

الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة
التعليم الابتدائي - دراسة ميدانية بمدارس مقاطعة بئر مراد رايس وسيدي
محمد بالجزائر العاصمة-

بوكريطة كوثر طالبة دكتوراه في تخصص الإرشاد والصحة النفسية
د/ لونيس سعيدة أستاذة محاضرة أ جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعد الله

*ملخص:

استهدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الضغوط المهنية
والتوافق المهني وكذا تحديد مستوى الضغط النفسي والتوافق المهني لدى
معلمات المرحلة الابتدائية، بمدارس مقاطعة بئر مراد رايس وسيدي محمد
بالجزائر العاصمة، وأجريت الدراسة على عينة مكونة من 50 معلمة (إناث).

ولتحقيق اهداف الدراسة تم استخدام مقياس الضغط المهني لمصطفى منصوري
ومقياس التوافق المهني لسعد فليان المدعث .

وقد أسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط المهنية
والتوافق المهني لدى أفراد العينة، كما أثبتت الدراسة أن مستوى الضغط النفسي
لدى عينة الدراسة مرتفع في حين أنّ مستوى التوافق المهني لديهم متوسط.

*الكلمات المفتاحية: الضغوط المهنية- التوافق المهني- معلمة التعليم الابتدائي.

*Abstract

The study aims to highlight the quality of the relationship between
, Professional stress and, Professional Adjustment among primary
school teachers in both schools of Bir Mourad Rais and Sidi
M'Hamed districts in Algiers.

the study was conducted on a sample of 50 female teachers, in
order to verify the hypotheses of the study , the , Professional stress
scale of Mustafa Mansori and Professional Adjustment of Saad
Felyan Al Modhit were used.

The results indicate that there is an inverse correlation between the , Professional Stress and the professional Adjustment of the sample which coefficient is estimated at -0.64, a very strong correlation coefficient.

***Key Words:** Professional Stress, Professional Adjustment - Primary School Teacher.

1 - مقدمة وإشكالية الدراسة:

تعد الضغوط من أهم سمات العصر الراهن، الذي يشهد تطورات وتغيرات سريعة في جميع مجالات الحياة. ولقد أصبحت الضغوط تشكل جزءا من حياة الإنسان نظرا لكثرة التحديات التي يواجهها في هذا العصر ولذلك فهي تكاد تنتشر في مختلف البيئات والمجتمعات وخاصة في بيئة المهن التي يتعرض أفرادها لضغوط نفسية مهنية مثل مهنة التعليم وعلى وجه الخصوص المعلمين الذين يدرسون في مرحلة التعليم الابتدائي.

ويعد المعلم في جميع المراحل الدراسية إحدى الركائز الرئيسية في العملية التعليمية، ولا تتوقف صلاحيته للقيام بعمله على النحو المنشود على حسن إعداده وتدريبه فحسب، بل يشمل إصلاح أحواله المادية والاجتماعية والتخفيف من الضغوط المهنية التي تواجهه أثناء أدائه لعمله، لان توفير عوامل الاستقرار النفسي والمادي والاجتماعي من شأنها أن تعينه على أداء واجباته بفاعلية. وفي هذا الصدد ترى ماسلاك (1986) أن المعلم حينما يواجه معوقات تحول دون قيامه بدوره بشكل كامل، فان ذلك يؤدي إلى إحساسه بالعجز والقصور عن تأدية العمل المطلوب منه، مما يترتب عليه ضغط نفسي وتوتر عصبي يؤدي إلى تدني مستوى دافعيته (عادل، 1994).

والضغوط المهنية كجانب هام من ضغوط الحياة هي ظاهرة نفسية مثلها مثل القلق والعدوان وغيرها، لا يمكن إنكارها بل يجب التصدي لها من قبل

المختصين لمساعدة العامل على التكيف مع عمله وصولاً إلى زيادة الإنتاج وجودته، وبالتالي تنمية المجتمع وتقدمه (عبد الرحمن، 2006). وبهذا تعد مهنة التعليم من أهم مهن الخدمة الإنسانية في المجتمع الحديث، فضلاً على أنها من المهن الضاغطة، إذ تتعدد الجوانب التي ينبغي على المعلم التعامل معها، فهو يعتبر المسؤول على تلبية الحاجات المعرفية والانفعالية والنفسية للتلاميذ والعمل على نموها وتطويرها، بالإضافة أنه تقع على عاتقه مسؤولية تحقيق الأهداف التربوية (زراقة، 2008، ص: 66) .

