مستوى الضغط النفسي عند الأساتذة اليمنيين والوافدين في جامعة إب ، دراسة مقارنة

د . طارق مكرد ناشر *

ملخص :

سعت الدراسة الحالية إلى التحقق من مستوى الضغط النفسي الذي يتعرض له الأساتذة أعضاء هيئة التدريس في جامعة اب والتحقق من الفروق في مستوى الضغط بين الأساتذة تبعاً لجنسيتهم (يمنيين ، وافدين) وتخصصهم (انساني / علمي) ودرجاتهم العلمية (مساعد ، مشارك و أستاذ) ، وذلك باستخدام عينة مكونة من (100) أستاذ جامعي من حملة شهادة الدكتوراه ، اليمنيين والوافدين العرب ومن مختلف الدرجات العلمية والتخصصات اختيرت بطريقة العينة العشوائية المتاحة، وطبق على افرادها مقياس الصحة العامة لكولدبيرج ، ثم حللت البيانات باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين من حيث العدد ، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساويتين من حيث العدد . وقد اسفر التحليل عن مستوى منخفض من الضغط النفسي يتعرض له اعضاء هيئة التدريس في الجامعة . وكذلك اسفر عن وجود فرق ذي دلالة معنوية في مستوى الضغط بين الأساتذة اليمنيين ، والأساتذة الوافدين ولمصلحة الأساتذة الوافدين عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (99) . كما اسفر هذا التحليل الاحصائي من جانب اخر عن عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في مستوى الضغط النفسي عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) بين اساتذة الجامعة ترجع إلى اختلافهم في التخصص (انساني / علمي) او إلى اختلافهم في الدرجة العلمية (أستاذ مساعد / أستاذ دكتور و أستاذ مشارك) .

وقد خلصت الدراسة إلى تقديم بعض التوصيات والمقترحات .

---

*) أستاذ مساعد ورئيس قسم رياض الاطفال والتربية المبكرة - كلية التربية - جامعة اب

مشكلة البحث :

ان جميع العاملين في قطاع الخدمات الانسانية ومنهم فئة المعلمين واساتذة الجامعات معرضون للضغط والاحتراق النفسي في اعمالهم ، اذ يرى المختصون في هذا الحقل ان اكثر المثيرات للضغوط هم الناس والتعامل معهم او خدمتهم ، وهو الامر الذي يجعل افراد هذه الفئة غير راضين وغير مطمئنين على مهنتهم ويترتب على ذلك اثار سلبية تنعكس على عطائهم وتوافقهم النفسي- والمهني ، ومن جانب آخر يعاني اساتذة الجامعات اليمنية من مصادر اخرى للضغط شأنهم في ذلك شأن العديد من اساتذة الجامعات في بعض دول العالم الثالث ، مثل تدني الاجور والمكافآت المالية الاخرى الخاصة بالاشراف على اعمال التدريب الميداني للطلبة ، وبحوث ومشاريع التخرج وارتفاع تكلفة السكن والغلاء بوجه عام ولا شك بان ذلك سوف يؤثر على مستوى الضغط النفسي لديهم ويجعلهم غير راضيين عن عملهم وهو ما اظهرته بالفعل دراسة المخلافي على اساتذة جامعة صنعاء . اضافة إلى ذلك فان حداثة نشأة بعض الجامعات وعدم توفر المباني المناسبة لعدد من الكليات فيها ومنها جامعة اب من المحتمل ان يعرض أعضاء هيئة التدريس في هذه الكليات لمصادر ضغط نفسي- من نوع آخر ذي طبيعة فيزيقية مثل التعرض لمستويات عالية من الضوضاء والاكتضاض والظلام والغبار . . . الخ في مكاتبهم غير الملائمة . وفوق هذا وذاك فقد تمثل الغربة والاحتلال الامريكي للعراق مصادر اضافية للضغط النفسي عند الأساتذة الوافدين في الجامعة خاصة وان جلهم من ابناء العراق . ولكن إلى أي مدى تسهم هذه الظروف والشروط التي يتعرض لها اساتذة جامعة اب في التأثير على مستوى الضغط النفسي- لديهم وهل ان الجنسيات والاختصاصات والدرجات العلمية المختلفة تسهم في احداث اثار متباينة من الضغط النفسي في هذا المستوى . ان هذه التساؤلات تشكل مشكلة الدراسة الحالية اما الاجابة عليها فتشكل الاهداف الرئيسية.

أهمية الدراسة :

يتعرض الأفراد في حياتهم اليومية لدرجة من الضغط النفسي تختلف في تأثيرها والمواقف المسببة لها باختلاف الأفراد ، فعلى سبيل المثال تشير الإحصائيات إلى ان (50 ٪) من الأفراد يعانون من عرض واحد على الاقل من اعراض الاضطرابات النفسجسمية ، وان (75٪) من هؤلاء يعانون من امراض ناجمة عن الضغط النفسي- (رمضان ، 1991) . وبالرغم من ان مسببات الضغط النفسي كثيرة ومتعددة الا ان معظم هذه الضغوط تأتي من مصادر مرتبطة بالعمل وطبيعته ومصادر اخرى بيئية خارجية تؤثر على الأفراد والمنظمات التي يعملون بها . حيث اظهرت نتائج دراسة قامت بها احدى الشركات في الولايات المتحدة الامريكية ، ان معدلات الاصابة بضغوط العمل بين العاملين قد زادت إلى الضعف خلال الفترة من عام 1958- 1990 م كما زادت نسبة المصابين بالامراض الناتجة عن الضغط من (13 ٪) إلى (25 ٪) ، وفي كندا

اشار احد التقارير الصادرة عن مؤتمر البورد (Confernce board) إلى ان نحو 80 ٪ من الموظفين الكنديين يعانون من حالات الضغط أو القلق نتيجة محاولاتهم المستمرة لتحقيق التوازن بين بعض المطالب المتعارضة في الاسرة والعمل (تقي ، 2002) . ومن المصادر الواضحة للضغط النفسي في العمل : الناس ودفع الافراد للاداء الجيد ، مواجهة موعد محدد لانجاز العمل ، الادوات والاجهزة غير الصالحة ، الضوضاء ، فقدان الوظيفة ، القيام برحلات يومية من والى مكان العمل ، وبيئة العمل المادية ، والمسؤولية عن الغير ، زيادة او نقص عبء العمل ، المستقبل الوظيفي ، احتياجات السلامة المهنية ، ووضوح الدور ، ازدواجية الدور ، العلاقة مع الزملاء والمسؤولين . . . (ابو مغلي ، 1987 ، رمضان ،1991 ، حتاملة ، 2002) . واما بالنسبة لنتائج استمرار تعرض الأفراد لدرجات حادة من الضغط النفسي على الأفراد والمنظمات التي يعملون بها فان الادب السابق يشير إلى ان : السلوك المنفر ، التوتر العصبي ، الابتعاد عن مساعدة الآخرين ، عدم المشاركة الايجابية في الامور الاجتماعية ، بطء الاداء ، تزايد اخطاء العمل ، والنزعة العدوانية ، عدم القدرة على اتخاذ القرارات ، الاضطرابات اللفظية ، الوقوع في تعاطي المخدرات والمشروبات الكحولية ، تجنب المواقف المثيرة للاضطراب ، الشعور بالعجز والغضب والاحباط ، اللامبالاة ، الملل ، الارهاق ، الاكتئاب ، الانطواء ، القلق ، امراض القلب ، ارتفاع ضغط الدم ، الصداع المزمن ، جفاف الفم ، القرحة واضطرابات المعدة ، آلام الظهر والعضلات ، الارق ، الرجفة ، فقدان الشهية ، صعوبات التنفس ، الحساسية الشديدة ، الاضطرابات الجلدية ، وآلام الصدر ، وازدياد التوتر العضلي ، انخفاض القدرة على التركيز والانتباه ، ضعف قوة الملاحظة ، عدم القدرة على التقييم بدقة ، عدم القدرة على التخطيط لاي هدف ، اضطراب التفكير ، انتاج افكار مشوشة . . . تعد امثلة للانعكاسات السلبية لهذا النوع من الضغط النفسي على الأفراد (ابو مغلي ، 1987 ، رمضان ، 1991 ، الاميري ، 2001 ، حتاملة ، 2002 ، العتيبي ، 2003) . ويشير كذلك إلى ان الضغط النفسي في محيط العمل بوجه عام يؤدي إلى حالة من التدهور النفسي والوظيفي تتسم باضطراب العلاقات مع الادارة والزملاء ، والتلاميذ والطلبة بالنسبة للمعلمين ، والرفض النفسي للوظيفة ، وشعور العاملين بانهم عديمو الفائدة ، والرغبة في ترك العمل او تركه فعلاً ، ونقل الضغوط والصعوبات التي يعانون منها إلى اولئك الذين يتعاملون معهم (رمضان ، 1991 محمد ،1999) . وفي السياق ذاته تشير الدراسات إلى ان خسارة المجتمع الامريكي نتيجة تأثير الضغط النفسي عليه قدرت بحوالي (20) مليون دولار سنوياً تتضمن تكلفة تعطل الأفراد عن العمل والمعالجة الطبية داخل المستشفيات وخارجها ، وزيادة معدل الوفيات ، وانخفاض دافعية الأفراد نحو العمل وضعف قدراتهم على اتخاذ القرارات اللازمة لتسيير اعمالهم وضعف قدراتهم الابداعية(ابو مغلي،1987).

