مجلة جامعة الأزهر – غزة، سلسلة العلوم الإنسانية 2017، المجلد 19، العدد 1 ص 125-146

الضّغوط النّفسيّة وعلاقتها بالدّافعية للإنجاز لدى معلمي المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل

The Relationship between Psychological Stress and Achievement Motivation among School teachers in Hebron Public Schools

نبيل جبرين الجندي ، سمر حسين العمري

جامعة الخليل

تاريخ الاستلام 2016/9/23 تاريخ القبول 2017/1/11

ملخص:

هدفت هذه الدّراسة إلى التّعرف على مستوى الضّغوط النّفسيّة التي يتعرض لها معلمو ومعلمات المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل، واستقصاء العلاقة بين الضّغوط النّفسيّة التي يتعرضون لها والدّافعيّة للإنجاز، وكذلك التّعرف على الفروق في مستوى الضغوط النّفسية وفقاً لبعض المتغيّرات المستقلة كالفئة العمرية، المرحلة التّعليميّة، والجّنس، والمؤهل العلمي، والمديريّة، والتّخصّص، وقد اعتمد الباحثان المنهج الارتباطي، وطُبِّقت أدوات الدراسة على عيّنة عشوائية بسيطة قوامها (199) معلماً ومعلّمة، وطُبِّق عليهم مقياس الضّغوط النّفسيّة (كوهين ورفاقه) بعد تقنينه على البيئة الفلسطينية، وكذلك مقياس (قوراري) لدافعية الإنجاز، وأسفرت النّتائج عن وجود علاقة عكسيّة بين الضّغوط النّفسيّة والدّافعيّة للإنجاز، كما أسفرت عن وجود فروق في مستوى الضّغوط النّفسيّة تعزى للجنس لصالح المعلّمات، وعن فروق في الضّغوط النّفسيّة تعزى للفئة العمرية لصالح الفئة الأكبر عمراً، وعن فروق تعزى للمرحلة التّعليميّة تعزى لمعلمي المرحلة الأساسيّة الدّنيا وعن فروق تعزى للمديرية تعزى لصالح مديرية يطا، فيما لم تظهر الدّراسة فروقاً في مستوى الضّغوط النّفسيّة تعزى لكلّ من المؤهل العلمي والتّخصص. وقد خلصت الدّراسة لمجموعة من التّوصيات المنبثقة من نتائجها.

الكلمات المفتاحيّة: الضّغوط النّفسيّة – دافعيّة الإنجاز.

Abstract:

This study aimed to identify the level psychological stress faced by public schoolteachers in Hebron, to explore the relation between the psychological stress and achievement motivation, as well as to identify the

differences in degrees of stress, according to some independent variables such as (age group, educational stage, gender, qualifications, directorate, and specialization). A correlational approach of research was applied, and a random sample of (199) schoolteachers responded to the Perceived Stress Scale (Cohen et al), as well as Quari's Achievement Motivation Scale. The results showed that there is a negative relationship between psychological stress and achievement motivation, and there are differences in the degree of psychological stress due to gender in favor of the females, differences in psychological stress due to the age in favor for the older teachers, differences due to the school stage due to the teachers of the lower basic stage, and differences due to the directorate due to Yatta directorate. The study revealed no differences in psychological stress due to both qualification and specialization. The study came up with a set of recommendations stemming from its findings.

Key words: Achievement Motivation -Psychological Stress

المقدمة:

أدّى التّطور العلمي والتّكنولوجي إلى زيادة متطلّبات الحياة اليوميّة للأفراد، مما أدّى إلى زيادة الضّغوط النّفسيّة على الأفراد بمختلف مستوياتها، واختلاف استجابة الأفراد لها، فالإنسان يتعرّض لكثير من مواقف الفشل والإخفاق في تحقيق رغباته وتوفير مستلزماته، وهذا أدّى بالتّالي إلى وجود عناء وإجهاد عقلي ونفسي وجسمي، يؤثر على قيام الفرد بواجباته اليومية بالشّكل المطلوب (العنزي، 2004)، وتؤثر هذه الضغوط على البشر على اختلاف مواقعهم ووظائفهم، ولما كان المعلمون والمعلمات يشكلون قطاعاً واسعاً بين العاملين في الضفة الغربية، ويعلمون الطلبة في المدراس، فقد وجد الباحثان من الضرورة استقصاء واقع الضغوط النفسية التي يمر بها المعلمون والمعلمات، وتأثير هذه الضّغوط على بعض المتغيرات المرتبطة بأدائهم ومخرجات التعليم لديهم.

ومن المنطقي أنّ يكون للضّغوط التي يخضع لها المعلمون تأثير على دافعيّتهم للإنجاز وعلى قدراتهم لتحقيق أهدافهم من التعليم، ولذا تحاول هذه الدّراسة التّعرف على مستويات هذه الضّغوط الأمر يساهم في توفير بيئة مناسبة تساعدهم على تنفيذ أعمالهم بإتقان، وبمستوى عالٍ من الدّافعية.

يرى العنزي (2004) أنّ استغلال الضّغوط التي تواجه الأفراد يكون لغايات استنهاض همّمهم في الإقبال على العمل والنّجاح فيه، لكي تكون هذه الضّغوط مقبولة ومفيدة، فالإنسان يعيش في تفاعل مستمر مع بيئته، ويسعى إلى تحقيق التّكيّف من خلال التّوازن النّفسيّ الذي هو نتاج المواءمة مع البيئة من خلال تغيير معتقداته أو تغيير البيئة من حوله للوصول إلى التّكيّف المطلوب.

وعليه فالضّغط النّفسيّ هو نتيجة تفاعل الفرد مع محيطه ويظهر على شكل ردود فعل بيولوجية فيسيولوجية نفسيّة، وتختلف من شخص لآخر وفق ما يملكه الفرد من معرفة وآليات مقاومة ودفاع كاستجابة للضّغط.

وهناك عديد النّظريات التي حاولت الكشف عن طبيعة الضّغوط النّفسيّة والنّتائج المترتّبة عنها، فالنّظريّة الفيسيولوجيّة ترى أنّ الضّغوط عبارة عن تغير في الوظائف الفسيولوجيّة بسبب زيادة الهرمونات لمواجهة الخوف والألم (عسكر، 2000)، ويرى (هانزسيلي) أنّ الضّغط يحدث كاستجابة فيسيولوجية تجاه أي مطلب يقع عليه وهدفه المحافظة على الكيان والحياة، وتمرّ استجابة الضّغط النّفسيّ بثلاثة مراحل: مرحلة الإنذار، ومرحلة المقاومة، ومرحلة الإجهاد أو الإنهاك، غير أنّه كان لهذه النّظريّة انتقادات كثيرة لأنّها ارتكزت على الدّوافع الفيسيولوجيّة وأهملت الجانب النّفسي للضّغط (عيطور، 1998).

أما النّظريّة النّفسيّة الاجتماعيّة فتجلّت بنظرية الضّغط وحوادث الحياة التي ترى أنّ الضّغوط ترتبط بتغيّر الأحداث الحياتيّة التي تتطلب من الفرد التّكيف معها، لأنّ تراكمها يؤدي إلى ظهور اضطرابات تمسّ الصّحة النّفسيّة والبدنيّة وتنجم عن ثلاثة أنواع من الحوادث: الحوادث المفاجئة، والحوادث المزمنة، والحوادث المترتّبة عن العوامل الانتقالية في الحياة، وأما نظرية موراي وهانري: فيرى أصحابها أنّ مفهوم الحاجة والضّغط مفهومان أساسيان في تفسير سلوك الإنسان، وترتبط الضّغوط بالأشخاص والموضوعات التي تتعلّق بمحاولة الفرد إشباع رغباته (ولد يحي، 2002).

