# The level of Stress and its relationship to Big Five Factors of personality

**"A Field study on a sample of teachers of the first cycle of basic education in Lattakia city"**

**Dr. Reem Bader Issa** *
**Dr. Madar Jaodat Essa** **

**(Received 2 / 10 / 2022. Accepted 1 / 3 / 2023)**

## □ ABSTRACT □

This Research aimed to measure the level of Stress among sample of teachers of the first cycle of the basic education in Lattakia city, and determine the most common factor of personality among them, and investigates the relationship between the level of Stress and the Big Five Factor of personality, as well as an investigating the possibility of predicting the level of Stress through the Big Five Factor.

To achieve the research objectives, the descriptive method was used, and the tow search tools were: The Stress scale for teachers of AL-Asmy, and the big five factors of personality scale of Costa and McCare with its translated version into Arabic. The research sample included (360) male and female teachers of the first cycle of basic education in Lattakia city.

The results showed that the level of Stress among teachers of the research sample is high, and the low level factors of: (Extroversion, Openness to experience, Agreeableness) among teachers leads to a high level of Stress, and the high level factors of: (Neuroticism and Conscientiousness) lead to a high of Stress, and the Stress of teachers can be predicted through factors: (Extroversion, Openness to experience, Agreeableness, Neuroticism Conscientiousness), in addition , the most common personality factor among teachers was Conscientiousness.

Based on the research results, some suggestions were made, including: preparing and implementing counseling and remedial programs for teachers in the service phase; those who suffer from Stress, and training teachers in the pre-service stage on the application of strategies to alleviate Stress.

**Key Words**: Stress, Big Five Factors of personality, teachers of the basic education**.**

**Copyright** **:**Tishreen University journal-Syria, The authors retain the copyright

* **Doctor of child Education. E-Mail: reem.b.issa@tishreen.edu.sy**
** **Doctor of child Education. E-Mail: madar.issa@tishreen.edu.sy**

# مستوى الضّغوط النّفسيّة وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة

## "دراسة ميدانيّة على عيّنة من معلّمي الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ في مدينة اللّاذقيّة"

**د. ريم بدر عيسى***

**د. مدار جودت عيسى****

**(تاريخ الإيداع 2 / 10 / 2022. قبل للنشر في 1 / 3 / 2023)**

## □ ملخّص □

هدف البحث الحاليّ إلى قياس مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى عيّنة من معلميّ الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ في مدنية اللّاذقيّة، وتحديد عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لديهم، وتقصّي العلاقة بين مستوى الضّغوط النّفسيّة والعوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة، فضلاً عن تقصّي إمكانيّة التّنبّؤ بمستوى الضّغوط النّفسيّة من خلال العوامل الخمسة الكبرى.

لتحقيق أهداف البحث، استُخدم المنهج الوصفيّ، وكانت أداتا البحث: مقياس الضّغوط النّفسيّة للمعلّمين للعاسمي، ومقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصية (NEO-FFI) لكوستا وماكري بنسخته المترجمة إلى اللّغة العربيّة، وشملت عيّنة البحث (360) معلّماً ومعلّمةً من معلّمي الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ في مدنية اللّاذقيّة.

أظهرت نتائج البحث أنّ: مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى المعلمّين عيّنة البحث مرتفع، وأنّ انخفاض مستوى عوامل: (الانبساطيّة، والانفتاح على الخبرة، والطّيبة) لدى المعلّمين يؤدي إلى ارتفاع مستوى الضّغوط النّفسيّة، وأنّ ارتفاع مستوى عامليّ: (العصابيّة، ويقظة الضّمير) يؤدي إلى ارتفاع مستوى الضّغوط النّفسيّة لديهم. وأنّه يمكن التّنبّؤ بمستوى الضّغوط النّفسيّة لدى المعلّمين من خلال عوامل: (العصابيّة، يقظة الضّمير، الطّيبة، الانفتاح على الخبرة، والانبساطيّة)، فضلاً عن أنّ عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لدى المعلمين كان يقظة الضّمير.

وبناء على نتائج البحث قُدّمت بعض المقترحات منها: إعداد وتطبيق برامج إرشاديّة وعلاجيّة للمعلّمين في مرحلة الخدمة؛ ممن يعانون من الضّغوط النّفسيّة، وتدريب المعلمين في مرحلة ما قبل الخدمة على تطبيق استراتيجيّات التّخفيف من الضّغوط النّفسيّة.

**حقوق النشر** : مجلة جامعة تشرين- سورية، يحتفظ المؤلفون بحقوق النشر بموجب الترخيص CC BY-NC-SA 04

**الكلماتُ المفتاحيّةُ:** الضّغوط النّفسيّة، العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة، معلّمي مرحلة التّعليم الأساسيّ.

* **دكتوراه – تربية الطّفل.** reem.b.issa@tishreen.edu.sy

** **دكتوراه – تربية الطّفل.** madar.issa@tishreen.edu.sy

## مقدّمة:

فرض التّقدّم العلميّ وثورة المعلومات والاتّصالات وما نتج عنها من تغيّرات اجتماعيّة واقتصاديّة وسياسيّة تحدّيات وصعوبات على حياة الإنسان جعلتها معقّدة وضاغطة، فزادت متطلّبات الحياة ومسؤوليّات وحاجات الفرد، ممّا جعله عرضة للضّغط النّفسي. هذا وتعدّ الضّغوط جزءاً أساسيّاً من الحياة، وفي كلّ المجالات والمهن الّتي يعمل بها الإنسان. وفي هذا الصّدد يؤكّد سيلي Sely : "أنّه لا يستطيع أيّ شخص أن يعيش بدون التّعرّض لبعض درجات الضّغوط طوال الوقت" ( De Barrell, 2011,18). ومهنة التّعليم بما تتطلّبه من مسؤوليّات وواجبات وما تفرضه من أعباء، من أكثر المهن الّتي يتعرّض فيها المعلّمين للضّغط النّفسي، وهنا أشار كيرياكو kyriacou (2008، 36) "أن مهنة التّعليم واحدة من بين أكثر عشر مهن في العالم تسبّب الضّغط النّفسي". وتتعدّد الظّروف والمصادر الّتي تسببّ الضّغط النّفسيّ للمعلّمين، وأبرز هذه المصادر؛ تعليم تلاميذ تنقصهم الدّافعيّة، والحفاظ على النّظام، وضغط العمل والوقت، والتّأقلم مع التّغيير، والتّعامل مع الزّملاء، والأعمال الإداريّة، وصراع الدّور وغموضه، وظروف العمل السّيئة، فضلاً عن العديد من الأسباب الخاصّة بكلّ معلّم (kyriacou, 2008, 47). هذا وإنّ مصادر الضّغوط النّفسيّة ليست هي المشكلة بحدّ ذاتها، وإنّما تكمن المشكلة في الكيفيّة الّتي يستجيب بها المعلّمون للضّغوط، والّتي تتمثّل بردود أفعالهم الجسديّة والانفعاليّة والسّلوكيّة والاجتماعيّة تجاهها. حيث لا يتعامل المعلّمين جميعهم مع المشكلات والصّعوبات الّتي تواجههم بالطّريقة ذاتها، وبحسب ويلكنسون Wilkinson (2013، 4) فإنّ مميّزات شخصيّة المعلّم من أبرز العوامل الّتي تتوقّف عليها الطّريقة الّتي يتّبعها لمواجهة الضّغط النّفسي، والّتي عادةً تملي عليه ردّة فعله إزاء المصاعب والمشاكل العمليّة والمهنيّة والعائليّة الّتي يواجهها. فالضّغوط إذاً شيئاً عاديّاً، ولكنّ الاستجابة لمواقف الحياة بطريقة خاصّة فريدة، هي ما يميّز شخصّية معلّم عن شخصيّة معلّم آخر. ومن النّماذج الّتي عملت على تفسير الفروق الفرديّة بين الأشخاص، وتناولت سمات الشّخصيّة على نطاق واسع؛ نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة، الّذي يشمل خمسة أبعاد واسعة تفسّر الشّخصيّة؛ هي الانبساطيّة والعصابيّة ويقظة الضّمير والانفتاح على الخبرة والطّيبة. ويعدّ أكثر النّماذج قبولاً وشهرةً، حتّى أنّه يرقى إلى مرتبة النّظرية النّفسيّة؛ إذ تتوافر فيه معظم معايير وشروط النّظريّة الجيّدة، ويتّصف بالملائمة ولا يتعارض مع نظريّات مقبولة في الوقت الرّاهن، كما ويتضمّن نوعاً من التّصنيف العلميّ، وقابل للتّطبيق العمليّ، ويتّصف بالعالميّة (El-Mawafi & Radi, 2006,2- 3). ووفقاً لكوستا وماكري Costa And McCare (1999) فإنّ كثيراً ممّا يعنيه علماء النّفس بمصطلح الشّخصيّة يلخّصه نموذج العوامل الخمسة الكبرى (Nicholas & Davis, 2011, 91). وهذا ما دفع الباحثتان لاستخدام هذا النّموذج في البحث الحاليّ، فقامتا باعتماده في محاولة منهما لدراسة العلاقة بين مستوى الضّغوط النّفسيّة والعوامل الخمسة الكبرى لدى معلّميّ الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ في مدينة اللّاذقيّة.

