ISSN: 1817-6798 (Print)
Journal of Tikrit University for Humanities
available online at: www.jtuh.org/

Primary Schools Teachers' Occupational Stress

Yousif Ahmed Yousif
General Directorate of Education in Salahuddin

Amer Mahdi Saleh
College of Education for Human Sciences, Tikrit University

* *Corresponding author: E-mail* :
yousifzedan245@gmail.com

Keywords:
Stress,
Professional,
School Teachers

A R T I C L E I N F O

Article history:
Received 15 July 2024
Received in revised form 25 July 2024
Accepted 2 Aug 2024
Final Proofreading 5 Aug 2024
Available online 10 Aug 2024
E-mail t-jtuh@tu.edu.iq

©THIS IS AN OPEN ACCESS ARTICLE UNDER THE CC BY LICENSE
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

A B S T R A C T

The current research aims to identify the following:
1- Occupational stress among elementary school teachers.
2- Occupational stress among elementary school teachers according to gender (male-female).
3- Occupational stress among elementary school teachers according to years of service (1-5 years), (5-10 years), and (10 years and above).

This research is limited to elementary school teachers in the Directorate General of Education in Salah al-Din Governorate, in the Education Departments of (Shirqat and Baiji) for the academic year (2022-2023).

To achieve the research aims, the researcher prepared a scale for occupational stress, which included three domains (psychological, physical, behavioral). The scale in its initial form contained (40) items, and after extracting the psychometric properties of the scale, the final scale comprised (40) items

The researcher applied the research tools to a sample of (400) male and female teachers distributed across (25) elementary schools based on gender and years of service. The validity of the scales was verified through content validity (both types), face validity, and construct validity. The reliability of the scales was calculated using test-retest method and Cronbach's alpha for all scales. The data was statistically analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS).

The research results showed the following:

1- Elementary school teachers of both genders (males - females), with years of service (1-5 years) and (5-10 years) and (10 years and above), exhibit a low-average level of professional stress.

2- There is no statistically significant difference among the sample of teachers based on gender (males and females), and no differences based on years of service (1-5 years), (5-10 years), and (10 years and above) in occupational stress.

Based on the results, the researcher reached a set of recommendations and suggestions.

© 2024 JTUH, College of Education for Human Sciences, Tikrit University

DOI: http://doi.org/10.25130/jtuh.31.8.2024.19

Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities Journal of Tikrit University for Humanities

الإجهـــاد المهنـــي لـــدى معلمـــي المـــدارس الابتدائيـــة

يوسـف أحمـد يوسـف الجبـوري/ المديريـة العامـة للتربيـة فـي صلاح الدين
عامـر مهدي صالح الجبوري/ جامعة تكريت– كليـة التربيـة للعلوم الإنسانيـة

الخلاصة:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١– الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية.

٢- الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).
٣- الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير سنوات الخدمة من (١- ٥ سنوات) ومن(٥- ١٠ سنوات) ومن(١٠سنوات فما فوق).

ويقتصر البحث الحالي بمعلمي المدارس الابتدائية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) في المديرية العامة لتربية محافظة صلاح الدين، قسمي تربية (الشرقاط- بيجي) للعام الدراسي(٢٠٢٢- ٢٠٢٣).

ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث بإعداد مقياس للإجهاد المهني والذي تضمن ثلاث مجالات (المجال النفسي، المجال الجسدي، المجال السلوكي) وقد أحتوى المقياس بصورته الأولية على (٤٠) فقرة، وبعد استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس، أصبح المقياس بصورته النهائية يضم (٤٠) فقرة، وقام الباحث بتطبيق أداة البحث على عينة تضمنت (٤٠٠) معلماً ومعلمة موزعين على (٢٥) مدرسة ابتدائية وبحسب (الجنس وسنوات الخدمة).

وتم التحقق من صدق المقياس باعتماد (صدق المحتوى بنوعيه، الصدق الظاهري والصدق المنطقي- وصدق البناء) وتم حساب القوة التميزية لفقرات المقياس, إما الثبات فتم حسابه بطريقة أعادة الاختبار, وألفا كرونباخ، وعُولجت البيانات إحصائياً باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

وأظهرت نتائج البحث ما يلي:

١-يتصف معلمي المدارس الابتدائية من كلا الجنسين (ذكور - إناث)، وسنوات الخدمة(١- ٥ سنوات) ومن(٥- ١٠ سنوات) ومن(١٠سنوات فما فوق) بمستوى دون المتوسط من الإجهاد المهني.
٢- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد عينة البحث من المعلمين حسب الجنس من (الذكور والإناث)، وعدم وجود فروق حسب سنوات الخدمة (١- ٥ سنوات) ومن(٥- ١٠ سنوات) ومن(١٠سنوات فما فوق) في الإجهاد المهني.

وفي ضوء النتائج توصل الباحث إلى مجموعة من التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاحية: الإجهاد ،المهني ،معلمي المدارس

أولاً- مشكلة البحث:

مهنة التعليم من المهن الصعبة، وهذا راجع إلى ما تتسم بهِ هذهِ المهنة من خصائص وما يرتبط بها من واجبات تفرض على العاملين فيها أوضاعاً قد تكون مصدر للإجهاد المهني الذي أصبح يحظى بعناية متزايدة من قبل الباحثين والمختصين في مجال علم النفس، وهذا يعود إلى ما يخلفه الإجهاد المهني من آثار سلبية على صحة المُعلم ومواقفه اتجاه مهنته، أضافة إلى أن كل فرد منا يشعر بالقلق في فترات متفاوتة في حياته ولأسباب يصعب حصرها، فمثلاً المعلم الذي يُطلب منهُ تنفيذ مهمة في فترة زمنية محددة فأنه يشعر بالقلق والتوتر إزاء إنهاء هذه المهمة، لذلك فأن الإجهاد المهني الذي نواجهُ

خلال حياتنا المهنية إذا زاد عن معدله الطبيعي سيكون له أثر سلبي على صحة المعلم النفسية والجسمية والسلوكية شعرنا بذلك أم لم نشعر، فضلاً عن التأثيرات التي تنعكس على المدرسة من خلال انخفاض الرضا المهني والغيابات المتكررة والنفسية السلبية للمعلـم(الخضر، ٢٠٠٥: ٧٣).

والإجهاد المهني لصيق بحياة الأفراد ولا تخلو منه، وأنه مصاحب لسعي الإنسان المستمر من أجل تلبية حاجاته واشباعها والاستجابة لمطالب البيئة وتغيراتها، إلا أنه لهُ مقاديره المعتبرة الطبيعية والسوية والمتماشية مع الشرط الإنساني وأن المقادير المتزايدة منه والمزمنة هي التي تؤدي إلى تعقيدات ومضاعفات واضرار بالصحة والأداء وترشحه بذلك ليكون مشكلة وعامل خطورة، والإجاد المهني بهذا الوصف يظهر بعدة مجالات من حياة الفرد ومن بينها مجال التربية ويكون بالغ التأثير لأنه لا ينعكس على المعلم فقط لكن تمتد آثاره الى المؤسسة التربوية التي ينتمي اليها ككل وبالتالي على مردودها، والإجهاد المهني ينظر إليه كمشكلة أو عامل خطورة ويتنامى التأكيد للاعتراف به كمشكلة كغيره من الظروف التي تنال الرعاية(عقاقبه، ٢٠١٩: ٧).

ولمعرفة الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية، ارتأينا القيام بهذهِ الدراسة على المعلمين من منطلق أهمية العمل الذي يقوم المعلم بهِ، باعتبار أن التعليم هو شريان أي مجتمع، وقد لاحظ الباحث أن السياق التربوي في المدارس الابتدائية يتعامل مع المشكلات التربوية بنظرة منفصلة عن سياقها التربوي، مما دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة نظراً لندرة الدراسات التربوية التي تناولت مفهوم الإجهاد المهني لدى عينة المعلمين في تربية صلاح الدين، وتتمثل مشكلة البحث الحالي بالتساؤل الآتي: هل هناك اجهاد مهني لدى المعلم ؟ أن هذا التساؤل المطروح يجعل فكرة البحث مشكلة جديرة بالتقصي والدراسة وتبرر الغاية من أجرائه.