وترى النّظرية البيو–نفسية/ الاجتماعية أنّ الضّغط يأتي وفق المفاهيم البيولوجيّة التي تتوسّط التّكيف والصيرورات الاجتماعية الأساسيّة والمقاومة، وبالنسبة للنّظريّة السّلوكية فهي تنظر للضّغوط على أنّها انفعالات مؤلمة تثير مثيرات معينة، وتركّز على أنّ الضّغط ينشأ عن الخوف الذي يصاحب الشّعور بالألم أو التّهديد (ملحم، 2000)، في حين أنّ النّظريّة المعرفيّة ترى أنّ الضّغوط تنشأ حين يكون هناك تناقض بين المتطلّبات الشّخصيّة للفرد، مما يؤدي إلى تقييم التّهديد وإدراكه في مرحلتين إحداهما تختص بمعرفة الأحداث المسبّبة للضّغط، وأخرى تحدد الطّرق التي تصلح للتّغلب على المشكلات، ويتوقّف ذلك على سمات الشّخص وخبراته ومهاراته وقدرته على تحمل الضّغوط (يخلف، 2001)، ولعل هذه الدراسة تتبنى موقف النظريّة المعرفيّة كون المعلمين يعانون من ضغوط تعيق تحقيق متطلباتهم الشّخصيّة، الأمر الذي حفّز الباحثين لدراسة العلاقة بين الضّغوط النفسية ودافعيّة الإنجاز.

أمّا بالنّسبة لأنواع الضّغط النّفسيّ فقد قسّمه العلماء إلى ضغط نفسيّ إيجابيّ يسهم في رفع مستوى الفطنة ويكون حافزاً للتّصدّي للضّغوط، إذ يستخدم الفرد كلّ ما لديه من قدرات عقليّة ويتخلّى عن الكسل، فنرى الفرد في قمة النّشاط (سي موسى، 2002)، وكذلك ضغط نفسيّ محايد يعدّ أفضل

أنواع الضّغوط لأنّه إن وجد عند الفرد فإنّه يحقق الإبداع والثّقة بالنّفس، وضغط نفسيّ سلبيّ يكون له نواتج فسيولوجية ونفسيّة تؤثر سلبياً على إنجاز الفرد لأنّه يجعل الفرد فاقداً للسّيطرة (شيخاني، 2003)، أمّا عن العوامل المسبّبة للضّغط النّفسيّ لدى المعلمين فترى عقون (2012) أنّ المعلمين يتعرضون للضّغوط النّفسيّة أثناء العام الدّراسي سواء داخل الصّف أو خارجه، وتتركز علامات الضّغوط في الشّعور بالنّفرة من التّدريس والملل من الفصل الدّراسي ومن الطلبة، وكذلك بسبب انخفاض الدّافعية للمشاركة في أنشطة المدرسة وعدم الاهتمام بالإعداد للدروس، وتدريسها بأقل قدر من الجّهد والوقت، وكذلك التّأخر في الذّهاب للصّف، وعدم متابعة واجبات الطلبة، والإكثار من ذمّ الطّلبة واتهامهم بالكسل وعدم الفهم والتّذمر من أوضاع التّعليم بشكل عام.

أمّا عن آثار الضّغط النّفسي فقد تكون آثاراً فسيولوجية تؤثّر على أجهزة الجّسم، أو سيكولوجية تؤدي إلى عدم التّوافق، أو عقليّة تؤدّي إلى اضطرابات عقليّة، أو اجتماعيّة تؤثّر على العلاقات الاجتماعيّة، أو مهنيّة تعرض الفرد إلى الاحتراق النّفسيّ وإلى تدني الدافع للإنجاز (باهي، 2002).

وتحظى دافعية الإنجاز باهتمام كبير بين الباحثين، إذ يرى كلّ من قطامي وعدس (2002) أنّها حالة خاصة من الدافعيّة العامة، تشير إلى حالة داخليّة عند المتعلم تدفعه إلى الانتباه للموقف التّعليمي، والإقبال عليه والاستمرار فيه حتى يتحقق التعلم، وهي مسؤولية تقع على عاتق كلّ من المدرسة والبيت والمؤسسات الاجتماعية الأخرى، ذلك أنّ دافعية الإنجاز ترتبط بعلاقة وثيقة مع ممارسات التنشئة الاجتماعية.

ويوضّح علاونة (2004) وجود فروق بين ذوي دافعية الإنجاز المنخفضة وذوي دافعية الإنجاز المرتفعة، فذوو الدافعية المرتفعة يكونون أكثر نجاحاً في المدرسة، ويحصلون على ترقيات ونجاحات في إدارة أعمالهم أكثر من ذوي الدافعية المنخفضة، وكذلك فإنّ ذوي الدّافعية العالية يميلون إلى اختيار مهام متوسّطة الصّعوبة، ويتجنبون المهام السّهلة، كما يتجنّبون المهام الصّعبة جداً، ربما لارتفاع احتمالات الفشل فيها، ومن الخصائص المميزة لذوي الدافعية المرتفعة أنّ لديهم رغبة قويّة في الحصول على تغذية راجعة حول أدائهم، ولا يرغبون في العمل الذي تتساوى فيها رواتب كافّة الموظفين.

ووجدت الدّاهري (2005) أنّ الدّوافع قد تكون أوليّة يولد الفرد مزوداً بها أي أنّها فطريّة، وقد تكون اجتماعيّة مكتسبة تكتسب بالتّعلم، ودوافع ثانويّة تنشأ بالتّربية وتشمل العواطف والعقد، ويرى أنّ الدّوافع مثيرة للطّاقة فلا سلوك دون دافع، وتحقّق الأهداف يأتي من خلال خفض التّوتر وتحقيق التّوافق للفرد مع نفسه والبيئة المحيطة، أمّا توق (2007) فيرى أنّ للدافعية ثلاث وظائف أساسيّة هي: تحريك وتنشيط السّلوك، وتوجيه السّلوك وجهة معينة، والمحافظة على استدامة السّلوك،

ويرى نشواتي (1985) أنّ دافعيّة الإنجاز تكون على شكل ممارسة الفرد للّسلوكيّات نحو تحقيق هدف معين تحقيقاً لرغباته، وهي نابعة من الدّاخل يصعب ملاحظتها بشكل مباشر ولكن يمكن استنتاجها من سلوكيّات الأفراد.

وعنيت الدراسات السابقة بدراسة العلاقة بين الدوافع بشكل عام ومتغيرات أخرى نفسية وتربوية، فمثلاً هدفت دراسة آمار ودبتي (Amar , Dipti, 2016) إلى استقصاء العلاقة بين دافعية الإنجاز والذكاء العاطفي لدى الطلبة المعلمين في كلية المعلمين، واستقصاء أثر الجنس على كلّ من دافعية الإنجاز والذكاء العاطفي، وقد تم جمع البيانات من 300 من الطلبة المعلمين من مختلف كليات (ناجبور) في الهند، وكشفت النتائج عن وجود فروق في مستويات دافعية الإنجاز بين الذكور والإناث لصالح المعلمين الذكور، وكذلك بالنسبة لمستويات الذّكاء العاطفي، فقد أظهرت النّتائج أنّ المعلمات الإناث لديهنّ درجات أعلى من الطّلبة المعلمين الذّكور، وأنّ هناك علاقة طرديّة بين كلّ من دافعيّة الإنجاز والذّكاء العاطفي لدى الطّلبة المعلمين من الجنسين.

وهدفت دراسة هاكان وسيفا والكا (Hakan, Sefa, Ulku, 2015) للكشف عما إذا كانت هناك علاقة بين دافعية الإنجاز والأنماط المعرفية لدى الطلبة المعلمين الذين يدرسون في برامج إعداد المعلمين في الجامعات التركية، وقد تم تصميم الدراسة بطريقة كمية وكيفية لتحديد الأنماط المعرفية التي يلجأ لها الطلبة المعلمون، وكذلك أساليب التحفيز والدافعية للإنجاز لدى الطلبة المعلمين والتحقيق من العلاقة بين هذه المتغيرات، وكشفت النتائج أن دافعية الإنجاز لدى الطلبة المعلمين لا تختلف باختلاف الجنس ولا باختلاف الأنماط المعرفية، كما أسفرت الدراسة عن دافعية الإنجاز للطلبة المعلمين تختلف باختلاف أساليب التحفيز التي يلاقيها المعلمون المتدربون.

وهدفت دراسة الأحسن (2015) للتّعرف على مستوى الضّغوط المهنيّة لدى معلمي المرحلة الابتدائية في ولايتي البليدة وتيبازة ومصادرها ومستوى تقدير الذّات والعلاقة الارتباطيّة بينها، وأجريت الدّراسة على عيّنة مقدارها (115) معلماً ومعلمةً، وتوصّلت النّتائج لوجود ضغوط مرتفعة لدى المعلمين بلغت 66% وبسبب مصادر مختلفة، ووجود مستوى منخفض من تقدير الذّات لدى 60% من العيّنة وأن هناك علاقة عكسيّة بين مصادر الضّغوط و تقدير الذّات.