## مشكلة البحث:

يتعرّض المعلّم السّوري شأنه شأن المعلّمين حول العالم إلى ضغوط نفسيّة تفرضها مهنة التّعليم، إلّا أنّ الظّروف الرّاهنة الّتي تمرّ بها سوريّة منذ سنوات عدّة؛ عكست تأثيراتها السّلبيّة على جوانب الحياة الأخرى، ممّا ضاعف الصّعوبات والضّغوطات على الجميع بمن فيهم المعلّم؛ فهو إنسان وله حياته الخاصّة خارج المدرسة، ممّا يعني أنّ مصادر الضّغوط الّتي يتعرّض لها المعلّم تتعدّى مهنة التّعليم لتشمل الجوانب الحياتيّة الأخرى. والمشكلة تكمن في تراكم هذه الضّغوط، وفشل المعلّم في مقاومتها والتّكيّف معها، لأنّ ذلك سيترك آثاراً سلبيّة عدّة عند المعلّم تلخّصها

Al-Nawaisah (2011، 43) بـ: (عدم الرّضا الوظيفيّ، وضعف مستوى أداءه وعجزه عن الابتكار داخل الصّفّ، وعدم قدرته على مواجهة متطلّبات المهنة وتحدّياتها، فضلاً عن ضعف دافعيّته للعمل، وإصابته بالأمراض الجسديّة والنّفسيّة، وانخفاض مستوى ثقته بنفسه وتأكيده لذاته، وشعوره بالدّونيّة، وشعوره بالإنهاك والاحتراق النّفسيّ، وانخفاض مستوى تحصيل تلاميذه). وعليه، فإنّ الآثار السّلبيّة للضّغوط النّفسيّة تطال أحد أسس العمليّة التّعليميّة التّعلّميّة، والخطورة عندما يكون معلّماً في الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ؛ الّذي يتعامل مع أطفال؛ يتّسمون بخصائص عقليّة ونفسيّة وجسميّة خاصّة، ولذلك فهم يحتاجون إلى معلّم قادر على تفهمهم وتعليمهم والتّفاعل الإيجابيّ الفعّال معهم. وقد لاحظت الباحثتان خلال عملهما في مهنة التّعليم، وباعتبارهما معلّمتين في الحلقة الأولى من التّعليم الأساسيّ، أنّ بعض المعلّمين يظهرون خلال وجودهم في المدرسة انفعالات سلبيّة عدّة: كالغضب الشّديد والتّوتّر المبالغ به، سواء في علاقاتهم مع الإدارة، أو مع بعضهم، أو مع مشكلات تلاميذهم ذات الصّلة بالعمليّة التّعليميّة والتّحصيل والسّلوك والانضباط الصّفيّ. ومنهم من ظهر عليه الملل من العمل المدرسيّ وعبّر عن رغبته بالتّقاعد المبكّر، ولوحظ أيضاً تكرّر الغياب عند بعض المعلّمين، وميلهم للحصول على الإجازات، وابتهاجهم الشّديد بالعطل الرّسميّة. وظهرت لدى العديد منهم مشاكل صحيّة كالتّشنّج العضليّ وآلام المعدة، ومنهم من تحدّث عن ارتفاع في ضغط الدّم لديه. إلّا أن البعض الآخر من المعلّمين ورغم أنّه يتعرّض للظّروف المهنيّة والحياتيّة المشابهة لزملائهم الّذين سبق ذكرهم، فقد كانوا أكثر مرونة في التّعامل مع ضغوط العمل والمواقف الّتي يواجهونها سواء مع الإدارة أو الزّملاء أو التّلاميذ، وأظهروا الهدوء والابتسامة والصّبر، ومستويات أعلى من الطّاقة الإيجابيّة والحماس للعمل والإبداع فيه؛ أي أنّهم امتلكوا استراتيجيّات تكيّفيّة جعلتهم أكثر قدرة على مقاومة الضّغوط والتّغلّب عليها، على عكس زملائهم الآخرين الّذين لم يتكيّفوا مع الضّغوط، وأظهروا سلوكيّات وأعراضاً تعكس استجابةً سلبيّةً للمواقف والأحداث المتنوّعة وبالتّالي معاناتهم من الضّغوط النّفسيّة. ومن هنا ونظراً لتشابه ظروف بيئة العمل المدرسيّ بكلّ ما تشمله من عناصر، فقد يكون لامتلاك بعض المعلّمين لبعض السّمات الشّخصيّة والخصائص النّفسيّة دوراً في قدرتهم أو عدم قدرتهم على التّكيّف مع الضّغوط والتّعامل الإيجابيّ الفعّال معها. فالشّخصيّة كما يذكر Othman (2001، 219) تلعب دوراً كبيراً في التّفاعل الإنسانيّ، ويرى كاتل أنّ الشّخصيّة هي ما يمكننا من التّنبّؤ بما سيفعله الفرد عندما يوضع في موقف معيّن. وقد كشفت نتائج بعض الأبحاث عن أهميّة بعض عوامل وسمات الشّخصيّة في الوقاية من الضّغوط النّفسيّة وعدم تطوّرها؛ إذ أظهرت دراسة مهدافي (2016) أنّ ارتفاع الانفتاح على الخبرة لدى المعلّمين يؤدي إلى انخفاض مستوى الضّغوط المهنيّة، في حين توصّلت دراسة ألوفيمي ومنغوميزولو(2021) أنّ ارتفاع عوامل العصابيّة والطّيبة ويقظة الضّمير يرافقه انخفاض في مستوى الضّغوط المهنية لدى المعلّمين، وارتفاع عامليّ الانبساطيّة والانفتاح على الخبرة رفع من مستوى الضّغوط، أمّا دراسة علي (2015) فقد بيّنت إمكانيّة التّنبّؤ بالضّغوط المهنيّة من خلال ارتفاع عامليّ العصابيّة والطّيبة. وهذه العيّنة من نتائج الدّراسات تكشف عن اختلاف عوامل الشّخصيّة في المساهمة في رفع أو خفض مستوى الضّغوط، وعن اختلاف العامل ذاته أحياناً في ذلك. وبمراجعة الدّراسات المحليّة السّابقة، تبيّن للباحثتين أن دراسة Sbeira & et. al (2014) درست العلاقة بين الضّغوط النّفسيّة والتّوافق المهنيّ لدى عيّنة من معلميّ الحلقة الأولى في محافظة اللّاذقيّة. بينما تناولت دراسة Barakat & et. al (2015) مستوى الضّغوط النّفسيّة في ضوء بعض المتغيّرات لدى معلّميّ الحلقة الأولى في مدينة جبلة؛ وكشفت نتائج الدّراسة أنّ مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى عيّنة البحث كان متوسّطاً، في حين تناولت دراسة Barakat & et.al (2019) مستوى الضّغوط المهنيّة في ضوء متغيّر الجنس لدى معلّميّ الحلقة الأولى في مدينة اللّاذقيّة، وتوصّلت إلى أنّ مستوى

الضّغوط المهنيّة لدى عيّنة البحث كان متوسّطاً. أما دراسة Jnad & et. al (2019) فقد درست مستوى الضّغوط المهنيّة لدى معلّميّ الحلقة الأولى في مدينة اللّاذقيّة، وعلاقة هذا المستوى بوجهة الضّبط. ومنه يتبيّن ندرة الدّراسات المحليّة الّتي درست العلاقة بين الضّغوط النّفسيّة وسمات الشّخصيّة وفق نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة لدى معلّميّ الحلقة الأولى في مدارس مدينة اللّاذقيّة، وذلك في حدود علم الباحثتين. وعليه تحدّدت مشكلة البحث بالسّؤال الآتي: **ما مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى معلّميّ الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ في مدينة اللّاذقيّة، وما علاقته بالعوامل الشّخصيّة الخمس الآتية: العصابيّة، و الانبساطيّة، والانفتاح على الخبرة، والطّيبة، ويقظة الضّمير؟**

## أهميّة البحث وأهدافه:

**استمدّ البحث أهميّته من النّقاط الآتية:**

- أهميّة عيّنة البحث؛ إذ يعدّ معلّم الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ أحد أهمّ الأسس الّتي تقوم عليها العمليّة التّعليميّة التّعلّميّة.
- أهميّة تناول متغيّر الضّغوط النّفسيّة خصوصاً في المرحلة الرّاهنة الّتي تمرّ بها سوريّة، والّتي تضاعفت فيها مصادر الضّغوط النّفسيّة، وربط هذا المتغيّر بأنماط الشّخصيّة وفقاً للعوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة.
- قد تفيد نتائج البحث في توجيه القائمين على العمليّة التّربويّة إلى الاهتمام بالصّحّة النّفسيّة للمعلّم من خلال إعداد برامج إرشاديّة وعلاجيّة للمعلّمين الّذين يسجّلون مستويات متوسّطة أو مرتفعة من الضّغط النّفسي بهدف التّخفيف من حدّة الضّغوط وتحسين أدائهم المهنيّ وتوافقهم الشّخصيّ والاجتماعيّ.
- قد يلفت نظر القائمين على اختيار المعلّمين ليتمّ تطوير أسس انتقاء وقبول الطلبة/المعلّمين في كليّات التّربيّة، بحيث يخضعون لاختبارات تكشف عن أنماط شخصيّاتهم ومدى قدرتها على التّوافق والتّكيّف مع الضّغوط النّفسيّة.
- قد يوجّه إلى الاهتمام باطّلاع المعلّمين، قبل الخدمة، على أساليب التّعامل الفعّال مع الضّغوط النّفسيّة نظريّاً، والحرص على إكسابهم هذه الأساليب من خلال جلسات تطبيق عمليّة قبل انخراطهم في مهنة التّعليم.

**وهدف البحث الحاليّ إلى تحقيق ما يأتي:**

- قياس مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى أفراد عيّنة البحث كليّاً وفرعيّاً.
- تقصّي العلاقة بين مستوى الضّغوط النّفسيّة والعوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة لدى أفراد عيّنة البحث.
- تقصّي إمكانيّة التّنبؤ بالضّغوط النّفسيّة لدى أفراد عيّنة البحث من خلال العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة.
- تحديد عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لدى أفراد عيّنة البحث وفق نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة.

**أسئلة البحث:**

أجاب البحث الحاليّ عن السّؤالين الآتيين:

- ما أكثر العوامل الخمس الكبرى إسهاماً في التنبؤ بالمستوى العام للضّغوط النّفسية لدى أفراد عينة البحث؟
- ما عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لدى أفراد عيّنة البحث وفق نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة؟

**فرضيّات البحث:**

اختُبرت فرضيّتيّ البحث عند مستوى الدّلالة (a= 0.05):

- لا يوجد فرق دالّ إحصائيّاً بين متوسّط درجات أفراد عيّنة البحث على مقياس الضّغوط النّفسية وبين المتوسّط الفرضيّ كليّاً وفرعيّاً.
- لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيّاً بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل، ودرجاتهم على مقياس العوامل الخمس الكبرى للشّخصية.

## التّعريفات الإجرائيّة للبحث:

تعرّف **الانبساطيّة** بأنّها: الدّرجة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على البنود المخصّصة للانبساطيّة في المقياس المستخدم في البحث، وتعرّف **الطّيبة** بأنّها: الدّرجة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على البنود المخصّصة للطّيبة في المقياس المستخدم في البحث، وتعرّف **العصابيّة** بأنّها: الدّرجة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على البنود المخصّصة للعصابيّة في المقياس المستخدم في البحث، وتعرّف **يقظة الضّمير** بأنّها: الدّرجة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على البنود المخصّصة ليقظة الضّمير في المقياس المستخدم في البحث، ويعرّف **الانفتاح على الخبرة** بأنّه: الدّرجة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على البنود المخصّصة للانفتاح على الخبرة في المقياس المستخدم في البحث، وتعرّف **الضّغوط النّفسيّة** بأنّها: الدّرجة الكليّة الّتي يحصل عليها المعلّم في استجابته على أبعاد مقياس الضّغوط النّفسيّة المستخدم في البحث.

