الضغط النفسي ومشكلات الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي

د/ برزوان حسيبة - جامعة الجزائر - 2 -

ملخص:

للظروف المهنية تأثير على الصحة النفسية للعمال بصفة عامة و نخص بالذكر الصحة النفسية للأستاذ الجامعي. فمصادر الضغوط الفزيقية أو الفردية أو التنظيمية يمكن أن تسبب العديد من المشاكل المتعلقة بالصحة النفسية و العقلية كما أكدته العديد من الدراسات.
و هذا ما نسعى البحث عنه من خلال دراستنا الميدانية الحالية. التي تشمل الجانب النظري الذي يحتوي على أهمية و إشكالية الدراسة و الجانب التطبيقي الذي سوف نحاول من خلاله دراسة الضغط المهني ومشكلات الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي
و للتحقق من فرضيات الدراسة تم استعمال استبيان مصادر الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي الذي أعده يوسف جوادي(2006)، و مقياس الصحة النفسية الذي أعده كامل الزبيدي وسناء مجول الهزاع (1997)، و ذلك على عينة متكونة من 54 أستاذ جامعي. و سوف نناقش النتائج في ظل بعض الدراسات السابقة. ونختم الدراسة بمجموعة من الاقتراحات التي تخدم المهتمين بالموضوع.
الكلمات الدالة: الضغوط المهنية ـ الصحة النفسية ـ الأستاذ الجامعي.

Résumé :

Les conditions professionnelles affectent la santé mentale des travailleurs en général et en particulier la santé mentale de l'enseignant universitaire. Les sources de stress physique, individuel ou organisationnel peuvent causer de nombreux problèmes de santé mentale, comme le confirment de nombreuses études.

C'est ce que nous recherchons dans notre étude de terrain actuelle. Qui comprend l'aspect théorique qui contient l'importance et la problématique de l'étude. Et l'aspect pratique à travers lequel nous allons essayer d'étudier le stress professionnel et les problèmes de santé mentale de l'enseignant universitaire.

Afin de vérifier les hypothèses de l'étude, nous avons utilisé le questionnaire de source de stress psychologique chez l'enseignant universitaire de Yousef Djawadi (2006), et la mesure de santé mentale de Kamel Al-Zubaidi et Sana Majoul Al-Hazzaa (1997) sur un échantillon de 54 individus. Nous discuterons les résultats dans le cadre de certaines études antérieures. Nous concluons avec une série de suggestions qui servent les parties intéressées.

Mots-clés: stress professionnel - de santé mentale - enseignant universitaire.

مقدمة:

إن العمل كما يشير إليه براون هو "محور جوهري في حياة الإنسان لأنه ذلك المظهر الذي يعطيه المكانة و يربطه بالمجتمع و يحدد دوره فيه. و الأصل أن يحب الناس العمل و عندما يبغضونه فإن الخطأ يكمن في الظروف النفسية الاجتماعية للعمل أكثر منه في الشخص". (عن كاميليا عبد الفتاح،1984، ص. 162)

كما يعد العمل أحد مسببات الضغوط النفسية و قد يكون هذا الضغط النفسي دائما أو مؤقتا. فعندما يكون الموظف في خلاف دائم مع الموظفين أو الإدارة، أو في مجال لا يتناسب مع ميول الشخص أو تخصصه و استعداده. و عندما يكون المسئولون غير مرنين. أو عدم الرضي عن الوضع الوظيفي. بالإضافة إلي أسباب أخري تؤدي إلي الإحباط و الضغوط النفسية و التي منها: (كثرة التحقيقات و الجزاءات، عدم فهم الموظف لدوره في العمل، أساليب التقييم و الحوافز، عدم تحديد مسؤوليات الموظف، الفشل في تحقيق الذات، عدم العدل و المساواة و نقص الكفاءة و الخبرة). (أسماء عبد العزيز الحسين، 2002 ، ص. 97)