ولأن مهنة التدريس من المهن الضاغطة أو التي يتوفر فيها مصادر متعددة للضغط والتي يمكن إجمالها بحسب الأدبيات السابقة وخبرة الباحث في التدريس الجامعي بما يلي :

1 – الحث الدائم للمعلمين من قبل المسؤولين ومطالبتهم بالمزيد من الجهود 2 – الرواتب غير الملائمة 3 – عدم انضباط الطلبة في غرفة الصف 4 – معالجة المشكلات التدريسية 5 – معالجة مشكلات الطلبة العدوانيين والمشاغبين 6 – الإجابة على التساؤلات بصورة صحيحة 7 – واجبات التقويم المختلفة 8 – صعوبة التكيف مع بيئة العمل والظروف المحيط

به 9- مشكلات المناهج وطرق التدريس المستخدمة 10- ضعف العلاقة بين أعضاء هيئة التدريس 11- العمل الكتابي الزائد 12- واجبات الإرشاد 13- الاتجاهات السلبية للطلبة نحو التعليم 14- التسلط وغياب الدعم من الإدارة 15- الصراع بين الحاجة لمساعدة الطالب والسياسات والإجراءات التي ينبغي التقيد بها 16- المتطلبات الجديدة وغير المألوفة التي ليس للمعلم أي خبرة سابقة بها .(أبو مغلي ، 1987 رمضان ، 1991 محمد ،1999م) . 17- أعباء البحث والانتاج العلمي اللازم لتقدم المعرفة أوحل بعض المشكلات 18- أعباء الإشراف على بحوث التخرج 19- أعباء ساعات التدريس الإضافية 20- أعباء الإشراف على أعمال التدريب الميداني 21- أعباء الإشراف على رسائل الماجستير والدكتوراه 22- أعباء المشاركة في الندوات والمؤتمرات العلمية الداخلية والخارجية 23- أعباء المسؤولية الإدارية 24- ضعف العائد المادي للأعباء سالفة الذكر.... لذا فأنه يمكننا الاستنتاج بأن أساتذة الجامعة من الفئات الاجتماعية التي لا بد ان تكون معرضة للضغط النفسي والعواقب السلبية الناجمة عنه التي تقتصر على الأستاذ الجامعي فحسب بل تتعداه إلى الجامعة التي يعمل فيها ، وبالفعل أظهرت الدراسات السابقة ان تعرض المعلم للضغط النفسي قد أفضى إلى النتائج الآتية :-

1-فقدان المعلم الاهتمام بعملة وطلبته مصحوباً بحالة من التشاؤم واللامبالاة والتسرب وكثرة التغيب عن العمل والسلبية وسوء التصرف مع الطلبة نتيجة ذلك.

2-شعوره بالإحباط المرتبط بالصراع ، والقلق ، والغضب ، وقلة الحيلة ، والانزعاج وتثبيط العزم .

3-إصابته بالاضطرابات المعوية ، واضطرابات النوم ، والحساسية الزائدة .

4-إحساسه بعدم الكفاية ، وارتباك مستوى التفكير ، وضعف دافعيته للعمل ، وأدائه النمطي للعمل ، ومقاومته للتغيير ، وفقدانه القدرة على الإبداع ، وانخفاض فاعليته في التدريس وهو ما أدى إلى انخفاض إنتاجيته بصورة خاصة وضعف مخرجات التعليم بصورة عامة . (أبو مغلي 1987 ، رمضان 1991 ، محمد 1999 ، العمري ،2004) .ومما لا شك فيه بأن ذلك يعني بأن أي جامعة لن تستطيع تحقيق الأهداف المناطة بها بفاعلية وكفاءة عالية لمصلحة المجتمع وأن تحافظ على بقائها واستمرارها من خلال هيئة تدريسية يتعرض أعضائها لمستوى عال من الضغط النفسي وبصورة مستمرة (سواء كانت مصادر هذا الضغط مرتبطة بالعمل أو بعوامل بيئية خارجية أو بعوامل مرتبطة بالشخصية) حيث وان الأستاذ الذي يلعب الدور الأساسي في عملية تحقيق هذه المؤسسة لأهدافها في ظل هذه الظروف سوف يتعرض لمشكلات نفسية لأهدافها تعيقه عن أداء هذا الدور بكفاءة وفاعلية وتعطله عن العمل، وتجبره على نقل هذه الضغوط والصعوبات إلى الطلبة ، خاصة وان الأدب السابق لهذا الموضوع يتضمن ما يشير إلى أن لشخصية المعلم وصحته النفسية أثراً على سلوكه الصفي وقدرته على التعامل مع الطلبة ومدى حساسيته تجاه حاجاتهم وتقبله لهم . (أبو مغلي 1987). وبما ان للجامعات اليمنية دوراً كبيراً تضطلع به ومستويات جسيمة تتحملها في عملية التنمية الاقتصادية والاجتماعية والثقافية والسياسية في البلاد ودفعها نحو التقدم والتطور من خلال رفدها بمخرجات تعليم عالية الجودة والكفاءة والثقافة والصحة النفسية فبالتالي يمكننا الاستنتاج بأن قدرتها على تنفيذ مثل هذه المهام مرتبطة بدرجة كبيرة بقدرتها على دراسة مثل هذه المشكلات النفسية وتشخيصها وتقدير

حجمها والكشف عن ما يرتبط بها من عوامل ومتغيرات حتى يتسنى لها معالجتها واتخاذ التدابير اللازمة بشأنها . ويمكن ان نستنتج أيضاً بأن أي جهود وتبذل لتحسين أوضاع أساتذة الجامعات والعاملين فيها وتوفير الحوافز المناسبة لهم لكي يقبلوا على أعمالهم بنفوس راضية لن تثمر بمعزل عن دراسة ما يتعرض له الأستاذ من ضغط نفسي ناجم عن أداء دورة كمعلم وباحث في آن واحد . وبالإضافة إلى ذلك فان ما يبرر الحاجة إلى مثل هذه الدراسات أنه بالرغم من الأهمية الواضحة لطبيعة الضغط النفسي الذي يتعرض له معلم الجامعة في نجاح أو فشل العملية التعليمية فيها ، وبالرغم من ان هذا الموضوع أصبح أحد المحاور الهامة المتصلة بإعداد المعلم ورفع كفاءته المهنية وتهيئة بيئة أفضل له في مجال العمل فان المكتبة العربية واليمنية على وجه الخصوص تعاني من ندرة الدراسات في هذا المجال وخاصة في مجتمع أساتذة الجامعة باستثناء دراسة (المخلافي ، 1992) حول (رضى أساتذة جامعة صنعاء عن عملهم) والتي يمكن اعتبار نتائجها مبرراً منطقياً للقيام بالدراسة الحالية ، وكذلك مصوغاً لأهدافها نظراً للعلاقة الارتباطية المؤكدة من قبل العديد من الدراسات السابقة بين الضغط النفسي ودرجة الرضى عن العمل ، وباستثناء أيضاً ثلاث إلى أربع دراسات تمت في العراق والأردن لم يتمكن الباحث من الحصول عليها ، وهو كل ما يقع في حدود علم الباحث .

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى الاجابة على الاسئلة :

1) ما مستوى الضغط النفسي عند أساتذة جامعة اب ؟
2) هل يختلف مستوى الضغط النفسي عند الأساتذة باختلاف الجنسية (يمني – وافد) ؟
3) هل يختلف مستوى الضغط النفسي عند الأساتذة باختلاف التخصص (انساني 0علمي) ؟
4) هي يختلف مستوى الضغط النفسي عند الأساتذة باختلاف الدرجة العلمية (أستاذ مساعد – أستاذ مشارك و أستاذ دكتور) ؟

حدود الدراسة :

يقصد بالدراسة الحالية على أساتذة جامعة اب الذكور الوافدين العرب واليمنيين من حملة شهادة الدكتوراه ومن مختلف الدرجات العلمية والتخصصات العاملين في مجال التدريس للعام الدراسي 2005/ 2006م .

تحديد المصطلحات :

الضغط النفسي : – حالة داخلية تتضمن ادارك الفرد لعدم وجود توازن بين المتطلبات البيئية وقدرته على تلبيتها أو تنفيذها بصورة فعالة ويستجب لها بمجموعة من ردود الفعل السيكوفسيولوجية المقاسة بمقياس الصحة العامة المستخدم في هذه الدراسة .