وأجرت إبراهيمي (2015) دراسة على مجتمع من النساء العاملات في مجالي التعليم والصحة في ولاية بسكرة في الجزائر، ممن يعملن في القطاع العام لمعرفة الضّغوط المهنية والنّفسيّة وعلاقتها بالتّوافق الزّواجي لدى المرأة العاملة، وأجرتها على عينة قوامها 72 معلمة و65 ممرضة، استخدمت فيها استبانة مكونة من (46) فقرة، وخلصت إلى أنّ هناك علاقة عكسيّة بين الضّغوط المختلفة والتّوافق الزّواجي، وتوجد فروق في الضّغوط النّفسيّة والمهنيّة بين المعلّمات والممرّضات لصالح المعلمات.

وهدفت دراسة الصّمادي (2015) إلى التّعرف على مصادر الضّغوط النّفسيّة لدى طلبة جامعة العلوم الإسلاميّة العلميّة واستراتيجيات التّعامل معها، على عينة قوامها (285) طالباً وطالبةً من الجامعة من البيئة الأردنيّة، وطبق عليهم مقياس الضّغوط النّفسيّة ومقياس مصادر الضّغوط، وخلصت نتائجها أنّ طلبة الجّامعة يتعرضون للضّغوط التي تعزى للبعد المادي والأكاديمي والاقتصادي، فيما لم تظهر ثمّة فروق بين الذّكور والإناث في مستوى الضّغوط النّفسيّة.

وقامت قوراري (2014) بدراسة هدفت إلى التّعرف إلى مستويات الضغوط المهنية ودافعية الإنجاز لدى أطباء الصحة العمومية في مدينة بسكرة وطبيعة العلاقة بين المتغيرين، وأعدت الباحثة مقياساً للضغوط المهنية ومقياس الدافعية للإنجاز بالإضافة إلى المقابلة لعشرين طبيباً وطبيبة، وأظهرت النّتائج أنّ مستوى الضّغوط المهنية كان مرتفعاً أما دافعية الإنجاز كانت منخفضة حيث أنّ العلاقة بينهما عكسيّة.

وهدفت دراسة كحيلة (2014) التي أجريت على عينة من محافظة اللاذقية بلغ عددها (688) معلماً ومعلمةً للتّعرف على العلاقة بين الضّغوط النّفسيّة والتّوافق المهني لدى أفراد العينة، واستخدمت مقياس للضّغوط النّفسيّة والتّوافق المهني من إعدادها، وخلصت النّتائج إلى ارتباط بين الضّغوط والتّوافق المهني، كما خلصت إلى عدم وجود فروق تعزى لمتغير الجّنس وكذلك لمتغير الخبرة في التدريس.

وقام أبو رحمة (2012) بدراسة لمعرفة الضّغوط التي يواجهها المشرفون التّربويون في قطاع غزّة في المدارس الحكوميّة ومدارس وكالة الغوث وعلاقتها بالرّضا الوظيفي، على مجتمع الدّراسة الذي يتكوّن من 192 مشرفاً في جميع القطاع، واستخدم الباحث استبانة مكوّنه من 125 فقرة، وخلصت النّتائج إلى وجود ضغوط في العمل وكانت بأعلى مستوى عند حملة الشّهادات العليا (الماجستير وما فوق)، وكلّما زاد عدد المدارس التي يشرف عليها (أكثر من 15 مدرسة) وأنّ درجة الرّضا الوظيفي متوسّطة.

وأجرت عقون (2012) دراسة حول الضّغط النّفسي المهني وعلاقته باستجابة القلق لدى معلمي التّربية الخاصة، واستخدم المنهج الوصفي الارتباطي واستخدم الملاحظة والمقابلة واستمارة البيانات الأوليّة، ومقياس الضّغط المهني لجمع البيانات، وبلغت عينة الدّراسة (117) معلماً ومعلمة في مدينة سطيف تم اختيارهم بطريقة عشوائية، وأظهرت النّتائج أنّ هناك علاقة موجبة بين الضّغط المهني والقلق، وأنّ المعلمين يعانون من ضغط مهني مرتفع.

وهدفت دراسة سمارة وسمارة والسلامات (2012) إلى استقصاء درجة تقدير معلمي المرحلة الأساسية الدنيا لذواتهم وعلاقتها بدافعية الإنجاز لديهم، وقد تكونت عينة الدّراسة العشوائية البسيطة

من (108) من معلمي ومعلمات المرحلة الأساسية الدنيا، وقد قام الباحثون باستخدام مقياس تقدير الذات الذي قاموا ببنائه وتطويره، ومقياس القادري لدافعية الإنجاز.

أسفرت نتائج الدّراسة عن أن درجة تقدير معلمي المرحلة الأساسية الدنيا لذواتهم مرتفعة؛ وحصل بُعد "المظهر العام والهيئة الخارجية" على أقل متوسط حسابي، فيما حصل بعد "السلوك" على أعلى درجة، وأظهرت النّتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة تقدير معلمي المرحلة الأساسيّة الدّنيا لذواتهم تعزى لمتغير الجنس والمؤهل العلمي والخبرة في التدريس، وأظهرت النتائج أن مستوى دافعية الإنجاز لدى معلمي المرحلة الأساسية الدنيا قد كان مرتفعاً. وأظهرت الدراسة عدم وجود فروق في مستوى دافعية الإنجاز تعزى لمتغير الجنس والمؤهل العلمي والخبرة في التدريس، وأظهرت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجة تقدير معلمي المرحلة الأساسية الدنيا لذواتهم ومستوى دافعية الإنجاز لديهم.

وهدفت دراسة مليكة (2011) إلى البحث في مصادر الضّغوط المهنيّة لدى المدرسين الجزائريين ومعرفة إذا ما كان هناك فروق تبعاً لاختلاف المراحل التعليمية والخبرة المهنية، واستخدمت الباحثة مقياس للضغوط المهنية حسب طبيعة العمل والضغوط المهنية الفيزيقية، والاجتماعية، والسياسية التعليمية، وقد اتبعت المنهج الوصفي المقارن على عينة الدراسة البالغة (210) مدرساً ومدرسة، وأشارت نتائج الدّراسة أنّ مدرسي المراحل الثّلاثة يعانون من ضغوط مهنية لصالح مدرسي التّعليم المتوسط، وأنّ الفئة الأكثر شعوراً في الضّغوط هي الفئة طويلة الخبرة تليها متوسطة الخبرة ثم الفئة قصيرة الخبرة.

وأمّا حمايدة (2011) فقد هدفت دراستها الكشف عن مستوى الضّغوط عند معلمي المرحلة الثانويّة في المدارس الحكوميّة التّابعة للحكومة الأردنيّة والمشكلات النّاجمة عنها، ومعرفة أثر الجّنس والخبرة والمؤهل العلمي في مستوى هذه الضّغوط، وتكوّنت عيّنة الدّراسة من (228) معلماً ومعلمة، وطبقت الباحثة استبانة حول ضغوط المعلمين، وأظهرت نتائج الدّراسة أنّ ضغوط العمل مرتفعة على الأداة ككل، كما وأظهرت النّتائج وجود فروق في مستوى الضّغوط التي تواجه معلمي المرحلة الثّانويّة تعزى لمتغير الجّنس لصالح الذّكور، وللخبرة لصالح المعلمين ذوي الخبرة المتوسطة (من 5-10 سنوات)، في حين أسفرت عن عدم وجود فروق تعزى للمؤهل العلمي.

وقام بركات (2010) بدراسة تهدف إلى توضيح استراتيجيات نفسيّة وجسميّة واجتماعيّة يستخدمها المعلّم للتّكيّف مع الضّغوط المهنيّة في ضوء متغيّرات الجّنس، ونوع المدرسة، والمؤهل العلمي، والتّخصص، واعتمد الباحث المنهج الوصفي وطبّق استبانة على (200) معلماً ومعلمة في مدينة طولكرم في فلسطين، وأظهرت نتائج الدّراسة أنّ المعلمين يستخدمون الاستراتيجيات الاجتماعيّة

والنّفسيّة والجسميّة لمواجهة الضّغوط المهنيّة وكان هناك فروق في استخدام هذه الاستراتيجيات بين الذّكور والإناث، كما وأظهرت النّتائج وجود فروق تبعاً للمرحلة لصالح المرحلة الثّانوية.

