مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (33) العدد (3)2011
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (33) No. (3) 2011

مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي وعلاقتها ببعض المتغيرات "دراسة ميدانية في محافظة اللاذقية"

الدكتورة ليلي شريف*
رانيه عادل علي **

(تاريخ الإيداع 13 / 3 / 2011. قبل للنشر في 22 / 6 / 2011)

□ ملخّص □

يهدف هذا البحث إلى التعرف إلى مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية، ولتحقيق أهداف البحث تمّ بناء استبانة، وتطبيقها على عينة من المعلمات بلغت /431/ معلمة، وانتهى البحث إلى النتائج التالية:

1- إن أكثر مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي هو مجال البيئة المدرسية، يليه العلاقة مع مدير المدرسة، يليه العلاقة مع الطلاب، يليه العلاقة مع أولياء الأمور، يليه عبء العمل، يليه المناهج الدراسية.

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وهذه الفروق تعود للمؤهل العلمي معهد متوسط.

3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات تعزى لمتغير عدد سنوات الخدمة، وهذه الفروق تعود لعدد سنوات الخدمة (أقل من 5 سنوات).

4- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وهذه الفروق تعود للمعلمات المتزوجات.

الكلمات المفتاحية: مصادر ضغوط العمل، ضغوط العمل النفسية، ضغوط مهنة التدريس، معلمات التعليم الأساسي (ح2).

*مدرسة، قسم الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سورية.
**طالبة دراسات عليا (ماجستير)، قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق، سورية.

مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (33) العدد (3)2011
Tishreen University Journal for Research and Scientific Studies - Arts and Humanities Series Vol. (33) No. (3) 2011

The Resources of Psychological Work Stress for Second Stage Female Teachers in Primary Teaching: A Case Study of Lattakia

Dr. Laila AlShareef*
Rania Adel Ali **

(Received 13 / 3 / 2011. Accepted 22 / 6 / 2011)

□ ABSTRACT □

This research aims at identifying the resources of psychological work stress for second stage female teachers of primary teaching in Lattakia. So to achieve the objectives of this research, a questionnaire has been designed and applied to a sample of (431) female. The results are as follows:

1- The greatest psychological work tolerance for second stage female teachers of primary teaching is related to school environment, the relationship with the school principal of the, the relationship with pupils and parents, work tolerance, and school curricula.

2- Due to the academic qualifications (Intermediate Institute), there are significant statistical differences between the means of female teachers' responses.

3- Due to the years of experience variable (less than 5 years), there are significant statistical differences between the means of female teachers' responses.

4- Due to the social conditions variable, there are significant statistical differences between the means of female teachers' responses (especially, married ones).

Keywords: Resource of Work stress, Psychological Work stress, Tolerance of Teaching Job, female teachers in primary Teaching (second Stage).

***Professor, Department of Psychological Health, Faculty of Education, Damascus University, Damascus, Syria.**
****Postgraduate Student, Department of Psychological Counselling, Faculty of Education, Damascus University, Damascus , Syria .**

مقدمة:

يعتبر المعلم من أهم العناصر الفعّالة في العملية التعليمية، إذ يقع عليه العبء الأكبر في تربية النشء، وتهيئتهم للحياة الكريمة، ولذلك تهتم المجتمعات مهما تباينت بإعداد المعلمين في إطار الفلسفة السياسية والاجتماعية في الحدود التي تجعلهم قادرين على ممارسة التعلم والتعليم، أي أنه هو الكفيل بإعداد الأجيال الصاعدة، وتنشئة الأطفال تنشئة اجتماعية تحقق أهداف المجتمع، الذين يعدون للمشاركة فيه، وبقدر كفايتهم في عملهم، وتكيفهم فيه، بقدر ما ينجحون في أداء رسالتهم.

تعد الضغوط من أهم سمات العصر الراهن، الذي يشهد تطورات وتغيرات سريعة في جميع مجالات الحياة، حيث أصبحت تشكل جزءاً من حياة الإنسان نظراً لكثرة التحديات التي يواجهها في هذا العصر، ولذلك فهي تكاد تنتشر في مختلف البيئات والمجتمعات وخاصة في بيئة الأعمال التي تتطلب من القائمين عليها التفاعل المباشر مع الناس مثل المعلمين والمعلمات وبخاصة الذين يعملون في مرحلة التعليم الأساسي.

تنشأ ضغوط العمل من عوامل موجودة في العمل، أو البيئة المحيطة، وهي تولد حالة من عدم الاتزان النفسي، يظهر في العديد من مظاهر الاختلال في أداء العمل، الأمر الذي يدفع بالمنظمات الحديثة إلى مواجهة مشكلات ضغوط العمل.

وعندما يتعرض المعلم للضغط، فإن ذلك يؤثر في مستوى التفاعل مع الطلبة في غرفة الصف، حيث إن التعليم يعتمد على المناخ الإيجابي في الغرفة الصفية، وإقامة علاقة طيبة مع الطلاب، فعندما يشعر المعلم بالضغط، فإن تلك الروح الفعالة تجاه الطلاب، والتي تؤدى إلى المناخ الإيجابي سوف تختفي، وسوف يكون رد فعل المعلم سلبياً للأحداث، وربما عدوانياً.[1]

وعليه تؤثر هذه الحالة سلباً على نظرة المعلم للعملية التعليمية، ونظرته للطلاب، وهي نظرة إذا لم تعدل، فقد تتأصل فتصبح دائمة، من هنا فقد أولى الباحثون الكثير من الاهتمام بضغوط العمل، حيث ركزت العديد من الدراسات على معرفة مسببات ضغوط العمل، والآثار المترتبة عليها.