فالتدريس مهنة كثيرة المطالب ومتعددة المتغيرات إذ لا يكاد يقتصر دور المعلم على مجرد الاعداد لعملية التدريس وتنفيذها فحسب، بل يتعداه الى ضرورة متابعة مختلف التطورات العلمية والتكنولوجية والالمام بأحدث الطرق والأساليب التربوية المناسبة، وكذا اتخاذ قرارات للمساهمة في حل المشكلات الأكاديمية والتربوية، إضافة إلى ضرورة الانفتاح على المجتمع والعمل على خدمته، وكل هذا يتم ظل ظروف ضاغطة لهذه المهنة وغياب الدعم والتشجيع لها (بن صافي، 2006، ص: 78).

كما تعد المدارس ضمن أعلى البيئات الضاغطة في المجتمع، وتعد الضغوط إحدى المشكلات الصحية التي يعاني منها المعلمون ويوصف الضغط النفسي بأنه "الداء الأكاديمي الحديث"، وكنتيجة لظروف العمل الضاغطة فإن كثيرا من المعلمين يجدون أن مشاعرهم واتجاههم نحو أنفسهم وتلاميذهم ونحو مهنتهم قد أصبحت أكثر سلبية مما كانت عليه مما يؤثر وينعكس ذلك في علاقة المعلم مع تلاميذه وعلى الفعالية الكلية للنظام التعليمي، وفي هذه الحالة قد ينعدم توافق المعلم مع مهنته داخل المدرسة بشكل عام (مسعودي، 2010، ص: 3).

فقد أشارت كل من دراسة (Cox et Bockleg ,1984) إلى أن 67 % من عينة المعلمين أقرروا بأن المصدر الأساسي للضغوط التي يواجهونها ناتجة عن ممارستهم لمهنة التدريس، في مقابل 25% من عينة الأفراد الغير عاملين بمهنة التدريس، وهذا دليل على أن المعلمين يعانون من الضغوط المهنية أكثر من غيرهم بالقطاعات الأخرى (نعيم، 1996، ص:124).

كما أشارت دراسة "دنيهام ستيف" (1992) إلى التعرف على أسباب استقالة المعلمين من مهنة التدريس. وهل الاستقالة هي استجابة واضحة للتعرض لضغوط قوية جداً، وتكونت عينة الدراسة من (57) معلم حديثي الاستقالة من التعليم الابتدائي بمقاطعة نيوويولز بأستراليا. وكانت المقابلة هي الأداة المستخدمة في الدراسة لسؤال هؤلاء المعلمين عن رؤيتهم للأسباب التي أدت بهم إلى ترك المهنة.

وقد بينت نتائج الدراسة أن من أهم أسباب الاستقالة كان وصول المعلم إلى نقطة حرجة في اتجاهاته نحو مهنة التدريس تلك التي يعجز المدرس فيها عن مسايرة التغيرات في العملية التعليمية ومقاومتها، وأيضاً معاناته من الاتجاهات السلبية للمجتمع نحو مهنة التدريس ونقص العائد المادي وسوء أخلاق الطلاب وسوء العلاقة مع الزملاء(عبد العظيم المصدر وباسم علي أبو كويك، 2007، ص:14).

وهدف دراسة "وهف بن علي القحطاني" (2000) للتعرف إلى أهم العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء المعلمين في المدارس الابتدائية بالرياض وقد توصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أبرزها 33 أن العوامل المدرسية المؤدية إلى قصور أداء المعلمين في المدارس الابتدائية بمدينة الرياض التي اشتملت عليها الدراسة قد حصلت على متوسطات حسابية تتراوح بين (3.11 - 3.94) من أصل (5) درجات، وقد جاءت مرتبة حسب الأهمية على النحو التالي: زيادة العبء التدريسي للمعلم، نقص إمكانيات المدرسة

وتجهيزاتها، زيادة كثافة الطلاب في الفصول الدراسية، العلاقات الإنسانية السلبية داخل المجتمع المدرسي، وأخيراً النمط الإداري لمدير المدرسة غير الديمقراطي (نقلا عن عبد العظيم المصدر وباسم علي أبو كويك، 2007، ص: 14).