بينت العديد من الدراسات حول مصادر الضغط المهني لدى الأستاذ الجامعي و مدى تأثيرها على صحته، من بينها دراسة (دانيلشك، 1993) أجريت على عينة مكونة من 253 فردا بهدف الكشف عن مدى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي بين أعضاء الهيئات التدريسية و الموظفين و العاملين في كليات التربية الرياضية في جامعات أونتريو في كندا ، كما هدفت إلى معرفة أثر كل من متغيرات الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، و سنوات الخبرة في التعليم العالي و نوع التعيين على مستويات الاحتراق النفسي . وقد أظهرت نتائج الدراسة أن الأفراد الذين تتراوح أعمارهم بين 39 سنة أو أقل، و الإناث، و غير المتزوجين، و المدربين، و الأفراد غير المثبتين في الخدمة، عانوا من الإجهاد الانفعالي بدرجة أعلى من نظائرهم.
كما أشارت النتائج إلى أن ضغوط العمل و المتمثلة في الحمل الوظيفي الزائد ، و فرص العمل المتاحة و ضغط الوقت مرتبطة بشكل كبير بالإجهاد الانفعالي ، في حين أن الهيكل التنظيمي للمؤسسة و تطور المصادر الإنسانية مرتبطان بوضوح بتبلد المشاعر ، وقد تبين كذلك عدم وجود علاقة بين نقص الشعور بالإنجاز و أي من متغيرات ضغوط العمل.

في نفس السياق نذكر دراسة (دواني ، الكيلاني و عليان،1989) التي قاموا بها على عينة متكونة من 349 أستاذ، و كانت تهدف إلى الكشف عن مستوى الضغط النفسي لديهم ، بالإضافة إلى البحث فيما إذا كانت هناك فروق جوهرية بين مستويات الجنس و المؤهل و الخبرة على أبعاد الضغط النفسي.
و قد دلت الدراسة على أن الأساتذة يعانون من الضغط النفسي بدرجة متوسطة ، و دلت كذلك على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الخبرة التعليمية على بعد تكرار الجهد الانفعالي و شدته ، لكنها بالمقابل دلت على وجود فروق مهمة تعزى إلى الجنس على هذا البعد بحيث تبين أن الإناث قد أظهرن درجة أعلى من الذكور في الضغط النفسي ، كما أظهرت نتائج هذه الدراسة أيضا على وجود فروق جوهرية بين مستويات المؤهل العلمي على بعد تكرار الشعور بالإنجاز

و شدته ، إذ تبين أن الأساتذة من ذوي التعليم العالي يعانون من نقص الشعور بالإنجاز أكثر من غيرهم من ذوي المؤهلات الأخرى. كما كشفت النتائج كذلك عن وجود تفاعل بين متغيرات المؤهل، الخبرة، و الجنس و ذلك على بعد شدة الإجهاد الانفعالي.

تشير دراسة (سامح محمد محافظة، 1996) التي هدفت إلى معرفة أسباب الضغط النفسي لدى الأساتذة الأردنيين في محافظات الجنوب (الكر،الطفيلة ، معان ، و العقبة) و إلى مقارنة أسباب الضغط النفسي لدى الأساتذة الأردنيين من غير الأردنيين ، و قد استخدمت هذه الدراسة أسلوب الدراسة المسحية في جمع المعلومات و الذي يشمل الدراسات الميدانية و النقاشات المطولة مع عينة من مجتمع الدراسة، إضافة إلى الاعتماد على استبيان.

كشفت نتائج الدراسة أن أسباب الضغط النفسي لدى الأساتذة الأردنيين تعود إلى المجالات الخمسة التالية: مجال الإدارة المدرسية و الإدارات التربوية المختلفة، مجال الحوافز المادية و المعنوية، مجال علاقة الأستاذ بالطالب و المجتمع، مجال الوقت ، مجال التجديد و التغيير و المناهج و الأنظمة و التعليمات. (عن يوسف جوادي، 2006، ص. ص 18 - 21)

أفرزت نتائج دراسة (ناصر الدين زبدي، 1998) جملة من الحقائق عن الوضع المهني للمدرس الجزائري. فهو يعمل في وسط ظروف مهنية قاسية مشحونة بالمتاعب و الصعوبات كاكتظاظ الأقسام، وقلة الوسائل البيداغوجية و ضغوط الإدارة.

