5) لاحتمال أوافق بشدة، والدرجة (4) لاحتمال أوافق، والدرجة (3) لاحتمال أحياناً، والدرجة (2) لاحتمال أعارض، والدرجة (1) لاحتمال أعارض بشدة.

اتبعت الباحثة الخطوات الآتية لإعداد مقياس التوافق المهني لدى المعلمين.

1-تم الاطلاع على بعض المراجع والدراسات السابقة التي تناولت موضوع التوافق المهني بالبحث والدراسة على عينات مختلفة.

2-الاطلاع على المقاييس ذات العلاقة بموضوع التوافق المهني، للتعرف على كيفية صياغة العبارات.

عرضت الباحثة المقياس على مجموعة من المحكمين من السادة أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة تشرين، وقد استجابت لآرائهم فيما يخص مدى ارتباط ومناسبة الفقرات لموضوع البحث، وقامت بإجراء ما يلزم من التعديلات في ضوء مقترحاتهم.

النتائج والمناقشة:

للإجابة على سؤال الدراسة الأول الذي ينص على: ما العلاقة بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من المعلمين في مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية؟

تم صياغة الفرضية الآتية التي تنص على:

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية.

ولاختبار الفرضية الأولى استخدم معامل ارتباط بيرسون، والجدول رقم (1) يوضح حجم المجتمع والعينة حسب المناطق التعليمية.

جدول (1): توزع المعلمين والمعلمات في مرحلة التعليم الأساسي (ح1) حسب المناطق التعليمية

	مركز المدينة	منطقة اللاذقية	منطقة جبلة	منطقة القرداحة	منطقة الحفة	المجموع
المجتمع	3427	2415	4011	1308	1016	12177
العينة	145	142	137	125	139	688

جدول (2): توزع أفراد العينة حسب متغير الجنس

العينة	مركز المدينة	منطقة اللاذقية	منطقة جبلة	منطقة القرداحة	منطقة الحفة	المجموع
الذكور	64	70	58	54	72	318
الإناث	77	77	79	69	68	370

والجدول رقم (3) يظهر الارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق المهني والنتائج المرتبطة بذلك:

جدول (3) الارتباط بين الضغوط النفسية والتوافق المهني

	الضغوط النفسية	مستوى الدلالة	قيمة الاحتمال(sig)	القرار
التوافق المهني	0.027	0.05	0.472	غير دال إحصائياً

يبين الجدول رقم (3) عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني وهذا يعني تحقق الفرضية الأولى وقد بلغت قيمة معامل الارتباط (0.027) عند مستوى دلالة (0.472). وبما أن قيمة الاحتمال (sig) تساوي (0.47) أكبر من (0.05) فإننا نقبل الفرضية الصفرية.

ويعود السبب في ذلك إلى أن الضغوط الحياتية المختلفة التي يتعرض لها المعلم ليس لها بالضرورة أية علاقة أو صلة بخلق مستوى من التوافق لدى الفرد يساعده في النجاح المهني من جهة، وفي فهم شخصيته وحل مشكلاته من جهة أخرى، وكل فرد قادر على القيام بعملية الضبط الذاتي هذه فيما يتعلق بالفصل بين ما يمكن أن تؤثر عليه الضغوط النفسية على المهنة أو على أي فعالية أخرى، فالمعلم الناجح هو المعلم الذي يدرك ضرورة الفصل بين مشكلاته الشخصية من جهة وبين عمله من جهة أخرى، وهو الذي يستطيع عزل المؤثرات البيئية الخارجية عن مستوى توافقه المهني.

تختلف هذه النتيجة مع دراسات كل من (أحمد 2003، محمد 2006، امبارك 2009)، التي أشارت نتائجها إلى وجود علاقة عكسية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني.

للإجابة عن سؤال الدراسة الثاني الذي ينص على: هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس؟

صيغت الفرضية الآتية:

الفرضية الثانية: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس.