كما أسفرت نتائج دراسة مصطفى منصورى، (2004) على أن المعلمين يعانون من ضغوط مرتفعة التي يتعرضون اليها يوميا وباستمرار ونتيجة هذه الضغوط تظهر لديهم بعض الاضطرابات النفسية ومن أبرزها القلق لدى الكثير من المعلمين ممن يعانون من الضغط المهني (منصورى، 2010، ص ص: 3-4).

ويعد التوافق المهني من المواضيع التي شغلت العديد من الباحثين في عديد من الميادين نظرا لأهميته وشموليته، فقد تعددت تعريف العلماء للتوافق المهني واتفقت على أنه " قدرة الفرد على الوفاء بمتطلبات العمل وتقبل الفرد للزملاء والرؤساء، ورضاه عن التغييرات التي تعترى محيط العمل من وقت لآخر، وانسجامه مع ظروف العمل المختلفة، وتميزه الكمي والكيفي في الأداء فالتوافق المهني ما هو إلا تجميع للظروف النفسية والفسولوجية والبيئية التي تحيط علاقة الموظف بزملائه ورؤسائه وتتوافق مع شخصيته وقدراته التي تجعله يقول بصدق أنه سعيد وراضي عن عمله" (حمدي وآخرون، 1999، ص ص: 21-20).

كما أوضح بهال (Bhall, 1982, p4) أن المعلمين ذوي التوافق المهني المرتفع مع عملهم تكون لديهم مستويات مرتفعة من الإنجاز في عملهم، ويعد هوبوك (Hoppock, 1935) من المهتمين بالتوافق المهني إذ عرفه: «أنه مجموع من 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 مهنيا حتى لو واجه تحديا ماديا أو مهنيا 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 (صبيرة وآخرون، 2014، ص: 362).
فهناك 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 أثناء ممارستهم لمهنتهم ومجالي الإنهاك الانفعالي وتبدد 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 حتى يكون قادراً على القيام بواجبه على أكمل وجه، فالمعلم المتوافق مهنيًا 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 ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والرضا الوظيفي (صبيرة وآخرون، 2014، ص ص: 363-364).

واستناداً إلى ما سبق ذكره سنحاول من خلال هذه الدراسة الكشف عن العلاقة الموجودة بين الضغط النفسي المهني والتوافق المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي. وعليه تتحدد إشكالية الدراسة في التساؤلات التالية:
* هل هناك علاقة ارتباطية بين الضغط المهني والتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي؟

* ما مستوى الضغط المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي؟

* ما مستوى التوافق المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي؟

2 - فرضيات الدراسة:

* توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط المهنية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الابتدائي.

* إن مستوى الضغط المهني لدى معلمات المرحلة الابتدائية منخفض.

* إن مستوى التوافق المهني لدى معلمات المرحلة الابتدائية متوسط.

3 - أهداف الدراسة :

* تحديد طبيعة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي.

* التعرف على مستوى الضغط المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي.

* التعرف على مستوى التوافق المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي.

4 - أهمية الدراسة :

وتتمثل أهمية الدراسة على الصعيدين النظري والتطبيقي فيما يأتي:

* دراسة العلاقة بين الضغوط المهنية والتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي.

* تظهر الأهمية التطبيقية فيما تسفر عنه النتائج والتي على أساسها نبني التوصيات والحلول المقترحة.