من بين ما توصل الباحث أن أغلب أفراد عينة المدرسين بصنفيها (المدرسون الأصحاء و المصابون بأمراض جسمية)، يعانون من أثر العوامل المهنية الضاغطة. كما أن شخصية الفرد تؤثر على صحة و أداء المدرس لمهامه. و قد دعمت ما توصل إليه مجموعة من الدراسات مثل دراسة "بوكستر" و "رمزية الغريب" إلى أن لشخصية المدرس دور في نقل مشاعره و حياته الانفعالية إلى غيره من الأفراد و التلاميذ، و معني هذا أنّ المدرس الذي يتميز بشخصية قلقة، يمكن أن يكون إنسانا مزعجا و مرفوضا في معظم الأحوال من الآخرين. كما لا يتقبل الآخرين و يرفض الانصياع و الانضباط مع الشروط المهنية. و يمكنه أن ينقل قلقه إلى تلاميذه. (ناصر الدين زبدي، 2007، ص.ص. 288 - 290)

1.مشكلة الدراسة

بينت العديد من الدراسات سواء الغربية منها أو العربية أو الجزائرية أن الظروف المهنية غير الملائمة لها تأثير على صحة الموظف بصفة عامة و الأستاذ بصفة خاصة. و هذا من خلال الضغوط النفسية الناتجة عنها.

هذا ما أكدته مجموع الدراسات التي تم عرضها سابقا مثل دراسة (دانيلشك، 1993) التي أجريت في كليات التربية الرياضية في جامعات أونتريو في كندا، و دراسة (دواني ، الكيلاني و عليان،1989)، و دراسة (سامح محمد محافظة، 1996) على عينة من الأساتذة الأردنيين، و دراسة (ناصر الدين زبدي، 1998) على عينة من الأساتذة بجامعة الجزائر.

جاء في "الجريدة الإنجليزية لعلم النفس العيادي" (British journal of clinical psychology,1985) مقالا لـ (براودبنت) (Broadbent)، كما صدر في "مجلة العمل و الضغط ،1994 " مقالا لـ (وار)(Warr) بان الضغط الناتج عن ارتفاع المتطلبات المهنية يمكن أن يسبب اضطراب الحصر. أما الأسئلة المتعلقة بفقدان قدرة التحكم في المواقف الشخصية مرتبطة بالشعور بالضعف (Sentiment d'impuissance) و التي لها علاقة بالاكتئاب. (Broadbent, 1985 ; p 33 – 44) (Warr, 1994 ; p 84 – 97)

كما يربط الكثير من الباحثين من بينهم جيردانو(Girdano,1991)، بين الاضطرابات النفسية و البدنية. ويرون أنها منشأ كثير من الأمراض الجسمية التي تؤدي إلى اضطرابات نفسية. في حين يرى بيهر(Beehr, 1995) بأن الحالة النفسية و البدنية للأفراد تؤثر على مقدار استجابتهم لمثيرات ضغوط العمل التي يتعرضون لها في داخل بيئة العمل أو خارجها. و ذلك تبعا لاستجاباتهم النفسية و السلوكية و العاطفية. و حسب الفروق الفردية التي خلقهم الله بها. (عن هدي طاهر أحمد داود، 2002 ، ص. ص. 100- 101)

يؤكد هيجان (1998) أن أي نوع من التوتر لابد أن يصاحبه نوع من التغيرات البدنية الظاهرة و التغيرات الفسيولوجية الداخلية. أي عندما يمر الفرد بحالة من الضغط فأنه من الممكن أن يلتمس آثار هذه الحالة على ما يجري في جسمه من زيادة ضربات القلب، و زيادة ارتفاع ضغط الدم، و زيادة معدل التنفس، و تصبب العرق، و جفاف الحلق، و تتطور تلك الآثار الناجمة عن الضغط المهني ببطء محدثة نتائج فسيولوجية و اضطرابات نفسية و سلوكية. (عن نجاح بنت قبلان القبلان، 2004، ص.ص 115 - 116)

هذا ما يشير إليه كل من (خليل محمد حسن الشماع ، خضير كاظم محمود، 2007) أن من بين أهم الظروف العمل التي لها تأثير على صحة العاملين نذكر بيئة العمل الداخلية التي تتعلق بالمنظمة من حيث الأطر الإدارية والفنية العاملة فيها، والأنظمة الرسمية وغير الرسمية، والهياكل التنظيمية، وإجراءات وسياقات تنفيذها، والتكنولوجيا المستخدمة، وأنماط الاتصالات السائدة فيها. (خليل محمد حسن الشماع ، خضير كاظم محمود، 2007، ص. 182).