ويمكن تعريفه اجرائياً بانه الدرجة الكلية التي يحققها الفرد من خلال استجاباته على جميع فقرات المقياس الذكور .

جامعة اب : هي جامعة محافظة اب التي إنشئت عام1996م في مدينة اب مركز المحافظة وتتكون من سبع كليات هي التربية (اب النادرة) ، الاداب ، التجارة ، الزراعة والطب البيطري ، الهندسة والعمارة ، العلوم ، طب الاسنان .

الأساتذة الوافدون : هم الأساتذة العاملون في مجال التدريس بمختلف كليات الجامعة ومن حملة شهادة الدكتوراه الوافدون من الدول العربية الشقيقة وجلبهم من قطر العراق الشقيق .

الإطار النظري :

1 – مفهوم الضغط النفسي ، ومصادره ، ونظرياته ، والعوامل المرتبطة به : –

أ) **مفهوم الضغط النفسي :**

يعود الفضل في استخدام هذا المصطلح وادخاله لاول مرة في مجال علم النفس في الخمسينات إلى عالم النفس الفسيولوجي (هانز سيلي) . حيث عرف سيلي الضغط على انه الاستجابة غير المحددة للجسد لاي طلب داخلي او خارجي يفرض عليه من اجل التكيف (Selye 1976) ، وان مستوى ودرجة الاستجابة كانت دائماً واحدة عند الجميع أي ان أي جهد او عمل يقوم به الجسم للتكيف مع المتغيرات الداخلية او الخارجية يعتبر ضغطٍ نفسي . ويتضح من هذا التعريف بان الضغط النفسي ما هو الا استجابة فسيولوجية غير معرفية وان الاحباط والقلق والخوف عبارة عن مثيرات نفسية تؤدي إلى حدوث استجابة فسيولوجية او ضغطاً نفسياً ولكن هي نفسها ليست كذلك (ابو مغلي ، 1987) . وبحلول الستينات طور الباحثون دليلاً يشكك في صحة استجابة (سيلي) الجسمية غير المحددة وقد ركز الجدال على امكانية ان يكون الضغط النفسي ظاهرة سيكوفسيولوجية مرتبطة بعناصر متعددة من بينها الخصائص المحددة لعامل ضغط معين ، وكذلك الشخص الذي يشعر بعامل الضغط . وقد اشارت ادلة البحث بحلول 1965 إلى ان الاشخاص المعرضين لنفس النوع من عوامل الضغط لن يستجيبوا بالضرورة بنفس الطريقة ، إلى جانب ان الفرد نفسه قد لا يستجيب لنفس عامل الضغط بنفس الطريقة في جميع الاوقات . ومنذ ذلك الحين طور الباحثين ادلة تشير إلى ان استجابة الضغوط تحدث نتيجة استجابات نفسية لطلب او ضرر وان الاستجابة للضغوط يمكن ان تضعف بفعل عوامل نفسية ، وان الاستجابات الهرمونية تتأثر بكيفية ارتباط الشخص ببيئته وتدعم هذه الاكتشافات نموذج (ريتشارد لازاروس) التفاعلي الذي يضع بعين الاعتبار الفروق الفردية بين الأفراد وتأثيرها في الاستجابة للضغوط (روبينستاين ،2004) .

لقد انتقد هذا المنحى تركيز (سيلي) على العناصر الفسيولوجية واهماله للتقييم النفسي للاحداث ودورها في الضغط النفسي واشار إلى انه حين يواجه الفرد بيئة جديدة او مختلفة ينشغل في عملية تقيم اولية لتحديد معنى الحادث ان كان ايجابياً او سلبياً ، وتقيم الاحداث السلبية بحسب النتائج المتوقعة منها ان كانت اذى ام تهديداً ، ثم عملية تقييم ثانية لقدراته على مجابهة التحديات التي قد تنجم عن الحادث ، وبالتالي فان الضغط النفسي بحسب هذا الاتجاه عبارة عن حالة داخلية تتضمن ادراك الفرد لعدم التوازن بين متطلبات معينة او عوامل ضغط محتملة وبين قدرته على الاستجابة لها او التعامل بفاعلية معها ينجم عنها استجابات فسيولوجية ومعرفية وانفعالية وسلوكية (رمضان ، 1991 روبنتسادين 2004)

وضمن السياق ذاته يعرف (تايلر) احد رواد هذا المنحى الضغط النفسي بانه عملية تقيم الاحداث المؤلمة والمهددة والمثيرة للتحدي بهدف تحديد الاستجابات الاساسية لتلك الاحداث والتي تتضمن تغيرات فسيولوجية و انفعالية وسلوكية (Taylor 1986) وقد صنف (لازاروس) بدوره هذه الاستجابات او ردود فعل الفرد السلبية للضغط النفسي- إلى اربع فئات هي :-

1-الاضطراب الانفعالي : مثل القلق ، الشعور بالذنب والاكتئاب .

2-الاستجابات السلوكية الحركية : ومن امثلتها الرجفة ، ازدياد التوتر العضلي ، الاضطرابات اللفظية ، تغير تعابير الوجه ويمكن في بعض الاحيان ضم ردود الفعل السلوكية كالاقدام والاحجام او العداء إلى هذه الفئة .

3-التغيرات في القدرات المعرفية : وتشمل عدم القدرة ، على التركيز والانتباه ، ونتائج عملية التقييم الادراكي .

4-الاضطرابات الفسيولوجية : وتشمل ردود فعل الجهاز العصبي والغدة النخامية (Lazarus,1966Taylor,1986)

ويتضح من ذلك ان التعرض لدرجات حادة من الضغط النفسي مرتبط إلى درجة كبيرة باضطرابات الصحة النفسية للفرد . كذلك فقد اتضح من المراجعة لمجموع ما كتب حول مفهوم الضغط النفسي حتى الان ، ان هذا الاتجاه التفاعلي للضغط النفسي ما زال يحظى بالدعم على نطاق واسع وانه يبدوا كاطار عمل لنظريات وابحاث الضغوط الحالية ومنها البحث الحالي الذي يسعى إلى دراسة الضغط النفسي وتحديد مستواه من خلال ما ينجم عنه من نتائج او اثار سلبية على الصحة النفسية للفرد .

ب) مصادر الضغط النفسي او مسبباته :

توجد تصنيفات متعددة لمسببات الضغط في التراث السيكولوجي منها على سبيل المثال تصنيف كل من (Szilagy & Wallace) لهذه الأسباب إلى ثلاث مجموعات رئيسية هي :

الأسباب التنظيمية : - التي تتمثل في :-

- زيادة او نقص عبء العمل ، غياب او ضعف المحفزات ، مدى موضوعية تقييم الاداء ، طبيعية العمل ، اساليب التنظيم ، غموض الدور ، تعارض الدور ، المستقبل الوظيفي .

الأسباب الوظيفية : وتمثل في :-

- بيئة العمل المادية ، المسؤولية عن الغير ، محدوديات المشاركة في صنع القرار .
- احتياجات السلامة المهنية ، محدودية الوقت ، ضعف التغذية الراجعة .

الأسباب الشخصية : وتتمثل في :-

- المشكلات الأسرية ، المشكلات الاقتصادية ، عوامل الضغط الوسيطية ، النمط السلوكي الشخصي (حتاملة ، 2002) .

وتضيف كل من مورس وفورست (Morse & Furst) لهذه الاسباب إلى :-

- أسباب فيزيائية : كالضوضاء ، والتلوث الكيماوي ، والميكروبات . . . . الخ .

– أسباب اجتماعية : مصدرها العلاقات مع الاخرين ، والعوامل الاقتصادية والصحية . . . الخ

– أسباب نفسية : مصدرها الشعور بالذنب ، والقلق حول المستقبل ، والمبالغة في التوقعات عن النفس . . . الخ . (الاميري ، 2001). وبصورة عامة فان المرض والالم وازدحام السيارات ، السفر الطويل ، التعرض للصدمات النفسية نتيجة حوادث معينة او استرجاع ذكريات هذه الحوادث ، فقدان الوظيفة ، القيام برحلات يومية من والى مكان العمل ، رعاية شخص مريض ، العلاقة الاجتماعية المتوترة ، الاخبار والتحقيقات التي تبثها وسائل الإعلام المختلفة عن الكوارث والحروب والعنف الذي يجتاح العالم ، التعرض لدرجات حرارة غير عادية ، الازدحام ، نقص الأكسيجين ، تعاطي المخدرات والكحول وعقاقير التخسيس ، التعرض للغبار ، سؤ الاضاءة ، تدني العائد المادي للعمل الأفكار والمعتقدات المشوشة حول الذات والقدرات ، المخاوف المرضية ، الخوف من المواقف والظروف والأشياء و الحيوانات تعتبر جميعها من المسببات للضغط النفسي (رمضان ، 1991 ، روبينستاين ، 2004 ، ابو مغلي 1987 ، الاميري ، 2001) .