أظهرت الدّراسات السّابقة أنّ للضّغوطات النّفسيّة تأثيرات مختلفة على دافعيّة الإنجاز والقلق وضمن متغيرات تختلف من دراسة لأخرى، وعلى فئات المجتمع المختلفة، إذ يتعرّض الفرد لظروف حياتية تشكّل ضغوطاً مختلفة، فقد تكون ضغوطاً مهنية (مليكة،2011)، أو ضغوطاً حياتية وجسمية ومعرفية وانفعالية وسلوكية مثل دراسة الصّمادي (2015) وقوراري (2014)، أو لدى معلمي المرحلة الثانويّة في المدارس الحكوميّة (حمايدة، 2011) في حين أظهرت بعض الدّراسات أنّ الضّغوط النّفسيّة لم تؤثر على الدافعية للإنجاز (بويزري، 2013)، وأمّا من حيث مستوى الضّغوط فكانت مرتفعة كما في دراسة (بركات، 2010).

وتأتي هذه الدّراسة استكمالاً لجهود الباحثين في هذا المجال، من حيث أنّها توفّر مقياساً مقنناً في البيئة الفلسطينيّة، ومن حيث أنّها تطبق هذه الأداة على عيّنة المعلمين والمعلمات في محافظة الخليل التي لم تجرِ عليها دراسة من هذا القبيل على حدّ علم الباحثين، وهي كذلك تفحص أثر بعض المتغيّرات المستقلّة على الضّغوط النّفسيّة.

مشكلة الدّراسة وأسئلتها:

تتنوع حاجات الأفراد التي من الضّروري إشباعها للوصول بهم إلى حالة من الاستقرار النّفسيّ، وهناك أحداث ضاغطة في الحياة تتنوع في أبعادها وتعود إلى أسباب مختلفة، وقطاع التّعليم من القطاعات الحيويّة الحسّاسة التي تتطلب كثيراً من المهام المطلوبة بكفاءة، حيث يتعرّض المعلّمون والمعلّمات إلى مجموعة من العوامل الضّاغطة بعضها مرتبط بالواقع التّعليمي والأعباء المناطة بالعاملين في هذا القطاع كالبيئة التّعليميّة أو إلى الحياة التي يعيشها العاملون في هذا القطاع، وقد تعود إلى قدراتهم على التّحمّل وإلى أنماط شخصياتهم، وطبيعة المؤسسة التي يعملون بها، وطبيعة المهام المطلوبة منهم، وعليه ينبغي توفّر مجموعة من العوامل التي تساعد هؤلاء الأفراد على إنجاز المهام المطلوبة منهم، كتوفّر الصّحة الجّسديّة والعقليّة والنّفسيّة مع وجود الحماسة والرّغبة والطّموح ليكون هناك دافع للإنجاز تحت جميع الظّروف التي تسبّب تلك الضّغوط، وتتحدد مشكلة الدّراسة في أنّها تحاول استقصاء مستوى الضّغوط التي يتعرض لها المعلمون في محافظة الخليل وعلاقتها بامتلاكهم للدّافعيّة، وفي ضوء ذلك استشعر الباحثان أهميّة دراسة هذا الموضوع، ذلك أنّ الضّغوط من شأنها أن تعيق قيام المعلمين بأعمالهم، مما قد يؤثر سلباً على دافعيتهم للإنجاز، وعليه، فإن الدّراسة تحاول الإجابة عن التّساؤلات الآتية:

1- ما مستوى الضّغوط النّفسيّة التي يتعرض لها المعلمون في المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل كما تكشف عنها أداة الدّراسة؟

2- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الضّغوط النّفسيّة التي يتعرض لها المعلمون ومستوى الدافعيّة للإنجاز؟

3- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضّغوط النّفسيّة تعزى إلى كلّ من متغيّر الفئة العمرية، والمرحلة التعليمية، والجنس، والمؤهل العلمي، والمديرية، والتخصص؟

أهمية الدّراسة:

الأهمية النظرية: يتعرض الإنسان إلى مجموعة من العوامل الضّاغطة الحياتيّة التي تؤدّي في النّهاية إلى تشكيل الضّغوط النّفسيّة المؤثرة عليه، وقد تكون هذه الضّغوط عاملاً إيجابياً ودافعاً للإنجاز أو قد تكون محبطة ولها تأثيرات سلبيّة على حياته وعلى دافعيته للإنجاز، ويقوم المعلم بمهامه في ظلّ هذه الضّغوط التي تؤثّر عليه نفسياً وجسدياً، في بعديها، البعد الإيجابي الذي يشعره بالقدرة على إنجاز المهام بإتقان في الزّمن المطلوب فتشعره بالسّعادة والثّقة، والبعد السّلبي الذي يكون انعكاسه سلبياً على الصّحة والحالة النّفسيّة وبالتّالي على الأداء، فيشعر بالإحباط والتّعاسة والفجوة بين إنجازه وما هو مطلوب منه،

الأهمية التطبيقية:

نظراً لكون المعلم أحد ركائز البناء في المجتمع فقد نبعت أهمية هذه الدراسة، التي قد تكون نتائجها ذات أهميّة في مساعدة صنّاع القرار في وزارة التربية والتعليم العالي لوضع الخطط والاستراتيجيات من أجل تقليل الضّغوط ذات التّأثير السّلبي على المعلم مما يساعده على الإنجاز ويضمن أداء تعليماً أفضل، فضلاً عن هذه الدراسة توفّر أدوات من شأنها أن تساعد الباحثين في الكشف عن كل من الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز، ومن أجل مساعدتهم في وضع البرامج الإرشادية التي تنعكس إيجاباً على التّعليم المدرسي.

أهداف الدّراسة:

هدفت هذه الدّراسة إلى التّعرف على مستوى الضّغوط النّفسيّة التي يتعرض لها المعلمون في المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل، وكذلك استقصاء ما إذا كان هناك علاقة بين الضّغوط النّفسيّة التي يتعرض لها المعلمون والدّافعيّة للإنجاز، وأيضا التّعرف على الفروق في درجات الضّغط النّفسي وفقاً لبعض المتغيّرات المستقلة (الفئة العمرية، المرحلة التّعليميّة، الجّنس، المؤهل العلمي، المديريّة، التّخصّص).

مصطلحات الدراسة:

يعرّف (كوبر سميث) الضّغط النّفسيّ بأنّه عدم تكافؤ إمكانات الفرد مع المطالب البيئية الموضوعية (عبد المنعم، 2006)، كما ويعرفه قاسم (2001) على أنّه تلك الضّغوط النّفسيّة التي

تشير إلى وجود عوامل خارجية تحدث لدى الفرد إحساساً بالتّوتّر الشّديد مما يفقده قدرته على الاتزان والتّكيّف.

ويعرّف الضّغط النفسي إجرائياً في هذه الدّراسة بالدّرجة التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الضّغط النّفسي(Perceived Stress Scale) المستخدم فيها.

دافعية الإنجاز: يعرّف الخالدي (2001) دافعية الإنجاز على أنّها القوّة المحرّكة للفرد بغية الوصول إلى هدف محدد، أيّ أنّها العلاقة بين النّشاط والهدف، ويعرفها أتكنسون: بأنّها استعداد الفرد للعمل على تحقيق أهداف معينة (غبازي، 2008).

وتعرّف دافعيّة الإنجاز إجرائياً في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس دافعية الإنجاز المستخدم في الدراسة.

حدود الدّراسة:

اقتصرت الدّراسة على الضّغوط النّفسيّة وعلاقتها بدافعيّة الإنجاز لدى معلمي المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل وفقاً لبعض المتغيّرات متغيرات (الجنس، والفئة العمرية، والمؤهل العلمي، والمرحلة التعليمية، والتخصص، المديرية)، في المراحل التّعليميّة في المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل في شهر شباط من الفصل الدّراسي الثّاني لعام 2015-2016، كما واقتصرت على ما تتمتع به أدوات الدّراسة من دلالات صدق وثبات مما يعيق تعميم النّتائج إلا على بيئات مشابهة.

