تاريخ استقبال المقال 2018/12/11 تاريخ قبول نشر المقال 2019/12/03 تاريخ نشر المقال 2020/03/01

درجة تأثير ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات

(دراسة ميدانية بمدارس المسيلة)

د. جلاب مصباح – جامعة المسيلة – الجزائر

د. بونويقة نصيرة – جامعة المسيلة – الجزائر

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على تأثير ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات. وقد طرحنا التساؤل العام الآتي: إلى أي مدى توثر ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات؟ وقد اجريت الدراسة على عينة من 60 معلمة، بمدارس المسيلة، خلال السداسي الثاني 2018/2017. وقد تم تطبيق استبيان من اربعة محاور: – الضغوط الادارية – الضغوط الطلابية – الضغوط المرتبطة بالتدريس – الضغوط المرتبطة بزملاء العمل. وباتباع المنهج الوصفي، وباستخدام الأساليب الإحصائية الملائمة، توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

– تؤثر الضغوط الادارية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

– تؤثر الضغوط الطلابية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

– تؤثر الضغوط المرتبطة بالتدريس في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

– تؤثر الضغوط المرتبطة بزملاء العمل في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

الكلمات المفتاحية: الضغوط، مهنة التعليم، القلق، المعلمات

The level of influence of teaching profession pressures on the emergence of anxiety among teachers

Abstract:

this study aimed to identify the impact of the pressures exerted by the education profession on the emergence of anxiety among teachers. We raised the following general question: to what extent do pressures from education professionals affect the emergence of teacher anxiety?

The study was conducted on a sample of 60 teachers in Msila schools in the second half of 2017/2018. A four-part questionnaire was applied: - administrative pressures - student pressures - teaching pressures - co-worker pressures. Using the descriptive approach, using the appropriate statistical methods, the study revealed the following results:

- Administrative pressures greatly affect anxiety among teachers.
- The pressures of the pupils affect to a great extent the anxiety of the teachers.
- The pressures associated with teaching affect to a great extent the anxiety of teachers.
- The pressures associated with colleagues affect to a great extent the anxiety of teachers.

Keywords: pressures, teaching profession, anxiety, teachers

مقدمة:

تمثل الضغوط المهنية لمهنة التعليم تهديدا على صحة المعلمين بسبب ما ينشأ عنها من قلق وتوتر، نظرا لمكونات محيط العمل في المدرسة الذي يفرض على المعلم التعامل مع العديد من العناصر المدرسية منها التدريس والتلاميذ والزملاء والإدارة، مما يزيد من حدة القلق لدى المعلمين بصفة عامة والإناث خصوصا. وكشفت الدراسات عن ارتفاع الضغوط الواقعة على المعلمين بشكل كبير، فثلث المعلمين يرون أن مهنة التدريس مهنة ضاغطة، وأن الضغوط المهنية أصبحت سمة من سمات العصر حيث ينظر إليها كثير من الباحثين على أنها مرض العصر، ويعدها آخرون القاتل الصامت. ومن خلال استقراء الدراسات التي أجريت على المعلمين لمعرفة مدى تأثير الضغوط المهنية عليهم، تأتي هذه الدراسة لمعرفة مدى تأثير ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات.

أولا: اشكالية الدراسة:

تعتبر الضغوط في مهنة التعليم مشكلة عالمية وليست عربية أو محلية؛ فحسب سبر آراء في كندا أشار التقرير "إلى أن ما يقرب 80٪ من العمال الكنديين يعانون من ضغوط العمل والقلق بسبب عدم قدرتهم على الموازنة بين عملهم وتطلعاتهم الخاصة" (1). وعلى الرغم من وضوح أهداف مهنة التدريس، ومسؤوليات المدرس المحددة إلا أن نتائج الدراسات تشير إلى تعرض المعلمين للضغوط النفسية في العمل وذلك بسبب الحث الدائم لهم من جانب المسؤولين ومطالبتهم بمزيد من الجهد (2). وقد أشارت العديد من الدراسات إلى أن الضغوط النفسية في محيط العمل بوجه عام تظهر في احساس العاملين بالاحتراق النفسي وهو مؤشر للضغط النفسي الناتج عن الضغوط المهنية بحيث يتجلى في بعدين: البعد النفسي يتسم بظهور الاجهاد النفسي والتوتر والقلق والاكتئاب والبعد المهني المتعلق بمشكلات الوظيفة والعلاقات مع الإدارة والزملاء والتلاميذ بالنسبة للمعلمين (3). وفي دراسة Hipps & Haplin لتحديد مستوى الضغوط التي يتعرض لها المعلمين، أشارت النتائج إلى أن كثرة المسؤوليات المهنية والعلاقات بين المعلمين والإدارة والزملاء والطلاب هي من العوامل الرئيسة المحددة للضغوط النفسية ومستوياتها لدى المعلمين (4). وفي دراسة عماد الكحلوت ونصر الكحلوت للكشف عن شيوع الضغوط المدرسية وعلاقتها بالأداء توصلت النتائج إلى أن الضغوط المدرسية تتدرج في سلم أعلاه ضغوط سلوكيات التلاميذ وأدناه ضغوط العلاقة مع المدير. وفي دراسة شوقية ابراهيم بينت اهم نتائج الدراسة أن مصادر ضغوط مهنة التدريس هي علاقة المعلم بطلابه وزملائه وبإدارة مدرسته وصراع وعبء الدور واتجاهات المجتمع