ثانياً- أهمية البحث:

يُعد المعلم أداة التفاعل الحي بين العقول المتعلمة، وهو قلب التربية الخفاق، كما أنه العقل المدبر وراء اكتساب المتعلمين طرائق التفكير وأنواع السلوك المرغوب فيه، فالمعلم يعد ركيزة أساسية من ركائز تحقيق المؤسسة التربوية لأهدافها، كما أنه القدوة والمثل الأعلى لكل متعلم، فإذا كان اختيار المعلم صحيح استطاعت المدرسة أن تغرس في التلميذ العادات السلوكية السليمة والاتجاهات البناءة ومن ثم تنشئة التلميذ تنشئة اجتماعية سليمة.

وأن مهنة المعلم هي المسؤولة عن إرساء التجديد وبناء المجتمع العصري القادر على مواجهة التحديات المحيطة به، إذ يحتل المعلم في المجتمعات الحديثة وزن كبير في تدعيم البناء الاجتماعي، فهو قوة لا يستهان بها في احداث التطور والتقدم كما يمثل العنصر المحوري في تكوين الموارد البشرية ونقطة الارتكاز في التحويل الصحيح نحو التنمية الشاملة، ويُعد طرف أساسي في العملية التربوية فهو يقوم بالعبء الأكبر في تحقيق أهدافها فهما بلغ مستوى الأهداف التربوية فأن المسؤول في تنفيذ خططها

هو المعلم، إذ لا يكفي توفير التكنلوجيا لتحقيق الأهداف التربوية دون اعتبار حقيقي للمعلم فمن غير الحكمة أن ننظر للمعلم على أنه وسيلة لتحريك منظومة التربية برصيده المعرفي فقط، إذ تتداخل أدواره بين المعرفة والتقويم والإدارة(سمراء، ٢٠١٩: ١١).

وموضوع الإجهاد المهني من الموضوعات المحورية داخل أي مؤسسة تربوية لما لهُ من تأثير على المعلم والمؤسسة التربوية معاً، فقد باتت تشكل جزء من حياة الأفراد والمجتمعات لكثرة تحديات العصر الحالي وزيادة متطلباته، إذ لا يتوقف تأثير الإجهاد المهني على الجوانب الشخصية للأفراد والبيئة بل يرافق الأفراد في البيئة المهنية، وتنعكس آثارها سلباً على الجوانب الجسمية والنفسية والسلوكية وكذلك الأداء الوظيفي للفرد وعلى استقراره الأسري، وهي أحدى الظواهر التي تواجه العاملين بكل القطاعات المهنيــة بمستويات متباينــة وخصوصــاً التربويــة منهـــا(سمراء، ٢٠١٩: ٢١).

وبناء على ما تم عرضة يمكن إجمال مبررات وأهمية هذه الدراسة بالآتي:-

١-أهمية مفهوم الإجهاد المهني وضرورة دراستهُ لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع آلا وهم معلمي المدارس الابتدائية.

٢-يعد البحث الحالي من البحوث الأولى في المؤسسات التربوية العراقية الذي يتناول متغير الإجهاد المهني بالنسبة للمعلم، وعدم وجود دراسة سابقة (على حد علم الباحث) درست هذا المتغير.

٣-تسليط الضوء على عدة جانب مهم من جوانب حياة معلمي المدارس الابتدائية وهو الإجهاد المهني، وأن نتائج البحث الحالي وما تتوصل إليه الدراسة من مقترحات يمكن أن تثير لنا بحوثاً نظرية وميدانية تعزز أسس المعرفة في هذا الميدان.

ثالثاً- أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

١- الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية.

٢- الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث).

٣- الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير سنوات الخدمة من (١- ٥ سنوات) ومن(٥- ١٠ سنوات) ومن(١٠سنوات فما فوق).

رابعاً- حدود البحث:

يقتصر البحث الحالي على معلمي المدارس الابتدائية ومن كلا الجنسين (ذكور- إناث) في المديرية العامة لتربية محافظة صلاح الدين، قسمي تربية (الشرقاط- بيجي) للعام الدراسي(٢٠٢٢-٢٠٢٣).

خامساً- تحديد المصطلحات:

١-الإجهاد المهني Occupational **stress**: ويعرفه كلاً من:

١-Nobert Sillamy(1996):

حالة يكون فيها الجسم مهدد بفقدان الاتزان بسبب مواقف أو عوامل تعترض الأجهزة العاملة وتصدها عن تحقيق التوازن وكل عامل من شأنه أن يخل بهذا الاتزان سواء كان ذو طبيعة فيزيقية أو كيميائية أو نفسية(Nobert Sillamy, 1996: 249).

٢-حمداش(٢٠٠٤):

استجابة جسدية غير محددة لمتطلبات المحيط جعلت الفرد يميز نوعين من آثار الإجهاد عليه، الإيجابية والسلبية وهذه الاستجابة التي تتكون من ردود الفعل تسمى اعراض التكيف العام(حمداش، ٢٠٠٤: ٩٢).

التعريف النظري:

يعرف الباحث الإجهاد المهني على أنه (استجابة جسدية، أو سلوكية، أو نفسية، يتعرض لها المُعلم نتيجة للإجهاد الذي يتعرض لهُ داخل المدرسة ويؤثر سلباً على أدائه الوظيفي والتربوي وحياته الاسرية).

التعريف الاجرائي:

هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته لفقرات مقياس الإجهاد المهني المُعد في البحث الحالي.

الإطار النظري:

الإجهاد المهني:

إذا أرادت المدرسة تحسين نوعية الخدمات التربوية التي تقدمها فيجب عليها أن تعمل على تخفيض الإجهاد المهني للمعلم مهما كانت مصادره، وذلك من خلال دراسات وبرامج تربوية مصممه لإدارته والتخفيف منهُ(فتيحة، ٢٠١٠: ١٥٤).

وازداد الاهتمام بموضوع الإجهاد المهني، ويرجع ذلك إلى بيئة مهنة المعلم التي باتت أكثر تعقيداً من أي وقت مضى، بالإضافة إلى زيادة متطلبات المعلمين وتطلعاتهم التي لا يتم اشباع أغلبها، فتكون النتيجة توتر العلاقة بين المؤسسات وبين العاملين بها من المعلمين، وزيادة معاناتهم وشعورهم بعدم الرضا مما ينتج عنهُ تدني مستوى الأداء الوظيفي لتلك المؤسسة(الحسين، ٢٠٢٠: ٢).

النظريات المفسرة للإجهاد المهني:

١-نظرية سيلاي(Selye):

تُعد هذه النظرية من أقدم النظريات التي حاولت تفسير ظاهرة الإجهاد المهني بحكم أن سيلاي كان طبيب فقد تأثر بتفسير الإجهاد المهني تفسير فسيولوجي، وترى نظريته أن الإجهاد المهني متغير غير مستقل وهو استجابة لعامل مُجهد يميز الفرد ويضعه على أساس استجابته للبيئة المُجهدة وهناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات بمكن الاستدلال منها على أن الفرد يقع تحت تأثير بيئي مزعج، ويعتبر سيلاي أن أعراض الاستجابة الفسيولوجية هدفها المحافظة على حياة الفرد(السيد،١٩٩٩: ٩٨).

وحدد سيلاي ثلاث مراحل لدفاع الفرد ضد الإجهاد المهني ويرى أن هذه المراحل هي مراحل للتكيف العام وهي:

أ-مرحلة الإنذار أو التنبيه: وفيها يُظهر الجسم تغيرات واستجابات عندما يدرك الفرد التهديد الذي يواجهه كازدياد التنفس وازدياد السكر والدهون في الدورة الدموية وتشد العضلات لكي يتهيأ الجسم لعملية المواجهة وتعرف هذه التغيرات بالاستثارة العامة.