مشكلة البحث:

يمثل المعلم أحد الركائز الرئيسية في العملية التعليمية، لذا لابد من إعداده، وتدريبه، وتحسين أحواله المادية، والاجتماعية، والتخفيف من ضغوط العمل من أجل تحسين أدائه، وإنتاجيته؛ لأن توفير عوامل الاستقرار النفسي، والمادي، والاجتماعي، يعينه على القيام بواجباته بفاعلية، كما تعد مهنة التعليم شاقة، ومتعبة جسمياً، ونفسياً، إضافة إلى المجهود العقلي الذي يتعرض له المعلم، حيث تؤثر تصرفات أولياء الأمور، وسلوك الطلاب، ومراقبة الموجهين في انفعالاته تأثيراً كبيراً، وهذا يؤدي إلى فقدان المعلم حيويته، ونشاطه، وعجزه عن القيام بعمله على الوجه المطلوب؛ لأن ذلك يؤثر سلباً عليه، وعلى رضاه الوظيفي، وإنتاجيته، وعلى العملية التعليمية بأكملها.[2]

إن أغلب ضغوط العمل التي تتعرض لها معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي معظمها تنظيمي ناتج عن سوء العلاقة سواء أكان ذلك مع الطلاب، أم مدير المدرسة، أم أولياء الأمور، أم ناتجة عن عبء العمل، أم صعوبة التعامل مع المناهج الدراسية، مما يؤدي إلى نتائج سلبية تؤدي إلى عدم الرضا عن العمل، والاتجاهات السلبية نحو العمل، والآخرين، إضافة إلى انخفاض إنتاجية الأداء في العمل،"لأنه إذا استمر الضغط المتزايد على الفرد، فإنه يتمادى في تصرفاته غير المنتجة، ويصاحب ذلك اتجاهات، وأنماطاً سلوكية سلبية".[3]

لذلك تكمن مشكلة البحث في معرفة أهم مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، من أجل إيجاد الحلول المناسبة لمعالجتها، وتتحدد في السؤال التالي:**ما مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الأولى من التعليم الأساسي؟**

أهمية البحث وأهدافه:

تكمن أهمية البحث في :

– تسليط الضوء على حجم المعاناة النفسية التي تعانيها معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي من جراء ضغوط مهنة التدريس.

– تسليط الضوء على أهم مصادر ضغوط العمل التي يتعرض لها معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

– التوصل إلى مجموعة من الإجراءات الكفيلة بالتخفيف من حدة ضغوط مهنة التدريس التي تتعرض لها معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي.

كما يهدف هذا البحث إلى:

– التعرف إلى أهم مصادر ضغوط العمل النفسية التي تتعرض لها معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي نتيجة عملية التدريس.

– دراسة الفروق بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغيرات: المؤهل العلمي، سنوات الخدمة، الحالة الاجتماعية.

فرضيات البحث:

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير عدد سنوات الخدمة.

– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

منهجية البحث:

لتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي التحليلي الذي يقوم على وصف معطيات الظاهرة وتحليل مكوناتها.

يتكون مجتمع البحث من جميع معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية، والبالغ عددهم /4323/ موزعين على خمس مناطق تعليمية (مركز المدينة، منطقة اللاذقية، منطقة القرداحة، منطقة جبلة، منطقة الحفة) حسب ماورد في دائرة التخطيط والإحصاء في مديرية التربية باللاذقية، لذلك قامت الباحثة بسحب /10%/ من

المجتمع المذكور باستخدام العينة الطبقية العشوائية بحيث بلغ مجموع أفراد العينة /431/ معلمة، والجدول رقم(1) يوضح حجم المجتمع والعينة حسب المناطق التعليمية.

جدول رقم (1) : توزع المعلمات في مرحلة التعليم الأساسي (ح2) حسب المناطق التعليمية

	المدينة	المنطقة	جبلة	الحفة	القرداحة	المجموع
المجتمع	1899	623	1155	322	324	4323
العينة	190	62	115	32	32	431

ولتحقيق جمع معلومات هذه الدراسة، تم تصميم أداة البحث "استبانة مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي" وقد تكونت هذه الاستبانة من قسمين شمل القسم الأول بيانات أساسية تشمل: متغيرات المؤهل العلمي، عدد سنوات الخدمة، الحالة الاجتماعية، وشمل القسم الثاني مصادر ضغوط العمل النفسية، وتمّ بناء هذه الاستبانة بالاستناد إلى الدراسات السابقة، ومقياس مصادر ضغوط العمل للباحثين: الدكتور نظمي عودة أبو مصطفى، والباحث الدكتور عطاف محمود أبو غالي، وللتحقق من صدق المحتوى تم عرض هذه الاستبانة على عدد من المحكّمين المتخصصين، وقد طلبت الباحثة من المحكّمين إبداء ملاحظاتهم وآرائهم عن مدى صحة هذه الفقرات، ومدى مناسبة كل فقرة للمجال الذي وضعت فيه وإضافة أية فقرة يرونها مناسبة وحذف غير المناسبة. وللتأكد من ثبات أداة الدراسة قامت الباحثة باستخدام معادلة الاتساق الداخلي "ألفا كرونباخ" حيث بلغ معامل الثبات للأداة (0.91)، وهو مقبول لأغراض الدراسة، وأكبر من القيمة المقبولة إحصائياً (0.60). كما تم تصحيح إجابات أفراد عينة الدراسة عن فقرات الاستبانة كمايلي: غير موافق بشدة (1) درجة، غير موافق (2) درجة، محايد (3) درجات، موافق (4) درجات، موافق بشدة (5) درجات.

الإطار النظري:

- مفهوم ضغوط العمل:

الضغوط ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان في مواقف وأوقات مختلفة تتطلب منه توافقاً أو إعادة توافق مع البيئة. أما الضغوط المهنية فقد تمثل عاملاً هاماً يسهم في مختلف الاضطرابات النفسية والجسمية.