لدراسة الفروق بين الذكور والإناث على مقياس الضغوط النفسية، حسب المتوسط الحسابي وكذلك الانحراف المعياري، كذلك حساب قيمة t ومستوى دلالتها، كما يوضح الجدول الآتي:

جدول (4) متوسط استجابات الذكور والإناث وانحرافهما المعياري على مقياس الضغوط النفسية

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	مستوى الدلالة
ذكر	318	3.5452	.57716	1.107	.268
أنثى	370	3.5109	.56790		

يبين الجدول رقم (4) أن قيمة (t) بلغت (1.107) عند مستوى دلالة (0.268)، هذا يعني أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الجنس وبالتالي الفرضية محققة.

تختلف هذه النتيجة مع دراسة الزيودي (2007)، إذ أشارت إلى أن المعلمين يعانون من الإجهاد الانفعالي أكثر من المعلمات، وتختلف أيضاً مع نتائج دراسة كل من عباس (2010)، وحمدان (2002)، إذ أشارت هاتان الدراستان إلى أن المدرسات أكثر شعوراً بالضغط من المدرسين، واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة العوالمة (2006) التي لم تجد فروقاً بين المدرسين والمدرسات في الضغوط تعزى للجنس.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الضغوط الحياتية والمهنية التي يتعرض لها المعلمون والمعلمات واحدة لا فرق بينهما وبالتالي تظهر النتيجة تعرض الشخص للضغط سواء أكان ذكراً أم أنثى، فالأمور التي من الممكن أن تسبب الضغط للمدرسين في المدرسة هي نفسها يمكن أن تسبب الضغط للمدرسات مثل التعامل مع الإدارة، والتعامل مع أولياء الأمور، والتعامل مع الطلبة، وكثرة المواد الدراسية.

للإجابة عن سؤال الدراسة الثالث الذي ينص على: هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الجنس؟

صيغت الفرضية الآتية:

الفرضية الثالثة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الجنس.

لدراسة الفروق بين الذكور والإناث على مقياس التوافق المهني، حسب المتوسط الحسابي وكذلك الانحراف المعياري، كذلك حساب قيمة t ومستوى دلالتها، كما يوضح الجدول الآتي:

جدول (5) متوسط استجابات الذكور والإناث وانحرافهما المعياري على مقياس التوافق المهني

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	مستوى الدلالة
ذكر	318	3.8166	.47478	1.336	.182
أنثى	370	3.7679	.47893		

يبين الجدول رقم (5) أن قيمة (t) (1.33) عند مستوى دلالة (0.182)، هذا يعني أن الفرضية محققة.

اختلفت هذه النتيجة مع دراسة المشعان (2003) إذ أشارت إلى أن المعلمين أكثر توافقاً مع مهنتهم من الإناث، واختلفت مع دراستي كل من العبيدي (2009)، والشرايدة (2008)، اللتين أشارتا إلى أن المدرسات يمتلكن درجة من التوافق المهني أكثر من المدرسين، بينما اتفقت هذه النتيجة مع دراسة عبد العال (2006)، التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التوافق تعزى للجنس.

ويمكن أن يكون السبب في ذلك الآلية النفسية المتشابهة بين كلا الجنسين إذ لا يختلف كثيراً مقدار التأثر النفسي الاجتماعي ربطاً بالمتغيرات المحيطة سواء على الذكور أو على الإناث، بخاصةً في المهن التي لا تتطلب مجهوداً كبيراً ومهنة التدريس من المهن المرغوب فيها سواء للذكور أم للإناث، وذلك ما أشارت إليه دراسة سبيتل وآخرون Spittle & et al (2009) من أن التدريس مهنة سهلة وكان ذلك من أسباب الالتحاق بها، بالإضافة إلى

قصر فترة الدوام ووجود عطلة نهاية كل عام دراسي (العطلة الصيفية)، مما توفر وقتاً مناسباً للمعلمين والمعلمات للاعتناء بالأطفال والأسرة وذلك ما لا يتوافر في المهن الأخرى.