ب-مرحلة المقاومة: وتحدث عنما يتحول الجسم من المقاومة العامة إذا استمر التهديد، غير أن الطاقة الضرورية تكون قد استنفذت، وإذا كانت الاستجابة الدفاعية شديدة ومستمرة لفترة طويلة ينتج عنها الوفاة في حالات معينة(عسكر، ٢٠٠٠: ٣٥).

ج-مرحلة الإنهاك: يدخلها الفرد إذا فشل في استعادة توازنه واستمر العامل المُجهد في التأثير أو كان قوياً، فستنفذ طاقة الجسم وتنهار آليات التكيف من جديد، ويؤدي ذلك في حال استمرار الوضع إلى الانهيار الجسمي أو الانفعالي أو الموت، وتمثل هذه المرحلة الطبيعة المرضية للإجهاد المهني، فخلالها تتطور أمراض الإجهاد المهني، كالقرحة المعدية والربو والأمراض العصبية، فأن سيلاي أعطى في نظريته هذا التفسير السلوكي أي ركز على ردة الفعل الفسيولوجية في الجسم وهذا راجع إلى خلفيته المهنية كونه طبيب أعصاب(فتيحة، ٢٠١٠: ١١٩).

الدراسات السابقة :

١- دراسة سمراء (٢٠١٩):

(الإجهاد المهني لدى أستاذات الطور الابتدائي):

هدفت الدراسة التعرف على مستوى الإجهاد المهني لدى أستاذات الطور الابتدائي من خلال دراسة مصادر وآثاره ومجابهته بابتدائية بن دادة العمري دائرة عين البيضاء ولاية أم البواقي:

١-التحقق من المصادر الواقعية للإجهاد المهني لدى معلمات الطور الابتدائي.

٢-التعرف على واقع تعامل معلمات الطور الابتدائي مع المجهدات المهنية التي يواجهونها.

٣-التعرف على مختلف الآثار الواقعية التي تعيشها معلمات الطور الابتدائي.

ومن أجل تحقيق أهداف البحث أستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، واستخدم أداة المقابلة نصف الموجهة، المطبقة بطريقة قصدية على (٦) معلمات.

وأعتمد الباحث على الأساليب الإحصائية المتمثلة بالتكرارات والنسب المئوية.

وأسفرت نتائج البحث ما يلي:

١-تعاني معلمات الطور الابتدائي من الإجهاد المهني.

٢-يؤثر الإجهاد المهني على المعلمات سلباً من خلال عدم التوفيق بين الأدوار المهنية والأسرية كما ينعكس هذا بشكل مباشر على التوافق النفسي والصحي للمعلمات(سمراء، ٢٠١٩).

٢-دراسة فائزي وفلاح Vaezi& Fallah (2010):

(العلاقة بين الكفاءة الذاتية والإجهاد المهني لدى المعلمين الإيرانيين للغة الإنكَليزية كلغة أجنبية):

أجريت الدراسة في إيران، وهدفت الدراسة التحقق من العلاقة بين معتقدات الكفاءة الذاتية لمعلمي اللغة الإنكَليزية كلغة أجنبية وإجهادهم المهني في سياق المعهد الخاص، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي، على عينة شملت (١٠٨) معلماً (٥٢ من إناث) و(٥٦ من الذكور) وتراوحت مدة خدمتهم (من١ إلى ١٩ سنة خبرة في التعليم)، واستخدمت الدراسة مقياسين (مقياس الكفاءة الذاتية ومقياس الإجهاد المهني)، وأشارت نتائج الدراسة ما يلي: وجود ارتباط سلبي دال بين الكفاءة الذاتية والإجهاد المهني ويشير إلى أنه كلما أرتفع مستوى كفاءة المعلمين الذاتية قل تعرضهم للإجهاد في مهنتهم(Vaezi& Fallah: 2010).

منهجية البحث:

استخدم الباحث في بحثه المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن العلاقة بين متغيرات الإجهاد المهني والأداء الوظيفي والاستقرار الأسري (أي دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر) من حيث قوة واتجاه العلاقة، وهو من أكثر مناهج البحث استخداماً واكثرها انتشاراً لأنه في دراسة أي ظاهرة لا بد أن تتوافر لدى الباحث أوصاف وقيمة الظاهرة التي يحاول دراستها وهو يسعى إلى تحديد الوضع الحالي للظاهرة ومن ثم وصفها وصفاً دقيقاً، حيث يُعد المنهج حجز الزاوية في البحوث التربوية والنفسية(ملحم، ٢٠٠٠: ٢٢٤).

ثانياً:- تحديد مجتمع البحث:

يقصد بالمجتمع المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة(عودة والخليلي، ١٩٨٨: ١٥٩).

وقد تحدد مجتمع البحث الحالي بمعلمي مدارس المرحلة الابتدائية التابعة لمديرية تربية صلاح الدين- قسمي التربية في (الشرقاط، بيجي) للعام الدراسي (٢٠٢٢-٢٠٢٣) والبالغ عددهم (٣١٠٥)* معلماً ومعلمة كانوا موزعين حسب الجنس بواقع (٢١٨١) معلماً و (٩٢٤) معلمة.

ثالثاً:- عينة البحث:

العينة هي جزء من أبناء المجتمع الذي تجري عليه الدراسة التي وقع عليها اختيار الباحث لأجراء دراسته, وفق قواعد خاصة لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (البياتي وأثناسيوس، ١٩٧٧ :٢٣٥)، ويتمكن الباحث من تعميم نتائج بحثه لذلك عمل على اختيار عينة ممثلة للمجتمع اختيرت من (٢٥) مدرسة ابتدائية كما في الجدول (٣) من المدارس الابتدائية التابعة لأقضية (الشرقاط- بيجي) من الذكور والإناث وحسب سنوات الخدمة، إذ تم سحب عينة طبقية عشوائية بلغت (٤٠٠) معلماً ومعلمة، موزعة حسب الجنس بواقع (٢٥٦) معلماً و (١٤٤) معلمة، وحسب سنوات الخدمة بواقع (١١٢) معلماً و(٤٤) معلمة من ذوي سنوات الخدمة من (١ – ٥ سنوات)، و(٣٢) معلماً و(٤٠) معلمة من ذوي سنوات الخدمة من (٥ – ١٠ سنوات)، و(١١٢) معلماً و(٦٠) معلمة من ذوي سنوات الخدمة من (١٠ سنوات فما فوق)، ويمثل حجم العينة (١٣ %) من المجتمع الأصلي.

رابعاً:- اداة البحث:

قام الباحث بإعداد مقياس الإجهاد المهني من خلال الإجراءات الآتية:

١-مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة:

بهدف الحصول على فقرات ملائمة لأداته، ولأجل قياس الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية، قام الباحث بالاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة ومقاييس عديدة ذات العلاقة بالبحث الحالي، ودراساتها لأجل إيجاد أداة تخدم تحقيق أهداف البحث الحالي ومن هذه الدراسات:-

١-دراسة بلعابد (٢٠١٥).

٢-دراسة أميمة (٢٠١٨).

وبعد إطلاع الباحث على مقاييس الإجهاد المهني لم يجد منها ما يلائم بحثه، وذلك لاختلاف المجتمع، وطبيعة وحجم ونوع عينة البحث، لأن الدراسات السابقة لم تجرى في المجتمع العراقي، وعليه قام الباحث بإعداد مقياس للإجهاد المهني يتلاءم مع طبيعة عينته، ويعرف الباحث الإجهاد المهني بأنه (استجابة جسدية، أو سلوكية، أو نفسية، يظهرها المُعلم نتيجة للإجهاد الذي يتعرض لهُ داخل المدرسة ويؤثر سلباً على أدائه الوظيفي والتربوي وحياته الاسرية).