جـ) النظريات المفسرة لأثر الضغط النفسي على الوظائف النفسية :

توجد نظريات كثيرة لتفسير اثر الضغط النفسي على الوظائف النفسية منها على سبيل المثال نظرية الكلفة المعرفية (Theory of cognitive Cost) التي ترى بان الضغط النفسي يجد من الادراك ومصادر المعرفة لمهمات اخرى تدل لأن أي حادث مثير للضغط يتطلب من الفرد ان يوسع من مصادره المعرفية وان يدرك الاحداث المثيرة للضغط ومدى شدتها واستمراريتها ويكون على الفرد ان يبحث باستمرار عن المثيرات المهددة في البيئة وبسبب ذلك يكون انتباه الفرد مثقلاً خلال فترة الضغط فيقل الانتباه ويحدث الاجهاد وتتقلص كمية الانتباه لديه لمهام اخرى . ويبدو أن هذه الفرضية تفسر لنا حقيقة ان الاحداث التي لا يمكن ضبطها والتنبؤ بها تكون أكثر إثارة للضغط من الأحداث التي يمكن ضبطها أو التنبؤ بها . كذلك قدمت نظريات أخرى ذات منحى انفعالي في تفسير نتائج الضغط النفسي على الوظائف النفسية تسمى نظريات الوظائف الانفعالية (Theories of emotional Functioning) حيث تركز هذه النظريات على تفسير الاستجابات الانفعالية إذ ترى بأن الإحباط الناجم عن تعرض الفرد للضغط يؤدي بدوره إلى الانزعاج والعدوان ، وفي هذه الصدد يشير كل من (دولارد ، وميلر) (Dollard and Miller) ان الفرد الواقع تحت تأثير الضغوط يبتعد عن مساعيه الآخرون ، أو تقل مساعدته لهم بالإضافة إلى عدم مشاركته الايجابية في الأمور الاجتماعية (رمضان ، 1991) .

د) العوامل المرتبطة بالضغط النفسي في مهنة التدريس :-

تشير الأدبيات السابقة لهذا الموضوع إلى ان الاختلاف بين المعلمين في الاستجابة للضغط النفسي يرجع إلى عدد من العوامل منها :-

1-نمط الشخصية : حيث أشارت بعض الدراسات السابقة إلى ان نمط الشخصية (أ) من المعلمين الذين يتميزون بالحرص المفرط على الوقت والمنافسة ، والطموح ، والثقة بالنفس والعدوانية ، والحاجة المفرطة للسيطرة أكثر عرضة للضغط النفسي من غيرهم (العتيبي ، 2003) . وبحسب (سيلي) فان الشخصية القلقة التي يفتقر صاحبها إلى احترام الذات أكثر عرضة للضغط النفسي من الشخصية المستقلة (أبو مغلي ، 1987) وفي السياق ذاته خلصت دراسات أخرى إلى ان

المعلمين من ذوي الضبط الخارجي والدافعية المنخفضة للانجاز والمستوى المنخفض من الثقة بالنفس أكثر عرضة للضغط النفسي مقارنة بغيرهم (محمد ، 1999) .

2-الموقف من العمل : حيث أظهرت نتائج بعض الدراسات وجود علاقة عكسية بين الضغط النفسي وبين الرضى الوظيفي (رمضان ، 1991) .

3-الدرجة العلمية : حيث توصلت بعض الدراسات إلى أن حمله الشهادات العليا من المعلمين أقل عرضة للضغط النفسي- من حمله الشهادات المتوسطة (أبو مغلي ، 1987) .

4-العمر وسنوات الخبرة : إذ خلصت بعض الدراسات إلى شيوع للضغط النفسي من المعلمين الأقل عمراً وخبرة في العمل بالمقارنة مع غيرهم (العمري ، 2004) .

2) الدراسات السابقة :

أولاً : الدراسات العربية :-

1- توصلت دراسة بسطا سنة (1988) على مجموعة من المعلمين والمعلمات بمحافظة القاهرة إلى ان معظم المعلمين يعانون من الضغط ويتعرضون للانفعالات السلبية مثل : الغضب ، القلق ،قلة الحيلة ، الانزعاج أو تثبيط العزم ، وأن درجة إحساسهم بهذه الضغوط تزداد بازدياد عدد الحصص التي يقوم بتدريسها المعلم ، كذلك توصلت إلى ان صغار السن من المعلمين أكثر إحساساً بالضغط من كبار السن من المعلمين (العمري ، 2004)

2- وأجرى المخلافي دراسة سنة (1992) لمعرفة مدى رضى أعضاء هيئة التدريس بجامعة صنعاء عن عملهم[1] والعوامل التي قد تسهم فيه . وتألفت عينة الدراسة من (138) مدرساً أما أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة فقد أشارت إلى :-

أ) ان درجة رضى أعضاء هيئة التدريس بالجامعة عن عملهم متدنية فيما يتصل بالإنجاز ، والعلاقات مع الآخرين ، والاعتراف والمسؤولية والإشراف ، وظروف العمل والرضى عن العمل بصفة عامة، وان درجة رضيهم فيما يتعلق بالعمل ذاته كانت متوسطة ، وأنهم غير راضين عن السياسة والإدارة والأجور .

ب) ان هناك فروق ذات دلالة معنوية في الرضى عن العمل بصفة عامة ترجع إلى جنسية الأستاذ ودرجته الأكاديمية وعدد الساعات التي يدرسها وعمر الأسبتاذ . (الشرقاوي ، 2001) .

3- وهدفت الدراسة التي قام بها عيسى سنة (1995) إلى معرفة العلاقة بين الاحتراق النفسي- والتوافق المهني عند المعلمات ، حيث اعتبر الباحث الاحتراق النفسي مؤشراً للضغوط النفسية عند المعلمات ، وتألفت عينة الدراسة من (105) معلمات برياض الأطفال بالكويت طبق عليهن اختبار للاحتراق النفسي وآخر للتوافق المهني وفق النموذج

---

1) البحث الحالي يعتمد مدى الرضى عن العمل ودرجة الاحتراق النفسي مؤشرات للضغط النفسي .

التفاعلي لـ (هاريسون) الذي يتضمن بعدين هما : مدى إدراك الفرد لملائمة ذاته لمتطلبات المهنة (الذات) ، مدى إدراك الفرد لملائمة المهمة لحاجاته النفسية (الوظيفية) ، وأظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين التوافق المهني والاحتراق النفسي . (محمد ، 1999) .

4- واهتمت دراسة قام بها مقابلة سنة (1996) بالكشف عن العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي عند المعلمين ، وتألفت عينة الدراسة من (199) معلماً و (110) معلمات من بعض المدارس في المحافظات الأردنية .طبق عليهم مقياس (روتر) لمركز الضبط ، مقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسي الذي يتضمن ثلاثة أبعاد الاحتراق النفسي هي : الإنهاك الانفعالي ، تبلد الشعور الشخصي ، نقص الشعور بالإنجاز ، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطيه بين المتغيرين عند المعلمين والمعلمات . (محمد ، 1999)

5- وأجرى عساف دراسة سنة (1996) لمعرفة مصادر الاجهاد والضغط النفسي عند أساتذة الجامعات في الضفة الغربية (فلسطين) وتحديد مدى مساهمة متغيرات : العمر ، الجنس ، الحالة الاجتماعية ، الدرجة العلمية ، الكلية ، الخبرة ، الرتبة العلمية في تباين مستوى الضغط لدى هؤلاء الأساتذة . أما أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة فقد أشارت إلى :-

أ) أن المتغيرات المدروسة ساهمت بنسبة (18.6٪) .

ب) أن هناك فروق ذات دلالة معنوية في الضغوط النفسية بين الأساتذة ترجع إلى اختلافهم في الجنس، وعدد سنوات الخبرة .

6- أما دراسة عسكر ، وعبدالله (1997) حول مدى تعرض العاملين للضغوط في بعض المهن الاجتماعية (التدريس ، التمريض ، الخدمة الاجتماعية ، الخدمة النفسية) وعلاقة ذلك بمتغيرات الخبرة ، والجنس، والجنسية ، والحالة الاجتماعية ، فقد توصلت الدراسة السابقة بالنسبة لمتغير الخبرة المهنية بأن الفرق الوحيد في التعرض للضغوط بين العاملين ظهر في مهنة التدريس وعند مستوى دلالة (0.05) . (العمري ، 2004) .

ثانياً : الدراسات الأجنبية :-

1- أجرى كوستيللو دراسة سنة (1981) هدفت إلى مقارنة مستوى الاحتراق النفسي بين المديرات والمعلمات ، وقد توصلت الدراسة إلى أن مستوى الإنهاك الجسدي والنفسي عند المديرات أعلى منه عند المعلمات ، وأن مستوى الضغط النفسي عند المديرات كان أعلى منه عند المعلمات ، كذلك توصلت الدراسة إلى ان المعلمات أكثر شعوراً بالإنجاز الشخصي وأكثر رضى عن عملهن من المديرات . (رمضان ، 1991) .