مجتمع الدّراسة وعيّنتها:

تكون مجتمع الدّراسة من معلمي المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل والبالغ عددهم (8640) وفق إحصائيات مديريات التربية والتعليم في محافظة الخليل، أمّا عيّنة الدّراسة فقد تكوّنت من عيّنة عشوائيّة بسيطة قوامها (199) معلماً ومعلّمة، أي ما نسبته 5.5% من مجتمع الدراسة والجدّول الآتي (1) يبين توزيع أفراد عينة الدّراسة وفقاً لمتغيري الجّنس والمرحلة التّعليمية.

الجدول (1): توزيع أفراد عيّنة الدّراسة وفقاً لمتغيّري الجّنس والمرحلة التّعليميّة

المرحلة التعليمية / الجنس	مرحلة دنيا	أساسية عليا	مرحلة ثانوية	المجموع
ذكور	44	34	27	105
إناث	20	49	25	94
المجموع	64	83	52	199

أدوات الدراسة:

مقياس الضغط النفسي: قام كوهين ورفاقه (Cohen et al, 1983) ببناء مقياس الضغط النفسي المدرك (Perceived Stress Scale) لقياس الأوضاع الحياتيّة الضّاغطة التي تشكّل

مصدر ضغط نفسيّ للأفراد، وقد نشر المقياس أول مرة في العام (1983) وكان مكوناً من 14 وتمّ استخدامه بشكل كبير في الدّراسات منها (Taylor, 2015) وجراهام (Graham, 2006) التي تلت ذلك لتقييم المواقف الحياتيّة الضّاغطة، وكذلك استخدم في اختبار فعاليّة بعض الإجراءات التي من شأنها أن تخفّف الضّغوط النّفسيّة.

والنّسخة المطوّرة على يد تايلور (Taylor, 2015) مكوّنة من 10 فقرات، بتدرج خماسي الاستجابة (دائماً، غالباً، أحياناً ، نادراً، إطلاقاً) والفقرات 4 ، 5، 7، 8 مصاغة بطريقة عكسيّة، وقد تم عكسها أثناء تصحيح المقياس.

تبلغ الدّرجة الكليّة على المقياس 50 والدرجة الدنيا 10، وكلّما زادت الدّرجة زاد الإجهاد النّفسي لدى المستجيب، ويعتبر مستوى المفحوص منخفضاً إذا حصل على درجة أقل من 2.33، ومتوسطاً إذا حصل بين 2.33– 3.66، ومرتفعاً إذا زادت الدرجة عن 3.66 على الفقرة الواحدة، وأما على الدرجة الكلية للمقياس فيكون المستوى منخفضاً إذا قل عن 23.3 ومتوسطاً إذا تراوح بين 23.3– 36.3 ومرتفعاً إذا زاد عن 36.3

وتمتع المقياس بصورته الأصليّة بدرجات صدق وثبات مرتفعة، فقد بلغت قيمة معامل الثبات (0.82) كما أوجدها واضعو المقياس كوهين وكامارك وميرميلستين (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983).

وقد قام الباحثان بالتّحقق من صدق المقياس في الدّراسة الحاليّة عن طريق التّرجمة والتّرجمة العكسيّة، إذ تمّ ترجمته إلى العربيّة ثم أعطيت التّرجمة العربيّة لأحد المتخصّصين وترجمتها للغة الإنجليزية وتمّت المقارنة بين التّرجمة مع النسّخة الأصليّة، كما وتمّ التحّقق من صدق المحكمين، وذلك بتعديل طفيف على بعض الكلمات.

كما وتمّ التّحقق من صدق الاتّساق الدّاخلي للمقياس وذلك بحساب معامل الارتباط بين كلّ فقرة من فقراته والدّرجة الكليّة والجّدول الآتي رقم (2) يبين ذلك.

الجدول (2): معاملات الارتباط بين كلّ فقرة من فقرات الإجهاد النّفسيّ المعرّب مع الدرجة الكليّة على المقياس.

رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المقياس	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط مع المقياس	مستوى الدلالة
1	0.54	0.001	6	0.57	0.001
2	0.66	0.001	7	0.61	0.001
3	0.60	0.001	8	0.51	0.001
4	0.53	0.001	9	0.53	0.001
5	0.60	0.001	10	0.58	0.001

تظهر قيم معاملات الارتباط في الجدول (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط قد كانت دالّة عند مستوى ($\alpha \geq 0.001$) وهذا يؤشر على درجات مرتفعة من الصّدق للمقياس.

أمّا الثّبات فتمّ التّحقق منه باستخدام معادلة كرونباخ α وقد بلغت قيمة هذا المعامل (0.80) وهي قيمة مرتفعة وتقارب النّسبة التي أوجدها واضعو المقياس، وتسمح باستخدام المقياس في البحوث الإنسانيّة.

مقياس الدافعية للإنجاز:

أخذ هذا المقياس من دراسة قوراري (2014) الذي اعتمدت فيه على استمارة دافعية الإنجاز لفرومر، ومقياس نيموف، وقامت بتطويرهما وتعديل بعض الأسئلة، ويتكون المقياس من خمسة وعشرين فقرة موزعة على خمسة محاور: سلوك الإنجاز، والمثابرة في بذل الجهد، والإقبال على العمل، والتوتّر في العمل، والطموح، والمقياس متدرج بطريقة ثلاثيّة (دائما ، غالباً، أحيانا) ويجيب عليه المفحوص وفق ما ينطبق على حالته، ويتم حساب درجات المفحوص بحيث تبلغ الدرجة الكلية 75 والدرجة الدنيا 25.

وتحققت قوراري من صدق المقياس من خلال صدق المحكمين وتمّ التعديل بناء على آرائهم، أمّا ثباته فقد تم التحقق من درجات ثباته باستخدام ثبات الإعادة وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين التطبيقين 0.83 مما يؤشر على ثباته.

وفي الدّراسة الحاليّة تمّ كذلك التّحقق من صدق مقياس دافعيّة الإنجاز من خلال صدق المحكمين إذ تمّ عرضه على أربعة من المختصين في علم النّفس، وقد أجري تعديل طفيف على بعض الفقرات، كما وتم التحقق من صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية على المقياس وقد كانت جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \geq 0.01$) وهذا يؤشر على صدق المقياس ومناسبته لأغراض الدراسة.

وتمّ التّحقق من ثبات الاختبار باستخدام معادلة كرونباخ α وقد بلغت قيمة هذا المعامل (0.87) وهي قيمة تسمح باستخدام المقياس في البحوث الإنسانيّة، كما وتم التحقق من صدق الاتساق الداخلي عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية على المقياس وقد كانت جميع الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى ($\alpha \geq 0.01$).

منهج الدراسة:

اعتمدت هذه الدراسة على المنهج الوصفي الذي يصف الظاهرة كما هي موجودة في الواقع دون إحداث أي تغيير على الشّروط الموضوعية لتطبيق أدوات الدراسة على العينة المشمولة في الدراسة.

التحليل الإحصائي:

تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا للتحقق من ثبات أدوات الدراسة، وكذلك استخدمت النسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار ت واختبار تحليل التباين المتعدد وذلك للإجابة عن أسئلة الدراسة.

نتائج الدّراسة:

نصّ السّؤال الأول على: ما مستوى الضّغوط التي يتعرض لها المعلّمون والمعلمات في المدارس الحكوميّة في محافظة الخليل؟

ولهذه الغاية قام الباحثان بحساب المتوسّطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة لكلّ فقرة من فقرات مقياس الضّغوط النّفسيّة وترتيبها ترتيباً تنازليّا وفقاً لدرجة أهميتها.

كما تمّ حساب الدرجة الكليّة للضّغوط النّفسيّة على المقياس بشكل عام، والجدّول (3) يبين ذلك.

الجدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل فقرة من فقرات مقياس الضّغوط النّفسيّة وترتيبها ترتيبا تنازليا وفقاً لدرجة أهميتها

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
2	هل شعرت أنك غير قادر على التحكم بالأمور الهامة في حياتك	3.90	0.88	مرتفع
7	هل استطعت أن تسيطر على المستفزات في حياتك*	3.47	0.61	متوسط
4	هل شعرت بالثقة حول قدرتك على التعامل مع مشاكلك الشخصية*	3.37	0.66	متوسط
6	هل وجدت أنك غير قادر على تسيير الأمور التي عليك فعلها	3.20	082	متوسط
10	هل شعرت بتراكم الصعوبات لدرجة أنك غير قادر على تجاوزها	3.15	0.82	متوسط
5	هل شعرت أن الأمور تسير وفق رغبتك*	3.09	0.66	متوسط
8	هل شعرت أنك مسيطر على قمة الأمور*	3.00	0.91	متوسط
3	هل شعرت أنك عصبي و تحت الضغط	2.89	0.82	متوسط
1	هل شعرت بالإحباط نتيجة حدوث شيء غير متوقع	2.84	0.65	متوسط
9	هل شعرت بالغضب بسبب أمور خارجة عن تحكمك	2.83	0.54	متوسط
	المقياس بشكل عام	31.73	4.96	متوسط

*تم عكس الفقرات السلبية

تشير البيانات في الجدول (3) إلى أنّ مستوى الضّغوط النّفسيّة قد بدت متوسّطة على جميع الفقرات ما عدا الفقرة رقم (2) المتعلقة بعدم القدرة على التحكم بالأمور الهامة في الحياة قد كانت درجتها مرتفعة، وكذلك الحال فالدرجة الكلية على المقياس بشكل عام هي درجات متوسطة، ولعل ذلك يعزى إلى أنّ الضغوط التي يواجهها المعلمون في المجتمع الفلسطيني هي موجودة عند المعلّمين شأنهم شأن أي فئة من المجتمع الذي يعاني ضغوطاً شتى بسبب الظّروف المختلفة التي يعيشها، وهي متوسّطة لأنّ فئة المعلمين ربما هي فئة ذات أوضاع معيشية متوسّطة، بمعنى أنّ لديهم دخل ثابت، وأنّهم يحظون بمكانة اجتماعية جيدة في المجتمع، مما جعل درجات الضّغوط الواقعة عليهم تأتي ضمن هذا المستوى، وهذه النّسب كذلك تقارب النّسب التي أوجدها تايلور (Taylor, 2015).

نصّ السّؤال الثّاني: هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائيّة بين الضّغوط النّفسيّة التي يتعرّض لها المعلمون ومستوى الدّافعية للإنجاز؟

ولهذه الغاية قام الباحثان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين كلّ من درجة المستجيب على مقياس الضّغوط النّفسيّة ومقياس الدّافعية للإنجاز وقد بلغت قيمة معامل الارتباط (−0.29) وهي قيمة سالبة ودالة إحصائياً عند ($\alpha \geq 0.001$) وهذا يشير إلى وجود علاقة عكسيّة بين كلّ من الضّغوط النّفسيّة ودافعيّة الإنجاز.

ويرى الباحثان أنّه كلّما زادت الضّغوط على المعلمين والمعلمات، كلّما صرف ذلك تفكيرهم في هذه الضّغوط وكيفية مواجهتها، وكّلما جعلهم مشوشي التفكير، وعلى نظرتهم للأمور الحياتية العملية، الأمر الذي ينعكس بالتالي على أدائهم وعلى القوى التي تحركّهم نحو تحقيق الإنجاز، وصحيح أنّ وجود معامل الارتباط لا يعني السّببية، ولكنه يعني أنّ هناك متغيرات أخرى ارتبطت بالضّغوط النّفسيّة كالمشكلات الاجتماعيّة والمهنيّة والاقتصادية التي يعاني منها المعلمون والتي أدّت بدورها خفض درجات إقبالهم على التدريس وعلى انخفاض دافعيتهم للإنجاز.

وتتفق هذه النّتيجة مع نتائج عديد من الدّراسات التي ربطت بين الضّغط النّفسي ودافعيّة الإنجاز مثل دراسة قوراري (2014) في حين اختلفت مع نتيجة دراسة فقيهي (2009) التي أجريت على البيئة السّعودية.

نصّ السؤال الثالث على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغوط النّفسيّة، تعزى إلى كل من متغير الفئة العمرية، والجنس، والتخصص، والمرحلة التعليمية، والمديرية، والمؤهل العلمي؟

ومن أجل هذه الغاية تم حساب المتوسطات الحسابية Estimated Marginal Means والانحرافات المعيارية لكل مستويات المتغيرات المستقلة كما يوضحها الجدول(4).

الجدول رقم (4): المتوسّطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكلّ فئة من فئات المتغيّرات المستقلة

المتغيرات المستقلة	الفئات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الجنس	ذكر	105	30.37	0.63
	أنثى	94	33.14	0.66
التخصص	تخصصات علمية	67	31.89	0.69
	تخصصات أدبية	132	31.62	0.61
المؤهل العلمي	دبلوم	125	30.29	0.98
	بكالوريوس	162	31.91	0.42
	ماجستير	12	30.06	1.3
الفئة العمرية	30-20	41	29.26	0.85
	40-30	89	31.59	0.74
	50-40	42	32.97	0.80
	أكثر من 50	27	33.20	0.94
المرحلة التعليمية	أساسية دنيا	66	33.18	0.76
	أساسية عليا	78	31.50	0.67
	ثانوي	55	30.58	0.77
المديرية	شمال الخليل	34	32.08	0.90
	وسط الخليل	57	33.11	0.75
	جنوب الخليل	56	31.70	0.78
	مديرية يطا	52	30.13	0.82

ثم تمّ استخدام تحليل التّباين المتعدد (النموذج الخطي المتعدد) (Univariate General Linear Model) لاختبار دلالة الفروق في متوسّطات مستوى الضّغوط النّفسيّة لدى المعلمين والمعلمات في محافظة الخليل وفقاً لمتغيّر المديرية (شمال الخليل، وسط الخليل، جنوب الخليل، مديرية يطا) والجّدول رقم (5) يبيّن نتائج تحليل التّباين المتعدد لاختبار دلالة الفروق في متوسّطات الضّغوط النّفسية.

الجدول رقم (5): نتائج تحليل التّباين المتعدد لاختبار دلالة الفروق في متوسّطات مستوى الضغوط النّفسيّة وفقاً للمتغيرات المستقلة

مصدر التباين	مجموع المربعات	د. ح	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
النموذج	201635.63	13	15510.43	791.40	0.001
المؤهل العلمي	59.47	2	29.73	1.51	0.22
التخصص	2.98	1	2.98	0.15	0.69
الجنس	313.27	1	313.27	15.98	0.001
الفئة العمرية	334.18	3	111.39	5.68	0.001
المرحلة التعليمية	167.32	2	83.66	4.26	0.01
المديرية	193.17	3	64.39	3.28	0.02
الخطأ	3645.36	186	19.59		
المجموع	205281.00	199			

تشير النّتائج في الجدول (5) إلى أنّه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسّطات مستوى الضغط النّفسي تعزى إلى المؤهل العلمي إذ بلغت قيمة ف (1.51) وهي غير دالة إحصائياً مما يعني أنّ مستويات الضّغوط النّفسيّة لا تختلف باختلاف المؤهل العلمي، بمعنى أنّه سواء كان المعلم أو المعلمة يحملون درجة الدّبلوم أو البكالوريوس أو الماجستير فإنّهم لا يختلفون في مستوى الضّغوط النّفسيّة أو الإجهاد النّفسيّ الذي يمرون به، ولعل ذلك يعزى إلى أنّه مهما اختلفت مؤهلات المعلمين فإنّهم يخضعون لنفس الضغوط النّفسيّة النّاجمة عن الوظيفة لأنّهم يعلّمون المنهاج نفسه ويخضعون لنفس تعليمات وزارة التّربية والتّعليم، ونفس مواصفات العمل والظّروف المرتبطة به.

وتتفق هذه النّتيجة مع نتيجة دراسة حمايدة (2011) التي أسفرت عن عدم وجود فروق في مستوى الضّغوط النّفسيّة وفقاً لمتغير المؤهل العلمي.

وكذلك الحال بالنّسبة لمتغير التّخصص الذي يحمله المعلّم فلم تظهر النّتائج في الجّدول (5) فروقاً في درجات الضّغط النّفسي أو الإجهاد النّفسيّ الذي يعاني منه المعلّم أو المعلّمة باختلاف تخصّص المعلم أو المعلمة، وسواء كان المعلم يحمل تخصصاً علمياً أو أدبياً فإنّهم لا يختلفون في درجات الضّغط النّفسيّ أو الإجهاد النّفسيّ الذي يتعرضون له، سيما وأنّهم يخضعون لنفس تعليمات وزارة التّربية والتّعليم ويعلّمون نفس عدد الدّروس ويتقاضون نفس الرّاتب.

