

مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة

the level of psychological stress and its relation to school discipline among secondary school teachers in public schools in Ramallah and the Al-Birah governorate.

محمد ناصر(1) ، رمضان أبو صفية (2).

1. وزارة التربية والتعليم الفلسطينية (فلسطين) mohammad.nasser12366@gmail.com

2. جامعة القدس المفتوحة (فلسطين) rabusafia@yahoo.com

تاريخ الاستلام : 2022/3/18 ؛ تاريخ القبول : 2022/05/21

**المخلص:** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة. تكوّن مجتمع الدراسة من المعلمين والمعلمات العاملين في محافظة رام الله والبيرة، والبالغ عددهم الإجمالي (2576) معلماً ومعلمة، منهم (831) ذكراً و(1745) أنثى؛ أما عينة الدراسة فتكوّنت من (204) معلماً ومعلمة اختيرت بالطريقة العشوائية البسيطة. وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، ومراجعة الأدبيات ذات العلاقة بموضوع البحث. توصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة جاءت بمتوسطات حسابية (3.68)، و(3.43) على التوالي وبدرجات مرتفعة. كما أظهرت نتائج هذه الدراسة في مجال الضغوط النفسية عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لمتغيرات الجنس والتخصص والمؤهل العلمي، وتوجد فروق ذات دلالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لمتغيرات العمر وسنوات الخبرة. كما وأظهرت نتائج هذه الدراسة في مجال الانضباط المدرسي عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات استجابات أفراد عينة الدراسة عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لمتغيرات التخصص، والعمر، وسنوات الخبرة، وتوجد فروق ذات دلالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) تعزى لمتغيرات الجنس، والمؤهل العلمي. بالإضافة إلى ذلك فقد أظهرت هذه النتائج إلى وجود علاقة ارتباط طردية ودالة إحصائية بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

**الكلمات المفتاحية:** الضغوط النفسية، الانضباط المدرسي، المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

**Abstract:** This study aimed to identify the level of psychological stress and its relation to school discipline among secondary school teachers in public schools in Ramallah and the Al-Birah governorate. The study population consisted of male and female teachers who work in Ramallah and the Al-Birah governorate. Their total number is 2576 teachers, of whom 831 are males and (1745) are females. The sample of the study consisted of (204) male and female teachers chosen by a simple random method, in addition to the literature review which related to the research topic. The findings concluded that the level of psychological stress and school discipline among secondary school teachers in public schools in Ramallah and Al-Birah governorates came with arithmetic averages of ( 3.68) and (3.43), respectively, with high degrees. Findings of the study in the field of psychological stress also revealed that there were no statistically significant differences in the main responses of the study sample participants at the significance level ( $\alpha \leq 0.05$ ) due to the variables of age and years of experience. The findings of this study in the field of school discipline also revealed that there were no statistical differences in the average response of the study sample members at the significant level ( $\alpha \leq 0.05$ ) due to the variables of specialization, age, and years of experience, and there were significant differences at the level of significance ( $\alpha \leq 0.05$ ) due to gender and educational qualification. Furthermore, the findings revealed a direct and statistically significant positive relationship between psychological stress and school discipline among secondary school teachers in Ramallah and Al-Birah governorate public schools.

**Key words:** psychological stress, school discipline, Ramallah and Al-Birah governorate public schools

## المقدمة

تستدعي مهنة التعليم بمراحلها المختلفة توفير كافة الإمكانيات الاجتماعية، والبيئية، والاقتصادية، والمعنوية، بالإضافة إلى كافة الخبرات المعرفية والمهارات العملية والذهنية التي تؤهل المعلم القيام بأداء مهامه التعليمية والتربوية على أكمل وجه؛ والتي تنعكس طردياً على الاستقرار النفسي الذي يعزز انتماءه وارتباطه، وتفاعله المهني وبالتالي يقوم بأداء دوره التربوي المنوط به على أحسن وجه. وترى الأكثر (2003) أن الضغوط النفسية هي مجموعة المتغيرات الجسمية والسلوكية والانفعالية التي تعترض المعلمين بسبب اختلال التوازن بين قدراتهم وإمكاناتهم الشخصية والمهنية والمهاراتية من جهة وبين متطلبات العمل التي يجب إنجازها في سياق الوظيفة. ويؤكد المشعان (2000) أن الضغوط النفسية تعتبر أحد أوجه الخطر التي قد يواجهها المعلم، وأنها قد تهدد مزاولته المهنية بسبب ما ينشأ عنها من تأثيرات سلبية عليه. إن هذه الضغوط قد تؤدي لدى المعلم إلى شعوره بالإرهاك النفسي، وضعف مستوى الأداء، وعدم الرضا المهني، وعجزه عن الابتكار داخل غرفة التدريس، وضعف الدافعية للعمل الأمر الذي ينعكس سلباً على مستوى تحصيل الطلاب. ويشير كل من السميرات والمساعد (2014) إلى أن الضغوط النفسية قد تكون على شكل مطالب بيئية أو أفكار تتطلب من الفرد التكيف معها، وأشارا إلى أنه يوجد فروق فردية في طرق الاستجابة لتلك الضغوط إذ إن الحالة التي تسبب الضغط لفرد ما قد لا تكون ضاغطة لفرد آخر، وكذلك طرق الاستجابة تختلف من فرد لآخر فلكل شخص طريقته الخاصة في التعامل مع تلك الضغوط. ويرى ياسين (2019) بأن الالتزام الوظيفي هو أحد أهم ركائز القيم في بيئة المؤسسة التربوية ويحدد مدى انسجام العاملين ببيئة عملهم، وأن حضوره يؤدي إلى نجاح وتميز المؤسسة، فإذا توفر الالتزام الوظيفي من العاملين في مؤسسات العمل فسوف يكون هناك استعداد كافٍ لتكريس كل الجهود والتفاني في إنجاز المهام والسعي للإبقاء على المؤسسة واستمرار العمل فيها، أما الالتزام المنخفض فسوف يؤدي لا محالة إلى وجود آثار سلبية ومكلفة تنعكس بوضوح على المؤسسة كالتسرب والغياب المتكرر. وأكد كل من حنون وأبو الروس (2011) بأن للالتزام الوظيفي تأثير متعدد الأوجه والمستويات: فعلى مستوى الأفراد فإنه يساهم في رفع مستوى الرضا الوظيفي مما يؤدي إلى انخفاض معدل دوران العمل، وعدد أيام غيابهم وساعات تأخرهم، ويرفع من مستوى الشعور بالاستقرار الوظيفي لديهم؛ أما على مستوى المؤسسة ككل فإنه يزيد من درجة الانتماء لها وتقليل التكلفة الناتجة عن تغيب العاملين فيها، ويزيد من أدائهم للأعمال المنوطة بهم بفعالية وكفاءة؛ أما على المستوى الوظيفي فإنه يؤدي إلى خلق بيئة تتسم بترابط مهني واجتماعي وثيق بين العاملين. ويرى الروسان (2000) بأن الانضباط هو أداة فاعلة لتهيئة بيئة مستقرة وملائمة لانتظام سير العمل اليومي التربوي داخل المدرسة، بالإضافة إلى أنه أداة للتنشئة والتربية توفر تعليماً وتعلماً آمناً ومنتظماً.

## مشكلة الدراسة

تكمن مشكلة الدراسة في أن المعلم هو أحد الركائز الأساسية التي تقوم عليها العملية التربوية وهو الذي يسهم في رسم المنظومة الاجتماعية برمتها من خلال الأدوار التي يقوم بها في تنشئة الطلبة في المدارس

على القيم الاجتماعية النبيلة التي تنعكس بدورها على مسار التحصيل العلمي، لذا لا بد أن يتمتع المعلم بشخصية متكاملة ومتزنة تعكس مستوى مقبولاً من الرضا عن الحياة التي يعيشها المعلم إذ إن في حياة المعلم الكثير من الضغوط النفسية، منها: نظرة المجتمع لمهنة التدريس، وغياب الحوافز، والتبعات الاقتصادية، وضغط العمل، التي تؤثر على صحته النفسية والجسدية ونظرة للحياة ومستوى الانضباط المدرسي التي تفرضها ممارسة مهنة التدريس.

### أسئلة الدراسة

تتمحور أسئلة هذه الدراسة حول خمسة أسئلة.

1. ما مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟
2. ما مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغيرات الجنس؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص؟
5. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر؟
6. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟
7. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة؟
8. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس؟
9. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص؟
10. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر؟
11. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي؟
12. هل توجد فروق دالة إحصائياً بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة؟

13. هل توجد علاقة ارتباطيه بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟

#### حدود الدراسة

تشتمل حدود الدراسة على الآتي:

الحد الموضوعي: مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

الحد الزمني: وينحصر في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي (2021-2022).

الحد المكاني: وينحصر في المدارس الثانوية الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

أدوات الدراسة: تتحدد نتائج الدراسة الحالية بأدواتها وخصائصها السيكمترية.

#### أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى تحقيق الأمور الآتية:

1. التعرف إلى مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة

2. التعرف إلى مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة

3. معرفة دلالة الفروق في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغيرات: التخصص، الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة.

4. معرفة دلالة الفروق في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغيرات: التخصص، الجنس، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة.