## الدّراسات السّابقة:

دراسة **بركات وآخرون** (2015) في سورية بعنوان: **الضغوط النّفسيّة كما يدركها المعلّمون "دراسة ميدانيّة على عيّنة من معلّمي مرحلة التّعليم الأساسيّ (الحلقة الأولى) في مدينة جبلة.** هدف البحث إلى تعرّف شدّة الضّغوط النّفسيّة لدى عيّنة من معلّمي مرحلة التّعليم الأساسيّ (الحلقة الأولى)، وتقصّي فيما إذا كان هناك فروق بين المعلّمين في شدّة الضّغوط تعزا إلى متغيّرات: الجنس، والحالة الاجتماعيّة، والخبرة. استُخدم المنهج الوصفيّ، وكانت أداة البحث مقياساً للضّغوط النّفسيّة للعاسمي. وشملت عيّنة البحث (60) معلّماً ومعلّمةً. توصّلت نتائج البحث إلى أنّ شدّة الضّغوط النّفسيّة لدى المعلّمين كانت بمستوى متوسّط، وأشارت النّتائج إلى أنّ شدّة الضّغوط النّفسيّة لدى المعلّمين لم تتأثّر بمتغيّرات الجنس والحالة الاجتماعيّة والخبرة.

دراسة **علي** (2015) في مصر بعنوان: **القيمة التّنبّؤيّة للعوامل الخمس الكبرى للشّخصيّة في الضّغوط المهنيّة لدى معلّمي التّربية الخاصّة.** هدف البحث إلى التّحقّق من العلاقة بين العوامل الخمس الكبرى للشّخصيّة والضّغوط المهنيّة لدى معلّميّ التربية الخاصّة، ودراسة إمكانيّة التّنبّؤ بالضّغوط المهنيّة من خلال العوامل الخمس الكبرى، وتحديد الفروق في الضّغوط المهنيّة والعوامل الخمس الكبرى للشّخصيّة في ضوء بعض المتغيّرات. استّخدم المنهج الوصفيّ، وكانت أداة البحث مقياساً للضّغوط المهنيّة من إعداد الباحث، وشملت عيّنة البحث (64) معلّم تربية خاصّة. أظهرت نتائج الدّراسة ارتباطاً إيجابيّاً بين العوامل الخمس الكبرى للشّخصيّة والضّغوط المهنيّة لدى عيّنة البحث، وإمكانيّة التّنبّؤ بالضّغوط المهنيّة من خلال عامليّ العصابيّة والمقبوليّة.

دراسة **مهدافي Mahdavi** (2016) في الهند بعنوان: **العلاقة بين ضغوط العمل وأبعاد الشّخصيّة لمعلّميّ التّربية الرّياضيّة في مدينة بارس أباد Relationship between Job Stress and Personality Dimensions of education Physical Education Teachers in the City of Pars Abad.**
هدف البحث إلى تحديد العلاقة بين ضغوط العمل وأبعاد الشّخصيّة: (العصابيّة، الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، الطّيبة، المسؤوليّة) لدى عيّنة من معلّميّ التّربية الرّياضيّة في مدينة بارس أباد. استُخدم المنهج الوصفيّ، وكانت أداتا البحث مقياسين؛ أحدهما لضغوط العمل، والآخر لأبعاد الشّخصيّة (NEO)، وشملت عيّنة البحث (123) معلّماً. أظهرت نتائج البحث أن ارتفاع مستوى الانفتاح على الخبرة يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغوط العمل، فيما لم يكن هناك أيّ ارتباط بين الأبعاد الأخرى المدروسة وضغوط العمل.

دراسة **ألوفيمي ومنغوميزولو Olufemi & Mngomezulu** (2021) في نيجيريا بعنوان: **الضّغوط المهنيّة لدى معلّميّ المتعلّمين ذوي الحاجات الخاصّة Occupational Stress among teachers of Learners with Special Needs.** هدف البحث إلى دراسة إمكانيّة التّنبّؤ بالضّغوط المهنيّة من خلال السّمات الشّخصيّة والجنس لدى معلّميّ المتعلّمين ذوي الحاجات الخاصّة في جنوب غرب نيجيريا. استُخدم المنهج الوصفيّ، وكانت أداتا الدّراسة: استبانة للضّغوط المهنيّة للمعلّمين، ومقياس العوامل الخمسة للشّخصيّة، وشملت عيّنة البحث (472) معلّماً ومعلّمة. أظهرت نتائج البحث أنّ كلّ ارتفاع للعصابيّة والطّيبة ويقظة الضّمير يرافقه انخفاض في مستوى الضّغوط المهنيّة، وكلّ ارتفاع للانبساطيّة والانفتاح على الخبرة يرافقه ارتفاع مستوى الضّغوط المهنيّة.

**التّعقيب على الدّراسات السّابقة وموقع البحث الحاليّ منها:** يتشابه هدف البحث الحاليّ جزئّياً مع هدف دراسة بركات وآخرون (2015) في قياس مستوى الضّغط النّفسي لدى عيّنة البحث، ومع هدفيّ دراستيّ علي (2015) وألوفيمي ومنغوميزولو (2021) في إمكانيّة التّنبّؤ بالضّغوط المهنيّة من خلال العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة، ومع هدف دراسة مهدافي (2016) في قياس العلاقة بين الضغوط المهنيّة والعوامل الخمس الكبرى. كما واتّفق مع الدّراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفيّ، وفي استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة، أيضاً اتفق مع دراسة بركات وآخرون (2015) في عيّنة البحث من معلّمي الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسيّ، واستخدام مقياس العاسمي لقياس الضّغوط النّفسيّة لدى المعلّمين. ويتميّز البحث الحاليّ عن الدّراساتِ السّابقةِ في جزء من الهدف وهو تحديد عامل الشّخصيّة السّائد بين أفراد العيّنة، وفي تناول الضّغوط النّفسيّة وليس فقط الضّغوط المهنيّة؛ الّتي تعدّ جزءاً من الضّغوط النّفسيّة، وفي موقع تطبيق البحث في مدينة اللّاذقيّة، وكون هذا البحث هو الدراسة المحليّة الوحيدة الّتي ربطت الضّغوط النّفسيّة مع العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة في حدود علم الباحثتين.

## الدّراسة النّظرية:

**1- الضّغوط النّفسيّة:** يقصد بالضّغط النّفسيّ: وجود عوامل خارجيّة ضاغطة على الفرد بدرجة تُوجد لديه إحساساً بالتّوتّر أو تشويهاً في تكامل شخصيّته، وحين تزداد هذه الضّغوط فإنّ الفرد يفقد قدرته على التّوازن. ويعرّف لازاروس Lazarus الضّغط بأنّه: مجموعة المثيرات الّتي يتعرّض لها الفرد والاستجابات المترتّبة عليها، وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر، وأساليب التّكيّف مع الضّغط ، والدّفاعات النّفسيّة الّتي يستخدمها الفرد في مثل هذه الظّروف (Al-Toreri, 1994, 8-10). وتصنّف الضّغوط النّفسيّة وفقاً لأسس عدّة، فقد تكون ضغوطاً: إيجابيّة أو سلبيّة، متقطّعة أو مستمرّة، داخليّة أو خارجيّة، عامّة أو خاصّة، خفيفة أو معتدلة أو شديدة، كما وتصنّف من حيث المكان، ومن حيث

مجال الحياة الّذي تحدث فيه (Yousof, 2007, 15). وتظهر على الفرد، نتيجة للضّغوط النّفسيّة الزّائدة، مجموعة من الأعراض أو العلامات، وتصنّف هذه الأعراض إلى أعراض عضويّة، مثل: زيادة معدّل ضربات القلب وارتفاع ضغط الدّم، وأعراض انفعاليّة، مثل: الغضب والاكتئاب والتّوتّر الشديد، وأعراض معرفيّة، مثل: انخفاض القدرة على التّركيز والانتباه واضّطرابات في وظيفة الذّاكرة، وأعراض سلوكيّة: مثل: الانسحاب بعيداً عن الآخرين والإصابة بفقدان الشّهيّة أو الشّراهة في تناول الطّعام (Ghanem, 2009, 17-18). وقد وضع سيلي تسلسلاً للأحداث الخاصّة لاستجابة الإنسان للأحداث الضّاغطة، وتأخذ ثلاث مراحل، إذ تسمّى المرحلة الأولى؛ مرحلة الإنذار ويصبح فيها الفرد مستعدّاً ومتحفّزاً لمواجهة التّهديد، وفي المرحلة الثّانية؛ أي المقاومة، يبذل الفرد جهوداً للتّعامل مع التّهديد من خلال المواجهة، وأمّا المرحلة الثّالثة، مرحلة الاستنزاف أو الإنهاك، فتحدث عندما يفشل الفرد في التّغلّب على التّهديد ويستنفد مصادره الفيزيولوجيّة في محاولة التّكيّف (Yousof, 2007, 8-9).