وللإجابة عن سؤال الدراسة الرابع الذي ينص على: هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الخبرة؟

صيغت الفرضية الآتية:

الفرضية الرابعة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس الضغوط النفسية وفق متغير الخبرة.

لدراسة الفروق بين أفراد العينة الذين لديهم خبرة والذين ليس لديهم خبرة على مقياس الضغوط النفسية، حسب المتوسط الحسابي وكذلك الانحراف المعياري، كذلك حساب قيمة t ومستوى دلالتها، كما يوضح الجدول الآتي:

جدول (6) متوسط استجابات أفراد العينة وفق متغير الخبرة وانحرافهم المعياري على مقياس الضغوط النفسية

الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	مستوى الدلالة
أقل من خمس سنوات	230	3.5350	.55541	.380	.704
خمس سنوات وأكثر	458	3.5226	.58079		

يبين الجدول رقم (6) أن قيمة (t) (0.38) عند مستوى الدلالة (0.704)، هذا يعني أنه لا توجد فروق ومن ثم فإن الفرضية محققة.

اختلفت هذه النتيجة مع دراسة محمد(2006)، التي أشارت إلى ازدياد تكيف المعلمين مع الحياة المدرسية كلما زادت سنوات الخبرة، وأن ذلك يقلل الشعور بالضغط لديهم. واختلفت مع دراسة قشوش والأحمدي (2000) التي أشارت إلى أن زيادة سنوات الممارسة لمهنة التدريس يصاحبها ويلازمها انخفاض في بعض مظاهر شعور المعلمين من الجنسين بالضغوط النفسية، واتفقت هذه النتيجة مع دراسة المشعان (1998) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في الضغوط النفسية تعزى لسنوات الخبرة.

ويمكن تفسير ذلك أن المعلمين يكتسبون مزيداً من الخبرات خلال التدريب في أثناء الخدمة قبل الالتحاق بمهنة التعليم، لذا فإن الفروق بين المعلمين من ناحية الخبرة لا تظهر وإن وجدت فروق إلا أنها ضعيفة .

وللإجابة عن سؤال الدراسة الخامس الذي ينص على: هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الخبرة؟

صيغت الفرضية الآتية:

الفرضية الخامسة: لا يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط استجابات أفراد العينة على مقياس التوافق المهني وفق متغير الخبرة.

لدراسة الفروق بين أفراد العينة الذين لديهم خبرة والذين ليس لديهم خبرة على مقياس التوافق النفسي، حسب المتوسط الحسابي وكذلك الانحراف المعياري، كذلك حساب قيمة t ومستوى دلالتها، كما يوضح الجدول الآتي:

جدول (7) متوسط استجابات أفراد العينة وفق متغير الخبرة وانحرافهم المعياري على مقياس التوافق المهني

الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	مستوى الدلالة
أقل من خمس سنوات	230	3.8132	.42688	.888	.375
خمس سنوات وأكثر	458	3.7789	.50075		

يبين الجدول رقم (7) أن قيمة (t) (0.88) عند مستوى الدلالة (0.375)، هذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائية وبالتالي فإن الفرضية محققة.

اتفقت هذه النتيجة مع دراسة ألف (2006) Alf التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التوافق المهني يعزى للخبرة، كما اتفقت مع دراسة العمادي (1996) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في التوافق العام تعزى لسنوات الخبرة.

في حين اختلفت هذه النتيجة مع دراسة الشرايدة (2008) التي أشارت إلى وجود فروق تعزى للخبرة لصالح أكثر من 15سنة، وكذلك اختلفت مع دراسة الأحمدي (2002) التي أشارت إلى وجود فروق في التوافق المهني تعزى للخبرة.