2- وفي دراسة وليامز سنة (1982) لتحديد العلاقة بين الضغط النفسي عند المعلمين وبين سلوك المدير ومفهوم الذات عند المعلم ومستوى التعليم ، تألفت العينة من (360) معلماً من معلمي المرحلة الابتدائية ، و(60) مدير مدرسة ابتدائية ، أظهرت النتائج ان المعلمين من ذوي مفهوم الذات المرتفع كانوا أقل تعرضى للضغط النفسي من المعلمين ذوي مفهوم الذات المنخفض ، كذلك لم توجد علاقة بين مستوى التعليم عند المعلمين ومستوى الضغط لديهم (

رمضان ، 1991)

3- أما تريسي فقد قام سنة (1983) بدراسة إدراك المعلمين للضغط الوظيفي المتصل بالإجهاد النفسي- (مصادر الضغط الوظيفي ونتائجه) وعلاقته ببعض المتغيرات مثل : الجنس ، نوع المدرسة (خاصة ، عامة)، العمر ، الخبرة ، مستوى الصف الذي يعمل فيه المعلم ، الحالة الاجتماعية للمعلم ، وتألفت عينة الدراسة من (248) معلماً من معلمي المرحلة الابتدائية والثانوية في مدارس فيلاديلفيا ، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة في متغير تابع واحد على الأقل في كل مجموعة من مجموعات العينة عدا مجموعة الوضع الاجتماعي حيث لم تظهر بين المعلمين مثل هذه الفروق (رمضان ، 1991) .

4- واهتمت دراسة قامت بها هاريسون سنة (1983) أيضاً بالكشف عن مصادر الاحتراق النفسي عند معلمي الصفوف الابتدائية الدنيا والعليا وعلاقتها ببعض المتغيرات كالجنس ، العمر ، مستوى التعليم ، سنوات الخبرة ، مستوى الصف الذي يعمل فيه المعلم ، وأظهرت النتائج ان المعلمين يتعرضون إلى مستوى متوسط من الضغط النفسي والتي بعد فترة من الوقت تؤدي بهم إلى الاحتراق النفسي ، كما أظهرت وجود علاقة بين مصادر الاحتراق النفسي والعمر ، في حين لم تظهر مثل هذه العلاقة بين مصادر الاحتراق النفسي والجنس ومستوى التعليم وسنوات الخبرة والصف الذي يعلمه المعلم . (رمضان ، 1991)

5- وفي دراسة للضغوط النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعات النيوزلندية فقد كانت أهم نتيجة توصلت اليها الدراسة هي زيادة الشكوى عند اعضاء هيئة التدريس من الامراض المرتبطة بالضغوط النفسية وانخفاض مستوى صحتهم النفسية والجسمية . كذلك اجريت مراجعة لمصادر الضغوط النفسية عند أساتذة الجامعة في الولايات المتحدة الامريكية واسفرت نتائجها عن معاناه من مصادر للضغوط النفسية اهمها (عبء التدريس ، نشر الابحاث ، الترقيات) . (الشقيرات ، 2001) .

6- وفي دراسة قام بها لانجفورد سنة (1987) لمعرفة العلاقة بين الضغوط النفسية والرضى الوظيفي عند معلمي ومعلمات الأقسام الداخلية في مدارس الأدفنتست ، أظهرت النتائج أن (50٪) من أفراد العينة كانوا راضين عن عملهم ، وكذلك أظهرت وجود علاقة عكسية بين الضغوط النفسية والرضى الوظيفي ، وأن الرواتب المنخفضة كانت السبب الرئيسي لترك المعلمين مهنة التعليم . (رمضان ، 1991) .

7- وأجرى كل من رِدْ و وايزمن دراسة هدفت إلى تحديد مصادر الضغط النفسي عند المعلمين ، وتألفت عينة الدراسة من (590) معلماً ومعلمة من مختلف المراحل الدراسية وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن أهم مصادر الضغط النفسي لديهم هي : قلة الرواتب ، ضعف الروابط بين أعضاء هيئة التدريس ، عدم ملاءمة المباني والتجهيزات ، زيادة العبء الدراسي ، إكتضاظ الصفوف ، ونظرة المجتمع إلى المهنة . (أبو مغلي ، 1987) .

8- وأجرى ماك انتير دراسة سنة (1984) هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي- عند المعلمين ، وتألفت عينة الدراسة من (469) معلماً ومعلمة طبق عليهم مقياس (ماسلاش وجاكسون) للاحتراق

النفسي ، وتوصلت الدراسة إلى ان المعلمين الذين يعانون من الإنهاك الانفعالي وتبلد المشاعر كانوا من ذوي وجهة الضبط الخارجي . (محمد ، 1999) .

9- أما دراسة كابل سنة (1987) فقد اهتمت بالكشف عن العوامل التي تؤدي إلى الشعور بالضغوط والاحتراق النفسي- عند المعلمين ، وتألفت عينة الدراسة من (78) معلماً ومعلمة بالمرحلة الثانوية طبق عليهم مقياس (ماسلاش وجاكسون) للاحتراق النفسي ، وأظهرت النتائج ان المعلمين الذين يعانون من الضغوط النفسية والاحتراق النفسي- يتسمون بالإنهاك الانفعالي ، وتبلد المشاعر ، ونقص الدافعية للإنجاز ، وغموض الدور الوظيفي ، وتعدد الأدوار والأعمال المنوطة بهم . (محمد ، 1999) .

10- وفي دراسة قامت بها باربرا سنة (1992) وهدفت إلى تحديد المتغيرات التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي عند المعلمين في مختلف مراحل التعليم ، وتألفت العينة من(1517) معلماً ومعلمة ، طبق الباحث عليهم مقياس (ماسلاش وجاكسون) للاحتراق النفسي ، وأظهرت النتائج ان المعلمين الذين يعانون من مستوى متدني من الثقة بالنفس أكثر عرضة للضغط والاحتراق النفسي من غيرهم . (محمد ، 1999) .

11- وتوصلت دراسة قام بها كل من لي وأشفورت سنة (1993) على عينة مكونة من(223) مهنياً في عدة مؤسسات عامة ذات طابع خدمي بالولايات المتحدة إلى أن الأفراد من ذوي الفترة القصيرة في الخدمة كانوا أكثر شعوراً بالإنهاك العاطفي من الأفراد ذوي الفترة الطويلة في الخدمة . (العتيبي ، 2003) .

12- وفي الولايات المتحدة أيضاً أجرى كل من ملتش وجاتز دراسة سنة (2001) على عينة مكونة من (740) مدير مدرسة حكومية يمثلون مراحل التعليم المختلفة وأظهرت نتائج الدراسة أن هناك بعدين من أبعاد الشخصية (أ) وهما : المنافسة ، والتحدي على علاقة بالإنهاك العاطفي ، وبعداً واحداً هو (التحدي) على علاقة بتدني الإنجاز الشخصي- (العتيبي ، 2003) .

13- وفي دراسة اجتماعية عن مهنة التدريس قام بها لورتي أشارت النتائج إلى ان العبء الوظيفي يعتبر المصدر الرئيس للضغط في هذه المهنة ، والذي يؤدي بدورة إلى عدم توفر الوقت الكافي للمعلم للتركيز على العمل الأساسي له ، وكذلك يؤكد ادامسون ان المسؤوليات المتزايدة والعبء الوظيفي يمثل أحد مصادر الضغط النفسي- عند المعلمين في المؤسسات التعليمية .(العمري ، 2004) .

14- وأظهرت دراسة قام بها ديوا أن أهمية الوظيفة ، وعبء العمل ، والتعامل مع الزملاء وظروف العمل تمثل مصادر للضغط كذلك أظهرت ان حديثي العهد بالعمل أكثر شعوراً بالإجهاد والضغط ، وأن هناك علاقة سلبية بين المستوى الوظيفي والضغط النفسي .(العمري ، 2004) .

منهج الدراسة ونوعها :-

يقع البحث الحالي في إطار المنهج الوصفي الذي يصمم لتحديد ووصف الحقائق المتعلقة بالموقف الراهن ويعد من نوع البحوث الوظيفية المقارن التي تهدف إلى وصف الظاهرة من خلال المقارنات والفروق الفردية بين الأفراد والمجاميع

، والمتغيرات قيد الدراسة من خلال مسحها بدلالة الحقائق المتوافرة . (فان دالين ، 1985) .

مجتمع الدراسة :-

يتحدد مجتمع الدراسة الحالية بجميع أساتذة جامعة إب (الذكور فقط) [2] اليمنيين والوافدين العاملين في مجال التدريس في كليات الجامعة السبع في العام الدراسي 2005 / 2006م وهي : التربية (إب ، النادرة) ، الآداب ، العلوم ، التجارة العلوم الإدارية ، الزراعة والطب البيطري ، الهندسة ، طب الأسنان ، والبالغ عددهم (125) [3] أستاذاً موزعين بحسب الجنسية ، والتخصص ، والدرجة العلمية كما هو مبين في الجدول (1) .