نحو هذه المهنة. كما أشارت دراسة عباس ابراهيم متولي أن المعلمات أكثر تعرضا للضغوط المهنية من المعلمين، وأن نتائج هذه الضغوط هي الشعور بالقلق والتوتر والانفعال؛ مما ينعكس على الصحة النفسية والجسمية وتكون علاقتهم برؤسائهم وزملائهم سلبية (5). ومن نتائجه أيضا فقدان المعلم للاهتمام بالعمل عموما وبتلاميذه خصوصا؛ وهو سلوك سلبي ناجم عن حالة الضغط المهني التي يعاني منها، والتي تؤدي إلى حالة من التشاؤم واللامبالاة وفقدان القدرة على الابتكار في مجال التدريب وغير ذلك من الظواهر السلبية (6). وقد أوضح Fuller أن انضباط الطلاب داخل حجرة الدراسة وعدم قدرة المعلم على الاجابة عن تساؤلاتهم، ومشكلات تقويم الطلاب هي من المصادر الهامة التي تسبب ضغوطا للمعلم، كما صنف كل من Dunhan 1976 و Kyriacou & Sutelliffe 1979 مصادر المواقف الضاغطة للمعلم إلى ثلاثة مصادر رئيسية هي: صعوبة التكيف مع بيئة العمل والظروف المحيطة ببيئة العمل وصراع الدور وغموضه، وحدد Pratt 1978 خمسة مجالات أو مصادر اساسية للضغوط التي يتعرض لها المعلم: عدم قدرة المعلم على التغلب على المشكلات التدريسية، والتلاميذ غير المتعاونين داخل الصف، والتلاميذ العدوانيون، والمناهج وطرق التدريس المستخدمة، والعلاقة بين المعلمين وبعضهم البعض، فيم توصل Plase 1984 إلى أن الضغوط لدى المعلم ترتبط بثلاثة مصادر أساسية هي: ضغوط ترتبط بطبيعة العمل الذي يؤديه المعلم وهو التدريس، وضغوط ترتبط بخصائص الطلاب، وضغوط ترتبط بالمناخ المدرسي (7). وعليه أصبح مجال الضغوط التي يواجهها المعلم في مهنة التعليم اهتمام الباحثين بهدف التعرف على مصادرها وصولا إلى تقديم الاستراتيجيات للتغلب عليها فقد أسفرت دراسة فاربر Farber 1989 "أن العبء المهني ومشكلات النظام داخل الفصل هي المصادر الأساسية للضغط المهني في التعليم" (8). في حين توصلت دراسة حمدي الفرماوي 1990 إلى تحديد 14 مجالا لمصادر ضغط المعلم وتباين مستوياته والإحساس به (9). أما إبراهيم السمادوني 1991 فقد حدد العوامل الآتية كمصادر للضغط في مهنة التعليم وهي: "علاقة المعلمين ببعضهم البعض، العمل مع التلاميذ، علاقة الإدارة بالمعلم، الإسناد الإداري، العائد المادي، العبء الوظيفي، المشكلات التدريسية، عدم ملاءمة المباني المدرسية وأثاثها" (10).

والمعلم كغيره من فئات المجتمع تسوء حالته حين مواجهة الضغوط ويصاب بعدة احباطات، لعل اهم مظاهر هذه الضغوط ظهور القلق الذي يؤثر على حياة المعلم المهنية والاجتماعية والشخصية، لذلك سنهتم في هذه الدراسة بمصادر الضغط في مهنة التعليم المولدة للقلق لدى المعلمات تحديدا والمتمثلة في

مكونات المناخ المدرسي من تدريس وطلاب وزملاء العمل والإدارة. وللإجابة على مشكلة الدراسة قمنا بطرح التساؤلات التالية:

التساؤل العام: إلى أي مدى توثر ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات؟

التساؤلات الجزئية:

- ما درجة تأثير الضغوط الادارية في ظهور القلق لدى المعلمات؟
- ما درجة تأثير الضغوط الطلابية في ظهور القلق لدى المعلمات؟
- ما درجة تأثير الضغوط المرتبطة بالتدريس في ظهور القلق لدى المعلمات؟
- ما درجة تأثير الضغوط المرتبطة بزملاء العمل في ظهور القلق لدى المعلمات؟

الفرضية العامة: توثر ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات.