5. التحقق من مدى العلاقة بين مستوى الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

#### أهمية الدراسة

تتمثل أهمية هذه الدراسة في النقاط الآتية:

1. تتبع أهمية هذه الدراسة من كونها تسعى لمعرفة مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

2. تفيد هذه الدراسة في التعرف على مسببات الضغوط النفسية التي تعترض المعلمين.

3. تتبع أهمية هذه الدراسة من كونها ترتبط بمتغيرين (الضغوط النفسية وبنظام الانضباط المدرسي) لم يتم بحثهما من قبل حسب علم الباحثين.

4- تفيد هذه الدراسة ذوي الشأن من وزارة التربية والتعليم لفهم الدوافع الكامنة وراء الضغوط النفسية.

#### فرضيات الدراسة

تتفحص هذه الدراسة الفرضيات الآتية.

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى عدد سنوات الخبرة.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس.
7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص.
8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر.
9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي.
10. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.

11. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \leq \alpha$ ) بين متوسطات استجابة المبحوثين في مستوى الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

### التعريفات والمصطلحات

فيما يأتي مجموعة من المفاهيم والمصطلحات ترد في المتن، وتعرف كالتالي.  
الضغوط النفسية: عرفها جمعة (2001) على أنها حالة القلق والتوتر التي تعترى المعلم وما يترتب عليها من عدم الاتزان، وذلك بسبب ما يتعرض له من مؤثرات بيئية تحيط بظروف العمل كعبئه التدريسي وغموضه، وضغط العمل، ومستوى الرضا المهني، والنمطية القيادية لمدير المدرسة، وغيرها من المؤثرات. ويرى عبد المعطي (2006) الضغوط النفسية على أنها المثيرات أو التغيرات التي تحدث في البيئة الداخلية والخارجية للفرد وتكون شديدة التأثير عليه وملازمة له وتؤدي إلى عدم القدرة التكيفية وإلى الاختلال الوظيفي أو السلوكي الذي يسبب المرض، وترتبط الاستجابات الجسمية والنفسية غير الصحية باستمرار تلك الضغوط.

الضبط المدرسي: ويعرفه الأفندي (2011) على أنه مجموعة من الأساليب المادية والمعنوية التي تتعامل بها الإدارة المدرسية والهيئة التدريسية مع التلاميذ لضبط سلوكهم بهدف الالتزام بالقوانين والأنظمة المدرسية. وترى روزن (2007) الانضباط المدرسي على أنه العملية التي يتم من خلالها ضبط إيقاع العمل المدرسي برمته، وذلك عن طريق وضع وتنفيذ قواعد سلوكية ملازمة لمجتمع المدرسة (إداريين، ومعلمين، وطلبة) والتي بها يتم خلق النظام الذي به تتحقق الأهداف التربوية والتعليمية. وترى وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطيني (2013) أن الانضباط المدرسي هو مدى التزام الطلبة والعاملين في البيئة المدرسة ذاتياً بالنظام المدرسي، وتقبل التوجيهات والتعليمات المدرسية وإنفاذها داخل المدرسة والبيئة المحيطة.

المدارس الحكومية: تعرفها الإدارة العامة للتخطيط التربوي (2013) بأنها تلك المدارس التابعة لوزارة التربية والتعليم العالي الفلسطيني، وتخضع لإشرافها المباشر من النواحي الإدارية، والفنية، والمالية.  
المرحلة الثانوية: هي المرحلة الدراسية التي تضم طلبة في الصفين الحادي عشر والثاني عشر.

الانضباط المدرسي: ويعرفه الباحثان إجرائياً بأنه مجموعة من التعليمات التربوية الملزمة التي أصدرتها وزارة التربية والتعليم الفلسطينية يتم تطبيقها من خلال العاملين، والمستفيدين في البيئة المدرسية من أجل تحقيق الأهداف التربوية والتعليمية.

الضغوط النفسية: ويعرفها الباحثان إجرائياً على أنها الأحداث المزعجة التي يتم التعرض لها إما على المستوى الفردي أو الجماعي وتؤدي إلى حالة من الشعور بعدم الارتياح.

### الإطار النظري

يعترض المعلم الفلسطيني جملة من الضغوطات النفسية أثناء ممارسته لمهنة التعليم والتي تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على أدائه المهني والنفسي والصحي، مما ينعكس على المنظومة التعليمية برمتها.

ومن أبرز هذه الضغوط نظرة المجتمع لهذه المهنة، وغياب الدعم والتشجيع فالمعلم لا يحظى بالسلطة أو المكانة الاجتماعية المرموقة سواء كان ذلك داخل أسوار المدرسة أو خارجها، وكثرة المهام التي يقوم بها، بالإضافة إلى الدخل الشهري المنخفض.

### مصادر الضغوط النفسية

يرى خليفات والزغول (2003) أن مصادر الضغوط النفسية متنوعة، فبعضها مرتبط بظروف الحياة اليومية المتعددة كالمطالب الاجتماعية، وبعضها متلائم ببيئة العمل. وتعد الضغوط المرتبطة ببيئة العمل من أكثر الضغوط تأثيراً في حياة الفرد والمجتمعات نظراً لآثارها السلبية على الصحة النفسية للفرد وعلاقته مع الآخرين وتدني مستوى الأداء الإنتاجي. وأشار (Schafer 1992) أن الضغط النفسي له تأثير كبير على حياة الفرد الجسمية والنفسية والاجتماعية، فكثير من الأمراض الجسمية مثل أمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، وقرحة المعدة والقولون، وآلام المفاصل، وغيرها ترتبط بشكل وثيق بالضغط النفسي. ويشير الموسري (1998) إلى أن مصادر الضغط النفسي لدى المعلمين متنوعة، وتشتمل على: غلاء الأسعار في ظل تدني الأجور، وعدم وضوح المستقبل الوظيفي، وحالات التمييز من قبل الإدارة المدرسية بين المعلمين، والتسلط الإداري واللوائح المعقدة، وتدني نظرة المجتمع إلى المعلمين، والاعتزاز المهني. وأكد كل من Boyle, G., Borg, M., Falzon, J. & Baglioni, J. (1995) أن من أهم الأسباب التي تؤدي إلى ارتفاع مستوى الضغوط النفسية لدى المعلمين، هي: نظرة المجتمع السلبية إلى هذه المهنة، والدخل الشهري المنخفض للمعلمين، وغياب الحوافز والعلاوات والامتيازات المرتبطة بالتعليم، وغياب الدعم والتشجيع، وفي الوقت ذاته يطلب منه الكثير من المهمات ليقوم بها، والعوامل المتعلقة بالإدارة وكثرة التشريعات والتعليمات التربوية مما يزيد من الأعباء والتحديات التي يواجهها المعلمون ويدفعهم إلى عدم الرضا عن هذه المهنة واعتبارها مهنة ضاغطة. ويرى نيهان (2004) أن مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها معلمو المدارس التابعة لوكالة الغوث الدولية في القدس تتبع من قلة دافعية الطلاب للدراسة، والمستقبل المهني غير المضمون للوظيفة، والعائد المالي الزهيد نسبياً، وعبء وغموض الدور، وطبيعة المنهاج الجديد، والعلاقة مع الطلبة وأولياء أمورهم، ومكان العمل، وطبيعة العلاقة مع المدير. ويشير النجار (2003) أن مصادر الضغط النفسي لدى معلمي ومعلمات مدارس وكالة الغوث الدولية في منطقة الخليل التعليمية تكمن في الصفوف المدرسية المكتظة بالطلبة والتي تسبب إرهاقاً مضاعفاً للمعلمين، وضعف دافعية الطلبة للتعليم وقلة اهتمام عدد كبير منهم بالتحصيل الدراسي، وإلى نظرتهم السلبية لمهنة التعليم. كما يشير الطريري (1991) إلى أن الضغوط النفسية لدى المعلمين تعود لثلاثة أسباب رئيسية، منها عوامل ذاتية تتمثل في: درجة الجهوية الشخصية، ومستوى الإدراك الشخصي، ونمط الشخصية، والاتجاه نحو المهنة، والصراع الذاتي للشخص؛ وعوامل وظيفية تتمثل في: الضغوط الإدارية والعلاقة الشخصية مع الأقران، والعبء الوظيفي، وسوء سلوك التلاميذ في البيئة المدرسية، وضعف النظام المدرسي، وعدم وجود معايير واضحة للتعامل مع مستجدات الأمور، وظروف العمل الرديئة، وضغط الوقت؛ وعوامل اجتماعية كنظرة المجتمع السلبية لمهنة التعليم، وقلة التقدير والدعم الاجتماعي للمعلمين.

### أهمية الانضباط المدرسي:



يشير عزب (2007) إلى أن الضبط هو ركيزة مهمة وأساسية في أي مجتمع من المجتمعات لتحقيق أهدافه وسلامة مكوناته البشرية. وللانضباط أهمية كبيرة في المؤسسات التربوية بمختلف مستوياتها، حيث إنه يعتبر محور العملية التربوية والتعليمية وأساس نجاحها وتحقيق أهدافها، ويشكل أساساً للمستقبل بإعداد الأفراد للعيش معاً في مجتمع واحد ويقبل كل منهم الآخر. وهو شرط أساسي لتدريس الطلبة بفاعلية لإكسابهم المعرفة والمهارة ومخرجات ذهنية في مختلف العلوم المقررة لهم، وهو يسهل الاتصال والتواصل والتفاعل في البيئة المدرسية بكل مكوناتها. وأكد كل من فيله وعبد المجيد (2009) بأن أهمية الالتزام الوظيفي تأتي من كونه يمنح العامل استقراراً نفسياً، ويرفع من روحه المعنوية ومن ثقته بنفسه، ويساعده على امتلاك دافعية وحماس للعمل ورغبة بالاستمرار فيه. ويرى عبد الباقي (2004) أن الالتزام الوظيفي يعتبر أحد المؤشرات للتنبؤ بالعديد من النواحي السلوكية، فمن المفترض أن العاملين الملتزمين سيكونون أطول بقاءً في المؤسسة، وأكثر عملاً نحو تحقيق أهداف المؤسسة.