5 - تحديد مصطلحات الدراسة:

* الضغط المهني:

هو محصلة كل تغيير يجعل الفرد غير مرتاح بدنياً أو عاطفياً (وجدانياً)، ويختلف الأفراد من حيث هذا التعريف الذاتي والذي يميزه حسب الفروق الفردية التي يجب أن تؤخذ بعين الاعتبار والتي تختلف في سلوكها وإدراكها للموافق الضاغطة. وعرف Lazarus و Folkman (1984) الضغط النفسي، على أنه

علاقة خاصة بين الفرد والمحيط، الذي يقيّمه الفرد على أنه يفوق مصادره الشخصية ويعرض رفاهيته للخطر، ويركز هذا التعريف على الإدراك Perception، ويتعلق الأمر بالأخذ بعين الاعتبار تقييمات التي تؤثر على حكمه ولا ينفي هؤلاء الباحثون الاستجابة الفيزيولوجية للضغط ولكن قد تظهر هذه الأخيرة أو تخفي من شخص لآخر حسب تقييمه للوضعية الضاغطة، ومن ثم تبرز أهمية الفروق الفردية في الاستجابة للضغط (سايل، 2008، ص:16).

أما الضغط المهني فيقصد به عدم قدرة الفرد العامل على مواجهة أعباء ومتطلبات مهنته، بسبب مصادر المحيط المهني في تفاعلها مع العوامل الشخصية، بحيث يترتب عن ذلك مجموعة من الآثار النفسية والفيزيولوجية والسلوكية (منصوري، 2010، ص:28).

وعليه يعد الضغط المهني في الدراسة الحالية الإحساس بعدم الراحة النفسية والتوتر الذي يعم كيان الفرد، مما يؤدي بعدم الاتزان الانفعالي والسلوكي والمعرفي في مكان العمل مما يخفض من فعاليته ومردديته المهنية كمعلم، هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها معلمي المرحلة الابتدائية من خلال إجابتهم على كل بنود مقياس الضغط النفسي للمعلمين.

* التوافق المهني:

يعرفه "سكوت Scott" هو توافق الفرد مع بيئة عمله، فهو يشمل توافق الفرد مع مختلف العوامل البيئية التي تلازمه في مجال عمله، وتوافقه مع التغيرات التي تظهر على هذه العوامل مع مرور الزمن، وتوافقه لخصائصه الذاتية (بوتته، 2014، ص:15).

كما يقصد به في الدراسة الحالية بأنه درجة الرضا التي يستشعرها المعلم اتجاه جوانب العمل المختلفة التي تعبر عن حالة التوازن الناتجة عن إشباع الحاجات النفس اجتماعية والمهنية والتكيف مع متطلبات العمل بحيث يشعر بالانسجام مع جميع متغيرات العمل المختلفة التي تعبر عن حالة التوازن

الناتجة عن إشباع الحاجات النفس اجتماعية ومهنية والتكيف مع متطلبات العمل بحيث يشعر بالانسجام مع جميع متغيرات العمل، ويتضمن ذلك رضا المعلم وإشباع حاجاته وتحقيق طموحاته وتوقعاته، مما ينعكس على إنتاجيته وكفايته وعلاقته بزملائه ورؤسائه ومع بيئة العمل المهنية والاجتماعية، هو الدرجة الكلية التي يتحصل عليها معلمي المرحلة الابتدائية من خلال إجابتهم على كل بنود مقياس التوافق المهني للمعلمين.

6- الإجراءات الميدانية للدراسة:

* المنهج:

نظرا لطبيعة موضوع الدراسة فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي أين نحاول إبراز العلاقة بين الضغط المهني والتوافق المهني لدى عينة من معلمي التعليم الابتدائي.

* عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة من 50 معلمة (إناث) موزعة على مقاطعتي (بئر مراد رايس، وسيدي محمد) بالجزائر العاصمة، وذلك في سنة 2018-2017. وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

* أدوات جمع البيانات:

لتحقيق أهداف الدراسة الحالية، لقد تم الاعتماد على مقياسيين، وهما كالآتي:

• مقياس الضغط المهني للمعلمين:

من إعداد منصور مصطفي 2010، مقنن على البيئة المحلية الجزائرية، يحتوي على (50) فقرة موزعة على 9 مصادر (محاور) وهي:

1/ ظروف العمل: ويحتوي على 10 فقرات وهي: 14-18-22-32-38-40-43-46-48 صيغت كلها صيغة موجبة (أي في اتجاه خاصية الضغوط)

2/عبء العمل: يحتوي على 5 فقرات وهي: 6-915-27-39، صيغت كلها صيغة موجبة.