الفرضيات الجزئية:

- تؤثر الضغوط الادارية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.
- تؤثر الضغوط الطلابية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.
- تؤثر الضغوط المرتبطة بالتدريس في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.
- تؤثر الضغوط المرتبطة بزملاء العمل في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة

ثانيا: أهمية الدراسة وأهدافها:

تتجلى أهمية الدراسة في تسليط الضوء على شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي فئة المعلمين وتحديدا المرأة العاملة في قطاع التعليم، وكذلك لفت نظر المجتمع والقائمين على قطاع التعليم إلى الظروف النفسية التي تعمل فيها المرأة والضغوط التي تواجهها، كون مهنة التعليم من أكثر المهن الضاغطة في عصرنا؛ نظرا للظروف المحيطة بالمعلم والمناخ المدرسي غير المحفز، نظرا للصعوبات التي تتعرض لها المعلمات سواء من طرف التلاميذ أو عملية التدريس نفسها أو الصراعات في العمل سواء مع الزملاء أو الادارة، كما تتمثل اهمية الدراسة في كشف حقيقة معاناة المعلمات في المجتمع الجزائري، وتوجيه القائمين على التعليم في الجزائر إلى ضرورة تحسين ظروف المرأة العاملة وحمايتها من الضغوط التي أصبحت تؤثر على صحتها النفسية والجسمية.

أهداف الدراسة:

نهدف من خلال الدراسة إلى تحقيق الأهداف الالية:

- التعرف على درجة تأثير الضغوط الادارية في ظهور القلق لدى المعلمات.
- التعرف على درجة تأثير الضغوط الطلابية في ظهور القلق لدى المعلمات.
- التعرف على درجة تأثير الضغوط المرتبطة بالتدريس في ظهور القلق لدى المعلمات.
- التعرف على درجة تأثير الضغوط المرتبطة بزملاء العمل في ظهور القلق لدى المعلمات.
- التعرف على تأثير مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات.

ثالثا: التعريف الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

الضغوط: هي "استجابة داخلية لما يدركه الفرد من مؤثرات داخلية أو خارجية تسبب تغيرا في توازنه الحالي" (11). يعرفها لفين وسكوتش هي "اضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية ويتضمن المواقف التي يدرك فيها الفرد بان هناك فرق بين ما يطلب منه سواء أكان داخليا أو خارجيا وقدرته على الاستجابة لها" (12).

واجرائيا: هو مجموعة العوامل التي تسبب القلق، والتوتر للمعلمات في المدرسة الابتدائية، والتي تقاس بالدرجة على مقياس ضغوط مهنة التعليم.

القلق: هو حالة انفعالية مركبة غير سارة تمثل مزيجا من مشاعر الخوف المستمر والفزع والانقباض نتيجة توقع شر وشيك أو الإحساس بالخطر أو التهديد من شيء ما غامض يعجز المرء عن تبينه أو تحديده على نحو موضوعي (13).

واجرائيا: هو شعور المعلمات بالتذمر وعدم الارتياح في الوسط المدرسي.

المعلمات: المعلمة هي طرف من أطراف المنظومة التربوية، مهمتها إلقاء الدروس التعليمية للتلاميذ، كم أن وظيفتها تتمثل في تعليمهم وتربيتهم.

واجرائيا: نصد بهن فئة المعلمات اللواتي يعملن في المرحلة الابتدائية والتي شملتهم دراستنا.

الدراسات السابقة:

- **دراسة شموري كميليا (2017):** هدفت إلى التعرف على ما إذا كانت هناك علاقة بين القلق والتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية، وذلك ببعض مدارس ولاية المسيلة، وكذلك معرفة إذا ما كانت توجد فروق بين متوسطات استجابة أفراد العينة على كل من مقياسي القلق والتوافق المهني

تعزى لمتغيري الجنس والخبرة المهنية. حيث تكونت عينة البحث من (40) معلما ومعلمة وهي تمثل نسبة 44.44 %من مجموع أفراد المجتمع الأصلي والبالغ عددهم (90) معلما ومعلمة، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. وقد استخدم مقياس القلق لسبيلبرجر ولوسان وقوزسوش، وكذلك مقياس التوافق المهني لهدى سلام. وقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي. وقد دلت نتائج الدراسة على ما يلي:

– توجد علاقة ارتباطية سالبة بين القلق والتوافق المهني (– 68.0) ،أي كلما زادت درجات القلق قلت درجات التوافق المهني.

– لا توجد فروق دالة إحصائيا في استجابة أفراد العينة على كل من مقياسي التوافق المهني والقلق تعزى لمتغير الجنس.

– أما بالنسبة لمتغير الخبرة المهنية فالنتائج لم تظهر فروق دالة إحصائيا في استجابة أفراد العينة على مقياسي القلق والتوافق المهني (14).