#### دراسات تناولت الضغوط النفسية

هناك العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الضغوط النفسية بالدراسة والمناقشة والتحليل وفيما يلي بعض منها.

دراسة مصري (2020): هدفت هذه الدراسة إلى معرفة الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم الفلسطيني وانعكاساتها على أدائه المهني، وتحديد أثر كل من متغيرات الجنس، والمؤهل العلمي، والخبرة، والمرحلة التعليمية، ومستوى الدخل. تكونت عينة الدراسة من (144) معلماً ومعلمة تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية. وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن أثر الضغوط النفسية لدى المعلمين العاملين في مدارس جنوب الخليل على أدائهم المهني جاءت بدرجة متوسطة، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) في متوسطات الضغوط النفسية لدى المعلمين وانعكاساتها على أدائهم المهني تعزى لمتغير الجنس، وسنوات الخبرة، ومستوى الدخل، والمؤهل العلمي.

دراسة قريطع (2017): هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الضغوط النفسية لدى المعلمين وفحص الفروق بين متوسطات الضغوط النفسية في ضوء بعض المتغيرات. وتكونت عينة الدراسة من (370) معلماً ومعلمة تم اختيارهم عشوائياً من المدارس التابعة لمديرية التربية والتعليم للواء البادية الشمالية الغربية. خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي (2016-2017). أشارت نتائج هذه الدراسة إلى وجود مستوى متوسط من الضغوط النفسية لدى المعلمين، كما أشارت النتائج إلى أن الضغوط النفسية لدى الذكور هي أعلى منها لدى الإناث، ولدى ذوي الخبرة القصيرة أعلى منها لدى ذوي الخبرة المتوسطة والطويلة، ولم يظهر فروق دالة إحصائية في الضغوط النفسية يعزى للحالة الاجتماعية.

دراسة أبو علي (2015): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، وقد تكونت عينة الدراسة من (367) معلماً. وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن الضغوط النفسية جاءت بدرجة متوسطة، وكما أظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط النفسية لمتغير الجنس تعزى لصالح الإناث،



وسنوات الخبرة لصالح 15 سنة فأكثر، والعمر لصالح من أعمارهم تتراوح بين 26 إلى أقل من 36 سنة، بالإضافة إلى عدم وجود فروق إحصائية تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

وفي دراسة حبارة محمد (2011) التي هدفت إلى الكشف عن مستويات الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية العاملين بالمؤسسات للتطوير الثانوي، فإن نتائجها دلت على أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يتعرضون لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية؛ وعلى أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس، وأن هذه الفروق تميل لصالح الذكور؛ كما أظهرت نتائج الدراسة أن مستويات الضغوط النفسية تتأثر بعامل الخبرة المهنية لصالح الذين لديهم خبرة مهنية تتراوح ما بين (10-14 سنة).

وأشارت دراسة خليفات والزلغول (2003) التي هدفت إلى الكشف عن الضغط النفسي لدى عينة مكونة من (406) من معلمي مديرية تربية الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات. وقد خلصت نتائج هذه الدراسة إلى أن معلمي مديرية تربية الكرك يعانون من مستوى مرتفع من الضغوط النفسية؛ وأن أكثر العوامل إثارة للضغوط النفسية هي تلك المرتبطة بمتغيرات الدخل، والعلاقات بالمجتمع المحلي، وأولياء الأمور والأنشطة اللامنهجية، والبناء المدرسي، وعملية التدريس.

#### دراسات الانضباط المدرسي

هناك العديد من الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت موضوع الانضباط المدرسي بالدراسة والمناقشة والتحليل وفيما يلي بعض منها:

الشخانة (2020): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالالتزام الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة مادبا (المملكة الأردنية الهاشمية) من وجهة نظر المعلمين. تم تطبيق هذه الدراسة على عينة تكونت من (302) معلماً ومعلمة اختبروا بالطريقة الطبقيّة العشوائية. أظهرت هذه الدراسة النتائج التالية: أن مستوى الضغوط النفسية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة مادبا كان متوسطاً من وجهة نظر المعلمين؛ وأن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور؛ ولم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير المؤهل العلمي. كما أظهرت هذه النتائج أن درجة الالتزام الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة مادبا كانت متوسطة من وجهة نظر المعلمين؛ وكانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية لدرجة الالتزام الوظيفي للمديرين تعزى لمتغير الجنس ولصالح الإناث، ولمتغير سنوات الخدمة ولصالح من كانت خدمتهم (من 10 سنوات فأكثر) ولمتغير المؤهل العلمي ولصالح الدراسات العليا. بالإضافة إلى ذلك فقد أظهرت نتائج هذه الدراسة وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين مستوى الضغوط النفسية ودرجة الالتزام الوظيفي للمديرين.

دراسة الهبيري (2019): هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن واقع الانضباط المدرسي لدى المعلم والطالب بطرق ابتكارية حديثة في محافظة عسير في المملكة العربية السعودية. وكشفت الدراسة عن عدة مسببات لضعف الانضباط المدرسي كدور المستوى الاقتصادي والاجتماعي.

وفي دراسة بركات (2015) التي هدفت إلى التعرف على مدى الالتزام الوظيفي لدى معلمي المدارس الحكومية في محافظة طولكرم في فلسطين من وجهة نظر مدرء المدارس والمعلمين أنفسهم. وتوصلت الدراسة إلى النتيجة التالية: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في تقديرات أفراد الدراسة لمستوى الالتزام لمعلمي المدارس الحكومية تبعاً لمتغير التخصص، والخبرة، والمؤهل العلمي.

دراسة الشمري (2013): هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة التزام الإدارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية في دولة الكويت من وجهة نظر المعلمين والطلبة، وقد بلغ عدد أفراد العينة (302) معلماً ومعلمة و(50) طالباً وطالبة. وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: أن درجة التزام الإدارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين كانت مرتفعة، وأن درجة التزام الإدارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين في مجال الانضباط في الدوام، ومجال المخالفات السلوكية كانت مرتفعة؛ بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بدرجة التزام الإدارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين تبعاً لمتغير الجنس، والمؤهل العلمي، وعدم وجود فروق تبعاً لمتغير الخبرة.

هدفت دراسة بالاييس (2009) Balay, R, إلى الكشف عن العلاقة بين مستويات الالتزام الوظيفي (الامتثال، الهوية، الاستيعاب) واستراتيجيات حل المشكلات والتعزيز لدى المعلم. تكونت عينة الدراسة من (418) معلماً ومعلمة، وأظهرت نتائجها وجود فروق بين الجنسين لصالح الذكور.

أما دراسة كوتزي وروثمان (2005) Coetzee, & Rothmann. والتي هدفت إلى تقييم مؤشرات الضغوط المهنية في إحدى مؤسسات التعليم العالي في جنوب أفريقيا وعلاقتها بالالتزام التنظيمي، فضلاً عن الكشف عن الفروق المستندة إلى اللغة وسنوات الخبرة في المؤسسة، والتي تكونت عينتها الدراسية من (372) أكاديمياً وموظفاً في إحدى مؤسسات التعليم العالي في جنوب أفريقيا، فقد أشارت نتائجها إلى أن ضغوط العمل، والسيطرة، وعلاقات العمل، والرواتب، والفوائد تمثل جميعها ضغوطاً مهنية أساسية في مؤسسات التعليم العالي تؤثر على أداء الموظف والتزامه، حيث أظهر المشتركون مستويات عالية من الأمراض النفسية والجسدية ونسبة متدنية من الالتزام التنظيمي، وهذا يدل أن ارتفاع نسبة ضغوط العمل وما قد ينجم عنها من أمراض نفسية وجسدية تؤثر سلباً في الالتزام التنظيمي.

دراسة فاي نيلسون (2002) Nelson, Faye: هدفت الدراسة إلى تحديد مسببات ومشكلات الانضباط المدرسي من منظور المعلمين والإداريين والآباء والأمهات في (20) مدرسة في ولاية تينيس الأمريكية (Tennessee). توصلت هذه الدراسة إلى عدة نتائج، من أهمها: ضرورة إشراك جميع الأطراف المستفيدة في تحديد قواعد الانضباط المدرسي، وأن تكون المدرسة (الإداريين والمعلمين) مسؤولة عن تطبيق تلك القواعد، كذلك يجب الحرص على التنمية المهنية للإدارة والمعلمين فيما يخص الانضباط المدرسي.