وقد يرجع ذلك إلى أنه كلما زادت سنوات الخبرة بسبب الفترة التي قضاها المدرس أو المدرسة في العمل بمهنة التدريس زادت الأعباء ومن ثم زادت قدرتهم على التعامل معها بالشكل الأمثل وزادت قدرتهم على تحمل المسؤولية الملقاة على عاتقهم، يقابل ذلك حماس ودافعية المدرسين الذين التحقوا حديثاً أو أمضوا فترة قليلة في هذه المهنة، وربما يفسر ذلك تلاشي أثر الخبرة في شعور المدرسين بالتوافق مع مهنة التدريس.

الاستنتاجات والتوصيات:

1- إجراء بحوث ودراسات في مجال الضغوط النفسية ربطاً بمجالات أخرى من التوافق المهني.

2- الاستفادة من نتائج هذه الدراسات للعمل على خفض حدة الضغوط النفسية التي تسبب في أحيان كثيرة مشكلات واضطرابات سلوكية.

3- إجراء دورات تدريبية و تأهيلية تساعد المعلمين على تعرف الصعوبات التي تعترضهم في أثناء قيامهم بمهنتهم.

4- إجراء دورات مساعدة تثقيفية تساعد المعلمين على معرفة كيفية التعامل مع الضغوط والصعوبات إن وجدت.

المراجع:

المراجع العربية:

1. الأحمدي، حنان عبد الرحيم، (2002)، *ضغوط العمل لدى الأطباء المصادر و الأعراض*، بدون طبعة، معهد الإدارة العامة مركز البحوث، الرياض.
2. أحمد، محمد عبد القادر، (2003)، *ضغوط العمل وأثرها على الرضا الوظيفي "دراسة تطبيقية على القطاع الصحي الحكومي"*، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التجارة، جامعة عين شمس، القاهرة.
3. امبارك، سعد، (2009)، *أثر ضغوط العمل في الرضا الوظيفي بالمصارف التجارية الليبية–دراسة تطبيقية*–رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الاقتصاد، جامعة دمشق.
4. بطاينة، أسامة؛ الجوارنة، المعتصم بالله، (2004)، *مستويات الإحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة و معلماتها في محافظة إربد و علاقتها ببعض المتغيرات*، مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية و علم النفس، المجلد الثاني.
5. ثابت، نضال عواد (2003): *ضغوط العمل وعلاقتها بالاتجاه نحو مهنة التدريس لدى المعلمين بمحافظات غزة*، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.
6. الجسماني، عبد العلي (1994): *علم النفس وتطبيقاته الاجتماعية والتربوية*، الطبعة الأولى، الدار العربية للعلوم، بيروت.
7. حسن، طاهر (1993): *أثر الضغوط النفسية على الأطفال والكبار ودور أولياء الأمور تجاه المواقف الضاغطة*، مجلة التربية، الكويت، العدد (11).
8. حمدان، علي، (2002): *الضغوط النفسية وعلاقتها بتقدير الذات ووجهة الضبط لدى عينة من معلمي ومعلمات مدارس التربية الخاصة*، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات العليا للطفولة، جامعة عين شمس، القاهرة.
9. الرفوع، محمد أحمد؛ القرارعة، أحمد عودة، (2004)، *التكيف وعلاقته بالتحصيل الدراسي*، مجلة جامعة دمشق، المجلد20، العدد الثاني.
10. الزيودي، محمد حمزة، (2007): *مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة في محافظة الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات*، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية، 23(2)، 189–219.
11. السيد عبيد، ماجدة بهاء، (2008)، *الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية*، الطبعة الأولى، دار صفاء، عمان.
12. الشرايدة، سالم تيسير (2008): *الرضا الوظيفي أطر نظرية وتطبيقات عملية*، دار صفاء، عمان.
13. الضريبي، عبد الله محمد (2010): *الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها وعلاقتها بالرضا الوظيفي ودافعية الإنجاز*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
14. عباس، مدحت ألطاف (2010): *الصلابة النفسية كمنبئ يخفض الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الثانوية*، المجلة العلمية لكلية التربية، 26(1)، جامعة أسيوط، 167–236.
15. عبد العال، السيد محمد (2006): *المهارات الاجتماعية في علاقتها بالثقة بالنفس والرضا الوظيفي لدى عينة من معلمي ومعلمات المرحلة الابتدائية*، مجلة كلية التربية بالمنصورة، العدد (61)، مصر، 1–47.