– **دراسة كلثوم قاجة (2010):** هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر ضغوط العمل التي يعانيها معلمو المرحلة الابتدائية، وذلك بالإجابة على التساؤل الآتي: ما أهم مصادر ضغوط العمل على معلمي المرحلة الابتدائية بمدينة ورقلة؟ تقتضي هذه الدراسة استخدام المنهج الوصفي معتمدة على الاستكشاف، وتمثلت أداة الدراسة في استبانة من إعداد الباحثة، وتم تطبيقها على عينة قوامها 121منهم 54 معلما، و67 معلمة خلال العام الدراسي2009 /2010. توصلت نتائج الدراسة إلى ترتيب مصادر ضغوط العمل على معلمي المرحلة الابتدائية حسب أهميتها على النحو الآتي: ضغوط تتعلق بضعف مستوى التلاميذ، ضغوط تتعلق بالمناهج الدراسية ضغوط ساعات العمل الطويلة، ضغوط المكانة والأجر، ضغوط عبء المهنة، ضغوط تتعلق بأولياء الأمور، ضغوط تتعلق ببيئة العمل المادية، ضغوط تتعلق بالوسائل التعليمية، ضغوط تتعلق بعلاقة المعلم مع المفتش، ضغوط التعامل مع الزملاء، ضغوط تتعلق بالإدارة المدرسية. إن هذه النتائج توضح أن المعلمين يشهدون مجموعة من الضغوط في العمل تجعلهم يعيشون في حالة من القلق، والتوتر، والضيق مما يشير إلى أهمية اقتراح حلول لهذه الضغوط للقضاء عليها أو التخفيف منها على الأقل (15).

– **دراسة المصدر عبد العظيم وابو كويك باسم علي (2007):** هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، ومدى وجود فروق دالة احصائيا في ضغوط مهنة التدريس وابعاد الصحة النفسية لديهم.

وتكونت عينة الدراسة من 220 معلما ومعلمة؛ 108 ذكورا و112 اناثا العاملين بالمدارس الحكومية ووكالة الغوث الدولية لتشغيل اللاجئين لعام 2007/2006، وقد تم استخدم مقياس الصحة النفسية للشباب (حامد زهران وفيوليت فؤاد 1991) ومقياس ضغوط مهنة التدريس (عماد الكحلوت ونصر الكحلوت 2006)، وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

– وجود فروق دالة بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات على الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس.

– وجود فروق دالة احصائيا على الدرجة الكلية للصحة النفسية.

– وجود علاقة سالبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس والصحة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية لدى أفراد العينة (16).

– **دراسة يوسف عبد الفتاح (1999):** هدفت الدراسة إلى التعرف علي طبيعة الضغوط النفسية لدى المعلمين والمعلمات، بالإضافة إلى الوقوف على الفروق بين المعلمين والمعلمات في شعورهم بهذه الضغوط ومن ثم الوقوف على الحاجات الإرشادية للمعلمين المرتبطة بهذه الضغوط، طبقت هذه الدراسة بمنطقتي عجمان والعين بالإمارات العربية المتحدة، وكان حجم العينة 189 معلما ومعلمة من المدارس الإعدادية والثانوية وكانت النتائج كالتالي: – وجود أربع عوامل أساسية تحدد أنماط هذه الضغوط – الضغوط الإدارية – الضغوط الطلابية. – الضغوط المرتبطة بالتدريس – الضغوط المرتبطة بالعلاقات مع الزملاء – وجود فروق بين الجنسين في الضغوط الإدارية ولصالح الذكور، وفي الضغوط الطلابية والضغوط الخاصة بالعلاقات ولصالح الإناث – لا توجد فروق بين الجنسين في الضغوط بالتدريس وفي الدرجة الكلية للضغوط النفسية بوجه عام (17).

– **دراسة دنيهام ستيف (1992):** هدفت الدراسة إلى التعرف على اسباب استقالة المعلمين من مهنة التدريس، وهل هي استجابة واضحة للتعرض لضغوط قوية جدا؟ وتكونت عينة الدراسة من 57 معلما حديثي الاستقالة من التعليم الابتدائي بمقاطعة نيو وويلز بأستراليا، وكانت المقابلة هي الأداة المستخدمة في الدراسة لسؤال هؤلاء عن رؤيتهم للأسباب التي أدت بهم إلى ترك المهنة.

وقد بينت النتائج أن من أهم أسباب الاستقالة كان وصول المعلم إلى نقطة حرجة في اتجاهاته نحو مهنة التدريس، بحيث يعجز عن مسايرة التغيرات في العملية التعليمية، وايضا معاناته من الاتجاهات السلبية نحو مهنة التدريس ونقص العائد المالي وسوء اخلاق الطلبة وسوء العلاقة مع الزملاء (18).