إجراءات الدراسة:

من أجل تحقيق هدف الدراسة وهو التعرف على مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة، فقد تضمن هذا الفصل وصفاً لمنهج الدراسة، ومجتمعها وعينتها، كما يعطي وصفاً مفصلاً لأداة الدراسة وصدقها وثباتها، وكذلك إجراءات الدراسة والمعالجات الإحصائية التي استخدمها الباحثان في استخلاص نتائج الدراسة وتحليلها.

### منهجية الدراسة:

اعتمد الباحثان في هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي للبيانات التي تم جمعها، وذلك لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة، كما تمت مراجعة أدبيات البحث (الإطار النظري)، وتم عرض موجز للدراسات السابقة ذات العلاقة، التي أسهمت في تعزيز فهم المشكلة، وتحديد متغيرات الدراسة؛ مما ساعد في تصميم الاستبانة وصياغة مشكلة الدراسة وأسئلتها. وقد تم تفرغ الاستبانة، التي تمثل عينة الدراسة من الميدان بعد استيفائها، باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للدراسات الاجتماعية (SPSS)؛ لإجراء التحليل الإحصائي والخروج بالنتائج.

### مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة، التابعة لوزارة التربية والتعليم في فلسطين للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي 2021/2022، والبالغ عددهم (2576) معلماً ومعلمةً في فترة إعداد هذه الدراسة، منهم (831) ذكراً و(1745) أنثى، وذلك حسب إحصاءات مديرية التربية والتعليم في محافظة رام الله والبيرة.

عينة الدراسة: تم اختيار عينة عشوائية بسيطة مكونة من (210) معلماً ومعلمة، وبعد التدقيق المكتبي تم استبعاد (6) استبانة لعدم اكتمالها. حيث تم استرجاع (204) استبانة مكتملة منها. سمات عينة الدراسة:

تم رصد توزيعات أفراد عينة الدراسة (مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة) وفقاً لتوزيعاتهم حسب المتغيرات النوعية في الاستبانة وهي: الجنس، التخصص، العمر، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، وقد جاءت النتائج كما يلي:

### 1. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير الجنس:

جدول (1): التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة حسب الجنس

الفئة	العدد	النسبة (%)
ذكر	90	44.1
أنثى	114	55.9
المجموع	204	100.0

يلاحظ من النتائج في جدول رقم (1) أن النسبة الأعلى من أفراد عينة الدراسة هم من الإناث بنسبة بلغت (55.9%)، فيما بلغت نسبة الذكور (44.1%).

### 2. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير التخصص:

## جدول (2): التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة حسب التخصص

الفئة	العدد	النسبة (%)
أدبي	118	57.8
علمي	86	42.2
المجموع	204	100.0

يتبين من النتائج في جدول رقم (2) أن النسبة الأعلى من أفراد عينة الدراسة هم من المتخصصين في الفرع الأدبي، وبلغت (57.8%)، فيما كانت نسبة المتخصصين في الفرع العلمي (42.2%).

3. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير العمر:

## جدول (3): التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة حسب العمر

الفئة	العدد	النسبة (%)
أقل من 30 سنة	22	10.8
من 30-40 سنة	96	47.1
أكثر من 40 سنة	86	42.2
المجموع	204	100.0

يظهر من النتائج في جدول رقم (3) أن النسبة الأعلى من أفراد عينة الدراسة يتركزون في الفئة العمرية (30 - 40 سنة) بنسبة بلغت (47.1%)، وفي المرتبة الثانية جاء أفراد عينة الدراسة الذين يتركزون في الفئة العمرية (أكثر من 40 سنة) بنسبة بلغت (42.2%)، وفي المرتبة الأخيرة جاء من يتركزون في الفئة العمرية (أقل من 30 سنة) بنسبة بلغت (10.8%).

4. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المؤهل العلمي:

## جدول (4): التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة حسب المؤهل العلمي

الفئة	العدد	النسبة (%)
بكالوريوس	158	77.5
ماجستير فأكثر	38	18.6
غير ما ذكر (دبلوم)	8	3.9
المجموع	204	100.0

يتبين من النتائج في جدول رقم (4) أن الغالبية العظمى من أفراد عينة الدراسة يحملون درجة البكالوريوس بنسبة بلغت (77.5%)، فيما جاء في المرتبة الثانية من يحملون درجة الماجستير فأعلى بنسبة بلغت (18.6%)، وفي المرتبة الثالثة جاء من يحملون شهادات أدنى من المحدد (درجة الدبلوم) بنسبة بلغت (3.9%).

5. توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير سنوات الخبرة:

## جدول (5): التوزيع النسبي لأفراد عينة الدراسة حسب سنوات الخبرة

الفئة	العدد	النسبة (%)
-------	-------	------------

أقل من 5 سنوات	31	15.2
من 5-10 سنوات	46	22.5
أكثر من 10 سنوات	127	62.3
<b>المجموع</b>	<b>204</b>	<b>100.0</b>

كما تظهر النتائج في جدول رقم (5) أن النسبة الأعلى من أفراد عينة الدراسة ضمن فئة سنوات الخبرة (أكثر من 10 سنوات) وبلغت (62.3%)، وجاء في المرتبة الثانية الأفراد ضمن الفئة (من 5-10 سنوات) بنسبة بلغت (22.5%)، وفي المرتبة الأخيرة جاء الأفراد من فئة (أقل من 5 سنوات) وبلغت نسبتهم (15.2%).

#### أدوات الدراسة:

استعان الباحثان بالأدب النظري والدراسات السابقة ذات العلاقة لإعداد استبانة للأفراد المبحوثين للتعرف على مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة، وقد تكونت الاستبانة من قسمين، حيث تكون القسم الأول المتعلق بالبيانات الشخصية للمبحوثين من خمس فقرات: وهي: الجنس، التخصص، العمر، المؤهل العلمي، سنوات الخبرة، بينما تكون القسم الثاني المتعلق بمقياس الضغوط النفسية المكون من (19) فقرة. ومقياس الانضباط المدرسي المكون من (27) فقرة. وأعطى لكل فقرة من فقرات الأداة وزن مدرج وفق سلم (ليكرت) الخماسي، ووزع التقدير على النحو الآتي: كبيرة جداً، كبيرة، متوسطة، ضعيفة، ضعيفة جداً.

#### صدق أداة الدراسة وثباتها:

للتحقق من صدق الأداة فقد عرضت أداة الدراسة على عدد من ذوي الاختصاص والخبرة؛ للتحقق من صلاحية الفقرات وانتمائها إلى المجال المعني، وقد تم الأخذ بملاحظاتهم من حيث حذف بعض المتغيرات والتركيز على البعض الآخر. إضافة إلى تعديل بعض أسئلة الاستبانة، وإضافة أسئلة أخرى ذات علاقة، ولفحص صدق أداة الدراسة نورد اختبارين هما:

**ثبات الأداة:** تحقق الباحثان من ثبات أداة الدراسة باستخدام معامل الثبات كرونباخ ألفا؛ ( Cronbach's Alpha) باستخدام معامل ثبات كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha). وتم حساب معامل الثبات باستخدام برنامج SPSS الذي من خلاله يحسب معامل التمييز لكل سؤال، وحذف السؤال الذي معامل تمييزه ضعيف أو سالب. وفيما يلي نتائج اختبار كرونباخ ألفا للمقياس كما يظهر في جدول رقم (6):

#### جدول رقم (6): نتائج اختبار كرونباخ ألفا لفحص ثبات المقياس المستخدم في الدراسة

المقياس	الحالة	التكرار	النسبة المئوية (%)	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
مقياس الضغوط النفسية	متوفر	194	95.1	19	0.88
	مستثنى <sup>a</sup>	10	4.9		
	المجموع	204	100.0		
مقياس الانضباط المدرسي	متوفر	189	92.6	27	0.85

		7.4	15	مستثنى <sup>a</sup>	
		100.0	204	المجموع	
		88.7	181	متوفر	
0.90	46	11.3	23	مستثنى <sup>a</sup>	الدرجة الكلية لمقياس الدراسة
		100.0	204	المجموع	

نلاحظ من هذه النتائج في جدول رقم (6)، أن قيمة معامل الثبات (Alpha) للمقياس ككل بلغت (0.90)، وهي قيمة مرتفعة وتدل على درجة ثبات كبيرة لمقياس الدراسة، كما أن قيمة معامل الثبات كانت مرتفعة لمقياس الضغوط النفسية وبلغت (0.88)، كذلك بلغ معامل الثبات لمقياس الانضباط المدرسي نسبة مرتفعة بلغت (0.85)، وهي قيم مرتفعة لمعامل ثبات للمقاييس المذكورة، وتدل على ثبات كبير جداً لمقياس الدراسة.

#### متغيرات الدراسة:

##### 1- المتغيرات المستقلة: وتشتمل على المتغيرات الآتية:

التخصص وله مستويان أدبي، علمي.

الجنس وله مستويان ذكر، أنثى.

العمر وله ثلاثة مستويات أقل من 30 سنة، من 30-40، وأكثر من 40 سنة.

المؤهل العلمي وله ثلاثة مستويات بكالوريوس، ماجستير فأكثر، دبلوم.

سنوات الخبرة وله ثلاثة مستويات أقل من خمس سنوات، من 5-10 سنوات، أكثر من 10 سنوات.

2- المتغير التابع: يتمثل في استجابة أفراد مجتمع الدراسة حول مستوى الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة.