أما الباحث محمد الصيرفي (2008) فهو يؤكد كذلك بأن التوتر يساعد على تفاقم معظم الأمراض و يعطي أمثلة عن بعض الأعراض النفسية - الجسمية الناتجة عن الضغط المهني كالصداع، و القرحة، و صعوبة الهضم، و الفشل الجنسي، و ارتفاع ضغط الدم، و تصلب الشرايين، و أمراض السكر، و الجلطة الدموية.

و من خلال خبرتنا السابقة حول الضغوط المهنية و مجموعة من الملاحظات الميدانية لاحظنا أن للظروف المهنية تأثير على الحالة النفسية لدى الأستاذ الجامعي. مما قد يسبب له العديد من المشاكل النفسية و الجسمية.

. وعليه قمنا بطرح التساؤلات التالية:

- هل يعاني الأستاذ الجامعي من ضغط مهني؟

ـ هل توجد مشاكل في الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي؟
ـ هل هناك فروق بين الجنسين في مستوى الضغط المهني ؟

فرضيات الدراسة:

ـ يعاني الأستاذ الجامعي من ضغط مهني.
ـ توجد مشاكل في الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي.
ـ هناك فروق بين الجنسين في مستوى الضغط المهني.

2. أهمية وأهداف الدراسة :

رغم أن هناك كثير من الدراسات التي تناولت مشكلة الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي إلا أنه ترى الباحثة الحالية أنه من المهم تقديم نتائج دراسة ميدانية حديثة في ظل عصر أين تفاقمت فيه الضغوط النفسية و تعددت الأسباب. و بالتالي تحديث الدراسات تعطينا نظرة حول معاش الأستاذ الجامعي الجزائري و خاصة إذا كان مضغطا. كذلك الاهتمام بالصحة النفسية للأستاذ الجامعي من خلال إبراز مدى تأثير الضغط النفسي على صحته النفسية، مع تقديم أهم الاقتراحات لدى الهيئات المعينة للنظر في المشاكل الصحية لدى الأستاذ الناتجة عن الضغط المهني. و تقديم برامج توعوية حول نوعية الحياة في العمل و تحسينها لترقية الصحة النفسية.

و بالتالي تكمن أهداف الدراسة في الاستطلاع عن مستوى الضغط المهني، و كذلك الاطلاع عن مستوى الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي. و إذا ما كانت هناك فروق في درجات الضغط تعزى لمتغير الجنس.

4 .الإجراءات المنهجية للدراسة

- **منهج الدراسة**

نظرا لطبيعة الدراسة، قمنا باختيار المنهج الوصفي لتحديد مستوى الضغط النفسي و الصحة النفسية الناتجين عن الضغوط المهنية في الوسط الجامعي، و دراسة الفروق في درجات الضغط حسب متغير الجنس.

- **عينة الدراسة**

تكونت عينة الدراسة من 54 أستاذ جامعي من بين 200 أستاذ، حيث هناك بعض من الأفراد لم يجيبوا على كل البنود و البعض الآخر لم يرجع المقاييس. تم اختيارها بطريقة قصدية ، ومن شروط اختيارها أن يكون الأساتذة دائمون، وأن يقبلوا المشاركة في الدراسة، وركزنا على الضغوط المهنية و الصحة النفسية، ومن بين خصائص الأساتذة الجامعيين:

جدول(1): توزيع الأساتذة الجامعيين حسب الجنس.

متغيرات	العدد	%
مذكر	12	22,2
مؤنث	42	77,8
المجموع	54	100,0

يبين الجدول(1) أن أغلبية أفراد عينة البحث إناث حيث بلغت النسبة المئوية ب77,8% ، أما فئة الذكور فقد بلغت 22,2% و هي فئة أقل مقارنة مع الإناث، و هذا راجع أن نسبة الأساتذة الجامعيين خاصة العلوم الاجتماعية أغلبهم إناث.

جدول(2): توزيع الأساتذة الجامعيين حسب المؤسسة الجامعية.

المؤسسة الجامعية	العدد	%
كلية العلوم الاجتماعية	43	79.62
المدرسة العليا للأساتذة	11	20.37
المجموع	54	99.99

يبين الجدول(2) أن عدد أفراد كلية العلوم الاجتماعية بلغ 79.62 % و هي نسبة تفوق عدد أفراد المدرسة العليا للأساتذة، حيث قدرت ب 20.37 %. و هذا يمكن إسناده إلى أن أفراد كلية العلوم الاجتماعية أكثر تجاوبا.