الجدول (1)

توزيع افراد مجتمع الدراسة بحسب الجنسية ، التخصص ، الدرجة العلمية

المتغيرات الديموجرافية / الكليات	الجنسية		التخصص		الدرجة العلمية			المجموع
	يمني	وافد	علمي	انساني	أ . د	أ .مشارك	أ.مساعد	
التربية	20	17	3	34	1	8	28	37
الآداب	15	13	–	28	6	8	14	28
العلوم	10	18	28	–	5	5	18	28
التجارة	4	6	–	10	1	1	8	10
الزراعة	7	4	11	–	1	2	8	11
الهندسة	7	2	9	–	–	2	7	9
طب الاسنان	–	2	2	–	–	1	1	2
المجموع	63	62	53	72	14	27	84	125

عينة الدراسة :

اختيرت عينة الدراسة الحالية بطريقة العينة العشوائية المتاحة (فان دالين ، 1985 ، خوري ، 2004) حيث وزعت أداة الدراسة على جميع أساتذة الجامعة (يمنيين ووافدين) البالغ عددهم (125) أستاذاً وبعد ذلك تمكن الباحث من استرجاع (100) استمارة من الأداة فقط (50) منها لأساتذة يمنيين و (50) لأساتذة وافدين وهو المتاح للباحث حيث اشتملت هذه العينة المتاحة مختلف الكليات ، والتخصصات والدرجات العلمية وبنسبة (79٪) من المجتمع الأصلي للأساتذة اليمنيين ونسبة (80.6٪) من المجتمع الأصلي للأساتذة الوافدين ، كما هو مبين في الجدول(2)

---

[2]) لان نسبة التدريسيات في الجامعة لا تزيد عن 0.3 ٪ وهي نسبة غير مجدية احصائياً وعملياً.

3) الاحصاءات الصادرة عن نيابة الشؤون الاكاديمية بالجامعة للعام الدراسي 2005 / 2006 م

الجدول (2)

توزيع أفراد العينة بحسب الجنسية ، والتخصص ، الدرجة العلمية

المتغيرات الديمغرافية / التخصص	الجنسية		الدرجة العلمية			المجموع
	يمني	وافد	أ. مساعد	أ. مشارك	أ. د	
الإنساني	29	25	35	17	2	54
العلمي	21	25	28	10	8	46
المجموع	50	50	63	27	10	100

أداة الدراسة :-

استخدم في الدراسة الحالية مقياس (الصحة العامة) لكولدبيرج الذي يقيس آثار الضغط على عوامل الشخصية والصحة النفسية لأن هذا المقياس :

1 - يهتم بالضغوط النفسية الراهنة (التي يعيشها الفرد في الوقت الحاضر) .

2 - يهدف إلى الكشف عن آثار الضغوط على صحة الفرد النفسية ، وهو ما يتلاءم مع ما يهدف إليه البحث الحالي من دراسة لمستوى الضغط النفسي من خلال نتائج الضغط وآثاره على الصحة النفسية للفرد ، وهو ما يتلاءم أيضاً مع أدبيات البحث الحالي .

3 -يصلح للراشدين صعوداً .

4 - مختصر حيث يتألف من (28) فقرة في نسخته العربية والتي قام بترجمتها وإيجاد دلالات صدقها وثباتها كل من (عباس وحسيني ، 1985) فكان صدقها الظاهري (0.89) وصدق الترجمة (0.83) وثباتها بطريقة الإعادة (0.81) . أما في الدراسة الحالية فقد أعيد استخراج الخصائص السيكومترية للأداة من جديد من خلال الإجراءات الآتية :-

1 - إعادة ترجمة النسخة الأجنبية للمقياس مرة ثانية (*) ومطابقتها مع الترجمة التي أجراها كل من (عباس وحسين ، 1985) .

2 - عرض النسخة العربية على متخصص أخر في اللغة الإنجليزية (**)إعادة ترجمة المقياس إلى اللغة الإنجليزية (Back Translation) .

3 - تعديل الفقرات التي لم تتطابق ترجمتها بحيث أصبحت أكثر تطابقاً مع المعنى الأصلي في اللغة الإنجليزية .

---

4) قام بالترجمة الاستاذ المشارك الدكتور / محمد العبيدي المتخصص في الشخصية والصحة النفسية .

5) قام بالترجمة الاستاذ المشارك الدكتور / عبدالكريم الجميلي المتخصص في اللغة الانجليزية جامعة بغداد

4- عرض المقياس على خمسة الأساتذة من المتخصصين [6] في ميدان علم النفس لتحديد صلاحية الفقرات لقياس ما تدعي مقياسه ، ومدى وضوح هذه الفقرات ، واعتماد نسبة اتفاق تتراوح بين (80 – 100٪) على الفقرة معياراً لتضمنيها في الصورة النهائية للمقياس وقد تبين من تحليل استجابات المتخصصين ان جميع الفقرات حققت نسبة الاتفاق المطلوبة (المعيار) ، كذلك بناءً على تلك الاستجابات جرى تعديل الصياغات اللغوية للأفكار التي تدل عليها بعض فقرات المقياس .

5- سحب عينة عشوائية طبقية من عينة الدراسة الأساسية مكونة من (40) استمارة وذلك لاستخراج دلالات الثبات للأداة بطريقة التجزئة النصفية ومن خلال العلاقة الارتباطية بين إجابات أفراد عينة الثبات على الفقرات الزوجية وإجاباتهم على الفقرات الفردية وباستخدام معامل ارتباط (بيرسون) حيث بلغ معامل الثبات (0.72) وللحصول على معامل ثبات كلي تم تصحيحه باستخدام معادلة(سبيرمان براون) التصحيحية حيث بلغ معامل الثبات الكلي (0.84) .

إجراءات التطبيق :-

لحساسية الموضوع ومحاولة للتقليل من تأثير العوامل الدخيلة على إجابات أفراد العينة على مقياس الدراسة الحالية فقد تم توضيح الهدف من البحث شفوياً بالافراد لعينة وطمأنتهم من أن نتائجه ليس لها علاقة باستمراريتهم في الوظيفة وانها لن تستخدم الا لغرض البحث العلمي ، كذلك تم توضيح طريقة الاجابة على المقياس لكل تدريس من خلال كتابتها في الاستمارة والشرح الشفوي المباشر لكل تدريس اثناء تسليمه استمارة المقياس ، ومراعاة للاعباء التدريسية الملقاه على عاتق اعضاء هيئة التدريس في الجامعة والحاجة إلى التأني في الاجابة على المقياس فقد اعطيت فترة يومين لكل أستاذ للاجابة على فقرات المقياس وبالرغم من ذلك فقد تأخر الكثير منهم في الاجابة حيث كان متوسط الفترة الزمنية لانجاز الاجابة (6) ايام كذلك فان قسم منهم لم يرجع الاستمارة نهائياً ، وقسم اخر تعذر الاتصال به نتيجة للسفر او لاسباب اخر .

طريقة تصحيح اداة الدراسة :

يتضمن المقياس المستخدم في هذه الدراسة (28) فقرة ولكل فقرة اربع بدائل معيارية تتناسب ومضمون الفقرة وقد تتفق وتختلف مع مضامين الفقرات الاخرى ، وقد اعطيت هذه البدائل على التوالي الا وزن (1)، (2) ، (3) ، (4) وبذلك تكون ادنى درجة على المقياس هي (28) وأعلى درجة على المقياس هي (112) واما المتوسط النظري للمقياس فانه يتمثل بالدرجة (56).

---

6) الاستاذ الدكتور / مهدي صالح هجرس – كلية التربية – جامعة اب ، الاستاذ الدكتور / علي جاسم الزبيدي – كلية التربية – جامعة الحديدة ، الاستاذ المساعد الدكتور / عبدالله الصلاحي – كلية التربية – جامعة اب ، الأستاذ المساعد الدكتور / نبيل صالح سفيان كلية التربية – جامعة تعز ، الاستاذ المساعد الدكتور / حيدر ابراهيم العطار كلية التربية – جامعة تعز

الوسائل الإحصائية المستخدمة :

- معامل ارتباط بيرسون لايجاد معمل الثبات للاداة بطريقة التجزئة النصفية .
- معادلة سيبرمان – براون لتصحيح معامل الثبات .
- الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار معنوية الفروق بين متوسط افراد عينة الدراسة والمتوسط النظري للمقياس وذلك لوصف تأثير الضغط على الصحة العامة او التحقق من مستوى هذا الضغط النفسي الذي يتعرض له افراد عينة الدراسة .
- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين لاختبار معنوية الفروق في مستوى الضغط النفسي- بين افراد عينة الدراسة حسب متغير الجنسية (يمني – وافد) .
- الاختيار التائي لعينين مستقلتين غير متساويتين لاختبار معنوية الفروق في مستوى الضغط النفسي- بين افراد عينة الدراسة حسب متغيري التخصص (انساني – علمي) . والدرجة العلمية (أستاذ مساعد – أستاذ مشارك واستاذ دكتور) .