٢ـ إعداد مجالات المقياس :

قام الباحث بتحديد مجالات الإجهاد المهني بالاطلاع على الدراسات والأدبيات السابقة وبناءً على ذلك حدد الباحث ثلاث مجالات للإجهاد المهني هي (المجال النفسي، المجال الجسدي، المجال

السلوكي) وعرض هذه المجالات على الخبراء وتم الاتفاق عليها وبنسبة (١٠٠%) كلياً وعلى أن يكون عدد البدائل (٥) هي (موافق بشدة, موافق, محايد, غير موافق, غير موافق بشدة).

٣ـ إعداد فقرات المقياس :

قام الباحث بعد أن حدد مجالات المقياس ووضع تعريف لكل مجال بصياغة وإعداد فقرات لكل مجال، مع الأخذ بنظر الاعتبار الأغراض التي يستعمل المقياس من أجلها وخصائص المجتمع الذي سيطبق عليه وطبيعته، لذا قام الباحث بإعداد (٤٠) فقرة في المقياس موزعة على مجالات المقياس (المجال النفسي ١٢ فقرة)، (المجال الجسدي ١٤ فقرة)، (المجال السلوكي ١٤ فقرة)، وبذلك أصبح عدد الفقرات لمقياس الإجهاد المهني بصورته الأولية (٤٠) فقرة.

٤ – صلاحية فقرات المقياس (الصدق الظاهري) :

بعد أن تم وضع فقرات مجالات مقياس الإجهاد المهني بالصورة الأولية، وتحديد بدائل الإجابة وطريقة تصحيحها، والدرجة الموضوعة لكل بديل قام الباحث بعرض هذه الفقرات على مجموعة من المتخصصين بالعلوم التربوية والنفسية، وقد طلب الباحث من المحكمين فحص الفقرات وتقدير صلاحيتها في قياس ما أعدت لقياسه كما تبدو ظاهرياً من حيث ملائمتها ومدى مناسبتها لمستوى معلمي المدارس الابتدائية وهل صياغتها جيدة أم تحتاج إلى تعديل مع بيان مدى ملائمة بدائل الاجابة للمقياس، وتم اعتماد نسبة (٨٠%) فأكثر من الاتفاق بين المحكمين للإبقاء على الفقرة أو حذفها أو تعديلها، كما استخدم الباحث مربع كاي كوسيلة إحصائية للتأكد من صلاحية الفقرات, وتشير (Allen) إلى أن هذا الأسلوب هو أحد الأساليب الأساسية في التوصل إلى الصدق الظاهري والذي يعد كافياً لتبرير استخدام بعض المقاييس (Allen& yen ,1979:119)، وبناءً على آراء الخبراء فقد تم تعديل (٨) فقرات، ولم يتم حذف أي فقرة من فقرات المقياس، ليبقى عدد فقرات المقياس (٤٠) فقرة، لأنَّ قيم مربع كاي المحسوبة كانت أكبر من قيمة كاي الجدولية البالغة (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥).

٥ – إعداد تعليمات المقياس:

تعد عملية إعداد التعليمات للمقياس بمثابة الدليل الذي يتبعه المستجيب في أثناء استجابته لفقرات المقياس لذلك تتم مراعاة الوضوح في صياغتها والتأكيد على ضرورة اختيار المستجيب للبديل الذي يراه معبراً عن رأيه من البدائل الموجودة الخاصة بالمقياس وتم التأكيد على أن الاستجابة لن يطلع عليها أحد سوى الباحث فلا داعي أن يُذكر الاسم لأنها ستستعمل لأغراض البحث العلمي فقط، وكذلك حرص الباحث على عدم الإفصاح عن الغرض الحقيقي للمقياس وذلك للتقليل من أثر عامل المرغوبية الذي يدفع الأفراد إلى أن يظهروا أنفسهم بصورة أفضل مما هم عليه عندما يسألون أو حين تعرض عليهم الاستبانة, وطلب الباحث من المستجيب ذكر المعلومات المتضمنة (الجنس, عدد سنوات الخدمة).

٦-التطبيق الاستطلاعي للمقياس :

طبق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٤٠) معلماً ومعلمة، وذلك من أجل التأكد من فهمهم للفقرات وطريقة الإجابة وحساب الزمن المستغرق، وأظهرت نتائج التجربة وضوح التعليمات والفقرات لجميع المعلمين وكان الوقت المستغرق للإجابة على المقياس من (٢٠-٣٠) دقيقة تقريباً، وبمتوسط قدره (٢٥) دقيقة ولم يبدي المعلمون أسئلة جوهرية حول طريقة الإجابة وفقرات المقياس وبدائل الإجابة وبذلك تم التأكد من صلاحية المقياس بشكل أولي.

٧- طريقة تصحيح المقياس:

تم تصحيح إجابات أفراد العينة على فقرات مقياس الإجهاد المهني بالأوزان الخماسية وبذلك بلغت أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها أفراد العينة على المقياس (٢٠٠)، واقل درجة (٤٠)، وبمتوسط فرضي مقداره (١٢٠)، أي تم تصحيح المقياس على أساس (٤٠) فقرة، وبما أن متغير الإجهاد المهني سلبياً وكانت جميع فقرات المقياس سلبية فلقد وُضعت الدرجات للاستجابة على الفقرات في ضوء اختيارات المستجيب لأحدى البدائل الخماسية.

٨- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

- القوة التمييزية للفقرات :

يعد التمييز من الخصائص القياسية المهمة لفقرات المقاييس النفسية ونعني بالتمييز مدى إمكانية قياس الفروق الفردية بين الأفراد(علام، ٢٠٠٠: ٢٧٧)، ويقصد بالقوة التمييزية للفقرات هو قدرة الفقرات على التمييز بين الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية والذين يحصلون على درجات منخفضة في السمة (دوران ،١٩٨٥: ١٢٥).

وتحتاج عملية تحليل الفقرات إلى عينة تتناسب وحجمها وعدد الفقرات المراد تحليلها وتشير(Nunnaly,1970) إلى أن الحد الأدنى المسموح به هو خمسة أفراد لكل فقرة من الفقرات(Nunnaly, 1970, 215).

ومن أجل حساب القوة التمييزية للفقرات أتبع الباحث عدة أساليب هما:

١ـ أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

اعتمد الباحث على نسبة (٢٧%) عليا ودنيا لأنها تمثل أفضل نسبة يمكن اعتمادها، هذه النسبة تبعاً لرأي بعض علماء الإحصاء التربوي، لتحقيق اقصى ما يمكن من التطرف وأكبر ما يمكن في الحجم (Stanley& Hopkins, 1972: 268) ، وهذين الشرطين مهمين في تمييز الفقرات، وعمد الباحث على استخراج القوة التمييزية لكل فقرات المقياس، وذلك بإتباع الخطوات الآتية :

١ـ طبق المقياس على أفراد عينة التمييز، وثم تصحيح المقياس وفق أوزان البدائل المحددة لها مسبقاً وذلك لتحديد الدرجة الكلية التي حصل عليها كل مستجيب بعد التصحيح.

٢- ترتيب الدرجات ترتيباً تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٣- حددت المجموعتان المتطرفتان بنسبة (٢٧%) من المجموعة العليا وبنسبة(٢٧%) من المجموعة الدنيا، وبذلك بلغ عدد الاستمارات الخاضعة للتحليل (٢١٦) استمارة , (١٠٨) تمثل المجموعة العليا و (١٠٨) تمثل المجموعة الدنيا .

٤ـ تم استخدام الاختبار التائي T-Test لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة ، باستعمال البرنامج الاحصائي (Spss) علماً أنَّ القيمة التائية الجدولية عند مستوى(٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤) تساوي(١,٩٦)، وتبين أن فقرات المقياس جميعها مميزة إذ إنَّ قيمتها المحسوبة كانت أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند درجة حرية (٢١٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، وبذلك أصبح المقياس مكوناً من (٤٠) فقرة.