تعرف الضغوط بأنها: إدراك الفرد لعدم قدرته على إحداث استجابة مناسبة لمطلب أو مهام، ويصاحب هذا الإدراك انفعالات سلبية كالغضب، والقلق، والاكتئاب، وتغيرات فسيولوجية كرد فعل تنبيهي للضغوط التي يتعرض لها الفرد، والضغط هو استجابة الجسم غير المحددة نحو أي مطلب يفرض عليه، وهو حالة ناتجة عن عدم توازن بين مطالب الموقف وقدرة استجابة الفرد لهذا الموقف.[4]

ويشير كل من (ميدل وهيث، 1981) إلى أن الضغوط عبارة عن قوة تسبب جهداً فسيولوجياً وسيكولوجياً لدى الفرد عند تعرضه لمثير، أو أن الضغوط رد فعل فسيولوجي وسيكولوجي وانفعالي وعقلي ناتج عن استجابات الأفراد للمثيرات البيئية والصراعات والأحداث الضاغطة المتباينة.[5]

أما الضغوط النفسية فتتجلي في إطار كلي متفاعل، يتضمن الجوانب النفسية، والجسمية، والاقتصادية، والاجتماعية، والمهنية، ويتجلى ذلك التفاعل من خلال ردود فعل نفسية، انفعالية، فسيولوجية، لذلك فإن جميع الضغوط تعتبر ضغوطاً نفسية.[6]

وعلى الرغم من الاهتمام المتزايد بموضوع ضغوط العمل وانتشار هذا المصطلح بشكل واسع هذه الأيام، إلا أن مفهومه يتباين من شخص لآخر، فبعضهم يرى أن ضغط العمل حالة تنشأ عن التفاعل بين الناس وأعمالهم، وتتسم بإحداث تغييرات في داخلهم وتدفعهم إلى الانحراف عن أدائهم الطبيعي.

هناك ثلاثة اتجاهات لمفهوم ضغط العمل على النحو التالي:

الاتجاه الأول: يتناول الضغط باعتباره أحد المؤثرات أو المنبهات التي توجد في البيئة ويحدث تأثيره على الفرد.

الاتجاه الثاني: ويرى أن الضغط عبارة عن استجابة للمثيرات (مسببات الضغط).

الاتجاه الثالث فيتناول الضغط باعتباره التفاعل الذي يحدث بين هذين العنصريين، مسببات الضغط والاستجابات نحوها.[7]

أما الضغوط المدرسية فهي مجموعة من الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها المعلم أثناء القيام بمهنته، والتي تشكل تهديداً لذاته لأنها تكون أكبر من إمكاناته الذاتية، وتؤدى إلى استجابات انفعالية حادة ومستمرة لديه، ويصاحب ذلك مظاهر سلبية تنعكس على أداء المعلم وحالته النفسية والسلوكية، وينظر إلى ضغوط العمل في البيئة المدرسية على أنها:مجموع الخبرات والحوادث التي تسود بيئة العمل وتسبب للمعلم انزعاجاً وتنعكس عليه نفسياً وسلوكياً.[8]

إن ضغوط مهنة التدريس كمفهوم تشير إلى الموقف الذي تكون فيه ظروف ومتطلبات بيئة العمل على درجة أكبر من القدرة الذاتية لكل من المعلم والمعلمة لأن يقوموا بها وتفوق إمكاناتهم الخاصة على التأقلم والتعامل معها، وتؤدي إلى إحداث تغييرات في داخلهم وتسبب لهم الانزعاج والضيق والتوتر والألم وتدفعهم إلى الانحراف عن أدائهم الطبيعي فلا يستطيعون أداء العمل المطلوب منهم وتحمل مسؤولياته على الوجه الأكمل، فيشعرون بالضغط.

ضغوط مهنة التدريس وانعكاساتها على الصحة النفسية:

يوضح النموذج الذي طوره جبسون وآخرون (Gibson & others, 1994)، أن هناك خمس مجموعات من الآثار المترتبة عن ضغوط العمل وهي:

– آثار ذاتية (غير موضوعية) مثل: العدوانية، واللامبالاة، والقلق، والضجر، والإعياء/التعب، والإحباط.

– آثار سلوكية مثل: تناول المخدرات والمسكرات، والإفراط في الأكل والشرب أو التدخين، والميل إلى ارتكاب الحوادث.

– آثار ذهنية (معرفية) مثل: عدم القدرة على اتخاذ قرارات صائبة، وعدم القدرة على التركيز.

– آثار صحية وفسيولوجية مثل/ آلام الصدر والظهر، وآلام القلب، والربو، والإسهال وزيادة ضغط الدم، وزيادة السكر في الدم، وزيادة دقات القلب، وجفاف الحلق، والتعرق.

– آثار تنظيمية: الغياب وضعف الولاء التنظيمي وضعف الأداء الوظيفي وعدم الرضاء الوظيفي.[9]

وتشير الدراسات وجود علاقة كبيرة بين ضغوط العمل الشديدة وارتفاع ضغط الدم ومستوى الكولسترول في الدم والتي قد تؤدي إلي أمراض القلب والاضطرابات المعوية والتهاب المفاصل. وقد يكون هناك علاقة طردية بين ضغوط العمل ومرض السرطان. وأن الضغط النفسي والوضع التنافسي في العمل يزيد من الخطر القلبي بحوالي الضعف، كما أن الخبراء يشيرون إلى أن الضغط النفسي 80 في المائة من الرجال يكونون أكثر عرضة للإصابة بالنوبات القلبية إذا ما واجهوا ضغوطات نفسية في العمل، وأن الخطر يزداد أكثر كلما تأثروا بهذه الضغوط بصورة أكبر.[10]

يمكن القول إن الضغوط المختلفة لمهنة التدريس التي يواجهها المعلم أثناء عمله في البيئة المدرسية لها انعكاساتها السلبية على النواحي النفسية والانفعالية والجسمية والاجتماعية عليه، لأن هذه الضغوط تتعارض مع التناغم

الطبيعي لجسم الإنسان ونفسيته وقدراته الطبيعية، وقد يؤدي ذلك إلى زيادة الضيق والتوتر والقلق والإحباط لديه، كما قد يؤدي إلى تعب وإرهاق جسمي وعصبي يمنع المعلم من تحقيق التوازن ومن ثم يفشل في القيام بواجباته المهنية على أكمل وجه.

الدراسات السابقة:

أ- دراسة (المصدر، عبد العظيم؛أبو كويك، باسم علي، 2007).[11]

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة، كما هدفت إلى التعرف إلى ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية لديهم، ومعرفة الفروق بين المعلمين والمعلمات في ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية. وتكونت عينة الدراسة من 220 معلم ومعلمة (108 معلم) و (112 معلمة)، ممن يعملون في المدارس الحكومية ووكالة الغوث الدولية لتشغيل اللاجئين (UNRWA)، في مرحلة التعليم الأساسي الدنيا في قطاع غزة/ فلسطين، للعام الدراسي 2007/2006. وقد استخدم الباحثان مقياس الصحة النفسية للشباب، ومقياس ضغوط مهنة التدريس.

وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات المعلمين والمعلمات على الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية على الدرجة الكلية للصحة النفسية، كما وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين الدرجة الكلية لضغوط مهنة التدريس والصحة النفسية بأبعادها ودرجتها الكلية لدى أفراد العينة.

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية أوصى الباحثان بضرورة وضع وتصميم بعض الطرق والاستراتيجيات للحد من ضغوط مهنة التدريس التي يتعرض لها المعلم الفلسطيني وانعكاساتها السلبية على صحته النفسية والجسمية وبالتالي على العملية التعلمية التعليمية برمتها.

ب- دراسة (بريك، وسام،2001).[12]

هدفت إلى التعرف إلى مصادر الضغوط المهنية التي يواجهها المعلمون في المدارس الخاصة من وجهة نظرهم، ومعرفة مستوى الضغوط لدى المعلمين وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وشملت عينة الدراسة (409) معلم ومعلمة ، منهم (155) معلماً ، و(254) معلمة ، وأوضحت نتائج الدراسة أن أقوى مصادر الضغوط المهنية كانت على التوالي : العلاقة مع الآباء، والعلاقة مع الطلبة، والظروف المعنوية، والظروف المادية، والعلاقة مع الإدارة، والعلاقة مع الزملاء ، وغموض الدور ، كما أوضحت نتائج الدراسة أن مستويات الضغوط المهنية كانت لدى المعلمين أعلى من مستواها لدى المعلمات ، وأن مستوى الضغوط المهنية المتعلقة بالظروف المادية ، والظروف المعنوية ، والعلاقة مع الزملاء أعلى لدى الفئات العمرية الأصغر سناً من الفئات الأكبر ، كذلك أوضحت نتائج الدراسة أن هناك فروقاً معنوية في مستوى الضغوط المهنية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي ، لصالح حملة البكالوريوس ، وبينت نتائج الدراسة أنه توجد فروق معنوية في مستوى الضغوط المهنية تبعاً لمتغير الدخل ، لصالح فئة الأقل دخلاً ، كما بينت نتائج الدراسة أنه توجد فروق معنوية في مستوى الضغوط المهنية لدى المعلمين تبعاً لمتغير العبء التدريسي ، لصالح المعلمين الذين يعلمون أكثر من(29)حصة أسبوعياً.

ج- دراسة (متولي، عباس إبراهيم،2000).

هدفت الدراسة التي أجراها "عباس إبراهيم متولي" (2000) إلى التعرف إلى الفروق في الضغوط النفسية لدى معلمي المرحة الابتدائية تبعاً للجنس.وتكونت عينة الدراسة من (240) معلماً ومعلمة بالمرحلة الابتدائية من بعض المدارس بمحافظة دمياط. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمين والمعلمات في الضغوط النفسية لصالح المعلمات.

كما توصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين والمعلمات مرتفعي الضغوط النفسية يميلون إلى العصاب والابتعاد عن الصحة النفسية، ويشعرون بالتوتر والانفعال والشك والتردد والإحساس بالنقص وعدم الكفاءة في أداء أعمالهم وتكون علاقاتهم برؤسائهم وزملائهم سلبية.

د- دراسة (Miller&Travers، 2005).[13]

هدفت الدراسة إلى الكشف عن الصحة العقلية وضغوط العمل والرضا الوظيفي لدى المعلمين، وتكونت عينة الدراسة من (208) معلم من الاتحاد الوطني للمعلمين، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين كانوا يواجهون ضغوطاً، مثل: ضغط العمل ، والموانع الثقافية ، وقلة الترقية ، وثقافة المدرسة، كما توصلت نتائج الدراسة إلى أن التمييز كان عاملا مساهما في شعور المعلمين بالإجهاد، والضغط النفسي، وكذلك توصلت نتائج الدراسة إلى أن ضغوط العمل ، والتمييز الكلي ، كانا هما العاملان الرئيسان في حدوث المرض العقلي لدى المعلمين.

هـ - دراسة (Jepson&Forrest،2006).[14]

هدفت الدراسة إلى التعرف على العوامل المساهمة في إجهاد المعلم وعلاقتها بالإنجاز والالتزام المهني، وشملت الدراسة (95) معلماً، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المعلمين الذين يتعرضون لضغوط العمل يعانون من الإجهاد المحسوس بدرجة واضحة، كما توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الإجهاد المحسوس، والالتزام المهني ، كذلك توصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة إيجابية بين السلوك النوعي، والإنجاز الشخصي، والإجهاد المحسوس.

من الدراسات السابقة يمكن الخروج بالاستنتاجات التالية:

ركزت الدراسات السابقة على العلاقة بين ضغوط مهنة التدريس وأبعاد الصحة النفسية، والتعرف على مصادر الضغوط المهنية التي يواجهها المعلمون في المدارس الخاصة، والفروق في مستوى الضغوط بين المعلمين، بالإضافة إلى العوامل المساهمة في إجهاد المعلم وعلاقتها بالإنجاز والالتزام، في حين ركزت الدراسة الحالية على التعرف على أهم مصادر ضغوط العمل النفسية والتنظيمية التي تواجهها معلمات الحلقة الثانية من التعليمي الأساسي وتؤثر على أدائهم، وتشابهت الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في بعض محاور مصادر ضغوط مهنة التدريس، بالإضافة إلى استخدام نفس المنهج العلمي.