التعليق على الدراسات السابقة: لقد تناولت الدراسات السابقة مصادر ضغوط مهنة التعليم (التدريس) والمشكلات النفسية والمهنية الناتجة عنها، سواء من خلال العلاقة بين القلق والتوافق المهني كما هو في دراسة شموري كميليا أو التعرف على مصادر القلق التي يعاني منها المعلم في المرحلة الابتدائية كما هو في دراسة كلثوم قاجة أو العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وابعاد الصحة النفسية كما هو في دراسة المصدر وأبو كويك. أو طبيعة الضغوط النفسية لدى المعلمات كما هو في دراسة يوسف عبد الفتاح. أو اسباب الاستقالة من مهنة التدريس كما هو في دراسة دنيهام ستيف. وعموما فقد استفدنا منها كثيرا في دراستنا سواء من ناحية التراث النظري الذي تناول طبيعة الضغوط المهنية ومصادرها، وكذلك الاستفادة من التطبيقات الميدانية لها من خلال استغلال نتائج هذه الدراسات في تأسيس عملنا، كما أفادتنا في توفير أدوات الدراسة، ومنه يمكن القول أن هناك تشابه إلى حد بعيد بين دراستنا والدراسات السابقة سواء في طريقة الطرح أو المنهج والعينة وأدوات الدراسة.

رابعا: الجانب المنهجي للدراسة:

1- منهج الدراسة: استخدم الباحثان المنهج الوصفي لتحليل الاستجابات التي استقيناها من الميدان لوصف مدى تأثير ضغوط مهنة التعليم في ظهور القلق لدى المعلمات ، من خلال الوصف الكيفي للمعطيات، ثم إعادة تحليلها كميا من أجل قياس التأثير واصدار الأحكام التقييمية.

1- عينة الدراسة: شملت عينة الدراسة على (60) معلمة بمدارس ولاية المسيلة، تم اختيارهم بطريقة قصدية.

2- حدود الدراسة: أجريت الدراسة خلال السداسي الثاني 2018/2017، بمدارس ولاية المسيلة.

3- أداة جمع البيانات: هي عبارة عن استبيان من 40 عبارة مقسمة على اربعة محاور

- المحور الأول: يتناول الضغوط الادارية ويتكون من 10 فقرات.
- المحور الثاني: يتناول ضغوط الطلاب ويتكون من 10 فقرات.
- المحور الثالث: يتناول ضغوط التدريس ويتكون من 10 فقرات.
- المحور الرابع: يتناول ضغوط زملاء العمل ويتكون من 10 فقرات.

تتم الإجابة عنها وفق ثلاثة بدائل هي: بدرجة كبيرة 3، بدرجة متوسطة 2، بدرجة ضعيفة 1.

4- صدق وثبات الأداة: وللتأكد من صدق وثبات الأداة اعتمدنا على صدق المحكمين الذين أشاروا إلى قبول فقرات الاستبيان بنسبة 90% مع تعديل بعض الفقرات سواء في الصياغة أو اختصارها حتى تكون

دقيقة. وقد أجرى الباحثان دراسة استطلاعية لقياس صدق وثبات الأداة؛ كما اعتمد الباحثان في حساب الثبات على طريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفاصل زمني قدره 10 أيام وقد بلغ الصدق الذاتي (0.92)، أما الثبات فكان (0.86).

5-الأساليب الإحصائية: استخدمت الدراسة التكرارات والنسب المئوية ومعامل الارتباط بيرسون.

خامسا: عرض النتائج على ضوء الفرضيات:

1- عرض نتائج الفرضية الأولى: - تؤثر الضغوط الادارية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

جدول 1: استجابات المعلمات على فقرات المحور الأول (10 فقرات) (الضغوط الادارية)

الرقم	العبارات	البدائل		
		بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة ضعيفة
1	اهتمام المدير بالشكليات	38	14	08
2	زيارات المدير لحجرة الدرس	36	14	10
3	الاجتماعات الدورية	41	15	04
4	الأعمال الإدارية نهاية كل فصل	58	02	00
5	تعامل المدير بغير عدل بين المعلمين	33	21	06
6	عدم تدخل المدير في حل المشكلات	25	16	19
7	يفرض المدير رأيه علي	39	12	09
8	يتدخل المدير في صلاحياتي	29	18	13
9	لا يقدر المدير المجهودات المبذولة	37	22	01
10	لا يستشير المدير المعلمين في اسناد الأفواج	26	14	20
	المجموع	**362**	**148**	**90**
	النسبة	**60.33**	**24.66**	**15.00**

جدول 2: ترتيب استجابات أفراد العينة على فقرات المحور الأول:

الرقم	التقييم	العدد	النسبة	الترتيب
1	بدرجة كبيرة	362	60.33%	1
2	بدرجة متوسطة	148	24.66%	2
3	بدرجة ضعيفة	90	15.00%	3

الجدول (2) يوضح استجابات عينة الدراسة لتقييم المحور الأول الضغوط الإدارية –

وقد أظهرت نتائج الجدول أنه جاء في المرتبة الأولى المستجيبون بدرجة كبيرة، وذلك بنسبة بلغت 60.33% من إجمالي استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور، بينما جاء في المركز الثاني المستجيبون بدرجة متوسطة على هذا المحور، وذلك بنسبة بلغت 24.66% من إجمالي أفراد عينة الدراسة، بينما جاء في المركز الثالث المستجيبون بدرجة ضعيفة بنسبة بلغت 15.00% من إجمالي أفراد عينة الدراسة. هذا يعني أن الضغوط الادارية تؤثر في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة. ومنه تحقق الفرضية الأولى.