**2- نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة:** يعدّ نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة من أحدث النّماذج الّتي تناولت دراسة وتفسير سمات الشّخصيّة الإنسانيّة. إذ جاء هذا النّموذج نتيجة مباشرة للبحوث العامليّة الحديثة في مجال الشّخصيّة؛ إذ اعتمدت تلك البحوث، منذ المحاولات المبكّرة لجيلفورد وإيزنك وكاتل، على التّحليل العامليّ لحجم ضخم من البنود الّتي تقيس سمات الشّخصيّة بهدف التّوصّل إلى عدد من الأبعاد الكبرى الّتي تعبّر عن نموذج الشّخصيّة (Faraj, 2007, 735). والعوامل الخمسة الكبرى هي: الانبساطيّة، الطّيبة، العصابيّة، يقظة الضّمير، الانفتاح على الخبرة (Cloninger, 2004, 214). وسيتمّ توضيح هذه العوامل في الآتي:

**الانبساطيّة:** وتشير إلى كمّ وشدّة التّفضيلات في التّفاعلات بين الشّخصيّة ومستوى النّشاط والحاجة إلى الاستثارة والقدرة على الاستمتاع (محمد، 2000، 356). وتشمل الانبساطيّة تبعاً لكوستا وماكري (1992) ستّة أوجه هي: الدّفء، الاجتماعيّة، النّشاط، البحث عن الإثارة، الانفعالات الإيجابيّة، والبحث عن الإثارة (الأنصاري، 2002، 712-713)، أمّا **الطّيبة** فتعني الثّقة بالغير ومساعدة الآخرين مقابل الشّك فيهم وعدم التّعاون معهم (Ewen, 2003, 285). وتشمل الطّيبة تبعاً لكوستا وماكري (1992) ستّة أوجه هي: التّواضع، اعتدال الرّأي، الإذعان أو القبول، الثّقة، الاستقامة، والإيثار (الأنصاري، 2002، 714)، وترتبط **يقظة الضّمير** بالتّنظيم والمثابرة والتّحكّم والدّافعيّة نحو السّلوك الموجّه نحو الهدف (محمد، 2000، 357). وتشمل يقظة الضّمير تبعاً لكوستا وماكري (1992) ستّة أوجه هي: التّنظيم، الكفاءة، النّضال في سبيل الإنجاز، الالتزام بالواجبات، ضبط الذّات، والتّأنّي (الأنصاري، 2002، 715)، أمّا **العصابيّة** فتشير إلى المدى الّذي يكون فيه الشّخص غير آمن وغير مستقرّ انفعاليّاً أو آمن وهادئ ومستقرّ انفعاليّاً (Ewen, 2003, 418). وتشمل العصابيّة تبعاً لكوستا وماكري (1992) ستّة أوجه هي: القلق، الغضب، العدائيّة، الاكتئاب، الشّعور بالذّات، والاندفاع (الأنصاري، 2002، 735)، ويشير **الانفتاح على الخبرة** إلى المدى الّذي يكون فيه الشّخص مبدع وغير تقليدي ومنفتح أو تقليدي ومنغلق (Ewen, 2003, 418). ويشمل الانفتاح على الخبرة تبعاً لكوستا وماكري (1992) ستّة أوجه هي: الخيال، الجمال، القيم، الأفعال، الأفكار، والمشاعر (الأنصاري، 2002، 713-714).

**حدود البحث:**

- **الحدود الزّمانيّة:** تمّ إجراء البحث خلال الفترة الممتدة ما بين شهري (كانون الثّاني- أيلول)، عام 2022، وتمّ تطبيق المقياسين على أفراد عينة البحث خلال الفترة الممتدة ما بين (2022/4/25) و (2022/5/25).

– **الحدود المكانيّة:** تمّ تطبيق مقياسي البحث في (12) مدرسة من مدارس مدينة اللاذقيّة الرّسميّة للتّعليم الأساسي / الحلقة الأولى.

– **الحدود البشريّة:** طُبّق البحث على عينة من معلمي الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسي، مؤلّفة من (360) معلّماً ومعلّمة، ملحق (1).

– **الحدود الموضوعيّة:** اقتصر البحث على أبعاد الضّغوط النّفسيّة الآتية: (الضّغوط الصّحيّة، الضّغوط النّفسيّة، الضّغوط الاجتماعيّة: زملاء ومدير وموجهيّن، مستلزمات العمليّة التّعليميّة، الدّافعيّة والإنجاز، وفرص التّرقيّة)؛ بما يتناسب مع مقياس العاسمي (2008)؛ إذ صُمّم هذا المقياس لقياس هذه الأبعاد تحديداً، كما اقتصر على سمات الشّخصيّة الآتية: (العصابيّة، الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، الطّيبة، ويقظة الضّمير)؛ بما يتناسب مع نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة؛ والذّي يعدّ من أهم النّماذج التّي فسرت سمات الشّخصيّة.

## منهج البحث:

استُخدم المنهج الوصفي الذّي يعتمد على دراسة المشكلة أو الظّاهرة كما هي على أرض الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً سواء باستخدام الأسلوب الكيفي أو الكمي (Al-Sharbini et al.2013, 259)

## مجتمع البحث:

شمل المجتمع الأصلي للبحث جميع معلّمي الحلقة الأولى من مرحلة التّعليم الأساسي في المدارس الرّسميّة التّابعة لوزارة التّربية في مدينة اللاذقيّة للعام الدّراسي (2022/2021)، وقد بلغ عدد أفراد المجتمع الأصلي للعام الدّراسي (2022/2021) (2428) معلّماً ومعلّمة، موزّعين على (61) مدرسة.

## عينة البحث:

لتحديد عدد أفراد العينة الممثلة للمجتمع الأصلي اعتمدت الباحثتان على معادلة حساب حجم العينة الآتية: (naing;*etal.*, 2006, p.13)

$$n=[NZ^2p(1-p)]/\ [d^2(N-1)+Z^2p(1-p)]$$

حيث: N المجتمع الأصلي للبحث، Z قيمة تساوي (1.96) عند مستوى الثقة (95%)، p قيمة تساوي (0.5)، d قيمة تساوي (0.05). وحسب هذه المعادلة تبيّن أنّ عدد أفراد عينة البحث يجب أن يكون (332) معلّماً ومعلّمة على الأقل من معلّمي مدارس مدينة اللاذقية، وعليه وزّعت الباحثتان المقياسين على (375) معلّماً ومعلّمة وفق الطّريقة العشوائية البسيطة، ولكن بعد تفريغ إجابات المعلّمين على الحاسوب باستخدام برنامج (SPSS) تبيّن أنّ عدد أفراد العينة الذّين استوفوا شروط الإجابة على المقياسين قد بلغ (360) معلّماً ومعلّمة، وهو العدد النّهائي لأفراد عينة البحث.

## أدوات البحث:

### أولاً: مقياس الضّغوط النّفسيّة للمعلمين:

– **مُعدّ ومقنن المقياس:** د. رياض نايل العاسمي، أستاذ العلاج النّفسي في كليّة التّربية، جامعة دمشق (2008).

- **وصف المقياس:** تكوّن المقياس من (54) عبارة، تتناول مصادر ومظاهر الضّغوط لدى المعلّمين، تمّ توزيعها على ستة أبعاد، هي: الضّغوط الصّحيّة (10) عبارات، والضّغوط النّفسيّة (12) عبارة، والضّغوط الاجتماعيّة (14) عبارة، ومستلزمات العمليّة التّعليميّة (8) عبارات، وبُعد الدّافعيّة والإنجاز (6) عبارات، وبُعد فرص التّرقيّة (4) عبارات. وتتدرج الإجابة على كل عبارة من عبارات المقياس على سلّم مدرج من خمس إجابات حسب طريقة ليكرت: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، حيث تتراوح الدّرجة الكليّة للمقياس بين (54) كحد أدنى و(270) كحد أعلى، وتشير الدّرجة المرتفعة إلى وجود درجة شديدة من الضّغط النّفسي يعاني منه المفحوص، بينما تشير الدّرجة المنخفضة إلى انخفاض أو اعتدال مستوى الضّغط النّفسي.

- **تصحيح المقياس:** يقوم المفحوص بوضع علامة لكل عبارة من عبارات المقياس في الخانة التّي تصفه بشكل جيد، وبعد الانتهاء من الإجابة على بنود المقياس كافة يحسب الفاحص الدّرجات التّي حصل عليها المفحوص، وذلك بجمع الدرجات وفق الخانات المحددة فيه. وهناك خمس درجات على المقياس وفق ما يأتي: (دائماً = 5 درجات، غالباً = 4 درجات، أحياناً = 3 درجات، نادراً = 2 درجة، أبداً = 1 درجة).

- **إجراءات الصّدق والثّبات الإضافية التّي قامت بها الباحثتان:**

- **الصّدق الظّاهري للمقياس:** تمّ عرض المقياس على مجموعة من المحكّمين ذي الخبرة والاختصاص للتّأكد من سلامة الصّياغة اللغوية للعبارات، ووضوحها، ومناسبتها للهدف الذّي وضعت من أجله، وملاءمة البدائل الموضوعة، ووجود أيّة صعوبة أو غموض في فهم تعليمات الإجابة، مع اقتراح إضافة أو حذف أو تعديل ما يرونه مناسباً، وقد أجمع المحكّمون على صلاحية المقياس للتّطبيق دون أية تعديلات تذكر، كما أشاروا إلى أنّ عبارات المقياس تقيس ما وضعت من أجله؛ أي أنّ المقياس يتميّز بدرجة عالية من الصّدق. وبذلك بقي عدد عبارات المقياس (54) عبارة، تقيس (6) أبعاد.

- **تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعيّة:** قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعيّة مكوّنة من (40) معلّماً ومعلّمة من معلمي الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وذلك في 2022/4/5؛ بهدف التّأكد من وضوح العبارات وتعليمات الإجابة، والتّحقق من صدق المقياس وثباته.

- **التأكد من وضوح العبارات والتّعليمات:** طلبت الباحثتان من أفراد العينة قراءة تعليمات الإجابة عن المقياس وإبداء ملاحظاتهم حول وجود أيّة صعوبة أو غموض في فهم تعليمات الإجابة أو مضمون العبارات، وبعد مناقشة أفراد العينة حول ذلك ومراجعة استجاباتهم تبيّن للباحثتين وضوح تعليمات الإجابة وعبارات المقياس كلّها من قبل أفراد العينة جميعهم.

- **حساب معامل ثبات المقياس:** بعد التّوصل إلى درجات أفراد العينة الاستطلاعيّة تمّ حساب ثبات المقياس بالطّرائق الآتية:

**جدول (1): معاملات ثبات مقياس الضّغوط النّفسيّة كلياً وفرعياً**

| البعد | طريقة الاتّساق الدّاخلي | طريقة التّجزئة النّصفيّة | | طريقة الإعادة (الاستقرار عبر الزّمن) |
|---|---|---|---|---|
| | معامل ألفا كرونباخ | معامل ثبات نصف المقياس | معامل جتمان | معامل الارتباط بيرسون |
| الضّغوط الصّحيّة | 0.924 | 0.918 | 0.935 | 0.910** |
| الضّغوط النّفسيّة | 0.900 | 0.788 | 0.876 | 0.865** |
| الضّغوط الاجتماعيّة | 0.934 | 0.890 | 0.941 | 0.854** |
| مستلزمات العمليّة التّعليميّة | 0.944 | 0.739 | 0.848 | 0.890** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| الدّافعيّة والإنجاز | 0.863 | 0.841 | 0.912 | 0.848** |
| فرص التّرقيّة | 0.816 | 0.787 | 0.863 | 0.839** |
| الدّرجة الكليّة | 0.958 | 0.975 | 0.987 | 0.950** |

يتّضح مما سبق أنّ المقياس يتمتع بدرجة ثبات مقبولة لأغراض البحث العلمي تشير إلى إمكانيّة تطبيقه.