النتائج والمناقشة:

- مجال العلاقة مع الطلاب:

جدول رقم (2) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال العلاقة مع الطلاب

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة

1	أتضايق من الكثافة الطلابية في الفصل.	4.16	0.75	18.03	1
2	أتضايق من عدم التزام الطلاب الهدوء في الفصل.	3.99	0.76	19.05	2
3	أتضايق من تدريس الطلاب غير المبالين بالدراسة.	3.80	0.84	22.11	4
4	أتضايق من الطلاب الذين لا يشاركون في الحصة.	3.90	0.70	17.95	3
5	أتضايق من عدم إنجاز الطلاب المهام المطلوبة منهم.	3.74	0.78	20.86	5
6	أشعر بالضيق عندما أجد جهدي غير مثمر مع بعض الطلاب.	3.62	0.70	19.34	6
7	أشعر بالضيق لعدم وجود دافعية للتعلم لدى بعض الطلاب.	3.58	0.73	20.39	7
8	أجد صعوبة في ضبط الطلاب داخل الفصل.	3.33	0.89	26.73	8
كلي		3.77	0.77	%20.56	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (2) أن معظم الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة موافق ماعدا الفقرة رقم /8/ حصلت على متوسط حسابي يناسب الإجابة محايد، وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /3.77/ وهي تقابل الاحتمال موافق بانحراف معياري 0.77 ومعامل اختلاف 20.56% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي يعانون من العلاقة مع الطلاب كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية من خلال تضايقهم من الكثافة الطلابية في الفصل، وعدم التزام الطلاب بالهدوء، وتضايقهم من الطلاب الذين لا يشاركون بالحصة، وشعورهم بالضيق بأن جهدهم غير مثمر مع بعض الطلاب، وشعورهم بالضيق لعدم وجود دافعية للتعلم لدى بعض الطلاب.

- مجال العلاقة مع أولياء الأمور:

جدول رقم (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال العلاقة مع أولياء الأمور

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة
9	أتضايق من تتصل أولياء الأمور من مسؤولياتهم.	3.70	0.65	17.57	2
10	أعاني من عدم متابعة أولياء الأمور للواجبات البيتية لأبنائهم.	3.59	0.73	20.337	3
11	أتضايق من عدم وجود الثقة بين أولياء الأمور والمعلمين.	3.99	0.73	18.29	1
12	أعاني من كثرة انتقادات أولياء الأمور للمعلمين.	3.15	0.83	26.35	7
13	أشعر بالضيق من عدم تعاون أولياء الأمور مع المعلمين.	3.25	0.61	18.77	6
14	أتضايق من عدم اهتمام أولياء الأمور بأبنائهم.	3.37	0.93	27.60	5
15	أتضايق من عدم تقدير أولياء الأمور لجهود المعلمين.	3.40	0.69	20.29	4
كلي		3.49	0.74	%21.32	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (3) أن معظم الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة موافق ماعدا الفقرات 12&13& 14& 15 حصلت على متوسط حسابي يقابل الاحتمال محايد، وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /3.49/ وهي تقابل الاحتمال موافق بانحراف معياري 0.74 ومعامل اختلاف 21.32% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي يعانون من العلاقة مع أولياء الأمور، كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية من خلال تضايقهم من تتصل أولياء الأمور من مسؤولياتهم، وعدم متابعتهم الواجبات البيتية لأبنائهم، وعدم وجود الثقة بينهم وبين المعلمين.

- مجال العلاقة مع مدير المدرسة:

جدول رقم (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال العلاقة مع مدير المدرسة

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة
16	أتضايق من تجاهل مدير المدرسة لجهدي.	3.94	0.83	21.07	6
17	أشعر بالارتباك عندما يطلب مني مدير المدرسة القيام بأكثر من عمل في وقت واحد.	3.81	0.86	22.57	9
18	أتضايق من عدم أخذ مدير المدرسة بمقترحات المعلمين حول سير العمل في المدرسة.	3.89	0.83	21.34	8
19	أتضايق من عدم إتاحة فرصة المشاركة لي في اتخاذ القرارات في المدرسة.	4.02	0.76	18.91	5
20	أعاني من كثرة تكليف مدير المدرسة لي بالأنشطة اللامنهجية.	4.12	0.71	17.23	3
21	أجد صعوبة في التعامل مع مدير المدرسة.	4.15	0.71	17.11	1
22	أعاني من كثرة الخلافات الإدارية مع مدير المدرسة.	4.08	0.80	19.61	4
23	أشعر بالإحباط بسبب عدم تقدير مدير المدرسة لجهودي.	4.13	0.71	17.19	2
24	أعاني من كثرة الانتقادات التي يبديها مدير المدرسة لي.	3.91	0.84	21.48	7
كلي		4.01	0.78	%19.61	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (4) أن جميع الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة موافق، وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /4.01/ وهي تقابل الاحتمال موافق بانحراف معياري 0.78 ومعامل اختلاف 19.61% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي يعانون من العلاقة مع مدير المدرسة، كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية من خلال تجاهل مدير المدرسة لجهودهم، وعدم آخذه بمقترحاتهم حول سير العمل في المدرسة، وعدم إتاحة الفرصة لهم للمشاركة في اتخاذ القرارات، وتكليفهم بالأنشطة اللامنهجية، وكثرة الخلافات الإدارية، وعدم تقديره لجهودهم بالإضافة إلى انتقاداته اللاذعة.

- مجال عبء العمل:

جدول رقم (5) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال عبء العمل

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة
25	أشعر أن عملي في التدريس شاق.	3.55	0.76	21.41	3
26	أتضايق من القيام بأعباء الغير.	3.51	0.77	21.94	4
27	أتحمل أعباء تدريسية تفوق طاقتي.	3.45	0.90	26.09	5
28	أحتاج إلى وقت للراحة بين الحصص الدراسية.	3.24	0.77	23.77	7

29	أعاني من كثرة الأعباء الكتابية الملقاة على عاتقي.	3.66	0.73	19.94	1
30	أحتاج إلى وقت كاف لتناول وجبة خفيفة أثناء اليوم الدراسي.	3.33	0.93	27.93	6
31	أشعر بالإرهاق من كثرة الحصص التي أقوم بتدريسها.	3.61	0.84	23.27	2
كلي		3.48	0.81	%23.47	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (5) أن معظم الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة موافق، ماعدا الفقرات 27& 28& 30 وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /3.48/ وهي تقابل الاحتمال محايد بانحراف معياري 0.81 ومعامل اختلاف 23.47% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي يعانون من عبء العمل، كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية من خلال شعورهم بأن عملهم شاق، وتحملهم أعباء تدريسية تفوق طاقتهم، وتضايقهم من القيام بأعمال الغير، ومعاناتهم من كثرة الأعباء الكتابية الملقاة على عاتقهم.