#### المعالجات الإحصائية

بعد عملية جمع البيانات، تم ترميز الاستبانة وإدخالها إلى الحاسوب، باستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لمعالجة البيانات، واستخراج النتائج، والإجابة عن أسئلة الدراسة، حيث تم استخدام المعالجات الإحصائية التالية لتحقيق أهداف الدراسة:

- التكرارات والنسب المئوية (Frequencies and Percentages) للتعرف على توزيعات عينة الدراسة.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية (Descriptive Statistics) للإجابة عن أسئلة الدراسة.
- معامل كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) لقياس درجة ثبات مقياس الدراسة.
- اختبار تي للعينات المستقلة (Independent Sample T-test) لاختبار دلالة الفروق بين أفراد عينة الدراسة التي تعزى للمتغيرات التي تحتوي على مجموعتين مستقلتين.

- اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لاختبار دلالة فروق المتوسطات بين أفراد عينة الدراسة التي تعزى للمتغيرات التي تحتوي ثلاثة مجموعات فأعلى.
- معامل ارتباط بيرسون (Pearson correlation).

#### معايير تفسير الاستجابات على الاستبانة

ولقياس استجابات أفراد عينة الدراسة على فقرات الدراسة تم استخدام مقياس "ليكرت" (Likert Scale)، وذلك كما هو مبين في جدول رقم (7) التالي:

جدول رقم (7): درجة مقياس ليكرت الخماسي (Likert Scale)

الاستجابة	مرتفعة جداً	مرتفعة	متوسطة	منخفضة	منخفضة جداً
الدرجة (الوزن)	5	4	3	2	1

ولتحديد درجات (مقياس التصحيح) تم تحديد خمسة مستويات كما يلي:

جدول رقم (8): مستويات التصحيح لمقياس الدراسة

درجة الموافقة	نسبة الموافقة	فئة الوسط الحسابي*
منخفضة جداً	20.0% - 36.0%	1.8 - 1
منخفضة	36.1% - 52.2%	1.81 - 2.61
متوسطة	52.3% - 68.4%	2.62 - 3.42
مرتفعة	68.5% - 84.6%	3.43 - 4.23
مرتفعة جداً	84.7% - 100%	4.24 - 5

▪ \* تم استخراجها باستخدام المدى لخيارات المقياس وهو الفئة العليا للمقياس - الفئة الدنيا

= 5 - 1 = 4، ولإستخراج طول فئة المتوسط تمت قسمة المدى على الفئة العليا

للمقياس أي  $0.8 = 5 \div 4$ ، وهي طول فئة الوسط الحسابي.

#### عرض نتائج الدراسة

في هذا القسم سوف تتم الإجابة عن أسئلة الدراسة كما أظهرت نتائج تحليل البيانات، وفيما يلي عرضاً لتحليل الإجابة عن أسئلة الدراسة:

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟

لغرض الإجابة على السؤال الأول فقد تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للموافقة ودرجة الموافقة لمقياس الضغوط النفسية كما يلي:

جدول رقم (9): إحصاءات ومعلومات حول عبارات مقياس الضغوط النفسية

الرقم	العبارة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الموافقة	الدرجة
-------	---------	-------	---------------	-------------------	---------------	--------



مرتفعة جداً	87.8%	.8610	4.39	200	يضايقتني نقص دافعية التعليم عند الطلبة	1
مرتفعة جداً	87.6%	.9380	4.38	203	يزعجني عدم اهتمام المسؤولين لإبراز مكانة المعلم	2
مرتفعة جداً	85.9%	1.132	4.29	204	تأخر الراتب يضاعف الأعباء النفسية لدي	3
مرتفعة	83.2%	1.109	4.16	204	أعاني من عدم كفاية الراتب لسد احتياجاتي	4
مرتفعة	82.9%	1.049	4.15	204	أنزعج من عدم احترام الطلبة للمعلم	5
مرتفعة	81.0%	1.198	4.05	204	يزعجني تدني النظرة الاجتماعية للمدرس	6
مرتفعة	80.9%	.9430	4.04	204	يقلقني عدم ملائمة المناهج الدراسية لمستويات الطلبة	7
مرتفعة	77.9%	1.216	3.90	203	يضايقتني تكليفي بتدريس مادة من خارج تخصصي	8
مرتفعة	75.1%	1.040	3.75	204	أعاني من الإجهاد والتعب من كثرة الأعمال التي أكلف بها	9
مرتفعة	73.4%	1.216	3.67	203	يضايقتني التمييز في المعاملة بين المعلمين	10
مرتفعة	72.2%	1.197	3.61	204	يصيبني التوتر بسبب سوء مواعيد الدورات التدريبية	11
مرتفعة	71.3%	1.167	3.56	202	يرهقني كثرة تغيير المناهج وتعديلها	12
مرتفعة	71.0%	1.200	3.55	204	أشعر بالخوف من المستقبل بسبب عدم الأمان الوظيفي	13
مرتفعة	69.1%	1.275	3.45	203	أنزعج من استخفاف بعض المعلمين من زملائهم	14
متوسطة	64.9%	1.331	3.25	204	أشعر بعدم العدالة في توزيع الحصص بين المعلمين	15
متوسطة	64.2%	1.294	3.21	204	أفتقد إلى الشعور بالأمان الوظيفي لانقالي من مدرسة إلى أخرى	16
متوسطة	64.0%	1.158	3.20	203	أختلف مع زملائي في كيفية التعامل مع	17

الدرجة الكلية	المتوسط حسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	العدد
الدرجة الكلية	3.68	0.691	73.6%	204
18	4.39	0.691	56.9%	202
19	4.38	0.691	51.2%	203

جاء تقييم الباحثين للدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية بنسبة (73.6%)، وهي تؤثر إلى درجة مرتفعة من تقييم أفراد عينة الدراسة للضغوط النفسية التي يواجهونها، وكانت أعلى درجة موافقة للعبارة رقم (1) التي تنص على: (يضايقي نقص دافعية التعليم عند الطلبة)، بنسبة موافقة بلغت (87.8%)، ومتوسط حسابي (4.39)، وهو الأعلى بين المتوسطات لهذا المقياس، وفي الدرجة الثانية جاءت العبارة رقم (2) والتي تنص على: (يزعجني عدم اهتمام المسؤولين لإبراز مكانة المعلم) بنسبة موافقة بلغت (87.6%)، ومتوسط حسابي (4.38)، وحصلت العبارة رقم (19) التي تنص على: (أعاني من صعوبة المواصلات من وإلى المدرسة) على أقل درجة موافقة بنسبة بلغت (51.2%)، ووسط حسابي (2.56) وهو أقل متوسط حسابي ضمن عبارات مقياس الضغوط النفسية، تلتها العبارة رقم (18) والتي تنص على: (يضايقي إهمال المدير لي) بنسبة بلغت (56.9%)، ووسط حسابي (2.85). اتفقت مع دراسة خليفات والزغول (2003) التي أشارت إلى أن معلمي مديرية تربية الكرك يعانون من مستوى مرتفع من الضغوط النفسية، ودراسة حبارة، محمد (2011) أكدت أن أساتذة التربية البدنية والرياضية يتعرضون لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية دراسة كوتزي وروثمان. (2005). Coetzee, & Rothmann. فقد أظهر المشتركين مستويات عالية من الأمراض النفسية والجسدية وهذا يدل أن ارتفاع نسبة ضغوط العمل وما قد ينجم عنها من أمراض نفسية وجسدية ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى حالة عدم انضباط الطلبة بالأنظمة والقوانين التربوية الناتجة في كثير من الأحيان عن انخفاض المستوى التعليمي لديهم الذي يسبب الضغط للمعلمين. بالإضافة إلى ذلك الدخل المنخفض الذي يحصل عليه المعلمون مقارنة بحالة غلاء المعيشة وعدم القدرة على توفير الحاجات الأساسية لهم ولأسرهم، وكذلك إلى حالة العبء المهني الموكل إليهم بجميع جوانب العملية التربوية والتعليمية.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى الانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟

#### جدول رقم (10): إحصاءات ومعلومات حول عبارات مقياس الانضباط المدرسي

الدرجة	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	العبارة	الرقم
مرتفعة جداً	94.1%	0.62	4.71	204	أحترم زملائي في العمل	1
مرتفعة جداً	93.5%	0.62	4.67	203	ألتزم بمواعيد الحصص الدراسية	2
مرتفعة جداً	92.0%	0.62	4.60	204	ألتزم بالحضور والمغادرة في الوقت	3