3/صراع الدور: يحتوي على 5 فقرات، أربعة منها صيغت صياغة موجبة وهي: 7-12-19-23-36، صيغت كلها صياغة موجبة.

4/غموض الدور: يحتوي على 5 فقرات أربعة منها صيغت صياغة موجبة وهي: 4-13-37-49، وفقرة واحدة صيغت صياغة سالبة (في عكس اتجاه خاصية الضغوط) هي الفقرة 24

5/العلاقة مع المدير: يحتوي على 5 فقرات صيغت أربعة منها صياغة سالبة وهي: 20-25-30-44، في حين صيغت الفقرة رقم 3 صيغة موجبة.

6/العلاقة مع التلاميذ: يحتوي على 5 فقرات صيغت كلها صياغة موجبة وهي: 5-26-28-33-41:

7/العلاقة الزملاء: يحتوي على 5 فقرات، صيغت أربعة منها صياغة سالبة هي الفقرات رقم: 10-16-42-45، أما الفقرة 34 فقد صيغت صياغة موجبة.

8/الإشراف التربوي: يحتوي على 5 فقرات، صيغت 3 منها صياغة موجبة وهي الفقرات: 2-21-50، وفقرتان صيغتا صيغة سالبة هما: 8-17.

9/النمو والترقية المهنية: يحتوي على 5 فقرات، صيغت أربعة منها صياغة موجبة وهي الفقرات: 11-29-35-47، وفقرة واحدة صيغت صياغة سالبة هي الفقرة 31.

جدول رقم (01): يوضح مستويات الضغط المهني

درجة الضغط المهني	مستوى الضغط المهني
75-50	ضغط خفيف
100-75	ضغط متوسط
150-100	ضغط مرتفع
أكثر من 150	ضغط حاد

أما بالنسبة لتقدير الدرجات، فقد تم تقدير كل فقرة على سلم رباعي: (أوافق بشدة -أوافق -أعارض -أعارض بشدة) تتراوح تقديراتها من 4 درجات الى درجة واحدة إذا صيغت الفقرة صيغة موجبة، في حين تتراوح تقديراتها من درجة واحدة الى 4 درجات إذا كانت الفقرة سالبة، وتمثل الدرجة الكلية للمفحوص. مستوى الضغط المهني لديه (عقون، 2012. ص ص: 194- 195).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم حساب صدق وثبات المقياس من طرف الدكتور مصطفى منصورى، وتم حساب صدق وثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية باستعمال معامل ارتباط المقياس ألفا كرونباخ والذي يقدر بـ 0.99 وهو معامل قوي جدا مما يدل على قوة ثبات المقياس المستعمل في الدراسة..

• مقياس التوافق المهني : لـ سعد فليان المدعث

قام الباحث ببناء مقياس التوافق المهني بعد مراجعة الأطر النظرية والمقاييس السابقة بهذا المجال مثل مقياس بشرى إسماعيل للتوافق المهني (1998)، والمقاييس النفسية المستخدمة بالدراسات التي تناولت التوافق المهني للمعلم مثل طه وياسين (2006)، ومكناسي محمد (2006)، والحليبي (2004)،

والسمادوني (2001)، وعطاف محمود ونادرة غازي (2009)، والمرشدي (2011)، والملاحمة وأبو شقة (2011)، ومعتز محمد (2012)، وماجدة خليفة (2012)، والعيافي (2014)، وبشير (2015).

وقد تم استخلاص الأبعاد التالية المكونة للتوافق المهني للمعلمين وهي:
التوافق المهني المتعلق بالأجور والرواتب والامتيازات والتوافق الاجتماعي والتوافق مع ظروف العمل والبيئة المدرسية والعلاقة مع الزملاء والعلاقة مع المشرفين والعلاقة مع الإدارة المدرسية ونوع العمل وقيمة العمل المهني والمسؤولية والمحاسبية بالعمل.

يحتوي على (65) فقرة موزعة على 9 (محاوِر) وقد تم تدريج فقراتها وفقا لمقياس ليكرت الخماسي على النحو التالي :

(منخفضة جدا، منخفضة، متوسطة، عالية، عالية جدا)، وصيغت 37 عبارة صيغة موجبة (أي في اتجاه خاصية التوافق المهني)، و 28 عبارة صيغة سالبة (المدعث، 2016).