جدول(3): توزيع الأساتذة الجامعيين حسب التخصص.

التخصص	العدد	%
العلوم الاجتماعية	52	96.29
العلوم التقنية	02	03.70

المجموع	54	99.99

يبين الجدول(3) أن: أكبر نسبة التي بلغت 96.29 % تتمثل في تخصص العلوم الاجتماعية مقابل 03.70 % و هي النسبة الخاصة بتخصص العلوم التقنية. بحيث من بين 200 مقياس تم توزيعه تم الرد على 52 من طرف أساتذة العلوم الاجتماعية، أما بالنسبة للعلوم التقنية فقد تم الرد على02 فقط. و هذا يدل أن أساتذة العلوم الاجتماعية أكثر تجاوبا.

جدول(4): توزيع الأساتذة الجامعيين حسب الرتبة الأكادمية.

المتغيرات	العدد	%
أستاذ دكتور	7	13,0
محاضر أ	21	38,9
محاضر ب	15	27,8
مساعد أ	6	11,1
مساعد ب	5	9,3
الجموع	54	100,0

يبين الجدول(4) أن أكبر نسبة و هي خاصة بالأستاذ المحاضر أ و التي قدرت ب 38,9 % ، لكي تأتي في المرتبة الثانية النسبة الخاصة بالأستاذ المحاضر ب و التي قدرت ب 27,8%، ثم تأتي في المرتبة الثالثة النسبة الخاصة بالأستاذ الدكتور و التي بلغت 13,0 % ، أما المرتبة الرابعة تنسب إلى رتبة أستاذ مساعد أ و التي قدرت ب 11,1 %، لكي تأتي في المرتبة الخامسة و الأخيرة رتبة أستاذ مساعد ب و التي بلغت 9,3 % .

- **أدوات الدراسة**

استخدمنا في الدراسة الحالية الأدوات التالية:

-استبيان المعلومات الخاصة بالأساتذة الجامعيين لتحديد الجنس، نوع الكلية، و الرتبة الأكاديمية.

-كما تم تطبيق مقياس لقياس مصادر و مستوى الضغط المهني لدى الأستاذ الجامعي من اعداد يوسف جوادي (2006) و يتكون من 56 عبارة. و هو مقسم إلى المحاور التسعة التالية: خصائص و طبيعة العمل، الحوافز ، العلاقة مع الزملاء، العلاقة مع الإدارة ، العلاقة مع الطلبة، الظروف الفيزيقية للعمل، التقدير أو الدعم الاجتماع ،الهيكل التنظيمي ، النمو و التقدم المهني.

أما تصميم الإجابة على الاستبيان كان متدرجا من يسهم بدرجة كبيرة أعطيت لها ثلاث نقاط(3) يسهم بدرجة متوسطة منحت لها نقطتين (2) يسهم بدرجة قليلة نقطة واحدة. (1)

أما فيما يخص درجات مستوى الضغط النفسي فتمثل الفئة مابين (55 - 95) الفئة المنخفضة، و الفئة مابين(95 - 135) الفئة المتوسطة، و الفئة مابين (135 - 175) الفئة العالية.

أما فيما يخص الخصائص السكوميترية للمقياس فقد قام الباحث جوادي يوسف بدراستها، حيث يتميز ثبات. فقد بلغ معامل الارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين (0.96). كما تم حساب الصدق الذاتي و الذي جاء يساوي مربع الثبات و كانت قيمته مساوية ل (0.97) و هو صدق عال مناسب لأغراض البحث.(جوادي يوسف، 2006، ص.ص 141- 148)

- تم تطبيق كذلك مقياس الصحة النفسية الذي أعده كامل الزبيدي وسناء مجول الهزاع ، (1997) ويتكون من (24) فقرة و(3) بدائل للإجابة وان مفتاح التصحيح للمقياس هي من (1- 3) للفقرات الايجابية ومن (1-3) للفقرات السلبية وان أعلى درجة هي (72)وأدنى درجة كلية محتملة هي (24)، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (48) درجة.

وزيادة في الدقة وللتأكد من أن المقياس يتمتع بالثبات، قام الباحث بإعادة تطبيقه بطريقة إعادة الاختبار على عينة بلغت (10) طالب، إذ بلغ معامل الثبات (0.79).(فاضل كردي الشمري،2013، ص. 125)

- **مجال إجراء الدراسة**

أجريت الدراسة في كليات العلوم الاجتماعية المتواجدة في وسط الجزائر(جامعة الجزائر 2 و جامعة البليدة و جامعة تيزي وزو) و المدارس العليا للأساتذة (القبة و بوزريعة). و قد تم القيام بالجانب الميداني للدراسة في سبتمبر من عام 2017.