- **التّأكد من صدق المقياس:** قامت الباحثتان بالتّحقق من أنواع الصّدق الآتية:

❖ **الصّدق التّمييزي للفقرات (صدق المقارنة الطّرفيّة):** استخدمت الباحثتان اختبارT للعينات المستقلة لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، وجود فرق ذي دلالة إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين العليا والدّنيا للمقياس ككل، ولأبعاده الفرعيّة كلّ على حدة، وهذا يؤكّد قدرة المقياس على التّمييز بين الأفراد ذوي الدّرجات المرتفعة وذوي الدّرجات المنخفضة.

❖ **الاتّساق الدّاخلي كمؤشر لصدق التّكوين الفرضي:** استخدمت الباحثتان برنامج SPSS لحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة والدّرجة الكليّة للبعد الذّي تنتمي له، وأظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.412–0.988) وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، كما قامت الباحثتان بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والمقياس ككل، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.928–0.989)، وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى تمتّع المقياس بالاتّساق الدّاخلي.

❖ **صدق التّكوين الفرضي:** استخدمت الباحثتان برنامج SPSS لحساب معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.831–0.969)، وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى تمتّع المقياس بصدق التّكوين الفرضي.

– **الصّورة النّهائيّة للمقياس:** في ضوء ما سبق أخذ المقياس صورته النّهائيّة الجاهزة للتّطبيق على أفراد عينة البحث الأساسيّة، ملحق (2)؛ حيث تمّ ترتيب عبارات مقياس الضّغوط النّفسيّة للمعلّمين وفق ما يأتي:

– البعد الأوّل: يقيس الضّغوط الصّحيّة، ويشمل العبارات (1،7،13،19،25،30،35،39،43،46).

– البعد الثّاني: يقيس الضّغوط النّفسيّة، ويشمل العبارات (2،8،14،20،26،31،36،40،44،47،49،53).

– البعد الثّالث: يقيس الضّغوط الاجتماعيّة، ويشمل العبارات (3،9،15،21،27،32،37،41،45،48،50،51،52،54).

– البعد الرّابع: يقيس مستلزمات العمليّة التّعليميّة، ويشمل العبارات (4،10،16،22،28،33،38،42).

– البعد الخامس: يقيس الدّافعيّة والإنجاز، ويشمل العبارات (5،11،17،23،29،34).

– البعد السّادس: يقيس فرص التّرقيّة، ويشمل العبارات (6،12،18،24).

## ثانياً: مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة:

– **مُعدّ ومُقنّن ومُترجم المقياس:** أعدّ وقنّن المقياس بصورته الأصلية كوستا وماكري (1992)، وترجمه إلى اللغة العربية بدر الأنصاري، وقننه على البيئة السّوريّة ملحم (2009).

– **وصف المقياس:** تكوّن المقياس من (60) عبارة، إيجابية وسلبية، تتناول السّمات الأساسيّة للشّخصية، تمّ توزيعها إلى ستة عوامل، خُصص لكل عامل منها (12) عبارة، وهي: العصابيّة، الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، الطّيبة، ويقظة الضّمير. وتتدرج الإجابة على كل عبارة من عبارات المقياس على سلّم مدرج من خمس إجابات حسب طريقة ليكرت: (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة)، حيث تتراوح الدّرجة الكليّة لكل بعد بين (12) كحد

أدنى و(60) كحد أعلى، وتشير الدّرجة المرتفعة إلى ارتفاع مستوى السّمة الشّخصيّة المُقاسة، بينما تشير الدّرجة المنخفضة إلى انخفاض أو اعتدال مستوى السّمة الشّخصيّة المُقاسة.

- **تصحيح المقياس:** يقوم المفحوص بوضع علامة لكل عبارة من عبارات المقياس تقابل أحد البدائل الخمسة: (موافق بشدة، موافق، محايد، معارض، معارض بشدة)، ولتصحيح المقياس فقد حُددت درجات العبارات الإيجابية بـ (1،2،3،4،5) على التّوالي، أما الفقرات السّلبية فقد حُددت بالدّرجات (5،4،3،2،1) على التّوالي.

- **إجراءات الصّدق والثّبات الإضافية التّي قامت بها الباحثتان:**

- **الصّدق الظّاهري للمقياس:** تمّ عرض المقياس على مجموعة من المحكّمين ذي الخبرة والاختصاص للتّأكد من سلامة الصّياغة اللغوية للعبارات، ووضوحها، ومناسبتها للهدف الذّي وضعت من أجله، وملاءمة البدائل الموضوعة، ووجود أيّة صعوبة أو غموض في فهم تعليمات الإجابة، مع اقتراح إضافة أو حذف أو تعديل ما يرونه مناسباً، وقد أجمع المحكّمون على صلاحية المقياس للتّطبيق دون أية تعديلات تذكر، كما أشاروا إلى أنّ عبارات المقياس تقيس ما وضعت من أجله، أي أنّ المقياس يتميّز بدرجة عالية من الصّدق. وبذلك بقي عدد عبارات المقياس (60) عبارة، تقيس (5) عوامل، لكل عامل منها (12) عبارة.
- **تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعيّة:** قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على عينة استطلاعيّة مكونة من (40) معلّماً ومعلّمة من معلمي الحلقة الأولى من مرحلة التعليم الأساسي في مدينة اللاذقية، وذلك في 2022/4/5؛ بهدف التّأكد من وضوح العبارات وتعليمات الإجابة، والتّحقق من صدق المقياس وثباته.
- **التأكد من وضوح العبارات والتّعليمات:** طلبت الباحثتان من أفراد العينة قراءة تعليمات الإجابة عن المقياس وإبداء ملاحظاتهم حول وجود أيّة صعوبة أو غموض في فهم تعليمات الإجابة أو مضمون العبارات، وبعد مناقشة أفراد العينة حول ذلك ومراجعة استجاباتهم تبين للباحثتين وضوح تعليمات الإجابة وعبارات المقياس كلّها من قبل أفراد العينة جميعهم.
- **حساب معامل ثبات المقياس:** بعد التّوصل إلى درجات أفراد العينة الاستطلاعيّة تمّ حساب ثبات المقياس بالطّرائق الآتية:

**جدول (2): معاملات ثبات مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة كليّاً وفرعيّاً**

| العامل | طريقة الاتّساق الدّاخلي | طريقة التّجزئة النّصفيّة | | طريقة الإعادة (الاستقرار عبر الزّمن) |
|---|---|---|---|---|
| | معامل ألفا كرونباخ | معامل ثبات نصف المقياس | معامل جتمان | معامل الارتباط بيرسون |
| العصابيّة | 0.918 | 0.757 | 0.819 | 0.915** |
| الانبساطيّة | 0.902 | 0.798 | 0.884 | 0.863** |
| الانفتاح على الخبرة | 0.934 | 0.891 | 0.942 | 0.872** |
| الطّيبة | 0.956 | 0.949 | 0.973 | 0.897** |
| يقظة الضّمير | 0.920 | 0.912 | 0.945 | 0.895** |
| الدّرجة الكليّة | 0.984 | 0.965 | 0.954 | 0.942** |

يتّضح مما سبق أنّ المقياس يتمتع بدرجة ثبات مقبولة لأغراض البحث العلمي تشير إلى إمكانيّة تطبيقه.

- **التّأكد من صدق المقياس:** قامت الباحثتان بالتّحقق من أنواع الصّدق الآتية:

❖ **الصّدق التّمييزي للفقرات (صدق المقارنة الطّرفيّة):** استخدمت الباحثتان اختبارT للعينات المستقلة لاختبار دلالة الفرق بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدّنيا، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، وجود فرق ذي دلالة

إحصائيّة بين متوسطي درجات أفراد المجموعتين العليا والدّنيا للمقياس ككل، ولأبعاده الفرعيّة كلّ على حدة، وهذا يؤكّد قدرة المقياس على التّمييز بين الأفراد ذوي الدّرجات المرتفعة وذوي الدّرجات المنخفضة.

❖ **الاتّساق الدّاخلي كمؤشر لصدق التّكوين الفرضي:** استخدمت الباحثتان برنامج SPSS لحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كلّ عبارة والدّرجة الكليّة للبعد الذّي تنتمي له، وأظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.405–0.974) وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، كما قامت الباحثتان بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل بعد والمقياس ككل، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.955–0.989)، وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى تمتّع المقياس بالاتّساق الدّاخلي.

❖ **صدق التّكوين الفرضي:** استخدمت الباحثتان برنامج SPSS لحساب معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد المقياس، وقد أظهرت نتائج التّحليل الإحصائي، أنّ معاملات الارتباط تراوحت بين (0.891–0.964)، وجميعها دالة عند مستوى (0.01)، مما يشير إلى تمتّع المقياس بصدق التّكوين الفرضي.

– **الصّورة النّهائيّة للمقياس:** في ضوء ما سبق أخذ المقياس صورته النّهائيّة الجاهزة للتّطبيق على أفراد عينة البحث الأساسيّة، ملحق (3)؛ حيث تمّ ترتيب عبارات مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة وفق ما يأتي:

– البعد الأوّل: يقيس العصابيّة، ويشمل العبارات (1،6،11،16،21،26،31،36،41،46،51،56).

– البعد الثّاني: يقيس الانبساطيّة، ويشمل العبارات (2،7،12،17،22،27،32،37،42،47،52،57).

– البعد الثّالث: يقيس الانفتاح على الخبرة، ويشمل العبارات (48،53،58،3،8،13،18،23،28،33،38،43).

– البعد الرّابع: يقيس الطّيبة، ويشمل العبارات (4،9،14،19،24،29،34،39،44،49،54،59).

– البعد الخامس: يقيس يقظة الضّمير، ويشمل العبارات (5،10،15،20،25،30،35،40،45،50،55،60).

## النّتائج والمناقشة:

استخدمت الباحثتان برنامج (SPSS) للتّحقق من صحة فرضيّات البحث والإجابة عن أسئلته، وقد اختُبرت الفرضيّات عند مستوى دلالة (0.05)، وتمّ التّوصل للنّتائج الآتية:

**أولاً: للتّحقق من صحة الفرضيّة الأولى: لا يوجد فرق دال إحصائيّاً بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضّغوط النّفسيّة وبين المتوسط الفرضي كليّاً وفرعيّاً.** تمّ حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد عينة البحث لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل، ولتعرّف دلالة الفرق بين هذا المتوسط والمتوسط الفرضي الذّي يمثّل درجة الحياد لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل، تم استخدام اختبار (T) لعينة واحدة One Sample T Test، ويوضح الجدول (3) النّتائج.