عرض النتائج وتفسيرها :

اولاً : النتائج الخاصة بالهدف الاول :-

تحقيقاً للهدف الاول من اهداف الدراسة الذي خصص للتعرف على مستوى الضغط النفسي عند أساتذة جامعة اب بصورة عامة طبق مقياس الصحة العامة بصورته النهائية على افراد العينة جميعاً ، وتم الكشف عن دلالة الفرق بين متوسط درجات افراد العينة وبين المتوسط النظري لاختبار وذلك باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة (Hinkle, 1981 T.test one – sample) وعند مستوى دلالة (0.001) ومن هذه الخطوات تبينت النتائج الاتية :

- حصول الأساتذة من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس على متوسط مقداره (43.84) درجة بانحراف معياري قدره (9.87) .

- وجود فرق ذا دلالة معنوية بين المتوسطين والمصلحة المتوسط النظري . حيث كانت القيمة التائية المحسوبة (12.41 –) وعند مقارنتها بالجدولية البالغة (3.460) عند مستوى دلالة (0.001) ودرجة حرية (99) في اختبار ذي نهايتين ظهر ان القيمة المحسوبة ادنى كثيراً من القيمة الجدولية – ويعني ذلك ان المتوسط المتحقق والبالغ (43.84) درجة هو في الواقع ادنى من المتوسط النظري للمقياس الذي يساوي (56) درجة ، وان الفرق بين المتوسطين هو فرق حقيقي وغير ناجم عن عوامل الصدفة ، ويعني ذلك ايضاً ان أساتذة جامعة اب يتعرضون لمستوى منخفض من الضغط النفسي- وان هذا المستوى ادنى من المتوسط النظري للمقياس وقد تعارضت هذه النتيجة مع نتائج دراسات عربية اخرى واجنبية (بسطا ، 1988 ، والمخلافي ،1992 ، وهاريسون 1983 ، ولورتي ، وادامسون) . اذ اظهرت نتائج هذه الدراسات بصورة مباشرة او غير مباشرة ان عيناتها اما لمستويات متوسطة او عالية من الضغط النفسي ولعل ذلك يمكن ان يفسر بان أساتذة جامعة اب بالرغم من تعرضهم للضغوط النفسية الا انهم إلى حد الان يستطيعون تدبرها او يحسنون التعامل معها وفهمها كفرص او

تحديات لا كتهديدات او مصادر للضغط ، وانهم متخرجون من كافة العوامل الشخصية التي تجعل بعض الاشخاص يشعرون او يتأثرون بالضغوط على نحو اكبر من غيرهم من مثل : انخفاض الثقة بالنفس ، ونمط الشخصية (أ) ومركز الضغط الخارجي ، ومفهوم الذات المتدني ، وضعف الدافع للانجاز..الخ . فكانت النتيجة فشل هذه الضغوط في احداث التأثير السلبي على صحتهم النفسية في مستواه الادنى واتسامهم بمستوى عال من الصحة النفسية .

ثانياً : النتائج الخاصة بالهدف الثاني :

لتحقيق الهدف الثاني من اهداف الدراسة والذي خصص للمقارنة بين أساتذة الجامعة اليمنيين ، وأساتذة الجامعة الوافدين في مستوى الضغط النفسي فقد استخرجت المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينة من الأساتذة اليمنيين وكذلك لدرجات افراد العينة من الأساتذة الوافدين كلاً على حدة ، واستخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين من حيث العدد لاختبار الفرضية الصفرية القائلة بتساوي المتوسطين (Ho : M1 = M2) مقابل الفرضية البديلة القائلة بعدم التساوي (Ha : M1 ≠ M2) ، ومعرفة الدلالة المعنوية للفروق بين متوسطي درجات المجموعتين وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (99) وقد اسفر هذا التحليل إلى النتائج المبينة في الجدول (3)

الجدول (3)

نتائج الاختبار التائي لدرجات الأساتذة اليمنيين والوافدين

المجموعة	اعداد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
الأساتذة اليمنيون	50	42.42	9.61	2.07 (*)
الأساتذة الوافدين	50	45.26	9.73	

*) القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (99) = 1.99

عند النظر إلى الجدول (3) نلاحظ ان الأساتذة اليمنيين قد حصلوا من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس على متوسط مقداره (42.42) درجة بانحراف معياري قدره (9.61) في حين حصل الأساتذة الوافدون على متوسط مقداره (45.26) درجة بانحراف معياري قدره (9.73) وبتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين متساويتين من حيث العدد تبين وجود فرق ذا دلالة معنوية بين متوسطين درجات المجموعتين ولمصلحة مجموعة الأساتذة الوافدين ، حيث كانت القيمة التائية المتحققة (2.07) اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.99) المستخرجة عن مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (99) . وبذلك قبلت الفرضية البديلة ورفضت الصفرية وهذا يعني ان متوسط درجات الأساتذة اليمنيين يختلف كثيراً عن متوسط درجات الأساتذة الوافدين في المجتمع الذي سحبت منه العينة وان هذا الفرق الظاهر بين المتوسطين هو فرق حقيقي وغير ناجم عن عوامل عشوائية . وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة المخلافي (1992) اذ اظهرت الدراسة فروقاً ذات دلالة معنوية في درجة الرضى عن العمل بين اعضاء هيئة التدريس في جامعة صنعاء ترجع إلى الاختلاف في

الجنسية خاصة وان عدم الرضى عن العمل يعد منذ منتصف سبعينات القرن الماضي عاملاً مساعداً على تكوين مجموعة الاعراض التي تؤثر على الصحة النفسية والجسدية للعامل (Litt & Turk , 1985) ويمكن ان يفسر ذلك على اساس ان الغربة تعتبر في الاساس من المصادر المسببة للضغط النفسي بالاضافة إلى ان الاحتلال الامريكي للعراق وما نجم عنه من اضطراب وعدم استقرار في مختلف مفاصل الحياة في هذا القطر قد شكل مصدراً اخر للضغط النفسي في مجموعة الأساتذة الوافدين خاصة وان غالبيتهم من ابناء العراق الشقيق .

ثالثا : النتائج الخاصة بالهدف الثالث :

وتحقيقاً للهدف الثالث من اهداف الدراسة الحالية الذي اثار التساؤل عما اذا كان هناك اختلاف في مستوى الضغط النفسي عند أساتذة جامعة اب يرجع إلى اختلافهم في التخصص فقد استخرجت المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العنية من أساتذة التخصص الانساني وكذلك لدرجات افراد العينة من أساتذة التخصص العلمي كلاً على حدة ، واستخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساويتين من حيث العدد لاختبار الفرضية الصفرية القائلة بتساوي المتوسطين مقابل الفرضية البديلة القائلة لعدم تساوي المتوسطين ومعرفة الدلالة المعنوية للفروق بين متوسطي درجات المجموعتين وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) وكانت النتائج على النحو المبين في الجدول (4)

الجدول (4)

نتائج الاختبار التائي لدرجات اساتذة الاختصاصين : (الانساني – العلمي)

المجموعة	اعداد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
التخصص الانساني	54	44.8	10.6	1.11 (*)
التخصص العلمي	46	42.7	8.5	

*) القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) = 1.99

عند النظر إلى الجدول (4) نلاحظ ان أساتذة التخصص الإنساني قد حصلوا من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس على متوسط مقداره (44.8) درجة بانحراف معياري قدره (10.6) في حين حصل أساتذة التخصص العلمي على متوسط مقداره (42.7) درجة بانحراف معياري قدره (8.5) وبتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساويتين من حيث العدد تبين عدم وجود فرق ذا دلالة معنوية بين متوسطي درجات المجموعتين حيث كانت القيمة التائية المتحققة (1.11) اصغر من القيمة الجدولية البالغة (1.99) المستخرجة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) وبذلك قبلت الفرضية الصفرية ورفضت البديلة . وهذا يعني ان متوسط درجات أساتذة التخصص الانساني لا يختلف كثيراً عن متوسط درجات أساتذة التخصص العلمي في المجتمع الذي سحبت منه العينة وان هذا الفرق الظاهر بين المتوسطين هو فرق غير حقيقي ناجم عن عوامل الصدفة . ويمكننا التقرير في ضوء هذه النتيجة ان أساتذة جامعة اب في كلا الاختصاصين

يعيشون نفس الظروف والتحديات ويواجهونها كما يبدو بنفس الآليات وان التخصص الاكاديمي لا يعتبر من العوامل التي تؤدي إلى احداث التباين بين الأفراد في مستوى او مدى الشعور بالضغوط النفسية او التأثر بها .