- **المعالجة الإحصائية**

من أجل تحليل بيانات البحث والإجابة على الأسئلة المقترحة تمّت الاستعانة بحزمة البرنامج الإحصائي في العلوم الاجتماعية SPSS، وذلك بالاعتماد على الأساليب الإحصائيّة التّاليّة:

- لتّكرارات والنّسب المئويّة لوصف وترتيب وتصنيف خصائص العيّنة.
- إستخراج مقاييس النّزعة المركزيّة والتشتّت، بحيث تمّ حساب المتوسّط الحسابي لمعرفة مدى تماثل أو إعتدال صفات أفراد العيّنة وكذا حساب الانحراف المعياري لمعرفة طبيعة توزيع أفراد العيّنة ومدى إنسجامها.
- حساب اختبار لوفان (Test de Levene) لمعرفة مدى تجانس المجموعتين

5 - عرض وتفسير وتحليل نتائج الدراسة:

نعرض نتائج الدراسة ونفسرها وفقا لفرضيات التي تم طرحها في الدراسة،

الفرضية الأولى: يعاني الأستاذ الجامعي من ضغط مهني

الجدول(5): نتائج درجات الضغط المتحصل عليها لدى أفراد عينة البحث

متغيرات	العدد	%
مرتفع	7	13,0
متوسط	46	85,2
منخفض	1	1,9
المجموع	54	100,0

يظهر من خلال الجدول(5) أن 85,2 % من الأساتذة الجامعيين أفراد عينة البحث يعانون من ضغوط نفسية متوسطة، و 13,0 % من يعاني من ضغوط نفسية مرتفعة، و نسبة قليلة جدا و التي بلغت 1,9 % التي لديها ضغط منخفض. و عليه تحققت الفرضية الأولى للبحث التي تنص أن الأستاذ الجامعي يعاني من ضغط مهني. و قد لحضنا من خلال إجابات المبحوثين أن ارتفاع الضغط المهني كان ناتجة تدهور خصائص و طبيعة العمل مثل عدم توفر الأجهزة و المعدات لأداء الدور ، و نقص الحوافز و المتمثلة في نقص تحفيز الأستاذ على أداء عمله و استثمار كل الطاقات الكامنة له ، بالإضافة إلى نقص العدالة في توزيع منح التربصات بالخارج و نقص الدعم للمشاركة في المؤتمرات و الندوات و البحوث. بالإضافة إلى نقص مساندة الإدارة و الزملاء فيما بعضهم البعض. كما أن الظروف الفيزيقية للعمل غير ملائمة مثل عدم توفير التدفئة و نقص التهوية و عدم توفير النظافة.

هذا ما أشارت إليه دراسة (دواني ، الكيلاني و عليان،1989) التي قاموا بها على عينة متكونة من 349 أستاذ، و كانت تهدف إلى الكشف عن مستوى الضغط النفسي لديهم. و قد دلت الدراسة على أن الأساتذة يعانون من الضغط النفسي بدرجة متوسطة، و هذا ما ينطبق على دراستنا.

كما كشفت نتائج دراسة (سامح محمد محافظة، 1996) أن أسباب الضغط النفسي لدى الأساتذة الأردنيين تعود إلى المجالات الخمسة التالية: مجال الإدارة المدرسية و الإدارات التربوية المختلفة ، مجال الحوافز المادية و المعنوية ، مجال علاقة الأستاذ بالطالب و المجتمع، مجال الوقت ، مجال التجديد و التغيير و المناهج و الأنظمة و التعليمات. (عن يوسف جوادي، 2006). كما أكدت نتائج دراسة (ناصر الدين زبدي، 1998) بأن المدرس الجزائري الذي يعمل في وسط ظروف مهنية قاسية مشحونة بالمتاعب و الصعوبات كاكتظاظ الأقسام، وقلة الوسائل البيداغوجية و ضغوط الإدارة.