- مجال البيئة المدرسية:

جدول رقم (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال البيئة المدرسية

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة
32	أنزعج من عدم وجود غرف كافية للمعلمين.	4.28	0.64	14.95	3
33	أعاني من عدم تخصيص مكاتب وخزانات مناسبة للمعلمين.	4.29	0.65	15.15	2
34	أعاني من الإضاءة غير الملائمة في الفصول.	4.38	0.54	12.33	1
35	أعاني من ضيق الفصول وازدحامها بالأثاث.	4.23	0.66	15.60	4
36	أتضايق من عدم التهوية غير الكافية في الفصول.	4.02	0.67	16.67	6
37	أعاني من عدم وجود مكان لوضع أنشطة الطلاب.	3.72	0.69	18.55	8
38	أتضايق من عدم نظافة الفصول الدراسية وجدرانها .	4.01	0.76	18.95	7
39	أعاني من ضيق غرفة المعلمين.	4.03	0.77	19.11	5
كلي		4.12	0.67	%16.41	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (6) أن جميع الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة موافق، وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /4.12/ وهي تقابل الاحتمال موافق بانحراف معياري 0.67 ومعامل اختلاف 16.41% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي يعانون من عبء العمل، كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية من خلال معاناتهم من عدم وجود غرف كافية، وعدم تخصيص مكاتب وخزانات مناسبة، والإضاءة غير الملائمة في الفصول، وضيق الفصول وازدحامها بالأساس، والتهوية غير الجيدة، وعدم وجود مكان مخصص لأنشطة الطلاب، وعدم نظافة الفصول الدراسية وجدرانها، وضيق غرف المعلمين.

- مجال المناهج الدراسية:

جدول رقم (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على فقرات مجال المناهج الدراسية

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %	الرتبة

40	أجد صعوبة في تدريس المناهج الجديدة .	1.96	0.80	40.82	7
41	أشعر بالانزعاج من التعديلات المستمرة في المناهج.	3.70	0.70	18.92	1
42	أقضي وقتاً طويلاً في تحضير الدروس للمناهج الجديدة .	1.99	0.78	39.20	6
43	أعاني من محتوى المناهج الذي يفوق مستوى الطلاب.	2.87	1.04	36.24	3
44	أنزعج من عدم تلبية المناهج لاحتياجات الطلاب .	2.25	0.77	34.22	4
45	أحتاج إلى وقت وجهد لتحديث معلوماتي لتناسب المناهج.	2.21	0.94	42.53	5
46	أعاني من حجم المناهج التي لا تتناسب مع المدة الزمنية المقررة.	3.38	0.92	27.22	2
كلي		2.62	0.85	%34.16	

المصدر: من إعداد الباحثة

يبين الجدول رقم (7) أن جميع الفقرات حصلت على متوسطات حسابية تقابل الإجابة غير موافق، وبملاحظة قيمة المتوسط الحسابي لتقديرات أفراد العينة على جميع الفقرات نجد أن هذه القيمة بلغت /2.62/ وهي تقابل الاحتمال محايد بانحراف معياري 0.85 ومعامل اختلاف 34.16% وهذا دليل على تجانس إجابات أفراد العينة، وأن معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي لا يعانون من المناهج الدراسية، كمصدر من مصادر ضغوط العمل النفسية إلا من خلال شعورهم بالانزعاج من التعديلات المستمرة في المناهج.

- نتائج الفرضية الأولى :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير المؤهل العلمي.

لدراسة الفروق بين المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير المؤهل العلمي، قامت الباحثة بتطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي ONE WAY ANOVA كما يوضح الجدول رقم (8):

جدول رقم (8) نتائج تحليل التباين ANOVA للفروق بين متوسطات إجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

ANOVA						
	مصدر التباين	مجموع المربعات	df	متوسط المربعات	F	Sig.
مقياس مصادر ضغوط العمل	التباين بين المجموعات	4.183	3	1.394	8.319	.000
	التباين داخل المجموعات	82.626	493	.168		
	Total	86.809	496			

يبين الجدول رقم (8) أن قيمة احتمال الدلالة $P = .000 < \alpha = 0.05$ ، لذلك نرفض الفرضية القائلة بعدم وجود فروق بين المعلمات عل مقياس ضغوط العمل حسب مؤهلهم العلمي، ونقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق، ولمعرفة مصادر هذه الفروق قامت الباحثة بتطبيق اختبار شيفيه للفروق بين المتوسطات كما يبين الجدول التالي:

جدول رقم (9) نتائج اختبار شيفيه للفروق بين متوسطات إجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

المؤهل العلمي (I)	المؤهل العلمي (J)	الفروق بين المتوسطات (I-J)	الخطأ المعياري للوسط الحسابي	احتمال الدلالة	95% Confidence Interval	
					أدنى قيمة	أعلى قيمة

مقياس مصادر ضغوط العمل	معهد متوسط	إجازة جامعية	.12972*	.04579	.005	-.2197-	-.0397-
		دبلوم تأهيل	.18252*	.05549	.001	-.2916-	-.0735-
	إجازة جامعية	معهد متوسط	-.12972-*	.04579	.005	.0397	.2197
		دبلوم تأهيل	-.05280-	.04701	.262	-.1452-	.0396
	دبلوم تأهيل	معهد متوسط	-.18252-*	.05549	.001	.0735	.2916
		إجازة جامعية	.05280	.04701	.262	-.0396-	.1452
*. The mean difference is significant at the 0.05 level.							

يبين الجدول رقم (9) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين المؤهل العلمي معهد متوسط وكل من المؤهلين إجازة جامعية، ودبلوم تأهيل، وهذه الفروق تعود للمؤهل العلمي معهد متوسط، بينما لم نلحظ أي فروق بين المؤهل العلمي إجازة جامعية والمؤهل العلمي دبلوم تأهيل.