رابعاً : النتائج الخاصة بالهدف الرابع : -

لتحقيق الهدف الرابع من اهداف الدراسة والذي خصص للمقارنة بين الأساتذة المساعدين من ناحية وبين الأساتذة الدكاترة والأساتذة المشاركين من ناحية اخرى في مستوى الضغط النفسي فقد استخرجت المتوسطات والانحرافات المعيارية لدرجات افراد العينتين كلّ على حدة . واستخدم الاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساويتين من حيث العدد لاختبار الفرضية الصفرية القائلة بتساوي المتوسطين مقابل الفرضية البديلة القائلة بعدم تساوي المتوسطين ومعرفة الدلالة المعنوية للفروق بين متوسطي درجات المجموعتين وعند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (98) وكانت النتائج على النحو المبين في الجدول (5)

الجدول (5)

نتائج الاختبار التائي لدرجات الأساتذة الدكاترة والمشاركين ودرجات الأساتذة المساعدين

المجموعة	اعداد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية
الأساتذة الدكاترة والمشاركون	37	43.92	9.46	(*)0.07
الأساتذة المساعدون	63	43.79	9.95	

*) القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) = 1.99

عند النظر إلى الجدول (5) نلاحظ ان الأساتذة الدكاترة والمشاركين قد حصلوا من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس على متوسط مقداره (43.92) درجة بانحراف معياري قدره (9.46) في حين حصل الأساتذة المساعدين على متوسط مقداره (43.79) بانحراف معياري قدره (9.95) وبتطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين غير متساويتين من حيث العدد تبين عدم وجود فرق ذا دلالة معنوية بين متوسطي درجات المجموعتين حيث كانت القيمة التائية المتحققة (0.07) اصغر كثيراً من القيمة الجدولية البالغة (1.99) المستخرجة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (98) وبذلك قبلت الفرضية الصفرية ورفضت البديلة . وهذا يعني ان متوسط درجات الأساتذة الدكاترة والأساتذة المشاركين لا يختلف عن متوسط درجات الأساتذة المساعدين في المجتمع الذي سحبت منه العينة . وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة هاريسون (1983) اذ لم تظهر الدراسة وجود علاقة بين مستوى التعليم والخبرة وبين مصادر الاحتراق النفسي عند المعلمين ويمكن ان يفسر ذلك على اساس ان الأساتذة الدكاترة والأساتذة المشاركين لا يتمتعون بنفس الامتيازات التي يتمتع بها نظرائهم في الجامعات العربية (رواتب ، مكاتب ، سفرات سنوية ، تفرغ علمي . . الخ) . والتي من شأنها ان تجعل الظروف التي يعملون في ظلها مختلفة عن تلك الظروف التي يعمل في ظلها الأساتذة المساعدون ، ونتيجة لذلك يلجأ معظمهم إلى تحمل اعباء تدريس ساعات زائدة على نصابهم القانوني غير مبالين بها منح لهم من امتياز في هذا المجال ، وعلاوة على ذلك فإن رئاسة الاقسام الاكاديمية وعمادة الكليات في الجامعة تسند غالباً لهذه الدرجات العلمية وهذا يجعلهم امام عبء وظيفي

جديد ومسؤوليات متزايدة . في حين تعارضت هذه النتيجة مع نتائج دراسات عربية واجنبية اخرى (بسطا ، 1988 وعساف 1996 ، وعسكر وعبدالله 1997 ، وتريسي ، 1983 ، ولي وآشفورت ، 1993) اذ اظهرت هذه الدراسات ان درجة الاحساس بالضغط النفسي عند المعلمين تختلف باختلاف سنوات الخبرة المهنية والعمر . وربما يرجع ذلك التعارض إلى ان اختلاف طبيعة وظروف مجتمع الدراسة الحالية عن طبيعة وظروف المجتمعات التي اجريت فيها تلك الدراسات .

التوصيات والمقترحات :

1- أن تعمل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي على تحقيق المساواة في الامتيازات بين أساتذة الجامعات اليمنية والمجاورة لها من الدول العربية من جهة وبين الأساتذة الوافدين واليمنيين في الجامعات اليمنية من جهة اخرى.

2- أن تعمل وزارة التعليم العالي والبحث العلمي بتحديد النصاب التدريسي والواجبات الاكاديمية وفقاً للتخصص واللقب العلمي والخبرة الجامعية اسوة بالجامعات العربية الاخرى وتحديد الامتيازات والحقوق وفقاً لهذه المتغيرات .

3- ان تقوم ادارة جامعة اب بلقاءات دورية فصلية مع أساتذة الجامعة الوافدين للتعرف على مشكلاتهم ومساعدتهم في ايجاد حلول حقيقة لها .

4- يقترح البحث الحالي إجراء دراسة إضافية للتعرف على مستوى الصحة النفسية في مجتمع الدراسة الحالية وذلك للتأكد من مصداقية نتائجها .

المصادر العربية :

1-ابو مغلي ، سمير عبدالله (1987) مستوى ومصادر التوتر النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية الاعدادية والثانوية . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الجامعة الاردنية .

2- الاميري ، احمد علي محمد ناجي (2001) فعالية برنامج ارشادي في مواجهة الضغوط النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في تعز . اطروحة دكتوراة غير منشورة ، الجامعة المستنصرية ، بغداد .

3- تقي ، عبدا لعزيز عبدالمحسن (2002) قياس مدى قدرة العوامل الديموجرافية وضغوط العمل في التنبؤ بمستوى الالتزام التنظيمي في المنظمات الصحية الكويتية . مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد 30 ، العدد 1 ، 48 – 68 .

4- جامعة اب . نيابة الشؤون الأكاديمية . إحصائية بإعداد أعضاء هيئة التدريس والهيئة المساعدة في الجامعة للعام الجامعي 2005 – 2006 .

5- حتاملة ، مازن رزق (2002) مصادر الضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك . مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد 3 ، العدد 4 ، 203 – 211 .

6- خوري ، لمى سميح (2004) العلاقة بين انماط تعلق الراشدين بازواجهم والتكيف الزواجي. رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الاردنية .

7- رمضان ، نعمة محمد (1991) الضغوط النفسية والرضى الوظيفي لدى معلمي ومعلمات المرحلة الثانوية في مديرية عمان الاولى . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الاردنية .

8- روبينستاين ، لوري إيه . ليدن (2004) دليل ادارة الضغوط . الطبعة الاولى ، مكتبة جرير ، المملكة العربية السعودية .

9- سفيان ، نبيل صالح (1995) القيم السائدة لدى طلبة جامعة صنعاء (فرع تعز) . رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، بغداد .

10- الشرقاوي ، انور (2001) الدافعية والانجاز الاكاديمي والمهني وتقويمه . الجزء الاول ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .

11- الشقيرات ، محمد عبدالرحمن (2001) الضغوط النفسية وتأثيرها على الصحة النفسية والجسمية وعلاقتها ببعض العوامل الديموجرافية عند اعضاء هيئة التدريس في جامعة مؤتة . مجلة كلية التربية ، جامعة اسيوط ، المجلد 17 ، العدد 2 .

12- عباس ، عامر وعاهد ، حسين (1985) الحالة الصحية لطلبة الجامعة المستنصرية . مجلة الجامعة المستنصرية ، المجلد 4 ، العدد 23 ، 238 – 264 .

13- عساف ، محمد عبده (1996) مصادر الاجهاد والضغط النفسي لدى مدرسي الجامعات في الوطن المحتل (الضفة الغربية) . مجلة جامعة النجاح للابحاث المجلد 3 ، العدد 1 .

14- العمري ، عبيد بن عبدالله (2004) ضغوط العمل عند المعلمين . مجلة جامعة الملك سعود، المجلد 6 ، العدد 2 ، 283 – 313 .

15- العتيبي ، آدم غازي (2003) الاحتراق الوظيفي لدى العاملين في قطاع الخدمة المدنية وعلاقته بنمط الشخصية (أ) والرغبة في ترك العمل . مجلة العلوم الاجتماعية ، المجلد31،العدد2 ، من 347 – 385 .

16- فان دالين ، ديوبلد (1985) ترجمة محمد نبيل وآخرون . مناهج البحث في التربية وعلم النفس . الطبعة الثالثة ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .

17- محمد ، يوسف عبدالفتاح (1999) الضغوط النفسية لدى المعلمين وحاجاتهم الارشادية . مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ، العدد 15 .

المصادر الاجنبية :

18- Hinkle ,D & others (1981) Appled statistics for The behavioring sciences . rand Mcnally, chicago .

19- Lazarus, R . (1966) psychological stress and coping process . New york Mcgraw – Hill Book Company .

20- Litt , M . & Turk . D(1985) Sources of Stress and dissatisfaction in experienced high school teachers . Journal of educational Research . 78 . 3 , 178 – 185 .

21- Selye , H (1976) The stress of Life . Revised edition . New yorl , Mcgraw – Hill book C . O .

22- Taylor,s. E (1986) Health psychology . Randam House , Inc , New york