٢ـ اسلوب علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

يلجأ بعض الباحثون إلى هذا الأسلوب لمعرفة ما إذا كانت كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس، لذلك يعد هذا الأسلوب من أدق الوسائل المعتمدة في حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس(عيسوي, ١٩٨٥ : ٩٥)، إي هو العلاقة بين نتائج الاختبارات والمقاييس وبين المفهوم النظري الذي يرمي الاختبار إلى قياسه (الشيخلي، ٢٠٠١: ٧٠)، وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال إيجاد أسلوب ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,١٩٨ – ٠,٥٣٤) باستعمال الاختبار التائي وكانت جميع الفقرات دالة عند مستوى (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨)عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة(٠,٠٩٨).

٣-اسلوب علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال للمقياس

يتحقق الصدق بإيجاد أسلوب درجة الفقرة ودرجة المجال وتراوحت معاملات الارتباط بين (٠,١٣٨ – ٠,٧١٣) وكانت جميع الفقرات دالة عند مستوى (٠,٠٥) عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط (٠,٠٩٨)، وبذلك بلغ عدد فقرات المقياس (٤٠) فقرة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً: صدق المقياس:

قد تحقق الباحث من صدق مقياس الإجهاد المهني عن طريق:-

١-صدق المحتوى:

وقد تحقق الباحث من صدق المحتوى بنوعيه:

أ-الصدق الظاهري:

وهو يدل على المظهر العام للمقياس، أو الصورة الخارجية لهُ من حيث نوع المفردات، وكيفية صياغتها ومدى وضوح الفقرات ومناسبتها لقياس السمة المراد قياسها والتعرف عليها، وإن عرض الفقرات على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها يعد صدقاً ظاهرياً, وقد تحقق هذا النوع من الصدق في المقياس الحالي وذلك من خلال عرض المقياس، على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية، إذ يشير أيبل إلى أن أفضل وسيلة للتأكد من الصدق الظاهري هو قيام مجموعة من المختصين بتقدير مدى تمثيل العبارات للصفة المراد قياسها (Ebel, 1972: 555) وأن مجرد اتفاق أكثرية الخبراء على صلاحية الفقرات يعد صدقاً ظاهرياً (العطار، ١٩٧٥: ٩٢).

ب-الصدق المنطقي:

وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال تعريف الإجهاد المهني، وتحديد مجالاته وفقراته بشكل منطقي وتغطية المجالات الثلاث للمقياس كافة، إذ تم تحديدها في إجراءات إعداد مقياس الإجهاد المهني.

٢- صدق البناء:

يعد صدق البناء أكثر أنواع الصدق قبولاً وقد أوضح عدد كبير من المختصين أنه يتناسب مع جوهر مفهوم أيبل للصدق في تشبع المقياس بالمعنى(فرج ,١٩٨٠:٣١٣).

ففي هذا النوع يتم تحليل الدرجات استناداً إلى البناء النفسي للخاصية المراد قياسها أو في ضوء مفهوم نفسي معين أي أنه عبارة عن المدى الذي يمكن أن يقرر بموجبه أن للمقياس بناءاً نظرياً محدداً أو خاصية معينة (Anastas,1976: 151)، وقد تحقق ذلك النوع من خلال إيجاد:

١- القوة التمييزية بطريقة المجموعتين المتطرفتين.

٢- أيجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس.

٣- أيجاد العلاقة بين درجة الفقرة بدرجة المجال للمقياس.

ثانياً: الثبات:

لحساب معامل الثبات استعمل الباحث طريقتين هما:

أ- طريقة الاتساق الداخلي باستخدام أسلوب معامل ألفا- كرو نباخ:

إن هذا المعامل يزود الباحثين بتقدير جيد للثبات في أغلب المواقف (Nunnaly,1978:230), وتقوم هذه الطريقة على حساب الارتباطات بين المعاملات لمجموعة الثبات على جميع الفقرات الداخلة في

الاختبار والاتساق الداخلي يتحقق إذا كانت الفقرات تقيس المفهوم نفسه (عودة ,١٩٨٥: ٣٥٤) ولاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة تم استخراج معامل إلفا وقد بلغ معامل ثبات إلفا للمقياس الحالي (٠,٧٦)، إذ اعتمد الباحث على عدد استمارات العينة التي خضعت للتحليل الإحصائي وكان عددها (٤٠٠) استمارة وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه لأغراض هذا البحث.

ب- طريقة الاتساق الخارجي باستخدام أسلوب الاختبار - إعادة الاختبار:

تعد هذه الطريقة من الطرائق الشائعة في حساب الثبات، إذ إنها تكشف عن مدى استقرار النتائج عندما يطبق المقياس مرتين على العينة المختارة نفسها وبفاصل زمني قدره أسبوعان، وهذه المدة يفضلها عدد من الباحثين ومنهم آدمس (Adams) إذ بين أن أعادة تطبيق المقياس للتعرف على ثباتها يجب أنْ لا يتجاوز مدة أسبوعين أو ثلاثة أسابيع من تطبيقها عليهم للمرة الأولى (علام ، ٢٠٠٠: ١٣٥).

ثم يحسب معامل الارتباط بين التطبيقين، ولأجل إيجاد ثبات المقياس بهذه الطريقة، تم تطبيق المقياس على عينة مكونة من (٥٠) معلماً ومعلمة، وعند تطبيق المقياس على عينة الثبات قام الباحث بوضع مؤشر لكل ورقة إجابة ليتم التعرف عليها في التطبيق الثاني لأفراد العينة، ثم أعيد تطبيق المقياس على العينة ذاتها بعد مدة أسبوعين عن طريق أوراق الإجابات، وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين فبلغ معامل الثبات (٠,٨١)، وهو معامل ثبات جيد مما يشير إلى أن المقياس له استقرار ثابت عبر الزمن الذي يمكن الاعتماد عليه في ثبات المقياس، إذ يعد معامل الثبات مقبولاً في الدراسات الوصفية كلما كان أكبر أو يساوي (٧٠%) (Lindquist: 1950, 51).

مقياس الإجهاد المهني بصيغته النهائية:

وبذلك يكون الباحث قد أنهى اجراءات إعداد المقياس من صدق وثبات وتمييز وتكون مقياس الإجهاد المهني بصيغته النهائية من تعليمات الإجابة و (٣) مجالات وهي (المجال النفسي، المجال الجسدي، المجال السلوكي)، تضم (٤٠) فقرة، وأَمام كل فقرة وضعت (٥) بدائل (موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)، إذ كانت أقل درجة للمقياس هي (٤٠) وأعلى درجة هي (٢٠٠) بمتوسط نظري قدره (١٢٠) وتم استخراج الخصائص السيكومترية كالصدق والثبات من خلال مؤشرات صدق المحتوى (الصدق الظاهري، الصدق المنطقي)، وصدق البناء، والثبات من خلال حسابه بطريقة إعادة الاختبار والاتساق الداخلي باستخدام أسلوب إلفا كرو نباخ.

خامساً:- الوسائل الإحصائية:

اعتمد الباحث الوسائل الإحصائية التي تلائم البحث وطبيعة اهدافه بناءً على استشارة المختصين في مجال الاحصاء، وقد أستعمل الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وبمساعدة الخبير الإحصائي في إجراءات المقياس وفي معالجة نتائج البحث.

عرض النتائج ومناقشتها

الهدف الأول:- التعرف على الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائيـــــة:

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً فتبين أن المتوسط الحسابي لعينة معلمي المدارس الابتدائية على مقياس الإجهاد المهني بلغ (١٠١,٢٤) درجة، والانحراف المعياري (١٩,٢٢٥) درجة، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي لمقياس الإجهاد المهني الذي يبلغ (١٢٠) درجة، وجد أن هناك فرقاً واضحاً بين المتوسطين، ولغرض الوقوف على دلالة هذا الفرق أستخدم الباحث الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة، وقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة (١٩,٥٢١) وهي أكبر من القيمة الجدولية (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩).