المحدد					
4	ألتزم ببرنامج المناوبة في الوقت المحدد	204	4.57	0.72	91.4%
5	أحترم الأنظمة والتعليمات الصادرة من مدير المدرسة	204	4.54	0.57	90.8%
6	أشارك باستمرار في فعاليات الطابور الصباحي	204	4.41	0.87	88.1%
7	ألتزم بأسس النجاح والرسوب المعمول به في المدرسة	204	4.36	0.85	87.2%
8	تطبيق النظام التربوي بدقة يساعد على عدم الوقوع في الإشكاليات مع الزملاء	204	4.32	0.98	86.5%
9	أتعاون مع أولياء الأمور في معالجة ما يحصل مع أبنائهم	203	4.29	0.85	85.8%
10	أتعاون مع المرشد التربوي في المدرسة بحل المشكلات	202	4.17	0.98	83.4%
11	النظام يساعد على تنظيم العمل في المدرسة	204	4.14	1.18	82.8%
12	أساعد إدارة المدرسة في تعزيز العلاقات الإيجابية بين الزملاء	202	4.07	0.95	81.5%
13	معايير التقويم تقليدية لا تراعي الإبداع والتميز	204	3.79	1.13	75.9%
14	أرتاح عند تطبيق نظام العقوبات بحق المخالفين سلوكياً	202	3.62	1.33	72.5%
15	نقلي من المدرسة بسبب لي التوتر	203	3.18	1.50	63.6%
16	يضايقتني تحيز المدير لبعض المعلمين	203	3.06	1.42	61.2%
17	يضايقتني عدم تقدير مدير المدرسة لجهودي	204	2.91	1.45	58.1%
18	يغیظني كثرة الانتقادات التي يبديها مدير المدرسة لي	204	2.73	1.39	54.6%
19	أشعر بإجحاف بحقي في تقييمي السنوي من قبل إدارة المدرسة	204	2.62	1.42	52.4%
20	يمتاز تقييمي من قبل مدير المدرسة	204	2.61	1.38	52.2%

					بالمزاجية	
منخفضة	51.6%	1.18	2.58	203	يكلفني مدير المدرسة بالأنشطة اللامنهجية أكثر من زملائي	21
منخفضة	46.8%	1.24	2.34	203	أجد صعوبة في التفاهم مع الكثير من الزملاء	22
منخفضة	46.6%	1.28	2.33	203	أهمل بعض الطلبة المتأخرين دراسياً	23
منخفضة	44.4%	1.41	2.22	202	يستخدم بعض المعلمين أسلوب الوشاية ضدي	24
منخفضة	40.8%	1.40	2.04	204	لدي رغبة في تقديم استقالتي بسبب تجاهل مدير المدرسة لأعمالي	25
منخفضة	36.6%	1.30	1.83	203	أشعر بالراحة عند حدوث خلافات مع الزملاء	26
منخفضة جداً	35.4%	1.26	1.77	204	أهاجم بعض الزملاء دون سبب واضح	27
مرتفعة	68.5%	0.51	3.43	204	الدرجة الكلية	

جاء تقييم المبحوثين للدرجة الكلية لمقياس الانضباط المدرسي بنسبة (68.5%)، وهي تؤشر إلى درجة مرتفعة من تقييم أفراد عينة الدراسة للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة، وكانت أعلى درجة موافقة للعبارة رقم (1) التي تنص على: (أحترم زملائي في العمل)، بنسبة موافقة بلغت (94.1%)، ومتوسط حسابي (4.71) وهو الأعلى بين المتوسطات لهذا المقياس، وفي الدرجة الثانية جاءت العبارة رقم (2) والتي تنص على: (ألتزم بمواعيد الحصص الدراسية) بنسبة موافقة بلغت (93.5%)، ومتوسط حسابي (4.67)، وحصلت العبارة رقم (27) التي تنص على: (أهاجم بعض الزملاء دون سبب واضح) على أقل درجة موافقة بنسبة بلغت (35.4%)، ووسط حسابي (1.77) وهو أقل متوسط حسابي ضمن عبارات مقياس "الانضباط المدرسي"، تلتها العبارة رقم (26) والتي تنص على: (أشعر بالراحة عند حدوث خلافات مع الزملاء) بنسبة بلغت (36.6%)، ووسط حسابي (1.30). واتفقت مع دراسة الشمري (2013) التي أشارت بأن درجة التزام الإدارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين في دولة الكويت كانت مرتفعة. ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى وضوح الدور المنوط بالمعلمين من الناحية المهنية، والقدرة على تنفيذ المهام الموكلة إليهم بمهارة عالية. هذا بالإضافة إلى إرهاصات الواقع الفلسطيني المعاش في ظل ممارسة قوات الاحتلال الإسرائيلي كل وسائل البطش الممكنة ضد الشعب الفلسطيني ومنها اغلاق وتدمير لكثير من المدارس قد جعل لدى المعلمين -كغيرهم من فئات المجتمع- حالة تحدٍ للحفاظ على المؤسسة التعليمية وتعزيز الانضباط المدرسي.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث إلى السؤال السابع: هل توجد فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة؟

#### أ. حسب متغير الجنس:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس، كما يظهر في جدول رقم (11):

جدول رقم (11): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس

الجنس	إحصاءات وصفية			اختبار t	
	عدد المشاهدات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	مستوى الدلالة (من الطرفين)
ذكر	90	3.77	0.62	1.60	0.11
أنثى	114	3.61	0.73		

يظهر من النتائج في جدول رقم (11) أن مستوى الدلالة قد بلغ حوالي (0.11) وهو أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج عدم وجود الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس، ويظهر عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية من المتوسطات الحسابية لكل من الذكور والإناث الذي كان متقارباً إلى حد كبير وبلغ 3.77 و3.61 على التوالي، بفارق 0.16 فقط لصالح الذكور. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة مصري (2020) ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المعلمين والمعلمات على اختلاف تخصصاتهم المهنية يتحملون نفس المهام والأعباء الموكلة إليهم لتأديتها. وفي كثير من الأحيان أصبح اختيار المعلم والمعلمة لا يقتصر على جنس المدرسة فهناك الكثير من المعلمات تدرس في مدارس الذكور ومعلمين يقومون بمهامهم المهنية في مدارس الإناث.

#### ب. حسب متغير التخصص:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص، كما يظهر في جدول رقم (12):

جدول رقم (12): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص

الجنس	إحصاءات وصفية			اختبار t	
	عدد	الوسط	الانحراف	اختبار t	مستوى الدلالة

(من الطرفين)	الحرية	t	المعياري	الحسابي	المشاهدات	
0.17	202	1.39	0.71	3.74	118	أدبي
			0.66	3.60	86	علمي

يظهر من النتائج في جدول رقم (12) أن مستوى الدلالة قد بلغ حوالي (0.17) وهو أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج عدم وجود الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص، ويظهر عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية من المتوسطات الحسابية لكل من متخصصي الأدبي والعلمي الذي كان متقارباً إلى حد كبير وبلغ (3.74) و (3.60) على التوالي، بفارق (0.14) فقط لصالح الأدبي. يعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المعلمين ذوي الاختصاص العلمي والأدبي يعانون في كثير من الأحيان نفس الاحباطات التي تقع عليهم في مستوى أداء المهام الموكلة إليهم من قبل الإدارة المدرسية أو المشرفين، بالإضافة إلى أنهم يتعاملون مع نفس شريحة الطلبة بما يمتلكون من مستويات أداء أكاديمي وسلوكي.

ج. حسب العمر:

تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لفحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر، ويظهر جدول رقم (13) نتائج الاختبار:

جدول رقم (13): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر الفروق	درجات الحرية	اختبار F	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	2	9.430	.000
	خلال المجموعات	201		
	المجموع	203		

أظهرت النتائج في جدول (13) أن قيمة مستوى الدلالة لاختبار F في تحليل التباين لمتغير العمر بلغت (0.00) وهي أدنى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، وعليه نرفض الفرضية الصفرية القائلة: بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر، وأن هناك قيمة إحصائية للفروقات في متوسطاتهم. وللتعرف على مصدر هذه الفروقات فقد تم إجراء تحليل الاختبار البعدي (Post-hoc)، وتم اختيار النوع LSD لهذا الغرض، وكانت النتائج كما في جدول رقم (14):

جدول رقم (14): نتائج الاختبار البعدي (LSD) لتحديد مصدر الفروقات بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

العمر (I)	العمر (J)	فرق الوسط (I-J)	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
أكثر من 40 عام	من 30-40	0.43*	0.10	0.00

أشارت نتائج الاختبار البعدي إلى أن مصدر الفروقات في متوسطات آراء الباحثين حول الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر، جاء بين الفئة (أكثر من 40) سنة والفئة (من 30-40) ولصالح الفئة (أكثر من 40)، ويشير مستوى الدلالة المقابل لهذا الفرق إلى أنه دال إحصائياً. يعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن الأعباء والالتزامات والمتطلبات على الصعيد الاسري والاجتماعي بالإضافة إلى المهام المدرسية الموكلة إليهم تزداد مع تقدم العمر مما ينعس سلباً في كثير من الأحيان على الصحة النفسية لهم. د. حسب المؤهل العلمي:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي، كما يظهر في جدول رقم (15):

جدول رقم (15): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي

اختبار t			إحصاءات وصفية			الجنس
مستوى الدلالة (من الطرفين)	درجات الحرية	اختبار t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد المشاهدات	
0.67	194	-0.43	0.65	3.64	158	بكالوريوس
			0.81	3.69	38	ماجستير فأكثر

يظهر من النتائج في جدول رقم (15) أن مستوى الدلالة قد بلغ (0.67) وهو أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج عدم وجود فروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي، ويظهر عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية من المتوسطات الحسابية بين حملة درجة البكالوريوس وحملة درجة الماجستير فأكثر الذي كان متقارباً إلى حد كبير وبلغ (3.64) و (3.69) على التوالي، بفارق (0.05) فقط لصالح حملة الماجستير فأعلى. انفتحت هذه النتيجة مع دراسة كل من مصري (2020) وأبو علي (2015) ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المعلمين باختلاف مستوى درجاتهم



العلمية يخضعون لنفس المهام من ناحية الأداء الوظيفي، وأنهم يتعاملون إلى حد ما مع نفس المشكلات التي تعترضهم في حقل العمل.