أما بالنسبة لمتغير الجّنس فقد أظهرت النّتائج فروقاً في درجات الضّغوط النّفسيّة باختلاف الجّنس ولما كان المتوسّط الحسابي للإناث أعلى منه للذّكور فإنّ هذا يشير إلى أنّ الضّغوط النّفسيّة

لدى المعلمات أعلى من المعلمين، ولعلّ ذلك يعزى إلى أنّ المعلمات يعانين من ضغوط بسبب صعوبة التّوفيق بين العمل والأسرة فأغلبهن متزوّجات، ولديهن أطفال والتزامات أسريّة اجتماعيّة مما يعني أنّ مستوى الضّغوط الواقعة على المعلّمات أكثر من المعلمين.

وتتفق هذه النّتيجة مع نتيجة دراسة كلّ من إبراهيمي (2015)، فيما اختلفت مع نتيجة دراسة الصّمادي (2015) التي لم تظهر فروقاً في الضّغوط النّفسيّة وفقاً للجنس، ومع دراسة حمايدة (2011) التي أظهرت أن الذكور يعانون من الضّغوط النّفسيّة بدرجة أكبر من الإناث.

وبالنّسبة لمتغير الفئة العمريّة التي تضمّ أربعة مستويات فقد تمّ استخدام اختبار Least Significant Difference للتّحقق من اتجاه الدّلالة الإحصائيّة والجّدول التّالي رقم (6) يبيّن نتائج التّحليل.

الجدول (6): نتائج اختبار LSD لاختبار اتجاه الدّلالة في مستوى الضغوط النفسية لدى المعلمات في محافظة الخليل وفقاً لمتغير الفئة العمرية

الفئة العمرية	30-20	40-30	50-40	أكثر من 50 سنة
30-20	-	-2.38*	-3.20*	-4.25*
40-30	*2.38	-	0.82	-1.86
50-40	*3.20	0.82	-	-1.04
أكثر من 50 سنة	*4.25	1.86	1.04	-

* دالّة عند مستوى ($\alpha \geq 0.05$)

تظهر نتائج اختبار LSD أنّ الفروق على الفئات العمريّة كانت دالّة بين المعلمين والمعلّمات ذوي الأعمار الأقل، ولما كانت المتوسطات الحسابيّة لفئة المعلمين ذوي الأعمار (20-30) هي الأقل فإنّ هذا يشير إلى أنّ مستوى الضّغوط النّفسيّة لديهم هي الأدنى من بين الفئات الأخرى، ولعل وهذا يعني أنّه كلّما كان عمر المعلم أو المعلمة أقل فإنّ هذا يعني أنّه حديث التّعيين في العمل ولا زال يملك من حماسة للتعليم، ولا زال يشق طريقه في الحياة وربما ليس لديه أو لديها أعباء أسريّة كبيرة، بعكس المعلمين والمعلمات الأكبر سنّاً الذين لديهم التزامات أكبر، ويواجهون ظروف ضاغطة بشكل أكبر وهذا الضّغط ربما ناجم عن مسؤولياتهم الاجتماعية تجاه أسرهم ومجتمعهم. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة مليكة (2011) التي أظهرت أن الضّغوط النّفسيّة تزداد بزيادة العمر.

وأما عن متغير المرحلة التعليمية التي يعلم فيها المعلم أو المعلمة الفئة العمريّة وتضمّ ثلاثة مستويات فقد تمّ كذلك استخدام اختبار Least Significant Difference للتّحقق من اتجاه الدّلالة الإحصائيّة والجّدول التّالي رقم (7) يبيّن نتائج التّحليل.

الجدول (7): نتائج اختبار LSD لاختبار اتجاه الدّلالة في مستوى الضغط النفسي لدى المعلمات في محافظة الخليل وفقاً لمتغير المرحلة التعليمية

المرحلة التعليمية	أساسية دنيا	أساسية عليا	مرحلة ثانوية
أساسية دنيا	-	*2.63	*3.36
أساسية عليا	*2.63-	-	0.73
مرحلة ثانوية	*3.36-	0.73	-

* دالة عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$)

يتبين من نتائج اختبار LSD أنّ الفروق في مستوى الضّغوط النّفسيّة على متغير المرحلة التّعليميّة ولما كان المتوسط الحسابي لمعلمي ومعلمات المرحلة الأساسيّة الدنيا هو الأعلى فإنّ هذا يشير إلى أنّ الضّغوط النّفسيّة الواقعة على هؤلاء المعلمين والمعلمات هي الأعلى من بين الفئات الأخرى، ولعلّ ذلك يعزى إلى أنّ هؤلاء المعلمين يعلّمون عدداً أكبر من الحصص وكذلك يعلمون الأطفال الأصغر سناً الذين يحتاجون إلى تأسيس في جميع الموضوعات الدّراسية عدا عن إجهاد المعلمين في هذه المرحلة بكثير من الدّورات المتعلّقة بطرق التّعليم والمناهج المدرسيّة، الأمر الذي أظهر الضّغوط لديهم أكثر من غيرهم عدا عن أنّ هناك نظرة خاصّة بين المعلمين والمعلمات نحو معلمي المرحلة الأساسيّة الدّنيا.

وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة مليكة (2011) التي أظهرت أنّ أكثر الضّغوط النّفسيّة يعاني منها المعلمون في المرحلة المتوسّطة، ولعلّ ذلك يعود إلى طبيعة المناهج التي يعلّمها المعلمون في مراحل التعليم المختلفة، وإلى الخصوصية الحضارية لكل بيئة تعليمية.

وأخيراً بالنّسبة لمتغيّر مديريّة التّربيّة الذي يضمّ أربعة مستويات فقد تمّ استخدام اختبار Least Significant Difference للتّحقق من اتجاه الدّلالة الإحصائيّة في مستوى الضّغوط النّفسيّة بين المعلمين والمعلمات في هذه المديريات والجّدول التّالي رقم (8) يبيّن نتائج التّحليل.

الجدول (8): نتائج اختبار LSD لاختبار اتجاه الدّلالة في مستوى الضغط النفسي لدى المعلمين والمعلمات في محافظة الخليل وفقاً مديرية التربية والتعليم

المديرية	شمال الخليل	وسط الخليل	جنوب الخليل	مديرية يطا
شمال الخليل	-	0.47-	0.13	*2.74
وسط الخليل	0.47-	-	0.61	*3.20
جنوب الخليل	0.13-	0.61-	-	*2.59
مديرية يطا	*2.74-	3.20-	*2.59-	-

* دالة عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$)

تشير نتائج اختبار LSD أنّ الفروق على مديريات التّربية والتّعليم قد كانت دالّة بين المعلمين والمعلّمات االذين يعملون في مديريات التّربية والتّعليم المختلفة في محافظة الخليل قد كانت

دالّة إحصائياً ولما كان المتوسط الحسابي لمديرية يطا هو الأقل فإنّ ذلك يشير إلى أنّ مستوى الضّغوط النّفسيّة التي يواجهها المعلمون والمعلمات في هذه المديريّة هي الأقل من بين المديريات الأخرى.

ولعلّ ذلك يعزى إلى أنّ هذه المديرية حديثة العهد، وتمّ تأسيسها فقط قبل سنة ولا زال المعلمون والمعلمات متحفزون للعمل فيها لا سيّما وأنّ هناك شواغر عمل جديدة قد فتحتها هذه المديرية، وتمّت عمليات النّقل بين صفوف المعلمين وفق رغباتهم وبالقرب من مساكنهم، الأمر الذي ربما أثّر على مستوى الضّغوط النّفسيّة لديهم، وجعلهم أقل شعوراً بالإجهاد النّفسي.