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية المحسوبة لعينة معلمي المدارس الابتدائية على مقياس الإجهاد المهني

المتغير	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
الإجهاد المهني	٤٠٠	١٠١,٢٤	١٩,٢٢٥	١٢٠	٣٩٩	١٩,٥٢١	١,٩٦	دالـــــة إحصائياً

ويتضح من الجدول أعلاه أن أفراد عينة البحث لديهم مستوى دون المتوسط من الإجهاد المهني، وذلك لأن المتوسط الحسابي لأفراد العينة كان أقل من المتوسط الفرضي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المعلمين لديهم القدرة على القيام بمهام إضافية تتمثل بالتحضير للدروس اليومية نتيجة لعدم تأثرهم بالإجهاد المهني بصورة كبيرة، وقدرتهم على التعامل الأمثل مع ازدياد أعداد التلاميذ مما يخفض لديهم الضغوط الإضافية التي تتمثل بالتعب والارهاق، ورغم أن مهنة التعليم كثيرة المتطلبات مما يجعل آثارها على المعلمين متعددة، فيكمن تأثيرها أثناء فترة العمل التي تتسم بكثرة المجهدات نتيجة ازدياد ساعات العمل وذلك لأن مرحلة التعليم الابتدائي أصعب من مراحل التعليم الأخرى لكن أفراد عينة البحث تجاوزوا كل تلك العقبات ووصلوا لأداء وظيفي يتسم بالارتفاع.

الهدف الثاني:- التعرف على الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث):

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات أفراد العينة، فبلغ المتوسط الحسابي للذكور على مقياس الإجهاد المهني (١٠٢,٥٦) درجة، وانحراف معياري (١٦،٤٤٩) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي للإناث (٩٨,٨٨) درجة، وانحراف معياري (٢٣,٢٣٩)، وبعد أن استخدم الباحث الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (١,٨٤٧) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨).

الفرق بين درجات الذكور والإناث على مقياس الإجهاد المهني

المتغير	النوع	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
						المحسوبة	الجدولية	
الإجهاد المهني	الذكور	٢٥٦	١٠٢,٥٦	١٦,٤٤٩	٣٩٨	١,٨٤٧	١,٩٦	غير دالة إحصائياً
	الإناث	١٤٤	٩٨,٨٨	٢٣,٢٣٩				

ويتضح من الجدول أعلاه عدم وجود فروق لدى أفراد عينة البحث من المعلمين بين الذكور والإناث على مقياس الإجهاد المهني لأن القيمة التائية المحسوبة والبالغة (١,٨٤٧) أقل من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١,٩٦).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى التشابه في الظروف البيئية والاجتماعية والثقافية المحيطة بالمعلمين من الجنسين في المدارس، وكذلك التشابه في الدورات التدريبية والتطويرية التي تقدم للمعلمين من كلا الجنسين، وتشابه المؤهل العلمي لكلا الجنسين، ويدرسون المناهج نفسها، فضلاً على أن الدراسة التي قام بها الباحث أجريت في مدارس ذات ظروف متشابهة مما يعني أن المعلمين من الذكور والإناث مصيرهم واحد.

الهدف الثالث:- التعرف على الإجهاد المهني لدى معلمي المدارس الابتدائية وفقاً لمتغير سنوات الخدمة من (١ – ٥ سنوات) ومن (٥ – ١٠ سنوات) ومن (١٠ سنوات فما فوق):

لتحقيق هذا الهدف تم معالجة البيانات إحصائياً لدرجات أفراد العينة، إذ طبق الباحث تحليل التباين الأحادي لاختبار الفروق بين متوسطات عينة البحث وفقاً لمتغير سنوات الخدمة فبلغ المتوسط الحسابي

لسنوات الخدمة من (١ – ٥ سنوات)، على مقياس الإجهاد المهني(١٠٢,١٠) درجة، وانحراف معياري (١٦,٦٦٨) درجة، بينما كان المتوسط الحسابي لسنوات الخدمة من (٥ – ١٠ سنوات) (١٠٢,٦٣) درجة، وانحراف معياري(١٦,٢٥٨) درجة، وبلغ المتوسط الحسابي لسنوات الخدمة من (١٠ سنوات فما فوق)، (٩٩,٨٧) درجة، وانحراف معياري (٢٢,٣٠٥) درجة، وبعد أن استخدم الباحث الاختبار الفائي وجد أن القيمة الفائية المحسوبة هي (٠,٧٨٢) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٣,٠٧) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة(٠,٠٥) ودرجة حرية (٢, ٣٩٧).

الفرق بين درجات معلمي المدارس الابتدائية على وفق سنوات الخدمة على مقياس الإجهاد المهني

نوع العينة	١ – ٥ سنوات	٥ – ١٠ سنوات	١٠ سنوات فما فوق	المجموع
العدد	١٥٦	٧٢	١٧٢	٤٠٠
المتوسط الحسابي	١٠٢,١٠	١٠٢,٦٣	٩٩,٨٧	١٠١,٢٤
الانحراف المعياري	١٦,٦٦٨	١٦,٢٥٨	٢٢,٣٠٥	١٩,٢٢٥

نتائج تحليل التباين لاختبار الفروق بين متوسطات عينة البحث للإجهاد المهني وفقاً لمتغير سنوات الخدمة

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة ٠,٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
بين المجموعات	٥٧٨,٧٥٢	٢	٢٨٩,٣٧٦	٠,٧٨٢	٣,٠٧	غير دالة إحصائياً
داخل المجموعات	١٤٦٨٩٩,١٥٨	٣٩٧	٣٧٠,٠٢٣			
الكلي	١٤٧٤٧٧,٩١٠	٣٩٩				

ويتضح من الجدول أعلاه عدم وجود فروق بين أفراد عينة البحث من المعلمين على وفق سنوات الخدمة في مقياس الإجهاد المهني لأن القيمة الفائية المحسوبة والبالغة (٠,٧٨٢) أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (٣,٠٧).

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المعلمين وأن اختلفت ظروفهم وسنوات الخدمة لديهم فهم يقومون بنفس الدور ونفس المهام والأعمال, فالمعلم في كل الأحوال مسؤول مسؤولية إنسانية أخلاقية أتجاه مهنة التعليم، فضلاً عن الظروف المهنية المتشابهة للمعلمين ووجود التنافس بينهم بغض النظر عن سنوات الخدمة لديهم، وأن المعلمين حسب سنوات الخدمة لديهم يجمعهم هدف أساسي وهو الحصول على المخرجات العلمية الإيجابية, لذلك فأنهم يحاولون إيجاد التوافق الاجتماعي والاكاديمي على اختلاف سنوات الخدمة لديهم.

١-الاستنتاجات Conclusions:

في ضوء النتائج التي توصل إليها الباحث يمكن تحديد عدد من الاستنتاجات أهمها:

١-يتصف معلمي المدارس الابتدائية من كلا الجنسين (ذكور – إناث)، وسنوات الخدمة(١- ٥ سنوات)(٥- ١٠ سنوات)(١٠ سنوات فما فوق) بمستوى دون المتوسط من الإجهاد المهني.

٢- عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين أفراد عينة البحث من المعلمين حسب الجنس من (الذكور والإناث)، وعدم وجود فروق حسب سنوات الخدمة (١- ٥ سنوات)(٥- ١٠ سنوات)(١٠ سنوات فما فوق) في الإجهاد المهني.

٢-التوصيات The Recommendation:

وفقاً لما توصل إليه من نتائج فأن الباحث يوصي بالآتي:

١-ضرورة الاهتمام بالتكوين المستمر لمعلمي المرحلة الابتدائية حتى يزداد إدراكهم لأدوارهم وتزداد قدرتهم على التحكم والتغلب على المشكلات التربوية.