**جدول (3): نتائج اختبار T للفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل**

| البعد | المتوسط الفرضي | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة T | مستوى الدلالة | القرار |
|---|---|---|---|---|---|---|
| الضّغوط الصّحيّة | 30 | 37.99 | 3.58 | 42.364 | 0.000 | دالة |
| الضّغوط النّفسيّة | 36 | 40.46 | 3.85 | 21.933 | 0.000 | دالة |
| الضّغوط الاجتماعيّة | 42 | 42.54 | 11.17 | 0.911 | 0.363 | غير دالة |
| مستلزمات العمليّة التّعليميّة | 24 | 23.64 | 7.22 | 0.956- | 0.340 | غير دالة |
| الدّافعيّة والإنجاز | 18 | 22.50 | 2.86 | 29.817 | 0.000 | دالة |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| فرص التّرقيّة | 12 | 12.29 | 3.52 | 1.589 | 0.113 | غير دالة |
| الدّرجة الكليّة | 162 | 179.41 | 31.10 | 10.619 | 0.000 | دالة |

يتبيّن من الجدول (3) أنّ قيم المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث في كلّ من أبعاد: (الضّغوط الصّحيّة، الضّغوط النّفسيّة، والدّافعيّة والإنجاز) أعلى من قيم المتوسطات الفرضيّة، وأنّ مستويات دلالة T أصغر من مستوى الدّلالة الافتراضي (0.05)، وهذا ينفي صحة الفرضيّة: لذا يوجد فرق دال إحصائيّاً بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضّغوط النّفسيّة في كلّ من أبعاد: (الضّغوط الصّحيّة، الضّغوط النّفسيّة، والدّافعيّة والإنجاز)، وبين المتوسطات الفرضيّة، لصالح المتوسطات الحسابيّة، **بالتالي مستوى أفراد عينة البحث في كلّ من أبعاد: (الضّغوط الصّحيّة، الضّغوط النّفسيّة، والدّافعيّة والإنجاز) مرتفع**. وقد يعود ذلك إلى أعباء العمل المُلقاة على عاتق المعلّم في المدرسة، مع إحساسه بعدم تناسب الأجر الّذي يتقاضاه ومستوى وطبيعة عمله، وانخفاض شعوره بقيمته الذّاتيّة؛ بسبب أولياء الأمور الّذين يعدّون أنّ المعلّم هو السّبب الرّئيس لتدنّي درجات أبنائهم، فضلاً عن وجود أعداد كبيرة من التّلاميذ في الصّفّ في مدارس المدينة، وضيق الوقت المُتاح أمام المعلّم لإنجاز واجباته، كلّ ذلك يُشعر المعلّم بالقلق والتّوتّر والعجز، يُضاف إلى ذلك محدوديّة قدرة المعلّم على التّعامل بحزم مع المشكلات السّلوكيّة الّتي تصدر عن التّلاميذ، وما يرافق ذلك من إحباط، وخوف من تجاوز القوانين الّتي تقلّص من دوره، ومطالبته بالتّعامل بمثاليّة مع المشكلات جميعها في واقع يعجّ بالضّغوطات والمشكلات المعيشيّة والحياتيّة المختلفة؛ واقع يخلق أساساً ضغوطاً إلى جانب ضغوط المهنة. هذه المشاعر السّلبيّة الّتي يشعر بها المعلّم، ومع تراكمها وشدّتها وديمومتها، تنعكس على صحّة المعلّم، فيصاب بصداع وإرهاق وآلام في المعدة والعضلات وغيرها من الأمراض العضويّة ذات المنشأ النّفسيّ، ولذلك فإنّ معلّماً يعاني من ضغوطات نفسيّة وصحيّة قد يتثاقل في عمله في الصّفّ، وتنخفض دافعيته للعمل، ويشعر أن لا طاقة لديه للتّغيير والتّجديد والتّطوير الشّخصيّ المهنيّ، وينحصر جلّ همّه في أن يمرّ اليوم المدرسيّ بسرعة.

وفيما يتعلّق بأبعاد: (الضّغوط الاجتماعيّة، مستلزمات العمليّة التّعليميّة، وفرص التّرقيّة) يوضّح الجدول (3) أنّ قيم المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد عينة البحث تتقارب مع قيم المتوسطات الفرضيّة، وأنّ مستويات دلالة T أكبر من مستوى الدّلالة الافتراضي (0.05)، وهذا يؤكد صحة الفرضيّة؛ لذا لا يوجد فرق دال إحصائيّاً بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضّغوط النّفسيّة في كلّ من أبعاد: (الضّغوط الاجتماعيّة، مستلزمات العمليّة التّعليميّة، وفرص التّرقيّة)، وبين المتوسطات الفرضيّة، **بالتالي مستوى أفراد عينة البحث في كلّ من أبعاد: (الضّغوط الاجتماعيّة، مستلزمات العمليّة التّعليميّة، وفرص التّرقيّة) وسط**. ويُشار إلى أنّ المستوى المتوسّط للضّغوط على هذه الأبعاد لا يعني أنّها قد لا تتطوّر مع الوقت، ولا يلغي ذلك خطورتها، فالمعلّم عندما يعاني من قلّة الثّقة بالنّفس، ومن القلق والإحباط والتّوتّر قد لا ينجح في التّواصل مع زملائه، وربّما يفهم تصرّفاتهم أنّها موجّهة لإزعاجه، مع أنّها قد لا تكون كذلك، وقد يتجنّب الحديث معهم لعدم رغبته في إبداء نقاط ضعفه أمامهم، وكي لا يشعر أنّهم يتفوّقون عليه، فضلاً عن أنّ مسايرة الإدارة لبعض المعلّمين وتعاطفها مع ظروفهم، وعدم مبالاتها بظروف بعضهم الآخر، تخلق لدى المعلّم الضّيق والعدائيّة، ومن ثمّ اللّامبالاة، فلا يهتم بمشكلات تلاميذه التّعليميّة ولا تحصيلهم الدّراسيّ، وتنحصر علاقاته معهم بحدود الصّفّ، كما أنّ مشكلاته الصّحيّة والنّفسيّة قد تفقده شيئاً فشيئاً المرونة وتجعله يتأفّف ويغضب بسرعة من تصرّفاتهم، عدا عن أنّ إحساس المعلّم أنّه مهما بذل من جهد وحاول الإبداع فذلك لن يغيّر من مستوى

دخله، ولن يُميّزه لا معنويّاً ولا ماديّاً، مع النّظرة المتدنيّة للمعلّم في المجتمع وغياب اعتراف الكثيرين بدوره وبأهميّة جهوده، قد يخلق لديه إحساساً بكره المهنة أو قد يكوّن عنده اتّجاهات سلبيّة تجاهها.

وفيما يتعلق بالدّرجة الكليّة يوضح الجدول (3) أنّ قيمة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث أعلى من قيمة المتوسط الفرضي (162)، وأنّ مستوى دلالة T أصغر من مستوى الدّلالة الافتراضي (0.05)، وهذا ينفي صحة الفرضيّة، لذا يوجد فرق دال إحصائيّاً بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل، وبين المتوسط الفرضي لصالح المتوسط الحسابي، **بالتالي المستوى العام لأفراد عينة البحث على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل مرتفع**، وتتعارض هذه النّتيجة مع نتيجة دراسة بركات وآخرون (2015) الّتي توصّلت إلى أنّ مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى معلّمي الحلقة الأولى كان متوسّطاً.

**ثانياً: للتّحقق من صحة الفرضية الثّانيّة: لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيّاً بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل، ودرجاتهم على مقياس العوامل الخمس الكبرى للشّخصية.** تمّ استخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل، ودرجاتهم على مقياس العوامل الخمس الكبرى للشّخصية، ويوضّح الجدول (4) النّتائج.

**جدول (4): نتائج التّحليل الإحصائي لمعامل ارتباط بيرسون بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل ودرجاتهم على مقياس العوامل الخمس الكبرى للشّخصية**

| العامل | قيمة معامل الارتباط | مستوى الدّلالة | القرار | وصف العلاقة |
|---|---|---|---|---|
| العصابيّة x الدّرجة الكليّة للضغوط النفسية | 0.854** | 0.000 | دالة | طرديّة |
| الانبساطيّة x الدّرجة الكليّة للضغوط النفسية | -0.801** | 0.000 | دالة | عكسيّة |
| الانفتاح على الخبرة x الدّرجة الكليّة للضغوط النفسية | -0.786** | 0.000 | دالة | عكسيّة |
| الطّيبة x الدّرجة الكليّة للضغوط النفسية | -0.790** | 0.000 | دالة | عكسيّة |
| يقظة الضّمير x الدّرجة الكليّة للضغوط النفسية | 0.831** | 0.000 | دالة | طرديّة |

يتضح من الجدول (4) وجود علاقة طرديّة (موجبة) بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل ودرجاتهم في عاملي العصابيّة ويقظة الضّمير، مما يشير إلى أنّ ارتفاع مستويي العصابيّة ويقظة الضّمير يؤدي إلى ارتفاع مستوى الضّغط النّفسي لدى المعلّمين، كما يتضح أيضاً من الجدول (4) وجود علاقة عكسيّة (سالبة) بين درجات المعلّمين على مقياس الضّغوط النّفسيّة ككل ودرجاتهم في عوامل: (الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، والطّيبة)؛ مما يشير إلى أنّ انخفاض مستويات الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، والطّيبة لدى المعلّمين يؤدي إلى ارتفاع مستوى الضّغط النّفسي لديهم، وقد كانت تلك العلاقات دالة إحصائياً عند مستوى (0.01)؛ وبذلك تُرفض الفرضية الثّانية من فرضيات البحث، وتتفق هذه النتيجة جزئيّاً مع نتيجة دراسة مهدافي (2016) الّتي توصّلت إلى أنّ ارتفاع مستوى الانفتاح على الخبرة يؤدي إلى انخفاض مستوى ضغوط العمل لدى المعلّمين، ومع جزء من نتيجة دراسة ألوفيمي ومنغوميزولو (2021) التّي كشفت أنّ ارتفاع الطّيبة يرافقه انخفاض في مستوى الضّغوط المهنيّة، وتتعارض جزئيّاً مع نتيجة دراسة ألوفيمي ومنغوميزولو (2021) الّتي توصّلت إلى أن ارتفاع الانبساطيّة والانفتاح على الخبرة يرافقه ارتفاع مستوى الضّغوط المهنيّة، ومع جزء من نتيجة دراسة ألوفيمي ومنغوميزولو (2021) الّتي توصّلت إلى أنّ ارتفاع العصابيّة ويقظة الضّمير يرافقه انخفاض في مستوى الضّغوط المهنيّة. وفيما يتعلّق بالنّتيجة الخاصّة بالعصابيّة ويقظة الضّمير، فيُشار إلى أنّ الأفراد ذوي العصابيّة العالية يميلون إلى أن تكون استجاباتهم الانفعاليّة مبالغاً فيها، ولديهم صعوبة في العودة إلى الحالة السّويّة بعد مرورهم بالخبرات الانفعاليّة (Othman,2001,219)، ومنه تكون تفسيراتهم للمواقف والأحداث من حولهم سلبيّة وغير منطقيّة، وتعامل معلّم ترتفع عنده العصابيّة مع عدد كبير من الأطفال الّذين