التوصيات:

1- في ضوء نتائج الدّراسة يوصي الباحثان بما يأتي:
2- بناء برامج إرشاديّة من شأنها أن تتصدّى للضّغوط الواقعة على المعلمين والمعلمات.
3- التخفيف من أعباء المعلمين والمعلمات في المرحلة الأساسيّة الدّنيا لا سيما أنّ هؤلاء المعلمين قد أظهروا أعلى مستوى من الضّغوط النّفسيّة.
4- العمل على تخفيف الضّغوط التي تعاني منها المعلمات الإناث عبر تهيئة الظروف المساعدة لهن للتكيف في العمل كتوفير حضانات للأطفال في المناطق التي يعملن فيها.
5- أن يقوم الباحثون بدراسة العلاقة بين الضّغوط النّفسيّة ومتغيّرات أخرى نفسيّة وتربويّة مثل تحصيل الطّلبة واتجاهاتهم نحو التّعلم.
6- تفعيل دور المرشد التربوي في المدارس التي لا يوجد فيها مرشداً تربوياً بوظيفة كاملة لأنّ من شأن ذلك أن يخفف من أعباء المعلّمين والمعلّمات في تعليم الطّلبة.
7- إيجاد عوامل محفّزة للمعلمين والمعلّمات من شأنها أن تخفّف من الضّغوط لديهم وكذلك تعزّز من دافعيتهم للإنجاز.

المراجع:

أولاً- المراجع العربية:

1- إبراهيمي، أسماء. (2015). "الضغوط المهنية و علاقتها بالتوافق الزواجي لدى المرأة العامة". رسالة دكتوراه غير منشورة في علم النفس. جامعة محمد خيضر. الجزائر.

2- أبو رحمة، محمد. (2012). "ضغوط العمل و علاقتها بالرضى الوظيفي لدى المشرفين التربويين بمحافظات غزة". رسالة ماجستير غير منشورة. الجامعة الإسلامية. غزة. فلسطين.

3- الأحسن، حمزة. (2015). "الضغوط المهنية لدى معلمي المرحلة الابتدائية وانعكاساتها على مستوى تقدير الذات لديهم : دراسة ميدانية في البليدة وتيبازة". مجلة العلوم التربوية والنفسية. 1(1). 188-210.

4- عقون، آسيا. (2012). "الضّغط النّفسي المهني واستجابته بالقلق لدى معلمي التربية الخاصة". رسالة ماجستير غير منشورة. جامعه فرحات عباس سطيف، الجزائر.

5- باهي، مصطفى. (2002). علم النفس الفسيولوجي ، الطبعة الأولى. دار الأنجلو المصرية ، القاهرة.

6- بركات، زياد. (2010). "الاستراتيجيات التكيفية مع الضغوط المهنية لدى معلمي المدارس الحكومية في محافظة طولكرم بفلسطين". مجلة جامعة الخليل للبحوث: 5، (1). 24-48. فلسطين.

7- بويزري، كريم. (2013). "تأثير الضغط النفسي على دافعيه الإنجاز لدى طالبات علم النفس العيادي المقبلات على التخرج السنه الثانية ماستر"، رساله ماجستير في علم النفس العيادي ، جامعه اكلي مجند أول حاج، الجزائر.

8- حمايدة، علا .(2011). "مستوى ضغوط العمل عند معلمي المرحلة الثانوية في الأردن". مجلة دراسات: العلوم التربوية: 38 (1). 298-316. الجامعة الأردنية. عمان.

9- الخالدي، أديب. (2001) الصحة النفسية. الطبعة الأولى. الدار العربية للنشر والتوزيع.

10-الداهري، صالح. (2005). علم النفس الإرشادي. دار وائل للطابعة والنشر. جمهورية مصر العربية.

11-الرشيدي، هارون. (1999). الضغوط النّفسيّة (طبيعتها ونظرياتها) ، مكتبة الأنجلو مصرية، جمهورية مصر العربية

12-سمارة، وسمارة. والسلامات. (2012). "درجة تقدير معلمي المرحلة الأساسية الدنيا في المدارس التابعة لمديرية تربية لواء الرصيفة لذواتهم وعلاقتها بدافعية الإنجاز لديهم". مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية): 26 (3). 661-686

13-سي موسى، عبد الرحمن. (2002). الصدمة والحداد عند الطفل والمراهق . نظرية الاختبارات الإسقاطية. الطبعة الأولى. جمعية علم النفس للجزائر. الجزائر.

14-شيخاني، سمير. (2003). الضغط النفسي طبيعته وأسبابه: المساعدة الذاتية والمداواة. الطبعة الأولى. دار الفكر العربي. لبنان.

15-الصمادي، انتصار. (2015). "مصادر الضغط النفسي لدى طلبة جامعة العلوم الإسلامية العالمية واستراتيجيات التعامل معها". دراسات العلوم التربوية: 42. (3). الصفحات 192-203

16-عبد المنعم، آمال. (2006). الإرشاد الأسري ومواجهة الضغوط النفسية لدى أمهات المتخلفين عقلياً. الطبعة الأولى. مكتبة زهراء الشرق. جمهورية مصر العربية.

17-عسكر، علي. (2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الطبعة الثانية. دار الكتاب الحديث، الكويت.

18-علاونة، شفيق. (2004). الدافعية. دار المسيرة للنشر والتوزيع. عمّان.

19-العنزي، أمل. (2004). "أساليب مواجهة الضغوط عند الصحيحات والمصابات بالاضطرابات النفس/جسمية (السيكو/سوماتية) دراسة مقارنة" . رسالة ماجستير في علم النفس. جامعة الملك سعود. المملكة العربية السعودية .

20-عودة، يوسف. (1998). "ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الحكومية في الضفة الغربية". رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح. نابلس . فلسطين.

21-عيطور. دليلة. (1998). "الضغط النفسي الاجتماعي لدى الممرضين" ، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس العيادي ، جامعه الجزائر.

22-غبازي، ثائر أحمد (2008). الدافعية بين النظري والتطبيق. ط 2. دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة. عمّان.

23-فقيهي، حسين (2009) "الضغوط النّفسيّة وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى رجال دوريات الأمن العاملين بالميدان"، رساله ماجستير غير منشورة في العلوم الاجتماعية ، الرياض.

24-قاسم، محمد. (2001). مدخل إلى الصحة النفسية. الطبعة الأولى. دار الفكر للنشر. عمان. الأردن.

25-قطامي، يوسف وعدس. عبد الرحمن. (2002). علم النفس العام. دار الفكر للطباعة والنشر. عمان.

26-قوراري، حنان. (2014). "الضغط النفسي المهني وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى أطباء الصحة العمومية (دراسة ميدانيه على إطباء الصحة العمومية)". رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، جامعه محمد خيضر، الجزائر.

27-كحيلة، ريم. (2014). "الضغوط النفسية وعلاقتها بالتوافق المهني لدى عينة من معلمي ومعلمات مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية". مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية: 36. (4).

28-محيي الدين، توق. (2007). المدخل إلى علم النفس. دار الفكر. عمان. الأردن.

29-ملحم، سالم. (2000). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس. دار المسيرة. عمان. الأردن.

30-مليكة، شارف. (2011). "مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين الجزائريين (دراسة مقارنه في المراحل التعليمية الثلاث ابتدائي، متوسط، ثانوي)". رسالة ماجستير في علم النفس. الجزائر.

31-نشواتي، عبد المجيد. (1985). علم النفس التربوي. الطبعة التاسعة. بيروت. مؤسسة الرسالة.

32-ولد يحيى، حورية. (2002). "علاقه الضغط النفسي باستراتيجيات المقاومة والاكتئاب عند المصابين بالربو"، رسالة ماجستير في تخصص علم النفس العيادي ، جامعة الجزائر.

33-يخلف، عثمان. (2001). علم النفس الصحة: الأسس النفسية والسلوكية للصحة. الطبعة الأولى. دار الثقافة للنشر والطباعة. الدوحة. قطر.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

1- Amar D., Dipti, Ch. (2016). "Study of achievement motivation and emotional intelligence of junior college teachers with respect to gender". International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology 5 (5), pp. 8231-8237.

2- Cohen, S; Kamarck T; Mermelstein R (1983). A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior, 24 (4): 385–396

3- Graham, J. M. (2006). Congeneric and (essentially) tau-equivalent estimates of score reliability what they are and how to use them. Educational and Psychological Measurement. 66: 930–944.

4- Hakan,Y.; Sefa, D.; Ulku, A. (2015) Achievement motivation of primary mathematics education teacher candidates according to their cognitive styles and motivation styles. International Electronic Journal of Elementary Education, 7(2), pp. 8230-8237.

5- Taylor, M. (2015). Psychometric analysis of the Ten-Item Perceived Stress scales". Psychological Assessment. 27(1), pp. 90–101