٢-على الباحثين في العلوم التربوية والنفسية الاهتمام في بحوثهم ودراساتهم بموضوع الإجهاد المهني والأداء الوظيفي والاستقرار الأسري، وذلك لحاجتنا الماسة لمثل هذه الدراسات في مجتمعنا المليء بالضغوط.

٣-المقترحات The Suggestions:

بناءً على النتائج التي تم التوصل إليها يقترح الباحث ما يلي:

١-إجراء دراسة تتناول الإجهاد المهني لعينات تربوية وتعليمية أخرى مثل مدرسي المرحلة المتوسطة والاعدادية أو أساتذة المعاهد والجامعات.

٢-إجراء دراسة عن الإجهاد المهني وعلاقته بمتغيرات تربوية واجتماعية ونفسية أخرى مثل (العدالة التنظيمية، الولاء التنظيمي، الرضا الوظيفي، كفاءة الذات، نمط القيادة، الاغتراب المهني، السلوك القيادي، مستوى الطموح، التوافق المهني).

Sources:-

1. Omaima, Anab (2018): Occupational stress among female administrative employees (sources, symptoms, and coping strategies), Master's thesis, University of Arab Ben M'hidi - Oum El Bouaghi, Algeria.

2. Belaabed, Malika (2015): Occupational stress among working women, Master's thesis, University of Arab Ben M'hidi - Oum El Bouaghi, Algeria.

3. Al-Bayati, Abdul-Jabbar Tawfiq, and Athanasius, Zakaria (1977): Descriptive and inferential statistics in education and psychology, Al-Mustansiriya University, Baghdad, Iraq.

4. Al-Hussein, Asmaa Abdel Aziz (2020): Occupational stress and its relationship to job satisfaction among faculty members at Princess Noura bint Abdulrahman University in light of some variables, Master's thesis, Princess Noura University, Saudi Arabia.

5. Hamdash, Nawal (2004): Reading some organizational sources of occupational stress, Journal of Humanities, Issue 21, Algeria.

6. Al-Khidr, Othman Hamoud (2005): Organizational Psychology, Al-Falah Library for Publishing and Distribution, 1st ed., Egypt.

7. Samra, Hajjo (2019): Occupational Stress among Primary School Teachers, Master's Thesis, University of Arab Ben M'hidi - Oum El Bouaghi, Algeria.

8. Al-Sayed, Othman Farouk (1999): Anxiety and Stress Management, Dar Al-Fikr Al-Arabi for Publishing and Distribution, 1st ed., Cairo, Egypt.

9. Al-Sheikhly, Hala Ibrahim (2001): Building a Divergent Thinking Test for Students in Grades (Fourth, Fifth and Sixth) of Primary School, (Unpublished Master's Thesis), Ibn Rushd College of Education, University of Baghdad, Iraq.

10. Askar, Ali (2000): Life Pressures and Methods of Confronting Them, Dar Al-Kitab Al-Hadith for Publishing and Distribution, 1st ed., Cairo, Egypt.

11. Al-Attar, Abbas Ali (1975): The effect of using exploration and confirmation methods in laboratory experiments on the development of scientific thinking, (unpublished doctoral dissertation), College of Education, University of Baghdad, Iraq.

12. Aqabeh, Abdul Hamid (2019): Strategies for coping with stress and their relationship to self-efficacy, doctoral dissertation, University of Batna, Al-Hajj Lakhdar, Algeria.

13. Allam, Salah El-Din Mahmoud (2000): Educational and psychological measurement and evaluation, its basics and contemporary directions, 1st ed., Dar Al-Fikr Al-Arabi, Cairo, Egypt.

14. Awda, Ahmed Suleiman, (1985): Measurement and evaluation in the teaching process, National Press, Jordan.

15. Awda, Ahmed Suleiman and Al-Khalili, Khalil Youssef (1988): Statistics for the researcher in education and human sciences, Dar Al-Fikr for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

16. Issawi, Abdul Rahman (1985): Measurement and experimentation in psychology and education, Dar Al-Ma'rifah Al-Jami'iyah, Beirut, Lebanon.

17. Fatiha, Ben Zeroual (2010): Stress at the Organizational Level: Sources, Effects, and Coping Strategies, Psychological and Educational Studies, Issue 4, University of Umm al-Bouaghi, Algeria.

18. Faraj, Safwat (1980): Psychological Measurement, 1st ed., Dar al-Fikr al-Arabi, Cairo, Egypt.

19. Melhem, Sami Muhammad (2000): Measurement and Evaluation in Education and Psychology, 2nd ed., Dar al-Masirah for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

20. Allen . M. S & yen W. m (1979): **Introduction measurement_theory book**, God California.
21. Anastasi , A ;(1976): **Psychology testing** , N .Y . 4th Edition Macmillan Co.
22. Ebel, R.L& friable, David. a.(1972): **Essentials of educational measure meant 5th**, Ed, phi learning private limited, new Delhi.
23. Lindquist, E. E (1950): **Educational measurement Washington** American councilon Education.
24. Nobert Sillamy: **dictionaries de la Psychologies**, Larousse, Paris, 1996.
25. Nunnaly , G.C.(1978): **Psychometric Theory** . new York : MCG vow hill.
26. Senge, C.(1991): **American Heritage Dictionary of Idioms for Student Boston**, United states.
27. Smith, P(1955): **Creativity,** N.Y, Hartings House.
28. Stanley J. C. and Hopkins K. (1972): **Educational and Psychological Meuswment and Evaluation,** Englewood cliffs, N.J., Prentice –Hall.
29**.** Vaezi, Shahin & Fallah, Nassir(2010): **The relationship between self-efficacy and professional diligence among Iranian teachers of English as a foreign language**, Language Institute, Tehran, Iran.

مقياس الإجهاد المهني بصورته الأولية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جـامعــة تـكريـت
كلية التربية للعلوم الإنسانيـة
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا / الدكتـوراه

مقياس الإجهاد المهني بصورته الأولية

الأستاذ الفاضل

.....المحترم

التخصص ..... اللقب العلمي

.....

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم **(الإجهاد المهني وعلاقته بالأداء الوظيفي والاستقرار الاسري لدى معلمي المدارس الابتدائية)** ولغرض قياس الاجهاد المهني قام الباحث بإعداد مقياس يتكون من **(٤٠)** فقرة موزعة على **(٣)** مجالات وهي **(المجال السلوكي، المجال النفسي، المجال الجسدي)** ونظراً لما تتمتعون به من دراية وخبرة علمية في هذا المجال يتوجه إليكم الباحث لبيان رأيكم في صلاحية من عدم صلاحية الفقرات لمقياس الإجهاد المهني وحذف وتعديل واضافة ما ترونه مناسباً من فقرات، ومدى مناسبة بدائل المقياس، علماً أن بدائل المقياس هي **(موافق بشدة، موافق، محايد، غير موافق، غير موافق بشدة)** ويعرف الباحث الإجهاد المهني بأنه **(استجابة جسدية، أو سلوكية، أو نفسية، يظهرها المُعلم نتيجة للإجهاد الذي يتعرض لهُ داخل المدرسة ويؤثر سلباً على أدائه الوظيفي والتربوي وحياته الاسرية).**

مع جزيل الشكر والامتنان

المشرف
أ. م .د عامر مهدي صالح

الباحث
يوسف أحمد يوسف

المجال الأول:- النفسي:- هي الاستجابات التي تُحدث تأثيرها على أداء الفرد وعلى علاقته بالآخرين من حوله نتيجة احساسه بتزايد الضغط عليه في العمل.				
ت	**الفقرات**	**صالحة**	**غير صالحة**	**تحتاج إلى تعديل**
١	أشعر بالإرهاق النفسي أثناء التعليم			
٢	أفقد الرغبة في ممارسة أشياء كانت ممتعة لي			
٣	أستمتع عند الانعزال عن الآخرين			
٤	أمتلك حساسية نتيجة انتقاد الآخرين لي			
٥	أفقد الثقة بنفسي في أغلب مواقف العمل			
٦	أشعر بأن الآخرين لا يفهمونني			
٧	أشعر بفقدان سيطرتي على بعض الأمور			
٨	أفقد الإحساس بالحماس في بعض الأنشطة			
٩	أشعر بالكآبة في معظم الأوقات			
١٠	أتجنب الاختلاط مع الآخرين أثناء العمل			
١١	أحس بسرعة الانفعال والتقلب المستمر للمزاج			
١٢	أشعر بزيادة الشك في الآخرين			