16. العبيدي، محمد جاسم، (2009)، *مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها*، الطبعة الأولى، دار الثقافة، عمان.
17. العمادي، أمينة عباس (1996): *الرضا عن العمل لدى معلمي ومعلمات التعليم العام بدولة قطر وعلاقته ببعض المتغيرات*، حولية كلية التربية، العدد (3)، جامعة قطر، 139-172.
18. العمري، عبيد بن عبد الله (2004): *ضغوط العمل عند المعلمين-دراسة ميدانية-*، مجلة جامعة الملك سعود، المجلد (16)، 282-313.
19. العوالمة، حابس سليمان (2006): *الضغط النفسي لدى معلمي ومعلمات التربية المهنية في الأردن*، مجلة كلية التربية، العدد (4)، جامعة الفيوم، 255-279.
20. الغرير، أحمد نايل؛ أبو أسعد، أحمد عبد اللطيف، (2008)، *التعامل مع الضغوط النفسية*، الطبعة الأولى، دار الشروق، عمان.
21. قشوش، إبراهيم، والأحمدي، سليمان (2000): *العلاقة بين الممارسة المهنية والشعور بالضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات المدارس المتوسطة والثانوية بالمدينة المنورة*، مجلة جامعة الملك عبد العزيز للعلوم التربوية، المجلد (13)، 119-164.
22. محمد، علي حسين (2006): *العلاقة بين الضغوط الوظيفية والشعور بالإجهاد الوظيفي، ودور الدعم الوظيفي في هذه العلاقة-دراسة مطبقة على العاملين في القطاع الصحي الحكومي الكويتي*، المجلة العربية للعلوم الإدارية، المجلد (13)، جامعة الكويت.
23. المشعان، عويد (1998): *مصادر الضغوط في العمل لدى معلمي المرحلة المتوسطة في دولة الكويت-دراسة مقارنة بين المعلمين الكويتيين وغير الكويتيين-*، فعاليات الورشة النفسية العربية الثانية للعلوم النفسية بجامعة دمشق في الفترة الواقعة ما بين /17-1998/5/19، الجزء الثاني، 142-172.
24. المشعان، عويد (2003): *العلاقة بين سلوك النمط (أ) والرضا الوظيفي لدى عينة من المدرسين الكويتيين والمدرسين المصريين*، المجلة التربوية، 17(67)، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت:185-215.

المراجع الأجنبية:

1- Alf, C., (2006): *Job Satisfaction of School teacher, Educational, Management Administration and Leader ship*, 34(1), p.p: 29-46.

2- Bhall, S. (1982): *Principal "s Leader ship style: it affect teacher moral Education*, 102(4), 369-376.

3- Gold .S.M, and other, (2003), *stronger endocrine responses after brief psychological stress in women at familial risk of breast cancer*, 28, pp. 585.

4- Hoppock, R., (1935). *Job Satisfaction, Harper*. New york.

5- Jepson, E& Forrest, S. (2006): *Individual contributory Factors in teacher stress: The role of achievement striving and occupational commitment. British Joumal of Education psychology*. 76(1), p.p.183-197.

6- Kyriacou, C. (2001): *Teacher stress: directions for future research, Educational Review*, 53(1), p.p: 27-39.

7- Reese, F. (2004): *Teacher stress: An exploring study*. Slough: NFER.

8- Spittle, M, & et al: (2009): *Applying Self-determination theory to understand the motivation for becoming aphysical education teacher, Teaching and Teacher Education*, V25, p.p: 190-197.