هـ. حسب متغير عدد سنوات الخبرة:

تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لفحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، ويظهر جدول رقم (16) نتائج الاختبار:

جدول رقم (16): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة

المتغير	مصدر الفروق	درجات الحرية	اختبار F	مستوى الدلالة
سنوات الخبرة	بين المجموعات	2	3.40	0.04
	خلال المجموعات	200		
	المجموع	202		

أظهرت النتائج في جدول (16) أن قيمة مستوى الدلالة لاختبار F في تحليل التباين لمتغير سنوات الخبرة بلغت (0.04) وهي أدنى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، وعليه نرفض الفرضية الصفرية القائلة: بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وأن هناك قيمة إحصائية للفروقات في متوسطاتهم. وللتعرف على مصدر هذه الفروقات فقد تم إجراء تحليل الاختبار البعدي (Post-hoc)، وتم اختيار النوع LSD لهذا الغرض، وكانت النتائج كما في جدول رقم (17):

جدول رقم (17): نتائج الاختبار البعدي (LSD) لتحديد مصدر الفروقات بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة

سنوات الخبرة (أ)	سنوات الخبرة (ب)	فرق الوسط (أ-ب)	الخطأ المعياري	مستوى الدلالة
أكثر من 10 سنوات	أقل من 5 سنوات	0.33*	0.14	0.02

أشارت نتائج الاختبار البعدي إلى أن مصدر الفروقات في متوسطات آراء الباحثين حول الضغوط النفسية لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، جاء بين الفئة (أكثر من 10 سنوات) والفئة (أقل من 5 سنوات) ولصالح الفئة (أكثر من 10 سنوات)، ويشير مستوى الدلالة المقابل لهذا الفرق إلى أنه دال إحصائياً. اتفقت هذه النتيجة مع دراسة حبارة، محمد (2011) وأشارت نتائج الدراسة أن مستويات الضغوط النفسية تتأثر بعامل الخبرة المهنية لصالح الذين لديهم خبرة مهنية تتراوح ما بين (10-14 سنة). يعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن كثيراً من

المعلمين مع تقدم سنوات العمل المهني يتعرضون لضغوطات متباينة وعلى محاور متعددة سواء كانت مدرسية، أو اجتماعية، أو اقتصادية، أو صحية، أو سياسية، والتي تؤثر سلباً على مدى رضاهم الوظيفي مما ينعكس بصورة مباشرة أو غير مباشرة على مستوى الضغوط النفسية لديهم؛ بالإضافة إلى نقص حاد في مدى تقديم الخدمات الترفيهية في ميدان العمل تؤثر على مدى تحقيق الصحة النفسية لديهم.

رابعاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثامن إلى السؤال الثاني عشر: هل توجد فروق دالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص، العمر، المؤهل العلمي، عدد سنوات الخبرة؟

أ. حسب متغير الجنس:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس، كما يظهر في جدول رقم (18):

جدول رقم (18): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس

الجنس	إحصاءات وصفية			اختبار t	
	عدد المشاهدات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار t	مستوى الدلالة (من الطرفين)
ذكر	90	3.56	0.59	3.25	0.00
أنثى	114	3.32	0.42		

يظهر من النتائج في جدول رقم (18) أن مستوى الدلالة قد بلغ حوالي (0.00) وهو أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج وجود فروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير الجنس، ويظهر وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية لكل من الذكور والإناث التي بلغت (3.56) و (3.32) على التوالي، بفارق (0.24) لصالح الذكور. اتفقت مع دراسة (Balay, R. (2009). ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المعلمين الذكور لديهم قدرة لتحمل أعلى من الإناث لمتطلبات العمل ومواجهة الضغوطات والتحديات بأبعادها الاقتصادية والاجتماعية والتربوية الناتجة عن العملية التعليمية مما ينعكس إيجاباً على مستوى الانضباط المدرسي لديهم.

ب. حسب متغير التخصص:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص، كما يظهر في جدول رقم (19):

جدول رقم (19): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص

اختبار t			إحصاءات وصفية			الجنس
مستوى الدلالة (من الطرفين)	درجات الحرية	اختبار t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد المشاهدات	
0.46	202	0.74	0.52	3.45	118	أدبي
			0.51	3.39	86	علمي

يظهر من النتائج في جدول رقم (19) أن مستوى الدلالة قد بلغ حوالي (0.46) وهو أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج عدم وجود الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير التخصص، ويظهر عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية من المتوسطات الحسابية لكل من متخصصي الأدبي والعلمي الذي كان متقارباً إلى حد كبير وبلغ (3.45) و (3.39) على التوالي، بفارق (0.06) فقط لصالح الأدبي. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة بركات (2015) ويعزو الباحثان هذه النتيجة بأن القوانين والتعليمات في وزارة التربية والتعليم الفلسطينية هي نفسها تطبق على المعلمين بغض النظر عن التخصص سواء كانت علمية أو أدبية.

ج. حسب العمر:

تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لفحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر، ويظهر جدول رقم (20) نتائج الاختبار: جدول رقم (20): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر

المتغير	مصدر الفروق	درجات الحرية	اختبار F	مستوى الدلالة
العمر	بين المجموعات	2	0.798	0,45
	خلال المجموعات	201		
	المجموع	203		

أظهرت النتائج في جدول (20) أن قيمة مستوى الدلالة لاختبار F في تحليل التباين لمتغير العمر بلغت (0.45) وهي أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، وعليه نقبل الفرضية الصفرية القائلة: بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة

الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير العمر، وأنه لا قيمة إحصائية للفروقات في متوسطاتهم. ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن المعلمين بمختلف فئاتهم العمرية يتلقون نفس الامتيازات من حيث الفترة الزمنية للحصول على الدرجات المهنية والمستوى المالي لكل درجة والتدرج الوظيفي إلى حد ما؛ بالإضافة إلى قيام الإدارات المدرسية بتبصير المعلمين بمراحلهم العمرية المختلفة بالتعليمات والقوانين ذات العلاقة الصادرة عن وزارة التربية والتعليم الفلسطينية والهادفة إلى تعزيز السلوك الانضباطي.

4. حسب المؤهل العلمي:

تم إجراء اختبار (t) لعينتين مستقلتين بهدف فحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي، كما يظهر في جدول رقم (21):

جدول رقم (21): اختبار (t) لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي:

اختبار t		إحصاءات وصفية			الجنس	
مستوى الدلالة (من الطرفين)	درجات الحرية	اختبار t	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		عدد المشاهدات
0.01	47.29	-2.73	0.47	3.36	158	بكالوريوس
			0.63	3.66	38	ماجستير فأعلى

يظهر من النتائج في جدول رقم (21) أن مستوى الدلالة قد بلغ (0.01) وهو أدنى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، لذا نستنتج وجود فروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير المؤهل العلمي، ويظهر وجود فرق ذات دلالة إحصائية من المتوسطات الحسابية بين حملة درجة البكالوريوس وحملة درجة الماجستير فأكثر الذي بلغ (3.36) و (3.66) على التوالي، بفارق (0.30) لصالح حملة الماجستير فأعلى. اتفقت هذه الدراسة مع دراسة الشخانة (2020) وأكد الهبيري (2019) أن من مسببات ضعف الانضباط المدرسي كدور المستوى الاقتصادي والاجتماعي. ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن أصحاب الفئة التعليمية الأعلى في كثير من الأحيان يشعرون بحالة من الرضا والاحترام بسبب التقدير المهني والاجتماعي والاقتصادي لما يمتلكونه من خبرات مما يجعلهم أكثر انضباطاً بالتزامهم الوظيفي من أصحاب المؤهل الأقل، بالإضافة إلى أن حصيلة الخبرة النظرية والعملية المتراكمة لدى اصحاب التحصيل العلمي الأعلى تمكنهم من حل الاشكاليات التي تعترضهم في البيئة المدرسية مما يعزز لديهم الانضباط.

هـ. حسب متغير عدد سنوات الخبرة:

تم إجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA) لفحص وجود فروق ذات دلالة بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، ويظهر جدول رقم (22) نتائج الاختبار:

جدول رقم (22): نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لفحص دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة

المتغير	مصدر الفروق	درجات الحرية	اختبار F	مستوى الدلالة
سنوات الخبرة	بين المجموعات	2	1.02	0.36
	خلال المجموعات	201		
	المجموع	203		

أظهرت النتائج في جدول (22) أن قيمة مستوى الدلالة لاختبار F في تحليل التباين لمتغير سنوات الخبرة بلغت (0.36) وهي أعلى من نسبة الثقة المفترضة ( $\alpha \leq 0.05$ )، وعليه نقبل الفرضية الصفرية القائلة: بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تعزى لمتغير سنوات الخبرة، وأنه لا قيمة إحصائية للفروقات في متوسطاتهم. اتفقت هذه الدراسة مع دراسة كل من الشمري (2013) ودراسة بركات (2015) ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى وضوح الأدوار والتعليمات التي تتبثق عن قوانين وزارة التربية والتعليم الفلسطينية الموكلة من قبل الإدارة المدرسية للمعلمين بمختلف سنوات خبراتهم، بالإضافة إلى أن المعلمين يخضعون لنفس الدورات التوعوية حول حقوقهم وواجباتهم ومهامهم.