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم حساب صدق وثبات المقياس من طرف الدكتور سعد فليان المدعث صاحب المقياس، وتم حساب صدق وثبات المقياس عن طريق التجزئة النصفية باستعمال معامل ارتباط المقياس ألفا كرونباخ والذي يقدر ب 0.81 مما يدل على قوة ثبات المقياس المستعمل في الدراسة.

7- عرض النتائج ومناقشتها:

* عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنّ " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط المهنية والتوافق المهني لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الابتدائي".

وللتحقق من صحة هذا الفرض تمّ استخدام معامل ارتباط بيرسون، وقد أسفرت النتائج كما هي موضحة بالجدول رقم (02):

جدول رقم (02): يوضح معامل الارتباط بين درجة الضغط المهني والتوافق

المهني

المتغيرات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
الضغط المهني - التوافق المهني	-0.64	**0.01

من خلال الجدول رقم (02) يتضح أنه يوجد علاقة ارتباطية عكسية سالبة دالة احصائياً عند مستوى 0.01، وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون بـ -0.64 وهو معامل ارتباط قوي جداً، ومعناه كلما ارتفع مستوى الضغط النفسي عند المعلمين انخفض مستوى التوافق المهني لديهم، وبالتالي تقبل الفرضية التي تقول أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين المتغيرين.

ويمكن تفسير هذه النتيجة لتعدد مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض إليها المعلمين فهو مطالب بتنفيذ عدة أدوار ومهام في نفس الوقت، مع ضرورة ضبط انفعالاته وحل المشاكل وتقبل العثرات والمعوقات التي يتعرض إليها وباستمرار مما يؤثر وينعكس على مستوى توافقه المهني وإشباع حاجاته وتحقيق طموحاته وتوقعاته مما يؤثر على إنتاجيته وكفايته وعلاقته بزملائه ورؤسائه ومع بيئة العمل المهنية والاجتماعية، وهذا ما أكدته دراسة "مشيرة اليوسفي" (1990) حول ضغط المعلم وعلاقته بالتوافق المهني فبينت النتائج إلى وجود علاقة عكسية ارتباطية بين المتغيرين، وكذلك اتفقت مع نتيجة دراسة وجدان عبد القادر (2009) التي تبين وجود العلاقة بين ضغوط الحياة وبالتوافق المهني وكذلك اتفقت مع كل من دراسة (أحمد 2003، محمد 2006، مبارك 2009) على وجود علاقة عكسية ارتباطية بين المتغيرين، وأيدت هذه النتائج مع دراسة " سعد فليان المدعث " (2016) التي هدفت إلى الكشف عن العلاقة

بين الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى المعلمين وتوصلت إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين المتغيرين.

* عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أن " إن مستوى الضغط المهني لدى معلمات المرحلة الابتدائية منخفض". وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبار ت لعينة واحدة، وقد أسفرت النتائج كما هي موضحة بالجدول رقم (03):

جدول رقم (03): يوضح دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي على مقياس الضغط المهني

المتغير	العدد	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	Test قيمة "ت"	الدلالة الإحصائية
الضغط النفسي	50	49	123.90	16.87	100	51.65	000

يمثل الجدول رقم (03): الضغط المهني للعينة حيث بلغ متوسط العينة

123.90 وهو أكبر من المتوسط الفرضي الذي بلغ 100 مع انحراف معياري

يساوي: 16.87 وقيمة "ت" تقدر 51.65 وهو دال إحصائياً عند مستوى

0.01 وبالتالي تم قبول الفرضية الثانية.

وهذا راجع إلى أن الضغوط المهنية ومواجهة أعباء ومتطلبات مهنة التدريس والتي يتعرض إليها المعلمين تنعكس سلباً على نفسياتهم مما تؤثر على نمط تفكيرهم وقد يفقدون اتزانهم الانفعالي ومن ثم قد يفتقرون إلى القدرة على التحكم في سلوكهم وأدائهم لمهامهم وواجباتهم، وكل هذه الضغوط قد تنعكس بشكل سلبي على نفسياتهم وأداءهم ومشاعرهم واتجاهاتهم نحو أنفسهم ونحو مهنتهم وهذا ما أكدته دراسة "فوزي عادل المساعد" (1993) عن مصادر الضغط النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية وقد توصلت النتائج إلى أن

معلمي المدارس الابتدائية يتعرضون لضغوط مرتفعة . وهذا ما أيدته دراسة "مصطفى منصوري" (2004) على أن المعلمين يعانون من ضغوط مرتفعة التي يتعرضون إليها يوميا وباستمرار .

* عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أن " إن مستوى التوافق المهني لدى معلمات المرحلة الابتدائية " . وللتحقق من صحة هذا الفرض تم استخدام اختبارات لعينة واحدة، وقد أسفرت النتائج كما هي موضحة بالجدول رقم (04):

جدول رقم (04): يوضح دلالة الفروق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي على مقياس التوافق المهني.

المتغير	العدد	درجة الحرية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة "ت" Test	الدلالة الإحصائية
التوافق المهني	50	49	172.66	28.94	162.5	47.54	000

باستقراء نتائج الجدول رقم (04) يبدو جليا أن التوافق المهني للعينة حيث بلغ متوسط العينة 172.06 وهو أكبر من المتوسط الفرضي وهي نتيجة متوسطة، غير أنه إذا حللنا النتيجة بدقة نجد أنها قريبة وتميل أكثر إلى كفة مستوى توافق مهني منخفض، كما أن الدرجات المحصورة أي الفرق المتاح بين تحديد مستوى توافق مهني متوسط يحدد 55 درجة وهي درجة واسعة، وتبين النتيجة أن الانحراف المعياري يساوي 28.94 قيمة "ت" تقدر 47.54 وهو دال إحصائيا عن مستوي 0.05 وبالتالي تقبل الفرضية التي تقول أن العينة تمتاز بتوافق مهني متوسط.

ويمكننا تفسير هذه النتيجة على أن المعلمين في اضطراب وتذبذب وصراع ما بين انهيار وانخفاض توافقهم المهني وما بين الحفاظ على توازنهم وتكيفهم المهني، وبذل جهد على الدوام عند التعرض للضغوط لبلوغ هذا التوازن

والسعي إلى إشباع الحاجات النفس اجتماعية والمهنية والتكيف مع متطلبات العمل ومعوقاته المتنوعة المصادر وتجاوزها وتحقيق الأهداف التربوية والبيداغوجية للرسالة والدور المهم المكلفين به على أحسن صورة وإيصالها بأسلوب إيجابي وسليم إلى التلاميذ، بحيث يشعروهم ذلك بالانسجام مع جميع متغيرات العمل المختلفة والتكيف معها، وهذا ما أكدته دراسة العبيدي (2009) إلى أن التوافق المهني يحفز المعلم على النجاح وعلى القيام بواجبه على أكمل وجه، وهذا ما أبدته دراسة "عمر شذاني" (2011) عن استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وتوصلت النتائج إلى أن المعلمين يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة أثرت على مردوديتهم وعلى توافقتهم المهني ولقد أسفرت الدراسة بأن المعلمين لمواجهة هذا الضغط ولتحقيق التوازن والتكيف المهني يستخدمون استراتيجيات (كالإيحاء الإيجابي والتعلم من الخبرة والتكيف مع ظروف العمل وتغيير النشاطات والحوار وتشجيع التلاميذ، والتحكم في الأعصاب، وتجنب والابتعاد عن المصادر والمواقف الضاغطة، وحل المشكل بطريقة عقلانية)، وذلك للحفاظ على توازنهم وتوافقهم المهني على قدر مواجهتهم لهذه الضغوط وهو ما يفسر ما توصلنا إليه وما ينطبق تماما ويتفق مع نتيجة فرضيتنا ودراستنا.

8 - الخاتمة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة القائمة بين الضغط المهني والتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي، وكذا تحديد مستوى الضغط المهني والتوافق المهني لدى معلمات مرحلة التعليم الابتدائي، وشملت عينة الدراسة (50) معلمة بمقاطعة بئر مراد رايس وسيدي محمد بالجزائر.