2- عرض نتائج الفرضية الثانية: – تؤثر الضغوط الطلابية في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

جدول 3: استجابات المعلمات على فقرات المحور الثاني (10 فقرات) (الضغوط الطلابية)

الرقم	العبارات	البدائل		
		بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة ضعيفة
1	عدم انتباه التلاميذ	45	12	03
2	عدم مراجعة التلاميذ لدروسهم في المنزل	48	12	00
3	لا ينجز بعض التلاميذ واجباتهم المنزلية	42	10	08
4	قلة الدافعية لدى التلاميذ	36	14	10
5	زيادة عدد التلاميذ في القسم	56	04	00
6	سلوكات بعض التلاميذ السيئة	41	13	06
7	الفوضى التي يحدثها التلاميذ	35	12	13

8	متابعة اعمال التلاميذ يوميا	42	17	01
9	الاشراف على التلاميذ أثناء فترات الراحة	46	12	02
10	المناداة اليومية على التلاميذ	31	16	13
المجموع		**422**	**122**	**56**
النسبة		**70.33**	**20.33**	**9.33**

جدول 4: ترتيب استجابات أفراد العينة على فقرات المحور الثاني:

الرقم	التقييم	العدد	النسبة	الترتيب
1	بدرجة كبيرة	422	70.33%	1
2	بدرجة متوسطة	122	20.33%	2
3	بدرجة ضعيفة	56	9.33%	3

الجدول (4) يوضح استجابات عينة الدراسة لتقييم المحور الثاني – ضغوط الطلاب –

وقد أظهرت نتائج الجدول أنه جاء في المرتبة الأولى المستجيبون بدرجةكبيرة ، وذلك بنسبة بلغت 70.33% من إجمالي استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور، بينما جاء في المركز الثاني المستجيبون بدرجة متوسطة على هذا المحور، وذلك بنسبة بلغت 20.33% من إجمالي أفراد عينة الدراسة، بينما جاء في المركز الثالث المستجيبون بدرجة ضعيفة بنسبة بلغت 9.33% من إجمالي أفراد عينة الدراسة. هذا يعني أن الضغوط الطلابية تؤثر في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة. ومنه تحقق الفرضية الثانية.

3-عرض نتائج الفرضية الثالثة: – تؤثر الضغوط المرتبطة بالتدريس في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

جدول 5: استجابات المعلمات على فقرات المحور الثالث (10 فقرات) (ضغوط التدريس)

الرقم	العبارات	البدائل

		بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة ضعيفة
1	صعوبة بعض المواضيع	43	11	06
2	قلة الوقت المخصص للتمارين	39	15	06
3	عدم مناسبة بعض الكتب المدرسية	33	19	08
4	لا تتلاءم بعض المواضيع مع سن التلاميذ	29	23	08
5	لا اكمل الدرس في الوقت المحدد	32	18	10
6	التحضير اليومي للدروس	37	17	06
7	اتأخر كثيرا في المدرسة	44	15	01
8	لا استطيع قضاء مصالحي بسبب التوقيت المدرسي	47	07	06
9	احس بالتعب بسبب التوقيت المكثف	43	13	04
10	احس بالإجهاد بسبب كثرة الوقوف	38	13	09
المجموع		**385**	**151**	**64**
النسبة		**64.16**	**25.16**	**10.66**

جدول 6: ترتيب استجابات أفراد العينة على فقرات المحور الثالث

الرقم	التقييم	العدد	النسبة	الترتيب
1	بدرجة كبيرة	385	64.16%	1
2	بدرجة متوسطة	151	25.16%	2
3	بدرجة ضعيفة	64	10.66%	3

الجدول (6) يوضح استجابات عينة الدراسة لتقييم المحور الثالث – ضغوط التدريس–

وقد أظهرت نتائج الجدول أنه جاء في المرتبة الأولى المستجيبون بدرجة كبيرة، وذلك بنسبة بلغت 64.16% من إجمالي استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور، بينما جاء في المركز الثاني المستجيبون بدرجة متوسطة على هذا المحور، وذلك بنسبة بلغت 25.16% من إجمالي أفراد عينة الدراسة، بينما جاء في المركز الثالث المستجيبون بدرجة ضعيفة بنسبة بلغت 10.66% من إجمالي

أفراد عينة الدراسة. هذا يعني أن ضغوط التدريس تؤثر في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة. ومنه تحقق الفرضية الثالثة.

4- عرض نتائج الفرضية الرابعة: - تؤثر الضغوط المرتبطة بزملاء العمل في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة.