خامساً: النتائج المتعلقة بالسؤال الفرعي الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة؟ للإجابة على السؤال الخامس والمتعلق بالعلاقة بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة تم إجراء اختبار بيرسون للارتباط بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي كما يلي:

جدول رقم (23): نتائج اختبار بيرسون للارتباط لفحص العلاقة بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي

الضغوط النفسية	اختبار بيرسون	الانضباط المدرسي
0.42**	مستوى الدلالة (من الطرفين)	
0.00	عدد المشاهدات	
204		

\*. الارتباط دال إحصائياً عند مستوى الثقة 0.01

أشارت نتائج اختبار بيرسون للارتباط كما يظهر في جدول (23) إلى وجود علاقة ارتباط طردية ودالة إحصائياً بين الضغوط النفسية والانضباط المدرسي لدى معلمي المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة رام الله والبيرة، حيث بلغت قيمة مستوى الدلالة (0.00) وهي أقل من مستوى الثقة المفترض ( $0.01 \geq \alpha$ ). اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة الشخانة (2020) ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى أن الضغوط النفسية الممارسة من قبل الاحتلال الإسرائيلي على محاور العملية التعليمية برمتها والتي تشمل كافة مكونات المجتمع الفلسطيني وخصوصاً المعلمين تعزز من الانتماء الوطني لديهم وتشتير الدافعية والحماسة وتشن الهمم لدى الكثير منهم ويزيد من انضباطهم المدرسي رداً على سياسات الاحتلال الإسرائيلي الممنهج في تدمير العملية التعليمية.

التوصيات:

- 1- عقد دورات متخصصة للمعلمين وتزويدهم بأساليب ومهارات متعددة للحد من الضغوط النفسية التي تعترضهم أثناء ممارساتهم لأعمالهم المهنية.
- 2- أن تتكاتف الجهود ما بين المعلمين واتحادهم من أجل حل المعضلات التي تواجههم.
- 3- إجراء مزيد من الدراسات العلمية حول الضغوط النفسية وعلاقتها بالانضباط المدرسي لدى المعلمين لإلقاء الضوء على أهمية الموضوع والحد من آثاره السلبية.
- 4- توضيح الأنظمة والقوانين والتعليمات الصادرة عن وزارة التربية والتعليم الفلسطينية للمعلمين من خلال الإدارات المدرسية في بداية العام الدراسي وإشراكهم في معالجة المشكلات التي تعترضهم.

#### قائمة المراجع العربية

- أبو علي، مروه (2015) درجة الضغوط النفسية وعلاقتها بالكفاءة الذاتية المدركة لدى معلمي المدارس الحكومية الثانوية في محافظات شمال الضفة الغربية في فلسطين، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- الإدارة العامة للتخطيط التربوي الفلسطيني (2013) الإحصاء التربوي السنوي 2012-2013، رام الله فلسطين.
- الأفندي، اسماعيل (2011/10/31) أنماط الضبط المدرسي السائدة في المدارس الثانوية في محافظة بيت لحم من وجهة نظر معلمي المدارس وطلبتها. 10-27. كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.
- الأكثر، سماح (2003) برنامج إرشادي لتخفيف الضغوط النفسية لدى معلمي التلاميذ ذوي الاحتياجات الخاصة بالمرحلة الابتدائية. رسالة ماجستير، كلية التربية بشبين الكوم، جامعة المنوفية، مصر.
- بركات، زياد (2015) الالتزام الوظيفي لدى معلمي المدارس الحكومية من وجهة نظر مدراء المدارس والمعلمين أنفسهم. مجلة افكار وآفاق، 4 (5): 137-162.

- جمعة، سلطان (2001) أثر الضغط النفسي الأسري على معدل الطالب في الثانوية العامة. ط2، طولكرم: منشورات ملتقى القيادات الشبابية.
- حبارة، محمد (2011) مصادر الضغوط النفسية لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية دراسة ميدانية على مستوى ثانويات الجزائر العاصمة، مجلة الابداع الرياضي، جامعة المسيلة، 2: 91-221.
- حنونة، سامي وأبو الروس، سامي (2011) تأثير الإيمان بالمؤسسة على رغبة العاملين في الجامعات الفلسطينية في الاستمرار بالعمل في جامعاتهم، دراسة ميدانية على الجامعات الفلسطينية في قطاع غزة. مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الانسانية، 19 (1): 1259-1310.
- خليفة، عبد الفتاح والزلزل، عماد (2003) مصادر الضغوط النفسية لدى معلمي مديرية تربية الكرك وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم التربوية، 3: 61-89.
- روزن، لويس (2007) النظام المدرسي. ترجمة خالد العامري، القاهرة: دار الفاروق للاستثمارات الثقافية.
- الروسان، فاروق (2000) تعديل وبناء السلوك الانساني. عمان، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
- السميرات، ثامر والمساعد، عبد الكريم (2014) سيكولوجية الضغوط النفسية وأساليب التعامل معها. عمان: دار حامد للنشر والتوزيع.
- الشخانية، شافي (2020) الضغوط النفسية وعلاقتها بالالتزام الوظيفي لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة مادبا من وجهة نظر المعلمين، رسالة ماجستير، جامعة الشرق الاوسط، عمان، الاردن.
- الشمري، نواف (2013) درجة التزام الادارة المدرسية بالانضباط المدرسي في المدارس الثانوية من وجهة نظر المعلمين والطلبة في دولة الكويت. رسالة ماجستير، جامعة الشرق الاوسط.
- الطريبي، عبد الرحمن (1991) المؤشرات السلوكية الدالة على مستوى الضغط النفسي من خلال بعض المتغيرات. حولية كلية التربية، جامعة قطر (8): 438-453.
- عبد الباقي، صلاح (2004) السلوك الفعال في المنظمات. ط3، الإسكندرية: الدار الجامعية.
- عبد المعطي، حسن مصطفى (2006) ضغوط الحياة: أساليب مواجهتها، القاهرة: مكتبة زهراء الشرق.
- عزب، محمد (2007) العوامل المؤثرة في الانضباط المدرسي بين رؤى الواقع وإمكانيات المواجهة، دراسات تربوية واجتماعية، كلية التربية، جامعة حلوان، القاهرة، 13 (3): 235-288.
- فيله، فاروق، وعبد المجيد، السيد (2009) السلوك التنظيمي في إدارة المؤسسات التعليمية. ط2، عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.
- قريطع، فراس (2017) الضغوط النفسية لدى المعلمين وعلاقتها بالرضا عن الحياة. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، 13 (4): 475-486.
- المشعان، عويد (2000) مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة في دولة الكويت وعلاقتها باضطرابات النفسية الجسمية. مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، 28 (1): 65-96.



مصري، ابراهيم (2020) الضغوط النفسية التي يتعرض لها المعلم الفلسطيني وانعكاساتها على أدائهم المهني. مجلة حوليات جامعة قلمة للعلوم الاجتماعية والإنسانية، الجزائر، 14(2): 139-161.

الموسري، حسن (1998) الضغوط النفسية لدى العاملين في مجال الخدمة النفسية، "دراسة عملية"، المجلة التربوية، جامعة الكويت، 12 (47): 97-137.

نبهان، رنا (2004) مصادر الضغط النفسي التي يعاني منها معلمو المدارس التابعة لوكالة الغوث الدولية في منطقة القدس. رسالة ماجستير، جامعة بيرزيت، فلسطين.

النجار، عبد الله (2003) مصادر الضغط النفسي لدى معلمي ومعلمات وكالة الغوث الدولية في منطقة الخليل التعليمية، رسالة ماجستير، جامعة القدس، فلسطين.

الهيبري، ليلي (2019) معالجة ضعف الانضباط المدرسي لدى المعلم والطالب بطرق ابتكارية حديثة. مجلة العلوم التربوية، المملكة العربية السعودية، 4 (3): 97-113.

وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطيني (2013). سياسة الحد من العنف وتعزيز الانضباط المدرسي. رام الله: وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطيني.

ياسين، أسعد (2019) أثر نظام الرقابة الداخلية على الالتزام الوظيفي في مديريات التربية والتعليم في محافظة المفرق. رسالة ماجستير، جامعة آل البيت، الأردن.

#### قائمة المراجع الأجنبية

- Balay, R. (2009). "Predicting conflict management based in organizational commitment and selected demographic". *Asia Pacific Education Review*, 8 (2), 321- 336.
- Boyle, G., Borg, M., Falzon, J. & Baglioni, J. (1995). A structural model of the dimensions of teacher stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49-67.
- Coetzee, R. S. E. & Rothmann, S. (2005). Occupational stress, organizational commitment and ill-health of employees at a higher education institution in South Africa, *SA Journal of Industrial Psychology*, 31 (1), 47-54.
- Nelson, Faye (2002). A Qualitative Study of Effective School Discipline Practices: Perceptions of Administrators, Tenured Teachers, and Parents in Twenty Schools, East Tennessee State University, Doctor of Education.
- Schafer, W. (1992). *Stress Management for Wellness* (2nd ed.). New York: Harcourt Brace Jovanovich College Publishers.