المجال الثاني:- الجسدي:- هي التغيرات البدنية الظاهرة الخارجية والفسيولوجية الداخلية التي تحدث عندما يمر الفرد بحالة من الإجهاد ويظهر تأثيره في جسمه.				
ت	**الفقرات**	**صالحة**	**غير صالحة**	**تحتاج إلى تعديل**
١	أشعر بالتعب المستمر أثناء ممارسة مهنة التعليم			
٢	تؤلمني يدي من الاستخدام المستمر للسبورة			
٣	أجد صعوبة في ممارسة بعض تقنيات الاسترخاء			
٤	تنتابني الآلام حادة أسفل الظهر			

٥	أحس باضطرابات معدية متكررة			
٦	أشعر بتزايد ضربات قلبي حتى في حالة الاستراحة			
٧	أشعر بصعوبة في التنفس أثناء التعامل مع التلاميذ			
٨	أمتلك ضعف مقاومة الأمراض وقلة المناعة			
٩	أشعر بغصة في الحلق أثناء إلقاء الدرس			
١٠	ينتابني ارتجاف العضلات نتيجة التوتر			
١١	أفرط في تناول المنبهات أثناء تصحيح الواجبات المدرسية			
١٢	ألجأ إلى النوم كحيلة دفاعية			
١٣	أشعر بألم في الرقبة نتيجة الانحناء مطولاً			
١٤	أمارس التمارين الرياضية عند تعرضي للإجهاد الجسدي			

المجال الثالث:- السلوكي:- هي التغيرات التي تطرأ في عادات الفرد المألوفة وانماط سلوكه المعتادة ولهذه التغيرات آثار سلبية ضارة على الفرد وغالباً ما تغير سلوكه نحو الأسوأ.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تحتاج إلى تعديل
١	أتردد في أتخاذ القرارات المتعلقة بحياتي			
٢	أجد صعوبة في تنظيم الوقت			
٣	أرتكب أخطاء متكررة في العمل			
٤	أمتلك سلوكيات عدوانية أتجاه التلاميذ وزملائي في العمل			
٥	أعجز عن الاهتمام بمظهري الخارجي			
٦	أفرغ غضبي في موضوع لا علاقة لهُ بالمشكلة			
٧	أجد صعوبة في التركيز بالأنشطة التي أقوم بها			
٨	أتصرف بشكل غير مقبول تجاه المحيطين بي			
٩	لدي تصرفات قهرية كتكرار التأكد من أقفال الأبواب			
١٠	أقوم بدق أصابعي كتعبير عن توتري			
١١	أشعر بصعوبة في النوم نتيجة تعرضي للإجهاد			
١٢	أستعين بالطبيب نتيجة فقداني الشهية			
١٣	يلازمني نسيان معظم دروسي أثناء إلقائها لطلبتي			
١٤	تزعجني الكوابيس المخيفة أثناء نومي			

مقياس الإجهاد المهني بصورته النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعـــة تكريـــــت
كليـــة التربية للعلوم الانسانية
قســـم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات العليا/ الدكتوراه

عزيزي المعلم.....عزيزتي المعلمة.....

بين يديك مجموعة من الفقرات التربوية يرجى الإجابة عليها بموضوعية وذلك بوضع علامة (✓) أمام العبارة التي تنطبق عليك مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة, وأن المعلومات الواردة في هذه الاستبانة هي لأغراض البحث العلمي فقط ولن يطلع عليها أحد سوى الباحث ..... مع وافر الشكر والامتنان

ملاحظة:-

١-لا حاجة لذكر الاسم. ٢-لا تترك أي عبارة بدون إجابة. ٣- أن لكل عبارة اختيار واحد فقط.

قبل البدء بالإجابة أذكر المعلومات الآتية لطفاً:-

الجنـــس:- ذكـــر( ) أنثـــى( )

سنوات الخدمة:- من١ إلى ٥ سنوات ( ) من ٥ إلى ١٠ سنوات ( ) ١٠ سنوات فما فوق( )

مثال:-

ت	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	أشعر بالإرهاق النفسي أثناء التعليم			✓		

المشرف

أ. م. د عامر مهدي صالح

الباحث

يوسف أحمد يوسف

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
١	أشعر بالإرهاق النفسي أثناء التعليم					
٢	أفقد الرغبة في ممارسة أشياء كانت ممتعة لي					
٣	أستمتع حينما أنعزل عن الآخرين					
٤	أتحسس من انتقاد الآخرين لي					
٥	أفقد الثقة بنفسي في أغلب مواقف العمل					
٦	أشعر بأن زملائي في العمل لا يفهموني					
٧	أشعر بفقدان سيطرتي على بعض الأمور					
٨	أفقد الإحساس بالحماس في بعض الأنشطة					
٩	أشعر بالكآبة في معظم الأوقات					
١٠	أتجنب الاختلاط مع الآخرين أثناء العمل					
١١	أنفعل بسرعة ومزاجي يتغير بشكل مستمر					
١٢	أشعر بزيادة الشك في الآخرين					
١٣	أشعر بالتعب المستمر أثناء ممارسة مهنة التعليم					
١٤	تؤلمني يدي من الاستخدام المستمر للسبورة					
١٥	أجد صعوبة في ممارسة بعض تقنيات الاسترخاء					
١٦	تنتابني الآلام حادة أسفل الظهر					
١٧	أحس باضطرابات معدية متكررة					
١٨	تزداد ضربات قلبي حتى في حالة الاستراحة					
١٩	أشعر بصعوبة في التنفس أثناء التعامل مع التلاميذ					
٢٠	أمتلك ضعف مقاومة الأمراض وقلة المناعة					
٢١	أشعر بغصة في الحلق أثناء إلقاء الدرس					

٢٢	أعاني من ارتجاف العضلات نتيجة الإجهاد الجسدي					
٢٣	أفرط في تناول المنبهات أثناء تصحيح الواجبات المدرسية					
٢٤	ألجأ إلى النوم كحيلة دفاعية					
٢٥	أشعر بألم في الرقبة نتيجة الانحناء مطولاً					
٢٦	أمارس التمارين الرياضية عند تعرضي للإجهاد الجسدي					
٢٧	أتردد في أتخاذ القرارات المتعلقة بحياتي					
٢٨	أجد صعوبة في تنظيم الوقت					
٢٩	أرتكب أخطاء متكررة في العمل					
٣٠	أمتلك سلوكيات عدوانية أتجاه التلاميذ وزملائي في العمل					
٣١	أعجز عن الاهتمام بمظهري الخارجي					
٣٢	أفرغ غضبي في موضوع لا علاقة لهُ بالمشكلة					
٣٣	أجد صعوبة في التركيز بالأنشطة التي أقوم بها					
٣٤	أتصرف بشكل غير مقبول تجاه المحيطين بي					
٣٥	أمتلك تصرفات قهرية كتكرار التأكد من أقفال الأبواب					
٣٦	أقوم بدق أصابعي كتعبير عن توتري					
٣٧	أشعر بصعوبة في النوم نتيجة تعرضي للإجهاد					
٣٨	أستعين بالطبيب نتيجة فقداني الشهية					
٣٩	يلازمني نسيان معظم دروسي أثناء إلقائها لتلاميذي					
٤٠	تزعجني الكوابيس المخيفة أثناء نومي					