جدول 7: استجابات المعلمين على فقرات المحور الرابع (10 فقرات) (ضغوط زملاء العمل)

الرقم	العبارات	البدائل		
		بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة ضعيفة
1	لا يوجد تعاون بين الزملاء	33	15	12
2	اختلاف المؤهل العلمي بيني وبين بعض الزملاء	25	23	12
3	لا يقف معي زملائي عند حدوث مشكلة	47	11	01
4	لا يشاورني زملائي في بعض القرارات	35	12	13
5	يغار بعض الزملاء مني	41	16	03
6	اتعرض لمواقف حرجة مع الزملاء	39	11	10
7	يعاملني بعض الزملاء بقسوة	31	22	07
8	المطالب الكثيرة لبعض الزملاء	37	12	11
9	عدم الاحتفاظ بسر المهنة بين الزملاء	35	16	09
10	التعامل بأنانية في كثير من المواقف	45	13	02
	المجموع	**368**	**151**	**81**
	النسبة	**61.33**	**25.16**	**13.50**

جدول 8: ترتيب استجابات أفراد العينة على فقرات المحور الرابع

الرقم	التقييم	العدد	النسبة	الترتيب
1	بدرجة كبيرة	368	61.33%	1
2	بدرجة متوسطة	151	25.16%	2
3	بدرجة ضعيفة	81	13.50%	3

الجدول (8) يوضح استجابات عينة الدراسة لتقييم المحور الرابع – ضغوط زملاء العمل– وقد أظهرت نتائج الجدول أنه جاء في المرتبة الأولى المستجيبون بدرجة كبيرة، وذلك بنسبة بلغت 61.33% من إجمالي استجابات أفراد عينة الدراسة على المحور، بينما جاء في المركز الثاني المستجيبون بدرجة متوسطة على هذا المحور، وذلك بنسبة بلغت 25.16% من إجمالي أفراد عينة الدراسة، بينما جاء في المركز الثالث المستجيبون بدرجة ضعيفة بنسبة بلغت 13.50% من إجمالي أفراد عينة الدراسة. هذا يعني أن الضغوط المرتبطة بزملاء العمل تؤثر في ظهور القلق لدى المعلمات بدرجة كبيرة. ومنه تحقق الفرضية الرابعة.

سادسا: مناقشة وتفسير النتائج على ضوء الدراسات السابقة:

دلت النتائج التي توصلت اليها هذه الدراسة إلى أن ضغوط مهنة التعليم تؤثر في ظهور القلق لدى فئة المعلمات بدرجات عالية، فقد بلغت نسبة الضغوط الادارية 60.33% وهي نسبة عالية تثبت فعلا أن الادارة من اهم العوامل الضاغطة في مهنة التعليم، من خلال ارتفاع استجابات المعلمات على مؤشرات الضغوط الادارية، بحيث تحصلت كل العبارات على اكثر من نصف استجابات المعلمات. كما بلغت نسبة الضغوط الطلابية المرتبة الأولى في ترتيب مصادر ضغط مهنة التعليم بنسبة 70.33% وهي نسبة عالية جدا توحي بدلالات كثيرة اهمها العلاقة المباشرة بين التلميذ والمعلم وما ينشأ عنها من مشكلات داخل حجرة الصف مثل الاكتظاظ وسلوك التلاميذ السيء احيانا والتحكم في غرفة الصف وتنظيم التلاميذ، أو خارجها من خلال الاستمرار في مرافقة التلاميذ في الساحة والمطعم... تليها في المرتبة الثانية ضغوط التدريس بنسبة 64.16% وهي نسبة عالية تدل على أن معاناة المعلم اثناء تحضير الدرس وتقديمه وتقييم التلاميذ من العمليات التي تشكل مصدرا كبيرا للضغوط المهنية في التعليم. في حين بلغت نسبة الضغوط المترتبة عن العلاقات مع الزملاء 61.33%، وهي نسبة معبرة عن ضغط عالي.

وتتفق دراستنا مع الدراسات السابقة، فقد اكدت شموري كمليا على وجود علاقة بين التوافق المهني والقلق، أي زيادة القلق يؤدي إلى سوء التوافق المهني، كما اتفقت مع دراسة كلثوم قاجة التي ترى أن ضغوط مهنة التدريس تتمثل في ضغوط تتعلق بضعف مستوى التلاميذ، ضغوط تتعلق بالمناهج الدراسية ضغوط ساعات العمل الطويلة، ضغوط المكانة والأجر، ضغوط عبء المهنة، ضغوط تتعلق بأولياء الأمور، ضغوط تتعلق ببيئة العمل المادية، ضغوط تتعلق بالوسائل التعليمية، ضغوط تتعلق بعلاقة المعلم