الفرضية الثانية2 : توجد مشاكل في الصحة النفسية لدى الأستاذ الجامعي

الجدول(6): نتائج درجات الصحة النفسية المتحصل عليها لدى أفراد عينة البحث

متغيرات	العدد	%
متوسط	3	5,6
متدني	51	94,4
المجموع	54	100,0

نلاحظ من خلال الجدول(6) أن أغلب أفراد عينة البحث أي بنسبة94,4 % تحصلوا على درجات متدنية التي هي مؤشر عن عدم وجود مشاكل في الصحة النفسية. أما الذين لديهم بعض المشاكل الصحية و الذي تحصلوا على درجات متوسطة في مقياس الصحة فقد بلغت نسبتهم 5,6 % . و عليه لم تتحقق الفرضية الثانية للبحث.

رغم أن ظروف العمل لها تأثير على صحة العاملين كما أكده كل من (خليل محمد حسن الشماع ، خضير كاظم محمود، 2007) إلا أنه شخصية المدرس لها دور كبير في الحفاظ على صحته النفسية و هذا من بين ما توصل الباحث (ناصر الدين زبدي، 1998) أن أغلب أفراد عينة المدرسين بصنفيها (المدرسون الأصحاء و المصابون بأمراض جسمية)، يعانون من أثر العوامل المهنية الضاغطة. إلا أن شخصية الفرد تؤثر على صحة و أداء المدرس لمهامه. و بالتالي نلاحظ من خلال النتائج المتحصل عليها أن لشخصية الأستاذ الجامعي دور مهم في الحفاظ على صحته النفسية. و هذا ما أكدته نجاح بنت (قبلان القبلان، 2004) أن لنمط الشخصية؛و القدرات؛ و الحاجات؛ و معدل التغير في حياة الفرد؛ و السمات الشخصية أثر على الصحة النفسية.

و من بين النتائج التي توصلت إليها الباحثة بن زروال فتيحة (2002) فيما يخص الأعراض المرتبطة بالضغط تتمثل في أن مختلف أنواع الأعراض كان ظهورها دون المتوسط ، أي أن تعرض أفراد العينة للمواقف المجهدة لا يرتبط نسبياً بظهور هذه الأعراض ،و عزت الباحثة ذلك لكون مستوى الإجهاد يميل إلى المتوسط و في رأيها هذه نتيجة منطقية. و هذا ما توصلنا إليه في دراستنا بحيث كان مستوى الأعراض المتعلقة بالصحة النفسية منخفض و هذا قد يرجع إلى عدم الحصول على درجات عالية في مستوى الضغط لدى أفراد عينة البحث.

الفرضية الثالثة: هناك فروق في الشعور بالضغط المهني تعزى لمتغير الجنس لدى الأستاذ الجامعي

الجدول(7): نتائج اختبار "ت" لتحديد الفروق بين الجنسين في مستوى الضغط

	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة "فا"	مستوى الدلالة
الضغط	مذكر	12	121,0000	13,17712	,175	,007	غير دال
	مؤنث	42	120,2381	13,78194			

يبين الجدول رقم (7) أنه ليست هناك فروق بين الجنسين في مستوى الضغط، بحيث: قدّر المتوسط الحسابي لدى أفراد عينة البحث الذكور في مستوى الضغط بـ (121) بانحراف معياري(13.17) و قدّر المتوسط الحسابي لدى أفراد عينة البحث الإناث بـ (120.23) بانحراف معياري (13.78) و هذا يدل أن هناك فرق طفيف، إلا أن قيمة "ت" بلغت (0.17) و هذا يدل أن الفرق غير دال إحصائيا بين الجنسين. و بالتالي لم تتحقق الفرضية الثالثة للدراسة.

و عليه جاءت النتائج عكس ما توصلت الكثير من الدراسات مثل نتائج دراسة (دانيلشك، 1993) التي تشير أن الإناث عانوا من الإجهاد الانفعالي بدرجة أعلى.

لقد كشفت نتائج دراسة عويد المشعان(1998) عن وجود فروق دالة إحصائيا في الضغوط المهنية و الاضطرابات السيكوسوماتية من حيث الجنس و الجنسية و التخصص.

كما أن المدرسات أكثر شعورا بالضغوط المهنية ، و ذلك يرجع إلي التعارض بين متطلبات الدور في العمل و المنزل مما يترتب عليه الإصابة بالاضطرابات النفس- جسمية. (عن هدي طاهر أحمد داود، 2002)

غير أن نتائج دراسة (دواني ، الكيلاني و عليان،1989) توصلت إلى وجود تفاعل بين متغيرات المؤهل، الخبرة ، و الجنس و ذلك على بعد شدة الإجهاد الانفعالي. و هذا ما يتفق مع نتائج دراستنا أي عدم وجود فروق بين الجنسين في الشعور بالضغط.