يتّسمون بكثرة الحركة، ولديهم فروق فرديّة في السّلوك والتّحصيل، قد يعرّضه للارتباك والإحساس بفقدان السّيطرة والعجز والإحباط والانفعال الزّائد وعدم الانسجام وفقدان المتعة في العمل، وقد تمتّد هذه المشاعر السّلبيّة إلى علاقاته مع الزّملاء والإدارة وأولياء الأمور؛ وعليه يرتفع مستوى الضّغوط النّفسيّة لديه. وأمّا الأشخاص الّذين يرتفع لديهم مستوى يقظة الضّمير فهم يتّسمون بتركيزهم العالي على إنجاز المهام والواجبات وبأنّهم محكومون بضميرهم، ويتميّزون بالقدرة والكفاءة والتّرتيب والتّنظيم (Howard & Howard, 1995, 7) وعليه فإنّ المعلّمين ذوي الضّمير الحيّ منظّمون ومجتهدون وملتزمون ومحبّون لعملهم ولتلاميذهم ولإقامة علاقة وثيقة معهم ومع زملائهم ويسعون إلى القيام بواجباتهم على أكمل وجه، وقد يكون لميلهم نحو المثاليّة في الإنجاز والعمل والدّقة مع غياب الظّروف المساعدة على تحقيق ما يطمحون إليه، وخصوصاً في ظلّ الأزمة وما تمرّ به البلاد من مشكلات انعكست على كل النّواحي، مثل: اكتظاظ الصّفوف وما يترتّب على ذلك من صعوبة تنفيذ المعلّم لدروسه على أكمل وجه، وتأخّره عن الدّوام نتيجة وسائل المواصلات، وعدم قدرته على استخدام التّقنيات الحديثة بسبب انقطاع الكهرباء، فضلاً عن شعوره بالمسؤوليّة المهنيّة والأخلاقيّة تجاه تلاميذ في مرحلة التّأسيس، مع لا مبالاة عدد منهم بجهوده الّتي يبذلها لتحسين مستواهم، وعدم تعاون الإدارة معه أحياناً، وأولياء الأمور أحياناً أخرى، هذه العوامل على سبيل الذّكر لا الحصر قد تخلق لدى المعلّم حيّ الضّمير إحساساً بتأنيب الضّمير والصّراع الدّاخلي بين ما يطمح إليه وما هو موجود فعلاً، ممّا يجعله عرضةً لارتفاع مستوى الضّغط النّفسيّ. وأمّا الشّخص الّذي يرتفع لديه مستوى عامل الطّيبة فيتّسم بأنّه شخص مستقيم ومستعدّ لمساعدة الآخرين ومتواضع وحنون ومتعاطف ويميل إلى الابتعاد عن الصّراع والمشكلات ( Howard & Howard, 1995,6-7). ومن هنا، يتعامل المعلّم الطّيب بمودّة وإيجابيّة مع تلاميذه ومع زملائه، وتراه شخصاً متفهّماً، يبتعد عن المشاحنات والمواقف الّتي تخفض من مستوى طاقته الإيجابيّة، يميل إلى استيعاب مشكلات الأطفال ومساعدتهم على حلّها، ومتعاون مع زملائه ومع الآخرين من حوله ويقدّم المحبّة لهم، وعلاقاته جيّدة على الأغلب مع الجميع، وعندما يرى أنّه يفعل ما بوسعه مهما كانت الظّروف، يتكوّن لديه شعوراً بالرّضا والكفاءة والتّقدير الذّاتي والاستقرار الانفعالي ممّا يجعله أقلّ عرضة للضغوط النّفسيّة. أمّا الشّخص الّذي ترتفع عنده الانبساطيّة فيتّسم بأنّه اجتماعيّ، حميم، نشيط، مرح، متفائل، جريء، يحبّ القيادة، وحازم (Howard & Howard, 1995, 5). ومن هنا يتّضح أنّ المعلّم المنبسط لديه من المشاعر الإيجابيّة والحيويّة والنّشاط ما يفوق إحساسه بالسّلبيّة والإحباط وهذا ما قد يجعله مستقرّ انفعاليّاً، فلا يميل إلى تحميل نفسه أعباء تفوق قدرته على تحمّلها، وبذلك لا يستنزف طاقاته بالتّفسيرات السّلبيّة وغير المنطقيّة للمواقف والأحداث، فهو ينجز عمله ويكوّن علاقات دافئة مع التلاميذ والزّملاء وغيرهم، وعليه فإنّ ارتفاع الانبساطيّة لديه يخفف من شعوره بالضّغوط النّفسيّة. هذا وإنّ ارتفاع مستوى عامل الانفتاح على الخبرة لدى الشّخص يعني أنّ لديه اهتمامات واسعة، ويتّسم لأنّه مفكّر وخلّاق ومبتكر ومنفتح على التّجارب، وعلى استخدام الأساليب الجديدة (Howard & Howard, 1995, 6)، وعليه فالمعلّم المنفتح على الخبرة، يكون مرناً في تعامله مع الجميع، وبدلاً من شعوره بالإحباط نتيجة المشكلات الّتي تعترضه في مهنته، فإنّه يصرف طاقته في التّفكير فيها ومحاولة تغييرها فتأتي حلوله خلّاقة، كما ويبدو مبدعاً بأسلوبه وتعامله مع تلاميذه وزملائه، وقد يحوّل المشاعر السّلبيّة بذكائه إلى إيجابيّة، ويميل إلى خلق بيئة عمل خاصّة به بنشاطه وحيويّته وخياله، ممّا يجعله راضياً عن نفسه ومقدّراً لذاته، فلا مكان للملل أو القلق أو التّوتر في حياة معلّم يرتفع لديه عامل الانفتاح على الخبرة، ولذلك ينخفض مستوى الضّغط النّفسي لديه.

**ثالثاً: للإجابة على سؤال البحث الأوّل: ما أكثر العوامل الخمس الكبرى إسهاماً في التنبؤ بالمستوى العام للضّغوط النّفسية لدى أفراد عينة البحث؟** للإجابة عن هذا السؤال تمّ استخدام أسلوب تحليل الانحدار المتعدّد؛ نظراً لمناسبة

أسلوب تحليل الانحدار المتعدّد لفرضيّة البحث هذه، وتحقق شروط استخدامه، حيث تمثّل المتغيّر التّابع في الدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة، بينما تمثّلت المتغيّرات المستقلة في كلّ من: (العصابيّة، الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، الطّيبة، ويقظة الضّمير)، ولتوضيح قيمة ما يسهم به كل متغيّر من المتغيّرات المستقلة في التّنبؤ بالمتغيّر التّابع، تمّ استخدام طريقة الانحدار المتعدّد التّدريجي Stepwise، ويوضّح الجدول (5) النّتائج.

**جدول (5): نتائج الانحدار المتعدّد التّدريجي لتأثير العصابيّة، الانبساطيّة، الانفتاح على الخبرة، الطّيبة، ويقظة الضّمير على الدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة**

| العامل | معامل التّحديد ($R^2$) | Adjusted $R^2$ | خطأ التّقدير | قيمة F | مستوى دلالة F |
|---|---|---|---|---|---|
| العصابيّة | 0.730 | 0.729 | 16.20 | 966.167 | 0.000 |
| يقظة الضّمير | 0.790 | 0.789 | 14.30 | 671.157 | 0.000 |
| الطّيبة | 0.830 | 0.829 | 12.88 | 579.674 | 0.000 |
| الانفتاح على الخبرة | 0.845 | 0.843 | 12.32 | 483.734 | 0.000 |
| الانبساطيّة | 0.848 | 0.846 | 12.22 | 394.512 | 0.000 |

يبيّن الجدول السّابق أنّه في عامل **العصابيّة** بلغت قيمة ($R^2$= 0.730)؛ وعليه لعامل العصابيّة قدرة في تفسير (73%) من قيمة التّباين في المتغيّر التّابع، وبإضافة قيمة القوة التّفسيريّة لعامل **يقظة الضّمير** ($R^2$= 0.790)، تشكّل القوة التّفسيريّة ما قيمته (79%) من قيمة التّباين في المتغيّر التّابع، وبعد إضافة قيمة القوة التّفسيريّة لعامل **الطّيبة** ($R^2$= 0.830)، تشكّل القوة التّفسيريّة ما قيمته (83%) من قيمة التّباين في المتغيّر التّابع، وبإضافة قيمة القوة التّفسيرية لعامل **الانفتاح على الخبرة** ($R^2$= 0.845)، تشكّل القوة التّفسيرية ما قيمته (84.5%) من قيمة التّباين في المتغيّر التّابع، وبإضافة قيمة القوة التّفسيرية لعامل **الانبساطيّة** ($R^2$= 0.848)، تشكّل القوة التّفسيرية الإجماليّة (84.8%) من قيمة التّباين في المتغيّر التّابع؛ وهذا يوضّح أهميّة هذه الأبعاد وقوتها التّفسيريّة في التّنبؤ بالمتغيّر التّابع، بينما تُعزى باقي الفروق والاختلافات (15.2%) إلى عوامل أخرى؛ كأن تكون هناك متغيّرات أخرى لم يتضمنها نموذج الانحدار. كما يتضّح من نتائج التّحليل مدى معنويّة معادلة الانحدار باستخدام اختبار تحليل التّباين ANOVA حيث أنّ مستويات دلالة F المتعلقة بعوامل: (العصابيّة، يقظة الضّمير، الطّيبة، الانفتاح على الخبرة، والانبساطيّة) أصغر من مستوى الدّلالة الافتراضي (0.05)، وهذا يدل على معنويّة الانحدار ويؤكّد على وجود تأثير من المتغيّرات المستقلة: (العصابيّة، يقظة الضّمير، الطّيبة، الانفتاح على الخبرة، والانبساطيّة) على المتغيّر التّابع (الدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة)؛ بالتّالي يمكن التّنبؤ بالدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة من خلال عوامل (العصابيّة، يقظة الضّمير، الطّيبة، الانفتاح على الخبرة، والانبساطيّة)، وتتعارض هذه النّتيجة جزئيّاً مع نتيجة دراسة علي (2015) الّتي توصّلت إلى أنّه يمكن التّنبؤ بارتفاع الضّغوط المهنيّة من خلال ارتفاع عامل الطّيبة، في حين تتفق جزئيّاً مع نتيجة دراسة علي (2015) الّتي توصّلت إلى أنّه يمكن التّنبؤ بارتفاع الضّغوط المهنيّة من خلال ارتفاع العصابيّة.