مع المفتش، ضغوط التعامل مع الزملاء، ضغوط تتعلق بالإدارة المدرسية. واتفقت مع دراسة المصدر عبد العظيم وابو كويك باسم علي من خلال العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى المعلمين والمعلمات، حيث اظهرت أن المعلمات اكثر ضغطا من المعلمين، وأن ذلك يؤثر على الصحة النفسية. وكذلك دراسة يوسف عبد الفتاح الذي حدد وجود أربعة عوامل أساسية تحدد أنماط هذه الضغوط، الضغوط الإدارية، الضغوط الطلابية، الضغوط المرتبطة بالتدريس، الضغوط المرتبطة بالعلاقات مع الزملاء، ووجود فروق بين الجنسين في الضغوط الإدارية ولصالح الذكور، وفي الضغوط الطلابية والضغوط الخاصة بالعلاقات ولصالح الإناث ولا توجد فروق بين الجنسين في الضغوط بالتدريس وفي الدرجة الكلية للضغوط النفسية بوجه عام. وقد بينت دراسة دنيهام ستيف أن معاناة المعلمين من عدة ضغوطات كونت لديهم اتجاهات سلبية نحو مهنة التدريس وكذلك نقص العائد المالي وسوء اخلاق الطلبة وسوء العلاقة مع الزملاء مما يدفعه إلى الاستقالة من المهنة. ومنه يمكن القول أن المعلمات يعانين من ضغوط مهنة التدريس بدرجة كبيرة وهذا أدى إلى ظهور القلق لديهن، مما ينعكس على صحتها وتوازنها.

اقتراحات الدراسة: من خلال نتائج الدراسة يمكن اقتراح ما يلي:

- مرافقة المعلمات في أماكن عملهم.
- رفع الضغوطات الادارية عن المعلمات وترك هامش من الحرية في اتخاذ القرار.
- التخفيف من أعباء المدرسة الاضافية.
- الاهتمام بالحاجيات الارشادية والتدريبية.
- ضرورة عمل الطاقم المدرسي كفريق.
- توفير فضاءات للترويح والتسلية داخل المدرسة.
- اعادة النظر في الحجم الساعي للمعلمات.

خاتمة: من خلال ما تقدم يمكن أن نستنتج أن مصادر ضغوط مهنة التدريس هي الضغوط الادارية وضغوط الطلاب وضغوط مرتبطة بالتدريس وضغوط مرتبطة بزملاء العمل، وهي تؤثر بدرجة كبيرة في ظهور القلق لدى المعلمات، مما يؤثر على الصحة النفسية والتكيف الاجتماعي، وهذا يدعو إلى تجنب المواقف الضاغطة قدر الامكان ومسايرة مشكلات مهنة التعليم بحكمة وهدوء حتى لا يشعر المعلم بكره المهنة وبداية التفكير في مغادرتها، وعليه يجب تحدي هذه الضغوط لأن مهنة التعليم شاقة ومتعبة.

الهوامش:

1- طه، عبد العظيم حسين وسلامة، عبد العظيم حسين (2006)، استراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية، عمان، دار الفكر، ط1، ص.217.

2- Turch, S (1980), teachers burnout, novate, california academic publications, p.81.

3- Singer, J.E, Davidson, L.M, specificity and stress research in: monat & R, lazarus (eds) stress and coping, n, y, Colombia university press, p.46.

4- عبد الفتاح، يوسف (1999)، الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الإرشادية، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، العدد 25، ص.207.

5- المصدر، عبد العظيم وابو كويك، باسم علي (2007)، ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، ص.19-20.

6- عسكر، علي وجامع، حسن والانصاري، محمد (1986): مدى تعرض معلمي المرحلة الثانوية بدولة الكويت لظاهرة الاحتراق النفسي، المجلة التربوية بجامعة الكويت، مجلد 1، العدد 1، ص.10.

7- عبد الفتاح، يوسف (1999)، مرجع سابق، ص.201.

8- بن سكيريفة، مريم (2008)، استراتيجيات التكيف مع مواقف الحياة الضاغطة وعلاقتها بالذكاء الانفعالي للمعلم، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة قاصدي مرباح، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، ورقلة، الجزائر، ص.71.

9- ياركندي، هانم بنت حامد (2000)، الصحة النفسية في المفهوم الإسلامي ودراسات نفسية أخرى، الرياض، دار عالم الكتب، ص.124.

10- بن سكيريفة، مريم (2008)، مرجع سابق، ص.71.

11- علي، اسماعيل علي (1999)، استراتيجيات الخدمة الاجتماعية المدرسية للتدخل في مواقف الضغوط والأزمات، القاهرة، دار المعرفة الجامعية، ص.75.

12- الرشيدي، هارون توفيق (1999)، الضغوط النفسية طبيعتها - نظرياتها - برنامج لمساعدة الذات في علاجها، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ص.19.

13- علي، صبرة محمد وشربت، أشرف عبد الغني، (2004)، الصحة النفسية والتوافق النفسي، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، ص.88.

14- كميليا، شموري (2017)، القلق وعلاقته بالتوافق المهني لدى المعلمين والمعلمات في المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير في علم النفس المدرسي، جامعة المسيلة.

15- قاجة، كلثوم (2011)، مصادر ضغوط العمل على معلمي المرحلة الابتدائية، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد 3، عدد خاص بالملتقى الدولي المعاناة في العمل، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة، ص.380.

16- المصدر، عبد العظيم وابو كويك، باسم علي (2007)، مرجع سابق، ص.2.

17- عبد الفتاح، يوسف (1999)، مرجع سابق، ص.195.

18- المصدر، عبد العظيم وابو كويك، باسم علي (2007)، مرجع سابق، ص.18.