- نتائج الفرضية الثانية :

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير عدد سنوات الخدمة.

لدراسة الفروق بين المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير عدد سنوات الخدمة، قامت الباحثة بتطبيق اختبار تحليل التباين الأحادي ONE WAY ANOVA كما يوضح الجدول رقم (10):

جدول رقم (10) نتائج تحليل التباين ANOVA للفروق بين متوسطات إجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير عدد سنوات الخدمة

ANOVA						
	مصدر التباين	مجموع المربعات	df	متوسط المربعات	F	Sig.
مقياس مصادر ضغوط العمل	التباين بين المجموعات	1.504	3	.501	3.163	.024
	التباين داخل المجموعات	78.154	493	.159		
	Total	79.658	496			

يبين الجدول رقم (10) أن قيمة احتمال الدلالة $P = .024 < \alpha = 0.05$ ، لذلك نرفض الفرضية القائلة بعدم وجود فروق بين المعلمات على مقياس ضغوط العمل حسب عدد سنوات الخدمة، ونقبل الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق، ولمعرفة مصادر هذه الفروق قامت الباحثة بتطبيق اختبار شيفيه للفروق بين المتوسطات كما يبين الجدول التالي:

جدول رقم (11) نتائج اختبار شيفيه للفروق بين متوسطات إجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير عدد سنوات الخدمة

	عدد سنوات الخدمة(I)	عدد سنوات الخدمة (J)	الفروق بين المتوسطات (I-J)	الخطأ المعياري للوسط الحسابي	احتمال الدلالة	95% Confidence Interval	
						أدنى قيمة	أعلى قيمة
مقياس مصادر	أقل من 5 سنوات	من 5 إلى أقل من 10	.12882*	.05140	.013	-.2298-	-.0278-
		من 10 إلى أقل من 15	.12012	.06890	.082	-.2555-	.0152

ضغوط العمل		15 سنة فأكثر	.23025*	.06986	.001	-.3675-	-.0930-
	من 5 إلى أقل من 10	أقل من 5 سنوات	-.12882-*	.05140	.013	.0278	.2298
		من 10 إلى أقل من 15	.00870	.06285	.890	-.1148-	.1322
		15 سنة فأكثر	-.10144-*	.06390	.113	-.2270-	.0241
	من 10 إلى أقل من 15	أقل من 5 سنوات	.12012	.06890	.082	-.0152-	.2555
		من 5 إلى أقل من 10	-.00870-	.06285	.890	-.1322-	.1148
		15 سنة فأكثر	-.11013-	.07866	.162	-.2647-	.0444
	15سنة فأكثر	أقل من 5 سنوات	-.23025-*	.06986	.001	.0930	.3675
		من 5 إلى أقل من 10	.10144	.06390	.113	-.0241-	.2270
		من 10 إلى أقل من 15	.11013	.07866	.162	-.0444-	.2647
*. The mean difference is significant at the 0.05 level.							

يبين الجدول رقم (11) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين سنوات الخدمة /أقل من 5 سنوات/، وكل من فئتي سنوات الخدمة /من 5 إلى أقل من 10/، / 15 سنة فأكثر، وهذه الفروق تعود لسنوات الخدمة أقل من 5 سنوات.

- نتائج الفرضية الثالثة:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

لدراسة الفروق بين المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، قامت الباحثة بتطبيق اختبار T .test للفروق بين المتوسطات كما يوضح الجدول رقم (12):

جدول رقم (12) نتائج اختبار T .test للفروق بين متوسطات إجابات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

Independent Samples Test							
الحالة الاجتماعية		N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	درجة الحرية	احتمال الدلالة
متوسطات	متزوجة	208	3.871	.672	4.354	429	.003
	عازبة	223	3.136	.871			

يبين الجدول رقم (12) أن قيمة المتوسط الحسابي لإجابات المعلمات المتزوجاتعلى مقياس مصادر ضغوط العمل بلغت (3.871) وبلغت قيمة المتوسط الحسابي لإجابات المعلمات العازباتعلى مقياس مصادر ضغوط العمل (3.136)، وبلغت قيمة مؤشر الاختبار4.354 = tعند درجة حرية قدرها 429، وبما إن احتمال الدلالة $P = 0.003 < \alpha = 0.05$ أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية، وهذه الفروق تعود للمعلمات المتزوجات لأن متوسطها أعلى.

الاستنتاجات والتوصيات:

أ- الاستنتاجات:

- إن أكثر مصادر ضغوط العمل النفسية لدى معلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي هو مجال البيئة المدرسية، يليه العلاقة مع مدير المدرسة، يليه العلاقة مع الطلاب، يليه العلاقة مع أولياء الأمور، يليه عبء العمل، يليه المناهج الدراسية.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال العلاقة مع الطلاب من خلال تضايقهم من الكثافة الطلابية في الفصل، وعدم التزام الطلاب بالهدوء، وتضايقهم من الطلاب الذين لا يشاركون بالحصة، وشعورهم بالضيق بأن جهدهم غير مثمر مع بعض الطلاب، وشعورهم بالضيق لعدم وجود دافعية للتعلم لدى بعض الطلاب.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال العلاقة مع أولياء الأمور من خلال تضايقهم من تتصل أولياء الأمور من مسؤولياتهم، وعدم متابعتهم الواجبات البيتية لأبنائهم، وعدم وجود الثقة بينهم وبين المعلمين.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال العلاقة مع مدير المدرسة من خلال تجاهل مدير المدرسة لجهودهم، وعدم أخذه بمقترحاتهم حول سير العمل في المدرسة، وعدم إتاحة الفرصة لهم للمشاركة في اتخاذ القرارات، وتكليفهم بالأنشطة اللامنهجية، وكثرة الخلافات الإدارية، وعدم تقديره لجهودهم بالإضافة إلى انتقاداته اللاذعة.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال عبء العمل من خلال شعورهم بأن عملهم شاق، وتحملهم أعباء تدريسية تفوق طاقتهم، وتضايقهم من القيام بأعمال الغير، ومعاناتهم من كثرة الأعباء الكتابية الملقاة على عاتقهم.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال البيئة المدرسية من خلال معاناتهم من عدم وجود غرف كافية، وعدم تخصيص مكاتب وخزانات مناسبة، والإضاءة غير الملائمة في الفصول، وضيق الفصول وازدحامها بالأساس، والتهوية غير الجيدة، وعدم وجود مكان مخصص لأنشطة الطلاب، وعدم نظافة الفصول الدراسية وجدرانها، وضيق غرف المعلمين.