وعليه، لم يتم استبعاد أي متغيّر من معادلة التّنبؤ بالمتغيّر التّابع، وعن طريق تحليل الانحدار المتعدّد التّدريجي بطريقة Stepwise يمكن كتابة معادلة خط الانحدار كما يوضّح الجدول (6).

**جدول (6): معادلة خط الانحدار المقدّرة لمتغيّر الدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة**

| العوامل | B | خطأ التّقدير | قيمة T | مستوى دلالة T | القرار |
|---|---|---|---|---|---|
| الثّابت | 199.184 | 8.890 | 22.405 | 0.000 | دالة |
| العصابيّة | 0.204 | 0.094 | 2.163 | 0.031 | دالة |
| يقظة الضّمير | 0.628 | 0.091 | 6.874 | 0.000 | دالة |
| الطّيبة | 0.878- | 0.084 | 10.430- | 0.000 | دالة |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| الانفتاح على الخبرة | 0.337- | 0.071 | 4.740- | 0.000 | دالة |
| الانبساطيّة | 0.191- | 0.074 | 2.584- | 0.010 | دالة |

يتبيّن من الجدول أنّ العوامل جميعها معنويّة، ومن خلال معامل الانحدار B لهذه العوامل يمكن كتابة معادلة الانحدار؛ إذ يستخدم معامل الانحدار B للتّنبؤ بقيم المتغيّر التّابع من خلال قيم المتغيّر المستقل، وهو ذو دلالة إحصائيّة في العوامل جميعها حيث يمكن استنتاج ذلك من قيمة T ومستوى الدلالة المرتبط بها، واستناداً إلى قيم B نجد أنّ عامل **الطّيبة** له الأثر الأكبر في التّنبؤ بالدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسية وزيادته درجة واحدة يرافقها انخفاض الضّغوط النّفسيّة بمقدار (0.878)، يليه عامل **يقظة الضّمير** وزيادته درجة واحدة يرافقها زيادة الضّغوط النّفسيّة بمقدار (0.628)، ومن ثمّ عامل **الانفتاح على الخبرة** وزيادته درجة واحدة يرافقها انخفاض الضّغوط النّفسيّة بمقدار (0.337)، ومن ثم عامل **العصابيّة** وزيادته درجة واحدة يرافقها زيادة الضّغوط النّفسيّة بمقدار (0.204)، وأخيراً عامل **الانبساطيّة** وزيادته درجة واحدة يرافقها انخفاض الضّغوط النّفسيّة بمقدار (0.191). وعليه يمكن كتابة معادلة الانحدار على الشّكل الآتي:

الدّرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة = 199.184 – 0.878 (الطّيبة) + 0.628 (يقظة الضّمير) – 0.337 (الانفتاح على الخبرة) + 0.204 (العصابيّة) – 0.191 (الانبساطيّة).

**رابعاً: للإجابة على سؤال البحث الثّاني: ما عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث وفق نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة؟** تمّ حساب المتوسطات الحسابيّة لدرجات أفراد العينة على مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة والأوزان النّسبية لها، ويوضّح الجدول (7) النّتائج:

**جدول (7): المتوسطات الحسابية لدرجات أفراد العينة على مقياس العوامل الخمسة الكبرى في الشّخصيّة والأوزان النّسبيّة لها**

| العامل | المتوسط الحسابي | الوزن النّسبي | التّرتيب |
|---|---|---|---|
| العصابيّة | 32.54 | %54.23 | 4 |
| الانبساطيّة | 37.90 | %63.17 | 3 |
| الانفتاح على الخبرة | 31.90 | %53.17 | 5 |
| الطّيبة | 38.98 | %64.97 | 2 |
| يقظة الضّمير | 41.10 | %68.5 | 1 |

يوضّح الجدول (7) أنّ عامل الشّخصيّة الأكثر شيوعاً لدى أفراد عينة البحث هو عامل يقظة الضّمير، يليه عامل الطّيبة، فالانبساطيّة، ومن ثمّ العصابيّة، وأخيراً الانفتاح على الخبرة.

## الاستنتاجات والتوصيات

- إعداد وتطبيق برامج إرشاديّة وعلاجيّة للمعلّمين في مرحلة الخدمة؛ ممن يعانون من الضّغوط النّفسيّة بهدف التّخفيف من حدّتها.
- تدريب المعلمين في مرحلة ما قبل الخدمة على تطبيق استراتيجيّات التّخفيف من الضّغوط النّفسيّة.
- رفع مدة التّربية العمليّة في المدارس من سنة إلى سنتين، فهذا من شأنه أن يهيّئ المعلّم نفسيّاً للعمل في الصّفّ.
- تطوير أسس انتقاء المعلّمين في كليّات التّربيّة، بحيث يُؤخذ بالاعتبار عامل الشّخصيّة كأحد المعايير الّتي ينبغي أن يتسم بها المعلّم للقبول بمهنة التّعليم.
- الاهتمام بأوضاع المعلّم المادّية والمعنويّة، وتخصيص مرشد نفسي متخصّص بشؤون المعلّمين.
- إجراء دراسة تتناول متغيّرات البحث الحاليّ ذاتها ولكن مع مدرّسيّ المراحل التّعليميّة الأعلى، وفي ضوء متغيّرات متعدّدة: كالجنس، وعدد سنوات الخبرة، والوضع الاقتصادي للمعلّم، ومكان السّكن (ريف– مدينة).

## Reference:


- ALI, H. The Predicative value of Big Five Personality Traits for the Job Stress among Special Education Teachers. Egyptian Journal of Psychological Studies. Vol.25, N°. 86, 2015, 181-236.
- AL-ANSARI, B. Reference in Personality Metrics- Legalization on Kuwaiti Society. Darelkitabalhadeeth, Kuwait, 2002, 852.
- BARAKAT, GH.; ALI, R.; NASSER, A. Professional Pressures in a sample of teachers of the First Cycle of basic education" A field study in Lattakia. Tishreen University Journal, 2019, vol. 41, N°.4, 265-28.
- BARAKAT, GH; SAKOR, S, ESSA, M. Psychological Stresses according to Teachers " A field study on a sample of primary stage teachers (first seminar) in Jableh. Tishreen University Journal, 2015, vol.37, N°. 3, 391- 404.
- CLONINGER, S. Theories of Personality- Understanding Persons. 4nd. ed., Prentice Hall, New Jersey, U.S.A, 2004, 554.
- DE BARRELL, A. The 7 laws of Stress Management. (Translation: ABDULHAMEED, T). ALSHEQREY, 2011, 128.
- EL-MAWAFI, F.; RADI, F. Psychometric Properties of the Big Five Questionnaire for children (BFQ-C) in an Egyptian sample in the late childhood stage. Egyptian Journal of Psychological Studies. Vol.16, N°. 53, 2006, 1-25.
- EWEN, R. An Introduction to Theories of Personality. 6nd. ed., Lawrence Erlbaum Associates: New Jersey, U.S.A, 2003, 468.
- FARAJ, S. *Psychometric*. 7nd. ed., The Anglo-Egyptian Bookshop, Egypt, 2007, 868.
- GHANEM, M. How To Defeat Psychological Stress?. Egypt: Akhbarelyom, 2009, 114.
- HOWARD, P.; HOWARD, J. The big five Quickstart: An introduction to the five-factor model of personality for human resource professionals. Center for Applied cognitive studies (CentACS), Charlotte, North Caroline, 1995, 2-21.
- JNAD, R.; JDEED, L.; JRAD, R. Occupational Stress of the teacher and its relation to locus of control: Field study on a sample of teachers of the first grade of basic education in Lattakia City. Tishreen University Journal, 2019, vol.41, N°. 2, 475-494.
- KYRIACOU, CH. Stress- Busting for teachers. (Translation: AL-OMARI, W). University Book House, U.A.E, 2008, 164.
- MAHDAVI, A., Relationship between Job Stress and Personality Dimensions of education Physical Education Teachers in the City of Pars Abad. Business and Economics Journal, 2016, vol.7, N°. 3, 1-3.
- MOHAMMAD, A. Cognitive Behavioral Therapy: Foundations and Application. Dar Al-Rashad. Egypt, 2000, 518.
- MOLHEM, M., The five factors of personality and their relationship with some cognitive styles " A comparative field study among the students of the tow faculties of education in Damascus University of Aleppo. Thesis not published, Damascus University, faculty of education, Syria, 2009, 213.
- Al-NAWAISAH, F. Stress, Psychological Crises and methods of Support, 1nd. ed. Dar Al-Manahej, 2013, 264

- NICHOLAS, C.; DAVIS, G. HandBook of Gifted Education. (Translation: ABO JADO, S.; ABO JADO, M). Obeikan, Saudi Arabia, 2011, 696.
- OLUFEMI, A.; MNGOMEZULU, THE. Occupational Stress among teachers of Learners with Special Needs. Journal of community Psychology. 2021, 1-13,Wiley on line Library: https://doi.org/10.1002/jcop.22712/.
- OTHMAN, F. Anxiety and Stress Management, 1nd. ed. Darelfikrelarabi, Egypt, 2001, 246.
- SBEIRA, F.; KHELA, R.; NASEER, A. Stress and its relationship to Professional Consensus among a sample of teachers of basic education in the Province of Lattakia Summary (Field Study). Tishreen University Journal, 2014, vol.36, No. 4, 359-272.
- AL-SHARBINI,Z.; SADIQ, Y.; AL-QURNI, M.; MUTHNAH, A., Research methods in educational and psychological sciences. Riyadh: Al-Shaqri Library, 2013.
- AL-TORERI, A. Stress: Its Concept, Diagnosis, methods of treatment and Resistance. Saudi Arabia, 1994, 183.
- WILKINSON, GH. Stress. (Translation: MONEAM, Z). Dar Al-Moualef, Saudi Arabia, 2013, 137.
- YOUSOF, J. Stress Management, 1nd. ed., Postgraduate Studies and Research Development Center, Cairo University, Egypt, 2007, 53.