وأثبتت نتائج التحليل الإحصائي إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الضغوط النفسية والتوافق المهني لدى عينة من معلمات مرحلة التعليم الابتدائي،

وأثبتت كذلك أن مستوى الضغط النفسي لدي المعلمين مرتفع ومستوى التوافق المهني لدى المعلمين متوسط.

وعلى ضوء النتائج المتوصل إليها تم وضع جملة من الاقتراحات والتوصيات:

- الاهتمام والرفع وتطوير والاعتناء بقطاع التربية والتعليم، الذي يمثل المؤشر الذي ينبئ بمصير أمة وأجيال، ويمثل عصب التطور والتنشئة السليمة والمتوازنة لإنشاء أجيال مترنين وناجحين على جميع الأصعدة والذي هو معيار لتطور الدولة أو تخلفها.

- تصميم برامج إرشادية من طرف المختصين للتخفيف من الضغط النفسي للمعلمين والعمل على تحسين درجة توافقه المهني والتكيف مع طبيعة متطلبات عملهم، فالجانب الميداني يشير إلى أن جل المشاكل والصعوبات التعليمية وحتى السلوكية منها والنفسية هي ناتجة من سوء وقصور وعدم تكوين المعلمين إلى الأساليب والاستراتيجيات السليمة في التعامل مع التلاميذ خاصة في مرحلة الابتدائي والتي تمثل مرحلة حساسة.

- اختيار المعلمين على أساس اختبارات نفسية ومقابلات لمختصين أي اختيار مهني علي حسب ملائمتهم للوظيفة فهناك شخصيات لا تتلاءم ولا تصلح لهذه المهمة وخاصة إذا كانت المهمة مرتبطة بالتعامل مع الأطفال والذي يتطلب ميزات خاصة في المعلم.

- توفير الإمكانيات المادية والبيداغوجية المتطورة والنفسية للمعلم لتعزيز توافقه المهني، وعدم تكلفته بالمهام الإدارية لتخفيف الضغط عليه وتحسين علاقته مع المسؤولين.

- تنظيم حفلات تكريمية للمعلمين لتعزيز الثقة في أنفسهم والرفع من تقدير الذات لديهم وتقدير مجهوداتهم النبيلة وهذا نظرا لتراجع مكانة المعلم في المجتمع فمن الواجب تمجيده واحترامه فهو يحمل بين عاتقيه أسمى وأنبل رسالة إنسانية متعددة الجوانب إلى أجيال المستقبل.

*المراجع:

1. بن صافي، حبيب. (2006). صورة المعلم في ثقافة المجتمع الجزائري. رسالة لنيل شهادة الماجستير، جامعة منتوري قسنطينة. الجزائر.
2. سايل، حدة وحيدة. (2008). بحث فعالية التدريب على حل المشكلة وعلى الاسترخاء في علاج المدمنين على المخدرات: برنامج دزوريللا D'zurilla نموذجاً. رسالة دكتوراه في علم النفس العيادي. جامعة الجزائر.
3. المدعث، سعد فليان. (2016). الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية وعلاقتها بالتوافق المهني لديهم. رسالة لنيل شهادة الماجستير في التوجيه والإرشاد النفسي. جامعة الباحة. المملكة العربية السعودية. 4. عادل عبد الله محمد (1994). مقياس الاحتراق النفسي للمعلمين. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.
5. عقون، أسيا. (2012). الضغط النفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التربية الخاصة. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي تخصص الضغط النفسي، جامعة فرحات عباس. سطيف. الجزائر.
6. زراقة، فيروز مامي. (2008). محاضرات في علم الاجتماع والتربية. الجزائر: دار بهاء الدين للنشر والتوزيع.
7. صبيبة، فؤاد وكحيلة، ريم وناصر، عبير رفيق. (2014) الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات من محافظة اللانقية في مرحلة التعليم الأساسي. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية - سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية-، 36(4).
8. منصور، مصطفى. (2010). الضغوط النفسية والمدرسية وكيفية مواجهتها، منشورات قرطبة، المحمدية الجزائر.
9. Bhall, S. (1982): *Principal 's Leadership style: it affect teacher moral education*, 369-376.
10. Hoppock, R., (1935). *Job Satisfaction*, Harper. New York .