- تتجلى مصادر ضغوط العمل النفسية لمعلمات الحلقة الثانية من التعليم الأساسي في مجال المناهج الدراسية من خلال شعورهم بالانزعاج من التعديلات المستمرة في المناهج.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير المؤهل العلمي، وهذه الفروق تعود للمؤهل العلمي معهد متوسط.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير عدد سنوات الخدمة، وهذه الفروق تعود لعدد سنوات الخدمة (أقل من 5 سنوات).

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات استجابات المعلمات على مقياس مصادر ضغوط العمل تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية، وهذه الفروق تعود للمعلمات المتزوجات.

ب- التوصيات:

- العمل على تخفيف ضغوط العمل لدى المعلمات في المدارس بتفعيل الاتصال الإنساني، بين سلطة مدير المدرسة والمشرف التربوي، لرفع معنويات المعلمات النفسية، وتحسين أدائهم في العمل.

- العمل على تطبيق مبادئ إدارة الجودة الشاملة في المدرسة من خلال بناء فرق العمل الجماعية، ومشاركة المعلمات في اتخاذ القرار، وإدارة ضغوط مهنة التدريس بفاعلية، وإعادة تصميم الهيكل التنظيمي للمدرسة بما يتناسب واحتياجات المعلمات.

- تحقيق مبدأ تكافؤ الفرص بين المعلمات في العمل المهني.

- تحديد المسؤوليات لدى المعلمات، والتقليل من الصراعات الاجتماعية، والتوترات النفسية، والعزلة في العمل، وتهيئة بيئة مناسبة للعمل.

- تخفيف الأعباء الوظيفية للمعلمات الذين لديهم خبرة قليلة في التدريس.

- توفير الظروف المناسبة للمعلمات المتزوجات، من خلال الاهتمام بمشكلاتهم ومساعدتهم على حلها.

- إعطاء المزيد من الاهتمام لظروف العمل في المدارس من خلال توفير بيئة عمل مناسبة تجعل المعلمات يشعرون بالراحة النفسية ليكونوا قادرات على تقديم المزيد من العطاء.

- دعوة أولياء الأمور للمشاركة في إدارة وحل مشكلات أبنائهم المدرسية من خلال عقد الاجتماعات والجلسات المستمرة لمجالس الآباء والأمهات، وتزويدهم بأفضل الطرق والأساليب العلمية اللازمة للتعامل معها وإيجاد الحلول المناسبة لها.

المراجع:

1- كيريكاو، كريس. *الضغط والقلق لدى المعلمين*، ترجمة وليد العمري، دار الكتب الجامعي، العين، 2004، 23.

2- السعادات، خليل إبراهيم. *ضغوط المعلم المهنية*، كلية التربية، جامعة الملك سعود، الرياض،2005، 1.

3- عسكر، علي. *الأسس النفسية والاجتماعية للسلوك في مجال العمل- السلوك التنظيمي المعاصر*، دار الكتاب الحديث، القاهرة، 2005، 94-95.

4- عسكر، علي. *ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها- الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق*، كلية التربية الأساسية، الكويت، 2000، 3.

5- عبد الجواد، وفاء. *فعالية برنامج إرشادي في خفض الضغوط لدى عينة من المعلمين*، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، غزة، 1994، 11.

6- أبو حطب، صالح، *الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها كما تدركها المرأة الفلسطينية في محافظة غزة*، رسالة ماجستير منشورة، مجلة التقويم والقياس النفسي والتربوي تصدر عن شبكة التربية العربية، المجلد الثاني عشر، العددان 21،22، 2006، 140.

7- عليان، ربحي؛ أبو زايد، محمد خير. *ضغوط العمل لدى العاملين في المكتبات الجامعية الحكومية والخاصة في الأردن*، مجلة العلوم التربوية، الجامعة الأردنية، المجلد: 29، العدد 2، 2002، 334-335.

8- متولي، عباس إبراهيم.*الضغوط النفسية وعلاقتها بالجنس ومدة الخبرة وبعض سمات الشخصية لدى معلمي المرحلة الابتدائية*، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، المجلد 10، العدد 26، 2000، 125.

9- Gibson, J., Ivancevich, J., and Donnelly, J, *Organizations: Behavior, Structure. Processes*, 8th. Ed., Boston, Irwin, 1994, 267-268

10- الكبيسي، موفق محمد. *ضغوط العمل وتأثيرها على الأداء الوظيفي- دراسة ميدانية على قطاع البنوك القطرية*- المجلة العلمية للبحوث والدراسات التجارية، 2003، 170-175.

11- المصدر، عبد العظيم؛ أبو كويك، باسم علي. *ضغوط مهنة التدريس وعلاقتها بأبعاد الصحة النفسية لدى معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا في قطاع غزة*، بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثالث الجودة في التعليم الفلسطيني، الجامعة الإسلامية، غزة، 2007، 360-415.

12- بريك، وسام. *مصادر الضغوط المهنية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديموغرافية والمهنية لدى معلمي المدارس الخاصة في عمان*، مجلة كلية التربية، العدد الخامس والعشرون، الجزء الأول، 2001، 89- 119.

13- Miller GV & Travers CJ, Ethnicity and the Experience of Work: job Stress and Satisfaction of Minority Ethnic Teachers in the UK, International Review of psychiatry, Vol.17, No.5, 2005,317-327.

14 - Jepson E & Forrest S, Individual Contributory factors in Teacher Stress: the role of Achievement Striving and Occupational Commitment, The British journal of Educational psychology, Vol.76, 2006, 183-197.