خاتمة وآفاق:

بينت نتائج الدراسة الحالية أن الأستاذ الجامعي يعاني من ضغط مهني، رغم أن درجاته جاءت متوسطة، و هذا ما يفسر نتائج التساؤل الثاني الذي يدل عن عدم معاناة الأستاذ الجامعي الجزائري بصفة عامة من مشاكل صحية. و قد كانت الفروق غير دالة في الشعور بالضغط المهني بدلالة الجنس.

لقد ساهمت نتائج هذه الدراسة الوصفية بإعطائنا نظرة عن مدى معاناة الأستاذ الجامعي من الضغوط المهنية و التي هي راجعة إلى عدة مصادر مثل عدم توفير الإمكانيات المادية التي تعرقل الأستاذ عن أداء مهامه براحة. و كذلك سوء الاتصال ما بين الزملاء و الإدارة و حتى مع الطلبة. و الذي قد يرجع إلى نمط الشخصية للأستاذ. و هذا ما أكدته العديد من الدراسات و منها دراسة ناصر الدين زبدي (1998).

و عليه تكمن أفاق الدراسة الحالية فيما يلي:

1 ـ توسيع العينة بحيث تكون مماثلة لمجتمع الدراسة.
2 ـ البحث في مصادر الضغط المهني التي يكمن أن يكون لها تأثير كبير على الصحة النفسية للأستاذ الجامعي.
3 ـ إحصاء أهم المشاكل المتعلقة بالصحة المهنية التي يمكن أن نجدها في الوسط المهني للأستاذ الجامعي.
4 ـ دراسة متغير نمط الشخصية و علاقته بالشعور بالضغط المهني و تسيير المواقف المهنية الضاغطة.
5 ـ تقديم ورشات تدريبية لكيفية التعامل مع الوضعيات الضاغطة لدى الأستاذ الجامعي من أجل تقليص المشاكل الصحية.
6 ـ اهتمام الجهات المعنية بصحة الأستاذ الجامعي من خلال تحسين الظروف المهنية.
7- تقديم برامج توعوية حول نوعية الحياة في العمل و تحسينها لترقية الصحة النفسية.

المراجع:

- أسماء، عبد العزيز الحسين.(2002). المدخل الميسر إلي الصحة النفسية و العلاج النفسي. الطبعة الأولي. الرياض؛ دار عالم الكتب للطباعة و النشر و التوزيع.
- خليل، محمد حسن الشماع ، خضير كاظم محمود (2007). نظرية المنظمة. الطبعة الثالثة. الأردن؛ دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- فاضل، كردي الشمري.(2013). الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف الدراسي لدى طلاب كلية التربية الرياضية. مجلة علوم التربية الرياضية. جامعة الكوفة، 4، 6 ، 113 - 140.
- نجاح، بنت قبلان القبلان(2004). مصادر الضغوط المهنية في المكتبات الأكاديمية في المملكة العربية السعودية. الرياض؛ مكتبة الملك فهد للطباعة و النشر.
- هدى، أحمد داود (2002). فاعلية برنامج إرشادي لتطوير القدرة على مواجهة الضغوط لدى المرأة اليمنية العاملة (عينة الممرضات). رسالة دكتوراه في علم النفس (إرشاد نفسي)، جامعة عين الشمس.
- كامليا، عبد الفتاح (1984). مستوى الطموح و الشخصية. الطبعة الثانية. لبنان؛ دار النهضة للطباعة و النشر.
- ناصر الدين، زبدي.(2007). سيكولوجية المدّرس ـ دراسة وصفية تحليلية. الجزائر؛ ديوان المطبوعات الجامعية
- جوادي، يوسف. (2006). مصادر و مستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي. رسالة الماجيستر في علم النفس التنظيمي و تنمية الموارد البشرية، جامعة قسنطينة.

Broadbent,DE. (1985). The clinical impact of job design. British journal of clinical psychology, 24, 33 – 44.

Warr, P (1994). A conceptual frame work for the study of work and mental health, work and stress, 8 (2), 84 – 97.